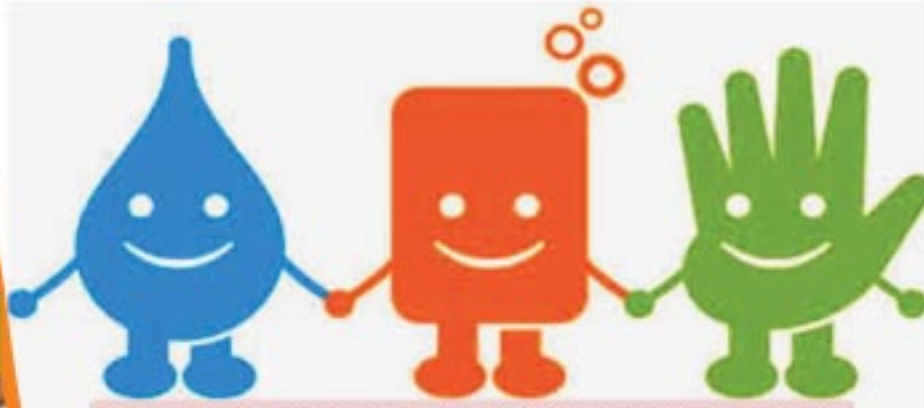
অক্টোবর-২০১৯, দাম-২ টাকা
REGD.RNI NO.-WBBEN/2011/41525

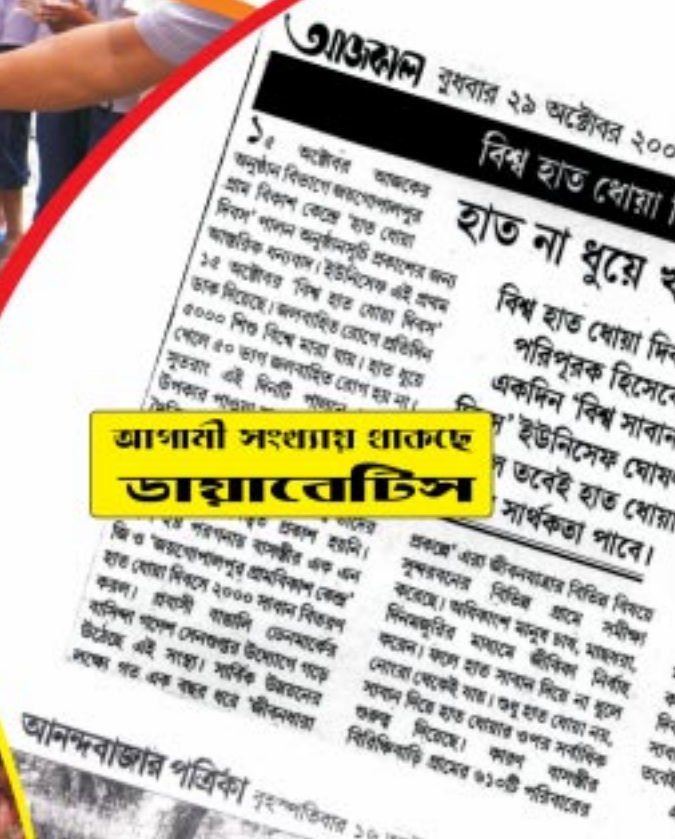


জল, সাবান ও হাতের সমন্বয়ে তৈরী বিশ্ব হাতধোয়া দিবসের লোগো

আজকের বসুন্ধরা

পরিবেশ বিষয়ক মাসিক পত্রিকা-

বিশেষ সংখ্যা-
হাতধোয়া দিবস



আগামী সংখ্যায় থাকছে
ডায়াবেটিস

অষ্টম বর্ষ, দ্বাদশ সংখ্যা
(প্রকৃত-৯২তম বর্ষ, ৬ষ্ঠ সংখ্যা)

আজকের বসুন্ধরা

বিশেষ সংখ্যা - বিশ্ব হাত ধোয়া দিবস ★ অক্টোবর ২০১৯

সূচীপত্র

সম্পাদকীয় ★ সাবান দিয়ে হাত ধুয়ে খাদ্য গ্রহণে অনেকটাই খাদ্য দূষণ এড়ানো যায় ৩

★ জাতীয় এনজিও ফোরাম ভিভাবানীর রাজীবজী বাসন্তী এলেন - অনিতা বড়াল ৪

পরিবেশ ঃ ★ পরিবেশ ও উন্নয়ন - সঞ্জিত কুমার সাহা ৫

বিজ্ঞানের খবর-৩৩ ঃ

★ গ্যাসের 'ইনকিউবেটর' তৈরি করল বেলডাঙার ইকবাল ৬

★ বিশ্বের সবচেয়ে ন্যানো গাড়ি ৬

অলৌকিক - ৩০ ঃ ★ বাড়িতে রাখলেই মোবাইল বিকল ৬

এখনও মেয়েরা-৩৫ ঃ

★ পাত্রের ভূমিকায় ননদ ৭

বাংলাদেশ-২৯ ঃ ★ বাংলাদেশের দ্বিতীয় পরমাণু বিদ্যুৎকেন্দ্র নির্মাণ হবে বরিশালে ৭

শিক্ষা-১৮ ঃ

★ আবুধাবির কোর্টে স্বীকৃত হিন্দি ৮

স্কুলব্যাগ নিয়ে নির্দেশিকা ৮

ভাষা দিবসকে স্বীকৃতি দিল আমেরিকা ৮

নীতিবিজ্ঞান ও কুসংস্কার - ৩১ ঃ ★ ভিতুর ডিম ৮

প্রশ্ন উত্তর - ৩৭ ঃ ৮

শরীর স্বাস্থ্য ও চিকিৎসা-৩৪ ঃ

★ অটিজম আক্রান্তদের নগরী ৯

ডেনমার্ক-৩৩ ঃ ★ নাগরিকত্বের জন্য হ্যান্ডশেক বাধ্যতামূলক, বিল পাস ডেনমার্কে ৯

উদ্ভিদ ও চাষবাস ঃ ★ নাগফণা -৪৯ - ড. সুভাষ মিস্ত্রী ১০

৬.৫ ফুট গাছের দাম আড়াই লক্ষ ১০

পকেটমার থেকে বাঁচতে - ৪৩ ঃ

★ চুরি ও বিদ্যা ★ চোরের নৃত্য ১০

কি বিচিত্র এই প্রাণীজগৎ-৩৫ ঃ

★ শিশু, পাহারায় ৩ সারমেয় ১১

গৃহিনীদের টিপস্ - ৪৭ ঃ ★ হাসিখুশি পড়ার টেবিল ১১

সুস্থ থাকার টিপস্ - ৯৪ ঃ ★ কনসেনট্রেশন আনুন কাজে ১১

সম্প্রতি ঘটে যাওয়া বিশেষ খবর ঃ মার্চ ২০১৯ ১২

সুন্দরবনের বাঘ ঃ মার্চ ২০১৯ ১৩

সাপে কেটে মৃত্যু ঃ ফেব্রুয়ারি ও মার্চ ২০১৮ ১৩

টুকরো খবর ঃ ★ ক্ষুধার্ত জনতা ১৩

আইনি অধিকার - ৩৫ ঃ

★ এক রাতের জন্য বিয়ে, সম্পর্কের মেয়াদ কনের হাতে ১৫

★ বিভ্রান্তিকর বিজ্ঞাপনে সেলেব্রিটিদের ৫০ লাখ জরিমানা ১৫

★ মদে মানা ১৫

জীবিকা - ১৫ ঃ ★ ৮০ হাজার পাকিস্তানি গাধা কিনছে চিন ১৫

বিশ্ব হাত ধোয়া দিবস সম্পর্কিত ঃ

★ বাসন্তীতে হাত ধোয়া দিবস পালন ১১

★ চাই সাবান দিবস, হাত ধোয়া হোক সাবান দিয়ে - দেবানন্দ দাস ১৩

★ হাত না ধুয়ে খাবেন না - আজকাল ১৪

★ বিশ্ব হাত ধোয়া দিবস পালন বাসন্তীতে - আনন্দবাজার ১৪

★ হাত ধোয়ার সঙ্গে 'সাবান দিবস' পালিত হোক - দিলীপ সরদার ১৫

সম্পাদকের কথা

অষ্টম বর্ষ, ১২তম সংখ্যা (প্রকৃত ১২তম বর্ষ, ৫ম সংখ্যা)

বিশ্ব হাত ধোয়া দিবস ঃ শ্লোগান - আমাদের হাত, আমাদের ভবিষ্যত

জল, সাবান ও হাতের সমন্বয়ে তৈরি বিশ্ব হাত ধোয়া দিবসের লোগো

★ 'বিশ্ব হাত ধোয়া দিবস' - বিশ্ব ব্যাপী জনসচেতনতা তৈরি ও উদ্বুদ্ধকরণের জন্য চালানো একটি প্রচারণামূলক দিবস। প্রতি বছর ১৫ অক্টোবর তারিখে বিশ্বব্যাপী এটি পালিত হয়ে থাকে। জনসাধারণের মধ্যে সাবান দিয়ে হাত ধোয়ার মাধ্যমে রোগের বিস্তার রোখ করার বিষয়ে সচেতনতা তৈরি করার উদ্দেশ্যে এই দিবসটি পালিত হয়ে থাকে।

প্রথমবার - ১৫ অক্টোবর ২০০৮ : সাবান দিয়ে হাতধোয়ার বৈশ্বিক এবং স্থানীয় দৃষ্টিভঙ্গি প্রচার করার জন্য বিশ্ব হাতধোয়া অংশীদার (GHP – Global Hand Washing Day) (পূর্বে নাম ছিল 'হাত ধোয়ার জন্য সরকারি-বেসরকারি অংশীদারিত্ব' (PPPHW)) ২০০৮ সালে বিশ্ব হাত ধোয়া দিবস চালু করে। বিশ্ব হাতধোয়া দিবসের মূল লক্ষ্য হলো : সকল সমাজের সাবান দিয়ে হাত ধোয়ার একটি সাধারণ সংস্কৃতির সমর্থন ও প্রচলন করা; প্রতিটি দেশে হাত ধোয়ার বিষয়ের নজর দেয়া; সাবান দিয়ে হাত ধোয়ার উপকারিতা সম্পর্কে সচেতনতা বৃদ্ধি করা।

ইতিহাস : বিশ্ব জল সপ্তাহে সুইডেনের স্টোকহোমে ২০০৮ সালের ১৫ অক্টোবর বিশ্ব হাতধোয়া অংশীদার (GHP) বিশ্বব্যাপী আঞ্চলিক ও স্থানীয় পর্যায়ে সাবান দিয়ে হাত ধোয়া সম্পর্কে সচেতনতা সৃষ্টির উদ্দেশ্যে সর্বপ্রথম এই দিবসটি উদযাপন করে। পরে জাতিসংঘের সাধারণ অধিবেশনে তারিখটি প্রতি বছর পালন করার সিদ্ধান্ত নেয়া হয়। ২০০৮ সালটি স্বাস্থ্যব্যবস্থার আন্তর্জাতিক বর্ষও ছিল। ২০০৮ সালে দিবসটি পালনে প্রতিষ্ঠাতা সংস্থাগুলির মধ্যে ছিল : FHI360 (আমেরিকা ভিত্তিক একটি অলাভজনক মানব উন্নয়ন সংস্থা), রোগ নিয়ন্ত্রণ ও প্রতিরোধ কেন্দ্র, প্র্যাক্টার অ্যান্ড গ্যাম্বল, ইউনিসেফ, ইউনিলিভার, বিশ্বব্যাংকের জল ও স্বাস্থ্যব্যবস্থা প্রোগ্রাম এবং আন্তর্জাতিক উন্নয়নের জন্যে মার্কিন যুক্তরাষ্ট্রের সংস্থা।

একজন সাধারণ শিক্ষক বক্তৃতা করেন। একজন ভালো শিক্ষক বিশ্লেষণ করেন। একজন উত্তম শিক্ষক প্রদর্শন করেন। একজন শ্রেষ্ঠ শিক্ষক অনুপ্রাণিত করেন। — উইলিয়াম আর্থার ওয়ার্ড

সম্পাদকীয়

সাবান দিয়ে হাত ধুয়ে খাদ্য গ্রহণে অনেকটাই খাদ্য দূষণ এড়ানো যায়

মানুষের অসুস্থতার মূল কারণ খাদ্যদূষণ — এ নিয়ে হয়ত কারোর দ্বিমত নেই। কিন্তু খাদ্যদূষণে যে মূলত অজ্ঞতার কারণে — এই বক্তব্য হয়তো অনেকেই তাৎক্ষণিকভবে মেনে নেবেন না। কিন্তু গবেষণায় এমনই প্রমাণিত হয়েছে যে, শাক-সবজি বা খাদ্য ক্রয় মুহূর্তে যে পরিমাণে ভেজাল, বিষ বা দূষণ থাকে তা অনেকটাই মানবদেহে সহনীয়। কিন্তু খাদ্য ক্রয়ের পরে তার বহন, বিভিন্ন পাত্রে রাখা, প্রিজে ঢোকানো, ফ্রিজ থেকে বার করা, প্রস্তুতকরণ, জলে ধোয়াধুয়ি, রন্ধন, গরম বা ঠাণ্ডা পরিবেশন, হাত ধোয়া ইত্যাদি সমস্ত প্রক্রিয়া শেষে ভোক্তার গলাধঃকরণ পর্যন্ত কিন্তু খাদ্য দূষিত হয়। অজ্ঞাতাবশত যে খাদ্যদূষণ হয় যা আমরা অজান্তে ঘটিয়ে ফেলি তা ক্রয়কালীন দূষণের তুলনায় বহুগুণে বেশি।

'পরিবেশ দূষণ' এখন বহুল প্রচারিত দুটি শব্দ। একটা নির্দিষ্ট এলাকায় জীব-জড় সবাই পরিবেশের এক একটা অংশ। এদের প্রত্যেকের সঙ্গে প্রত্যেকের রয়েছে এক নিবিড় সম্পর্ক। যদি কোনোভাবে পরিবেশ দূষিত হয়, তাহলে এই নিবিড় সম্পর্ক বিঘ্নিত হবে। প্রাণী ও উদ্ভিদকুল ধীরে ধীরে এ ধরা থেকে অস্তিত্ব হারাতে থাকবে। বায়ুদূষণ, মাটি দূষণ আর শব্দদূষণ এখন চরমে। যার প্রভাবে জীবকুল ধীরে ধীরে ধ্বংসের পথে। কিন্তু খাদ্য ও পানীয় দূষণের প্রভাব জীবকুলে বিশেষ করে মানবদেহে তাৎক্ষণিক। বায়ু-মাটি-শব্দ দূষণে মৃত্যুর তেমন খবর না পেলেও খাদ্য, পানীয় দূষণে অহরহ মানুষের মৃত্যু সংবাদ পাওয়া যায়।

খাদ্যদূষণ বা খাদ্যে বিষক্রিয়া দেখা দেয় — খাদ্যে ব্যাকটিরিয়া, ভাইরাস, আনুবীক্ষণিক এককোষী প্রাণী বা ছত্রাকের অধিক প্রাদুর্ভাবে। এই বিষক্রিয়া মানুষকে অসুস্থ করে। কোনো কোনো ক্ষেত্রে মৃত্যুও হতে পারে। এমনকি শেষ মুহূর্তে ভোক্তা খাদ্য গলাধঃকরণকালে যদি হাত না ধুয়ে ভক্ষণ করে তবে শুদ্ধ খাদ্যও ভয়ঙ্কর দূষিত হয়ে যেতে পারে।

কোথা থেকে আসে এই আনুবীক্ষণিক ক্ষতিকর জীবাণুরা — সাধারণত যেসব জীবাণু খাদ্যে বিষক্রিয়া ঘটায় সেগুলি হল — খাদ্য ঠিকমত সংরক্ষণ না হলে—

★ **কলড্রিডিয়াম বটুলিলাম ঃ** এরা মাটিতে থাকে, খাদ্য ঠিকমত সংরক্ষণ না হলে মাটি থেকে যে কোনোভাবে খাদ্যে বিষক্রিয়া ঘটায়। যাকে 'বটুলিজম' বলে। এর লক্ষণগুলি হল — মাথা ঘোরা, মাথা ব্যথা, পেশীর ক্ষমতা হ্রাস, বমি, পেট খারাপ, এমনকি মৃত্যুও হতে পারে।

★ **সাল্মোনেল্লা ঃ** ভালভাবে রান্না না হলে এই জীবাণু নষ্ট হয় না। কাঁচা মাংস, ডিম, দুধ থেকে আসে। উদরাময়, পেটব্যথা, বমি-জ্বর লক্ষণগুলো দেখা যায়। ই-কোলাই ব্যাকটিরিয়া থেকে রক্ত-পায়খানা হয়। এই ব্যাকটেরিয়া মানুষ ও জন্তুজানোয়ারের মধ্যে থাকে। অন্ত্র, মূত্রথলি, রক্তকে আক্রান্ত করে। এইসব জীবাণু (১) মাংস, জন্তুর অন্ত্র থেকে আসে (২) ফল পচে গেলে বা দূষিত হলে (৩) আবার গোবর থেকেও আসে। এইসব ক্ষেত্রে খাদ্যদূষণ হয় মানুষের অজ্ঞতাহেতু। বিশেষ করে সাবান দিয়ে হাত না ধুয়ে খাদ্য প্রস্তুত করলে এই জীবাণু সংক্রমণ বা খাদ্য দূষণের মাত্রা বহুগুণে বেড়ে যায়।

● জীবাণুজনিত দূষণ হয় বিশেষ করে মাংস ভক্ষণে। মুরগি বা পশুদের ওষুধ খাওয়ানো হয় বৃদ্ধির লক্ষ্যে বা রোগ নিরাময়ের জন্য। বিশেষ করে অ্যান্টিবায়োটিক মুরগির দেহে থেকে যাচ্ছে যা মানবদেহে ক্ষতি ডেকে আনছে। ● রান্না করা শুদ্ধ খাবার যদি চার ঘণ্টা পরে ঠাণ্ডা অবস্থায় খাওয়া হয় তাতেও দূষণ ঘটে। ● কাঁচা খাদ্য ও রান্না করা খাদ্য একসঙ্গে এক জায়গায় রাখলেও দূষণের ঝুঁকি থাকে। ● ফল কেটে দীর্ঘক্ষণ রেখে দিলে খাদ্যদূষণ হয় যা আমাদের অজ্ঞতার ফল। ● আমরা মাঝে মধ্যে বরফ দেওয়া আখের রস খাই — মনে করি শুদ্ধ পানীয় খাচ্ছি। কিন্তু এটা কোনোভাবেই নিরাপদ নয়। কারণ এই বরফ শুদ্ধ জল দ্বারা হয়তো প্রস্তুত নয়। ● আমরা সর্বদাই বাজারের খাদ্য ভাজাভুজি যেমন — সিঙ্গাড়া, কচুরি, আলুর চপ, পিঁয়াজি ইত্যাদি খাবার খাচ্ছি। একই তেল বার বার ব্যবহারে ঐ তেল আর কোনমতেই শুদ্ধ থাকে না। এমনকি কোনো কোনো দোকানে যাদের কম বিক্রি তারা একই তেল কয়েকদিন ধরে ব্যবহার করে। যে তেল কয়েকদিন পর প্রায় বিষে পরিণত হয়। ● ধাপা ইত্যাদি দূষিত স্থানের শাক-সবজির সর্বত্র রমরমা বিক্রয়। কিন্তু আমরা একবারও ভেবে দেখি না এই সবজি খাওয়ার উপযুক্ত কিনা? এইসব দূষিত স্থানে উৎপন্ন শাক-সবজি মাঠ থেকে ভারি ধাতুও শোষণ করে। ধাপার দূষিত মৃত্তিকার একাংশ আমাদের দেহে চালান হয়ে যাচ্ছে।

★ **কীটনাশকের ব্যবহার ঃ** এটা ঠিক যে, বিজ্ঞানের সাহায্য ছাড়া আমরা এক পা-ও চলতে পারি না, পারবও না। বিজ্ঞানের নিত্যনৈমিত্তিক আবিষ্কারে আমরা সমৃদ্ধ হচ্ছি। একটা সময় প্লাস্টিকের আবিষ্কারে মানবসভ্যতা এক ধাপে অনেকটা বর্ধিত হয়েছিল। কিন্তু এখন এই প্লাস্টিকই মানব সভ্যতা ধ্বংসের কারণ হয়ে দাঁড়াচ্ছে। সুতরাং বিজ্ঞানের সব আবিষ্কারই একটা সময়ের পর পুরোপুরি ত্যাগ করতে হবে। এটাই নিয়ম। পৃথিবীর বহু দেশে ক্ষতিকর প্লাস্টিক তৈরি বন্ধ হয়ে গেছে। কিন্তু আমরা সজ্ঞানে তা চালিয়ে রেখেছি। তেমনই কৃষিতে রাসায়নিক সার, ওষুধের আবিষ্কার একটা সময় খাদ্য উৎপাদনে বিশ্বকে অনেকটা এগিয়ে দিয়েছিল। এখন বিশেষ করে ভারত

এরপর ৫ পাতায়

জাতীয় এনজিও ফোরাম ভিভাবানীর রাজীবজী বাসন্তী এলেন

★ **অনিতা বড়াল ঃ** ভিভাবাণী - একটি জাতীয় স্তরের এনজিও ফোরাম। এবং ন্যাশনাল ইনোভেশন ফাউন্ডেশন এর ফাউন্ডার। হেড অফিস দিল্লিতে। এদের মূল লক্ষ্য - জাতি গঠন এবং বিজ্ঞান ও প্রযুক্তিগত নতুন নতুন উদ্ভাবনের প্রয়োগ ও প্রসার ঘটানো। পশ্চিমবঙ্গে প্রধান কার্যালয় হাওড়ার সাঁতরাগাছিতে। জয়গোপালপুর গ্রাম বিকাশ কেন্দ্র ভিভাবানীর এক সদস্য। এই জন্য ভিভাবানীর ন্যাশনাল কো-অর্ডিনেটর রাজীবজী গত ১১ জুন জয়গোপালপুর গ্রাম বিকাশ কেন্দ্রে পর্যবেক্ষণে আসেন। ঐদিন সংস্থার ডকুমেন্টারি ফিল্ম দেখেন। সঙ্গে ছিলেন পশ্চিমবঙ্গের কো-অর্ডিনেটর শ্রীপ্রসাদজী। ১২ জুন রাজীবজী গ্রাম বিকাশ কেন্দ্রের কর্মীদের সঙ্গে বৈঠকে বসেন। তিনি এই সংস্থার কৃষি খামার, মাছের হ্যাচারি, হাসপাতাল, স্কুল, অফিস সব ঘুরে দেখেন। দ্বীপের শেষ প্রান্তে ঝড়খালিতে যান। তিনি গ্রাম বিকাশের কর্মীদের উদ্দেশ্যে বলেন, কর্মীদের মধ্যে জ্ঞান ও দক্ষতার প্রসার ঘটাতে হবে। সমাজে সায়েন্স টেকনোলজি ছড়িয়ে দিতে হবে। সুন্দরবন এলাকায় মাইগ্রেশনের হার বেশি। এটা আটকানোর চেষ্টা করতে হবে। বিশেষ করে কর্মীদের জ্ঞান যেন সাধারণ মানুষের মধ্যে বিস্তার ঘটে সে বিষয়ে সদা সচেষ্ট থাকতে হবে। জেজিভিকের সম্পাদক বিশ্বজিৎ মহাকুড় এবং সংস্থার কর্মী অনিতা বড়াল সর্বদাই তাঁর সঙ্গে থেকে এই এলাকা ও জয়গোপালপুর গ্রাম বিকাশ কেন্দ্রের কার্যাবলী সম্পর্কে তাঁকে জ্ঞাত করান।

সাবান দিয়ে হাত ধুয়ে খাদ্য গ্রহণে

তিনের পাতার পর

খাদ্য উৎপাদনে স্বয়ম্ভর। কিন্তু আমরা উন্নত দেশের ন্যায় রাসায়নিক সার বিষ উৎপাদন ত্যাগ করতে পারিনি। এটাই বিজ্ঞানের কুফল। এখন উন্নত দেশগুলিতে যা সম্পূর্ণরূপে নিষিদ্ধ, আমাদের দেশে তাই সচল। অতিরিক্ত কীটনাশক প্রয়োগের ফলে শত্রু জীবাণু পোকাদের সঙ্গে সঙ্গে বন্ধু জীবাণু পোকারাও মারা পড়ছে। ফলে ভয়ঙ্কর ক্ষতি হচ্ছে। ক্ষতি হচ্ছে শস্যেরও। সমস্ত প্রাণীদেহে বিষের মাত্রা বাড়ছে। এইসব বিষাক্ত রাসায়নিক গৃহপালিত হাঁস, মুরগি, ছাগল, ভেড়া, গরুর দেহে প্রবেশ করছে। ফলে প্রাণীজাত মাছ, মাংস, ডিম, দুধও বিষাক্ত হচ্ছে। মৌমাছি উদ্ভিদে ৯০ শতাংশ পরাগ সংযোগ ঘটিয়ে উদ্ভিদকুলকে বাঁচিয়ে রেখেছে। আর প্রাণীজগৎ সম্পূর্ণরূপে খাদ্য ও অক্সিজেনের জন্য উদ্ভিদের উপর নির্ভরশীল। অথচ এই মৌমাছি কীটনাশকের প্রভাবে লুপ্তের পথে। সুতরাং পরোক্ষে কীটনাশকের প্রভাবে শেষ হবে মানব সভ্যতা। বিজ্ঞানের আশীর্বাদ হবে আগামীদিনে অভিশাপ। শুধু আগামীদিন বলি কেন, এর ক্ষতিকর প্রভাব তো শুরুও হয়ে গেছে। উন্নত দেশে ডিডিটি, গ্যামাক্সিন নিষিদ্ধ হলেও আমাদের দেশে চলছে। পাঠককে এক আশ্চর্য খবর শোনাই ডিডিটি (ডাইক্লোরো ডাইফিনাইল ট্রাইক্লোরো ইথেন) পৃথিবীর প্রায় সব দেশে নিষিদ্ধ হয়েছে। কারণ ডিডিটি'র প্রভাব কমপক্ষে ১০ বছর থাকে। খাদ্যশস্যে কোনোভাবেই ব্যবহার করা যায় না। কিন্তু দু-একটি দেশের সঙ্গে ভারতে এখনও চলছে ডিডিটি। আমাদের রাজ্যে মশা, মাছি দমনে ব্যবহার হয়। বাসন্তীর বড়িয়ায় কালাজ্বরের বাহক বেলেমাছি দমনে আগে ছড়ানো হত এবং বোরোধান চাষে ওষুধ হিসেবে ব্যবহার হত কয়েক বছর আগেও। খোঁজ নিয়ে দেখা যাবে হয়তো এখনও ব্যবহার হচ্ছে। যারা ব্যবহার করছে তারাও এর কুফল জানে না। আর আমরা হয়ত ঐ চাল খেয়ে দেহে ডিডিটি জমিয়ে চলেছি।

আমি ১৯৮০ সালে গোসাবার বাগবাগান ব্রজমহেন্দ্র হাইস্কুলে শিক্ষকতা করতাম। একদিন প্রখর রৌদ্রে ১০টা নাগাদ স্কুলের পাশে এক ব্যক্তিকে বোরো ধানের মাঠে স্প্রে করতে দেখলাম। পরদিন সকালে শুনলাম ঐ ব্যক্তি মারা গেছে। ১২/১টা পর্যন্ত বিষ দিয়ে শেষে নিজে অসুস্থ হয়ে পড়ে। পরে জানলাম গোসাবা হাসপাতালে মারা গেছে। সে হয়তো এমন বিষাক্ত কীটনাশক ছড়াচ্ছিল যার হাত থেকে সে নিজেও রেহাই পায়নি। তাছাড়া ওষুধ ছড়ানোর সময়ে সতর্কতাও ছিল না।

★ **খাদ্যে রঙের ব্যবহার ঃ** এখন খাবার-দাবারকে লোভনীয় করতে বিভিন্ন রং ব্যবহার করা হচ্ছে। বর্ণহীন খাবার থেকে রঙিন খাবার আমাদের অধিক পছন্দের। এইসব রং একটা অনুমোদিত মাত্রায় আইনত মেশানো যায়। যেমন এক কেজি খাবারে ২ মিলিগ্রাম। কিন্তু সব খাবারে নয়। কিন্তু এটা জেনে রাখা দরকার যে, যেসব অনুমোদিত রং বিপজ্জনক হতে পারে এবং যেসব রং খাবারে অতি সামান্য ব্যবহার হতে পারে—

লাল রঙের জন্য - অ্যামারাস্থ, কারমোইসিন, এরিথ্রোসাইন। কমলা - সানসেট ইয়েলো, হলুদ - টারট্রাজিন, সবুজ - ফাস্ট গ্রিন এফসিপি, নীল - ইন্ডিগো কারামাইন। কিন্তু এর পরিবর্তে নিম্নমানের কম দামী বিষাক্ত নিষিদ্ধ রং ব্যবহার করা হয়। যা খেয়ে মানুষের রোগ দেখা দেওয়ার সম্ভাবনা অধিক। তরিতরকারি আসল রং ফিরিয়ে আনতে ও তাজা করতে ১০০ ভাগই নিষিদ্ধ রং ব্যবহার হয়। যেমন সবুজ করতে সবজিকে তুঁতের দ্রবণে ডোবানো হয়। যা মারাত্মক বিষ। মেটানিল ইয়েলো - খাবার হলুদ করতে ব্যবহার হয়। হলুদ গুঁড়ো, চাটনি বহু ক্ষেত্রে ব্যবহৃত। এটি নিষিদ্ধ রং। পৌরুষত্ব নষ্ট করে। চোখের ক্ষতি করে।

হলুদে মেশানো 'লেড ক্রোমেট' রক্তাল্পতা, পক্ষাঘাত ঘটায়। শুকনো লঙ্কা — সুদান টু ও থ্রি, ডাল-অরোমাইন ও অরেঞ্জ টু দিয়ে রং করা হয় যা কিডনি, প্লীহা ও লিভারের ক্ষতি করে। লাল রঙের জন্য কঙ্গো রেড, মাছের ফুলকার রং করা হয় যা মস্তিষ্ক ও চোখের ক্ষতি করে। এছাড়া (১) মশলা পাউডারে মেশানো হয় ইটের গুঁড়ো, পাথরকুচি (২) আটা, ময়দা, সুজি —চক পাউডার। (৩) ভোজ্য তেলে — শিয়ালকাঁটা বীজের তেল ও নোংরা তেল যা পক্ষাঘাত, বেরিবেরি, গ্লুকোমা ঘটায়। (৪) পান, জর্দা, সন্দেশে, রুপোর তবকের বদলে অ্যালুমিনিয়ামের তবক ব্যবহৃত হচ্ছে। এই প্রসঙ্গে উল্লেখ্য ভারত সরকার খাবারে রঙের স্বীকৃতি দিতে ১৯৫৪ সালে 'প্রিভেনশন অফ ফুড অ্যাডালটারেশন (পিএফএ)

এরপর ৭ পাতায়

পরিবেশ ও উন্নয়ন

সঞ্জিত কুমার সাহা ঃ এখন তো আমাদের চারপাশে 'পরিবেশ' ও 'উন্নয়ন' শব্দ দুটি অনবরত পাক খেয়ে চলেছে। পরীক্ষাতেও এই বিষয়টি খুব জরুরি হয়ে দেখা দিচ্ছে। তথাপি পরিবেশ ও উন্নয়ন বিষয়ে আমাদের বিশেষ কিছু জানা নেই। আবার জানা নেই বললেও ভুল হবে। কারণ খুব ছোটো থেকেই আমাদের মধ্যে ঢুকিয়ে দেওয়া হচ্ছে 'উন্নয়ন' মানে হল একটা ভালো বাড়ি (ইদানীং দামী ও বিলাসবহুল ফ্ল্যাট), সঙ্গে থাকবে সর্বাধুনিক প্রযুক্তির রেফ্রিজারেটর মেশিন, মাইক্রোওভেন, ওয়াশিং মেশিন, জেনারেটর, গ্যাস, এসি মেশিন এবং আনুষঙ্গিক আরও আরও অনেক কিছু। অবশ্যই নিউ মডেলের একটা গাড়ি। এইসব যার থাকবে মনে করতে হবে তার 'উন্নয়ন' হয়েছে। আমাদের মনে এইসবের সঙ্গে আরও জুড়ে দেওয়া হয়েছে বা হচ্ছে যে যার এরকম 'উন্নয়ন' হয়েছে সে খুব 'সুখী'। অর্থাৎ উন্নয়নের সঙ্গে সুখ ওতোপ্রোতোভাবে জড়িয়ে আছে। আর এই সুখকে করায়ত্ত করার জন্য বড়োরা নিজেরা যেমন পাগলের মতো ছুটে চলেছে তেমনি ছোটোদের মনেও এইসব ধারণা ঢুকিয়ে দেওয়া হচ্ছে।

আমাদের অভিভাবকরাও প্রায়শই বলে থাকেন, 'উন্নতি' (উন্নয়ন) করতে হলে 'তোমাকেও এরকম হয়ে উঠতে হবে'। সেজন্য যা যা করার তোমাকে করতে হবে। আর তা না হলে, আজকের দিনে 'মানুষ' হিসাবে বেঁচে থাকাটাই অর্থহীন হয়ে পড়বে। কিন্তু কেউই কখনও একবারের জন্য ভেবে দেখছেন না যে এই ধরনের 'উন্নয়ন' ও 'সুখ'-এর পিছনে ছুটতে গিয়ে আমরা নিজেরা নিজেদের একান্ত অজান্তেই ধ্বংস এবং নষ্ট করে চলেছি প্রকৃতিকে। প্রকৃতির সঙ্গে পরিবেশ-ও।

প্রকৃতি মানে জল, জীব, জঙ্গল, জমি, আলো-বাতাস, পাহাড়-নদী, মরু ইত্যাদি। আর এইসব নিয়েই তো পরিবেশ। আমরা ইতিহাস থেকে তো জানতে পারি যে একটা সময়ে আমাদের পৃথিবী ছিল শুদ্ধ ও সুন্দর। অর্থাৎ পরিবেশও ছিল শুদ্ধ ও সুন্দর। আমাদের পূর্ব-পুরুষ মানুষও তখন কিন্তু এই শুদ্ধ ও সুন্দর পরিবেশের সঙ্গে মিলেমিশে বাস করতো। তখন মানুষের মনও ছিল সুন্দর। চাহিদাও ছিল অপ্রতুল। মানুষে মানুষে তখন এখনকার মতো লোভ- লালসা এবং হিংসা-দ্বেষ ও ঈর্ষাও ছিল না। পরস্পরের প্রতি সহযোগিতার হাত বাড়িয়েই থাকত। একের বিপদে অন্যরা ঝাঁপিয়ে পড়ত। পরিবারও ছিল একান্নবর্তী। মিলেমিশেই সকলে থাকত। আর এইসবের মিলিত ফল হিসাবে প্রকৃতির উপহার ছিল ঋতু-বৈচিত্র্যও। বর্ষাকালে বৃষ্টি হত, শরতে আকাশ নীল হত সেখানে ভেসে বেড়াত পেঁজা তুলোর মেঘ। হেমন্তের বিকেলে চরাচরে নেমে আসত কুয়াশামাখা গোধুলী । তারপরেই জাঁকিয়ে আসত শীত, শীত ফুরোলেই গাছে গাছে নতুন পাতা গজাত, ফুল ফুটত। দক্ষিণ থেকে বয়ে আসত মধুমাখা ফুরফুরে বাতাস।

কিন্তু এখন?

এখন ঋতুকাল মেনে আর যে কিছুই হয় না। সব কোথায় হারিয়ে গেল। পৌষ- মাঘ মাসেও শীতের জন্য মানুষ এখন হা হা করে। বর্ষাকালে বৃষ্টি নামে না। কৃষকেরা মাথায় হাত দিয়ে বসে থাকে। নদীনালা শুকিয়ে কাঠ হয়ে যাচ্ছে। শরৎ-হেমন্ত-বসন্ত সেভাবে চোখে পড়ে কি? বারো মাসের প্রায় সবটুকুই তো 'গরম' গ্রাস করে আছে। আর তাই দিনকে দিন শুখা এলাকা বেড়ে চলেছে। বর্তমানে আমাদের দেশের শুধু নয়, সারা পৃথিবীতেই 'খরা' মানচিত্র কলেবরে বৃদ্ধি পেয়েই চলেছে। যে কোনও নদীর দিকে তাকিয়ে দেখলেই এর সত্যতা বোঝা যায়। ট্রেনে বা বাসে চেপে যে কোনও নদীর পাশের রাস্তা দিয়ে যেতে যেতে বা নদীর উপরে তৈরি সেতু দিয়ে ঝমঝম যেতে যেতে দেখা যাবে স্রোতহীনা নদীগুলো যেন শুয়ে আছে মরা সাপের মতো। শীর্ণ জলধারা বইছে কোনোভাবে। আর বুকে জমে রয়েছে রাশি রাশি বালির স্তূপ। একসময়ে আমাদের প্রতিবেশি রাষ্ট্র বাংলাদেশকে বলা হত নদীমাতৃক। এখন সেই বাংলাদেশে নদীগুলো ধুঁকছে। জল নেই। চাষ নেই। অজন্মার হা-হুতাশ আমাদের দেশের মতো ওই দেশেও, সবখানে। বিকল্প হিসাবে মাটির নিচে থেকে জল তোলা হচ্ছে। ক্রমে সেই জলেও টান ধরেছে। কারণ মাটির নিচে থেকে জল তুলতে তুলতে ভূ-গর্ভস্থ জলের স্তর নিচে থেকে আরও নিচে নেমে যাচ্ছে। এতে একদিকে পাম্প চালানোর যেমন খরচ বাড়ছে তেমনি হু হু করে খরচ হয়ে যাচ্ছে জ্বালানী তেল। এর ফলে উৎপাদন খরচও বাড়ছে। সেই সঙ্গে আমাদের এটুকুও জেনে রাখা দরকার যে আমাদের দেশে জ্বালানী তেলের প্রায় বেশিরভাগটাই অন্য দেশ থেকে আমদানী করতে হয়। গোটা পৃথিবীতেই জ্বালানী তেলের পরিমাণ দ্রুত কমে আসছে। তাই আগামী দিনের জন্য এক ভয়াবহ বার্তা বয়ে আনছে। বেশ কিছু বিশেষজ্ঞ- বিজ্ঞানী জানাচ্ছেন, কলকাতার মতো মহানগরী ক্রমে বসে যাচ্ছে। যে কোনও সময়ে ঘটে যেতে পারে এখানে মারাত্মক বিপর্যয়। তাছাড়া খেয়ালি প্রকৃতির উদাহরণ তো বাড়ছেই, বেড়েই চলেছে। আজ জলোচ্ছাস তো কাল ভূমিকম্প। আজ তুষার ঝড় তো কাল সামুদ্রিক ঝড়। সব ওলোট পালোট হয়ে যাচ্ছে। আর এসবের ফলে সবচেয়ে বিপদে পড়ছি কিন্তু আমরাই, অর্থাৎ মানুষ।

এখন প্রশ্ন: এসব কেন হচ্ছে?

এর উত্তরও বিশেষজ্ঞ- বিজ্ঞানীগণ দিয়ে চলেছেন। তাঁরা বলছেন, এসবের জন্য আমরা অর্থাৎ মানুষই দায়ী। কারণ যে উন্নয়ন ও সুখের পিছনে আমরা ছুটে চলেছি তা আয়ত্ত করার জন্য আমরাই বিশেষ কিছু না বুঝে প্রকৃতি- পরিবেশকে নির্মমভাবে ব্যবহার করে ধ্বংসের মুখে ঠেলে দিয়েছি, দিচ্ছিও। যেমন: বাড়ি করার জন্য মাটি চাই। এই মাটি পেতে হলে গাছপালা ধ্বংস করতে হয়। আবার এজন্য জলের দরকার। সেই জল আমাদের তুলতে হয় মাটির নিচে থেকে। এজন্য পাম্প মেশিন চাই। চাই বিদ্যুৎ। অন্যদিকে অনেকেই গাড়ি কিনছেন। এই গাড়ি চালানোর জন্য তো জ্বালানি তেল চাই। এই তেল মাটির নিচে আছে বটে তবে তা পর্যাপ্ত নেই। রেফ্রিজারেটর বা এসি মেশিন ইত্যাদির জন্যও বিদ্যুৎ চাই। বিদ্যুৎ পেতে হলে কয়লা পোড়াতে হবে। এই কয়লাও পর্যাপ্ত নেই। তাছাড়া তেল বা কয়লা পোড়ানোর ফলে বায়ুমন্ডলে যে দূষণ ছড়াচ্ছে তার প্রভাব শুধু আমাদের উপরেই যে পড়ছে তা নয়, এর প্রভাব পড়েছে সকল জীবজন্তুর উপরেই।

আবার আমাদের প্রয়োজনে মানে হাট-বাজার, ইস্কুল- কলেজ, ব্যাংক-অফিস, রাস্তাঘাট, সেতু, কল-কারখানা গড়ে তোলার জন্যও প্রকৃতি- পরিবেশকে ধ্বংস করতে হচ্ছে। এক কথায়, প্রাকৃতিক পরিবেশকে ধ্বংস করেই কিন্তু গড়ে উঠছে ইমারত, কলকারখানা,

এরপর ৬ পাতায়

বিজ্ঞানের খবর-৩৩

গ্যাসের 'ইনকিউবেটর' তৈরি করল বেলডাঙার ইকবাল

★ এলপিজি গ্যাসে চলবে এমন ইনকিউবেটর তৈরি করে রীতিমতো সাড়া ফেলে দিয়েছেন বেলডাঙার ঝুনকা গ্রামের বাসিন্দা ইকবাল হোসেন। এই মেশিনে ২১ দিনে ১২০০ ডিম থেকে মুরগির ছানা জন্ম নেবে। নতুন এই ইনকিউবেটরের নাম ইউসা। বাজারে মিলবে দেড় লক্ষ টাকা দামে। একাজের জন্য গত ২ জানুয়ারি জেলাশাসকের উপস্থিতিতে ইকবালকে পুরস্কৃত করা হয় ওয়েস্ট বেঙ্গল ইউনিভার্সিটি অফ অ্যানিম্যাল অ্যান্ড ফিশারি সায়েন্স-এর প্রতিষ্ঠা দিবসের অনুষ্ঠানে। জানা গেছে, ইকবালের তৈরি করা ইনকিউবেটর জেলার ২১টি কিষান মাণ্ডিতে রাখবে প্রশাসন। ১৯৮৪ সাল থেকেই ডিম থেকে মুরগির ছানা ফোটানোর মেশিন তৈরির ভাবনা-চিন্তা শুরু করেন তিনি। তবে ইতিমধ্যেই বাজারে চলে এসেছিল বিদ্যুৎ-এ চলা ইনকিউবেটর। এরপর শুধুমাত্র গ্যাস ব্যবহার করে ইনকিউবেটর তৈরিতে সফল হন। মেশিন পরীক্ষামূলকভাবে নিজের ফঅর্মে কাজে লাগিয়ে সফল হন তিনি। **(১৪.১.১৮)**

বিশ্বের সবচেয়ে ন্যানো গাড়ি

★ বিশ্বের সবচেয়ে ছোট গাড়ি তৈরি করে দুনিয়াকে তাক লাগিয়ে দিয়েছে ব্রিটেনের ইঞ্জিনিয়ারিং কোম্পানি 'পিল'। ২০১০ সালে গিনেস বুক অব ওয়াল্ড রেকর্ডে এর জন্য তাদের নাম নথিভুক্ত করা হয়। পিল পি-৫০ নামে এই গাড়িটির দৈর্ঘ্য ৫৮ ইঞ্চি এবং প্রস্থ ৩৯ ইঞ্চি। ওজন মাত্র ৫৯ কিলোগ্রাম। ১৯৬২ সালে প্রথম এই গাড়িটিকে তৈরি করা হয়। এই গাড়িতে কোনও ব্যাক গিয়ার ছিল না। একটি দরজা ছিল। সেই সময় মাত্র ৫০টি গাড়ি তৈরি করা হয়েছিল। কিন্তু ২০১০ সালে এই সংস্থা পুনরায় এই গাড়ি উৎপাদন করা শুরু করে। **(১৬.১.১৮)**

পাঁচের পাতার পর

পরিবেশ ও উন্নয়ন

বানিজ্যপোত থেকে নগর-শহর-বন্দর। এসব মিলিয়ে যে পরিবেশ তা কিন্তু কৃত্রিম পরিবেশ। এর ফলে নির্বিচারে অরণ্য নিধন করতে হয়েছে এবং এখনও হচ্ছে। অরণ্য আমাদের কিভাবে উপকারে লাগত বা লাগে!

অরণ্য থেকে শুধু আমরা যে ফুল-ফল বা জ্বালানি পাই তাই শুধু নয়, আমাদের মানে যে কোনও জীবের বেঁচে থাকার অন্যতম প্রধান উপাদান যে অক্সিজেন তাও কিন্তু আমরা পাই অরণ্য-গাছপালা থেকে। এখানেও টান ধরেছে। পরিবেশ বিজ্ঞানীগণ বলছেন, ভূখন্ডে অন্তত এক- তৃতীয়াংশ অরণ্য থাকতেই হবে। এখন কিন্তু তাও নেই। আমাদের দেশে সতের শতাংশ মাত্র বনজঙ্গল রয়েছে। আমাদের রাজ্যে রয়েছে তের থেকে চোদ্দ শতাংশ। ভয়াবহ অবস্থা। অদূর ভবিষ্যতে কী হবে জানা নেই।

পরিবেশ ভারসাম্য হারানোর ফলে কী হচ্ছে এবারে চারপাশটা তাকিয়ে দেখা যাক। মন দিয়ে দেখলেই বুঝতে পারা যাবে যে মানুষ এখন একেবারেই আর ভালো নেই। অল্প বয়স থেকেই নানাবিধ রোগ- অসুখে ভুগে ভুগে একসা হয়ে যাচ্ছি সকলে। ইস্কুলেই সহপাঠীদের দিকে তাকিয়ে দেখ, অনেকের চোখেই ইতিমধ্যে চশমা উঠেছে। অনেকেই শ্বাসকষ্টে ভোগে। কেউ কেউ অত্যন্ত মোটা হয়ে যাচ্ছে। তাদের হাঁটাচলা করতেও অসুবিধা হয়। এসব কেন হচ্ছে জানো?

একটাই কারণ: আমরা মানে আমাদের বড়োরা 'উন্নয়ন' ও 'সুখ' বলতে যা বুঝছেন আর তার সন্ধানে যেমনভাবে ছুটে চলেছেন তা তো দেখতেই পাচ্ছো। আর এর জন্য বড়োরা বেপরোয়াও হয়ে উঠেছে। সেজন্য তাঁরা নিজেরাও ভুগছেন একইসঙ্গে আমাদের মানে ছোটোদেরও ভোগাচ্ছেন। আর তাকিয়ে দেখ, এই 'উন্নয়ন' ও 'সুখ'-এর পিছনে তাড়া করে বেড়াচ্ছে লোভ- লালসা, হিংসা-দ্বেষ। এসবের নীট ফল: একটা ছোট্ট গন্ডির ভিতরে নিজেদের আটকে ফেলা। এজন্য তৈরি হচ্ছে অশান্তি। অশান্তি (দূষণ) জলে- স্থলে-অন্তরীক্ষে, সর্বত্র। আমরা দিনে দিনে অসুন্দর হয়ে উঠছি। শুদ্ধতার অভাব আমাদের ভিতরে। তাই আমরা এখন বিপন্ন। আমাদের জীবন এখন বিপন্ন। বিপন্ন পরিবেশ এবং প্রকৃতি। এর কারণ প্রকৃতি ও পরিবেশের মধ্যে সুসম্পর্ক-র অভাব। ফলে প্রকৃতিতে ভারসাম্য আমরা নিজেরাও রাখতে পারছি না। পরিণতি: দূষণ। দূষণ এখন জলে, জমিতে এবং আকাশে। ফলে ব্যাপক ক্ষয়ক্ষতি কিন্তু ইতিমধ্যেই শুরু হয়েছে। জীবনহানি থেকে ফসলের ক্ষতি সবকিছুই হচ্ছে। ক্ষতি হচ্ছে ধুলোর ঝড়ে, সামুদ্রিক ঝড়ে, তুষার ঝড়ে, খরায় এবং বন্যায়।

এইসবের হাত থেকে বাঁচতে হলে উপায় একটাই। উন্নয়ন সম্পর্কে আমাদের বড়োদের ধ্যানধারনা পালটাতে হবে। যখনই উন্নয়নের বিষয় আসবে তখন পরিবেশের কষ্টিপাথরে তা বিচার করা জরুরি। অর্থাৎ প্রকৃতি ও পরিবেশের কোনোরকম ক্ষতি না করে এবং উন্নয়ন-কার্যক্রমের ফলে যে উপকার সৃষ্টি হবে তাতেও যেন পরিবেশের ভারসাম্য কোনোভাবেই বিঘ্নিত না হয় ও তার সুফল যেন সকলেই পেতে পারে সেদিকে লক্ষ্য রেখে এগোলে পরিস্থিতির উন্নতি সম্ভব হতে পারে। সেজন্য আমাদের বড়োদেরও তথাকথিত 'উন্নয়ন' ও 'সুখ' থেকে সরে আসতে হবে। কাজটা এ মুহূর্তে খুব সহজ নয় ঠিকই কিন্তু করতেই হবে। এর বিকল্প যে কিছু নেই। তাই ভাবনাটাও অত্যন্ত জরুরি। (হরিদেবপুর: কলিকাতা-৮২)

অলৌকিক-৩০

বাড়িতে রাখলেই মোবাইল বিকল

★ একটা দু'টো নয়, গত ছয় মাসে ২৯টি মোবাইল ফোন কিনেও শেষরক্ষা হয়নি। নতুন মোবাইল ফোন কিনে বাড়িতে নিয়ে আসার দুই-এক দিনের মধ্যেই রহস্যজনকভাবে বিকল হয়ে পড়ছে সেই মোবাইল। এমন ভুতুড়েকাণ্ডে চিন্তিত নদীয়ার তেহট্ট থানার নাটনাগ্রামের নতুন পাড়ার দিলীপ মণ্ডল (৫০) ও তার পরিবার। তাঁর কথায়, 'ফোন খারাপ হওয়ার জন্য মুদিখানার দোকানের সামনে রাস্তার ওপারে একটি বাঁশের গায়ে ব্যাগ বেঁধে তার মধ্যে ফোন রাখি। এমনকি পাশের বাড়িতে ফোন রেখে দিলে খারাপ হয় না। মাস দেড়েক আগে শ্যালিকা সোমা প্রামাণিক এসে সাতদিন আমার বাড়িতেই ছিল। অথচ তার ফোন খারাপ হয়নি। গত ছয় মাসে এপর্যন্ত নতুন ফোন কিনতে আশি হাজার টাকা জলে দিয়েছি। এখন বাজারের কোনও দোকানদার আমাকে আর ফোন বিক্রি করবে না বলে দিয়েছে।' ফোনগুলি কোম্পানির টেকনিসিয়ানকে বারবার দেখাতে হচ্ছে। ওরা বলছে, ফোনে এমন উদ্ভট রোগ আগে কখনও দেখেনি। এটা কোনও ভুতুড়ে বিষয় নয়, বিজ্ঞানভিত্তিক কোনও যুক্তি আছে। কিন্তু এখনও উত্তর পাওয়া যায়ইন। **(১৫.১.১৮)**

এখনও মেয়েরা-৩৫

পাত্রের ভূমিকায় ননদ

★ গুজরাটের উদয়পুর জেলার তিনটি গ্রামে বিয়ের আসরে বর নিজে হাজির থাকেন না। বরের প্রতিনিধি হিসাবে পুরো বিয়ের আচার-অনুষ্ঠান পালন করেন বরের বোন। আর যদি কারও বোন না থাকে, সেক্ষেত্রে গ্রামের অবিবাহিত কোনও তরুণীর কাঁধে সেই দায়িত্ব চাপে। এই তিনটি গ্রামের নাম হল সানন্দা, সুরকেধা এবং অম্বল। বিয়ের শুরু থেকে শেষ পর্যন্ত বরের কোনও ভূমিকা থাকে না। সে-সময় শেরওয়ানি-পাগড়ি পরে বরের বেশে মায়ের সঙ্গে বসে থাকেন পাত্র। এমনকী তখন পাত্রের হাতে তলোয়ারও থাকে। অন্যদিকে বরযাত্রীদের সঙ্গে করে নিয়ে গিয়ে বিয়ের অনুষ্ঠানে নতুন কনে-কে সিঁদুর পরানোর কাজ করেন বরের বোন। সাত পাক ঘোরা-সহ যাবতীয় বিয়ের আচারও সারতে হয় বোনকে।

গ্রামের পুরোহিতরা বলেন, ব্যতিক্রমী এই প্রথা আদিবাসীদের জীবনের সঙ্গে জড়িয়ে সঙ্গে জড়িয়ে গেছে। স্মরণাতীত কাল থেকেই এই রীতির প্রচলন। বেশ কয়েকবার কিছু লোক এই নিয়ম ভাঙার চেষ্টা চালিয়েছিলেন। কিন্তু তাদের জীবনে ডিভোর্স হয়েছে বা সংসার সুখের হয়নি। **(১৪.৬.১৯)**

সাবান দিয়ে হাত ধুয়ে খাদ্য গ্রহণে

চারের পাতার পর

আইন' করে। খাবারের রঙের পরিমাণ নির্ণয়ের জন্য আছে 'সেন্ট্রাল ফুড ল্যাবরেটরি', কলকাতা ও সেন্ট্রাল ফুড টেকনোলজিক্যাল রিসার্চ ইনস্টিটিউট, মাইসোর।

দুধ ঃ দুধে জল দিলে ভেজাল বলা হয়। কিন্তু একে দূষিত বলা যাবে না। ইঞ্জেকশন করে গরুর সব দুধ নিংড়ে নেওয়া হয়। এই দুধ অত্যন্ত ক্ষতিকর। গরু যে ঘাস খায় তা অত্যন্ত বিষাক্ত। সুতরাং এখন গরুর দুধ আর কোনোমাতেই স্বাস্থ্যকর নয়।

ডিম ঃ কীটনাশক ব্যবহারের ফলে ক্যালসিয়াম কমে যাচ্ছে। দুর্গন্ধযুক্ত মুরগির খামার দেখলে হয়ত কেউ মুরগির মাংস খেতেন না। মাঝে বার্ড ফ্লু হওয়ায় মুরগির মাংস খাওয়া কিছুদিন বন্ধ ছিল। আবার খাওয়া চলছে। ডিমের ভিতরেও থাকে কীটনাশক।

মাংস ঃ বিষাক্ত ঘাস খেয়ে ছাগল, ভেড়া বৃদ্ধি পাচ্ছে। অ্যানথ্রাক্সে হামেশাই আক্রান্ত হচ্ছে। আমরা তো ভাগাড়ের মাংসও খাচ্ছি। ভাগাড়-টাগাড় দেখেশুনে মাংস খাওয়া কিছুটা কমছিল। আবার পূর্ববৎ। মুরগির মাংসে ৪টি বিপদ — (১) অ্যান্টিবায়োটিকের যথেচ্ছ প্রয়োগ (২) বৃদ্ধির জন্য হরমোন প্রয়োগ (৩) ব্যাকটিরিয়া সংক্রমণে ৯৭ ভাগ মুরগির বুকের মাংসে ব্যাকটিরিয়া সংক্রমিত হয়ে থাকে। (৪) মুরগির মাংসে আর্সেনিকও পাওয়া গেছে।

মাছ ঃ দেশজ ছোট মাছ কীটনাশকের দাপটে লুপ্তের পথে। বিদেশী মাছ দ্রুত বাড়ে। প্রয়োগ করা হয় অ্যান্টিবায়োটিক। ছোট দেশজ মাছ পুঁটি, ট্যাংরা, বেলে, পাঁকাল, কই উধাও। এদের বাঁচানোর বা ফিরিয়ে আনার কোনো উদ্যোগ সরকারি কিংবা বেসরকারি কোনো স্তরে দেখছি না। এইসব মাছ হারিয়ে যাওয়ায় মশা বহুগুণে বেড়ে গেছে। অন্যদিকে মশা মারতে ব্যাপক বিষ ছড়ানোয় পরিবেশ, খাদ্যদূষণ অব্যাহত। সম্প্রতি বাইরের মাছে ফর্মালিন মাত্রাতিরিক্ত ব্যবহার হচ্ছে খবরে অনেকে কাটা পোনা খাওয়া বন্ধ করেছিলেন। কিন্তু পরে নাকি পরীক্ষায় প্রমাণিত হয়েছে, না ফর্মালিন নেই। আমরা যে কাটা পোনা খাই তাতে ফর্মালিন নেই — বিষয়টি প্রায় অবিশ্বাস্য। বলা যেতে পারে সহনমাত্রায় আছে। এইসব বিষয়গুলো আমার কাছে অত্যন্ত জটিল।

★ ক্যান্সার ও খাদ্যদূষণ : ক্যান্সারে দেহকোষে অনিয়ন্ত্রিত ভাবে বৃদ্ধি পেয়ে টিউমার উৎপন্ন করে। এই টিউমার থেকেই ক্যান্সার হয়। ক্যান্সারের মূল কারণ খাদ্যদূষণ। ধূমপান, মদ্যপান, পান-সুপারিস, জর্দা, মাংস, অতিরিক্ত লবণ, চিনি ভক্ষণ ইত্যাদি। ২০০৫ সালের হিসেবে ১০০০ জনের মধ্যে ৭ জন ক্যান্সার আক্রান্ত। এখন অনেক বেড়ে গেছে। খাদ্যশস্য পর্যাপ্ত উৎপাদনের জন্য ফসলে ব্যাপক বিষ প্রয়োগ হচ্ছে। এজন্য বিশেষ করে বোরো ধানের চাল খেলে ক্যান্সারের সম্ভাবনা থাকে। কোনো কোনো সবজিতে একদিন অন্তর বিষ ছিটানো হয়। প্রয়োগ হয় হরমোন, ভিটামিন। টমেটোর লাল রং আনতে ওষুধ ব্যবহার করা হয়। আমরা পোকায় না কাটা, নিখুঁত সবজি বেছে বেছে ক্রয় করি। এই সবজিগুলো মারাত্মক ক্ষতিকর। সবজির উজ্জ্বলতা বৃদ্ধির জন্য ইউরিয়া মেশানো জলে ডুবিয়ে রাখা হয়। আমরা আবার কাঁচা সবজির ভক্ত। কাঁচা সবজি নাকি অতি স্বাস্থ্যকর। এতে খাদ্যগুণ বেশি পাওয়া যায়। টমেটো, লঙ্কা, শশা, পেয়ারা, ধনেপাতা কাঁচা খাওয়া পছন্দ করি। এই কাঁচা খাওয়ার জন্য যেটুকু ভিটামিন ও খাদ্যগুণ অতিরিক্ত পাই তার চেয়ে অনেক বেশি 'বিষ' ভক্ষণ করি। যা অত্যন্ত মারাত্মক। ফল পাকাতে কার্বাইড ব্যবহার হয়। যদিও বিশুদ্ধ কার্বাইডে কলা পাকালে তেমন ক্ষতি নেই। কিন্তু তার দাম অনেক বেশি। তাই ভেজাল কার্বাইড ব্যবহার করা হয়।

★ বিড়ি, সিগারেট, মদ : ক্যান্সার সহায়ক। ইদানিং গ্রামে-গঞ্জে সমাজে ভয়ঙ্কর অবক্ষয় দেখা দিয়েছে। যুবক-যুবতীরাও মদ, বিড়ি, সিগারেটে আসক্ত। এই হার দ্রুত বাড়ছে। সম্প্রতি বাসন্তীর এক উচ্চমাধ্যমিক স্কুলের নবম শ্রেণির ছাত্রীরাও মদ খাচ্ছে শুনে কোথাও তেমন প্রতিবাদের সুর নেই। পানমশলা চিবানোর সংখ্যা বহু গুণে বেড়ে গেছে। এইসব মশলার প্যাকেটে থাকে পুরস্কারের হাতছানি। প্রতিদিন নাকি আমাদের দেশে কোটি কোটি টাকার থুথু ফেলা হয় পানমশলা খেয়ে। সুতরাং ক্যান্সার তালে তাল মিলিয়ে বেড়ে যাওয়াই তো স্বাভাবিক।

★ খাদ্যে বিষক্রিয়ায় ছত্রাক : খাবার চাই ভেজালহীন। কীটনাশক, ছত্রাকনাশক, ক্ষতিকর রাসায়নিক বস্তু আণুবীক্ষণিক প্রাণী বা জীবাণু

এরপর ৯ পাতায়

বাংলাদেশ-২৯

বাংলাদেশের দ্বিতীয় পরমাণু বিদ্যুৎকেন্দ্র নির্মাণ হবে বরিশালে

★ দক্ষিণাঞ্চলে দেশের দ্বিতীয় পরমাণু বিদ্যুৎকেন্দ্র নির্মাণ করা হবে বলে জানিয়েছেন বাংলাদেশের প্রধানমন্ত্রী শেখ হাসিনা। তিনি বলেন, 'আমারা ২৪০০ মেগাওয়াট পরমাণু বিদ্যুৎকেন্দ্র নির্মাণ করছি রূপপুরে। আমরা ইতিমধ্যে বরিশাল বিভাগের কয়েকটি দ্বীপ সার্ভে করেছি। আমার ভবিষ্যৎ পরিকল্পনা রয়েছে বরিশালের এই দ্বীপগুলোর একটিকে বেছে নিয়ে আরেকটি পরমাণু বিদ্যুৎকেন্দ্র করব।' বরিশালসহ পুরো দক্ষিণ জনপদ এই সরকারের শাসনামলে আর অবহেলিত নয় স্মরণ করিয়ে দিয়ে তিনি পায়রা সমুদ্র বন্দরের কথা উল্লেখ করে বলেন, 'ভবিষ্যতে ওটা গভীর সমুদ্রবন্দরে রূপান্তরিত হবে এবং ইতিমধ্যেই সেখানে ১৩০০ মেগাওয়াটের একটি বিদ্যুৎকেন্দ্র নির্মাণের কাজ প্রায় সমাপ্তির পথে। **(৯.১০.১৮)**

শিক্ষা-১৮

আবুধাবির কোর্টে স্বীকৃত হিন্দি

★ আবুধাবির আদালতে সরকারি ভাষা হিসেবে স্বীকৃতি পেল হিন্দি। সংযুক্ত আরব আমিরশাহি সরকারের আইন মন্ত্রকে বক্তব্য, হিন্দিকে আদালতের ভাষা হিসেবে স্বীকৃতি দেওয়ায় হিন্দিভাষী মানুষজন আইনি বিষয়গুলি আরও ভালভাবে বুঝতে পারবেন। বিচার-ব্যবস্থায় স্বচ্ছতা আনতেই এই পদক্ষেপ। এত দিন আবুধাবির আদালতে সরকারি ভাষা ছিল ইংরেজি ও আরবি। **(১১.২.১৯)**

স্কুলব্যাগ নিয়ে নির্দেশিকা

★ পড়ুয়াদের ওপর থেকে স্কুলব্যাগের বোঝা কমাতে নির্দেশিকা জারি করল স্কুল শিক্ষা দপ্তর। এমনভাবে রুটিন হবে যাতে ব্যাগ ভারি না হয়। পড়ুয়ারা বাড়তি বই নিয়ে স্কুলে আসছে কিনা দেখতে শিক্ষকরা নজরদারি চালাবেন। খাতার সংখ্যা কমিয়ে একটি খাতাতেই যাতে সব করা যায় তার ওপর জোর দেওয়া হয়েছে। প্রথম ও দ্বিতীয় শ্রেণিতে কোনও হোমওয়ার্ক নয়। কিছুদিন আগেই ব্যাগের ওজন নিয়ে নির্দেশিকা জারি করেছিল কেন্দ্র। এ ব্যাপারে সেই নির্দেশিকাই বহাল রাখা হয়েছে। প্রথম ও দ্বিতীয় শ্রেণির ব্যাগের ওজন হবে দেড় কেজি, তৃতীয় থেকে পঞ্চম শ্রেণির ৩ কেজি, ষষ্ঠ থেকে অষ্টমের সাড়ে ৪ কেজি, নবম ও দশমের ৫ কেজি। ব্যাগ নিয়ে বলা হয়েছে, এক কাঁধে নেওয়া যায় এমন নয়, দু'কাঁধে নেওয়ার এবং চওড়া স্ট্রাপ বা ফিতে লাগানো ব্যাগ নিতে হবে। যাতে কাঁধ এবং শিরদাঁড়ায় চাপ না পড়ে। **(১০.২.১৯)**

ভাষা দিবসকে স্বীকৃতি দিল আমেরিকা

★ বাংলাদেশের ভাষা শহীদদের স্মরণে ১৯৯৯ সালে ১৭ নভেম্বর রাষ্ট্রসংঘ ২১ ফেব্রুয়ারিকে আন্তর্জাতিক মাতৃভাষা দিবস হিসেবে ঘোষণা করে। সারাবিশ্ব দিনটিকে যথাযথ মর্যাদার সঙ্গে পালন করছে। কিন্তু ১৯ বছর পরে এই প্রথম দিনটিকে স্বীকৃতি দিল আরেকা। এ নিয়ে মার্কিন কংগ্রেসের নিম্নকক্ষের সাংসদ গ্রেস মেং ৩ বার প্রস্তাব এনেও ব্যর্থ হন। এবার তিনি হাউজে চতুর্থ বারের মতো একই প্রস্তাব উত্থাপন করলে তাঁকে সমর্থন করেন আরও ৩ সাংসদ। গত ১০০ বছরে ২০ হাজারেও বেশি ভাষা বিলুপ্ত হয়ে গিয়েছে। আরও ২২৮০টি ভাষা বিপন্ন হতে চলেছে। পাকিস্তানের করাচি বিশ্ববিদ্যালয়ে মাতৃভাষা দিবসে বাংলাভাষা উদ্‌যাপনও হয়। এই উচ্চশিক্ষা প্রতিষ্ঠানে বাংলা বিভাগও রয়েছে। রয়েছেন বাংলার ৩ জন অধ্যাপক এবং ৩০ জন পড়ুয়া। বিভাগীয় প্রধান অধ্যাপক মুহাম্মদ আবু তৈয়ব খান বলেন, ১৯৫১ সালে এই বিশ্ববিদ্যালয় চালু হয় এবং ১৯৫৩ সালে চালু হয় বাংলা বিভাগ। এখানে বাংলায় অনার্স এবং এমএ পড়ানো হয়। এছাড়াও বাংলাভাষা শিক্ষার ওপর সার্টিফিকেট কোর্সও রয়েছে। ১৯৭১ সালে বাংলাদেশ স্বাধীন হওয়ার পর সেখান থেকে অনেক বাংলাভাষী পাকিস্তানে চলে আসেন। পাকিস্তানে এই মুহূর্তে শ-দুয়েক বাংলাভাষী জনবসতি রয়েছে। তার মধ্যে ১৩২টি রয়েছে করাচিতে। তাই করাচির অনেক জায়গায় বাংলায় লেখা সাইনবোর্ড, পোস্টার, হোর্ডিং, ব্যানার ইত্যাদি দেখা যায়। ভারতে এখন কথ্যভাষা ৭৮০টি। যার মধ্যে বিলুপ্ত হতে চলেছে প্রায় ৬০০ ভাষা। বিগত ৬০ বছরে বিলুপ্ত হয়েছে প্রায় ২৫০ ভাষা। কোনও ভাষাভাষী মানুষের সংখ্যা ১০ হাজারের কম হয়ে গেলে তাকে বিলুপ্তপ্রায় ভাষা বলে চিহ্নিত করে রাষ্ট্রসংঘ। বিশ্বে এখনও ৬ হাজার ভাষা বেঁচে রয়েছে। তার মধ্যে প্রায় ৪৫ শতাংশই বিপন্ন। ইন্টারনেট ও সোশ্যাল মিডিয়ায় ব্যবহৃত হয় ১০০-রও কম ভাষা। **(২২.২.১৯)**

নীতিবিজ্ঞান ও কুসংস্কার -৩১

ভিতুর ডিম

★ আলফ্রেড হিচকক। নামটা পড়লে বা শুনলেই মাথায় এসে যায় কিছু দুর্দান্ত ভয়ের আবহ তৈরি করা সিনেমার নাম। 'সাইকো, 'রিয়ার উইন্ডো', 'ভার্টিগো'র মত থ্রিলার সিনেমা উপহার দিয়ে তিনি 'মাস্টার অব সাসপেন্স' উপাধি পেয়েছেন। দর্শকদের মনে ভয়ে কাঁপন ধরানো বিশ্ববিখ্যাত এই পরিচালক নিজে কীসে মারাত্মক ভয় পেতেন শুনবেন? ডিমে। আশ্চর্য হলেও একটা সাদামাটা ডিম বা এগ তাঁকে জব্দ করে ফেলত। একটি ইন্টারভিউতে তিনি বলেছিলেন, "I'm frightened of eggs, worse than frightened, they revolt me" ... ডিম দেখে এই ভয় পাওয়াকে বলে 'ওভোফোবিয়া' এবং নিন্দুকে ভয়ভীতদের বলবে 'ভিতুর ডিম'।

প্রশ্ন উত্তর - ৩৭

১) পূর্ব ভারতের বৃহত্তম আন্তর্জাতিক বিমানবন্দরটি কার নামাঙ্কিত? (২) ধারাবাহিক উৎপাদনের নিরিখে বিশ্বের সবচেয়ে পুরনো মোটরবাইক নির্মাতার নাম কী? (৩) 'টু স্টেটস', থ্রি মিসটেক্স অব মাই লাইফ', 'ফাইভ পয়েন্ট সামওয়ান'— বইগুলির লেখক কে? (৪) কোন রাজ্যে 'খানদেশি' ভাষা প্রচলিত' (৫) 'সুলতানাস ড্রিম' বইটির রচয়িতা কে? (৬) 'ডেটন চুক্তি' (১৯৯৫) স্বাক্ষরিত হয়েছিল কোন তিন দেশের মধ্যে? (৭) আলহামব্রার প্রাসাদ ও দুর্গ দেখতে হলে কোন দেশে যেতে হবে? (৮) ধ্বংসপ্রাপ্ত 'হেজাজ রেলওয়ে' বিস্তৃত ছিল কোন দুই শহরের মধ্যে? (৯) জিব্রাল্টার (জাবাল-আত-তারিক/ তারিকের পাহাড়) উপদ্বীপে কোন মুসলিম সেনাপতির নাম জড়িয়ে আছে? (১০) 'আনইন্ডিয়ান' (২০১৫) সিনেমায় অভিনয় করেছিলেন কোন অস্ট্রেলীয় ক্রিকেটার? (১১) মহারাষ্ট্রের রত্নগিরিতে প্রস্তাবিত বিশ্বের বৃহত্তম তৈল শোধনাগার প্রকল্পে লগ্নি করেছে কোন বিখ্যাত তেল কোম্পানি? (১২) কাবেরি নদীর জল নিয়ে কোন দুই প্রতিবেশী রাজ্যের বিবাদ চলছে? (১৩) আলিয়া বিশ্ববিদ্যালয়ের বর্তমান উপাচার্য কে? (১৪) ১৯৩৫ সালে খাজা আব্দুল হামিদ মুম্বইতে কোন বিখ্যাত ওষুধ কোম্পানি চালু করেন? (১৫) 'রেড চিলিজ এন্টারটেনমেন্ট কোম্পানিটির মালিক কোন অভিনেতা? (১৬) ACE against ODDS বইটি কার আত্মজীবনী? (১৭) কোন ভারতীয় চিত্রশিল্পী Thief of Bagdad নামের ছবিটি আঁকেন? (১৮) তুর্কি-সিরিয়া-ইরাকের মধ্য দিয়ে বয়ে চলা টাইগ্রিস নদীটির আরেক নাম 'দজলা'। একই অঞ্চলের প্রবাহিত ইউফ্রেটিস নদীর অন্য নাম কী? (১৯) কমনওয়েলথভুক্ত দেশে দেশের সংখ্যা কত? (২০) আবদ্ধ পাত্রে দীর্ঘক্ষণ রেখে দিলে দুধ কিসের জন্য টকে বা নষ্ট হয়ে যায়? (২১) 'জাতীয় সুরক্ষা মাতৃত্ব দিবস' কবে পালিত হয়? (২২) The Blue Umbrella বইটি কার লেখা? (২৩) 'এসপ্রেসো', 'কাপুচিনো', 'মোচা' — কীসের নানা ধরণ? (২৪) 'কসমোলজি' কী বিষয়ে পড়াশোনা? (২৫) কীসের ভয়কে 'হিমোফোবিয়া' বলে?

গত সংখ্যার (সেপ্টেম্বর) উত্তর

২৭৬) ১৬২৮ খ্রিস্টাব্দে, ২৭৭) রাজমহল, ২৭৮) উইলিয়াম হকিন্স, ২৭৯) ময়ূর সিংহাসন, ২৮০) তাজমহল, ২৮১) শাহজাহান, ২৮২) যমুনা, ২৮৩) নাদির শাহ, ২৮৪) ঔরঙ্গজেব, ২৮৫) ঔরঙ্গজেব, ২৮৬) গুরু তেগ বাহাদুর, ২৮৭) ঔরঙ্গজেব, ২৮৮) ঔরঙ্গজেব ও শিবাজীর মধ্যে, ২৮৯) শিবাজীকে, ২৯০) ১৬৭৮ খ্রিস্টাব্দে, ২৯১) রায়গড়, ২৯২) ১৬৭৪ খ্রিস্টাব্দে, ২৯৩) আফজাল খাঁকে, ২৯৪) শিবাজীর, ২৯৫) পেশোয়া, ২৯৬) ১৭৬১ খ্রিস্টাব্দে, ২৯৭) দ্বিতীয় বাহাদুর শাহ।

শরীর স্বাস্থ্য ও চিকিৎসা-৩৪

অটিজম আক্রান্তদের নগরী

★ সারা বিশ্বে প্রতিদিন জন্ম নেওয়া ৬৮টি শিশুর মধ্যে অন্তত একজন আক্রান্ত অটিজমে। আর এই মুহূর্তে দেশে অন্তত এক কোটি মানুষ আক্রান্ত এই রোগে। রোজকার জীবনে চলতে গিয়ে প্রতি পদে বিভিন্ন সমস্যার মধ্যে পড়তে হয় তাদের। এবার সেই অটিজম আক্রান্তদের জন্য আলাদা একটা টাউনশিপ চালু হতে চলেছে এ রাজ্যে। চতুর্থ বেঙ্গল গ্লোবাল বিজনেস সামিটের মঞ্চে এই ঘোষণা করলেন মুখ্যমন্ত্রী। ৫০ একর জমিতে প্রায় ছ'শো কোটি টাকা ব্যয়ে গড়ে উঠবে এই অটিজম টাউনশিপ।'

এ নিয়ে প্রাথমিক কাজও শুরু হয়ে গিয়েছে বলে জানান বিনিয়োগকারী সংস্থা রত্নাবলি গ্রুপের যুগ্ম অধিকর্তা সুরেশ সোমানি। তিনি জানান, ডায়মণ্ডহারবার রোডের ধারে শিরাকোলে এ জন্য ৫০ একর জমি পাওয়া গিয়েছে। গোটা প্রকল্পটি গড়ে উঠতে দুই থেকে চার বছর সময় লাগবে বলে জানিয়েছেন তিনি। এখানে অটিজম আক্রান্তদের স্থায়ী আবাসন, ডে-কেয়ার সেন্টার, লাইফস্টাইল স্কিল ডেভেলপমেন্টের ব্যবস্থা সব কিছুই থাকবে। পাশাপাশি অটিজম আক্রান্তদের জন্য বিশেষজ্ঞদের দিয়ে কলেজ চালুরও পরিকল্পনা রয়েছে বলে রাজ্য প্রশাসন সূত্রের খবর। অটিজম সোসাইটি অব ইন্ডিয়ার তরফে ইন্দ্রাণী বসু বলেন, 'কলকাতায় কত সংখ্যক মানুষ অটিজমে আক্রান্ত, তার আলাদা কোনও তথ্য এখনও নেই। **(১৭.১.১৮)**

সাবান দিয়ে হাত ধুয়ে খাদ্য গ্রহণে

সাতের পাতার পর

থেকে মুক্ত। একটা ফল কেটে অর্ধেক করে রেখে দিলে ২/৩ দিন পর তার উপর সাদাকালো বা অন্য কোনো রঙের আচ্ছাদন পড়ে। আমরা বলি 'ছাতা' পড়েছে। ঐ আস্তরণ সরিয়ে আমরা অনেক সময় ঐ খাবারটা খেয়ে ফেলি। কোনো খাদ্য বেশি সময় থাকার পর গন্ধ বা টক লাগলেও আমরা খেয়ে নিই। সাধারণত সঙ্গে সঙ্গে শরীর খারাপ হয় না। কয়েকদিন পর শরীর খারাপ হয়। তখন আমরা বুঝতে পারি না ফুড পয়েজন বা খাদ্যদূষণ হয়েছিল। সুতরাং বাসি খাবার খাওয়া কখনই উচিত নয়। খাদ্যে ছত্রাক উৎপন্ন হলে তার দেহ থেকে মাইকোটক্সিন বার হয়ে খাদ্যে মিশে খাদ্যকে বিষাক্ত করে তোলে। এই বিষাক্ত পদার্থ উচ্চতাপে নষ্ট হয় না। সুতরাং বাসি কাবার গরম করে খেলেও বিষাক্ত থাকে। এমনকি অতিমাত্রায় মাইকোটক্সিন মানবদেহে প্রবেশ করলে মৃত্যু পর্যন্ত ঘটতে পারে। যকৃৎ ক্যান্সারের জন্য এই মাইকোটক্সিন অনেকটা দায়ী। উষ্ণ ও আর্দ্র আবহাওয়ায় এইসব ছত্রাকের দ্রুত বৃদ্ধি ঘটে। খড়ে স্ট্যাকিবট্রিস ছত্রাক জন্মায়। গরু ঐ খড় খেয়ে দুধে টক্সিন ধারণ করে। দূষিত খাদ্য পুড়িয়ে ফেলা দরকার। যেখানে সেখানে খাদ্যের টুকরো, ভাতের ভ্যান, তরকারির খোসা ফেলা উচিত নয়। সবচেয়ে ভালো বাড়িতে একটা 'কম্পোজ পিট' বানিয়ে তার মধ্যে ফেলে ঢাকা দেওয়ার ব্যবস্থা করা।

★ **প্রক্রিয়াকরণ :** প্রক্রিয়াকরণ করা খাদ্য সর্বদাই সঠিক হয় না। নিয়ম-মাফিক প্রক্রিয়াকরণ না করলে খাদ্যে বিষক্রিয়া ঘটে। একটা প্যাকেটের গায়ে ১.১.১৮ তারিখে দেখলাম ম্যানুফ্যাকচার তারিখ লেখা আছে ১.৬.১৮। কেমন জালিয়াতি? বিশেষ করে তৈরির তারিখ দেখে নেওয়া দরকার। অনেক সময় বিদেশের মেয়াদ উত্তীর্ণ

ডেনমার্ক-৩৩

নাগরিকত্বের জন্য হ্যান্ডশেক বাধ্যতামূলক, বিল পাস ডেনমার্কে

★ নাগরিকত্বের জন্য আবেদন করার পাশাপাশি ইমিগ্রেশন অফিসের কর্মকর্তাদের সঙ্গে হ্যান্ডশেক করা বা করমর্দন করা আবশ্যিক হল ডেনমার্কে। দেশটির পার্লামেন্টে এই বিতর্কিত বিল পাস হয়। উত্থাপিত বিলের খসড়ায় বলা হয়েছে, হ্যান্ডশেক করাটা ডেনমার্কের ঐতিহ্য। চিরাচরিত এই প্রথা কুশল ও সৌজন্য বিনিময়ের অন্যতম মাধ্যম। তাই কোনও পরিস্থিতিতে বা চাপে পড়ে এই পরম্পরা থেকে দূরে সরে যাওয়া সম্ভব নয়।

এক ভিনদেশি শরণার্থী মুসলিম মহিলা নাগরিকত্ব চেয়ে আবেদন করেছিলেন। তাঁর আবেদন মঞ্জুরও হয়েছিল। কিন্তু ইমিগ্রেশন অফিসের কর্মকর্তাদের সঙ্গে হ্যান্ডশেক করতে অস্বীকার করায়, তাঁর আবেদন বাতিল করে দেওয়া হয়। এরপর বিষয়টি নিয়ে ডেনমার্ক সহ গোটা বিশ্বে চাঞ্চল্য ছড়ায়। যা আদালত পর্যন্ত গড়ায়। আদালতই সরকারকে বলে এ ব্যাপারে আইন করার জন্য। সেই লক্ষ্যেই পার্লামেন্টে বিলটি পাস হল। তবে কট্টরপন্থী ড্যানিশ পিপলস পার্টির উদ্যোগে পাস হওয়া বিলটি বিরোধিতায় সরব হয়েছেন বেশ কয়েকটি শহরের মেয়র। তাঁরা সরাসরি হুমকি দিয়ে বলেছেন, এই গাইডলাইন তাঁরা মানবেন না। ড্যানিশ রাজনৈতিক নেতাদের বক্তব্য হ্যান্ডশেক করাটা তাদের স্বদেশি মূল্যবোধের অন্তর্ভুক্ত। তাই এই মূল্যবোধকে মান্যতা বা মর্যাদা দেওয়া আবশ্যিক। একে অস্বীকার করলে তা ডেনমার্কের সংস্কৃতির পরিপন্থী বলে বিবেচিত হবে। তবে মুসলিমরা বিষয়টি শুরু থেকেই ভালোভাবে নেয়নি। তাঁদের বক্তব্য, পার্লামেন্টে বিল পাস করিয়ে অহেতুক বাড়াবাড়ি করা হচ্ছে। পরপুরুষের হাতে হাত দিয়ে সৌজন্য দেখানো অপ্রয়োজনীয় এবং শরীয়াহ বিরোধী। এটা জেনেই ডেনমার্কে মিলিজুলি সরকার মুসলিমদের ধর্মীয় ভাবাবেগে আঘাত দিতে এই বিল পাস করিয়েছে। **(২১.১২.১৮)**

পণ্য এখানে বিক্রি হয়। বিদেশী দ্রব্যের উপর আমাদের অধিক আগ্রহ থাকায় মেয়াদ উত্তীর্ণ খাদ্যদ্রব্য আমরা নির্দ্বিধায় ব্যবহার করছি। এবং দূষণের শিকার হচ্ছি। কিছুদিন আগে একটা নিউট্রিলার ২০০ গ্রামের প্যাকেট কিনি বাসন্তী বাজার থেকে। বাড়িরে পুত্র প্যাকেটের সিল খুলে দুর্গন্ধে লাফিয়ে ওঠে। এ কি! কোথায় সয়াবীনের বড়ি? ভিতরে প্লাস্টিকের প্যাকেটের মধ্যে মিহি বাদামী গুঁড়ো। আর প্লাস্টিক প্যাকেটের বাইরে ঘাসের দানার মত, স্থানীয় কই মাছ ধরার মশলার মত প্রচণ্ড দুর্গন্ধযুক্ত কিছু রয়েছে। এত বড় কোম্পানি। মিডডে মিলেও সয়াবীন দেওয়া হচ্ছে। সয়াবীনের বাজার তুঙ্গে। যদিও বাস্তবে এর মধ্যে তেমন কিছু খাদ্যগুণ নেই। কত মানুষ যে প্যাকিং করা সংরক্ষিত খাদ্যে বিশ্বাস করে প্রতারিত হচ্ছেন--- কে জানে। কয়েকদিন আগে কাগজে পড়লাম প্যাকেটজাত দামী আটার মধ্যে হাড়ের টুকরো পাওয়া গেছে। তাই হলফ করে কোনোমতেই বলা যাবে না যে প্যাকেটজাত খাদ্য ঠিক আছে। এছাড়া প্যাকিং করা সংরক্ষিত ও শুকনো খাবারের পুষ্টিমূল্য নেহাৎই কম।

★ **খাদ্যদূষণের ফল :** ২০০৫ সালে দূষিত খাদ্য খেয়ে উদরাময় রোগে বিশ্বে ১.৮ মিলিয়ন মানুষের মৃত্যু হয়েছে। ১৯৯৪ সালে আমেরিকায় দূষিত আইসক্রিম খাওয়ায় ২,২৪,০০০ মানুষ আক্রান্ত হয়।

এরপর ১০ পাতায়

উদ্ভিদ ও চাষবাস

নাগফণা -৪৯

★ **ড. সুভাষ মিস্ত্রী ঃ** ক্যাকটেসি গোত্রীয় নাগফণা বা ফনিমনসা ওপানসিয়াডিলেনি (Opuntia-dillenii) প্রজাতির ম্যানগ্রোভ বনাঞ্চলের আগাছা বিশেষ। মরু উপযোগী এই উদ্ভিদটি সুন্দরবনের জঙ্গলে, নদীর বাঁধে, সৈকতে, বালির উপর জন্মায়। কন্টকযুক্ত চ্যাপ্টা কাণ্ড বহু খন্ডে যুক্ত থাকে। প্রতিটি কাণ্ড গাঢ় সবুজ, ডিম্বাকার ও গাঢ় সাদা রসযুক্ত। নাগফণার পাতায় কাঁটা হয়। হলুদ ফুলে লাল দাগ থাকে। ফল লাল-গোল। মার্চ থেকে আগস্ট ফুল ও ফল হয়। নাগফণা বা ফনিমনসার কান্ড থেকে তন্তু প্রস্তুত হয়। ফল ব্যবহৃত হয় কাশি ও পিত্ত নিরসনের জন্য।

৬.৫ ফুট গাছের দাম আড়াই লক্ষ

★ দাম ২ লক্ষ ৩৫ হাজার টাকা। শিলিগুড়ির হটিকাচলাচর সোসাইটির তরফে আয়োজিত ফুল মেলার এখন মূল আকর্ষণ ফাইকাস ফান্ডা নামের এই গাছটি। ২৫ বছর বয়সী এই গাছটি দেখতে ওই মেলায় ভিড় জমাচ্ছেন সকলেই। এই প্রজাতির গাছ সচরাচর ভারতে দেখা যায় না। মূলত চিনে পাওয়া যায় এই প্রজাতির গাছ। পাল নার্সারির দৌলতে এবার এধরনের গাছ শিলিগুড়িতে। জুটে গেছে ক্রেতাও। পাল নার্সারির অসীমকুমার পাল জানান, গাছটি বনসাই। ২০১২ সালে পুণে থেকে তারা গাছটি ১ লক্ষ ৪৫ হাজার টাকায় কিনেছিলেন। তারপর থেকে নার্সারিতে রেখে শুরু হয় পরিচর্যা। সাত বছর গাছটিকে নার্সারির বাইরে বের করা হয়নি। এই প্রথম গাছটিকে বাইরে আনা হয়েছে। **(২৬.২.১৯)**

সাবান দিয়ে হাত ধুয়ে খাদ্য গ্রহণে

সাতের পাতার পর

উন্নত দেশ বলেই এই হিসাব পাওয়া গেছে। আমাদের মত উন্নয়নশীল দেশে খাদ্যদূষণে মৃত্যুর কোনো হিসাব থাকে না। ১৯৮৮ সালে চীনে দূষিত শামুক ও গলদা চিংড়ি খেয়ে ৩ লক্ষ মানুষ আক্রান্ত হয়েছিল?

★ **কিভাবে বিষক্রিয়া রোধ করা যায় :** খাদ্য বাজার থেকে কিনে, বিশেষ করে আনাজ, তরিতরকারি ভাল করে ধুয়ে তবে ফ্রিজে রাখতে হবে। বা ভাল করে ধুয়ে আনাজ কাটতে হবে। এবং কাটার পর পুনরায় ভাল করে শুদ্ধ জলে ধোয়া দরকার। খাবার আগে খাদ্য গরম করে নিতে হবে। কোনভাবেই ঠাণ্ডা খাবার খাওয়া উচিত নয়। খাদ্যে ভেজাল নির্দিষ্ট মাত্রায় থাকলে ক্ষতি নেই। কিন্তু সমস্যা হল কোনো খাদ্যেই ভেজাল সরকারি নিয়মে থাকে না। সুতরাং ভোক্তাকে খাদ্য ক্রয়ের সময়ে সদা সতর্ক থাকা বাঞ্ছনীয়। সমস্ত রকমের বাসী খাদ্য সম্পূর্ণ বর্জনীয়। সর্বাধিক দূষণ হয় খাদ্য প্রস্তুতকালে। এই সময় প্রস্তুতকরণের প্রতি পদক্ষেপে সবর্দা সতর্ক থাকতে হবে যাতে দূষণ না ঘটে। জলই জীবন। শুদ্ধ জল ব্যবহারে দীর্ঘ জীবন লাভ করা যায়। পরিশেষে বলি, কেবল ভালো করে হাত সাবান দিয়ে ধুয়ে খাদ্য গ্রহণে খাদ্য দূষণের অনেকটাই এড়ানো যাবে।

পকেটমার থেকে বাঁচতে-৪৩

চুরি ও বিদ্যা

★ সম্প্রতি সুইডেনের রাজধানী স্টকহল্‌ম শহরের মেট্রো রেল পরিষেবাকে নাজেহাল করল একটি সংগঠন, নাম Planka.nu (অর্থ : 'বিনামূল্যে ভ্রমণ এখনই')। সংগঠনটির কাজই হল, মেট্রোর টিকিট ফাঁকি দেবার বিভিন্ন প্রক্রিয়া শিখিয়ে দেওয়া। বিনিময়ে তার সদস্যের থেকে মাসে মাত্র ১৫ ডলার চাঁদা, এবং সে ধরা পড়লে জরিমানা (১৮০ ডলার) মিটিয়ে দেয়। সদস্যদের প্রতিজ্ঞা করতে হয়, তারা কখনওই একটি সফরের জন্যও টিকিট কাটবে না। প্রশিক্ষণ দেবার জন্য ভিডিয়োর ব্যবস্থা রয়েছে। নগরীর প্রশাসকরা জানিয়েছে, তাদের পক্ষে এই চোর-যাত্রীদের ধরা অসম্ভব। গত বছর প্রায় দেড় কোটি যাত্রী ভাড়া ফাঁকি দিয়েছে।

মানুষের চুরি-প্রবণতার সর্বজনীনতা সম্পর্কে এটা জ্ঞানচক্ষু খুলে দিতে পারে। একটি দেশের শিক্ষা ও সভ্যতার বোধ বেশি হলে, নাগরিকরা নিজের দায়িত্ব সম্পর্কে সচেতন হন এবং পদে পদে তাঁদের পিছনে পাগড়ি-শোভিত সান্ত্রি মোতায়েন করবার দরকার পড়ে না, এই অনুমান বহুপ্রচলিত। সভ্য দেশের মানুষেরা মধ্যরাত্রে গাড়ি চালাবার সময়েও ট্র্যাফিক সিগনাল মেনে চলেন, তাঁদের বিবেকেই তাঁদের আইনরক্ষক। দোকানে কেউ না থাকলেও তাঁরা দ্রব্য নিয়ে যথোচিত দাম ফাঁকা কাউন্টারেই রেখে আসেন। কিন্তু দেখা যাচ্ছে, এই সব অতিকথার মহিমা ভেঙ্গে, ফাঁকির সম্ভাবনা মানুষকে আকর্ষণ করে চুম্বকের মতো। স্টকহল্‌মই একমাত্র শহর যেখানে এই ঘটনা ঘটলো, প্রথম বিশ্বের অন্যান্য নগরে এমন ঘটে না, বিশ্বাস করা কঠিন। খুব সম্ভব, সর্বত্রই এমন চুরি চলছে যা ধরা পড়ছে না, অথবা অন্যান্য স্থানে আঁটুনি বজ্রের মতো কঠোর। ভারতীয়ের মধ্যে একটি নীতিশিথিল জীবনযাপন করার যে অভ্যাস ও চর্চা রয়েছে; প্রশাসন বা সরকার যাই বলুক না কেন তা পরিবর্তন অসম্ভব। রাষ্ট্রকে ফাঁকি দেবার মধ্যে গৌরব বা বিপ্লব নেই, কেবল দায়বদ্ধতার অভাব, অসমঝদারি ও চারিত্রিক দীনতা রয়েছে, এই কথা বোঝাতে গিয়ে সমাজের অভিভাবকদের মুখে ফেকো পড়ে গেল। এখন ভারতীয়রা সগর্বে বলতে পারেন, আমরা অন্তত ভাড়া-ফাঁকির স্বতন্ত্র সংগঠন বানাইনি, চাঁদা সংগ্রহ করে চুরি শেখাই না। তবে একে ঘুরিয়ে দেখা যেতে পারে : বিদেশে জুয়াচুরি করারও নিখুঁত সামগ্রিক সুসংবদ্ধ ব্যবস্থাপনা করা হয়, নিয়ম ভাঙার ক্ষেত্রেও ওরা এমনই নিয়মবদ্ধ। চরিত্রে সেই শৃঙ্খলা ও সুবিন্যাস ভারতীয়রা আয়ত্ত করবে কি?

চোরের নৃত্য

★ এক চোর প্রায়ই এক বাড়িতে চুরি করতে যেত। একদিন শাশুড়ি আর বউ চোরকে শায়েস্তা করার বুদ্ধি আঁটল। বুদ্ধিমতো বউ রান্নাঘরের একটা পাতিলে বল্লার বাসা এনে রেখে দিল। এখন রাতে তো আবার চোর এসেছে। শাশুড়ি ফিসফিস করে জিজ্ঞাসা করল, 'বউ তোমার সোনার গয়না কোথায়?' বউ তো বলে দিল, 'রান্নাঘরের পাতিলের ভিতর।' চোর শুনে ভাবল, 'এই তো পাওয়া গেছে গয়নার খোঁজ।' কিন্তু রান্নাঘরে গিয়ে পাতিলে হাত দিতেই বল্লা দিল কামড়। আর চোর এক ছুটে রান্নাঘর থেকে উঠোনে গিয়ে লাফালাফি। এখন রসিক শাশুড়ি জিজ্ঞাসা করছে, 'ও বউ, জগৎ তারা, রাতে নাচে কারা? শাশুড়ির প্রশ্ন শুনে চোরের উত্তর, 'যে ফাঁদ পাইত্যা থুইছ তুমি, এত রাইতে নাইচ্যা মরি আমি...।' **(সংগৃহীত)**

কি বিচিত্র এই প্রাণীজগৎ-৩৫

শিশু, পাহারায় ৩ সারমেয়

★ একজনের গোয়াল ঘরে ফেলে যাওয়া এক নবজাতকে শনিবার রাতভর ধরে পাহারা দিয়েছে ৩ সারমেয়। আর সকাল হতেই ওই গোয়ালঘরের মালিক তথা গ্রামবাসীকে ডেকে নিয়ে গিয়ে সেই শিশুকে নিরাপদ আশ্রয়ে তুলে দিয়েছে। এখন গ্রামেরই অছিলা বিবির আশ্রয়ে ওই নবজাতক। রবিবার ভোরে ক্যানিংয়ের হাটপুকুরিয়া এলাকার এই ঘটনায় ওই ৩ সারমেয়র নাম লালু-কালু-ভুলু। (২১.১.১৮)

সুস্থ থাকার টিপস - ৯৪

কনসেনট্রেশন আনুন কাজে

★ **ফোন সাইলেন্ট রাখুন ঃ** কোনও কাজ করতে বসলেন কিন্তু তার মধ্যে বার বার ফোন ভাইব্রেট হওয়ার মানে বার বার কনসেনট্রেশন ব্রেক। চেষ্টা করুন ফোন সাইলেন্ট মোডে রাখতে। তবে জরুরি ফোনের জন্য অ্যালার্ট মোড অন করে রাখুন। কাজের ফোনও তো আসতে পারে। ★ **নো কানেকটিভিটি ঃ** ফোন বন্ধ করা অনেকের পক্ষেই সম্ভব নয়। সারাদিন হোয়াটস অ্যাপের চিটচ্যাট কিংবা ফেসবুকের খোঁচায় নানা ধরনের সমস্যা হতে পারে। তাই যদি খুব দরকার না পড়ে ইন্টারনেট কাজের সময় বন্ধ রাখুন। ★ **কাজ জমাবেন না ঃ** কাজ না জমিয়ে সবসময় আগে থেকে করে রাখার চেষ্টা করুন। আপনার ডেডলাইনের একঘন্টা আগে কাজ করতে বসলে মনোযোগ আসা তো দূরের কথা, এতটাই তাড়াহুড়ো হবে যে ছড়িয়ে ফেলবেন সবটা। তাই আগে থেকে কাজ করে রাখার চেষ্টা করুন। ★ **জায়গা নির্দিষ্ট করুন ঃ** কোথায় কাজ করবেন সেটা আগে নির্দিষ্ট করুন। রোজ রোজ নিজের অবস্থান বদলালে কনসেনট্রেশনে অসুবিধা হয়। যেখানে বসে কাজ করতে ভালো লাগবে সেখানেই রোজ বসুন। ★ **শান্ত বাতাবরণ জরুরি ঃ** খুব আওয়াজে তো কনসেনট্রেশন আসতে পারে না। সবচেয়ে ভালো হয় নিজের জন্য প্রাইভেট কেবিন থাকলে। কিন্তু বেশিরভাগ অফিসেই এখন কিউবিকল সিস্টেম সেক্ষেত্রে আপনার কোনও সমস্যা হলে বসকে জানান। যদি কিউবিকল শেয়ারও করতে হয় তাহলে যার কম্পিউটর ওয়ার্ক বেশি তাকে যেন আপনার পার্টনার করা হয় সে বিষয়ে আর্জি জানান। ★ **লক্ষ্য স্থির করুন ঃ** তাই আগে লক্ষ্য স্থির করুন। নির্দিষ্ট সময়ে কাজটা শেষ করতে হবে এই বিষয়ে নিজের মধ্যে জেদ না আনলে চলবে না। সুতরাং আগে একটা টাইম সেট করে নিন। ★ **কাজের জায়গা পরিস্কার রাখুন ঃ** অ-পরিষ্কার জায়গায় আর যাই হোক মনোযোগ আসতে পারে না। নিজের কাজের জায়গা যতটা সম্ভব পরিষ্কার রাখার চেষ্টা করুন। নিট অ্যান্ড ক্লিন জায়গায় তরতরিয়ে কাজ এগোবে। ★ **মাঝে মাঝে ব্রেক নিন ঃ** পরপর কাজ করে গেলে ব্যাপারটা একঘেয়ে হয়ে যাবে। তাই ছোট ছোট ব্রেক নিন। ধরুন একটা কাজ করে একটু কফি খেয়ে এলেন। এতে একঘেয়েমি কাটবে এবং মনোযোগ বাড়বে। ★ **রুটিন বানান ঃ** রুটিন মাফিক কাজ করলে একটা অভ্যাস তৈরি হবে ফলে মানসিক স্থিতি আসবে। এক্ষেত্রে মনোযোগ বাড়বে। ★ **যোগব্যায়াম ঃ** কনসেনট্রেশন ফেরানোর জন্য কোনও যোগা ক্লাসে জয়েন করুন। বাড়িতে মেডিটেশনও করতে পারেন।

গৃহিনীদের টিপস্ - ৪৭

হাসিখুশি পড়ার টেবিল

★ প্রথমে পুরো টেবিল খালি করে নিন। এরপর ভেজা কাপড় দিয়ে টেবিল মুছে নিন। একটুও যাতে ময়লা লেগে না থাকে। ★ টেবিল পরিষ্কার করার সময় সব জিনিস দুভাগে ভাগ করে নিন। এ সময় এমন অনেক কিছু পাবেন যার আর কোনো দরকার নেই। এমন জিনিস রেখে টেবিল ভরিয়ে রাখবেন না। একদিকে রাখুন এই পাকাপাকিভাবে বাতিল করার জিনিস আর অন্যদিকে যা আবার ব্যবহার করবেন সে সব রাখুন। ★ যদি এমন কিছু থাকে যা কারো আবেগের সঙ্গে জড়িয়ে আছে যেমন, কোনো বিশেষ ব্যক্তির দেওয়া উপহার, কোনো প্রশংসাপত্র বা মেমেন্টো সেসব কোনো নিরাপদ জায়গায় রাখুন। ★ যেভাবে যে জিনিস আছে সেভাবেই তা না রেখে এদিক ওদিক করে রাখুন। এক জায়গায় সব জিনিস একভাবে দেখতে দেখতে কোনো বৈচিত্র্য খুঁজে পাওয়া যায় না। ফলে সেভাবে লেখাপড়ায়ও মন বসে না। ★ জিনিসপত্র এদিক ওদিক করে সাজানো এক রকম সাইকোলজিক্যাল থেরাপি। এতে যে কারোরই কাজে মন বসতে বাধ্য। তাই মনে মনে ঠিক করে নিন, কোথায় কী রাখবেন। তবে এমনভাবে রাখুন যাতে যে কাজ করবে তার সুবিধা হয়। ★ পরিষ্কার পরিচ্ছন্ন রাখা মানে কিন্তু তা ফাঁকা রাখা নয়। ছাত্র-ছাত্রীর প্রিয় কোন মণীষীর ছবি বা কোনো পেন্টিং বা কোনো অনুপ্রেরণাদায়ক উক্তিও বাঁধিয়ে রাখা যেতে পারে। সেসব চোখে পড়লে পড়ুয়ার মানসিকতার উন্নতি হতে বাধ্য। ★ ডেস্ক পরিষ্কার করতে গিয়ে সরিয়ে রাখার জিনিস এমনভাবে রাখুন যাতে দরকার মতো তা পেতে অসুবিধা না হয়। যেমন অভিধান, কোনো শিক্ষামূলক গল্পের বই যাতে দরকার হলেই পাওয়া যায় সেদিকে লক্ষ রাখুন। ★ কাগজ, কলম, আলপিন, স্টেপলার, ক্যালকুলেটর, পেন ড্রাইভের মতো ছোটোখাটো জিনিস এক জায়গায় রাখুন। ★ ছোটোখাটো বেশ কিছু জিনিস থাকলে তা রাখার সুবিধা হবে। যে জিনিস বেশি দরকার তা ওপরের তাকে আর যা মাঝে মধ্যে দরকার তা দ্বিতীয় তাকে আর যা কালে ভদ্রে দরকার তা নীচের তাকে রাখলে সুবিধা হয়। ★ ছোটো কোনো গাছ রাখতে পারেন পড়ার টেবিলের ধারে। এতে ঘরে সবুজের ছোঁয়া থাকবে। ★ কোথায় কোন গুরুত্বপূর্ণ জিনিস রাখা হল তা মনে রাখার জন্য একটা ডায়রি রাখতে পারেন। সেখানে লেখা থাকলে ভুলে গেলেও সমস্যা নেই। ★ প্রতি সপ্তাহে একদিন টেবিলের অদরকারি জিনিস পরিষ্কার করা দরকার। ★ টেবিলে অবশ্যই একটা ঘড়ি রাখা দরকার, আর তা স্টপওয়াচ হলেই ভালো হয়। প্রতি ৩০-৪০ মিনিট অন্তর খানিকক্ষণের বিশ্রাম দরকার। তার বেশি সময় হলে ঘড়ি তা মনে করিয়ে দিতে পারবে। ★ টেবিলে আলোর ব্যবস্থা যেন ঠিক থাকে। ঠিকমতো আলো পড়লে যেমন পড়ার আগ্রহ বাড়ে তেমনি কম আলোয় পড়ায় মন বসতে চায় না। সিলিং লাইট লাগানো যেতে পারে। এর সঙ্গে টেবিল ল্যাম্প থাকাও দরকার।

বাসন্তীতে হাত ধোয়া দিবস পালন

আজকের বসুন্ধরা প্রতিনিধি ঃ বাসন্তীর সেন্ট জেভিয়ার্স হাইস্কুলে বিশ্ব হাত ধোয়া দিবস পালিত হল। এই উপলক্ষে সমস্ত ছাত্রছাত্রী এবং চার্চের ফাদার সহ শিক্ষক-শিক্ষিকাগণ বাসন্তী বাজারে প্ল্যাকার্ড, ফেস্টুন সহ মিছিল করেন।

সম্প্রতি ঘটে যাওয়া বিশেষ বিশেষ খবর ঃ মার্চ ২০১৯

১ ঃ অভিনন্দন বর্তমান দেশে ফিরলেন ঃ

আটারি-ওয়াঘা সীমান্তের কাছে বিকেল থেকেই ছিল ভিড়। উইং কমান্ডার অভিনন্দন বর্তমানকে রাত ৯টা ১০ মিনিটে প্রথম দেখা যায় ওয়াঘা সীমান্তের পাকিস্তান প্রান্তে। সঙ্গে পাকিস্তানের রেঞ্জাররা। ইসলামাবাদের ভারতীয় হাইকমিশনে বায়ুসেনার অ্যাটাশেও ছিলেন সঙ্গে। অভিনন্দন গর্বিত পায়ে পার হলেন সেই গেট, যা তাঁর মাতৃভূমি থেকে তাঁকে দূরে রেখেছিল প্রায় আড়াই দিন। ৬১ ঘন্টা পাকিস্তানে থাকার পর দেশের মাটিতে যখন পা রাখলেন তখন রাত ৯টা ২১ মিনিট। ওয়াঘা-আটারি সীমান্তে নথিপত্র তৈরির কাজে কিছু সময় নেওয়ার পর অভিনন্দনকে ভারতীয় বায়ুসেনার আধিকারিক ও বিএসএফের হাতে তুলে দেওয়া হয়। তারপরই তাঁকে নিয়ে যাওয়া হয় অমৃতসর এয়ারবেসে। পাঞ্জাব পুলিশ তাঁকে এসকর্ট করে নিয়ে যায়য সেখানে থেকে তাঁকে নিয়ে যাওয়া হবে দিল্লিতে।

২ ঃ হস্তিবিশারদ ধৃতিকান্তের (৮৭) জীবনাবসান ঃ

খ্যাতনামা হস্তিবিশারদ ধৃতিকান্ত লাহিড়ী চৌধুরির জীবনাবসান হল। ১৯৩১ সালে ময়মনসিংহে জন্ম। প্রেসিডেন্সি কলেজ থেকে ইংরেজি নিয়ে স্নাতক পাশ করেন। অধ্যাপনা করতেন রবীন্দ্রভারতী বিশ্ববিদ্যালয়ে। ভারত সরকারের 'প্রোজেক্ট এলিফ্যান্ট' এবং 'ইন্টারন্যাশনাল ইউনিয়ন অফ কনজারভেশন অফ নেচার'-এ হস্তি বিশারদ হিসেবে সদস্যের পদ সামলেছেন।

৫ ঃ প্রয়াত মতুয়া মা বীণাপাণি (১০১) ঃ

মতুয়া মহাসঙ্ঘের প্রধান বড়মা বীণাপাণি ঠাকুর প্রয়াত হয়েছেন।

★ ক্যানিং পোস্ট অফিসে পাসপোর্ট সেবাকেন্দ্রের উদ্বোধনে সাংসদ ঃ

ভারত সরকারের বিদেশ দপ্তরের ও ডাক বিভাগের যৌথ উদ্যোগে সুন্দরবনের মানুষের সুবিধার কথা ভেবে আজ ক্যানিং পোস্ট অফিসে ৪০তম পাসপোর্ট সেবাকেন্দ্রের উদ্বোধন হল।

৬ ঃ সেরা ধনী বেজোস, দ্বিতীয় বিল গেটস, ট্রাম্পের র‍্যাঙ্ক ৫১ ঃ

আবারও বিশ্বসেরা ধনী নির্বাচিত হলেন ই-কমার্স প্রতিষ্ঠান অ্যামাজনের কর্ণধার জেফ বেজেসি। দ্বিতীয় স্থানে রয়েছেন মাইক্রোসফট কর্ণধার বিল গেটস। তারপর ওয়ারেন বাফেট। ফেসবুক কর্ণধার মার্ক জুকেরবার্গের অবস্থান তিন ধাপ কমে গিয়েছে। তাঁর জায়গা দখল করে কারদাশিয়ান পরিবারের কাইলি জেনার। প্রসাধনী ব্যবসা করে ২১ বছরের এই তরুণী বিশ্বের কনিষ্ঠতম ধনী হলেন। মার্কিন প্রেসিডেন্ট ডোনাল্ড ট্রাম্পের অবস্থান ৫১। ফোর্বস ম্যাগাজিন এই তালিকা প্রকাশ করে। বেজোসের সম্পত্তি হয়েছে ১৩ হাজার ১০০ কোটি ডলার। অ্যামাজনের শেয়ারের ১৬ শতাংশের মালিক জেফ। বিল গেটসের সম্পদ ৬৫০ কোটি ডলার বেড়ে হয়েছে ৯৬৫০ কোটি ডলার। তৃতীয় স্থানে থাকা ৮৮ বছরের ওয়ারেন বাফেটের সম্পদ ১৫০ কোটি ডলার কমে হয়েছে ৮২৫০ কোটি ডলার। ফেসবুকের জুকেরবার্গের এবার ৯০০ কোটি ডলার লোকসান হয়েছে। পঞ্চম থেকে অষ্টম স্থানে নেমে গিয়েছেন। তালিকার প্রথম ২০ জনের মধ্যে মুকেব আম্বানি। তাঁর স্থান ১৩। তালিকায় নারী ধনকুবেরের সংখ্যা ২৫২।

১০ ঃ দেশে প্রথম সৌরচালিত এটিএম ঃ

সৌর আলো থেকে তৈরি বিদ্যুতে এটিএম চলবে। দেশে প্রথম তৈরি হল সৌরবিদ্যুৎ-চালিত এটিএম মেশিন। নাম দেওয়া হয়েছে জনতা সোলার এটিএম। ড. শান্তিপদ গণচৌধুরি এর উদ্ভাবন করেছেন। সহযোগিতা করেছেন হৃচিক ঘোষ ঠাকুর ও জিনিয়া হক। শান্তিবাবুর প্রতিষ্ঠিত অর্ক রিনিউয়েবল এনার্জি কলেজে এই কাজ হয়েছে। মেশিনের ওপর স্ক্রিনে ২০০০, ৫০০ ও ১০০ টাকার ছবি থাকবে। স্ক্রিনে হাতের ছাপ দিলেই যে নোট চাওয়া হবে তা বেরিয়ে আসবে। পিন দিতে লাগবে না। ইতিমধ্যেই স্টেট ব্যাঙ্ক অফ ইন্ডিয়া, বন্ধন ব্যাঙ্কের সঙ্গে কথা হয়েছে। যন্ত্রটির ওজন ১৮০ কেজি।

১১ ঃ বিশ্বে সবথেকে বেশি অস্ত্র কিনেছে সৌদি ঃ

গতবছর বিশ্বে সবথেকে বেশি পরিমাণ অস্ত্র কিনেছে সৌদি আরব। ২০১৮ সালে যুদ্ধাস্ত্রের দ্বিতীয় বড় খরিদ্দার ছিল ভারত। তালিকার প্রথম দশে রয়েছে মিশর, সংযুক্ত আরব আমিরশাহী। সুইডেনের রাজধানী স্টকহম ভিত্তিক ইন্টারন্যাশনাল পিস রিসার্চ ইন্সটিটিউটের বার্ষিক রিপোর্টে এই তথ্য প্রকাশিত হয়। রিপোর্টে বলা হয়েছে, ২০১৪ সাল থেকে ২০১৮, ৩১ ডিসেম্বর পর্যন্ত গত ৫ বছরে সৌদি আরব ১৯২ শতাংশ অস্ত্র আমদানি বৃদ্ধি করেছে। বিক্রেতা হিসেবে শীর্ষে রয়েছে আমেরিকা। তারপর রাশিয়া।

১৭ ঃ চিন্ময় রায়ের (৭৯) জীবনাবসান ঃ

বাংলা চলচ্চিত্র জগতের বিশিষ্ট অভিনেতা চিন্ময় রায় শেষ নিঃশ্বাস ত্যাগ করলেন। 'গল্প হলেও সত্যি' টেনিদার চরিত্রে অভিনয় এখনও উজ্জ্বল। 'বসন্ত বিলাপ', 'ধন্যি মেয়ে', 'শ্রীমান পৃথ্বীরাজ' ছবিতে অভিনয় করেছেন।

★ গ্রামের মানুষজন চলাচল করেন হেলিকপ্টারে চেপে ঃ

চিনের জিয়াংশু প্রদেশের হুয়াক্সি গ্রামটিকে নিয়ে বেশ অনেকদিন ধরেই চলছে চর্চা। আকাশছোঁয়া বড় বড় বাড়ি, বিলাসবহুল গাড়ি, হেলিকপ্টার, থিমপার্ক — সবকিছু মিলিয়েই এই গ্রামটি বেশ ঝাঁ চকচকেই। এখানকার প্রায় ৯৫ শতাংশ নাগরিকের ব্যাঙ্ক ব্যালেন্স ভারতীয় মুদ্রায় এক কোটি টাকারও বেশি। চিনের অন্যতম প্রধান বাণিজ্যকেন্দ্র সাংহাই থেকে এই গ্রামে পৌঁছতে সময় লাগে মাত্র দুঘন্টা। তাদের ট্রান্সপোর্ট হেলিকপ্টার। সকলেই এক জায়গা থেকে অন্য জায়গায়, এমনকী আশপাশের শহরে বা প্রদেশে যেতে গেলে হেলিকপ্টারে চড়েই যান। আর এই পুরোটার দায়িত্বে রয়েছে টংইয়ং এয়ারলাইন্স।

১৯ ঃ প্রয়াত অভিনেতা রমেন রায়চৌধুরী (৭৩) ঃ

প্রয়াত হলেন বাংলা টেলিসিরিয়াল ও চলচ্চিত্র জগতের বিশিষ্ট অভিনেতা তথা নাট্যব্যক্তিত্ব রমেন রায়চৌধুরী। তিনি রেখে গেলেন এক ছেলে ও এক মেয়েকে। 'সবুজ দ্বীপের রাজা', 'বাঞ্ছারামের বাগান', 'সর্বজয়া', 'আবার অরণ্যে', 'ত্যাগ', 'জেহাদ', 'অভিষেক' এর মতো বহু বাংলা ছবিতে তাঁর অভিনয় মনে রাখার মতো।

৩০ ঃ ক্যালকুলেটরের আবিষ্কর্তা জেরি মেরিম্যান প্রয়াত (৮৬) ঃ

বৈদ্যুতিন ক্যালকুলেটরের আবিষ্কর্তা জেরি মেরিম্যান। দুই সঙ্গীকে নিয়ে ক্যালকুলেটর আবিষ্কার করেন মেরিম্যান। দুজন হলেন নোবেলজয়ী টিম লিডার জ্যাক কিলরি এবং জেমস ভ্যান টাসেল।

সুন্দরবনের বাঘ ঃ মার্চ ২০১৯

★ ৯ ঃ **লম্বাখালির জঙ্গলে বাঘে নিল ভগবতীকে ঃ** লম্বাখালির জঙ্গলে বাঘে নিল মহিলা মৎস্যজীবী ভগবতী মণ্ডলকে (৪১)। গোসাবা ব্লকের লাহিড়ীপুর গ্রামের বাসিন্দা। ৪ জন সঙ্গী মিলে লম্বাখালির জঙ্গলে কাঁকড়া ধরতে গিয়েছিলেন। ফিরে আসবেন বলে ঠিক করছেন তখনই বাঘ ভগবতীকে ধরে জঙ্গলের মধ্যে নিয়ে যায়। বড়ি পাওয়া যায়নি।

সাপে কেটে মৃত্যু ঃ ফেব্রুয়ারি ও মার্চ ২০১৯

২০.২ ঃ ভারতে দেখা মিলল বিরল প্রজাতির সাপ ঃ প্রায় ৮২ বছর পর ফের দেখা গেল রেড কোরাল স্নেককে। ১৯৩৬ সালের পর উত্তর প্রদেশের দুধওয়া রিজার্ভ ফরেস্টে দেখা গেল এই সাপ। সোনারপুর রেলওয়ে স্টেশনের রেলওয়ে ট্র্যাকে প্রায় ১ মিটার লম্বা এই সাপ দেখতে পাওয়া যায়। এর বিজ্ঞানসম্মত নাম ওলিগোডন খেরিয়েন্সিস। রেড কোরাল কুকরি রাতে বেরোয়। এরা নির্বিষ।

১.৩ ঃ সাপে কাটায় ৭ দিনে ক্ষতিপূরণ ঃ সোনারপুর এলাকার গোপালপুর গ্রামের বাসিন্দা ভবেশ মণ্ডল বিষাক সাপের কামড়ে মারা যান ১০১৫ সালের ৮ এপ্রিল। তাঁর স্ত্রী, সুন্দরী পুত্র। নাবালক দুই ছেলে-মেয়েকে নিয়ে সংসার চালানো দুষ্কর হয়ে পড়ে। তিনি জানতে পারেন, সর্পাঘাতে মৃত্যু হলে মৃতের পরিবার সরকার থেকে দু'লক্ষ টাকা ক্ষতিপূরণ পায়। পরের বছর তিনি পঞ্চায়েত প্রধান থেকে জেলাশাসক পর্যন্ত, বিভিন্ন দপ্তরে সেই টাকার জন্য আবেদন করেন। কিন্তু কাজ না হওয়ায় ২০১৭ সালে মামলা করেন হাইকোর্টে। গত বছর জানুয়ারিতে সেই মামলায় বিচারপতি বসাক সব নথি খতিয়ে দেখে এক মাসের মধ্যে পরিবারটিকে ক্ষতিপূরণ দেওয়ার নির্দেশ দেন।

★ **ছবি বাগের (৩২) সাপের কামড়ে মৃত্যু ঃ** তার বাড়ি পূর্ব বর্ধমানের গলসীর জয়কৃষ্ণপুর গ্রামে। শুক্রবার সকালে তার ডান পায়ের গোড়ালিতে বিষধর সাপ ছোবল মারে। পরিবারের সদস্যরা দ্রুত তাকে উদ্ধার করে বর্ধমান মেডিক্যাল কলেজ ও হাসপাতালে নিয়ে গিয়ে ভর্তি করেন। দুপুরে সেখানেই মৃত্যু।

৬ ঃ সর্পঘাতে মৃত ২ ঃ সাপের কামড়ে মৃত্যু হল দুজনের। মৃতদের নাম লতিকা সিং (৬৪) এবং গুরুপদ শবর (৪৫)। লতিকার বাড়ি ভুলাভেদা গ্রাম পঞ্চায়েতের গজগিরি গ্রামে। গুরুপদের বাড়ি ভুলাভেদা গ্রাম পঞ্চায়েতের জোড়াম গ্রামে। গত ২২ ফেব্রুয়ারি একটি চন্দ্রবোড়া সাপ কামড়ায় লতিকাকে। শালপাতা তুলতে গিয়ে চন্দ্রবোড়ার কামড় খান গুরুপদ শবর। ঝাড়গ্রাম সুপার স্পেশালিটি হাসপাতালে বুঝবার সন্ধ্যায় দু'জনেই মারা যান।

৯ ঃ কমলালেবু থেকে সাপের বিষের প্রতিষেধক ঃ কমলালেবুর মধ্যে রয়েছে সর্পপ্রতিষেধকের গুণ। কমলালেবুর মধ্যে থাকা হেসপেরেটিন কাজে লাগিয়ে অ্যান্টি ভেনাম সিরাম বা এভিসের সঙ্গে সংযোগ ঘটিয়ে প্রতিষেধক তৈরি হতে পারে গেছোবোড়া বা চন্দ্রবোড়া প্রজাতির সাপের কামড়ের। চন্দ্রবোড়া, গেছোবোড়া বা বাঁশবোড়া সাপের বিষ হিমোটক্সিন প্রকৃতির। রক্ত থকথকে জেলির মতো হয়ে যায়। এতে কিডনির কার্যক্ষমতা হ্রাস পায়। ক্ষতস্থান ধরে পচন। ফলে আক্রান্ত ব্যক্তিকে এভিএস ইঞ্জেকশন দিলেও তা অধিকাংশ সময়ে খুব একটা কার্যকর হয় না। এই সাপের বিষয়ে প্রতিষেধকই লুকিয়ে রয়েছে কমলালেবুর মধ্যে। এমনই এক গবেষণা করে রাজ্য বিজ্ঞান ও প্রযুক্তি কংগ্রেসে সেরা বিজ্ঞানীর তকমা অর্জন করেছেন আসানসোলের অধ্যাপক শুমময় পান্ডা।

৩০ ঃ চড়াবিদ্যায় কেউটের ছোবলে জখম শিশু ঃ বাসন্তী থানার চড়াবিদ্যা গ্রামে বিড়ালের সঙ্গে খেলা করতে গিয়ে রিমি মিস্ত্রি নামে এক বাচ্চা মেয়েকে কেউটে সাপ ছোবল মারে। ক্যানিং হাসপাতালে ভর্তি করানো হয়। বেঁচে যায় শিশুটি।

চাই সাবান দিবস, হাত ধোয়া হোক সাবান দিয়ে

★ **দেবানন্দ দাস ঃ** ইউনিসেফ গত ১৫ অক্টোবর ২০০৮ প্রথম 'বিশ্ব হাত ধোয়া দিবস'-এর ডাক দেয়। জলবাহিত রোগে প্রতিদিন ৫ হাজার শিশু বিশ্বে মারা যায়। হাত ধুয়ে খেলে পঞ্চাশ শতাংশ জলবাহিত রোগ হয় না। স্বাস্থ্য ঠিক না থাকলে অন্যান্য উন্নয়ন অর্থহীন হয়ে পড়ে। সুতরাং দিনটি পালনের শিক্ষার মাধ্যমে সরাসরি উপকার পাওয়া যাবে। কমবে মৃত্যু হার। সুন্দরবন তথা বাসন্তীর পরিবেশের উপর জাতীয় পুরস্কারপ্রাপ্ত এনজিও ঘটা করে প্রথম বিশ্ব হাতধোয়া দিবস-২০০৮ বাসন্তীতে পালন করে। তখন চেষ্টা করেও কোনও সংবাদমাধ্যমে এ বিষয়ে খবর করা যায়নি, বা এই কর্মসূচির গুরুত্ব বোঝানো যায়নি। সম্ভবত পশ্চিমবঙ্গে একমাত্র এই সংস্থা প্রথম হাত ধোয়া দিবস পালন করেছিল। ওইদিনেই ২ হাজার সাবান বিতরণ করা হয়।

উল্লেখ্য, এই স্বেচ্ছাসেবী সংস্থা ২০০৭-০৮ সালে সুন্দরবনের বিভিন্ন গ্রামে এই বিষয়ের উপর সমীক্ষা করে। দেখা যায় অধিকাংশ মানুষ চাষ, মাছ ধরা, দিন-মজুরির মাধ্যমে জীবিকা নির্বাহ করে। তাই হাত সাবান দিয়ে না ধুলে নোংরা থেকেই যায়। যার ফলে নানা রোগ শরীরে বাসা বাঁধে। শুধু হাত ধোয়া নয়, সাবান দিয়ে হাত ধোয়ার উপর সর্বাধিক গুরুত্ব প্রদানও জরুরি। ফলে সেই সংস্থা সাবান দিবস পালনের উদ্যোগ নিয়েছিল। এই সময়ে ইউনিসেফ 'বিশ্ব হাত ধোয়া' দিবস ঘোষণা করায় গত ১৬ অক্টোবর ২০০৮ জাঁকজমকের সঙ্গে এরা পালন করে। এদের স্বনির্ভর গোষ্ঠীর মহিলা, স্কুলের ছাত্রছাত্রীদের তৎকালীন ৫ টাকা মূল্যের ২ হাজার সাবান ওই দিনই বিতরণ করা হয়। পরবর্তী ১ বছর ধরে আরও ১০ হাজার সাবান বিতরণ করে তারা।

টুকরো খবর

ক্ষুধার্ত জনতা

★ ভারতের আর্থিক বৃদ্ধির হার ক্রমেই উর্ধ্বমুখী। কিন্তু তাতে দেশের সব মানুষের অন্নের সংস্থান সুনিশ্চিত নয়। আফ্রিকার দরিদ্রতম দেশগুলিতে যত শিশু অপুষ্টিতে ভোগে, ভারতে তার সংখ্যা প্রায় দ্বিগুণ। ২০১৭-র গ্লোবাল হাঙ্গার ইনডেক্স অনুযায়ী, ১১৮টি দেশের মধ্যে ভারতের স্থান ৯৭তে। দক্ষিণ এশিয়ায় পাকিস্তান, আফগানিস্তান ছাড়া প্রায় সব দেশই ভারতের থেকে এগিয়ে রয়েছে। **(২৮.১.১৯)**

আজকাল বুধবার ২৯ অক্টোবর ২০০৮

বিশ্ব হাত ধোয়া দিবসের ডাক

হাত না ধুয়ে খাবেন না

বিশ্ব হাত ধোয়া দিবসের পরিপূরক হিসেবে একদিন 'বিশ্ব সাবান দিবস' ইউনিসেফ ঘোষণা করলে তবেই হাত ধোয়া দিবস সার্থকতা পাবে।

১৫ অক্টোবর আজকের অনুষ্ঠান বিভাগে জয়গোপালপুর গ্রাম বিকাশ কেন্দ্রে 'হাত ধোয়া দিবস' পালন অনুষ্ঠানসূচি প্রকাশের জন্য আন্তরিক ধন্যবাদ। ইউনিসেফ এই প্রথম ১৫ অক্টোবর 'বিশ্ব হাত ধোয়া দিবস' ডাক দিয়েছে। জলবাহিত রোগে প্রতিদিন ৫০০০ শিশু বিশ্বে মারা যায়। হাত ধুয়ে খেলে ৫০ ভাগ জলবাহিত রোগ হয় না। সুতরাং এই দিনটি পালনে সরাসরি উপকার পাওয়া যাবে। কমবে মৃত্যুহার। দৈনিক সংবাদপত্রগুলিতে এ সম্পর্কে তেমন কিছু লেখালেখি পেলাম না। যে সব সংস্থা দিনটি পালন করেছে, তাদের খবরও তেমন বিস্তৃত প্রকাশ হয়নি। দক্ষিণ ২৪ পরগনায় বাসন্তীর এক এন জি ও 'জয়গোপালপুর গ্রামবিকাশ কেন্দ্র' হাত ধোয়া দিবসে ২০০০ সাবান বিতরণ করল। প্রবাসী বাঙালি ডেনমার্কের বাসিন্দা গণেশ সেনগুপ্তর উদ্যোগে গড়ে উঠেছে এই সংস্থা। সার্বিক উন্নয়নের লক্ষ্যে গত এক বছর ধরে 'জীবনধারা প্রকল্পে' এরা জীবনযাত্রার বিভিন্ন বিষয়ে সুন্দরবনের বিভিন্ন গ্রামে সমীক্ষা করেছে। অধিকাংশে মানুষ চাষ, মাছধরা, দিনমজুরির মাধ্যমে জীবিকা নির্বাহ করেন। ফলে হাত সাবান দিয়ে না ধুলে নোংরা থেকেই যায়। শুধু হাত ধোয়া নয়, সাবান দিয়ে হাত ধোয়ার ওপর সর্বাধিক গুরুত্ব দিয়েছে। কারণ বাসন্তীর বিরিঞ্চিবাড়ি গ্রামের ৬১০টি পরিবারের ২৯৯০ জনের মধ্যে সমীক্ষা চালিয়ে দেখা যাচ্ছে— শৌচকর্মের পর সাবান ব্যবহার প্রত্যেকবার ৩২০, মাঝে মাঝে ৬১০ ও ব্যবহার করেন না ২০৬১ জন। ভাত খাওয়ার আগে সাবান ব্যবহার করেন ২০ জন, করেন না ২৯৭০ জন। ফলে এই সংস্থা 'সাবান দিবস' পালনের উদ্যোগ নিয়েছিল। ইতিমধ্যে হাত ধোয়া দিবস পালনের ঘোষণায়, দিনটি এরা জাঁকজমক করে পালন করল। সংস্থার সম্পাদক বিশ্বজিৎ মহাকুড় স্বনির্ভর গোষ্ঠীর মহিলাদের, এদের শিক্ষা সুরক্ষা প্রকল্পের ছাত্রছাত্রীদের ৫ টাকা মূল্যের ২০০০ সাবান দিয়ে আগামী এক বছরের মধ্যে আরও ১০ হাজার সাবান দেওয়ার কথা ঘোষণা করলেন। বিশ্ব হাত ধোয়া দিবসের পরিপূরক হিসেবে একদিন 'বিশ্ব সাবান দিবস' ইউনিসেফ ঘোষণা করলে তবেই হাত ধোয়া দিবস সার্থকতা পাবে।

প্রভুদান হালদার। বাসন্তী। দক্ষিণ ২৪ পরগনা

আনন্দবাজার পত্রিকা বৃহস্পতিবার ১৬ অক্টোবর ২০০৮

'হাতধোয়া দিবস' পালন বাসন্তীতে

নিজস্ব সংবাদদাতা, বাসন্তী: 'আন্তর্জাতিক হাতধোয়া দিবস' (ইন্টারন্যাশনাল হ্যান্ড ওয়াশিং ডে) পালিত হল দক্ষিণ ২৪ পরগনার বাসন্তীতে। মহিলা ও শিশুরা সাবান দিয়ে হাত ধুয়ে দিনটি পালন করলেন জ্যোতিষপুর পঞ্চায়েতের একটি সংস্থার উদ্যোগে হাজার দু'য়েক মহিলা, পুরুষ, শিশু একত্রিত হয়েছিলেন এই উপলক্ষে। বিনা পয়সায় সংস্থার পক্ষ থেকে সাবান বিলি করা হয়। সংস্থার সম্পাদক বিশ্বজিৎ মহাকুড় বলেন, "সচেতনার অভাবে গ্রামের মানুষ হাত না-ধুয়ে অনেক সময়ে খাবার খান। হাত ধুয়ে খেতে বসার ব্যাপারে সচেতনতা বাড়াতে সাবান বিতরণ করা হল।" সংস্থার উদ্যোগে এ দিন আলোচনাচক্রেরও আয়োজন করা হয় গ্রামে। হাজির ছিলেন বাসন্তীর বিডিও প্রভাসকুমার টিকিল, স্থানীয় শিক্ষক প্রভুদান হালদার প্রমুখ। – নিজস্ব চিত্র

আইনি অধিকার - ৩৫

এক রাতের জন্য বিয়ে, সম্পর্কের মেয়াদ কনের হাতে

★ চিনে ইয়ানুন ও সিচুয়ান প্রদেশের বাসিন্দাদের মধ্যে মোসুও গোষ্ঠীতে এক অদ্ভুত প্রথা চালু আছে। এখানে এখনও 'না' নামেই নিজেদের পরিচয় দিয়ে থাকে মোসুও গোষ্ঠীর লোকেরা। শুধু তাই নয়, এই গোষ্ঠীর বৈশিষ্ট্য হল তারা মাতৃতান্ত্রিক। মোসুও গোষ্ঠীর মহিলারাই পরিবারের প্রধান। বিয়ের পর বরকে থাকতে হয় কনের বাড়িতে। একজন মহিলা চাইলে একাধিক পুরুষের সঙ্গে সম্পর্ক রাখতে পারেন। কোনও মহিলা সেখানে গর্ভবতী হলে সন্তানের পিতৃপরিচয়ের প্রয়োজন হয় না। মায়ের পরিচয়েই শিশুরা বড় হয়। বিয়ে হয় মাত্র এক রাতের জন্য। আর রাত পোহালেই ভোরবেলা কনের ঘর থেকে বেরিয়ে নিজের মায়ের বাড়িতে চলে যেতে হয় বরকে। প্রায় ৪০ হাজার মোসুও জনগোষ্ঠীর মানুষ আজও সেই রীতি মেনে চলেছে। অবশ্য পরদিন সন্ধ্যায় আবার ফিরে আসেন বর। তবে কতদিন বৈবাহিক সম্পর্ক টিকে থাকবে, সেটা ঠিক করেন নির্দিষ্ট কনে বা মহিলা। কনে যদি মনে করেন বর যোগ্য তবেই তিনি সম্পর্ক টিকিয়ে রাখেন, নয়তো ইতি।

বিভ্রান্তিকর বিজ্ঞাপনে সেলেব্রিটিদের ৫০ লাখ জরিমানা

★ বিজ্ঞাপনে মুখ দেখানো সেলিব্রেটিদের জন্য এবার কড়া বিল আনছে কেন্দ্রীয় সরকার। ওই বিলে বলা হয়েছে, কেন্দ্রীয় ক্রেতা সুরক্ষা পর্ষদ বিজ্ঞাপনে কোনও বিভ্রান্তিকর তথ্য আছে কিনা তা যাচাই করে দেখবে। কোনও বিভ্রান্তিকর তথ্য থাকলে, এই মর্মে বিজ্ঞাপনদাতা, সেলেব্রিটি যাঁরা বিজ্ঞাপনে মুখ দেখাচ্ছেন, বিজ্ঞাপনে সায় আছে এমন ব্যবসায়ী, বিজ্ঞাপন প্রচারকদের নোটিশ পাঠাবে ক্রেতা সুরক্ষা পর্ষদ। নোটিশ পাঠিয়ে সেই নির্দিষ্ট বিজ্ঞাপন বদলাতে অথবা তুলে নেওয়ার কথা বলা হতে পারে। বিচারের পর শাস্তির বিষয়টিও রাখা হয়েছে পর্ষদের হাতে। বিলে বলা হয়েছে, বিজ্ঞাপনে প্রচারিত তথ্য কতটা ভুল বা বিভ্রান্তিকর তা যাচাই করে ১০ লাখ টাকা থেকে ৫০ লাখ টাকার মধ্যে জরিমানার অঙ্ক ঘোরাফেরা করবে। বিভ্রান্তিকর বিজ্ঞাপনে মুখ দেখালে এবার সেলেব্রিটিদের ওপর ১ থেকে ৩ বছর পর্যন্ত নিষেধাজ্ঞা চাপানো হতে পারে। (৭.১.১৭)

মদে মানা

★ শ্রীলঙ্কার মেয়েরা মদ কিনতে পারবেন না। ফের জারি হল নিষেধাজ্ঞা। ১৯৭৯ সাল থেকে শ্রীলঙ্কায় চলে আসছে এই আইন। লিঙ্গ বৈষম্য প্রত্যাহার করতে হবে, এ দাবিতে দীর্ঘদিন ধরেই এর বিরুদ্ধে সরব হয়েছিল দেশের একাধিক মানবাধিকার সংগঠন। শেষে চাপে পড়ে সেই নিষেধাজ্ঞা প্রত্যাহার করা হয়। তার সঙ্গে অনেকেই অভিযোগ করেন, লিঙ্গ বৈষম্যের অজুহাতে মহিলাদের মাদকাসক্ত করতে চাইছে সরকার। ২৪ ঘন্টা কাটতে না কাটতে রাষ্ট্রপতির দপ্তর থেকে নির্দেশিকা জারি করে জানানো হয়েছে। পুনরায় আগের আইন বলবত করা হচ্ছে। তবে রাত পর্যন্ত পানশালা খোলা থাকবে। কাজেই এবার ফের পুরোনো আইন জারি হল। মহিলারা মদ্যপান করতে পারবেন, কিন্তু দোকানে কিনতে পারবেন না। (১৫.১.১৮)

জীবিকা - ১৫

৮০ হাজার পাকিস্তানি গাধা কিনছে চিন

★ চুলের পর এবার গাধা বেচেও মুনাফা করছে পাকিস্তান। চিনকে এসব বিক্রি করছে তারা। পাকিস্তানের গুরুত্বপূর্ণ গৃহপালিত প্রাণী সম্পদ গাধা বেচেই বিদেশি মুদ্রার ভাণ্ডার বাড়াচ্ছে পাকিস্তান। তিন বছরে ৮০ হাজার গাধা রপ্তানি করবে। বিনিময়ে চিন পাকিস্তানের উন্নয়ন প্রকল্পে ৩০০ কোটি ডলার বিনিয়োগ করবে। চিকিৎসা বিজ্ঞান সংক্রান্ত গবেষণার কাজে চিন ব্যবহার করবে এসব পাকিস্তানি গাধাগুলোকে। (৪.২.১৯)

হাত ধোয়ার সঙ্গে 'সাবান দিবস' পালিত হোক

দিলীপ সরদার ঃ বছরের কিছু কিছু পালনীয় দিবসের তালিকায় বাড়ল আরও একটি দিন। ইউনিসেফ এই প্রথম ১৫ অক্টোবর ২০০৮ 'বিশ্ব হাত ধোয়া দিবস' ডাক দিয়েছেন। জলবাহিত রোগে প্রতিদিন ৫০০০ শিশু বিশ্বে মারা যায়। হাত ধুয়ে খেলে ৫০ ভাগ জলবাহিত রোগ হয়না। স্বাস্থ্য ভাল না থাকলে অন্যান্য উন্নয়ন অর্থহীন হয়ে পড়ে। সুতরাং এই দিনটি পালনে সরাসরি উপকার পাওয়া যাবে। কমবে মৃত্যু হার।

'জয়গোপালপুর গ্রাম বিকাশ কেন্দ্র' হাত ধোয়া দিবসে ২০০০ সাবান বিতরণ করলো। ডেনমার্কের বাসিন্দা গণেশ সেনগুপ্তের উদ্যোগে গড়ে উঠেছে এই সংস্থা। গত এক বছর ধরে 'জীবনধারা প্রকল্পে' এঁরা জীবনযাত্রার বিভিন্ন বিষয়ে সুন্দরবনের বিভিন্ন গ্রামে সমীক্ষা করেছেন। অধিকাংশ চাষ, মাছ ধরা, দিন মজুরির মাধ্যমে জীবিকা নির্বাহ করেন। ফলে হাত 'সাবান' দিয়ে না ধুইলে নোংরা থেকেই যায়। শুধু হাত ধোয়া নয়, সাবান দিয়ে হাত ধোয়ার উপর সর্বাধিক গুরুত্ব দিয়েছেন। বাসন্তীতে বিরিঞ্চিবাড়ি গ্রামের ৬১০টি পরিবারের ২৯৯০ জনের মধ্যে সমীক্ষা চালিয়ে দেখা যাচ্ছে - পায়খানা করার পর সাবান ব্যবহার প্রত্যেকবার - ৩২০, মাঝে মাঝে ৬১০ ও ব্যবহার করেন না - ২০৬১ জন। ভাত খাওয়ার আগে সাবান ব্যবহার করেন ২০ জন, করেন না - ২৯৭০ জন। ফলে এই সংস্থা 'সাবান দিবস' পালনের উদ্যোগ নিয়েছিলেন। ইতিমধ্যে হাত ধোওয়া দিবস পালনের ঘোষণায়, দিনটি এঁরা জাঁকমজক করে পালন করলেন। সংস্থার সম্পাদক বিশ্বজিৎ মহাকুড়, স্বনির্ভর গোষ্ঠীর মহিলা, এদের শিক্ষা সুরক্ষা প্রকল্পের ছাত্রছাত্রীদের ৫ টাকা মূল্যের ২০০০ সাবান দিয়ে আগামী এক বছরের মধ্যে আরও ১০ হাজার সাবান দেওয়ার কথা ঘোষণা করলেন।

বিশ্ব হাত ধোয়া দিবসের পরিপূরক হিসাবে একদিন 'বিশ্ব সাবান দিবস' ইউনিসেফ ঘোষণা করলে তবেই হাত ধোয়া দিবস সার্থকতা পাবে। এই অনুষ্ঠানে উপস্থিত ছিলেন ডেনমার্কের ইয়েটা ও মারিয়ানা। সাংবাদিক জয়দেব দাস, শিক্ষক পরিমল ভৌমিক প্রমুখ।

(আজকের বসুন্ধরা, নভেম্বর ২০০৮-এ প্রকাশিত)

AAJKER BASUNDHARA ◆ VOL.-8, NO. 12 ◆ OCTOBER 2019 ◆ MONTHLY
◆ REGD. RNI NO. WBBEN/2011/41525 ◆ RS. 2.00

আনন্দ সংবাদ

মৎস চাষি ভাইদের জন্য সু-খবর

আনন্দ সংবাদ

জয়গোপালপুর গ্রাম বিকাশ কেন্দ্র পরিচালিত
মা সারদা মৎস হ্যাচরি থেকে উন্নত গুণমানের মাছের পোনা পাওয়া যাচ্ছে

রুই, কাতলা, মৃগেল, বাটা, কালবোউস

(ডিমপোনা, ধানীপোনা, দেশী কই, মাগুরের পোনা)

বিশেষ বৈশিষ্ট্য ঃ অল্প খাবারে তাড়াতাড়ি বাড়ে ও স্বাদ খুব ভালো

ঃ যোগাযোগ ঃ

জয়গোপালপুর গ্রামবিকাশ কেন্দ্র

জয়গোপালপুর, বাসন্তী, দঃ ২৪ পরগনা

ফোন নং - ৯৭৩২৯০৪৯৩৫, ৮০১৬৩৭৭৪৬৬, ৯৭৩২৭১৬৯২৬

প্রচ্ছদ - দিব্যেন্দু মণ্ডল, পোষ্ট ও গ্রাম - জ্যোতিষপুর, থানা - বাসন্তী, দক্ষিণ ২৪ পরগনা। ফোন - ৮৬০৯৯৭১৭৭৩

● PRINTED, PUBLISHED & OWNED BY BISWAJIT MAHAKUR ● PRINTED AT SUSENI PRINTERS ● VILL. - GHUTIARY SHARIP, P.O. - BANSRA, SOUTH 24 PARGANAS ● PUBLISHED AT JOYGOPALPUR, P.O. - J.N.HAT, P.S. - BASANTI, DIST.- S.24 PARGANAS, PIN - 743312 ● PH - 8436644591, 8926420134
● e-mail : prabhuhaldar@gmail.com ●
EDITOR : PRABHUDAN HALDAR