Guide - [ 604 ]_Jaruree Guide 17-07-2026 22:19 Page 1

ওঁ পাথর ছাড়াই প্রতিকার সম্ভব
জগদম্বা জ্যোতিষ কেন্দ্র
মালদা # 9332056956

জরুরী গাইড
অপ্রতিদ্বন্দ্বী পাক্ষিক ফ্রি শিটার
০৭ / ৬০৪ aamaarshahor.com
মালদা ২ শ্রাবণ, ১৪৩৩ রবিবার, ১৯ জুলাই, ২০২৬ ২৪ বর্ষ ০৮ তম সংখ্যা বিনামূল্যে বিতরণের জন্য
বিজ্ঞাপন বিভাগ ঃ 9233 44 45 46

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


## কর্মখালি

মালদা শোরুম ও মালদায় দ্বিতীয় নতুন মেগা শোরুমের জন্য বিভিন্ন পদে কর্মী নিয়োগ

### সেলস এক্সিকিউটিভ (পুরুষ ও মহিলা)

- প্রার্থীকে কথাবার্তায় সাবলীল, স্মার্ট ও গ্রাহকসেবায় দক্ষ হতে হবে। যোগ্যতা: ন্যূনতম স্নাতক, বয়স অনূর্ধ্ব ৩৫ বছর, গোল্ড জুয়েলারি শোরুমে সেলসের পূর্ব অভিজ্ঞতা থাকলে অগ্রাধিকার

### বিলিং অপারেটর ও ক্যাশিয়ার

- প্রার্থীকে কম্পিউটার পরিচালনা, বিলিং ও ক্যাশ ব্যবস্থাপনায় দক্ষ হতে হবে। সংশ্লিষ্ট কাজে পূর্ব অভিজ্ঞতা থাকলে বিশেষ গুরুত্ব দেওয়া হবে

### গোল্ড টেস্ট

- গোল্ড জুয়েলারি শোরুমে গোল্ড টেস্ট-এর অভিজ্ঞতা সম্পন্ন ব্যক্তিরা অগ্রাধিকার পাবেন।

যোগ্যতা ও অভিজ্ঞতা অনুযায়ী আকর্ষণীয় বেতন

আগ্রহী প্রার্থীরা বিজ্ঞাপন প্রকাশের ৭ দিনের মধ্যে সাম্প্রতিক ছবিসহ পূর্ণাঙ্গ বায়োডাটা নিম্নলিখিত ইমেল ঠিকানায় পাঠান।
আমাদের ইমেল:
hr.guineaemporium@gmail.com

আবেদন করার সময় পদের নাম উল্লেখ করা প্রয়োজন। স্থানীয় আবেদনকারীরা অগ্রাধিকার পাবেন।

গিনি এম্পোরিয়াম®
গোল্ড অ্যান্ড ডায়মন্ড


# কেন্দ্রীয় সরকারি চাকরি, ব্যাঙ্কে অফিসার হওয়ার সুবর্ণ সুযোগ

আইবিপিএস পিও ২০২৬ পরীক্ষা ব্যাঙ্কে চাকরি পাওয়ার ক্ষেত্রে একটি বড় সুযোগ। রাষ্ট্রায়ত্ত ব্যাঙ্কের প্রবেশনারি অফিসার হওয়ার সঙ্গে কেন্দ্রীয় সরকারি চাকরির সুযোগ সুবিধে পাওয়ার এমন সোনালি হাতছানির অপেক্ষায় থাকেন চাকরিপ্রার্থীরা।

ইনস্টিটিউট অফ ব্যাঙ্কিং পার্সোনেল সিলেকশন (IBPS) পাবলিক সেক্টর ব্যাঙ্কগুলিতে প্রবেশনারি অফিসার বা ম্যানেজমেন্ট ট্রেনি (২০২৭-২৮ সালের শুন্যপদ) নিয়োগের জন্য CRP PO/MT-XVI এর আনুষ্ঠানিক বিজ্ঞাপ্তি প্রকাশ করেছে। যোগ্যতা, বয়সসীমা এবং ৬,৭১৫ (ন'টি রাষ্ট্রায়ত্ত ব্যাঙ্কের প্রতিবেদন জুড়ে। দু'টি ব্যাঙ্ক এখনও প্রতিবেদন জমা দেয়নি)। অফিসিয়াল ওয়েবসাইট www.ibps.in অনলাইন আবেদনের তারিখ ০১.০৯.২০২৬ থেকে ২১.০৭.২০২৬।

### পরীক্ষায় নম্বর বিভাজন

প্রিলিমিনারি পরীক্ষার ধরন অপরিবর্তিত রয়েছে। ইংরেজি ভাষা (৩০ টি প্রশ্নে ৩০ নম্বর), কোয়ান্টিটেটিভ অ্যাপটিটিউড (৩৫ টি প্রশ্নে ৩০ নম্বর) এবং রিজনিং এবিলিটি (৩৫ টি প্রশ্নে ৪০ নম্বর) মোট ১০০টি প্রশ্ন, ১০০ নম্বর, ৬০ মিনিট। মেন পরীক্ষা পদ্ধতিতে প্রচুর পরিবর্তন হয়েছে। একই সময়ে ১৬০


RECRUITMENT NOTICE
**WALK-IN INTERVIEW**
Call to schedule your slot • Then walk in for the interview

HIRING ORGANISATION
**GITANJALI ELECTRONICS & ELECTRICAL**
*is expanding its team — three departments, immediate joining*

**3 OPEN POSITIONS — APPLY IN PERSON**

**INVENTORY MANAGEMENT EXECUTIVE (FULL-TIME)**
- Graduate in any discipline; B.Com. / Supply Chain background preferred
- 1 - 3 years' experience in inventory, stores or warehouse operations
- Working knowledge of MS Excel and stock record maintenance
- Strong record-keeping, stock reconciliation and organizational skills

**ELECTRICAL ENGINEER (FULL-TIME)**
STARTING PAY — ₹ 20,000/mo (Fresher) - ₹ 30,000/mo (Experienced)
- B.E. / B.Tech / Diploma in Electrical Engineering
- Freshers welcome; 0–3 years' experience
- Sound knowledge of circuits, wiring, panels and maintenance
- Familiarity with electrical safety codes and site protocols

**DATA ENTRY PERSONNEL (FULL-TIME)**
- 12th pass or Graduate, any stream
- Typing speed of 30+ WPM with high accuracy
- Basic computer literacy — MS Office / Excel
- Sharp attention to detail and comfort with repetitive data work

**INTERVIEW DETAILS**
DATE / TIME : 10:00 AM – 4:00 PM • VENUE [ Office Address, City – PIN Code ]
Contact : 8016164530 / 8170024173
Please carry an updated resume, two passport-size photographs and a valid photo ID.
CLIP THIS NOTICE • CALL TO SCHEDULE • ATTEND YOUR INTERVIEW
Gitanjali Electronics & Electrical is an equal opportunity employer. All qualified applicants are encouraged to attend.


আবেদনপত্রের বিবরণের পাশাপাশি, এই বছরের বিজ্ঞপ্তিতে পরীক্ষার ধরন, আবেদন প্রক্রিয়া এবং যাচাইকরণ পদ্ধতিতে বেশ কিছু গুরুত্বপূর্ণ পরিবর্তন আনা হয়েছে। আপনি যদি আইবিপিএস পিও ২০২৬-র জন্য প্রস্তুতি নিতে চান, তবে আইবিপিএস পিও-র বিগত বছরের তুলনায় কী কী পরিবর্তন হয়েছে তা জানতে হবে।

আইবিপিএস পিও ২০২৬ পরীক্ষার নাম CRP PO/MT-XVI শূন্যপদের বছর ২০২৭-২৮ মোট সম্ভাব্য শূন্যপদ মিনিটের মধ্যে সব মিলিয়ে ২৫টির বেশি প্রশ্নের (১৪৫ থেকে বেড়ে ১৭০ হয়েছে) সমাধান করতে হবে। অর্থাৎ, প্রার্থীরা এখন গড়ে প্রতিটি প্রশ্নের জন্য কম সময় পাবেন। ব্যাঙ্কিং ও অর্থনৈতিক জ্ঞান বিভাগে বড় ধরনের পরিবর্তন হয়েছে। ৫০টি প্রশ্নের জন্য ৬০ নম্বর করা হয়েছে, যার ফলে আপনার চূড়ান্ত স্কোরের জন্য সাম্প্রতিক ঘটনাবলী, ব্যাঙ্কিং সচেতনতা এবং আরবিআই সার্কুলারগুলি পরীক্ষায় নম্বর তোলার ক্ষেত্রে এখন অনেক বেশি নির্ণায়ক হয়ে (এরপর ৩-এর পাতায়)

# মেঘের আড়াল থেকে স্বপ্নের উড়ান ক্লাউড কম্পিউটিংয়ে

কম্পিউটার সায়েন্স অ্যান্ড ইঞ্জিনিয়ারিংয়ের একটি অতি গুরুত্বপূর্ণ অংশ ক্লাউড কম্পিউটিং। রূপকার্থে, উন্নত প্রযুক্তি সম্বলিত তথ্য ভাণ্ডারের মেঘ থেকে যেন মেঘনাদের মতো মসৃণভাবে এবং নিরাপদে তথ্য পরিষেবা প্রদান করা হয় এই প্রযুক্তির মাধ্যমে।

তথ্য-প্রযুক্তি পরিষেবা দিন দিন যত বেশি করে ডেটা ও ডিজিটাল পরিকাঠামো নির্ভর হয়ে উঠছে, ক্লাউড কম্পিউটিং প্রযুক্তি ততই তথ্য পরিষেবা মাধ্যম হিসেবে আগের চেয়ে আরও শক্তিশালী হয়ে উঠছে।

বিশেষজ্ঞদের মতে, ভবিষ্যতের আইটি ও যাবতীয় অনলাইন ব্যবসার নিয়ন্ত্রণ ক্ষমতা থাকবে এই প্রযুক্তির হাতেই। তাই বাজারের চাহিদা মেনে ভারতের অনেক ইঞ্জিনিয়ারিং কলেজ ও বিশ্ব- বিদ্যালয়ে কম্পিউটার সায়েন্স অ্যান্ড ইঞ্জিনিয়ারিং (সিএসই) কোর্সের সঙ্গে ক্লাউড কম্পিউটিং-এ স্পেশালাইজেশন করানো হয়। এই স্পেশালাইজে- শনের কারণেই ভারতীয় তথ্য প্রযুক্তিবিদদের কদর বেড়েছে দুনিয়ার সর্বত্র।

### যোগ্যতা

স্বীকৃত বোর্ড থেকে ১০+২ বা সমতুল শিক্ষাগত যোগ্যতা নিয়ে বিজ্ঞান বিভাগে পাশ করা দরকার। কোর সাবজেক্ট কম্বিনেশনে থাকতে হবে ফিজিক্স, কেমিস্ট্রি ও ম্যাথ। সর্বমোট কমপক্ষে ৫০ থেকে ৬০ শতাংশ নম্বর পেলে পরীক্ষায় বসার বা মেধা তালিকায় থাকার সুযোগ মেলে। তবে জাতীয় ও রাজ্যস্তরের জেইই মেন, জেইই অ্যাডভান্সড, ডব্লুবিজেইই, এমএইচটি, সিইটি অথবা বিশ্ববিদ্যালয়ের নিজস্ব প্রবেশিকা পরীক্ষার মাধ্যমে ভর্তির সুযোগ মেলে।

### সময়সীমা

চার বছরের বিটেক ইন সিএসই স্নাতক কোর্স আটটি সেমেস্টারে বিভক্ত। পাঠ্যক্রমে কম্পিউটার সায়েন্সের বেসিকসহ ক্লাউড কম্পিউটিং-এর স্পেশালাইজড মডিউলগুলি পড়ানো হয়।

### পাঠ্যক্রম

কম্পিউটার সায়েন্সের মূল বিষয়গুলি যেমন, ডেটা স্ট্রাকচারস অ্যালগোরিদমস অপারেটিং সিস্টেমস, কম্পিউটার নেটওয়ার্কস, ডেটাবেস ম্যানেজমেন্ট সিস্টেমস, সফটওয়্যার ইঞ্জিনিয়ারিং, অবজেক্ট ওরিয়েন্টেড প্রোগ্রাম। ক্লাউড কম্পিউটিং-এর পাঠ্যক্রমে পড়ানো হয়, ক্লাউড আর্কিটেকচার অ্যান্ডডিপ্লয়মেন্ট মডেলস, ভার্চুয়ালাইজেশন টেকনোলজিস, ক্লাউড সিকিউরিটি অ্যান্ড (এরপর ৩-এর পাতায়)

## মালদা জেলা থেকে সূর্যোদয় ও সূর্যাস্তের সময়সূচী

জুলাই - আগস্ট : ২০২৬

| তারিখ | সূর্যোদয় | সূর্যাস্ত |
|---|---|---|
| 19.07.2026 | 04:58 ↑ (115°) | 18:28 ↑ (245°) |
| 20.07.2026 | 04:59 ↑ (115°) | 18:28 ↑ (245°) |
| 21.07.2026 | 04:59 ↑ (115°) | 18:27 ↑ (245°) |
| 22.07.2026 | 05:00 ↑ (115°) | 18:27 ↑ (245°) |
| 23.07.2026 | 05:00 ↑ (115°) | 18:27 ↑ (245°) |
| 24.07.2026 | 05:01 ↑ (115°) | 18:26 ↑ (245°) |
| 25.07.2026 | 05:01 ↑ (115°) | 18:26 ↑ (245°) |
| 26.07.2026 | 05:02 ↑ (115°) | 18:25 ↑ (245°) |
| 27.07.2026 | 05:02 ↑ (115°) | 18:25 ↑ (245°) |
| 28.07.2026 | 05:03 ↑ (115°) | 18:24 ↑ (245°) |
| 29.07.2026 | 05:03 ↑ (115°) | 18:24 ↑ (245°) |
| 30.07.2026 | 05:03 ↑ (115°) | 18:23 ↑ (245°) |
| 31.07.2026 | 05:04 ↑ (115°) | 18:22 ↑ (245°) |
| 01.08.2026 | 05:04 ↑ (115°) | 18:22 ↑ (245°) |
| 02.08.2026 | 05:05 ↑ (115°) | 18:21 ↑ (245°) |
| 03.08.2026 | 05:05 ↑ (115°) | 18:21 ↑ (245°) |
| 04.08.2026 | 05:06 ↑ (115°) | 18:20 ↑ (245°) |

যে কোনো দৈনিক পত্রিকায় বিজ্ঞাপন দিতে 977 5454 577

# জনগণনা !

**কোন কোন ৩৪ টি তথ্য এবার আপনাকে জানাতে হবে দেখে নিন। দেশের জনগণনা প্রক্রিয়াকে আরও সহজ, দ্রুত ও ডিজিটাল করার লক্ষ্যে ১লা আগস্ট থেকে ১৫ই আগস্ট ২০২৬ পর্যন্ত Self Census (স্ব-গণনা) কার্য্যক্রম পরিচালিত হবে।**

এবার নিজের সেন্সাস নিজেই করুন। নিজের স্মার্টফোন থেকেই ঘরে বসে মাত্র কয়েক মিনিটে সম্পন্ন করতে পারবেন আপনার স্ব-গণনা।

**নিচের এই তথ্য গুলো আপনি নিজের ফোন থেকেই ফিল আপ করতে পারবেন। জনগণনাতে এবার এই তথ্য গুলো আপনাকে জানাতে হবে।**

১. Line Number ক্রমিক নম্বর।
২. Building Number বিল্ডিং / বাড়ির নম্বর।
৩. Census House Number জনগণনার ঘর নম্বর।
৪. Floor Material মেঝে কী দিয়ে তৈরি।
৫. Wall Material দেওয়াল কী দিয়ে তৈরি।
৬. Roof Material ছাদ কী দিয়ে তৈরি।
৭. Use of Census House বাড়ি / ঘর কী কাজে ব্যবহৃত হয়।
৮. Condition of Census House বাড়ির অবস্থা।
৯. Household Number পরিবারের নম্বর।
১০. Total Persons পরিবারে সাধারণত বসবাসকারী মোট লোকসংখ্যা।
১১. Name of Head পরিবারের প্রধানের নাম।
১২. Sex of Head পরিবারের প্রধানের লিঙ্গ।
১৩. SC / ST / Other পরিবারের প্রধান SC / ST / Other কোন্ শ্রেণির।
১৪. Ownership Status বাড়িটি নিজের না ভাড়া।
১৫. Dwelling Rooms পরিবারের দখলে থাকা বসবাসের ঘরের সংখ্যা।
১৬. Married Couples পরিবারে বিবাহিত দম্পতির সংখ্যা।
১৭. Main Source of Drinking Water পানীয় জলের প্রধান উৎস।
১৮. Availability of Drinking Water পানীয় জলের উৎস কোথায় / কতটা উপলব্ধ।
১৯. Ain Source of Lighting আলোর প্রধান উৎস।
২০. Access to Latrine শৌচাগারের সুবিধা আছে কি না।
২১. Type of Latrine শৌচাগারের ধরন।
২২. Waste Water Outlet বর্জ্য জল নিষ্কাশনের ব্যবস্থা।
২৩. Bathing Facility স্নানের সুবিধা আছে কি না।
২৪. Kitchen & LPG / PNG রান্নাঘর এবং LPG / PNG সংযোগের সুবিধা।
২৫. Main Cooking Fuel রান্নার প্রধান জ্বালানি।
২৬. Radio / Transistor রেডিও / ট্রানজিস্টর আছে কি না।
২৭. Television টিভি আছে কি না।
২৮. Internet Access ইন্টারনেটের সুবিধা আছে কি না।
২৯. Laptop / Computer ল্যাপটপ / কম্পিউটার আছে কি না।
৩০. Telephone / Mobile / Smartphone টেলিফোন / মোবাইল / স্মার্টফোন আছে কি না।
৩১. Bicycle / Scooter / Motorcycle / Moped সাইকেল / স্কুটার / মোটরসাইকেল / মোপেড আছে কি না।
৩২. Car / Jeep / Van গাড়ি / জিপ / ভ্যান আছে কি না।
৩৩. Main Cereal Consumed পরিবারের প্রধান খাদ্যশস্য কী।
৩৪. Mobile Number জনগণনা-সংক্রান্ত যোগাযোগের জন্য মোবাইল নম্বর।

# যাকে বলি দলবদল

**অরিত্র দত্ত বণিক; জুলাই ১৩, ২০২৬ (Constitutional Politics)**

শব্দটার ভিতরেই একটা আরাম আছে। দলবদল। যেন জামা বদলানো, ঋতু বদলানো, কি একটা ট্রেন থেকে নেমে আর একটায় ওঠা। শব্দটা এত মোলায়েম যে, তার নিচে চাপা পড়ে যায় আসল লেনদেনটা, যেটা জামাও নয়, ঋতুও নয়, একজন মানুষের বিশ্বাস। ভোটদাতা যখন যন্ত্রের গায়ে একটা প্রতীকের পাশে আঙুল রাখেন, তিনি কোনও ব্যক্তিকে ভোট দেন না, একটা প্রতিশ্রুতিকে দেন। সেই প্রতিশ্রুতি যিনি বহন করবেন বলে দাঁড়িয়েছিলেন, তিনি যদি পরদিন সকালে অন্য শিবিরের চা খেতে চলে যান, তখন যা ঘটে, তার সঠিক নাম দলবদল নয়, তার নাম প্রতিশ্রুতিভঙ্গ। কিন্তু আমরা ভদ্র জাতি, কঠিন কথাকে নরম মোড়কে পরিবেশন করতে শিখেছি। তাই বিশ্বাসঘাতকতাকে বলি দলবদল, আর টেলিভিশনের পর্দায় সেই প্রহসন উপভোগ করি সন্ধের বিনোদনের মতো। দুটি সংখ্যা পাশাপাশি রাখুন, তাহলে আজকের বাংলার ছবিটা স্পষ্ট হবে। এবারের ভোটে রাজ্যে ভোটদানের হার প্রায় ৯৪ শতাংশ, যা রাজ্যের ইতিহাসে তো বটেই, দেশের কোনও সাধারণ নির্বাচনেই এর আগে দেখা যায়নি। আর ভোটের আগে, বিশেষ নিবিড় সংশোধনের (SIR) নামে, এই রাজ্যের তালিকা থেকে মুছে দেওয়া হয়েছিল প্রায় ৯১ লক্ষ নাম, যার মধ্যে ২৭ লক্ষের বেশি নাম বাদ পড়েছিল অযোগ্য ঘোষণার পর। মেটিয়াবুরুজের মাসুদা বিবির মতো মানুষ, যাঁর পরিবার পাঁচ পুরুষ ধরে ওই ভিটেয়, আবিষ্কার করেছিলেন, তাঁর নামটি আর ভোটার তালিকায় নেই। অর্থাৎ একদল মানুষ ভোট দিতে পারলেন না, আর যাঁরা পারলেন, তাঁরা নজিরবিহীন সংখ্যায় লাইনে দাঁড়ালেন, ঘণ্টার পর ঘণ্টা, আঙুলে কালি নিয়ে ঘরে ফিরলেন এই ভরসায় যে, এবার অন্তত তাঁদের রায়ের একটা অর্থ থাকবে।

কালি শুকোতে লাগে দিন পনেরো। রায়টির হাতবদল হতে লাগল তার চেয়েও কম সময়।

৪ঠা মে ফল বেরোল, ১৫ বছরের শাসনের অবসান, বিধানসভায় গেরুয়া ঝড়, ২০৭টি আসন। তৃণমূলের ঝুলিতে ৮০। এটুকু গণতন্ত্রের স্বাভাবিক নিয়ম, ক্ষমতা আসে-যায়, মানুষ রায় দেয়। কিন্তু তারপর যা হল, তার কোনও অংশ ভোটদাতা লাইনে দাঁড়িয়ে কল্পনা করেননি।

৬ই মে তৃণমূলের পরিষদীয় দল শোভনদেব চট্টোপাধ্যায়কে বিরোধী দলনেতা মনোনীত করে অধ্যক্ষকে জানাল। এদিকে ঋতব্রত বন্দ্যোপাধ্যায় ও সন্দীপন সাহা অভিযোগ তুললেন, ওই চিঠিতে স্বাক্ষর জাল করা হয়েছে। দায়ের হল এফআইআর, সিআইডি তদন্ত শুরু হল অভিষেক বন্দ্যোপাধ্যায়ের বিরুদ্ধে, আর দুই বিধায়ক দলবিরোধী কাজের অভিযোগে বহিষ্কৃত হলেন। কয়েক দিনের মধ্যে ৮০ জনের মধ্যে ৫৮ জন বিধায়ক, অধ্যক্ষ রথীন্দ্র বসুর সামনে হাজির হয়ে জানালেন, তাঁদের নেতা ওই বহিষ্কৃত ঋতব্রতই। অধ্যক্ষ (এরপর ২-এর পাতায়)

# "আউট অফ বক্স" ভাবতে শেখায় পাবলিক অ্যাডমিনে

ভারতের মতো এই বিপুল জনসংখ্যার দেশটির জটিল প্রশাসনিক কাঠামো মসৃণভাবে পরিচালনা করে পাবলিক অ্যাডমিনিস্ট্রেশন অ্যান্ড গভর্নেন্স। উচ্চ শিক্ষার ক্ষেত্রে এটি একটি দুর্দান্ত সম্ভাবনাময় কোর্স।

যাঁরা ভবিষ্যতে সরকারি অফিসে নীতি নির্ধারক ও প্রশাসক হিসেবে বা যাঁরা পলিটিক্যাল অ্যানালিস্ট হিসেবে কাজ করতে চান, যাঁরা বেসরকারি নানা সংস্থায় উচ্চ পদে বা নীতি নির্ধারক হিসেবে কাজ করতে চান তাঁদের জন্য পাবলিক অ্যামিনিস্ট্রেশন অ্যান্ড গভর্নেন্স সাবজেক্টে বিএ বা এমএ ডিগ্রি বেশ কাজে আসবে।

### শিক্ষাগত যোগ্যতা

প্রার্থীকে উচ্চ মাধ্যমিক (দ্বাদশ) পরীক্ষায় একটি স্বীকৃত বোর্ড থেকে পাশ করতে হয় সাধারণত সোশ্যাল সায়েন্স শাখায়। তবে অন্যান্য শাখার ছাত্রছাত্রীরাও এই কোর্সের জন্য যোগ্য হতে পারেন, তবে ওই ছাত্রছাত্রীদের জন্য বিভিন্ন প্রতিষ্ঠানে নানা রকম শর্ত থাকে। বেশিরভাগ প্রতিষ্ঠান ন্যূনতম ৫০% নম্বর অর্জন করার শর্ত দেয়।

### প্রবেশিকার পরীক্ষা

কিছু বিশ্ববিদ্যালয় মেধার ভিত্তিতে ভর্তি করে, কিছু প্রতিষ্ঠান প্রবেশিকার পরীক্ষা নেয়। ভর্তি প্রক্রিয়া অবশ্য বিশ্ববিদ্যালয়ভেদে আলাদা।

### সিলেবাস

সিলেবাসটি হলো পলিটিক্যাল সায়েন্স, ইকনমিক্স, আইন, সোশিওলজি এবং ম্যানেজমেন্টের একটি সুসংহত মিশ্রণ। (এরপর ২-এর পাতায়)

## দেখছি যেমন আরশিতে

### গাড্ডায় আড্ডা

নিখাদ আড্ডা হারিয়ে গিয়েছে বিকেল থেকে,
ভেতরের কথা ভেতরেই থাকে, গুমরে মরে;
একসাথে বসে বোলচাল গাঁথা গোধূলি দেখে
কিংবা হঠাৎ দমকা বাতাসে দোকানঘরে
কুশল আদানে মুখস্থ করা দ্রব্যদাম—
আজ কাচঘর অথবা প্রহরা বসানো মলে
নকল হাসিতে রঙিন আলোয় সাজানো নাম,
নীরব আড্ডা— চলভাষে মন নেটদখলে!

### কথাহীন কথামালা

মানুষই তো কথা বলে তাই ঘুম উপহার,
সারাদিন কলতান কত কথা— কথকতা,
কুকথার মাচা ভেঙে নদীমুখী বারবার—
দেহ স্নান করে তবু শ্রোতাদের নীরবতা।
শরীরে জ্বর বাড়লে চাপা কণ্ঠে কথারেখা,
আদর্শের শরবতে ক্লান্তি দূর সাময়িক;
কাগজ-কলম চাই— কথাই তো থাকে লেখা,
ভর-নামা সাঁঝবুড়ি সব বলে দেয় ঠিক।

— ড. গৌরাঙ্গদেব ভার্মা

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

- মাহিষ্য 32/5′3′′ স্নাতক, সুশ্রী পাত্রীর (গালে অল্প শ্বেতী) জন্য সরকারী চাকুরে / প্রতিষ্ঠিত ব্যবসায়ী সুপাত্র কাম্য। M - 96148 68917. NP-0393
- শর্মা (কর্মকার) মালদা নিবাসী, শান্ডিল্য 28+/5′1′′ M.A. পাত্রীর জন্য সঃ চাঃ উপযুক্ত সুপাত্র চাই। M - 9800370527. NP-0310
- মালদা নিবাসী কায়স্থ 28+/5′3′′ B.A., একমাত্র কন্যার জন্য 35 মধ্যে সঃ চাঃ / প্রতিষ্ঠিত ব্যবসায়ী পাত্র কাম্য। M - 79084 53390. NP-0372
- মালদা, Gen. (10.08.95) M.Mu., B.Ed, বেসরকারি স্কুলে কর্মরতা পাত্রীর জন্য সুপাত্র কাম্য। M - 9932931990. NP-0405
- সাহা 30/5′3′′ শ্যামবর্ণা, O+, 10 Pass, রাষ্ট্রীয় ব্যাংকে গ্রুপ-ডি পদে কর্মরতা পাত্রীর জন্য ইংরেজবাজার বা হবিবপুর ব্লকের মধ্যে সরকারী চাকুরে বা প্রতিষ্ঠিত ব্যবসায়ী পাত্র চাই। M - 9932293896. NP-0312
- শিক্ষক মা-বাবার উচ্চ শিক্ষিতা, ডিভোর্সী কন্যা। 44, একটি কন্যা সন্তান আছে। উপযুক্ত শিক্ষিত পাত্র চাই। M - 8609977351. NP-0365

**ব্রাহ্মণ 28/5′1′′ D.El.Ed, শ্যামবর্ণা, সুশ্রী পাত্রীর মালদা শহরে নিজস্ব বাড়ি। সরকারী চাকুরে / প্রতিষ্ঠিত ব্যবসায়ী সুপাত্র কাম্য। M - 90838 64674.** NP-0359

**বসাক (দাস) 27+/5′2′′ সুশ্রী, ফর্সা, B.Sc., Fashion Designing, প্রাইভেট কোম্পানীতে কর্মরতা (কোলকাতা), প্রতিষ্ঠিত সুশ্রী পাত্রীর জন্য SC / ST বাদে উপযুক্ত পাত্র কাম্য। শুধুমাত্র অভিভাবক যোগাযোগ করবেন। ঘটক / মেট্রিমনি নিষ্প্রয়োজন। M - 82507 56504 (6 P.M. - 11 P.M.).** NP-0401

## পাত্র চাই

- পাত্রী SC, 32/4′10′′ M.Sc., Govt. Service - Railway, Group - D (TKM - 4), অনূর্ধ্ব 35, সরকারী চাকুরে মালদা ও মালদার কাছাকাছি সুপাত্র চাই। M - 9647897757 / 8116016057 / 90888 52888. NP-0370
- SC, 29/5′4′′ Ph.D (রায়গঞ্জ বিশ্ব-বিদ্যালয়), উজ্জ্বল শ্যামবর্ণা পাত্রীর 32 মধ্যে সরকারী চাকুরীজীবি সুপাত্র কাম্য। M - 9734305576. NP-0322
- কায়স্থ মিত্র 29+/5′1′′ M.Sc., B.Ed. শিক্ষিকা (Contractual) সেন্ট্রাল স্কুল, সুন্দরী, একমাত্র কন্যা, দেবারি ব্যতিত 35 মধ্যে কায়স্থ / ব্রাহ্মণ, ডাক্তার / ইঞ্জিঃ, কেন্দ্র / রাজ্য স্থায়ী সরকারী কর্মী পাত্র চাই। M - 9474476495. NP-0343
- 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

**মালদা নিবাসী আইনজীবী, বৈশ্য 31/5′ পাত্রীর মালদা শহরে কর্মরত সঃ চাকুরে উপযুক্ত সঃ / উচ্চ অসঃ পাত্র কাম্য। M - 98003 78985 / 96413 63604.** NP-0325

**কর্মকার 28/5′3′′ উঃ শ্যামবর্ণা, একমাত্র কন্যা স্থায়ী নার্স পদে কর্মরতা। দাবীহীন প্রতিষ্ঠিত উপযুক্ত পাত্র চাই। M - 98325 35785.** NP-0323

**মন্ডল 27/5′2′′ H.S., স্বাস্থ্য বিভাগে ইংরেজবাজার ব্লকে কর্মরত (CHO), ফর্সা, স্লিম, একমাত্র সন্তান পাত্রীর জন্য সরকারী চাকুরে, মালদা শহরের উপযুক্ত পাত্র অগ্রগণ্য। M - 62976 51504.** NP-0347

## পাত্র চাই

- বিহারী সাহা 35/5′3′′ মাধ্যমিক পাশ, কিছুদিনের ডিভোর্সী পাত্রীর 40 - 45 মধ্যে নিজস্ব ব্যবসা / নিজ বাড়ি সুপাত্র চাই। M - 7479327753. NP-0324
- কায়স্থ 31+/5′1′′ B.Sc., Math (H), C.U., B.Ed করেছে, একমাত্র সন্তান। ছোট পরিবারের সরকারী চাকুরিজীবী সুপাত্র কাম্য। M - 9800169893. NP-0363
- Gen, দাস, ধনুরাশি, নরগণ 35/5′3′′ M.A., B.Ed, ফর্সা, সুশ্রী, মিউচ্যুয়াল ডিভোর্সী পাত্রীর জন্য উপযুক্ত সুপাত্র কাম্য। M - 9932443053. NP-0367

## পাত্রী চাই

- ব্রাহ্মণ, ভরদ্বাজ গোত্র 34/5′5′′ স্নাতক, ব্যবসায়ী পাত্রের সুশ্রী / ঘরোয়া পাত্রী চাই। M - 6297477782. NP-0319
- চৌধুরী 29/5′9′′ M.Sc., সরকারী চাকুরে পাত্রের জন্য ফর্সা, সুন্দরী, ঘরোয়া, অনূর্দ্ধা 24 পাত্রী কাম্য। দালাল নিষ্প্রয়োজন। M - 7098434344 / 8001810242. NP-0280
- বারুজীবী (দত্ত) 31+/5′3′′ B.Tech., ব্যাঙ্গালোরে কর্মরত পাত্রের জন্য 25 - 28 মধ্যে সুন্দরী, ঘরোয়া, সবর্ণ / অসবর্ণ পাত্রী চাই। M - 9475094087. NP-0273
- বৈশ্য দাস Gen., মালদা গৌড় রোড নিবাসী, নবোদয় বিদ্যালয়ে স্থায়ী শিক্ষক (কেঃ সঃ) 34/5′6′′ M.A. (JU), B.Ed পাত্রের সুন্দরী, শিক্ষিতা, রাঃ সঃ / কেঃ সঃ চাকুরীরতা 27 - 31 মধ্যে পাত্রী চাই। M - 97334 74387. NP-0394

**কায়স্থ দাস 31/5′9′′ M.A. & D.El.Ed., ব্যবসা। শিক্ষিতা, ফর্সা, ঘরোয়া, অনূর্দ্ধ 26 পাত্রী কাম্য। M - 98007 40999 / 89187 32078.** NP-0344

**কায়স্থ 35+/5′7′′ M.A. (Eng.), মেডিক্যাল রিপ্রেজেন্টেটিভ (এরিয়া ম্যানেজার) কর্মরত পাত্রের জন্য 28 মধ্যে শিক্ষিতা, সুশ্রী, ঘরোয়া / চাকুরীরতা পাত্রী কাম্য। M - 97349 00165.** NP-0269

## পাত্রী চাই

- বিদ্যুৎ দপ্তরের গ্রুপ - C পদে স্থায়ী সঃ চাকুরে, পাল, 32+/5′6′′ পাত্রের জন্য ফর্সা, সুন্দরী পাত্রী কাম্য। M - 9614906228. NP-0386
- মালদা নিবাসী আইনজীবী, কায়স্থ 34/5′8′′ একমাত্র পুত্রের জন্য ন্যূনতম স্নাতক, ঘরোয়া পাত্রী কাম্য। M - 79084 53390. NP-0371
- ঘোষ 40+/5′6′′ B.A., সঃ চাকুরে (স্থায়ী) পাত্রের জন্য 30 - 35 মধ্যে সুশ্রী, ন্যূনতম স্নাতক, ঘরোয়া / চাকুরে, সঃ / উচ্চ অসঃ পাত্রী কাম্য। M - 9933877422. NP-0354
- বৈশ্য সাহা 35+/5′7′′ B.Tech. (Comp. Sc.) রেল দপ্তরে Tech. Gr.-D পদে (বর্তমানে অফিসে Comp.-এ কর্মরত)। মা-বাবা রাজ্য সরকারের Pensioner। শিক্ষিতা, সুশ্রী, গৌরবর্ণা, 28 - 31 মধ্যে চাকুরীরতা অগ্রগণ্যা। M - 94753 09781. NP-0301

**কায়স্থ 28+/5′5′′ বি.টেক., নিজ বাড়ি ও ব্যবসা, রিটায়ার্ড ব্যাঙ্ক কর্মীর পুত্রের 24 মধ্যে স্নাতক, ফর্সা, সুশ্রী, সঃ / উচ্চ অসঃ পাত্রী কাম্য। সত্বর বিবাহ। M - 96472 24249.** NP-0361

**পাত্র কুলীন কায়স্থ, কলিতে কর্মরত B.Tech. (Reliance) 5′4′′, 42+ বয়স। 32 - 37 মধ্যে শিক্ষিতা, সুশ্রী পাত্রী কাম্য। Divorcee যোগাযোগ করবেন না। M - 81709 42532, সন্ধ্যা 6 - 9 মধ্যে।** NP-0407

**মালদা নিবাসী রায়চৌধুরী, Gen. কাস্ট 27/5′5′′ চিকিৎসক, এম.ডি. পাঠরত, পিতা-মাতা উভয়ই রিটায়ার্ড সরকারী চাকুরে। একমাত্র সন্তান পাত্রের জন্য শিক্ষিতা, সুন্দরী, ঘরোয়া, ছোটো পরিবারের উপযুক্ত সঃ / উচ্চ অসঃ পাত্রী কাম্য। M - 89006 50237 (5 P.M. to 9 P.M.).** NP-0388

## ক্রয়

**ওল্ড মালদা বা মালদা শহর থেকে 5 কি.মি.-র মধ্যে বাস চলাচল রাস্তার ধারে 3 বিঘা জায়গা চাই। M - 97330 61712.** NP-0362

**হবিবপুর / বামনগোলাতে কাঁচা / মোরাম রাস্তার পাড়ে চাষযোগ্য জমি কিনতে চাই। মালিক যোগাযোগ করুন। M - 86704 32226.** NP-0341

## টিউশন / কোচিং

- Class III - V All Subject, VI - VIII Maths, Science, English, Hindi বাড়িতে গিয়ে পড়ানো হয়। (English / Hindi Medium). M - 9318429741. NP-0404
- পদস্থ ইঞ্জিনিয়ার বাড়িতে গিয়ে VII - X (সমস্ত বোর্ড) ছাত্র-ছাত্রীদের চাহিদা মতো অঙ্কের CHAPTERS বোঝাচ্ছেন SLOT বুকিং-এর মাধ্যমে (বৃহঃ / শুক্র)। Pal Sir - 9932239094. NP-0297

## ভাড়া / লীজ

**গোলাপট্টিতে উপযুক্ত পরিবেশে অফিস ভাড়া দেওয়া হবে। সত্বর যোগাযোগ করুন — 77975 52646.** NP-0408

- সেন্ট মেরি স্কুলের কাছে নজরুল বাগে ছোট গাড়ি (উচ্চতা 5′) / টোটো / মোটর সাইকেল রাখার / গুদাম হিসাবে ভাড়া দেওয়া হবে। M - 8670909603. NP-0306

**2 BHK SEMI FURNISHED FLAT NEAR PANTALOONS (KANIR MORE) FOR RENT, MOBILE - 97751 40119.** HUF-0247

**দক্ষিণ সিঙ্গাতলায় গ্লো নার্সিং হোমের বিপরীতে কমার্শিয়াল কমপ্লেক্স-এ অফিস স্পেস (গ্রাউন্ড ফ্লোরে 1200 বর্গফুট, ফার্স্ট ফ্লোরে 1600 বর্গফুট, থার্ড ফ্লোরে 1600 বর্গফুট) ভাড়া দেওয়া হবে। ডাক্তার চেম্বার, ডায়াগনস্টিক সেন্টার, ব্যাংক, এটিএম, মেডিসিন শপ-এর জন্য আদর্শ। আগ্রহী ব্যক্তিরা যোগাযোগ করুন। M - 97491 54795 / 90022 23583.** Agent-1881

## বিক্রয়

**For Sale ₹ 5700/ Sq.ft. 4-Story Building**

**(Engineer owned and constructed) located Prime Area in Malda**

1 No. Govt. Colony, near Anek Sangha Park on main road.
Land area **2250 sq.ft.** Built-up. Area Approx **10000 Sq.ft.** Approved **Plan 2013.**

**Features** : Lift, Garage, Quality building materials used Well-finished and furnished each room equipped with AC, TV, Geyser, Furniture, Cupboards, Fan and Light.

Interested buyers may contact, WhatsApp : **91633 07902** and E-mail : **sksahaddpark@gmail.com**

**জমি সহ 4 তলা বাড়ি বিক্রয়**

@₹5700/-/ স্কোয়ার ফিট, 4 তলা বিল্ডিং (ইঞ্জিনিয়ারের নিজের বাড়ি), মালদা 1 নং গর্ভমেন্ট কলোনী, অনিক সংঘ পার্কের কাছে, রাস্তামুখী জমি। জমির পরিমাণ 2250 স্কোয়ার ফিট। বিল্টআপ পরিমাণ প্রায় 10000 স্কোয়ার ফিট। মিউনিসিপ্যাল অনুমোদিত প্ল্যান 2013। লিফট ও গ্যারেজ উপলব্ধ। গুণমান সম্পন্ন নির্মাণ সামগ্রী ব্যবহৃত হয়েছে। সুন্দর ফিনিশিং ও সজ্জিত ইন্টেরিয়র, প্রতিটি কক্ষে এসি, টিভি, গিজার, কাঠের আসবাবপত্র, আলমারি, পাখা ও আলো সহ সজ্জিত। আগ্রহী ক্রেতারা যোগাযোগ করতে পারেন - হোয়াটসঅ্যাপ 9163307902 অথবা মেইল আইডি : sksahaddpark@gmail.com

**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। সত্বর 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**

## বিক্রয়

**বিবেকানন্দপল্লীতে 3 কাঠা জায়গার উপর মার্বেল টাইলস বসানো 3 তলা বাড়ি শীঘ্র বিক্রয়। M - 79084 86607.** NP-0356

**ঠাকুর দাস বাবু লেনে মা চন্ডী এপার্টমেন্টের 5th Floor অতি শীঘ্রই বিক্রয়। যোগাযোগ - 96098 03848 / 94340 52128.** NP-0369

**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.**

**পরবর্তী জরুরী গাইড বিতরিত হবে 4 আগস্ট, 2026, মঙ্গলবার। বিজ্ঞাপন জমা দেওয়ার শেষ তারিখ 29 জুলাই, 2026, বুধবার, সন্ধ্যা 7 টার মধ্যে।**

## কর্মখালি

- মালদাতে নিজ চেম্বারে কম্পিউটার জানা (22y - 28y) মধ্যে ছেলে চাই। (11 A.M. - 3 P.M.), মাসিক Rs. 5500/-, M - 94342 19397. NP-0340

**একটি শীর্ষ আউটডোর বিজ্ঞাপন কোম্পানী একজন পুরুষ প্রার্থীকে ক্লায়েন্ট সার্ভিসিং এবং আউটডোর কার্যক্রম ব্যবস্থাপনার জন্য নিয়োগ দিচ্ছে। ন্যূনতম যোগ্যতা ঃ স্নাতক। বেতন আলোচনা সাপেক্ষ। M - 86534 44413.** NP-0380

**ব্র্যান্ডেড ইলেকট্রনিক্স প্রোডাক্ট-এর ডিস্ট্রিবিউটরের অফিসে একাউন্টেন্ট এবং সার্ভিস ম্যানেজার পদে উপযুক্ত অভিজ্ঞতাসম্পন্ন / দক্ষ পুরুষ / মহিলা কর্মী প্রয়োজন। মালদা শহরে ব্যাঙ্ক কলোনী, ধীরেন্দ্রনাথ সাহা বিদ্যা ভবনের কাছে। M - 81700 24173.** NP-0329

## কর্মখালি

## নামমাত্র খরচে পাত্র / পাত্রীর প্রোফাইল khonj.in ওয়েবসাইটে পোস্ট করুন। মালদা সহ নিকটবর্তী জেলার খোঁজ-খবর পান।

**নীচের ফর্মের তথ্য পূরণ করে হোয়াট্সঅ্যাপ করুন**

প্রার্থীর (পাত্র / পাত্রীর) নাম* : ......................................
বয়স : ......................................
উচ্চতা : ......................................
কাস্ট / গোত্র / পদবি : ......................................
ব্লাড গ্রুপ : ......................................
শিক্ষাগত যোগ্যতা : ......................................
অন্যান্য যোগ্যতা : ......................................
চাকুরে / ব্যবসায়ী / অন্য কোন পেশা : ......................................
পৈতৃক নিবাস : ......................................
কর্মস্থল : ......................................
বার্ষিক আয় : ......................................
চেহারার গড়ন : ......................................
পিতা-মাতার কততম সন্তান : ......................................
বর্তমানে বৈবাহিক স্থিতি : ......................................
১) অবিহিত ☐ ২) ডিভোর্সী ☐
৩) বিধবা ☐ ৪) বিপত্নীক ☐
৫) ডিভোর্সের জন্য অপেক্ষারত ☐
খাদ্যাভ্যাস : ......................................
নিরামিশাষী হলে লিখুন : ......................................
বাসস্থান : নিজস্ব ☐ পৈতৃক ☐ ভাড়া ☐

**কেমন পাত্র / পাত্রী খুঁজছেন তার সংক্ষিপ্ত বিবরণ**

কোন্ কাস্ট অগ্রাধিকার ?
সবর্ণ ☐ / অসবর্ণ ☐ / উচ্চ অসবর্ণ ☐

নিজের সাম্প্রতিক ছবি (সর্বাধিক তিনটি),
আধার কার্ড, ভোটার কার্ড, বয়সের প্রমাণ (PAN / Admit Card)।
(ছবি সহ সরকারী একটি নথি ও বয়সের প্রমাণের নথির ফটোকপি / ডিজিটাল কপি পাঠানো বাধ্যতামূলক)।
WApp No. : **9233 44 45 46** (chat only)
**khonj.in/patro** (পাত্রের জন্য), **khonj.in/patri** (পাত্রীর জন্য)

তারিখ : ......................
আবেদনকারীর স্বাক্ষর
ঠিকানা : ......................................
ফোন / হোয়াট্স্অ্যাপ নং : ......................................
ই-মেইল আই.ডি. : ......................................

**ক্লাসিফায়েড এবং ডিসপ্লে-ক্লাসিফায়েড বিজ্ঞাপন একসাথে ২ বারের জন্য বুক করলে তৃতীয়বার প্রকাশিত হবে বিনামূল্যে। WApp - 9233 44 45 46**

**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।**

**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.**

## 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**

# দলবদল

*(প্রথম পাতার পর)*

রায় দিলেন, দলের গঠনতন্ত্র অনুযায়ী বহিষ্কার দুটি বৈধ নয়, অতএব ঋতব্রত এখনও দলেরই সদস্য, এবং সংখ্যার জোরে তিনিই বিরোধী দলনেতা। এক মাসের মধ্যে ঋতব্রত দাবি করলেন, তাঁর পিছনে এখন ৬৪ জন, অর্থাৎ দুই-তৃতীয়াংশেরও বেশি।

এই গোটা আয়োজনের সবচেয়ে বড় অনুপস্থিতি একজনেরই। সেই মানুষটির, যিনি এপ্রিলের রোদে লাইনে দাঁড়িয়েছিলেন। তাঁকে কেউ জিজ্ঞেস করেনি। তাঁকে জিজ্ঞেস করার কোনও ব্যবস্থা এই ব্যাকরণে নেই।

দিল্লিতেও একই চিত্রনাট্য। ২৯টি লোকসভা আসনের একজন প্রয়াত, বাকি ২৮-এর মধ্যে ২০ জন সাংসদ, কাকলি ঘোষদস্তিদারের নেতৃত্বে, অধ্যক্ষ ওম বিড়লার বাড়িতে গিয়ে পৃথক গোষ্ঠীর স্বীকৃতি চাইলেন, ঘোষণা করলেন তাঁরা মিশে যাচ্ছেন ন্যাশনালিস্ট সিটিজেনস পার্টি অফ ইন্ডিয়া নামের এক দলে, এবং প্রধানমন্ত্রীর নেতৃত্বে এনডিএ-র সঙ্গে কাজ করবেন। আর ৩রা জুলাই, কলকাতার মেট্রোপলিটন বিল্ডিংয়ে, বিদ্রোহী শিবির তৃণমূল ভবনের তালা বদলে, নতুন পোস্টার সেঁটে ঘোষণা করল, এটাই আসল দল, এটাই আসল সদর দপ্তর। নির্বাচন কমিশনের সামনে এখন দুটি তৃণমূল দাড়িয়ে, দুই পক্ষই জোড়া ঘাসফুলের দিকে আঙুল তুলে বলছে ওটি আমার।

এই গোটা আয়োজনের সবচেয়ে বড় অনুপস্থিতি একজনেরই। সেই মানুষটির, যিনি এপ্রিলের রোদে লাইনে দাঁড়িয়েছিলেন। তাঁকে কেউ জিজ্ঞেস করেনি। তাঁকে জিজ্ঞেস করার কোনও ব্যবস্থা এই ব্যাকরণে নেই।

যে ভয়ে আইনটা জন্মেছিল এ রোগ বাংলা আগে দেখেছে। ষাটের দশকের শেষ, রাজ্য জুড়ে সরকার গড়ে আর ভাঙে, যেন তাসের ঘর। বিধায়করা রাতারাতি রং বদলান, একের পর এক রাষ্ট্রপতি শাসন নেমে আসে ক্লান্ত অভিভাবকের মতো। হরিয়ানার সেই গয়া লাল, যিনি এক পক্ষকালে তিনবার দল পালটে দেশকে উপহার দিয়েছিলেন ‘আয়া রাম গয়া রাম প্রবাদটি, তিনিও ওই যুগেরই সন্তান। এই ব্যাধির ওষুধ হিসেবেই ১৯৮৫ সালে ৫২তম সংশোধনীর হাত ধরে সংবিধানে যুক্ত হল দশম তফসিল। আইনটির বক্তব্য ছিল দ্ব্যর্থহীন। ভোট প্রতীকের, ব্যক্তির নয়। যিনি ঘাসফুল দেখে জিতে এসে অন্যত্র গিয়ে বসবেন, তিনি ভোটদাতার সঙ্গে প্রতারণা করলেন, আর তার একমাত্র শাস্তি সদস্যপদ খোয়ানো। পদত্যাগপত্র লেখারও প্রয়োজন নেই, আচরণই যথেষ্ট।

আইনের অক্ষরগুলি আজও অটুট। কিন্তু ভিতরের প্রাণটি কখন যেন নিঃশব্দে বেরিয়ে গেছে। এককালে একটি ফাঁক ছিল, দলের এক-তৃতীয়াংশ ভাঙলে তাকে বৈধ বিভাজন বলে চালানো যেত, আর সেই ফাঁক গলেই চলত পাইকারি দলবদলের কারবার। ৯১তম সংশোধনী সেই দরজায় হুড়কো দিল। রইল কেবল একটি পথ, চতুর্থ অনুচ্ছেদের সংযুক্তি, যেখানে দুই-তৃতীয়াংশ সদস্যের সম্মতিতে গোটা দলটি অন্য দলে বিলীন হয়ে যায়। কিহোতো হোলোহান মামলায় সর্বোচ্চ আদালত অধ্যক্ষকে বিচারকের আসনে বসিয়েছিল বটে, বিচারবিভাগীয় পর্যালোচনার দরজাটিও খোলা রেখেছিল। তবে বিচারকের নিরপেক্ষতা তো ধারা দিয়ে বাঁধা যায় না। কেইশাম মেঘচন্দ্র মামলায় আদালত বলে দিয়েছিল, এমন আবেদনের নিষ্পত্তি যুক্তিসংগত কাল, সাধারণত ৩ মাসের মধ্যে, হওয়া বিধেয়।

আজ যে ২০ জন সাংসদ শিবির বদলাচ্ছেন, তাঁরা এই সংযুক্তির অঙ্কটিকেই ঢাল করছেন। আঠাশের দুই-তৃতীয়াংশ প্রায় উনিশ, কুড়িতে সংখ্যাটা মিলেও যায়। কিন্তু আইন কেবল অঙ্কে থামে না। প্রাক্তন লোকসভা মহাসচিব পি ডি টি আচারি মনে করিয়ে দিচ্ছেন, চতুর্থ অনুচ্ছেদের রক্ষাকবচ তখনই খাটে যখন মূল রাজনৈতিক দলটি অন্য দলে মেশে, এবং তার আইনসভার সদস্যদের অন্তত দুই-তৃতীয়াংশ তাতে সম্মতি দেন। সাংসদেরা একা মিশতে পারেন না। এই যুক্তিতেই অভিষেক বন্দ্যোপাধ্যায় অধ্যক্ষের কাছে ২০টি পৃথক অযোগ্যতার আবেদন জমা দিয়েছেন।

আর সেই দলটি, যার আশ্রয়ে আঠাশ বছরের একটি সংগঠনের কুড়িজন সাংসদ মিশে যেতে চাইছেন? এনসিপিআই নথিভুক্ত হয় ২০২৩-এর জানুয়ারিতে, কমিশনের খাতায় তার ঠিকানা হাওড়া জেলার সাঁকরাইলের একটি বাড়ি। এটি নথিভুক্ত অথচ অস্বীকৃত দল। ২০২২-২৩ অর্থবর্ষে যার মোট আয় দেখানো হয়েছে এক লক্ষ তেরো হাজার টাকা, আর যিনি নথিভুক্তির সময় সভানেত্রী ছিলেন, সেই আইনজীবী শেউলি কুন্ডু জানিয়েছেন তিনি সম্প্রতি ইস্তফা দিয়েছেন, ফলে দলটি এখন কার, তা স্পষ্ট নয়। সংখ্যাটি আবার পড়ুন। এক লক্ষ তেরো হাজার টাকা। ভারতের সংসদে দ্বিতীয় বৃহত্তম আঞ্চলিক শক্তির কুড়িজন প্রতিনিধি এই ঠিকানায় গিয়ে আশ্রয় নিচ্ছেন। রাজনীতিতে এমন বিনয় বিরল।

ঠিক এখানেই আইনটি মুখ ঘুরিয়ে নেয়। এই আবেদনের বিচার করবেন অধ্যক্ষ, যিনি শাসক জোটেরই লোক। কিহোতো হোলোহান মামলায় সর্বোচ্চ আদালত অধ্যক্ষকে বিচারকের আসনে বসিয়েছিল বটে, বিচারবিভাগীয় পর্যালোচনার দরজাটিও খোলা রেখেছিল। তবে বিচারকের নিরপেক্ষতা তো ধারা দিয়ে বাঁধা যায় না। কেইশাম মেঘচন্দ্র মামলায় আদালত বলে দিয়েছিল, এমন (এরপর ৩-এর পাতায়)

# “আউট অফ বক্স”

*(প্রথম পাতার পর)*

ছাত্রছাত্রীরা ডিগ্রি অর্জন করতে গিয়ে পাবলিক পলিসি, জনকল্যাণমূলক প্রশাসন, আমলাতন্ত্র, ফিনান্সিয়াল ম্যানেজমেন্ট, হিউম্যান রিসোর্স ম্যানেজমেন্ট, ডিজাস্টার ম্যানেজমেন্ট, ডিজিটাল গভর্নেন্স, ই গভর্নেন্স, প্রশাসনের সুস্থায়ী উন্নয়ন, বিশ্বায়ন ইত্যাদি সাম্প্রতিক গুরুত্বপূর্ণ বিষয়গুলি নিয়ে গভীর জ্ঞান লাভ করেন যা তাঁদের ভালো কেরিয়ার গড়তে খুব সাহায্য করে। এছাড়াও সিলেবাসে আছে ভারতের সংবিধান, যুক্তরাষ্ট্রীয় কাঠামো, পাবলিক অ্যাডমিনিস্ট্রেশন নিয়ে স্পষ্ট ধারণা ও সবিস্তার আলোচনা, কর্পোরেট গর্ভনেন্স, রাজনীতি নিরপেক্ষ প্রশাসন, প্রশাসনের সঙ্গে মানুষের সম্পর্ক নিয়ে বিখ্যাত তত্ত্বগুলির চর্চা, ভারতীয় প্রশাসনের গঠনতন্ত্র ও নীতি নির্ধারণ নিয়ে বিস্তারিত আলোচনা। পাবলিক অ্যাডমিনে এমএ বা পোস্ট গ্র্যাজুয়েট ডিপ্লোমা কোর্স বা গবেষণাও করতে পারেন।

**কেরিয়ারে সম্ভাবনা সিভিল সার্ভিস ঃ** অনেক গ্র্যাজুয়েটই ইউপিএসসি, রাজ্য সরকারের পিএসসি আয়োজিত সিভিল সার্ভিস পরীক্ষায় অংশ নেন। আইএএস, আইপিএস, আইএফএস, ডব্লিউবিসিএস -এর মতো মর্যাদাপূর্ণ সিভিল সার্ভিসে যোগ দিতে পারেন। অনেক সময় ভারতীয় রেলসহ রাষ্ট্রায়ত্ত বিভিন্ন সংস্থায় নানা পদে কর্মী নিয়োগ করা হয় । পাবলিক সেক্টর পাবলিক সেক্টর এন্টারপ্রাইজে, কেন্দ্রীয় ও রাজ্য সরকারি বিভিন্ন সংস্থায়, পাবলিক অ্যাডমিনিস্টে-শনে প্রশাসনিক কর্তা বা ম্যানেজার হিসেবে কাজের সুযোগ রয়েছে।

**এনজিও ঃ** এনজিওতে প্রজেক্ট ম্যানেজার, পলিসি অ্যানালিস্ট, রিসার্চার বা গবেষক হিসেবে কাজ করা যায়। এছাড়া আছে কর্পোরেট সোশ্যাল রেসপন্সিবিলিটি (সিএসআর) ম্যানেজারের চাকরি।

**পলিসি অ্যানালিস্ট ঃ** সরকারি সংস্থা, থিংক ট্যাঙ্ক বা আন্তর্জাতিক সংস্থায় পলিসি অ্যানালিস্ট বা নীতি বিশ্লেষক হিসেবে কাজ করার সুযোগ রয়েছে।

**শিক্ষা এবং গবেষণা ঃ** গবেষণায় কেরিয়ার গড়তে পারেন বা কলেজে শিক্ষক হিসেবে যোগ দিতে পারেন। সিভিল সার্ভিসের প্রতি যে ভাবে আগ্রহ বৃদ্ধি পাচ্ছে, তাতে এই কোর্সের চাহিদা বাড়ছে। অনেকে বেসরকারি সংস্থাগুলির উচ্চ পদে নিযুক্ত হন।

**তথ্য সহায়তা ঃ** ড. নবমিতা দে ভৌমিক, অধ্যাপক, পলিটিক্যাল সায়েন্স স্কুল অফ লিবারাল আর্টস অ্যান্ড কালচারাল স্টাডিজ।

## জ্যোতিষ চর্চা

স্বত্বাধিকারী অর্ণব কুমার দে কর্তৃক ক্যাইক 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

যে কোন প্রিন্ট মিডিয়ায় বিজ্ঞাপন দিলেই
ওয়েবসাইটে বিজ্ঞাপন পোস্ট করুন বিনামূল্যে
খোঁজ
www.khonj.in
এখন আরো বেশী রেসপন্স পান বিনামূল্যে

# ব্যাঙ্কে অফিসার

(প্রথম পাতার পর)

উঠেছে। ইংরেজি ভাষায় নম্বর অনেকটাই কমানো হয়েছে। পাঁচটি প্রশ্ন বেশি থাকা সত্ত্বেও (প্রশ্নের সংখ্যা ৩৫ থেকে বেড়ে হয়েছে ৪০), এর নম্বর বিভাজন কিন্তু ৪০ থেকে কমে ২০ হয়ে গিয়েছে। এর ফলে মেন পরীক্ষায় স্কোর করার ক্ষেত্রে ইংরেজির প্রতিটি প্রশ্নের গুরুত্ব ভালো রকম কমে যায়। রিজনিং এবং ডেটা অ্যানালাইসিস অ্যান্ড ইন্টারপ্রিটেশন অংশে এখন প্রতিটিতে ৪০টি করে প্রশ্ন থাকবে (আগে ছিল ৩৫টি)। তবে নম্বর একই (অর্থাৎ প্রতিটিতে ৬০) করে রাখা হয়েছে। যার অর্থ, এই বিভাগগুলিতেও প্রশ্ন পিছু নম্বর কিছুটা কম। সামগ্রিক মোট নম্বর ২০০-তেই অপরিবর্তিত রয়েছে। মোট সময় ১৬০ মিনিট। এর সঙ্গে রয়েছে বর্ণনামূলক (ডেসক্রিপটিভ) পত্রের জন্য ২৫ নম্বর। পরীক্ষায় ব্যাঙ্কিং ও ডিজিটাল টেকনোলজি এবং আর্থিক সচেতনতার সঙ্গে সম্পর্কিত Essay and Comprehension থাকবে।

## প্রার্থীর ইন্টারভিউ ও পার্সোনালিটি টেস্ট

মেন পরীক্ষায় উত্তীর্ণ হলে পার্সোনালিটি টেস্টের জন্য ডাকা হবে। ইন্টারভিউয়ে মোট নম্বর ১০০। উত্তীর্ণ হতে দরকার ৪০% নম্বর। এসসি, এসটি, ওবিসি, শারীরিক প্রতিবন্ধী প্রার্থীদের জন্য উত্তীর্ণ হতে দরকার ৩৫%। চূড়ান্ত নির্বাচন একটি সম্মিলিত স্কোরের উপর ভিত্তি করে করা হয়, যেখানে মেন পরীক্ষা এবং ইন্টারভিউয়ের গুরুত্ব যথাক্রমে ৮০.২০ অনুপাতে দেওয়া হয় ।

## প্রস্তুতির কৌশল

প্রতিটি বিভাগের জন্য প্রস্তুতির কৌশল আলাদা। বিগত বছরের প্রশ্নপত্র বিশ্লেষণ করে পরীক্ষার্থীরা গুরুত্বপূর্ণ বিষয়গুলি চিহ্নিত করতে পারেন এবং সর্বোচ্চ নম্বর পাওয়ার সম্ভাবনা রয়েছে এমন ক্ষেত্রগুলিতে মনোযোগ দিতে পারেন।

## কোয়ান্টিটেটিভ অ্যাস্টিটিউড

কোয়ান্ট পরীক্ষা গতি এবং নির্ভুলতা উভয়ই যাচাই করে। সীমিত সময়ের মধ্যে সর্বোচ্চ স্কোর করার দক্ষতা অর্জনের জন্য সরলীকরণ, ডেটা ইন্টারপ্রিটেশন (DI) এবং পাটিগণিতের সমস্যার উপর মনোযোগ দিন। গুরুত্ব দিয়ে পড়ুন সরলীকরণ, আসন্নীকরণ, নম্বর সিরিজ, দ্বিঘাত সমীকরণ, শতকরা, অনুপাত, সময় ও কাজ, সময় ও দূরত্ব, লাভ ও ক্ষতি, সরল সুদ ও চক্রবৃদ্ধি সুদ। পরামর্শ ২০ পর্যন্ত নামতা, ২৫ পর্যন্ত বর্গ ও ঘন এবং ভগ্নাংশ-শতাংশের সমতুল্য মান মুখস্থ করুন।

## রিজনিং

যুক্তিবিদ্যা হলো বিন্যাস শনাক্ত-করণের বিষয়। Puzzle এবং Sitting Arrangement কে অগ্রাধিকার দিন, কারণ এই বিভাগে এগুলোরই সবচেয়ে বেশি গুরুত্ব রয়েছে। গুরুত্ব দিয়ে পড়তে হবে, Puzzles, Scating Arrangements, Syllogism, Inequalities, Blood Relations, Direction Sense। জটিল প্রশ্ন সমাধানের আগে সরাসরি প্রশ্ন (যেমন inequalities, syllogism) দিয়ে শুরু করুন। পরামর্শ অনুমান নির্ভর সমস্যা এড়াতে ছবি দেখে সমাধান করার অভ্যাস করুন।

## ইংরেজি ভাষা

ইংরেজি পরীক্ষাটিতে চাকরিপ্রার্থীর বোধগম্যতা এবং ব্যাকরণ যাচাই করা হয়। শব্দ ভাণ্ডার বৃদ্ধি করুন, নির্ভুল হতে ও গতি বাড়াতে আর সি (রিডিং কম্প্রিহেনশন) অনুশীলন করুন। ভালো করে পড়ুন, পাঠ্য অনুধাবন, ভুল শনাক্তকরণ, ক্লোজ টেস্ট, বাক্য সংশোধন, শূন্যস্থান পূরণ করুন। বোধগম্যতা ও শব্দ ভাণ্ডার উন্নত করতে রোজ খবরের কাগজের সম্পাদকীয় পড়ুন। পরামর্শ ব্যাকরণের নিয়মগুলি রিভিসন করুন। যেমন, tenses, prepositions, subject-verb agreement।

## ব্যাঙ্কিং ও অর্থনীতি

ব্যাঙ্কিং ও অর্থনীতি সম্পর্কে জ্ঞান নিয়মিতভাবে চর্চা করলে এখানে সবচেয়ে সহজে নম্বর তোলা যায়। ব্যাঙ্কিং সচেতনতা এবং সাম্প্রতিক ঘটনাবলীর উপর মনোযোগ দিন। ভালো করে পড়ুন, ব্যাঙ্কিং সচেতনতা, আরবিয়াই সার্কুলার, মুদ্রানীতির হালনাগাদ, বিগত ৬ মাসের সাম্প্রতিক ঘটনাবলী। পরামর্শ সংক্ষিপ্ত নোট তৈরি করুন এবং প্রতিদিনের কুইজগুলো রিভিসন দিন।

## নিয়মিত অনুশীলন

বিগত বছরের প্রশ্নপত্র সমাধান করুন। পরীক্ষার ধরন এবং জিজ্ঞাসা করা প্রশ্নের ধরন সম্পর্কে ধারণা পেতে বিগত বছরের প্রশ্নপত্র অনুশীলন করুন। প্রস্তুতি মূল্যায়ন করতে, টাইম ম্যানেজমেন্ট উন্নত করতে নিয়মিত মক টেস্ট দিন। ব্যাঙ্কিং ও আর্থিক সচেতনতার জন্য সংবাদপত্র, ম্যাগাজিন পড়ে প্রতিদিনের বিষয়গুলি সম্পর্কে আপডেট থাকুন। সীমিত সময়ের মধ্যে নির্ভুল উত্তর দেওয়ার উপর জোর দিন। **তথ্য সহায়তা ঃ** এ ইউ লার্নিং সেন্টার।

# সাংসারিক গাইড

● রান্না পুড়ে পাত্রের তলায় এঁটে গেছে? পত্রটিকে নুন জলে ভর্তি করুন। তারপর আঁচে বসান। জল ফুটতে শুরু করলেই পোড়া অংশ আলগা হয়ে উঠে যাবে।

● রান্নার সময় হাতে হলুদের দাগ হলে, আলুর খোসা ছাড়িয়ে হাতে ঘষে, হাত ধুয়ে নিলে আর হলুদের দাগ থাকবে না।

● টিন থেকে মরচে তুলতে হলে আলু কেটে বাসন ধোয়ার গুঁড়োয় ডুবিয়ে সেটা দিয়ে ঘষলেই মরচে উঠে যাবে।

● কফির যদি স্বাদ আরো বাড়াতে চান তাহলে সামান্য টেবিল সল্ট মিশিয়ে নিন।

● তুলসী পাতা শুকিয়ে গুঁড়ো করে রাখুন। চা তৈরির সময় দুচিমটি লিকারে দিয়ে দেবেন। আরো ভালো স্বাদ আসবে। নানা রোগও আটকাবে।

● এক টুকরো সন্ধক লবণ ঘি-এর শিশির মধ্যে রেখে দিন। এতে ঘি বেশি দিন টাটকা থাকবে, স্বাদেরও পরিবর্তন হবে না।

● দুধ পড়ে গেলে দুধ থেকে পোড়া গন্ধ দূর করতে হলে তাতে পান পাতা ফেলে কিছুক্ষণ ফুটিয়ে নিন। পোড়া গন্ধ কেটে যাবে।

— দিদি।

# দলবদল

(দ্বিতীয় পাতার পর)

আবেদনের নিষ্পত্তি যুক্তিসংগত কাল, সাধারণত ৩ মাসের মধ্যে, হওয়া বিধেয়। এবার পাশে রাখুন বাস্তবের ছবিটি। মহারাষ্ট্রে শিবসেনা ভাঙার পর অধ্যক্ষ রায় শোনাতে সময় নিয়েছিলেন প্রায় দেড় বছর, আর সেই সুদীর্ঘ প্রতীক্ষার শেষে কারও একটি চুলও বাঁকা হয়নি। যতদিনে বিচার এল, ততদিনে সরকার আয়ুর অর্ধেক পথ পার। এই বিলম্বই আসল দণ্ড। ভোটদাতা ন্যায় চান, তাঁর হাতে ধরিয়ে দেওয়া হয় ঘড়ির কাঁটা, আর বলা হয়, অপেক্ষা করুন।

প্রতীকের দর, মহারাষ্ট্রের আয়নায় যন্ত্রের গায়ে যে জোড়া ঘাসফুল দেখে তিনি বোতাম টিপেছিলেন, সে প্রতীক শেষপর্যন্ত কার, তার ফয়সালা করবে নির্বাচন কমিশন, নির্বাচনী প্রতীক আদেশের ১৫ নম্বর অনুচ্ছেদের ক্ষমতাবলে। কীসের ভিত্তিতে, তার মানদণ্ড আছে, ৫০ বছরের প্রাচীন।

কংগ্রেস ভাঙার সময় সাদিক আলি মামলায় সর্বোচ্চ আদালত তিনটি পরীক্ষা বেঁধে দিয়েছিল। দলের আদর্শ ও লক্ষ্য কোন গোষ্ঠী বহন করছে, দলের গঠনতন্ত্র কে মানছে, আর সংগঠনে ও আইনসভায় সংখ্যাগরিষ্ঠতা কার হাতে। লক্ষ করবেন, তিন পরীক্ষার মধ্যে বিধায়ক গোনা কেবল একটি, তাও তার অর্ধেক মাত্র।

কমিশন যদি এবারও সাদিক আলির তিন পরীক্ষা তাক থেকে না নামায়, তবে বুঝতে হবে ৫০ বছরের একটি সাংবিধানিক দাঁড়িপাল্লা নিঃশব্দে অবসর নিয়েছে।

অথচ সাম্প্রতিককালে কমিশন হিসেবটি প্রায় উলটো দিক থেকে কষে। শিবসেনার নাম আর তির-ধনুক তুলে দেওয়া হল একনাথ শিন্ডের হাতে, শরদ পাওয়ারের ঘড়ি চলে গেল ভাইপো অজিতের কব্জায়। দুবারই যুক্তি ছিল অভিন্ন, সাংগঠনিক পরীক্ষা মেলানো দুরূহ, অতএব বিধায়কের সংখ্যাই ভরসা। এবং আশ্চর্য সমাপতনে দুবারই প্রতীকের মালিকানা পেলেন সেই পক্ষ, যিনি তখন শাসকের ছত্রছায়ায়। একবার হলে বলা যেত কাকতালীয়। পরপর দুবার ঘটলে সেটিকে নকশা বলে পড়ে নেওয়ার অধিকার নাগরিকের জন্মায়। কমিশন যদি এবারও সাদিক আলির তিন পরীক্ষা তাক থেকে না নামায়, তবে বুঝতে হবে ৫০ বছরের একটি সাংবিধানিক দাঁড়িপাল্লা নিঃশব্দে অবসর নিয়েছে।

এখানেই সবচেয়ে টাটকা রায়টি স্মরণে রাখা কর্তব্য। সেই শিবসেনা মামলাতেই সুভাষ দেশাই রায়ে পাঁচ বিচারপতির সাংবিধানিক বেঞ্চ সতর্ক করেছিল, কোন গোষ্ঠী আসল দল তা স্থির করতে গিয়ে কেবল আইনসভার সংখ্যাগরিষ্ঠতার অন্ধ অনুসরণ চলবে না, আইনসভার বাইরে দলের নেতৃত্বের কাঠামোটিও এখানে প্রাসঙ্গিক। সেই একই রায় আরও একটি কথা বলেছিল, যা এ মামলায় সরাসরি খাটে। হুইপ নিয়োগের অধিকার মূল দলের, বিধায়কদের দলের নয়। মূল দল ও পরিষদীয় দলের এই ফারাকটিকে সর্বোচ্চ আদালত আগেও আঁকড়ে ধরেছে। ন্যায়ের খাতিরে এটুকুও বলা দরকার। ঋতব্রত গোষ্ঠীর দাবি নিছক ক্ষমতার লোভ নয়। তাঁর অভিযোগ, সাংসদদের নিজের এলাকার প্রশ্ন স্বাধীনভাবে তোলার অধিকার ছিল না, প্রশ্ন আসত কেন্দ্রীয় গবেষণা দলের হাত ঘুরে। অভিষেকের বিরুদ্ধে স্বাক্ষর জালিয়াতির এফআইআরও ঝুলে আছে। অভ্যন্তরীণ গণতন্ত্রের প্রশ্নটি তাই বানানো নয়। কিন্তু সুভাষ দেশাইয়ের দাঁড়িপাল্লায় সংখ্যাই শেষ কথা নয়। প্রশ্নটি থেকেই যায়, ২৮ বছরের সংগঠনটির আত্মা আজ কার কাছে বন্ধক রাখা।

## সভাঘর, নাকি রঙ্গমঞ্চ

এবার আসি সবচেয়ে অস্বস্তিকর জায়গায়, আর গোড়াতেই একটি সত্য স্বীকার করে নিই যা আমরা প্রায় বিস্মৃত হয়েছি। বিরোধী দলনেতা কথাটি এত শুনি যে ধরে নিই এ বুঝি সংবিধানের কোনও গম্ভীর অলংকার। অথচ ভারতের সংবিধানে এই পদের একটি অক্ষরও নেই। কলকাতা হাইকোর্ট নিজেই ভরসা করেছে এক ঔপনিবেশিক আমলের আইনের উপর, বেঙ্গল লেজিসলেটিভ অ্যাসেম্বলি (মেম্বার্স এমোলুমেন্ট) অ্যাক্ট, ১৯৩৭-এর তিন নম্বর ধারার উপর, যেখানে বলা আছে বিরোধী দলনেতা সেই ব্যক্তি যিনি সভায় সর্বাধিক সংখ্যাগরিষ্ঠ বিরোধী দলের নেতা, আর সংশয় দেখা দিলে অধ্যক্ষের সিদ্ধান্তই চূড়ান্ত ও অখণ্ডনীয়। অধ্যক্ষ নির্বাচিত হন শাসকের সংখ্যায়। অর্থাৎ যে আসনটির একমাত্র ধর্ম শাসককে জেরায় জেরায় জর্জরিত করা, সেই আসনে কে বসবেন তার চাবিকাঠিও ঘুরপথে শাসকেরই কোমরে বাঁধা। ১৯৩৭ সালের একটি বেতন আইন আজ বাংলার গণতন্ত্রের ভারসাম্য ঠিক করে দিচ্ছে, এর চেয়ে বড় বিদ্রুপ আর কী হতে পারে।

দ্বিতীয় সত্যটি আরও তাৎপর্যবহ। বিধানসভায় এই বিদ্রোহী বিধায়কদের বিরুদ্ধে আজ পর্যন্ত একটিও দলত্যাগের আবেদন দায়ের হয়নি। লোকসভায় কুড়িটি, বিধানসভায় শূন্য। মমতা শিবির গিয়েছে উচ্চ আদালতে, অধ্যক্ষের এজলাসে নয়।

সুসময়ে এই ফাটল কার্পেটের তলায় ঢাকা থাকে। বাংলায় এখন দুঃসময়, তাই ফাটলটি দেওয়াল জুড়ে চিড় ধরিয়েছে। বিচারপতি কৃষ্ণ রাও শুনানির সময় প্রশ্ন তুলেছিলেন, দল যাঁকে বহিষ্কৃত বলে অধ্যক্ষকে জানিয়েছে, তাঁকেই নেতা মেনে নিলে সেই বহিষ্কারের কোনও পরিণতি থাকে না কেন, আর অধ্যক্ষ বিদ্রোহীদের প্রস্তাব গ্রহণে যেন অতিরিক্ত উৎসাহী ছিলেন। তবু আদালত স্থগিতাদেশ দেয়নি, কারণ ওই ১৯৩৭ সালের ব্যাখ্যা অনুযায়ী ৮০ জনের মধ্যে ৫৮ জনই সংখ্যাগরিষ্ঠ, আর অধ্যক্ষের সিদ্ধান্ত চূড়ান্ত।

দ্বিতীয় সত্যটি আরও তাৎপর্যবহ। বিধানসভায় এই বিদ্রোহী বিধায়কদের বিরুদ্ধে আজ পর্যন্ত একটিও দলত্যাগের আবেদন দায়ের হয়নি। লোকসভায় কুড়িটি, বিধানসভায় শূন্য। মমতা শিবির গিয়েছে উচ্চ আদালতে, অধ্যক্ষের এজলাসে নয়। এর পিছনে কৌশল থাকতে পারে, শাসকের অধ্যক্ষের আদালতে গিয়ে আর কী লাভ, এমন হিসেব অযৌক্তিক নয়। কিন্তু ফল যা দাঁড়ায় তা এই, যে প্রশ্নের সাংবিধানিক মীমাংসা হওয়ার কথা ছিল, তা ঝুলে থাকছে নিছক রাজনৈতিক সুবিধার সুতোয়।

আর এই ঝুলন্ত অবস্থাতেই বাংলার সভাঘর পেয়েছে এমন এক বিরোধী দলনেতা, যাঁর গোষ্ঠীর সাংসদেরা প্রকাশ্যেই শাসক জোটের দিকে হাত বাড়িয়ে বসে আছেন। মমতা শিবিরের অভিযোগ, তৃণমূল ভবন দখল হয়েছে প্রশাসন ও পুলিশের মৌন সম্মতিতে, আর বিদ্রোহীরা অন্য কারও হাতের পুতুল। বিদ্রোহীরা তা অস্বীকার করেছেন। সৎ বিশ্লেষণের দায় থেকেই বলা প্রয়োজন, অভিযোগ এখনও অভিযোগ-মাত্র, প্রমাণিত সত্য নয়। তবু নাগরিকের দুশ্চিন্তা ব্যক্তির সততা নিয়ে নয়, কাঠামোটি নিয়ে। ধরে নেওয়া যাক, নিছক তর্কের অনুরোধে, বিরোধী দলনেতার রাজনৈতিক আয়ু নির্ভর করছে শাসকের প্রশ্রয়ের উপর। তাহলে সভায় যা অভিনীত হবে তার নাম বিরোধিতা নয়, তার নাম মহড়া।

এক লক্ষ তেরো হাজার টাকার একটি দল কী করে কুড়িজন সাংসদের আশ্রয় হয়ে ওঠে, তার টাকা কোথা থেকে আসে, সভানেত্রীর ইস্তফার পর সে দলের কর্তা কে, এই প্রশ্ন তোলাই এখন সাংবাদিকতার ব্রত।

প্রশ্নোত্তর পর্বে ছুরির মতো কোনও প্রশ্ন উঠবে না, কাটছাঁট প্রস্তাবে সরকারের কপালে ঘাম জমবে না, লোকলেখা কমিটির টেবিলে হিসেবের খাতা খুলে বসবে না কেউ। ওয়েস্টমিনস্টার ধাঁচের গণতন্ত্রে সরকারকে জবাবদিহিতে বাঁধার প্রধান যন্ত্রটিই বিরোধী দল। সেই যন্ত্রের চাবি শাসকের হাতে গচ্ছিত থাকলে ২৯৪ আসনের সভাঘরটি টিকে থাকবে, ভিতরের গণতন্ত্রটি মরে যাবে। আর সেদিন সবচেয়ে নিঃস্ব হবেন সেই ভোটদাতা। কারণ তাঁর যে না যে ক্ষোভ, তা আর কারও কণ্ঠ বেয়ে সভায় পৌঁছবে না। তাঁর ভোট রয়ে যাবে খাতায়, তাঁর স্বর মিলিয়ে যাবে শূন্যে।

## তবে উপায়

তাহলে সেই মানুষটির সুরক্ষা কোথায়। সৎভাবে বললে, কোনও একটিমাত্র দরজায় তার সবটুকু ভরসা রাখা চলে না। আদালত, কমিশন, অধ্যক্ষ, প্রত্যেকের হাতে মীমাংসার এক-একটি টুকরো, প্রত্যেকেরই এক-একটি সীমা। তাই সমাধান আসবে না কোনও একটি রায়ের বজ্রনির্ঘোষে, আসবে কতগুলি নির্দিষ্ট দাবির নিরন্তর চাপে, যা নাগরিক আর সংবাদমাধ্যমকেই তুলে ধরতে হবে। সবার আগে সময়ের দাবি। মেঘচন্দ্র রায়ের তিন মাসের সীমা লোকসভার ওই কুড়িটি আবেদনের ক্ষেত্রে অক্ষরে অক্ষরে মানা হোক, আর সংবাদমাধ্যম সেই ঘড়ি জনসমক্ষে টাঙিয়ে রাখুক। মহারাষ্ট্রের সেই দেড় বছরের নীরবতা বাংলায় ফিরে এলে ধরে নিতে হবে আইনটিকে সমাধিস্থ করা হয়েছে। তার পাশে যুক্তির দাবি। প্রতীকের রায় যেদিকেই হেলুক, কমিশনকে সাদিক আলির তিন পরীক্ষা পৃথকভাবে, কারণ দর্শিয়ে, লিখিত রায়ে মীমাংসা করতে হবে। তার পাশে স্বচ্ছতার দাবি। এক লক্ষ তেরো হাজার টাকার একটি দল কী করে কুড়িজন সাংসদের আশ্রয় হয়ে ওঠে, তার টাকা কোথা থেকে আসে, সভানেত্রীর ইস্তফার পর সে দলের কর্তা কে, এই প্রশ্ন তোলাই এখন সাংবাদিকতার ব্রত।

এসব তাৎক্ষণিক। ক্ষতটির গভীরে যেতে হলে দুটি স্থায়ী ওষুধ। প্রথমত, দলত্যাগের বিচারভার অধ্যক্ষের রাজনৈতিক হাত থেকে সরিয়ে অবসরপ্রাপ্ত বিচারপতির নেতৃত্বাধীন স্বাধীন ট্রাইব্যুনালের হাতে তুলে দেওয়া। এ প্রস্তাব কোনও দলের নয়, খোদ সর্বোচ্চ আদালত মেঘচন্দ্র রায়ের সংসদকে দিয়েছিল। ৬ বছর কেটে গেছে, সংসদ নড়েনি। দ্বিতীয়ত, বিরোধী দলনেতার পদটিকে ১৯৩৭ সালের একটি বেতন আইনের ব্যাখ্যা থেকে মুক্ত করে সুস্পষ্ট বিধিবদ্ধ ভিত্তি দেওয়া, যেখানে মূল দলের মনোনয়নই নির্ণায়ক হবে, অধ্যক্ষের বিবেচনা নয়।

বিরোধী আসনে আজ কে বসে আছেন, সে প্রশ্নের জবাব একদিন দেবে আদালত আর কমিশন। কিন্তু সেই আসনটি আদৌ জীবিত, না নিছক আসবাব, সেই মামলার একমাত্র বিচারক আমরা, যারা এপ্রিলের রোদে ঘণ্টার পর ঘণ্টা লাইনে দাঁড়িয়েছিলাম।

আর সবশেষে সেই দাবিটি, যা কারও কাছে নয়, নিজেদের কাছে। ভোটদাতার হাতে যে অস্ত্রটিকে সবচেয়ে ভোঁতা মনে হয়, সেটিই আসলে সবচেয়ে ধারালো, তাঁর স্মৃতি। বিধানসভার কার্যবিবরণী কোনও গোপন দলিল নয়, প্রকাশ্য নথি। কে ক-টি প্রশ্ন তুললেন, কোন বিল বিনা বিতর্কে হাওয়ায় ভেসে পাশ হয়ে গেল, কোন কমিটি ক-বার আদৌ বসল, সবই সেখানে লেখা থাকে। পাঁচ বছর পর যেদিন আবার আঙুলে কালি লাগবে, সেদিন সেই খাতাটি খুলে দেখাই নাগরিকের একমাত্র, অথচ অমোঘ প্রতিশোধ। কারণ শেষ বিচারে সংবিধান একটি লিখিত অঙ্গীকার ছাড়া কিছু নয়, তাকে জীবিত রাখে কেবল মানুষের অনিদ্র চোখ। আঙুলের কালি ফিকে হতে লাগে দিন পনেরো। জনরায় বাঁচার কথা ৫ বছর। এই দুই সংখ্যার মাঝখানের ফাঁকটুকুই সেই মঞ্চ, যেখানে গণতন্ত্র হয় শ্বাস নেয়, নয় অভিনয় শিখে ফেলে। বিরোধী আসনে আজ কে বসে আছেন, সে প্রশ্নের জবাব একদিন দেবে আদালত আর কমিশন। কিন্তু সেই আসনটি আদৌ জীবিত, না নিছক আসবাব, সেই মামলার একমাত্র বিচারক আমরা, যারা এপ্রিলের রোদে ঘণ্টার পর ঘণ্টা লাইনে দাঁড়িয়েছিলাম। এই দায়টুকু হাত থেকে ফেলে দিলে তারপর যা অবশিষ্ট থাকে, তার নাম আর বিরোধী আসন নয়। তার নাম দর্শকের গ্যালারি, যেখানে টিকিট কেটে বসে সকলে হাততালি দেয়, আর কেউ জানে না পর্দার আড়ালে কে চিত্রনাট্য লিখছে।

সরকারী নথিতে
নামের বানান ভুল নেই তো ?
এফিডেভিট | সংবাদপত্রে ঘোষণা প্রকাশ | গ্যাজেট নোটিফিকেশন
আইনি পরামর্শ ও সহযোগিতা > মাস মিডিয়া 9233 44 45 46

জরুরী গাইডে
রঙিন ডিসপ্লে বিজ্ঞাপন
প্রকাশের ক্ষেত্রে
৩০ দিন আগে বুকিং করলেই
ন্যূনতম ৫০% ছাড়।
বিশদে জানুন — 9233 44 45 46
এখন হ্যান্ডবিল ছাপালেই ঠকবেন।

# মেঘের আড়াল

(প্রথম পাতার পর)

কমপ্লায়েন্স, ডেভেলপমেন্ট অপারেশনস অ্যান্ড অ্যাজাইল ডেভেলপমেন্ট, বিগ ডেটা অ্যানালিটিক্স, ইন্টারনেট অফ থিংস, ক্লাউড ইন্টিগ্রেশন, ক্লাউড প্ল্যাটফর্মস (এডব্লুএস, অ্যাজিওর, গুগল ক্লাউড ইত্যাদি)। প্র্যাকটিক্যাল ক্লাসের অংশ হিসেবে ছাত্রছাত্রীরা ল্যাবরেটরি ওয়ার্ক, বিভিন্ন প্রজেক্ট, ইন্টার্নশিপ, ফাইনাল ইয়ারে বাস্তব জগতের চাহিদার সঙ্গে সামঞ্জস্য রেখে হাতে কলমে কাজ শেখার সুযোগ পান।

## উচ্চশিক্ষা

বিটেকের পর এমটেক বা এমএস করা যায় ক্লাউড কম্পিউটিং-এ, আর্টিফিশিয়াল ইন্টেলেজেন্সে, ডেটা সায়েন্সে অথবা সাইবার সিকিউরিটি বিষয়ে। অনেক পড়ুয়া নামী তথ্য প্রযুক্তি সংস্থার ম্যানেজমেন্ট সহ উচ্চপদে কাজ করতে আগ্রহী হন। তখন তাঁরা বিটেক পাশ করে এমবিএ কোর্সে ভর্তি হন। এর বাইরেও সমীহ করার মতো আকর্ষক কেরিয়ার গড়ার জন্য বা নিজের দক্ষতা বাড়ানোর জন্য অনেক পড়ুয়া বিভিন্ন আন্তর্জাতিক তথ্য প্রযুক্তি সংস্থা থেকে সার্টিফিকেট কোর্স করেন। যেমন, মাইক্রোসফট থেকে অ্যাজুরি অ্যাডমিনিস্ট্রেটর, এডব্লুএস সার্টিফায়েড সল্যুশনস আর্কিটেক্ট, গুগল থেকে প্রফেশনাল ক্লাউড আর্কিটেক্টে।

## প্রযুক্তিগত সুবিধা

ক্লাউড কম্পিউটিং-এর বড় সুফল হলো, সাশ্রয়ী মূল্যে তথ্য প্রযুক্তি পরিষেবা প্রদান, যে কোনও জায়গা থেকে ডেটা অ্যাক্সেস করা, দ্রুত ডেটা ব্যাকআপ ও দুর্যোগ পুনরুদ্ধারের সুবিধা। এটি হার্ডওয়্যার রক্ষণাবেক্ষণের খরচ কমায় এবং কাজ দ্রুত সম্পাদন করতে সাহায্য করে। স্কেলেবিলিটি অর্থাৎ ব্যবসার প্রয়োজন অনুযায়ী খুব সহজেই স্টোরেজ বা কম্পিউটিং পাওয়ার বাড়ানো বা কমানো যায়। ক্লাউড প্রদানকারীরা উন্নত নিরাপত্তা, স্বয়ংক্রিয় রক্ষণাবেক্ষণ এবং ডেটা ব্যাকআপের সুবিধা দেয়। কোনও সংস্থার কর্মীরা সহজেই এক সঙ্গে শেয়ার্ড ফাইল ও অ্যাপ্লিকেশনে কাজ করতে পারেন।

## কর্মজীবন

আইটি, ব্যাঙ্কিং, ই কমার্স প্ল্যাটফর্ম, স্বাস্থ্য পরিষেবা, শিক্ষা পরিষেবা, সরকারি ও বেসরকারি সংস্থাগুলি সহ নানা ক্ষেত্রে ক্লাউড কম্পিউটিং- এর কাজের বিপুল সুযোগ ও দক্ষ পেশাদারের চাহিদা বাড়ছে। ইনফোসিস, টিসিএস, উইপ্রো, কগনিজেন্ট, আইবিএম, আমাজন, গুগল, মাইক্রোসফট, অ্যাকসেনচার, ক্যাপজে-মিনি সহ তথ্য প্রযুক্তি জগতের গ্লোবাল জায়েন্ট সংস্থাগুলিতে ক্লাউড কম্পিউটিং -এ দক্ষ তথ্যপ্রযুক্তিবিদদের নিয়মিত নিয়োগ করা হচ্ছে। ওই সংস্থাগুলিতে ক্লাউড কনসালটেন্ট, ডেটা ইঞ্জিনিয়ার (ক্লাউড প্ল্যাটফর্মস), সিস্টেম অ্যাডমিন (ক্লাউড ইনফ্রাস্ট্রাকচার), ক্লাউড সিকিউরিটি অ্যানালিস্ট, ক্লাউড সল্যুশন্স আর্কিটেক্ট, ক্লাউড সফটওয়্যার ইঞ্জিনিয়ার পদে নিয়োগ করা হয়। ভারতের বিভিন্ন তথ্য প্রযুক্তি সংস্থায় এন্টি লেভেলের বেতন বছরে চার থেকে আট লক্ষ টাকা। অভিজ্ঞতা, পারফরম্যান্স, শংসাপত্রের উপর বেতন বৃদ্ধি নির্ভর করে। বিটেক ইন সিএসই (ক্লাউড কম্পিউটিং) হলো উন্নত প্রযুক্তিভিত্তিক যুগোপযোগী পাঠ্যক্রম যা তথ্য প্রযুক্তির জগতে কর্মসংস্থানের ভালো সুযোগ তৈরি করে।

## উজ্জ্বল ভবিষ্যৎ

ভারতে ক্লাউড বাজার দ্রুতগতিতে প্রসারিত হচ্ছে। দিন দিন অনেক বেশি সংখ্যক কোম্পানি ডিজিটাল মাধ্যমে কাজকর্মের পরিসর বাড়াচ্ছে। বাড়ছে আর্থিক লেনদেন। ফলে ক্লাউড পেশাদারদের চাহিদা বাড়ছে। স্টার্টআপ এবং বড় প্রতিষ্ঠান উভয়ই ক্লাউড ভিত্তিক সমাধান ব্যবহার করছে। ”ডিজিটাল ইন্ডিয়া”-র মতো সরকারি উদ্যোগগুলি ক্লাউড ব্যবহারে উৎসাহ জোগাচ্ছে। আইটি এবং নন আইটি উভয় ক্ষেত্রেই ক্লাউড কম্পিউটিংয়ে চাকরির সুযোগ বাড়ছে। ভারতে শীর্ষ নিয়োগকারী শহরগুলির মধ্যে রয়েছে বেঙ্গালুরু, হায়দ্রাবাদ, পুনে, গুরগাঁও, চেন্নাই। যে সব সংস্থা সক্রিয়ভাবে ক্লাউড বিশেষজ্ঞ নিয়োগ করছে তাদের মধ্যে রয়েছে, টিসিএস, ইনফোসিস, উইপ্রো, অ্যাকসেঞ্চার, আইবিএম, অ্যামাজন ওয়েব সার্ভিসেস, মাইক্রোসফট অ্যাজুর, গুগল ক্লাউড প্ল্যাটফর্ম (জিসিপি)। বিভিন্ন শিল্পে ক্লাউড কম্পিউটিং অপরিহার্য হয়ে উঠেছে। ফিনটেক স্টার্টআপ, রিটেইল ব্র্যান্ড থেকে বিশ্ববিদ্যালয়, সবাই ক্লাউড ভিত্তিক সমাধানের দিকে ঝুঁকছে। এর ফলে দক্ষ ক্লাউড পেশাদারদের জন্য বিপুল চাহিদা তৈরি হয়েছে। ক্লাউড কম্পিউটিংয়ে সমৃদ্ধশালী কেরিয়ার তৈরি হওয়ার অনেকগুলি কারণ আছে। যেমন, বিভিন্ন খাতে শিল্পের ক্রমবর্ধমান গ্রহণ, কর্মজীবনের স্থিতিশীলতা সহ উচ্চ বেতনের চাকরি, ডিজিটাইজেশন এবং সরকারি সহায়তার ফলে ভারতে ক্লাউড কম্পিউটিংয়ে কাজের পরিসর বাড়ছে। এছাড়া বিশ্বব্যাপী সংস্থাগুলির সঙ্গে দূর থেকে কাজ করার সুযোগ বাড়ছে।

**তথ্য সহায়তা ঃ** সজল সাহা, অধ্যাপক, কম্পিউটার সায়েন্স অ্যান্ড ইঞ্জিনিয়ারিং

# বিবেকবাণী

✦ আমাদের দেশের মেয়েরা তেমন শিক্ষিতা নয়, কিন্তু অনেকবেশি পবিত্র।

✦ যারা তোমাকে সাহায্য করেছে, তাদের কখনও ভুলে যেও না। যারা তোমাকে ভালবাসে, তাদের কখনও ঘৃণা কোরো না। যারা তোমাকে বিশ্বাস করে, তাদের কখনও ঠকিয়েও না।

✦ ভারতের জননীই আদর্শ নারী। মাতৃভাবই আদর্শ ও শেষ কথা।

✦ যে মানুষ বলে তার আর শেখার কিছু নেই সে আসলে মরতে বসেছে। যতদিন বেঁচে আছে শিখতে থাকো।

✦ যখন তুমি ব্যস্ত থাকে। তখন সবকিছুই সহজ বলে মনে হয়, কিন্তু অলস হলে কোনওকিছুই সহজ বলে মনে হয় না।

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

গুরুত্বপূর্ণ তথ্য
আপনার আগে PAN CARD তৈরি করেছিলেন?
PAN Card Number নেই?
কোনো জেরক্স কপি নেই?
ছবি নেই?
একটি PAN Card থাকার জন্য দ্বিতীয় PAN Card Apply করতে পারবেন না,
কারণ 10,000 টাকা Penalty আছে।
আপনি হারিয়ে যাওয়া PAN CARD পুনরায় উদ্ধার করে নিতে পারবেন!
তাই দেরি না করে এখনই আপনার আধার নম্বর পাঠিয়ে দিন WhatsApp নম্বরে।

MMC
Malda
NABH & ISO Certified Hospital

বহিঃ বিভাগের নিয়মিত ডাক্তারদের তালিকা

| বিশেষজ্ঞ | ডাক্তারের নাম | উপস্থিতি |
|---|---|---|
| চর্মরোগ বিশেষজ্ঞ এবং সার্জেন | ডাঃ নিশান্ত আগরওয়ালা, এমডি (স্কিন) গোল্ড মেডালিস্ট | প্রতিদিন |
| গ্যাস্ট্রোএন্টেরোলজিস্ট | ডাঃ নিরাজ আগরওয়ালা, এমডি, ডিএম | সোম থেকে শনি |
| | ডাঃ আবদুল্লাহ মহঃ হাসান, এমডি, ডিএম | প্রতি শনিবার |
| | ডাঃ পর্ণা রায় মন্ডল, এমডি, ডিএম | সোম থেকে শনি |
| নেফ্রোলজিস্ট | ডাঃ শিল্পা মন্ডল, এমডি, ডিএম (নেফ্রোলজি) | প্রতি মাসে একবার আগামী তারিখ ১২.০৭.২০২৬ |
| | ডাঃ অভিরাজ কাশ্যপ, এমডি, ডিএনবি, ডিএম (নেফ্রো) | প্রতি মাসে একবার |
| ইউরোলজিস্ট এবং সার্জেন | ডাঃ কুন্তল পন্ডিত, এমএস, ডিএনবি | প্রতি মাসে একবার আগামী তারিখ ১৪.০৭.২০২৬ |
| | ডাঃ ইশফাক আহমেদ গিলানি, এমএস, এমআরসিএস, ডিএনবি | প্রতি মাসে একবার |
| ইনফার্টিলিটি ক্লিনিক | ডাঃ সুপর্ণা ব্যানার্জী, ডিজিও, এমডি, এমআরসিওজি | প্রতি মাসে একবার আগামী তারিখ ২৩.০৭.২০২৬ |
| হৃদরোগ বিশেষজ্ঞ (কার্ডিওলজিস্ট) | ডাঃ আসফাক আহমেদ, এমডি, ডিএম (কার্ডিও) | প্রতি মাসে একবার |
| পেডিয়াট্রিক কার্ডিওলজিস্ট | ডাঃ নুরুল ইসলাম, এমডি, এফএনবি | প্রতি মাসে একবার আগামী তারিখ ০৫.০৭.২০২৬ |
| কার্ডিওথোরাসিক সার্জেন | ডাঃ রাহুল বোস, এমএস, এমসিএইচ (সিটিভিএস) | প্রতি মাসে একবার আগামী তারিখ ১১.০৭.২০২৬ |
| ক্যান্সার বিশেষজ্ঞ | ডাঃ ঋতুপর্ণা বিশ্বাস, এমডি (রেডিওথেরাপি) | প্রতি বুধবার এবং বৃহস্পতিবার |
| | ডাঃ অর্ণব রায়, এমডি (রেডিওথেরাপি) | প্রতি বুধবার |
| হেমাটোলজিস্ট এবং অনকোলজিস্ট | ডাঃ স্নেহা আগরওয়ালা, এমডি (পেডিয়াট্রিক্স), এফএনবি (হেমাটো-অনকোলজি) | প্রতি মাসে একবার |
| ম্যাক্সিলো ফেসিয়াল হেড অ্যান্ড নেক অনকোলজিস্ট | ডাঃ রামানুজ ঘোষ, এমডিএস | প্রতি মাসে একবার আগামী তারিখ ২৩.০৭.২০২৬ |
| নিউরো ফিজিসিয়ান | ডাঃ কৌশিক কর্মকার, এমডি, ডিএনবি, ডিএম পিডিটি (নিউরো) | প্রতি মাসে একবার আগামী তারিখ ১৯.০৭.২০২৬ |
| নিউরো সার্জেন | ডাঃ শেখ ইমরান আলী, ডিএনবি, এমসিএইচ, এফআইপিএম, ডিসিএমএস | প্রতি মাসে একবার |
| | ডাঃ অশোক কুমার আচার্য, এমএস, এমসিএইচ (নিউরো সার্জারি) | প্রতি মঙ্গল ও বুধবার |
| | ডাঃ অরিজিৎ চক্রবর্তী, ডিএনবি (নিউরো সার্জেন) | প্রতি মাসে একবার আগামী তারিখ ১২.০৭.২০২৬ |
| অর্থোপেডিক সার্জেন | ডাঃ জিশান আজাদ, এমএস (অর্থো) | প্রতিদিন (শনি - রবিবার বাদে) |
| | ডাঃ তন্ময় কর্মকার, এমএস (অর্থো) | প্রতি মাসে একবার আগামী তারিখ ০৫.০৭.২০২৬ |
| চক্ষু বিশেষজ্ঞ এবং সার্জেন | ডাঃ আঁচল আগরওয়াল, এমবিবিএস, ডিও (রিফ, কোল) | প্রতিদিন |
| জেনারেল ফিজিশিয়ান | ডাঃ মোস্তাক আহমেদ, এমবিবিএস, ডিএনবি (পিজিটি) | প্রতিদিন (রবিবার বাদে) |
| | ডাঃ সন্দীপ আগরওয়ালা, এমবিবিএস, নেফ্রোতে ফেলোশিপ | সোম, মঙ্গল, বৃহস্পতি, শনি |
| চেস্ট মেডিসিন | ডাঃ মহঃ ইকবাল হাসান, এমডি (শ্বাসযন্ত্রের চিকিৎসা) | বৃহস্পতি, শুক্রবার, শনি |
| জেনারেল এবং ল্যাপারোস্কোপিক সার্জেন | ডাঃ রাকেশ মন্ডল, এমএস (গোল্ড মেডালিস্ট) | প্রতিদিন |
| | ডাঃ আবু আহমেদ, এমএস | মঙ্গল, বুধ, বৃহস্পতি, শুক্রবার |
| নাক, কান, গলা বিশেষজ্ঞ এবং সার্জেন | ডাঃ জি.সি. গায়েন, এমএস (ইএনটি) | প্রতিদিন (রবিবার বাদে) |
| | ডাঃ কাউসার আহমেদ, এমএস (ইএনটি) | প্রতিদিন (বৃহস্পতি ও শুক্রবার বাদে) |
| স্ত্রীরোগ বিশেষজ্ঞ | ডাঃ পূজা আগরওয়াল, এমএস (ও এবং জি) | প্রতিদিন (মঙ্গল ও বৃহস্পতিবার বাদে) |
| | ডাঃ খুশবু নাসরিন, এমএস (ও এবং জি) | প্রতিদিন (রবিবার বাদে) |
| শিশুরোগ বিশেষজ্ঞ | ডাঃ রাহুল জৈন, এমডি (পিএইডি) | প্রতিদিন (রবিবার বাদে) |
| | ডাঃ সন্দীপ বিশ্বাস, এমডি (পিএইডি) | প্রতিদিন (রবিবার বাদে) |

২৪×৭ নার্সিং হোম পরিষেবা ও ৩৬৫ দিন ডায়াগনস্টিক ও ও.পি.ডি
TPA / ক্যাসলেশ ইন্স্যুরেন্স / প্যাকেজের সুবিধা উপলব্ধ।
মালদা মেডিক্যাল সেন্টার প্রাঃ লিঃ
কে. জে. সান্যাল রোড, মকদুমপুর, মালদা – ৭৩২১০৩
For Appointments 8170007650 • For Admission 9434052889
Find us www.mmchospitals.com

# সবটাই আপনার হাতে

## জীবন কীভাবে চালাবেন সে স্টিয়ারিং নিয়ন্ত্রণ করুন।

**হ্যাঁ, প্রতিদিন প্রতি কাজে সাফল্য তো উপচে পড়বে না। ব্যর্থতাও জীবনের একটা অঙ্গ, এই সরল সত্যটা যত দ্রুত বুঝবেন, তত মঙ্গল। আসুন বাঁচি। গুডবাই, অবসাদ**

**মোহিনী ব্যানার্জি**, ক্লিনিক্যাল সাইকোলজিস্ট এবং ডক্টরাল ত্তফেলো; যুক্ত রয়েছেন কলকাতা বিশ্ববিদ্যালয় এবং অনন্ত, সেক্টর ফাইভ-এ
mohinibanerjee123@gmail.com

দৈনন্দিন জীবনের গতি, ব্যস্ততা আর প্রত্যাশার চাপে আমাদের মন মাঝেমধ্যেই ক্লান্ত হয়ে পড়ে। কিন্তু এই ক্লান্তি যখন দীর্ঘস্থায়ী রূপ নেয়, তখন তা শুধু মনের শান্তিই কেড়ে নেয় না, আমাদের শরীর ও কর্মজীবনকেও গ্রাস করতে শুরু করে। সেখান থেকে মুক্তির উপায় কী?

### অন্ধকার দিক

কাজের গতি ও মনোযোগে বাধা, অবসাদ আমাদের মনোযোগ দেওয়ার ক্ষমতা এবং সিদ্ধান্ত নেওয়ার ক্ষমতা কমিয়ে দেয়। ফলে কর্মক্ষেত্রে কাজের গতি ধীর হয়ে যায়, ভুল হওয়ার সম্ভাবনা বাড়ে এবং নির্দিষ্ট সময়ে কাজ শেষ করা কঠিন হয়ে পড়ে।

### শারীরিক ক্লান্তি ও ঘুমের ব্যাঘাত

দীর্ঘদিনের অনিদ্রা বা অতিরিক্ত ঘুম মানুষের শক্তি কমিয়ে দেয়। ফলে মানুষ কাজ থেকে দূরে থাকতে বাধ্য হয় এবং কর্মক্ষমতা কমে।

### শারীরিক কষ্ট

অবসাদ শরীরেও থাবা বসায়। মাথাব্যথা, খাওয়ার রুচির মারাত্মক পরিবর্তন এই সমস্যার অন্যতম লক্ষণ সামাজিক দূরত্ব ও সম্পর্কের টানাপোড়েন এই অবস্থায় মানুষ নিজেকে সবার থেকে গুটিয়ে নেয়, বিচ্ছিন্ন করে নেয়। মেজাজ খিটখিটে হয়ে যাওয়ার কারণে সহকর্মী, বন্ধু বা পরিবারের সঙ্গে সুসম্পর্ক বজায় রাখা কঠিন হয়ে পড়ে।

### আত্মবিশ্বাসের অভাব

তীব্র হীনমন্যতা এবং নিজের অতিরিক্ত সমালোচনা মানুষকে ভেতর থেকে ভেঙে চুরমার করে দেয়। তাতে যে কোনও নতুন উদ্যোগ নেওয়ার সাহস একেবারে হারিয়ে যায়।

### যোগব্যায়াম বাঁচাবে

হরমোনের ভারসাম্য ও ভাল ঘুম নিয়মিত যোগব্যায়াম, প্রাণায়াম এবং মাইন্ডফুলনেস (সচেতনতা) আমাদের মস্তিষ্কে ভাল অনুভূতি জাগানো হরমোনের ক্ষরণ বাড়ায়। এটি ভাল ঘুম হতে সাহায্য করে এবং শরীরে নতুন শক্তির সঞ্চার করে।

### নেতিবাচক চিন্তা থেকে মুক্তি

যোগব্যায়াম আমাদের শরীরের প্রতি সচেতনতা বাড়ায় এবং নিজের প্রতি ভালবাসা ও সহানুভূতি তৈরি করে। ফলে মনের ভেতরের নেতিবাচক চিন্তার চক্র ভেঙে যায়।

### সামাজিক সংযোগ ও আত্মবিশ্বাস

যখন কেউ দলগত ভাবে বা ক্লাসে গিয়ে যোগব্যায়াম করেন, তখন নতুন মানুষের সঙ্গে মেলামেশার সুযোগ তৈরি হয়। ঘরে বসে ছোটখাটো অভ্যাসও মানুষের মানসিক শক্তি ও সহনশীলতা অনেক বাড়িয়ে দেয়।

### মানসিক স্বাস্থ্য ভাল রাখার ৪ সহজ উপায়

নিয়মিত শরীরচর্চা প্রতিদিন অন্তত ৩০ মিনিট হাঁটা বা হালকা ব্যায়াম আপনার মেজাজ ভাল রাখতে, মানসিক চাপ কমাতে দারুণ সাহায্য করবে। পর্যাপ্ত ও সঠিক ঘুম একটি নির্দিষ্ট সময়ে ঘুমাতে যাওয়া এবং ঘুম থেকে ওঠার অভ্যাস তৈরি করুন। শরীর ও মনের ক্লান্তি দূর করতে প্রতি রাতে পর্যাপ্ত বিশ্রাম অত্যন্ত জরুরি।

### প্রিয়জনদের সঙ্গে যোগাযোগ

নিজেকে একা বা আলাদা করে রাখবেন না। পরিবার, ইতিবাচক বন্ধুবান্ধব বা সমাজের মানুষের সঙ্গে যোগাযোগ রাখুন এবং নিজের অনুভূতি ভাগ করে নিন। মন শান্ত করার অভ্যাস মনকে শান্ত করতে এবং দুশ্চিন্তা কমাতে প্রতিদিন কিছুটা সময় গভীর শ্বাস-প্রশ্বাসের ব্যায়াম (ডিপ ব্রিদিং), ধ্যান বা মেডিটেশন, সঙ্গে মাইন্ডফুলনেস অনুশীলন করুন।

দলবদ্ধ প্রোগ্রামে অংশ না নিতে পারলে ঘরে বসেই যোগব্যায়াম অভ্যেস করলে ভাল হয়।

### মন শান্ত করার একটি সহজ যোগব্যায়াম থ্রি-পার্ট ব্রিদিং

প্রথমে মেরুদণ্ড সোজা করে আরামদায়ক একটি ভঙ্গিতে বসুন। চোখ দু"টি আলতো করে বন্ধ করুন এবং দু'কাধ শিথিল করে দিন। এবার আপনার একটি হাত পেটের ওপর এবং অন্য হাতটি বুকের ওপর রাখুন। নাক দিয়ে ধীরে ধীরে গভীর শ্বাস নিন, অনুভব করুন শ্বাস নেক্ষ্ম ওয়ার সময় আপনার পেটটি প্রথমে ফুলে উঠছে। শ্বাস নেওয়া জারি রাখুন, যাতে আপনার পাঁজরের হাড় এবং বুকও আস্তে আস্তে প্রসারিত হয়। এবার নাক দিয়ে খুব ধীরে ধীরে শ্বাস ছাড়ুন, অনুভব করুন বুক, পাঁজর এবং পেট একে একে স্বাভাবিক ও শিথিল হয়ে আসছে। এইভাবে টানা ৫ থেকে ১০ মিনিট শান্ত ও স্থির ভাবে শ্বাস-প্রশ্বাসের এই প্রক্রিয়াটি চালিয়ে যান।

এই সহজ ব্রিদিং ব্যায়ামটি আপনার চঞ্চল মনকে শান্ত করবে, মুহূর্তের মধ্যে মানসিক চাপ কমিয়ে দেবে এবং আপনার ভেতরে এক অদ্ভুত প্রশান্তি এনে দেবে।

ইনপুট উৎসব মিত্র।

# ফুটবল বাঙালির চিরন্তন আবেগ

**এ বছর প্রায় গোটা রাত জেগে বিশ্বকাপ দেখা সেই আবেগের ট্যাক্স। এখন নকআউট রাউন্ডে উত্তেজনা চরমে। তবে, শরীরের রেফারি কিন্তু বড্ড কড়া; বেশি অনিয়ম করলে সোজা সাইডলাইনে বসিয়ে দিতে পারে। তাই খেলা দেখুন, কিন্তু নিজের ডিফেন্সকেও দুর্ভেদ্য রাখুন।**

**ডাঃ শ্যামাশিস বন্দ্যোপাধ্যায়,** কনসালট্যান্ট ফিজিশিয়ান অ্যান্ড রিউম্যাটোলজিস্ট; অ্যাপোলো মাল্টিস্পেশ্যালিটি হসপিটাল, কলকাতা drsyamasis_b@apollohospitalsƒcom

ব্রাজিল, আর্জেন্টিনা, ফ্রান্স, স্পেন, পর্তুগাল, মরক্কো বাঙালির রাতের আকাশ এখন পছন্দের দলের জার্সির রঙে রঙিন। কিন্তু এই একটানা রাতজাগা আমাদের অলক্ষ্যেই উইং ধরে উঠে এসে শরীর ও মনের ডিফেন্স লাইনকে চ্যালেঞ্জ জানাচ্ছে। তবে যথাযথ পরিকল্পনা করা থাকলে সুস্থ থেকেই খেলা উপভোগ সম্ভব।

### ইনজুরি রিপোর্ট

▲ একটানা রাত জাগলে স্বাভাবিক "স্লিপ সাইকেল" নষ্ট হয়।

▲ ঘুমের সময়ে আমাদের শরীরের ক্ষয়পুরণ বা 'মেইনটেন্যান্স" চলে। রাত জাগলে "রিকভারি সেশন" মিস হয়।

▲ শরীরের প্রধান দুই "ডিফেন্ডার" — সাইটোকাইন এবং টি-সেল দুর্বল হয়ে পড়ে। ফলে ইনফেকশনের মতো প্রতিপক্ষ সহজেই গোল করে যেতে পারে।

▲ শরীরের স্বাভাবিক হরমোন- চক্র বা ডায়ার্নাল ভ্যারিয়েশনের "টাইমিং" বিগড়ে যায়

▲ মনোযোগ ও স্মৃতিশক্তি কমে এবং মেজাজ খিটখিটে হয়ে পড়ে।

▲ সারাক্ষণ ক্লান্তি ভাব থাকার কারণে অফিস বা স্কুল-কলেজে আত্মঘাতী গোল খাওয়ার অর্থাৎ ভুলভ্রান্তি হওয়ার ঝুঁকি বাড়ে।

▲ বেশি রাত জাগলে ভোরের দিকে হার্ট অ্যাটাক, স্ট্রোক বা অ্যারিদমিয়ার ঝুঁকি বেড়ে যায়।

▲ মৃগী বা এপিলেপসি রোগীদের জন্য এই রাতজাগা যেন "ডেঞ্জার জোনে" ফাউল করা। হঠাৎ ঘুমের সাইকেল পরিবর্তন হলে এপিলেপসি অ্যাটাক হতে পারে।

▲ অতিরিক্ত কফি খেলে বুক ধড়ফড় করা, অতিরিক্ত ঘাম হওয়া এবং বদহজমের মতো সমস্যা দেখা দেয় রাতজাগার সঙ্গে মদ্যপান বা অ্যালকোহল যোগ হলে তা শরীরের ডিফেন্স সিস্টেমকে একেবারে গুঁড়িয়ে দেয়।

▲ মাঝরাতে চিপ্স, বার্গার আর কোল্ড ড্রিঙ্কসের মতো খাবার খাওয়া হজম প্রক্রিয়াকে ব্যাহত করতে পারে অন্ধকার ঘরে টিভি বা মোবাইলে খেলা দেখা চোখের ওপর চাপ সৃষ্টি করে।

▲ পর্যাপ্ত ঘুমের অভাবে বডি কন্টোল হারালে সকালে ড্রাইভ করার সময় বড়সড় দুর্ঘটনার 'পেনাল্টি' গুনতে হতে পারে।

### গেম প্ল্যান

খেলা অবশ্যই দেখবেন। কিন্তু তার জন্য প্রয়োজন উপযুক্ত স্ট্র্যাটেজি।

সাবস্টিটিউট পলিসি মাঝরাত এবং ভোররাত দুটো ম্যাচই ব্যাক-টু-ব্যাক না দেখে যে-কোনও একটা ম্যাচে শরীরকে রিজার্ভ বেঞ্চে রাখুন অর্থাৎ বিশ্রাম দিন। এতে ঘুমের ব্যাকআপ ভাল থাকবে।

আর্লি কিক-অফ সবচেয়ে ভাল "ট্যাকটিক্যাল মুভ" আগের রাতে তাড়াতাড়ি শুয়ে পড়ে ভোরের খেলাটা দেখা।

স্ট্র্যাটেজিক্যাল চেঞ্জ দুটো ম্যাচই দেখতে হলে দিনের বেলায় অন্তত ৫-৬ ঘণ্টা ঘুমিয়ে (রিকভারি স্লিপ) সেই ঘাটতি মেটান। তবে সকালে অফিস বা ক্লাস থাকলে আগে থেকেই দিনের পরিকল্পনা ঠিক করে রাখুন।

### ডায়েট ও ফুড গাইডলাইন

আর্লি ডিনার খেলা দেখার সময়ে দেরিতে না খেয়ে, রাতে বেশ কিছুটা আগেই হালকা খাবার খেয়ে নিন। পর্যাপ্ত জলপান রাতজাগার সময়ে শরীর হাইড্রেটেড রাখতে পর্যাপ্ত জল খান। নেশাদ্রব্য ও ঘুম কমানোর ওষুধ বাতিল।

অ্যালকোহল, অতিরিক্ত কফি কিংবা কৃত্রিম ভাবে ঘুম কমানোর ওষুধকে স্কোয়াড থেকে পুরোপুরি বাদ দিন। ঘরের আলো ঘরে হালকা আলো জ্বালিয়ে রাখুন এবং স্ক্রিন থেকে নির্দিষ্ট দূরত্ব বজায় রাখুন। মিডনাইট স্ন্যাক্স বন্ধ মাঝরাতে খেলা দেখতে দেখতে স্ন্যাক্স খাওয়ার অভ্যাসকে "লাল কার্ড" দেখান।

### বিশেষ সতর্কতা

▲ বয়স্ক মানুষ বা যাঁরা নিয়মিত ঘুমের ওষুধ খান, তাঁরা কোনও ভাবেই রাতে ওষুধ খাবেন না। প্রয়োজনে খেলা শেষ হওয়ার পর ওষুধ খাবেন।

▲ রাতজাগার পর সকালে গাড়ি চালাবেন না।

### শেষকথা

খেলা দেখার পাশাপাশি শিশুদের মাঠে গিয়েও ফুটবল খেলতে উৎসাহিত করা উচিত। এতে নতুন প্রজন্ম ফিট থাকবে এবং ভবিষ্যতে বিশ্বকাপে অংশগ্রহণের আমাদের যে চিরকালীন স্বপ্ন, সেদিকে ভারতের ফুটবলও একধাপ এগিয়ে যাবে।

ইনপুট দেবায়ন রায়

# খাবার সংক্রান্ত

## কুসংস্কার ও ভুল খাদ্যভীতি থেকে সজাগ থাকুন

### সত্যি? কতখানি সত্যি?

**অপারেশনের পর ফল খেতে নেই?**

(অপারেশনের পর ফল, স্যালাড এগুলো না খেলে পায়খানা ও হজমের জন্য দীর্ঘকাল ওষুধ খেতে হবে। ফলের সাথে সেলাই পাকার সম্পর্ক নেই। তাছাড়া কোন অপারেশন হয়েছে তার ওপর নির্ভর করে পেশেন্টকে কী ফল দেওয়া হবে)।

**ডায়াবেটিক পেশেন্টকে ছানা খেতেই হবে? দুধ না?**

(বরঞ্চ ডায়াবেটিক পেশেন্ট সর ছাড়া দুধ বা দই খেলে ভালো। কী পরিমাণ দুধ বা দই খাবেন তা পেশেন্টের হজম ক্ষমতা, কোষ্ঠকাঠিন্য, ব্লাড প্রেসারের ওপর নির্ভর করবে)।

**জন্ডিস পেশেন্ট শুধু গলা ভাত ও সেদ্ধ খাবার খাবে?**

(একে বারেই না। বিলিরুবীনের মাত্রা ও পেশেন্টের বর্তমান পরিস্থিতির ওপর খাবারের কম্বিনেশন হবে। বেশী দিন ধরে গলা, সেদ্ধ খাবার পেশেন্টের উন্নতিতে খুব সাহায্য করে না।)

**জন্ডিস পেশেন্ট শুধু আখের রস খাবে?**

(বরঞ্চ গোটা আখ খেলে ভালো। রিস্ক (রোগ সংক্রমণ সম্ভাবনা কম)

**সব অপারেশনের পর পেশেন্ট গলা ভাত ও শিঙি মাছ, পেঁপে, কাঁচা কলার ঝোল খাবে?**

(একদম নয়। পেশেন্ট কী খাবে তা তাঁর অপারেশনের ওপর নির্ভর করবে)।

**দুধের ক্যালসিয়াম শোষণের জন্য বিশেষ কোম্পানীর কৌটোর পাউডার খেতে হবে - কারণ তার মধ্যে ভিটামিন-ডি আছে?**

খুব হাস্যকর। শিশু, যুবতী, বৃদ্ধ-বৃদ্ধা দুধ খান আর না খান ক্যালসিয়াম শোষণের জন্য একটু সকালের রোদে থাকা জরুরী। বিনা পয়সায় আমাদের ত্বকে ভিটামিন-ডি সংশ্লেষিত হয়। বয়স ও হাড়ের সমস্যা অনুযায়ী ভিটামিন-ডি সাপ্লিমেন্ট দরকার - সব সময় নয়।

**কিডনি পেশেন্ট? রক্তে ক্রিয়ে- টিনিন বেশী? তাই মাছ, মাংস, ডাল, ডিম, কিছুই খাবে না?**

(আদপেই না - লো প্রোটিন কিন্তু এসেন্‌সিয়াল প্রোটিন যুক্ত, ব্যালেন্স ডায়েট খাবেন। তা না হলে পেশেন্ট ক্রমাগত ধুঁকবে, মানসিক ও দৈহিক স্ট্যামিনা কমে যাবে, রক্তে হিমোগ্লোবিন কমতে থাকবে, সেরাম প্রোটিন, অ্যালবুমিন কমে যাবে)।

**পেটে গন্ডগোল? হজমের গন্ডগোল? তাই পেশেন্ট মশলা ছাড়া, তেল ছাড়া, গলা খাদ্য খাবে?**

(আদপেই না - এতে পেশেন্টের সমস্যার সমাধান কোনোদিন হবে না। প্যান্‌ক্রিয়াটাইটিস্, লিভারে গন্ডগোল, অ্যাসাইটিস্, এইড্‌স, আলসার ? সমস্যা অনুযায়ী খাদ্য খাবে। খাবার ক্রমাগত পরিবর্তন করে খেতে হবে।)

**পায়খানা হয় না? তাই ভুসি বা সিরাপ খেতেই হবে?**

(ডেইলি ডায়েট ঠিক হলে ভুসি খাওয়ার প্রয়োজন হবে না)।

**ইউরিক অ্যাসিড বেশী হলে নাকি চালকুমড়ো, ভিন্ডি সমস্ত সব্জীর সীড্ বাদ দিতে হয়?**

(একদম না। ব্যালেন্স ডায়েটের সাথে প্রচুর জল খেতে হবে। একই সময়ে একাধিক খাদ্য ও দু/তিন ধরণের প্রোটিনযুক্ত খাদ্য খাওয়ার প্রবণতায় সংশোধন আনলে - অনেক সময় ওষুধের দরকার পড়ে না)।

**ওজন কম করতে হলে তেল ছাড়া সেদ্ধ খেতে হয়? মুড়ি, ভাত খাওয়া যাবে না?**

(ভুল ধারণা। এতোকিছু বিসর্জন করে ওজন কমালে খুব তাড়াতাড়ি ওজন আবার বেড়ে যাবে। খাবার পরিমিত, সময় মতো। স্যালাড, ফল, সর ছাড়া দুধ - ওজন কমানোর সাথে সৌন্দর্য্য বাড়াতে ও সাহায্য করে।)

**রক্তশূন্যতা। তাই কু লেখাড়া পাতার রস খেতেই হবে?**

(আবশ্যিক নয়। পেশেন্টের খিদে বাড়ানোর সঙ্গে ব্যালেন্স ডায়েট ও মানসিক শান্তি ও বিশ্রাম জরুরী)। ইত্যাদি - ইত্যাদি - ইত্যাদি।

হাই প্রোটিন ডায়েট মানেই ৪ টে বা ৮ টা ডিম প্রতিদিন খেতে হবে' — ভিত্তিহীন উপদেশ। পেশেন্টকে সহজ পাচ্য, ব্যালেন্স ডায়েট মিনিমাম ১২০০ Kcal (প্রতিদিন) দিতেই হবে। তা না হলে একাধিক ডিম পেশেন্টের উপকার না করে ক্ষতি করবে।

**বিউটি - গ্ল্যামার এন্ড ফিগার ঃ**

**১) গ্ল্যামার বাড়াতে হলে কীরকম ডায়েট খেতে হবে?**

গ্ল্যামার বাড়াতে হলে কয়েকটি গুরুত্বপূর্ণ বিষয় মাথায় রাখতে হবে -

১) রাত্রে ঘুম ঠিক হয় কিনা?

২) পিরিয়ড - এ গন্ডগোল বা সমস্যা বা হাইপোথাইরয়েড সমস্যা আছে কিনা?

৩) নিয়মিত পেট পরিস্কার হয় কিনা?

**কী ডায়েট হবে ঃ-**

(১) পুরুষ ও মহিলা নির্বিশেষে ১০-১২ গ্লাস জল বা সরবৎ, ঘোল, লস্যি, ডাবের জল, ফ্রেশ ফলের রস, বাড়ীর তৈরী ডালের জল বা স্যুপ খেতে পারেন। যেভাবেই হোক জল খেতে হবে।

(২) মাছ, মাংস, ডিম, ভাত, রুটী, চাউমিন, সব খেতে পারেন। কিন্তু বারে বারে কম করে খাবেন।

(৩) যখন যা সব্জী পাওয়া যাবে - সেই সব্জীগুলো ৪-৫ বারে খাবেন।

(৪) সারাদিনে রসালো ফল (আম, পেঁপে, তরমুজ, ফুটি, আনারাস, মুসম্বী, কমলা) যখন যা পাওয়া যাবে তাই খান।

(৫) নিয়মিত একটু হাঁটাহাটি, খেলা, প্রাণায়াম, যোগা করলে শরীর-মন দুই ভালো থাকবেই। তার প্রতিফলন আপনার চেহারায় হবে। সম্ভব হলে - সামর্থ্য মতো বাড়ীর কাজ নিজে করুন। সর্ব প্রথম - রান্নার কাজ।

(৬) মন ভালো রাখুন। কুটিলতা থেকে দূরে থাকুন। শরীরের যাবতীয় সিস্টেম ঠিক থাকবে। তখন সাধারণ ঘরোয়া খাবারেই আপনি গ্ল্যামারাস হবেন - তার জন্য কোনো দামী মাল্টিভিটামিন বা সিরাপ নাও লাগতে পারে।

**২) মোটা পেশেন্টের ওষুধ ছাড়া কী ওজন কম করা সম্ভব নয়?**

বেরিয়াট্রিক সার্জারী (বর্তমানে ওজন কমানোর অন্যতম পদ্ধতি) সঠিক ডায়েট ও জীবনযাত্রা ছাড়া একদম অসফল পদ্ধতি। (Unsuccessful Procedure)

পেশেন্টের অন্যান্য সমস্যা ও পেশেন্টের ওজনের ওপর নির্ভর করে। পেশেন্ট ৯-১০ কেজি ওভার ওয়েট তাতেই মেডিসিন স্টার্ট করে দেওয়া হয় — অনেক ক্ষেত্রে।

**তবে অবশ্যই দেখতে হয় পেশেন্টের অন্যান্য সমস্যা আছে কিনা?**

পেশেন্ট যত ভালো ডায়েট ব্যালেন্স করতে শেখে ততো ভালো ওজন কমাতে পারে। জীবনটাকে উপভোগ করতে পারে। হতাশা কম হয়। মনে করুন একজন খুব মোটা পেশেন্ট দুপুরে বিরিয়ানী, আইসক্রীম এসব খাবার পর রাত্রে বেশী ফাইবার যুক্ত হাল্কা খাবার খেলেন এবং ৫-১০ মিনিট বেশী হাঁটলেন। তাহলে তার ওজন আবার বেড়ে যাওয়ার সম্ভাবনা কম।

MMC SKIN INSTITUTE
Laser - Skin - Hair - Nail - Cosmetic
এমএমসি স্কিন ইনস্টিটিউট
লেজার | স্কিন | হেয়ার | নেল | কসমেটিক
চর্ম, চুল এবং নখের সমস্ত চিকিৎসা
চর্ম, চুল এবং নখের যেকোনো সমস্যার চিকিৎসা, স্কিন বায়োপসি ও সমস্ত পরীক্ষা-নিরীক্ষা আধুনিক মেশিনের সাহায্যে করা হয়।
স্কিন কেয়ার / থেরাপি
কেমিক্যাল পিল, MNRF (এম.এন.আর.এফ), সোরাইশিস ও একজিমা ক্লিনিক।
লেজার চিকিৎসা
হেয়ার রিমুভ্যাল, স্কার রিমুভ্যাল, ট্যাটু রিমুভ্যাল, ট্যান রিমুভ্যাল, তিল, আঁচিল অপসারণ ও সব ধরনের লেজার চিকিৎসা।
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 মেডেলিস্ট
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

# SBI তে ১৫০০ জন প্রবেশনারি অফিসার নিয়োগ

প্রবেশনারি অফিসার পদে মোট ১৫০০টি শূন্যপদে নিয়োগ করবে স্টেট ব্যাঙ্ক অফ ইন্ডিয়া (এসবিআই)। মোট ১৫০০টি শূন্যপদের মধ্যে ১৪৪৬টি নিয়মিত পদ এবং ৫৪টি ব্যাকলগ শূন্যপদ রয়েছে। দেশের বিভিন্ন অঞ্চলে এই নিয়োগ প্রক্রিয়া সম্পন্ন করা হবে।

**যোগ্যতা ঃ** ৩০ সেপ্টেম্বর ২০২৬ তারিখের মধ্যে যে কোনও স্বীকৃত বিশ্ববিদ্যালয় থেকে যে কোনও বিষয়ে স্নাতক ডিগ্রি অর্জন করতে হবে। কেন্দ্রীয় সরকার স্বীকৃত সমমানের যোগ্যতা থাকলেও আবেদন করা যাবে। এছাড়াও যাঁরা বর্তমানে চূড়ান্ত সেমেস্টারে পড়াশোনা করছেন তাঁরাও আবেদন করতে পারবেন। তবে নির্ধারিত সময়ের মধ্যে প্রয়োজনীয় প্রমাণপত্র জমা দিতে হবে। ন্যূনতম ২১ বছর এবং সর্বোচ্চ ৩০ বছরের মধ্যে বয়স হতে হবে। সংরক্ষিত শ্রেণীর প্রার্থীরা বয়সের ঊর্ধসীমায় ছাড় পাবেন।

**বেতন কাঠামো ঃ** বেতন কাঠামো যথেষ্ট আকর্ষণীয়। নির্বাচিত প্রার্থীরা প্রতি মাসে ৪৮,৪৮০ টাকা থেকে ৮৫, ৯২০ টাকা পর্যন্ত বেতন পাবেন। বিজ্ঞপ্তি অনুযায়ী পে লেভেল-১ অনুসারে বেতন দেওয়া হবে। পাশাপাশি অন্যান্য প্রযোজ্য ভাতাও যুক্ত থাকবে।

**আবেদন প্রক্রিয়া ঃ** স্টেট ব্যাঙ্কের অফিসিয়াল ওয়েবসাইটে সংশ্লিষ্ট নিয়োগের বিজ্ঞপ্তি নির্বাচন করে আবেদনপত্রে ব্যক্তিগত তথ্য পূরণ করতে হবে। এরপর প্রয়োজনীয় নথি আপলোড করে আবেদন ফি জমা দিতে হবে। সবশেষে আবেদনপত্র সাবমিট করতে হবে।

**পরীক্ষার প্যাটার্ন ঃ** এসবিআই পিও (SBI PO) পরীক্ষার প্যাটার্ন অনুযায়ী পরীক্ষা মূলত তিনটি ধাপে বিভক্ত। প্রথমে হয়, প্রিলিমিনারি পরীক্ষা। এতে উত্তীর্ণ হলে তারপর হয় মেন পরীক্ষা। এই পরীক্ষা হয় দুটি ধাপে অবজেক্টিভ ও ডেসক্রিপ্টিভ। সব শেষে হয় তিন নম্বর ধাপ। এতে আছে সাইকোমেট্রিক টেস্ট, গ্রুপ এক্সারসাইজ ও ইন্টারভিউ। প্রিলিমিনারি পরীক্ষা ১০০ নম্বরের একটি অবজেক্টিভ পরীক্ষা, যা মোট এক ঘণ্টা সময় ধরে কম্পিউটার ভিত্তিক হয়। কোনও বিভাগীয় কাট-অফ নেই। পরীক্ষায় ইংরেজি ভাষা থেকে ৪০টি প্রশ্ন আসবে। মোট ৪০ নম্বর (সময় ২০ মিনিট)। রিজনিং এবিলিটি থেকে ৩০টি প্রশ্ন আসবে, মোট ৩০ নম্বর (সময় ২০ মিনিট)। গণিত থেকে ৩০টি প্রশ্ন আসবে। মোট ৩০ নম্বর (সময় ২০ মিনিট)। প্রতিটি ভুল উত্তরের জন্য নির্ধারিত নম্বরের ১/৪ (০.২৫) অংশ নেগেটিভ মার্কিং হিসেবে কাটা হয়। মেন পরীক্ষায় অবজেক্টিভ টেস্ট হয় ২০০ নম্বরের এবং সময় ৩ ঘণ্টা। ডেসক্রিপ্টিভ টেস্ট ৩০ নম্বরের পরীক্ষা এবং সময় ৩০ মিনিট। এটি কম্পিউটার টাইপিংয়ের মাধ্যমে দিতে হয় এবং ইংরেজি ভাষার দক্ষতা যাচাই করা হয়।

সাম্প্রতিক প্যাটার্ন অনুযায়ী এতে মূলত ইমেল রাইটিং, সিচুয়েশন অ্যানালাইসিস এবং রিপোর্ট বা প্রেসি রাইটিং থাকে।

তথ্য সহায়তা এইউ লার্নিং সেন্টার

ছোট্ট একটা বিজ্ঞাপনে আনলিমিটেড রেস্পন্স
জরুরী গাইড
অপ্রতিদ্বন্দ্বী পাক্ষিক ফ্রি শিটার
সার্কুলেশন আনলিমিটেড
প্রত্যেক 4 এবং 19 তারিখে প্রকাশিত
আরো অনেক কাজের বিজ্ঞাপন দেখতে ভিজিট করুন — khonj.in
9233 44 45 46