ॐ পাথর ছাড়াই প্রতিকার সম্ভব
জগদম্বা জ্যোতিষ কেন্দ্র
মালদা # 9332056956

জরুরী
আমার শহর
অপ্রতিদ্বন্দ্বী পাক্ষিক ফ্রি শিটার

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.

১০ / ৫৮৬ aamaarshahor.com
মালদা ১ কার্ত্তিক, ১৪৩২ রবিবার, ১৯ অক্টোবর, ২০২৫ ২৩ বর্ষ ১৩তম সংখ্যা বিনামূল্যে বিতরণের জন্য
বিজ্ঞাপন বিভাগ ঃ 9233 44 45 46

সরকারি চাকরি থেকে সরকার গড়তে

মাস্ট রাষ্ট্রবিজ্ঞান

অনেকে মনে করেন পৃথিবীতে যা ঘটে তার সব কিছুই রাজনৈতিক। বৃহত্তর অর্থেই এই 'রাজনীতি' শব্দটাকে ব্যবহার করা হয়। তেমনই আবার রাজনীতির পাঠ না থাকলে রাজ্য ও কেন্দ্রীয় সরকারি স্তরে বেশিরভাগ চাকরির পরীক্ষায় সফল হওয়া মুশকিল। আর তাই পড়তেই হবে পলিটিক্যাল সায়েন্স। ভারতের সংবিধান, সরকার, প্রশাসন, পরিকাঠামো, নাগরিকদের দায়িত্ব, কর্তব্য, দায়িত্বশীল রাষ্ট্র হিসেবে ভারতের অতীত, বর্তমান ইত্যাদি নিয়ে সরকারি ও বেসরকারি সংস্থার চাকরির পরীক্ষায় সফল হতে গেলে এসব নিয়ে সাধারণ জ্ঞান আহরণ করতে হয়। তাই পড়তেই হবে রাষ্ট্রবিজ্ঞান।

পাঠ্যক্রম

ভারতের স্নাতক স্তরে রাষ্ট্রবিজ্ঞান তিন বছরের কোর্স ছ'টি সেমিস্টারে বিভক্ত। পাঠ্যক্রম প্রতিষ্ঠান ভেদে সামান্য আলাদা হয়ে থাকে। সিলেবাসে থাকে বেসিক পলিটিক্যাল সায়েন্স, রাষ্ট্রবিজ্ঞানের ভিত্তিগত ধারণা, ভারত সরকার ও রাজনীতি, তুলনামূলক রাজনীতি, আন্তর্জাতিক সম্পর্ক, পাশ্চাত্যের ও ভারতের রাজনৈতিক দর্শন, পাবলিক অ্যাডমিনিস্ট্রেশন, বিভিন্ন রাজনৈতিক আদর্শ, গ্লোবাল পলিটিক্স, ভারতের সাংবিধানিক গণতন্ত্রের ধারণা ইত্যাদি। বিতর্কে অংশগ্রহণ, মক পার্লামেন্ট পরিচালনা, রাজনৈতিক বিশ্লেষণ, কমিউনিকেশন স্কিলের উন্নতি ঘটানো পলিটিক্যাল সায়েন্সের প্রজেক্ট ওয়ার্কের অন্তর্ভুক্ত।

শিক্ষাগত যোগ্যতা

একটি স্বীকৃত বোর্ড থেকে উচ্চ মাধ্যমিক বা সমতুল (১০+২) উত্তীর্ণ। বেশিরভাগ প্রতিষ্ঠানে অ্যাডমিশন টেস্টে বসতে গেলে নূন্যতম ৫০ শতাংশ নম্বর দরকার। যে কোনও শাখা থেকেই অগ্রহী পড়ুয়ারা ভর্তি হতে পারেন। তবে আর্টসের পড়ুয়া হলে অগ্রাধিকার পাবেন। ক্লাস টুয়েলভের বোর্ডের পরীক্ষায় নম্বর অথবা অ্যাডমিশন টেস্টে প্রাপ্ত নম্বরের ভিত্তিতে ভর্তি নেওয়া হয় বিভিন্ন শিক্ষা প্রতিষ্ঠানে।

উচ্চশিক্ষার সুযোগ

গ্র্যাজুয়েশনের পর পলিটিক্যাল সায়েন্সে দু'বছরের মাস্টার্স একটা জনপ্রিয় অপশন। এখানে পলিটিক্যাল থিওরি, কম্পারেটিভ পলিটিক্স, ইন্টারন্যাশনাল রিলেশন্স-এ স্পেশালাইজেশন-সহ এমএ করা যায়। এছাড়া অজস্র ছাত্রছাত্রী এমএ করেন ইন্টারন্যাশনাল রিলেশন্স, পাবলিক অ্যাডমিনেস্ট্রেশন ও ডেভেলপমেন্ট স্টাডিজের উপর। যাঁরা বিভিন্ন স্বেচ্ছাসেবি সংস্থা, জনকল্যানমূলক সংস্থা, শ্রম দপ্তরে চাকরি করতে চান তাঁরা এমএসডব্লিউ (মাস্টার্স অপ সোশ্যাল ওয়ার্ক) পড়তে স্নাতকোত্তরে ভর্তি হয়ে থাকেন। আরেকটি জনপ্রিয় প্রবণতা হলো এলএলবি বা আইন নিয়ে পড়াশোনা করা। তবে সংখ্যাগরিষ্ঠ ছাত্রছাত্রী রাজ্য ও কেন্দ্রীয় স্তরে সিভিল সার্ভিস পরীক্ষার জন্য প্রস্তুতি নেন।

কেরিয়ারের সম্ভাবনা

সরকারি চাকরি ঃ প্রশাসনিক স্তরের বিভিন্ন পদে চাকরি, সরকারি নীতি প্রণয়নকারী ও সরকারি নীতি বিশ্লেষক হিসেবে চাকরি, পাবলিক অ্যাডমিনিস্ট্রেশনে চাকরি।

বিচার বিভাগ ঃ এলএলবি ও এলএলএম পাশ করা থাকলে পলিটিক্যাল আইনজীবী, আইনি পরামর্শদাতা ও বিচারক পদে কাজ করার সুযোগ হয়েছে।

সাংবাদিকতা ও মিডিয়া ঃ সংবাদমাধ্যমে রাজনৈতিক বিশ্লেষক হিসেবে, সম্পাদকীয় বিভাগে, রিপোর্টিংয়ে কাজের সুযোগ রয়েছে।

গবেষণা ও শিক্ষকতা ঃ পিএইচডি করে শিক্ষকতার সুযোগ আছে।

আন্তর্জাতিক সংস্থা ঃ মানবাধিকার সংগঠনগুলিতে, আন্তর্জাতিক এনজিও গুলিতে এবং বিভিন্ন কূটনৈতিক সংযথায় পলিটিক্যাল সায়েন্সের স্নাতকদের নিয়োগ করা হয় পরামর্শদাতা হিসেবে।

লাইফ সার্টিফিকেট পান বাড়িতে বসেই
রাজ্য / কেন্দ্রীয় সরকারের পেনশন হোল্ডাররা লাইফ সার্টিফিকেট আপডেট করুন বাড়িতে বসেই। এটি অনলাইন পরিষেবা। ব্যাঙ্কে যাওয়ার প্রয়োজন নেই। পরিষেবা শুল্ক প্রদেয়। আজই নাম নথীভূক্ত করুন।
পরামর্শ ও সহযোগিতা ঃ 9233 44 45 46

ক্লাউড কম্পিউটিংয়ে বিটেক, ফিউচার তো এখানেই

কম্পিউটার সায়েন্সের 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 উঠেছে, ক্লাউড কম্পিউটিং প্রযুক্তি তথ্য পরিষেবা মাধ্যম হিসেবে আগের চেয়ে আরও শক্তিশালী হয়ে উঠেছে। বিশেষজ্ঞদের মতে, ভবিষ্যতের আইটি ও যাবতীয় অনলাইন ব্যবসার নিয়ন্ত্রণ ক্ষমতা থঅকবে এই প্রযুক্তির হাতেই। তাই বাজারের চাহিদা মেনে ভারতের অনেক ইঞ্জিনিয়ারিং কলেজ ও বিশ্ববিদ্যালয়ে কম্পিউটার সায়েন্স অ্যান্ড ইঞ্জিনিয়ারিং (সিএসই) কোর্সের সঙ্গে ক্লাউড কম্পিউটিং-এ স্পেশালাইজেশন করানো হয়। এই স্পেশালাইজেশন 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 সবজেক্ট কম্বিনেশনের থাকতে হবে ফিজিক্স, কেমিস্ট্রি ও ম্যাথ। সর্বমোট কমপক্ষে ৫০ থেএকে 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। কিছু বেসরকারি বিশ্ববিদ্যালয়ে মেধার ভিত্তিতে বা ম্যানেজমেন্ট কোটায় ভর্তির সুযোগ থাকে।

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, অ্যালগোদিমস্, অপারেটিং সিস্টেমস, কম্পিউটার নেটওয়ার্কস, ডেটাবেস ম্যানেজমেন্ট সিস্টেসম, সফটওয়্যার ইঞ্জিনিয়ারিং, অবজেক্ট ওরিয়েন্টেড গ্রোগ্রাম। ক্লাউড কম্পিউটিং-এর পাঠ্যক্রমে পড়ানো হয়, ক্লাউড আর্কিটেকচার অ্যান্ড ডিপ্লয়মেন্ট মডেলস, ভার্চুয়ালাইজেশন টেকনোলজিস, ক্লাউড সিকিউরিটি অ্যান্ড 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 বাস্ক্ষ স্তব জগতের চাহিদার সঙ্গে সামঞ্জস্য রেখে হাতে কলমে কাজ শেখার সুযোগ পান।

উচ্চশিক্ষা ঃ বিটেকের পর এমটেক বা এমএস করা যায় ক্লাউড কম্পিউটিং-এ, আর্টিফিশিয়াল ইন্টালেজেন্সে, 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 আর্কিটেক্ট।

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, ক্যাপজেমিনি-সহ (এরপর ২-এর পাতায়)

বন্ধ্যাত্ব কেন বাড়ছে

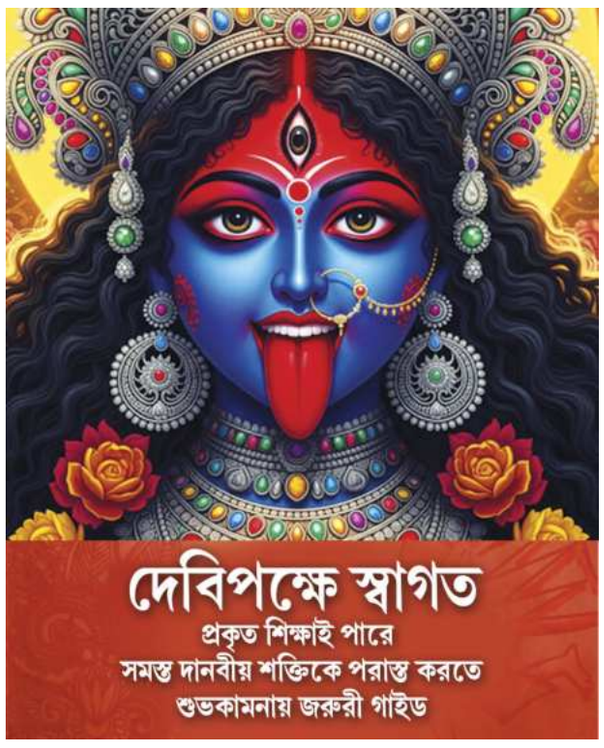
আজকের দিনে আমরা পড়াশোনা ও কেরিয়ার নিয়ে অনেকটা এগিয়ে গিয়েছি। কিন্তু শরীর ও স্বাস্থ্যের নানা সমস্যা, বিশেষ করে বন্ধ্যাত্ব নিয়ে আলোচনা বোধহয় কমই হয়। অথচ হু এবং আইসিএমআর-এর তথ্য অনুযায়ী ভাবতে বন্ধ্যাত্বের সমস্যায় আক্রান্তের হার ১০ থেকে ১৪ শতাংশ। এই হার শহরাঞ্চলে আরও বেশি, প্রায় প্রতি ৬ জন দম্পতির মধ্যে ১ জন দম্পতি বন্ধ্যাত্বের সমস্যায় ভুগে থাকেন।

বিশ্বজুড়ে প্রায় ১০ থেকে ১৫ শতাংশ দম্পতি বন্ধ্যাত্বের সমস্যায় ভোগে। অর্থাৎ, টানা এক বছর নিয়মিত অসুরক্ষিত যৌন সম্পর্কের পরও গর্ভধারণ না হওয়া। এই বর্তমান প্রজন্মের মধ্যে বন্ধ্যাত্বের সমস্যা হওয়ার একাধিক কারণ রয়েছে। যেমন-

জীবনযাত্রায় বদল ঃ আগে মানুষ মাঠেঘাটে কাজ করতেন, তাঁতে শরীরচর্চা হত। এখন দিনের বেশিরভাগ সময় কম্পিউটার বা মোবাইলের সামনে কাটছে। ব্যায়াম প্রায় হয়ই না। শরীর তাই দুর্বল হয়ে পড়ছে।

দেরিতে বিয়ে ও সন্তান পরিকল্পনা ঃ আগে ২০-২২ বছর বয়সে বিয়ে হত। এখন অনেকে ৩০-৩৫ বছর পর বিয়ে করছেন। ফলে সন্তান নেওয়ার চেষ্ট দেরিতে শুরু হয়। কিন্তু মহিলাদের ডিম্বাণুর ক্ষমতা ৩০ বছরের পর থেকে কমতে থাকে। পুরুষদের ক্ষেত্রে শুক্রাণুর মান কমে যায়।

মানসিক চাপ ঃ আজকাল সবাই কাজের চাপ, অর্থনৈতিক চিন্তা, পড়াশোনার চাপ নয়ে চলেন। এই মানসিক চাপ (এরপর ২-এর পাতায়)



দেখছি যেমন আরশিতে

আমরাই জেগে থাকি

রাত হলে শুধু পুরুষশাসন কোথায় লেখা,
নারীদের দাঁতও লোহা হতে পারে পাওনি টের;
কবিতা-কথায় অর্ধ আকাশ বরাভরেখা!
জননী ভগিনী বধূ প্রেমিকাতে লুটেছ ঢের।
প্রাণ দিয়ে সংসার-সংগ্রামে আমরা লড়ি,
পুরুষজন্ম পুরুষজীবন বাঁচিয়ে রাখি--
প্রেমের ছোঁয়ায় সুন্দর রাত আমরা গড়ি
অথচ দোহাই অস্ত্র শাস্ত্র-- জীবন ফাঁকি!

আমার গঙ্গা

সভ্যতার বর্জ্য বুকে নিয়ে ছুটিস অহর্নী,
অসফল মানুষের ক্রোধ, ঘৃণা-বুদ্বুদ,
বুকে রোজগার-স্রোত, তীরে শখের বাস্কবী,
জলে ভেজা পুরাণের পাতা মহিমায় বুঁদ।
শল্য চিকিৎসায় মাটিতে তোকে বাঁধা হয়,
শিবের মাথায়, চিতাভস্মে, তলোয়ার ধুতে,
নদী কখনও দাসী হয় না, বলসাই নয়,
জ্ঞানভাণ্ডার পূর্ণ অজ্ঞানতার মন্ত্রপূতে।

– ড. গৌরাঙ্গদেব ভার্মা

স্বপ্ন পূরণের অঙ্গীকার

রবিবার ছিল বিশ্ব আরথ্রাইটিস দিবস। দিনটির উদ্দেশ্য রিউম্যাটিক অ্যান্ড মাসকিউলোস্কেলেটাল ডিজিজ (আরএমডি) সম্পর্কে সচেতনা বাড়ানো। বিশ্বজুড়ে কয়েক লক্ষ মানুষ এই রোগে আক্রান্ত। এ বছরের থিম 'আপনার স্বপ্ন পূরণ করুন'। অর্থাৎ আরথ্রাইটিস নিয়েও মানুষ স্বপ্ন দেখতে পারেন। আকাঙ্খা পূরণ করতে পারেন। শুধু প্রয়োজন যথাযথ যত্ন, সহযোগিতা এবং আক্রান্তদের বোঝার মানসিকতা।

শুধু জয়েন্টের ব্যথা নয়

প্রায়শই আরথ্রাইটিসকে একক রোগ বা বার্ধক্যের অনিবার্য অংশ বলে মনে করা হয়। কিন্তু বাস্তবে এটি ১০০ টিরও বেশি বিভিন্ন রোগের একটি শ্রেণির প্রতিনিধিত্ব করে। এর মধ্যে রয়েছে রিউমাটয়েড আরথ্রাইটিস, অ্যানকাইলজিং স্পন্ডলাইটিস, লুপাস, গাউট, সোরাইটি আরথ্রাটিস এবং অস্টিওআরথ্রাইটিস। এই ধরনের সমস্যা সব বয়সের মানুষকে এমনকি বাচ্চা ও প্রাপ্তবয়স্কদেরও প্রভাবিত করতে পারে। আর ওইসব রোগের কারণে জয়েন্টে ব্যথা, আড়ষ্টতার পাশাপাশি প্রভাব পড়ে কিডনি, ফুসফুস, ত্বক ও চোখের মতো গুরুত্বপূর্ণ অঙ্গে। তাই দ্রুত রোগনির্ণয় করা এবং নিয়মিত ফলোআপ করানো জরুরি।

ভালো থাকার স্বপ্ন

এবছরের থিম 'আপনার স্বপ্ন পূরণ করুন। অর্থাৎ আরথ্রাইটিস আছে বলেই নিজের আকাঙ্খাকে সীমিত করবেন না। বরং উন্নত আধুনিক চিকিৎসা, যেমন ডিজিজ ফন্ডিফারং ড্রাগ জৈব ওষুধ, ফিইজকাল থেরাপি এবং জীবনধারায় কিছু পরিবর্তনের (এরপর ৩-এর পাতায়)

মালদা জেলা থেকে সূর্য্যোদয় ও সূর্যাস্তের সময়সূচী

অক্টোবর - নভেম্বর, ২০২৫

তারিখ	সূর্য্যোদয়	সূর্যাস্ত
16.10.2025	05:36 ↑ (115°)	17:09 ↑ (245°)
17.10.2025	05:36 ↑ (115°)	17:08 ↑ (245°)
18.10.2025	05:37 ↑ (115°)	17:07 ↑ (245°)
19.10.2025	05:37 ↑ (115°)	17:06 ↑ (245°)
20.10.2025	05:38 ↑ (115°)	17:06 ↑ (245°)
21.10.2025	05:38 ↑ (115°)	17:05 ↑ (245°)
22.10.2025	05:39 ↑ (115°)	17:04 ↑ (245°)
23.10.2025	05:39 ↑ (115°)	17:03 ↑ (245°)
24.10.2025	05:40 ↑ (115°)	17:02 ↑ (245°)
25.10.2025	05:40 ↑ (115°)	17:01 ↑ (245°)
26.10.2025	05:41 ↑ (115°)	17:01 ↑ (245°)
27.10.2025	05:41 ↑ (115°)	17:00 ↑ (245°)
28.10.2025	05:42 ↑ (115°)	17:59 ↑ (245°)
29.10.2025	05:43 ↑ (115°)	17:58 ↑ (245°)
30.10.2025	05:43 ↑ (115°)	17:58 ↑ (245°)
31.10.2025	05:44 ↑ (115°)	17:57 ↑ (245°)
01.11.2025	05:44 ↑ (115°)	17:56 ↑ (245°)
02.11.2025	05:45 ↑ (115°)	17:56 ↑ (245°)
03.11.2025	05:46 ↑ (115°)	17:55 ↑ (245°)

যে কোনো দৈনিক পত্রিকায় বিজ্ঞাপন দিতে 977 5454 577

সুস্থ থাকতে নিয়মিত মধু খান রোগ প্রতিরোধ ক্ষমতা বাড়াতে এর জুড়ি নেই।
তুলসী, ইউক্যালিপটাস, কালোজিরা, সজনে, পাহাড়ী ফুলের মধু ও সুন্দরবনের মধু এবং অর্গ্যানিক মধু বুক করুন। ৫ দিনের মধ্যে হোম ডেলিভারী পাবেন।
ঝান্ডু, গৌড়বঙ্গ, ডিসানো, সাফোলা, বৈদ্যনাথ বিভিন্ন নামী ব্রান্ডের মধু পাওয়া যায়।

● বিশুদ্ধ মধু ইম্যুনিটি বাড়ায় ● সালফার মিশ্রিত চিনি বর্জন করুন ● চিনির বিকল্প হিসাবে মধুর ব্যবহার বাড়ান ● ১০০% পরীক্ষিত মধু ● সারা ভারতে হোম ডেলিভারী।
ডেলিভারী পার্টনার ঃ amazon অনুমোদিত ক্যুরিয়ার। সর্বাধিক ৫ দিনে ডেলিভারী। বুকিং সহায়তা ঃ 9233 44 45 46
বিভিন্ন ব্রান্ডের সুন্দরবনের মধু, পাহাড়ী মধু ও অর্গ্যানিক মধুও পাওয়া যায়। ❁ বিক্রয়ার্থে একসাথে ১০ কে.জি. ক্রয়ে ১০% ছাড়।

বার্থ সার্টিফিকেট
এডুকেশনাল সার্টিফিকেট
ড্রাইভিং লাইসেন্স
পলিসি সার্টিফিকেট
পাসপোর্ট
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

• চাঁই মন্ডল 26+/5′ B.A. (Eng.), B.Ed., M.Ed., সুশ্রী, ফর্সা পাত্রীর জন্য উপযুক্ত সুদর্শন পাত্র কাম্য। ঘটক নিষ্প্রয়োজন। যোগাযোগ - 9332605982. OL-3815

• চৌধুরী 34/5′2′′ M.A., B.Ed. (Hons.) প্রাইমারী শিক্ষিকা পাত্রীর জন্য সঃ চাঃ স্কুল শিক্ষক পাত্র কাম্য। M - 94347 30035. HUF-1717

• শর্মা (কর্মকার) মালদা নিবাসী শান্ডিল্য 28+/5′1′′ M.A. পাত্রীর জন্য সঃ চাঃ উপযুক্ত সুপাত্র চাই। M - 9800370527. HUF-1690

• কায়স্থ 31+/5′2′′ B.Sc. (ফ্যাশন ডিজাইনার) কম্পিউটার কোর্স করা, বেসরকারী প্রতিষ্ঠানে চাকুরীর অভিজ্ঞতা, ফর্সা, সুন্দরী পাত্রীর সঃ চাঃ / বেঃ সঃ চাঃ / প্রতিষ্ঠিত ব্যবসায়ী সুপাত্র কাম্য। M - 98006 75250, শীঘ্রই বিবাহ। HUF-1695

• তিলি 25+/5′2′′ স্নাতক, একমাত্র কন্যা সুশ্রী, ফর্সা পাত্রীর উপযুক্ত চাকুরে / ব্যবসায়ী পাত্র কাম্য। অসবর্ণ চলিবে। M - 6297542712 / 9475935015. HUF-1516

• পাত্রী কুলীন কায়স্থ, বয়স 34+/5′2′′ M.A., উঃ শ্যামবর্ণা, বাড়ি মালদা শহরের 1 নং গভঃ কলোনী, পাত্রীর পিতা-মাতা ডিভোর্সী, পাত্রী পিতার কাছে থাকে, পাত্রীর পিতা অবসরপ্রাপ্ত সরকারী কর্মী। এরূপ পাত্রীর জন্য 35 - 45 মধ্যে হিন্দু পাত্র চাই, ডিভোর্সী বা বিপত্নীক চলিবে না, মালদা শহরের পাত্র অগ্রগণ্য। M - 9475656380 (পাত্রীর পিসি)। HUF-1732

বৈশ্য, আলাদশী 26/5′5′′
M.A. (History), B.Ed.,
একমাত্র কন্যা, ঘরোয়া, ফর্সা
পাত্রীর জন্য সরকারী চাকুরে /
ডাক্তার পাত্র অগ্রগণ্য।
M - 94343 23316.
HUF-1702

কাশ্যপ গোত্র 28/5′2′′
নার্সিং স্টাফ, মালদা মেডিক্যাল কলেজ। ফর্সা পাত্রীর জন্য সরকারী চাকুরে, উচ্চ শিক্ষিত সুপাত্র চাই।
M - 90640 56416 / 89006 49788.
HUF-1694

কর্মকার 26+/5′6′′
Retd. H.S. শিক্ষকের কন্যা M.Sc. (Math.), B.Ed., ফর্সা, সুশ্রী, স্লিম। দাদা M.B.B.S. ডাক্তার, পাত্রীর জন্য ডাক্তার / অধ্যাপক / উচ্চ পদস্থ সঃ চাঃ, সম্ভ্রান্ত পরিবারের উপযুক্ত সুপাত্র কাম্য।
M - 84365 17607
KST-1676

পাত্র চাই

• ব্রাহ্মণ 27+/5′4′′ H.S., শ্যামবর্ণা, NVF-এ কর্মরতা, শহরে নিজ বাড়ি। উপযুক্ত সুপাত্র চাই। M - 6296001949. HUF-1663

• মালদা নিবাসী, Gen. 31/5′5′′ B.A. (Eng. H.), D.EL.Ed. পাঠরতা, কেঃ সঃ Retd পিতার একমাত্র সন্তান, ফর্সা, সুশ্রী, স্লিম পাত্রীর জন্য যোগ্য সুপাত্র কাম্য। M - 9609331343. HUF-1709

পাত্রী চাই

• মাহিষ্য, মালদা নিবাসী 30+/5′11′′ ইউরোপে গবেষণারত (একমাত্র পুত্র)। সঃ / অসবর্ণ, উচ্চ শিক্ষিতা পাত্রী চাই। M - 87100 55261. HUF-1728

• কায়স্থ দাস 30/5′9′′ B.Tech. Deloitte (কোলকাতা) কর্মরত, মালদা নিবাসী পাত্রের জন্য উপযুক্ত শিক্ষিতা পাত্রী কাম্য। M - 9933703418. HUF-1714

• বেসরকারী সংস্থায় কর্মরত একমাত্র ছেলে বয়স 31, B.Tech. Civil, মালদার বাসিন্দা। ব্রাহ্মণ, ফর্সা, সুন্দরী, শিক্ষিতা পাত্রী চাই। ফোন - 9832884905. OTS-1762

• কায়স্থ 38/5′6′′ B.E. (CIVIL), সঃ চাঃ (অবিবাহিত বোন আছে) পাত্রের উচ্চ শিক্ষিতা, অদেবারি, প্রকৃত ফর্সা, সুন্দরী পাত্রী কাম্য। শীঘ্র বিবাহ। মালদা- 9609919160 / 8918723719. HUF-1681

• রায় 39+/5′5′′ হাই স্কুল শিক্ষক (আপার প্রাইমারি) পাত্রের জন্য সুশ্রী, শিক্ষিতা পাত্রী কাম্য। M - 9563114382 (সময় - 6 P.M. - 10 P.M.). OL-3808

তন্তুবায় 30/5′6′′
(কেমিক্যাল সায়েন্স) Ph.D
(ইন্ডিয়ান অ্যাসোসিয়েশন ফর দ্য কাল্টিভেশন অফ সায়েন্স)
চাকুরীজীবি পাত্রের
সমতুল্য শিক্ষিতা, ফর্সা, সুন্দরী,
24 - 26 মধ্যে পাত্রী চাই।
M - 94346 81616 / 95647 87698.
HUF-1734

রাজ্য সরকারের
Retd. শিক্ষক-শিক্ষিকার
একমাত্র পুত্র কুম্ভকার 34/5′7′′
B.Tech., MBA (Finance),
ডেপুটি ম্যানেজার
(ESAF Bank), স্থায়ী পদে
কোলকাতায় কর্মরত পাত্রের জন্য
ফর্সা, সুশ্রী, শিক্ষিতা,
25 উর্দ্ধে পাত্রী কাম্য।
অসবর্ণ চলিবে।
M - 78108 23109,
মালদা নিবাসী কলিতে কর্মরতা হলেও চলিবে।
HUF-1738

ইন্দ্রানী পার্লস
শ্রীHari
COSTUME & GOLD PLATED JEWELLERY
Upto 70% MEGA Exchange OFFER
মালদা পার্লস এম্পোরিয়াম
B. S. Road (Nr. Kuttitola More).
94341 89908

পাত্রী চাই

• কায়স্থ দাস 39/5′5′′ সরকারী চাকুরীজীবি (একমাত্র পুত্র)। শিক্ষিকা / সঃ চাঃ পাত্রী কাম্য। M - 8759573703. HUF-1652

• মৈথিল ব্রাহ্মণ 25+/5′8′′ কেন্দ্রীয় সঃ চাকুরে পাত্রের ফর্সা, সুশ্রী, মৈথিল ব্রাহ্মণ, 20 - 23 মধ্যে যোগ্য পাত্রী চাই। M - 7063398386. HUF-1739

• কায়স্থ (দত্ত) 33/5′8′′ স্নাতক, বেসরকারী প্রতিষ্ঠানে কর্মরত পাত্রের ঘরোয়া, সুন্দরী পাত্রী চাই। M - 9735558792. HUF-1679

সঃ চাকুরে প্রাথমিক শিক্ষক
(2024), জেনারেল 34+/5′8′′
নেশাহীন, দাবিহীন, সৎ পাত্রের
জন্য চাকুরীরতা পাত্রী কাম্য।
মালদা অগ্রগণ্য।
চাঁচল - 99325 30233.
OL-3820

কায়স্থ 36/5′3′′
M.A., B.Ed, ডিভোর্সী,
হাইস্কুল শিক্ষক পাত্রের
শ্যামবর্ণা, ঘরোয়া, সুন্দরী,
ডিভোর্সী (ইস্যুবিহীন) পাত্রী কাম্য।
M - 98006 22272.
HUF-1615

কায়স্থ 28/5′7′′ স্নাতক,
প্রতিষ্ঠিত ব্যবসায়ী পাত্রের ফর্সা,
সুন্দরী, ঘরোয়া, শিক্ষিতা (মাধ্যমিক)
সুপাত্রী চাই। M - 94340 55569 / 99329 36364
(10 P.M. - 11 P.M.).
HUF-1675

WB বৈষ্ণব, মালদা নিবাসী,
মাঙ্গলিক, দেবগণ
35/5′6′′ M.A.,
Govt. প্রাইমারি স্কুল শিক্ষক
পাত্রের 25 - 30 মধ্যে
উপযুক্ত পাত্রী কাম্য।
M - 89722 24500 / 95933 01896.
OL-3818

কায়স্থ, সরকার পরিবার
35/5′7′′ স্নাতক,
সরকারী আন্ডারটেকিং সংস্থায়
ম্যানেজার পদে কর্মরত পাত্রের
জন্য ভদ্র ও মার্জিত পরিবারের
শিক্ষিতা, ঘরোয়া পাত্রী কাম্য।
অসবর্ণ চলিবে।
M - 98327 89682.
OL-3817

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।

বিক্রয়

• এয়ারভিউ কমপ্লেক্সে (ITI মোড়ের নিকট)-এ সুন্দর পরিবেশে 2 কাঠা প্লট বিক্রয়। এজেন্ট নিষ্প্রয়োজন। M - 9593612484. OL-3803

1 No. Govt. কলোনী
সোনার তরী অ্যাপার্টমেন্টের
বিপরীতে
1 কাঠা ফাঁকা জায়গা
অতি সত্ত্বর বিক্রয়।
M - 70019 39105.
HUF-1685

মালদা 420 মোড়ের কাছে
বিবেকানন্দপল্লীতে
দুর্গামন্ডপের কাছে
4 কাঠা জমি সহ বাড়ি
বিক্রয় আছে।
প্রকৃত ক্রেতা যোগাযোগ করুন।
M - 98746 16456 / 97330 12628.
OL-3819

দক্ষিণ সিঙ্গাতলায়
গ্লো নার্সিং হোমের বিপরীতে
দেড় কাঠা জায়গা
(নির্মিয়মাণ বাড়ি সহ) সত্বর বিক্রয়।
প্রবেশ পথের কিছু অংশ 4′ চওড়া।
প্রকৃত ক্রেতা যোগাযোগ করুন।
M - 97759 70853 / 78648 70682.
HUF-1729

জায়গা বিক্রয়
জহুরাতলার পথে
গোপালপুর আমজামতলায়
নটরাজ ক্লাব এন্ড
লাইব্রেরীর সন্নিকটে
একলপ্তে অথবা আংশিকভাবে
মোট 5 কাঠা জায়গা সত্বর বিক্রয়।
M - 75014 24162.
OL-3822

মালদা শহরে বি. এস. রোডে
অগ্রণী ক্লাবের পাশে
প্রিয়ংবদা অ্যাপার্টমেন্টে 6th
ফ্লোরে 3 BHK, 1192 বর্গফুটের
ফুল ফার্নিশড ফ্ল্যাট
(ফার্নিচার ও 3 টি A.C. সহ)
সত্বর বিক্রয়।
M - 79083 24212.
OL-3790

বিক্রয়

• বাঁধাপুকুর মোড়ে N.H.-এর সঙ্গে তিন বিঘা Commercial জমি সত্ত্বর বিক্রয়। যোগাযোগ -9332054668 (রাত্রি 7.30-9.30-এর মধ্যে)। HUF-1691

রামকৃষ্ণপল্লী পল্লীশ্রী মাঠের কাছে
নতুন 2 BHK Flat 900 sq.ft.
সেল করা হবে।
M - 99322 69879.
HUF-1705

3 No. Govt. কলোনীতে
স্কোয়ার নার্সিং হোমের পিছনে
150 sq.ft.
সাজানো দোকান ঘর
অতি সত্ত্বর বিক্রয়।
M - 70019 39105.
HUF-1684

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.live ওয়েবসাইটে বিনামূল্যে 30 দিনের জন্য পোস্ট করুন।
WApp - 9233 44 45 46.

ক্রয়

হবিবপুর / বামনগোলাতে
কাঁচা / মোরাম রাস্তার পাড়ে
চাষযোগ্য জমি
কিনতে চাই।
মালিক যোগাযোগ করুন।
M - 86704 32226.
OL-3814

ভাড়া / লীজ

• দক্ষিণ সিঙ্গাতলায় দোতলা সেপারেট বাড়ি (3 BHK) ভাড়া দেওয়া হবে। Ph. - 80165 25381. OL-3800

TATA ACE
ছোটা হাতি
ভালো কন্ডিশনে ভাড়া দিব।
M - 70019 39105.
HUF-1687

গৌড় রোড পেট্রোল পাম্পের
পাশে গোডাউন ভাড়া দিব।
প্রকৃত ক্রেতা যোগাযোগ করুন।
M - 70019 39105.
HUF-1686

Women's College Road,
Malda Girl's School-এর
পাশে Ground Floor
&
1st Floor
2 Bedroom
with
Dining, Kitchen
&
Bath
Each Floor
ভাড়া দিব।
Bank / Govt. Service.
M - 94235 77424.
OL-3806

বিটেক, ফিউচার

(প্রথম পাতার পর)

তথ্য প্রযুক্তি জগতের গ্লোবাল জায়েন্ট সংস্থাগুলিতে ক্লাউড কম্পিউটিং-এ দক্ষ তথ্যপ্রযুক্তিবিদদের নিয়মিত নিয়োগ করা হচ্ছে। ওই সংস্থাগুলিতে ক্লাউড কনসালটেন্ট, ডেটা ইঞ্জিনিয়ার (ক্লাউড প্ল্যাটফর্ম), সিস্টেম অ্যাডমিন (ক্লাউড ইনফ্রাস্ট্রাকচার), ক্লাউড সিকিউরিটি অ্যানালিস্ট, ক্লাউড সলুশন্স আর্কিটেক্ট, ক্লাউড সফটওয়্যার ইঞ্জিনিয়ার পদে নিয়োগ করা হয়। ভারতের বিভিন্ন তথ্য প্রযুক্তি সংস্থায় এন্ট্রি লেভেলের বেতন বছরে চার থেকে আট লক্ষ টাকা। অভিজ্ঞতা, পারফরম্যান্স, শংসাপত্রের উপর বেতন বৃদ্ধি নির্ভর করে। বিটেক ইন সিএসই (ক্লাউড কম্পিউটিং) একটি উন্নত প্রযুক্তি ভিত্তিক যুগোপযোগী পাঠ্যক্রম যা তথ্য প্রযুক্তির জগতে নিশ্চিত কর্মসংস্থানের সুযোগ করে দেবে।

স্বপ্ন পূরণের

(তৃতীয় পাতার পর)

এবং তাজা ফল ও সবজি থাকে।

প্রাথমিক চিকিৎসা করান ঃ যদি জয়েন্টে ব্যথা বা সকলে ঘুম থেকে ওঠার সময় আড়ষ্ঠতা থাকে তাহলে রিউমাটোলজিস্টের পরামর্শ নিন। যেহেতু এই অবস্থা একসঙ্গে অনেকগুলি অঙ্গে প্রভাব ফেলে, তাই রিউমাটোলজিস্টের আমরা একসঙ্গে স্বপ্নকে বাস্তব রূপ দিতে পারি

বিশ্ব আরথ্রাইটিস দিবস শুধু সচেতনতা প্রচার করার দিন নয়, পদক্ষেপ করারও সময়। আসুন আমরা সবাই মিলে এমন এক পৃথিবী গড়ে তুলি যেখানে শুধু জয়েন্টের ব্যথা বা অক্ষমতার জন্য যেন কারও স্বপ্ন সীমিত না হয়ে পড়ে। বরং দ্রুত রোগনির্ণয়, যথাযথ চিকিৎসা এবং সম্মিলিত সহানুভূতির মাধ্যমে প্রত্যেক আরথ্রাইটিসের রোগী যেন সত্যিই তাঁদের স্বপ্ন পূরণ করতে পারেন।

বন্ধ্যাত্ব কেন বাড়ছে

(প্রথম পাতার পর)

হরমোনের ারসাম্য নষ্ট করে, ফলে গর্ভধারণের সমস্যা দেখা দেয়।

দূষণ ও পরিবেশ ঃ বাতাস, জল, খাবার সবকিছুতেই এখন দূষণ বেড়েছে। প্লাস্টিক, রাসায়নিক, কীটনাশক শরীরে হরমোনের কর্মক্ষমতা কমিয়ে দেয়।

খাবার ঃ জাংক ফুড, সফট ড্রিংকস, অনিয়মিত খাওয়াদদ্ধওয়া ডায়াবিটিস, থাইরয়েড ও পিসিওএস, ওজন বৃদ্ধির কারণ। এসব সন্তান ধারণে বাধঅ দেয়।

খারাপ অভ্যাস ঃ ধুমপান, মদ্যপান, রাত জেগে থাকা পুরুষ ও মহিলা উভয়ের প্রজনন ক্ষমতা কমায়।

চিকিৎসায় দেরি ঃ অনেকে লজ্জা বা ভয় থেকে ডাক্তার দেখাতে দেরি করেন। আবার ইন্টারনেটে দেখে নিজেরাই সমাধান খোঁজেন। এএত সময় নষ্ট হয়, রোগ আরও বাড়ে।

সমাধান কী

(১) প্রতিদিন হালকা ব্যায়াম, হাঁটা যোগাভ্যাস করুন
(২) নিয়মিত সুষম খাবার খান
(৩) মানসিক চাপ কমাতে বিশ্রাম ও ঘুম জরুরি
(৪) ধুমপান, মদ্যপান ও রাত জাগা এড়িয়ে চলুন।
(৫) ৩০ বছরের পর স্বাস্থ্য পরীক্ষা ও প্রয়োজনে ফার্টিলিটি চেক করান
(৬) লজ্জা না পেয়ে দ্রুত ডাক্তারের পরামর্শ নিন।

পরবর্তী 'জরুরী গাইড' বিতরিত হবে
4 নভেম্বর, 2025, মঙ্গলবার। বিজ্ঞাপন জমা দেওয়ার শেষ তারিখ 29 অক্টোবর, 2025, বুধবার, সন্ধ্যা 7 টার মধ্যে।

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

ইনভেস্টমেন্ট সার্ভিস

শেয়ার মার্কেটে
নিশ্চিত লাভ চান ?
BASIC TO ADVANCE
SWING TRADING
MENTORSHIP
PROGRAMME.
ONLINE MODE
M - 8617 666 834.
HUF-1678

জ্যোতিষ চর্চা

জয় মা
কলিকাতার প্রখ্যাত জ্যোতির্বিদ
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

জুবলী 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.

কর্মখালি

Ruby City Residency
MALDA
WE'RE HIRING
Looking for fresh talent to join our project team, Salary Negotiable.
POSITIONS
• Receptionist cum Telecaller
• Manager cum Accountant with Tally Experience
• Sales Executive with Bike
*Application Submission Last Date 22/10/2025, till 5 Pm
Send your applications with Proper CV on:
7501430818
A PROJECT OF MSSM INFRA DEVELOPERS PVT. LTD.
Sujapur Ruby City Residency
Sujapur Stand, N.H.-34, Malda.

বাড়িতে বসে বিজ্ঞাপন দিন
WhatsApp
97754 54577-নম্বরে।

পেনশন হোল্ডারদের প্রতি

প্রতি বছর নভেম্বর মাসে যারা পেনশন হোল্ডার তাদের বেঁচে থাকার প্রমাণ ব্যাঙ্কে জমা করতে হয়। ইদানিং অনলাইনে এই লাইফ সার্টিফিকেট আপডেট করার প্রচলন হয়েছে। এই পদ্ধতিতে অনেক দ্রুত ও নিখুঁতভাবে আবেদন করা যায়। পেনশন হোল্ডার চাইলে নিজ বাড়িতে বসেই এই আবেদন করতে পারেন। আবেদন করার সময় আধার কার্ড নম্বর, পিপিও নম্বর, নিজস্ব মোবাইল নম্বর, পেনশন সংক্রান্ত অ্যাকাউন্ট নম্বর প্রয়োজন হয়। ব্যক্তিগতভাবে উদ্যমী কিছু যুবক ন্যূনতম পরিষেবা মূল্যের বিনিময়ে এই ধরণের পরিষেবা বাড়িতে গিয়ে দিয়ে থাকেন। যাদের বয়সজনিত কারণে হাঁটা-চলা করতে সমস্যা হয়, এমনকি বায়োমেট্রিক মেশিনে আঙুলের ছাপ শনাক্ত হতে চায় না — সেই সমস্ত ক্ষেত্রে বিশেষ অ্যাপ্লিকেশনের মাধ্যমে বাড়িতে গিয়ে চোখের মণির ছবি স্ক্যানের মাধ্যমে এই পরিষেবা কেউ কেউ দিয়ে থাকেন। ভীড় এড়াতে পেনশন হোল্ডারের নাম, ঠিকানা ও যোগাযোগের নম্বর SMS / WApp করে আগাম নাম নথিভূক্ত করে রাখুন।

প্রয়োজনে কথা বলুন —
M - 9233 44 45 46

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.live

স্বত্বাধিকারী 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

Guide - [586]_Jaruree Guide 14-10-2025 22:27 Page 3

একাদশ-দ্বাদশে এগজ়াম প্যাটার্ন বদলের ভাবনা

দ্বিতীয়, চতুর্থ সেমেস্টারে কি এমসিকিউ-ওএমআর

স্নেহাশিস নিয়োগী

পরীক্ষার রেজ়াল্টে প্রকট 'হল কালেকশনের' বিষয়টা। যার ফলে একাদশ-দ্বাদশে সেমেস্টার পরীক্ষায় প্রশ্নের প্যাটার্নেই অদলবদল করার চিন্তাভাবনা শুরু হয়েছে।

উচ্চ মাধ্যমিক শিক্ষা সংসদের অ্যাকাডেমিক ও এগজ়াম সংক্রান্ত কমিটিতে শুরু হয়েছে এই নিয়ে আলোচনা। একাদশ ও দ্বাদশে অড (প্রথম ও তৃতীয়) সেমেস্টারের পরীক্ষায় থাকবে যথাক্রমে শর্ট ও ডেসক্রিপটিভ টাইপের প্রশ্ন আর দু'টি ক্লাসেরই ইভেন (দ্বিতীয় ও চতুর্থ) সেমেস্টার পরীক্ষা হবে এমসিকিউ-ওএমআর পদ্ধতিতে— এমন চিন্তাভাবনা করা হচ্ছে।

গত বছরের মতো এ বারও স্কুলে স্কুলে একাদশের প্রথম সেমেস্টারে মাল্টিপল চয়েস কোশ্চেন (এমসিকিউ) এবং ওএমআর পদ্ধতিতে হওয়া পরীক্ষার রেজ়াল্টে পড়ুয়াদের নম্বরের ছড়াছড়ি। বাংলা, ইংরেজি ও ইতিহাস থেকে শুরু করে বায়োলজি, গণিত, পরিবেশবিদ্যা এবং এডুকেশনে চিত্রটা একই। বিভিন্ন বিষয়ে পূর্ণমান ৩৫-৪০-এর মধ্যে এবং তাতে গড়পরতা পড়ুয়ারাও ৩৩-৩৫ নম্বর পেয়েছে। অথচ স্কুলের শিক্ষক ও সংসদের প্রশাসকদের অভিজ্ঞতা বলছে, ওই ছাত্রছাত্রীদের অধিকাংশই দ্বিতীয় সেমেস্টারে শূন্য থেকে পাঁচ নম্বরের মধ্যে আটকে যাবে। সম্প্রতি শেষ হয়েছে উচ্চ মাধ্যমিকের তৃতীয় সেমেস্টার পরীক্ষাও। তাঁদের বক্তব্য, তাতেও এই ছবিটা তেমন পাল্টাবে না। ফলে, ২০২৬ সালের ফেব্রুয়ারিতে উচ্চ মাধ্যমিকের চতুর্থ সেমেস্টার পরীক্ষায় বহু পরীক্ষার্থীরই মুখ থুবড়ে পড়ার আশঙ্কা। এমসিকিউয়ে যারা হিরো, লং টাইপ আনসারে তারাই জ়িরো, বড়জোর পাঁচ নম্বর পাবে। উচ্চ মাধ্যমিকের চতুর্থ সেমেস্টারে বহু পরীক্ষার্থী পাশ না-করতে পারলে সংসদের ভূমিকা নিয়েও প্রশ্ন উঠবে। অথচ উচ্চ মাধ্যমিকের শেষ সেমেস্টারে আবার সাপ্লিমেন্টারি পরীক্ষাও নেই। শেষ সেমেস্টারে যারা অকৃতকার্য হবে, তাদের একটা বছর নষ্ট।

> **সেমেস্টারে ছ'মাসের মধ্যে দু'টি পরীক্ষায় হাজার হাজার প্রধান পরীক্ষক ও পরীক্ষক নিয়োগ করে মূল্যায়ন অসম্ভব। কিন্তু এমসিকিউ-ওএমআর পরীক্ষা ও মূল্যায়নে সেই ঝামেলা নেই**
>
> চিরঞ্জীব ভট্টাচার্য
> সভাপতি, এইচএস কাউন্সিল

তা হলে উপায়? রাজ্যের উচ্চ মাধ্যমিক স্কুলগুলোর বিষয় ভিত্তিক শিক্ষক ও প্রধানশিক্ষকদের অনেকেই এমসিকিউ পরীক্ষায় গণ ঢোকাঢুকি আটকাতে তিনটি বিকল্পের কথা বলছেন। এক, কলেজ-বিশ্ববিদ্যালয়ে স্নাতক ও স্নাতকোত্তর পরীক্ষার মতোই এমসিকিউ, শর্ট আনসার টাইপ ও ডেসক্রিপটিভ টাইপের প্রশ্ন মিলিয়ে-মিশিয়ে থাকুক। যাতে পড়ুয়ারা আগের মতোই সহজে পাশ করতে পারে। দুই, সংসদই দ্বাদশের মতো একাদশের প্রথম সেমেস্টারে এমসিকিউ এবং ওএমআর পদ্ধতির প্রশ্ন করুক ও খাতা দেখুক। তিন, একাদশ ও দ্বাদশে অড (প্রথম ও তৃতীয়) সেমেস্টারের পরীক্ষা হোক যথাক্রমে শর্ট ও ডেসক্রিপটিভ টাইপের প্রশ্নে। দু'টি ক্লাসেই ইভেন (দ্বিতীয় ও চতুর্থ) সেমেস্টার পরীক্ষা হোক এমসিকিউ-ওএমআর পদ্ধতিতে।

উচ্চ মাধ্যমিক শিক্ষা সংসদের সভাপতি চিরঞ্জীব ভট্টাচার্য শনিবার বলেন, 'তৃতীয় বিকল্পটি আমরা গুরুত্ব দিয়ে ভাবছি। একাদশ ও দ্বাদশে যথাক্রমে প্রথম ও তৃতীয় সেমেস্টারের পরীক্ষা হবে শর্ট ও ডেসক্রিপটিভ টাইপের প্রশ্নে। আর ইভেন অর্থাৎ দ্বিতীয় ও চতুর্থ সেমেস্টার হবে এমসিকিউ প্রশ্নে।' তাঁর সংযোজন, 'উচ্চ মাধ্যমিকের সেমেস্টারে ব্লেনডেড (এমসিকিউ-ডেসক্রিপটিভ টাইপ) পদ্ধতিতে প্রশ্নোত্তর করে মূল্যায়ন অসম্ভব। কারণ, ছ'মাসের মধ্যে দু'টি পরীক্ষায় হাজার হাজার প্রধান পরীক্ষক ও পরীক্ষক নিয়োগ করে মূল্যায়ন সম্ভব নয়। আর এই পদ্ধতি চালু হলেই গোস্ট পাবলিকেশন স্কুটিনি ও রিভিউ চালু করতে হবে। এমসিকিউ-ওএমআর পরীক্ষা ও মূল্যায়নে সেই ঝামেলা নেই। কাজেই, একটি সেমেস্টারের পরীক্ষার মূল্যায়ন মেশিনে করতেই হবে।'

পশ্চিমবঙ্গ সরকারি বিদ্যালয় শিক্ষক সমিতির সাধারণ সম্পাদক সৌগত বসু জানান, এতে সব চেয়ে সুবিধে পড়ুয়াদের। কারণ, উচ্চ মাধ্যমিকে বর্তমানে প্রথম তিনটি সেমেস্টারে সাপ্লিমেন্টারি পরীক্ষা থাকলেও চতুর্থ সেমেস্টারের অনুত্তীর্ণদের জন্য কোনও সাপ্লিমেন্টারি পরীক্ষা নেই। কিন্তু শেষ সেমেস্টার এমসিকিউ-ওএমআর পদ্ধতিতে হলে সংসদ অন্তত ১৫ দিনের মধ্যে অনুত্তীর্ণদের জন্য সাপ্লিমেন্টারি পরীক্ষা নিতে পারবে। এতে স্নাতকে ভর্তি শুরুর আগেই মূল্যায়ন করে ফল প্রকাশও সম্ভব বলে মনে করা হচ্ছে। এ বারই উচ্চ মাধ্যমিকের তৃতীয় সেমেস্টারে সংসদ কাউন্সিয়ানের (ঘানা ও ট্রেক্কারি) কাছে বিভিন্ন বিষয়েই এমসিকিউ-র দু'সেট করে প্রশ্ন পাঠিয়েছিল।

উট উধাও ! বাঁচাতে তৎপর কেন্দ্রীয় সরকার

অরিন্দম বন্দ্যোপাধ্যায়
■ নয়াদিল্লি

'সোনার কেল্লা' সিনেমায় উট নিয়ে ফেলুদার 'দুশমন'কে ধাওয়া করার সেই অবিস্মরণীয় দৃশ্য

ভ্যানিশ হয়ে যাচ্ছে উট!

সরকারি হিসেব বলছে, ১৯৭৭ সালে ভারতে উট ছিল প্রায় ১১ লক্ষ। ২০১৩-য় সংখ্যাটা কমে দাঁড়িয়েছে ৪ লক্ষে। আর সর্বশেষ সরকারি পরিসংখ্যান অনুযায়ী, ২০১৯-এ দেশে ২ লক্ষ ৫২ হাজার উট বেঁচে আছে! ১৯৭৭ সালের তুলনায় ২০১৯ সালের পরিসংখ্যানে দেশে উটের সংখ্যা কমেছে প্রায় ৭৭ শতাংশ। এমন পরিস্থিতি চলতে থাকলে আগামী কয়েক দশকের মধ্যে ভারত থেকে উট প্রায় বিলুপ্ত হয়ে যাবে বলে আশঙ্কা। এই ছবি সামনে আসার পরেই নড়েচড়ে বসেছে মৎস, পশুপালন ও দুগ্ধ বিষয়ক কেন্দ্রীয় মন্ত্রক। সূত্রের দাবি, কোন পদ্ধতিতে দেশে উটের বংশবৃদ্ধি করা সম্ভব এবং উটগুলির সুরক্ষা সুনিশ্চিত করা হবে, তা খতিয়ে দেখে সময়োপযোগী খসড়া পরিকল্পনা প্রণয়ন করবে এই মন্ত্রক। এর পরে এই খসড়া পরিকল্পনা পেশ করা হবে কেন্দ্রীয় মন্ত্রিসভার অনুমোদনের জন্য। প্রধানমন্ত্রী নরেন্দ্র মোদীর নেতৃত্বাধীন মন্ত্রিসভার অনুমোদন পাওয়ার পরেই লাগু করা হবে এই পরিকল্পনা, জানিয়েছে মৎস্য, পশুপালন ও দুগ্ধ বিষয়ক মন্ত্রক। এই পরিকল্পনার বাস্তবায়নের সঙ্গেই সারা দেশে উট সংরক্ষণ সচেতনতা বৃদ্ধির কাজও চালাবে সরকার, এমনটাই সূত্রের দাবি।

ভারতে সব থেকে বেশি উট দেখা যায় রাজস্থান ও গুজরাটে। সর্বভারতীয় স্তরে উট সংরক্ষণ সংক্রান্ত পরিকল্পনা প্রণয়নের আগে এই দু'টি রাজ্যের ক্ষমতাসীন সরকারের সঙ্গেও আলোচনা করবেন কেন্দ্রীয় কর্তব্যক্তিরা। পরামর্শ গ্রহণ করা হবে কেন্দ্রীয় পর্যটন, আইন, গ্রামোন্নয়ন ও পঞ্চায়েত মন্ত্রকের থেকেও। প্রাথমিক পর্যায়ে তাঁরা কী ভাবে এগোতে চাইছেন, তার রূপরেখা ব্যাখ্যা করতে গিয়ে এক উচ্চপদস্থ আমলার দাবি, 'প্রথমেই স্বীকার করে নেওয়া ভালো, মরুভূমির জাহাজ হিসেবে খ্যাত উটদের রক্ষণাবেক্ষণের জন্য এতদিন কিছু ভাবাই হয়নি। এই কারণেই চার দশকের মধ্যে আমাদের দেশে উটের সংখ্যা তলানিতে ঠেকেছে। সরকারি স্তরে পরিকল্পনা গ্রহণের পাশাপাশি রাজস্থান এবং গুজরাটের সর্বত্র উট সংরক্ষণ সংক্রান্ত সচেতনতা বৃদ্ধি আবশ্যক। এই দুটি রাজ্যের পর্যটন শিল্পে উটের গুরুত্বপূর্ণ ভূমিকা আছে। সব দিক মাথায় রেখে সর্বভারতীয় স্তরে এমন পরিকল্পনা প্রণয়ন করতে হবে, যা বাস্তবায়িত হলে উটের মত প্রাণীর ভবিষ্যৎ সুরক্ষিত হবে। প্রয়োজন হলে আইন করে দেশের সর্বত্র উট নিধন বন্ধ করতে হবে।'

সরকারি সূত্রের দাবি, উট সংরক্ষণ অভিযানকে সাফল্যমন্ডিত করতে স্কুল-কলেজের পাঠ্যক্রমে উট সংরক্ষণ সংক্রান্ত কোনও বিষয়বস্তু অন্তর্ভুক্ত করা যায় কী না, সেই বিষয়ে শিক্ষা মন্ত্রকের সঙ্গেও আলোচনা করবেন মৎস্য, পশুপালন ও দুগ্ধ বিষয়ক মন্ত্রকের আমলারা। কোনও সর্বভারতীয় সেলিব্রিটিকে সামনে রেখে বিভিন্ন ভাষায় তৈরি করা হতে পারে প্রচারমূলক অডিয়ো-ভিডিয়ো। উটের প্রজন্মকে বিলুপ্তির হাত থেকে ঠেকানোর লক্ষ্যে মোদী সরকারের এই ভাবনা কতদূর সাফল্য পায়, সেদিকে চোখ সকলের।

স্বপ্ন পূরণের

(প্রথম পাতার পর)

মাধ্যমে একজন রোগী কার্যকরী ও পরিপূর্ণ জীবপযাপন করতে পারেন।

এক্ষেত্রে স্বপ্ন হতে পারেন কোনক্ষ্ম ওরকম ব্যথা ছাড়াই হাঁটা, পুনরায় নাচ শুরু করা, কাজে ফেরা কিংবা নাতি-নাতনিদের সঙ্গে খেলা অথবা ম্যারাথনে দৌড়ানো বা দীর্ঘস্থায়ী অসুস্থতা সত্ত্বেও ডাক্তার হওয়ার মতো উচ্চাকাঙ্খা। মূল উদ্দেশ্য হল অক্ষমতার বদলে ক্ষমতার দিকে, নির্ভরতার তুলনায় ক্ষমতায়নের প্রতি ফোকাস করা।

সাপোর্টিভ কমিউনিটি গড়ে তুলুন।

আরথ্রাইটিস মোকাবিলায় ওষুধের থেকেও জরুরি যত্ন, যেখানে পরিবার, বন্ধু, সহকর্মীদের নিয়ে তৈরি একটি বিশাল কমিউনিটি থাকবে যারা রোগীর অবস্থা বুঝবে এবং তাঁর যাত্রাপথের সহায়ক হয়ে উঠবে। যেমন, পরিবারের সদস্যরা শরীরচর্চা করতে, জয়েন্টের যত্ন রাখতে এবং মানসিক স্থিতিস্থাপকতা বজায় রাখতে উৎসাহিত করতে পারেন। একইভাবে সহকর্মীরা কর্মক্ষেত্রে আরামদায়ক পরিবেশ এবং ফ্লেক্সিবল শিডিউলের মাধ্যমে সাহায্য করতে পারেন। এছাড়া স্বাস্থ্য পরিষেবা এবং জনসচেতনতা রোগ মোকাবিলায় অনেকখানি সহায়ত হতে পারে। এভাবেই আরথ্রাইটিসের রোগীরা তাঁদের স্বপ্ন ছুঁতে পারেন।

জয়েন্ট ভালো রাখতে

সক্রিয় থাকুন ঃ হাঁটা, যোগা করা ও সাঁতার কাটা জয়েন্টগুলিকে নমনীয় রাখতে সাহায্য করে। পরামর্শ নেওয়া উচিত।

স্বাস্থ্যকর ওজন বজায় রাখুন ঃ হাঁটু ও কোমরের ওপর থেকে চাপ কমান।

সুষম খাবার খান ঃ খাদ্যতালিকায় যেন ক্যালসিয়াম, ভিটামিন-ডি, ওমেগা থ্রি ফ্যাটি অ্যাসিড (এরপর ২-এর পাতায়)

দিশারী হেলথ্ পয়েন্ট ও দিশারী পলিক্লিনিক-এর
আউটডোর চিকিৎসকদের তালিকা

PATIENT SAFETY & QUALITY OF CARE — NABH — PRE ACCREDITED
MC-2356
ISO 9001:2015 — IAF MEMBER OF MULTILATERAL RECOGNITION ARRANGEMENT — 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	—
হেপাটোলজি		
ডাঃ মহঃ আবদুল্লা হাসান, ডি.এম. (হেপাটোলজি)	বৃহঃ, শুক্র শনি	—
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 এস. বরণ দাসচক্রবর্তী, এম.ডি., ডি.এম. (গ্যাসট্রো)	১ম ও ৩য় 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
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	—

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. (নেউরো) মেডিসিন	—	২য় রবিবার
ডাঃ সৌরভ হাজরা, এম.বি.বি.এস., এম.ডি., ডি.এম. (পিএইডি নেউরো)	মাসে একদিন	
স্নায়ু ও মানসিক রোগ (নিউরো সাইকিয়াট্রি)		
ডাঃ রূপক কুমার সাহা, এম.বি.বি.এস. (কোল), এম.ডি., (সাইকিয়াট্রি)	মাসে একদিন	—
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	—
শিশু রোগ বিশেষজ্ঞ (চাইল্ড স্পেশালিস্ট)		
ডাঃ দীপান্বিতা সাহা, এম.বি.বি.এস., এম.ডি. (পেডিয়াট্রিকস)	—	সোম থেকে শনি

আউটডোর চিকিৎসকদের তালিকা	দিশারী হেলথ্ পয়েন্ট	দিশারী পলিক্লিনিক
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 মোহঃ জাহাঙ্গীর গাজী, এম.বি.বি.এস., এম.ডি. (ক্রিটিকাল কেয়ার ও মেডিসিন)	মঙ্গল থেকে শনি	অনুমত্যনুসারে সাক্ষাৎ
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 মানালী সাহা, এম.ডি.	—	প্রতিদিন
ডাঃ জামিরুল ইসলাম, এম.ডি. (মেডিসিন)	—	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।

দিশারী হেল্থ পয়েন্ট # 97340 99999 — দিশারী পলিক্লিনিক # 89006 222 22 — দিশারী হেল্থ পয়েন্ট # 97340 99999

Guide - [586]_Jaruree Guide 14-10-2025 22:27 Page 4

মন-মেজাজের চিকিৎসা

সমাজবিরোধী মনোভাব

এক-গা রক্ত নিয়ে হাজির হল জীবনের ভাই...

চোর-ডাকাত-থানা-পুলিশ, কোনও কিছু সম্বন্ধেই বিশেষ ধারণা নেই আমার। লালবাজার বা থানায় যে দু-চারবার গেছি, সে নিতান্ত ব্যক্তিগত কারণে। পুলিশ আধিকারিকদের গান গাইতে দেখেছি, ডিবেট করতে দেখেছি, দেখেছি আড্ডা মারতে। কিন্তু পুলিশি রূপ দেখিনি। একবার এক গাইয়ে দারোগাবাবুর চোখ গরম করা দেখে এত অবাক হয়েছিলাম যে অবিকল মনোবিদের মতো তিনি বলেছিলেন, 'আরে, আমাদের যে কী কী করতে হয়!' আরেক পরিচিত দারোগা বলেছিলেন, 'যেদিন দু-চার ঘা লাঠির বাড়ি কারও পিঠে দিতে না পারি কেমন খালি খালি লাগে।' নিপাট ভালমানুষ অ্যাসিস্টেন্ট কমিশনার মাঝেমাঝে আমার কাছ থেকে বই নিতেন পড়তে। আমার বই উদ্বোধনে আসতেন। পরে শুনেছি তিনি নাকি খুব কড়া অফিসার ছিলেন।

যাই হোক, কথা হচ্ছিল সমাজবিরোধীদের নিয়ে। এত পুলিশ বন্ধু থাকা সত্ত্বেও এ বিষয়ে কোনও টিপ্‌স পাইনি কখনও। 'কী করে এদের চেনা যায়' এর উত্তরে তাঁরা বলেছেন, 'চেনার দরকার কী?' সাইকিয়াট্রিস্ট নই যে মন বা চোখের ভাষা পড়ে তফাত বের করব। ফলে বেশ কয়েকবার ঠকেছি। কখনও আবার তাদের দুঃখের ভানে মুহ্যমান হয়েছি। একে একে বলি সে সব কথা।

ঘটনা (১)

ক্লাস টু কি থ্রি-তে পড়ি। আমাদের পাড়ারই ক্লাস টেন-এ পড়া অসাধারণ সুন্দরী বনানী হঠাৎ খুন হয়ে গেল। মার্কামারা বখাটে ছেলে জীবন প্রেম নিবেদন করে, সাড়া না পেয়ে ওকে ছুরি মারে। তারপর থানা-পুলিশ-মামলার পর যাবজ্জীবন হয় ওর। সহজেই হয়। কারণ দিন-দুপুরে সাক্ষী ছিল প্রচুর। আর ওর বাবা, ছোট্ট এক কাপড়ের দোকান চালাতেন, ওর হয়ে বিন্দুমাত্র লড়েননি। এই পুরো পর্ব চলাকালীন মাথা নীচু করে দোকানে বসে থাকতেন। একজনও খরিদ্দার হত না।

পাড়া যখন সরগরম এ নিয়ে, জীবন ও তার পরিবারের নামে কুকথার শেষ নেই, সবাই বয়কট করেছে ওদের, আমার কেন জানি, খুব কষ্ট হতে লাগল। 'আহা রে! কত ভালবাসত বনানীকে যে না পেয়ে একেবারে খুন করে ফেলল!' ও জেলে কী খাচ্ছে, কত কষ্ট পাচ্ছে ভেবে কত রাত্রে লুকিয়ে লুকিয়ে কেঁদেছি।

ঘটনা (২)

কালে কালে জীবনের ভাইয়েরাও হাঁটতে লাগল একই রাস্তায়। আমার মনে হত একঘরে হওয়ার প্রতিবাদেই বোধহয় ওরা এমন করছে। যাইহোক, তখন ক্লাস নাইনে পড়ি। বাড়িতে বাবা পার্টির ছেলেদের নিয়ে মিটিং করছেন। আমি বান্ধবীর সঙ্গে মোড়ের মাথায় দাঁড়িয়ে গল্প করছি। সন্ধে হয় হয়। হঠাৎ চিৎকার, চেচামেচি, দৌড়াদৌড়ি। ৭-৮টা ছেলে ছোরা-লাঠি নিয়ে খুঁজে বেড়াচ্ছে জীবনের ভাইকে। আমরা তো ভয়ে অস্থির। আমাদের আরও কাঁপিয়ে দিয়ে ওরা চলে যাওয়া মাত্র এক গা রক্ত নিয়ে হাজির হল ও। দেখি বিরাট এক ছোরা ঢুকে আছে ওর পেটে, গলগল করে রক্ত পড়ছে, চোখ-মুখ ভাসছে রক্তে। বলল, 'আমাকে একটু শেল্টার দেবে?' আমি কাঁদো কাঁদো হয়ে দৌড়োলাম বাড়ি, 'বাবা ওকে একটু জায়গা দাও না।' বাবা পার্টির ছেলেদের বললেন, 'যাও তো, দ্যাখো কী হয়েছে।' ওরা গিয়ে ওকে বাঁচায়, হাসপাতালে ভর্তি করে। ৬ মাস পরে সুস্থ হয়ে বাড়ি ফেরে ও। তারপর থেকে খুন-জখমের কারবার ছেড়ে কোন এক মাফিয়া চক্রের সঙ্গে নাকি জুটে যায় ও।

ঘটনা (৩)

১৪ বছর জেল খেটে বাড়ি ফেরে জীবন। আমি তখন এমএসসি পড়ি। ওকে দেখার খুব ইচ্ছে। সবাইকে বলেছি যদি চলতে-ফিরতে দেখা হয়, আমাকে দেখাবে। শৈশবের রোম্যান্টিক কষ্ট তখনও আমার মনে। দেখা হল একদিন। চিমসে চেহারা, কাঁচা-পাকা দাড়ি, জ্বলজ্বলে দৃষ্টি, কেমন এক চোর-চোর ভাব। মানুষ চেনায় চোখ আমার অনভিজ্ঞ, তবু সেকেন্ডের মধ্যে চিনে নিল একে, এ ভাল লোক হতে পারে না। সেই যে গা-ঘিনঘিন শুরু হল তার হাত থেকে আজও মুক্ত হলাম না।

ঘটনা (৪)

কলিগ হয়ে এলেন মাঝবয়সী, স্মার্ট একজন মানুষ। সবার উপকার করছেন। উপহার দিচ্ছেন। চুল কাটেন হাবিবে, ফেসিয়াল করেন আই ক্যাচারে, সাজগোজ দেখে চক্ষু চড়কগাছ। ওই মাইনেয় এরকম জীবন-যাপন! বললেন, তার নানা রকম পারিবারিক ব্যাবসা আছে। চাকরি করেন শখে। ভাল কথা। আমার বাড়িতে ইন্টিরিয়ারের কাজ করাচ্ছি শুনে বললেন, 'আমি এর অর্ধেকে করে দেব।' 'কী করে করবেন?' 'আরে আপনার থেকে লাভ করব নাকি!' খুশি হয়ে ব্যাঙ্ক থেকে টাকা তুলে দিলাম। দু-চার দিন মিস্ত্রি খেটেছিল কি খাটেনি। তারপর টালবাহানা। জুতোর শুকতলা খইয়ে ফেলে ১০ শতাংশ টাকাও উদ্ধার করতে পারিনি। কারণ তত দিনে চাকরি ছেড়ে তিনি কোথায় চলে গেছেন কেউ জানে না।

ঘটনা (৫)

বন্ধুর ভাইয়ের চোখদুটো যেন কেমন ছিল! ওই জীবনের মতো। পরে জেনেছি ও নেশা করত, টাকা-পয়সা সরাত, চুরির দায়ে ওর চাকরি যায়। দু-দুটো অভিজ্ঞতার পর থেকে ও রকম চোখ দেখলেই আমার সন্দেহ হয়। একবার এক ডাক্তার দেখাতে গেছি, দেখি ওই চোখ! খুব মাই ডিয়ার ডাক্তার, বাবা-বাছা করছে, গল্প করছে, হাসছে, কিন্তু অবাক কাণ্ড, তার চোখে সে সব ফুটছে না। সেখানে স্থায়ী হয়ে আছে কেমন এক ভাব, যার সঠিক অনুবাদ আমি জানি না। একটু নিষ্ঠুরতা, কিছুটা চাতুর্য, হালকা চোরভাব, লাম্পট্য, আর জানি না কী কী। আর দেখাতে গেলাম না। কিন্তু আমার ধারণা ঠিক কিনা বুঝতে খোঁজ-খবর নিলাম। এবং নিশ্চিত হয়ে গেলাম যে চোখ আসলে মনেরই আয়না।

ঘটনা (৬)

আবার নয়ও। খুব দাপুটে, দরকারে লড়ে যেতে পারে, স্পেড কে স্পেড বলে অনায়াসে এমন একটি ছেলেকে তার অচল ব্যাবসা থেকে তুলে নার্সিংহোমের ম্যানেজার করলাম। হিতৈষি ডাক্তার বারণ করেছিলেন, 'ও কিন্তু অ্যান্টিস্যোসাল। বুমেরাং না হয়ে যায়!' 'হবে না', আত্মবিশ্বাসী আমি। 'কেন ভাবছেন হবে না?' 'যে পাড়ায় আমার নার্সিংহোম, এ রকম লোক না থাকলে সামলানো মুশকিল।' 'সে তো বুঝলাম। কিন্তু ওই যে পাড়ার ছেলেদের সঙ্গে হাত মিলিয়ে আপনার সর্বনাশ করবে না, তার ঠিক কী?' 'ও বদলে গেছে।' 'এরা বদলায় না। সহমর্মিতা দিয়ে এদের বদলানোর কনসেপ্ট খুব একটা ঠিক নয়।' ভাবলাম, ঠিক আছে করে দেখাবো। এত নিষ্পাপ চোখ যার, সে ভেতর থেকে খারাপ হতে পারে না। মনের ভাব পড়ে অভিজ্ঞ ডাক্তার বললেন, 'পরিস্থিতির শিকার হয়েও যদি কেউ এ রকম জীবন-যাপন করে, তাকে বদলানো প্রায় অসম্ভব। ভাল কাজ করছেন, তাই বাধা দেবো না। কিন্তু চোখ-কান খোলা রাখবেন। নাহলে বিপদে পড়বেন।'

এবং আমি পড়লাম। ঠিক যা যা কথা ডাক্তার ঘোষ বলেছিলেন তাই ঘটল। ওর হাত থেকে বাঁচতে এরপর আমাকে পুলিশের সাহায্য নিতে হয়েছিল।

দুর্নীতিতে লাভ হলে অনেকেই সেদিকে আকৃষ্ট হয়

চোর-ডাকাতরা তো সমাজবিরোধী বটেই, কিন্তু প্রতিষ্ঠানের উচ্চপদে থেকে যারা দুর্নীতি করে, তাদের কী বলবেন? 'নেবারস্ এনভি ওনারস্ প্রাইড' জাতীয় বিজ্ঞাপন যারা বানায় বা যে বিজ্ঞাপনে শিশুকে দিয়ে বলানো হয়, 'আমার বাবা ভাল কারণ তিনি বড় গাড়ি চালান, তোমার বাবা নয়, কারণ তার ছোট গাড়ি', তারা কি সমাজবিরোধী নয়? সরকারি হাসপাতালগুলির কথা ভাবুন, নির্বিবাদে চুরি, যন্ত্রপাতি অকেজো করে দেওয়া চলছে, অথচ কাউকে ছাঁটাই করা যায় না, এ অপরাধ নয়? বড়লোক বাবা, মেয়ে ভিন্ন ধর্মে বিয়ে করায় জামাইকে আত্মহত্যায় প্ররোচনা দিল, কী বলবেন একে? মতামত অর্থনীতিবিদ ড. সুগত মারজিতের।

আসলে প্রতিটি মানুষই দিনের শেষে লাভ-ক্ষতির হিসেব করে। যদি দেখা যায় দুর্নীতিতে লাভ বেশি, অনেকেই সেদিকে আকৃষ্ট হয়। প্রবণতা থাকলে তো কথাই নেই। দোষ করে শাস্তি না পেলে বা অল্পের উপর দিয়ে গেলে ব্যাপারটা অভ্যেসে দাঁড়িয়ে যায়। আরও বড় অপরাধের দিকে এগিয়ে চলে মানুষ।

তা বলে কি সবাই করে? নিশ্চয়ই নয়। কে করবে, কত বড় অপরাধ করবে, কীভাবে তা কমানো যাবে তা নির্ভর করে কয়েকটি বিষয়ের উপর। যেমন—

(১) স্বভাবে আইন না মানার প্রবণতা থাকলে পারিবারিক বা সামাজিক কোনও সূত্র ছাড়াই অপরাধ করতে পারে মানুষ।

(২) বাজার অর্থনীতির প্রকোপ বাড়লে, নিত্যনতুন পণ্য আসে বাজারে, কৃত্রিম চাহিদা তৈরি হয়। অপরাধ বাড়ে। তাতে ইন্ধন দেয় সামাজিক বৈষম্য। গর্ভপাত আইনসম্মত হওয়ার কয়েক বছর পর থেকে দেখা যায় আমেরিকায় অপরাধ কমতে শুরু করেছে। এর কারণ, গরিব ঘরে জারজ সন্তান হলে তাদের বেআইনি কাজে জড়ানোর সম্ভাবনা থাকে। তাতে রাশ টানায় সমস্যা কমে যায়।

(৩) মৃত্যুদণ্ড দিলে খুন-খারাপি কমে কিনা তা নিয়ে দ্বিমত আছে। তবে শাস্তি কড়া হলে যে অপরাধপ্রবণ মানুষও অপরাধ কম করে তা প্রমাণিত।

আমাদের দেশে এখানেই ঘাটতি। ঘুষ দিয়ে সহজেই পার পাওয়া যায়। আইনকে তুলে নেওয়া যায় নিজের হাতে। এ সব বন্ধ না হলে অপরাধ কমে না। রিজওয়ানুর কেসে যা হয়েছে, বা এরকম আরও অনেক ঘটনায়, তা মন্দের ভাল। দোষীদের সাজা হচ্ছে, সাজার খবর জানতে পারছে সবাই। জনমানসে এর ভাল প্রভাব পড়ছে।

(৪) অপরাধপ্রবণতার মূলোচ্ছেদ করতে গেলে রোল মডেলের নিতান্ত প্রয়োজন। ছোটবেলায় আমরা মহাপুরুষদের আদর্শে অনুপ্রাণিত হয়ে তাঁর মতো হতে চাইতাম। পরে হয়তো জেনেছি তাঁর নানান দোষ ছিল, কিন্তু তাতে অসুবিধে হয়নি। কারণ ততদিনে ব্যক্তিত্ব তৈরি হয়ে গেছে। কিন্তু আজকাল মহাপুরুষদের ব্যক্তিগত জীবনকে এত উল্টেপাল্টে দেখা হয় যে তিনি এবং তাঁর বাণী হয়ে যায় আর পাঁচটা সাধারণ জিনিসের মতো। ক্ষতি হয়। বাড়ন্ত বয়সে একটু মহত্বের চর্চা না হলে সঠিক ব্যক্তিত্ব গঠন হয় না। তার প্রভাব পড়ে সমাজে। বাবা-মা, শিক্ষককে এ ব্যাপারে সচেতন হতে হবে।

(৫) দ্বিতীয় সমস্যা সামাজিক বৈষম্য। একে নিয়ন্ত্রণ করা আমাদের হাতে নেই। বাজার অর্থনীতি এড়িয়ে বাঁচাও সম্ভব নয়। এরই মাঝে কিছুটা অন্তত মূল্যবোধের চর্চা করলে কাজ হতে পারে। যেমন, ছোট থেকে জেনেছি, খরচ করো পকেট বুঝে। আজকাল লোন বা ক্রেডিট কার্ডের রমরমা। কিছু মনে ধরলে আগে কিনে ফেলো, পরে শোধ করো। যে দেশে মানুষের ন্যূনতম চাহিদা পূরণও নিশ্চিত নয় সেখানে এ সব কনসেপ্ট মন্দই হয়। চাহিদা বাড়ে। টাল সামলাতে না পেরে প্রচ্ছন্নে সমাজবিরোধিতার দিকে এগিয়ে চলে মানুষ। এ সব জায়গায় আত্মনিয়ন্ত্রণ তো দরকারই, সরকারি নজরদারিরও প্রয়োজন আছে।

(৬) নিয়ন্ত্রণ চাই বিজ্ঞাপনে, সিনেমায়, টেলিভিশনে। যেখানে ভাল প্রোগ্রাম হবে, বিপথে চালনা করার মতো বিজ্ঞাপন থাকবে না। তবে আমাদের হাত তো এতদূর প্রসারিত নয়। আমরা আন্দোলন করতে পারি, কিন্তু কাজটা মূলত সরকারের।

সমাজবিরোধী মনোভাব কমাতে গ্রুপ থেরাপি করান

খুন-জখম করে বেড়ানো যেমন সমাজবিরোধী কাজ, মিষ্টি কথায় লোক ঠকানোও একই গোত্রের সমস্যা। বললেন মনোচিকিৎসক ডা. ইন্দ্রনীল সাহা। শ্যামলদা যেমন। বর্ধমানে ওর বাড়িতে ভাড়া থাকতাম। অসাধারণ দেখতে, ইংরেজিতে তুখোড়, বুদ্ধির কোনও তুলনা নেই। কিন্তু কাজ বলতে লোক ঠকানো। একদিন দেখি রামকৃষ্ণ মিশনের প্যাড ছাপিয়ে গেরুয়া পরে চাঁদা তুলছে। বললাম, 'কী করছেন! ধরা পড়লে জেলে যাবেন তো!' ও বলল, 'কী করব বল, বাঁচতে হবে তো।' যেন বাঁচার এই একটাই রাস্তা!

বর্ধমান বাজারে দেখি, শ্যামলদার ছেলে হন্ডা সিটি করে ঘুরে বেড়াচ্ছে। জিজ্ঞেস করলাম, 'গাড়ি কোত্থেকে পেলে?' 'কিনলাম।' 'কিনলে...!' চোখ কপালে আমার। 'কেন? কিনতে পারি না?' 'হ্যাঁ, হ্যাঁ, ঠিকই তো!' দু-দিন বাদে পুলিশ এসে গাড়ি সমেত ধরে নিয়ে গেল ওকে।

বাড়ি ফিরেছি। শুনি গমগম করে গান বাজছে। কী ব্যাপার! না, শ্যামলদা মিউজিক সিস্টেম কিনেছে ২৫ হাজার টাকা দিয়ে, ২৫ টাকা যার পকেটে নেই! ক-দিনের মাথায় রেড হল। মিউজিক সিস্টেম সহ শ্যামলদা হাজতে। ১৫ দিন পর হাসতে হাসতে ফিরে এল, কোনও তাপোত্তাপ নেই।

এই হল সমস্যা। গুন্ডা-বদমাশদের তো তবু দেখলে চেনা যায়, দূরে থাকা যায়। কিন্তু এমন এদের হাবভাব, কথা, যে মানুষ সাধ করে এদের খপ্পরে পড়ে। চার্লস শোভরাজের কথা ভাবুন, এত কিছুর পরও তার প্রেমে পাগল ছিল কত মেয়ে! ভালবেসে শোধরানোর চেষ্টাও করেছে অনেকে। কিন্তু বৃথা। এদের বদলানো খুবই কঠিন কাজ। প্রায় অসাধ্যই বলা যায়। কাজেই ভাল করে চিনুন এদের। ন-টি মার্কার আছে, তার মধ্যে তিন-চারটিও যদি কারও মধ্যে দেখেন, দূরে থাকুন। তিনের কম হলে তত বিপজ্জনক নয়। তবু সাবধানে থাকা দরকার।

মার্কারগুলি হল, (১) সামাজিক কোনও নিয়ম-কানুনের মূল্য নেই এদের কাছে। (২) অনবরত মিথ্যে বলে। (৩) প্রেম-ভালবাসার ধার ধারে না। প্রেমের ভান করে কাজ হাসিল করে। (৪) লোক ঠকিয়ে আনন্দ পায়। (৫) ভবিষ্যৎ নিয়ে চিন্তা নেই। যা ইচ্ছে তাই করে। (৬) নিজের বা অন্যের প্রাণের তোয়াক্কা করে না। (৭) হঠাৎ মারাত্মক রাগারাগি, মারামারি এমনকী খুনও করে ফেলতে পারে। (৮) দায়িত্বজ্ঞানহীন। (৯) মানুষ মেরে, লোক ঠকিয়ে অনুতাপ নেই। স্বপক্ষে যুক্তি খাড়া করে, অন্যকে দোষ দেয়।

এদের এমন হওয়ার মূলে স্বভাবের দোষ এবং বেড়ে ওঠার পরিবেশ, একে অপরের অনুঘটক হিসেবে কাজ করে। ধরুন, স্বভাবে কিছুটা ছোঁয়া আছে, পরিবেশ সামান্য প্রতিকূল, বুমেরাং হয়ে যেতে পারে। আবার জিনে নেই, মানসিক গঠন খুব শক্তপোক্ত এরকম কেউ সমাজবিরোধীদের মধ্যে বড় হয়েও তার হয়তো কোনও সমস্যা হয় না। বা স্বভাবে আছে, কিন্তু লালন-পালন সুষ্ঠুভাবে হল, বিপদের সম্ভাবনা কম। দেখা গেছে ৫-১০ শতাংশ ক্ষেত্রে সমস্যার কারণ জিন। বাকি ক্ষেত্রে জিন, মানসিক গঠন এবং পরিবেশের মিলিত প্রভাব থাকে।

১৮ বছরের পর স্বভাব একবার তৈরি হয়ে গেলে আর করার তেমন কিছু থাকে না। বেশি বয়সে হঠাৎ সমস্যা দেখা দিলে ব্রেন টিউমার, অ্যালজায়মার ডিজিজ বা কিছু হরমোনের গোলমাল হল কিনা দেখতে হয়। ম্যানিক-ডিপ্রেসিভ সাইকোসিসের রোগীরা ম্যানিক ফেজে এরকম আচরণ করতে পারে। মাথায় চোট লেগেও সমস্যা হয় অনেক সময়।

এদের বদলাতে কয়েকটি পথের হদিশ দিয়েছেন ডা. সাহা। যেমন—

(১) ঘা খেতে খেতে বয়সের সঙ্গে কিছু পরিবর্তন আসতে পারে।

(২) তিনের কম মার্কার থাকলে গ্রুপ থেরাপিতে কাজ হয়। মোটামুটি একই মানসিকতার কয়েকজনকে নিয়ে গ্রুপ করা হয়। সবাই তাদের অভিজ্ঞতার কথা বলে। কোন কাজের জন্য কীভাবে হেয় হতে হয়েছে। আত্মীয়দের কী ধরনের সমস্যার মুখোমুখি হতে হচ্ছে এবং তার ফল কীভাবে তার জীবনে এসে পড়ছে, সে সব নিয়ে কথা হয়। কথা হয় সমাধানের রাস্তা নিয়েও। থেরাপিস্টের কাজ সূত্রধরের। বিভিন্ন ঘটনার পরিপ্রেক্ষিতে সত্যকে সামনে নিয়ে আসেন তিনি।

(৩) থেরাপির সঙ্গে সাপোর্টিভ পরিবার এবং পরিবেশ পেলে পরিবর্তন আসে অনেক সময়। (৪) শুধরে যাওয়ার পর্যায়ে অসামাজিক সঙ্গ ছেড়ে সুস্থ পরিবেশে থাকার চেষ্টা করা দরকার। নাহলে আবার স্লিপ করতে পারে। (৫) বাড়িতে এরকম কেউ থাকলে বাচ্চাদের তার কাছ থেকে দূরে রাখতে হবে। সম্ভব না হলে বাচ্চাকে হস্টেলে দিয়ে তার সঙ্গে নিয়মিত যোগাযোগ রেখে চলুন।

কৃতজ্ঞতা স্বীকার – **ড. সুজাতা মুখোপাধ্যায়,** (মন মেজাজের কাউন্সেলিং)।

কত অজানারে

❖ প্রথম মার্কিন ওয়েষ্টার্ন মুভির নাম "রাফেলো বিল কেডি"। ছবিটিতে ক্যামেরা ম্যান ছিলেন টমাস আলভা এডিসন।

❖ খনিজ সম্পদের দিকে থেকে ভারতকে বেশ সমৃদ্ধই বলা চলে। ভারতের খনি থেকে প্রায় ৮৪ রকমের খনিজ দ্রব্য পাওয়া যায়।

❖ সূর্যের উজ্জ্বল শুভ্র এবং রক্তাভ মিশ্রিত বর্ণকে সংস্কৃতে বলা হয় "রোহিত"। যে মাছটির রঙে রোহিত আভা আছে তার নাম রুই।

❖ ফাজিল অর্থে ফক্কড় ব্যবহার করলেও আসলে তার মানে যে অসৎ ব্যবহার করে বা প্রতারক।

❖ হলিউড অভিনেতা টম হ্যাঙ্কস আব্রাহাম লিঙ্কন-এর বংশধর।

❖ সেলুলয়েডের যুগে প্রতিটি ফিল্ম রিলে ১০ মিনিট ছবি দেকানোর ফিল্ম থাকত। অর্থাৎ ৬ রিলের সিনেমা মানে ছবিটি ৬০ মিনিট দৈর্ঘ্যের। আর এখন একটি ডিভিডিতেই সাড়ে তিন ঘন্টার ছবি ধরা থাকে।

❖ ১৯৬৭ সালে তামিলনাড়ুর প্রথম ডিএমকে মন্ত্রিসভার ১০ জন সদস্যের মধ্যে ৯ জনই ছিলেন চলচ্চিত্র জগতের মানুষ।

❖ "সংস্কৃতি" শব্দটা এসেছে সংস্কার অর্থাৎ শুদ্ধি বা পরিষ্করণ থেকে। ইংরেজি "কালচার" শব্দের প্রতিশব্দ হিসেবে "সংস্কৃতি" শব্দটির ব্যবহার চালু ছিল মারাঠিদের মধ্যে। বাংলায় এই শব্দটির প্রথম ব্যবহার করেন সুনীতি কুমার চটোপাধ্যায় ১৯২২ সালে।

❖ বাংলা যতিচিহ্নে হাইফেনের কাজ হচ্ছে যুক্ত করা। "হাইফেন" শব্দটি এসেছে গ্রিক থেকে, যার অর্থ একত্রে।

❖ আগে বাংলায় যতিচিহ্ন হিসেবে ব্যবহৃত হত শুধু একটি বা দুটি দাঁড়ি। পরে অন্যান্য যতিচিহ্নের ব্যবহার করেন উইলিয়াম কেরি। ইংরেজি ভাষার অনুকরণে বাংলায় আরও বিস্তারিত যতিচিহ্নের প্রচলন করেন 'ঈশ্বরচন্দ্র বিদ্যাসাগর'।

❖ গদ্য পাঠ যতিচিহ্ন অনুযায়ী থামার সময় নির্দিষ্ট করা থাকে। যেমন কমা থাকলে '১' বলতে যে সময় লাগে, সেই সময়টুকু বিরতি দিতে হয়। দাঁড়ি, প্রশ্নবোধক চিহ্ন, ড্যাশ, কোলন প্রভৃতি যতিচিহ্নের জন্যে বিরতির সময় নির্দিষ্ট রয়েছে এক সেকেন্ড।

❖ পৃথিবীর সবচেয়ে আর্দ্র স্থান হিসেবেও পরিচিত, যেখানে বার্ষিক গড় বৃষ্টিপাত প্রায় ১১,৮৭২ মিলিমিটার বা ৪৬৭.৪ ইঞ্চি।

❖ ১৯৭৪ সালের ২ অক্টোবর পুনের ফিল্ম ইনষ্টিটিউটের একটি নতুন শাখার উদ্বোধন হয়েছিল। টেলিভিশন শাখা। উদ্ভোধন করেছিলেন সত্যজিৎ রায়।

❖ কোলকাতা দূরদর্শন কেন্দ্র থেকে প্রথম বাংলা সিরিয়াল "সংসার" দেখানো শুরু হয়েছিল ১৯৭৭ সালের মে মাস থেকে। প্রযোজনা ও পরিচালনা কোলকাতা দূরদর্শন।

❖ পৃথিবীর জনসংখ্যার ৯০ শতাংশ মানুষ উত্তর গোলার্ধে বাস করেন।

❖ ১৯০০ সাল থেকে আজ পর্যন্ত এভারেস্ট শৃঙ্গে উঠতে গিয়ে মারা গেছেন মোট ৩৩০ জন পর্বতারোহী।

সুপার স্পেশালিস্ট বহিঃ বিভাগের ডাক্তারদের তালিকা

SPECIALIST	DOCTORS NAME	AVAILABILITY
গ্যাস্ট্রোএন্ট্রোলজিস্ট	ডাঃ নিরাজ আগরওয়ালা এম.ডি, ডি.এম. (গ্যাস্ট্রো)	সোম থেকে শুক্র
	ডাঃ আবদুল্লাহ মহম্মদ হাসান এম.ডি (মেডিসিন), ডি.এম (হেপাটোলজি)	প্রতি শনিবার
গ্যাস্ট্রো সার্জেন	ডাঃ সন্দীপ ইয়েলেটি ডি এন বি, এফ এম এ এস	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
ইনফার্টিলিটি ক্লিনিক	ডাঃ সুপর্ণা ব্যানার্জী ডি.জি.ও, এম.ডি, এম.আর.সি.ও.জি	23.10.2025
ইউরোলজিস্ট ও সার্জেন	ডাঃ ইসফাক আহমেদ জিলানী এম.এস, এম.আর.সি.এস, ডি.এন.বি	18.10.2025
	ডাঃ কুন্তল পন্ডিত এম.এস, ডি.এন.বি (ইউরো)	14.10.2025
চক্ষুরোগ বিশেষজ্ঞ ও সার্জেন	ডাঃ আঁচল আগরওয়াল এম.বি.বি.এস, ডি.ও (আর আই ও, কোল)	প্রতিদিন
পেডিয়াট্রিক হেমাটোলজিস্ট	ডাঃ স্নেহা আগরওয়ালা এম.ডি, (পি.এ.ই.ডি), এফ.এন.বি	26.10.2025

২৪×৭ নার্সিং হোম পরিষেবা ও ৩৬৫ দিন ডায়াগনস্টিক ও ই.সি.জি

TPA / ক্যাসলেশ ইন্স্যুরেন্স / প্যাকেজের সুবিধা

মালদা মেডিক্যাল সেন্টার প্রাঃ লিঃ
কে. জে. সান্যাল রোড, মকদুমপুর, মালদা – ৭৩২১০৩
8170007650 / 9434052889
Find us www.mmchospitals.com

নজির গড়ল সি কে বিড়লা

পূর্ব ভারতে প্রথমবার এক রোগীর শরীরে সফলভাবে ডুয়াল চেম্বার লেডলেস পেসমেকার বসানো হল। কার্ডিয়াক চিকিৎসায় এই ইতিহাস গড়ল কলকাতার সি কে বিড়লা হাসপাতাল-বিএমবি। ভিটামিন ক্যাপসুল আকারের এই নতুন ডিভাইসটি স্থাপন করেন কার্ডিওলজির ডিরেক্টর ডাঃ অনিল মিশ্র।

এই উপলক্ষ্যে এক সায়েন্টিফিক সেশনের আয়োজন করা হয়েছিল, যেখানে উপস্থিত ছিলেন মার্কিন যুক্তরাষ্ট্রের মেডস্টার হার্ট অ্যান্ড ভাসকুলার ইনস্টিটিউটের কার্ডিয়াক অ্যারিথমিয়ার অ্যাসোসিয়েট ডিরেক্টর ডাঃ সাইরাস আদেল হাদাদি। এছাড়া কলকাতার ৩৫ জনেরও বেশি প্রতিনিধি এবং বিএমবি'র টিম সেখানে উপস্থিত ছিল। এই নতুন ধরনের পেসমেকার মাত্র ২৫-৪০ মিনিটের মধ্যেই রোগীর শরীরে স্থাপন করা যায়। এরজন্য কোনও কাটাছেঁড়া করার দরকার নেই। কোনও সংক্রমণেরও সম্ভাবনা থাকে না। ডিভাইসটি বসানোর পরের দিন থেকেই রোগী হাঁটাচলা করতে পারেন।

পেডিয়াট্রিক ডেন্টিস্ট্রির গুরুত্ব

শিশুদের মুখগহ্বরের স্বাস্থ্য শুধু দাঁতের যত্ন নয়, এটি তাদের সামগ্রিক শারীরিক ও মানসিক বিকাশের সঙ্গে গভীরভাবে জড়িত। পেডিয়াট্রিক ডেন্টিস্ট্রি শিশুদের দাঁত, মাড়ি ও মুখের যত্নে বিশেষজ্ঞ চিকিৎসা দিয়ে থাকে। প্রারম্ভিক যত্নে সমস্যা প্রতিরোধ শৈশবেই দাঁতের ক্ষয়, মাড়ির রোগ বা দাঁতের গঠনের সমস্যাগুলি শনাক্ত করে চিকিৎসা করা যায়। এতে ভবিষ্যতের জটিলতা ও ব্যয়বহুল চিকিৎসা এড়ানো সম্ভব। বিকাশের সঙ্গে সামঞ্জস্যপূর্ণ চিকিৎসা শিশুদের দাঁত ও চোয়ালের গঠন পরিবর্তিত হয়। পেডিয়াট্রিক ডেন্টিস্টরা সেই অনুযায়ী চিকিৎসা পরিকল্পনা করেন। সুস্থ অভ্যাস গড়ে তোলা ছোটবেলা থেকে সঠিক ব্রাশিং, ফ্লসিং ও খাদ্যাভ্যাস শেখানো উচিত। এতে ভবিষ্যতে দাঁতের সমস্যা কমে যায়। আত্মবিশ্বাস বা মানসিক বিকাশে সহায়তা সুস্থ দাঁত শিশুর হাস