



গুৱাহাটী (০৩৬১) ২২৬১৯২৩
চাৰ্কলেশ্বৰী : ম'বাইল : ৮৪৮৬৯৮০২৮১
বিজ্ঞাপন : ম'বাইল : ৯৮৬৪৮৯১১৭৫
যোৰহাট : (০৩৭৬) ২৩৭১৮৯৫, তেজপুৰ : (০৩৭১২) ২২১৫৫১, ডিব্ৰুগড় : (০৩৭৩) ২৩২৭৮৫৫
হোৱাটছঅপ : ৭৬৩৮০৫৮০৫৪ (সম্পাদনা)
agradoot@gmail.com
editor.agradoot@gmail.com
■ কাকত নাপালে ফোন কৰক : ৯১০১২-৩৮০০৩

অগ্রদূত

www.dainikagradoot.in

৭ গ্ৰন্থমেলাই গ্ৰন্থৰ জনপ্ৰিয়তা বৃদ্ধি কৰেনে?
১৫ আজিৰে পৰা ভাৰত-দক্ষিণ আফ্ৰিকাৰ প্ৰথম টেষ্ট

৪ প্ৰাণ আছে
জীৱন নাই

RNI-Regd No. 62953/96 ■ সপ্তবিংশতিতম বছৰ ■ ৮০তম সংখ্যা ■ গুৱাহাটী ■ দেওবাৰ ১০ পুহ ১৪২৮ আৰুবাৰ ২৬ ডিচেম্বৰ ২০২১ চন ■ DAINIK AGRADOOT ■ Guwahati ■ Sunday 26 December 2021 মূল্য : ৯.০০ টকা

প্ৰায় নিৰপেক্ষ

ধীমান সিন্‌হাৰ
পষেকীয়া কলম

(১) ইমান নিৰাসক্ত



২০০০ৰ পাছৰ পৰা ভোটদাতা জনগণ ইমান ৰাজনৈতিকভাৱে নিৰাসক্ত বা বন্ধমূলত চলিল যে ৮০-৯০ আনকি ৯০ৰ শেষলৈকে যি জীৱন্ত ৰাজনৈতিক চেতনা আছিল বা দৈনিক ঘটনাক্ৰমৰ সৈতে গুৰুপ্ৰোত সম্পৰ্ক বা ৰাজনৈতিক নায়ক আৰু ঘটনা প্ৰবাহে ব্যক্তিগতভাৱে নিজৰ মন গহনক ছুই মোৰাৰ প্ৰবণতা আছিল, সেয়া ২০০০ৰ পাছৰ পৰা নাই বুলিলেই হয়। অপ্ৰিয় সত্য ১০ পৃষ্ঠাত চাওক

নিৰ্বাচনত
প্ৰতিদ্বন্দ্বিতাৰ
লক্ষ্যৰে দল
গঠন সংযুক্ত
কিষণ মৰ্চাৰ

ষ্টাফ ৰিপৰ্টাৰ
গুৱাহাটী, ২৫ ডিচেম্বৰ : সংযুক্ত
কিষণ মৰ্চাৰ নেতৃত্বত চলা
একছৰীয়া কৃষক আন্দোলনত পূৰ্বৰ
স্থিতি সলনি কৰি কেন্দ্ৰীয় চৰকাৰে
তিনিখন বিতৰ্কিত কৃষি আইন
বাতিল কৰাৰ এমাহ নৌহওঁতেই
আন্দোলনকাৰী ২২টা কৃষক
সংগঠনে আজি এক নতুন
ৰাজনৈতিক দলৰ জন্ম দিয়ে।
সমাগত পঞ্জাৰ ১০ পৃষ্ঠাত চাওক

ৰাজ্যত পুনৰ নৈশ সাক্ষ্য আইন

■ অ'মিক্ৰন সন্দৰ্ভত ৰাজ্য চৰকাৰৰ নতুন নিৰ্দেশনা ■ আজিৰে পৰা নিশা ১১-৩০ৰ পৰা পুৱা ছয় বজালৈ সাক্ষ্য আইন
নিশা ১০-৩০ বজাৰত বন্ধ হ'ব সকলো দোকান-পোহাৰ, কাৰ্যালয় ■ ৩১ ডিচেম্বৰৰ নিশা প্ৰযোজ্য নহ'ব সাক্ষ্য আইন ■ ধৰ্মীয়
অনুষ্ঠানত দুপালি প্ৰতিবেশক লোৱাসকলেহে প্ৰৱেশ কৰিব পাৰিব ■ মাস্ক পৰিধান নকৰা লোকক এহেজাৰ টকা জৰিমনা



■ প্ৰয়াত প্ৰধানমন্ত্ৰীৰ জন্মদিন উদযাপনত মুখ্যমন্ত্ৰী হিমন্ত বিশ্ব শৰ্মা

ৰাজপেয়ী চৰকাৰৰ কাৰ্যকালতে
বৃদ্ধি পাইছিল উত্তৰ-পূৰ্বাঞ্চলৰ গুৰুত্ব

ষ্টাফ ৰিপৰ্টাৰ
গুৱাহাটী, ২৫ ডিচেম্বৰ : দেশৰ প্ৰয়াত প্ৰধানমন্ত্ৰী
অটল বিহাৰী বাজপেয়ীৰ অসম তথা উত্তৰ-পূৰ্বাঞ্চলৰ
প্ৰতি অতি মৰম আছিল আৰু ৰাজপেয়ী চৰকাৰৰ
প্ৰথমটো কাৰ্যকালৰ পৰাই উত্তৰ-পূৰ্ব দেশৰ ভিতৰত
অধিক গুৰুত্ব লাভ কৰিবলৈ সক্ষম হৈছিল। আজি
প্ৰয়াত প্ৰধানমন্ত্ৰীজনৰ ওপজা দিনত সমগ্ৰ দেশৰ

লগতে ৰাজ্যিক বিজেপিৰ উদ্যোগত দীঘলীপুখুৰীৰ
পাৰত উদযাপিত 'সু-শাসন' দিবসত অংশগ্ৰহণ কৰি
ৰাজ্যৰ মুখ্যমন্ত্ৰী মুখ্যমন্ত্ৰী ড° হিমন্ত বিশ্ব শৰ্মাই এইদৰে
কয়। উত্তৰ-পূৰ্বৰ উন্নয়নৰ বাবে প্ৰয়াত প্ৰধানমন্ত্ৰীজনৰ
উদ্যোগতে উত্তৰ-পূৰ্ব মন্ত্ৰালয় গঠন হৈছিল বুলি
মুখ্যমন্ত্ৰী ড° শৰ্মাই সদৰী কৰি কয় যে দেশৰ সম্পদৰ
ওপৰত উত্তৰ-পূৰ্বৰ অধিকাৰৰ ১০ পৃষ্ঠাত চাওক

অগ্ৰদূত বাৰ্তা
কলিয়াবৰ, ২৫ ডিচেম্বৰ :
কৰ'নাৰ নতুন প্ৰজাতি অ'মিক্ৰনে
সম্প্ৰতি বিশ্বজুৰি গ্ৰাসৰ সৃষ্টি
কৰিছে। ইতিমধ্যেই বহু দেশলৈ
বিয়পি তৃতীয় টোৰ আশংকা বৃদ্ধি কৰিছে এই
অ'মিক্ৰনে। এনে পৰিস্থিতিত সমগ্ৰ দেশৰ
লগতে ৰাজ্য চৰকাৰেও ইয়াৰ মোকাবিলাৰ



বাৰে সাজু হৈছে। কাইলৈৰ
পুৰাৰ পৰা প্ৰযোজ্য হোৱাকৈ
ৰাজ্য চৰকাৰে আজি জাৰি
কৰিলে ক'ভিড সম্পৰ্কীয় নতুন
নীতি-নিৰ্দেশনা। কাইলৈৰ নিশাৰ
পৰাই ৰাজ্যৰ সকলো স্থানতে প্ৰযোজ্য হ'ব
নৈশ সাক্ষ্য আইন। আজি অতিমাত্ৰী কৰ'নাৰ
নতুন ৰূপ অ'মিক্ৰন সন্দৰ্ভত ১০ পৃষ্ঠাত চাওক

মহানগৰীত
দৈনিক গড়ে
এজন লোকে
কৰে আত্মহত্যা

চলিত বৰ্ষৰ ৩৫৪ দিনত
৩৭৩টা আত্মহত্যাৰ ঘটনা
ষ্টাফ ৰিপৰ্টাৰ
গুৱাহাটী, ২৫ ডিচেম্বৰ : দৈনিক
এটাৰ পাছত আন এটা
অপৰাধমূলক ঘটনাই জোঁকাৰি
গৈছে গুৱাহাটী মহানগৰীক।
এইবাৰ চলিত বৰ্ষতে ৩৭৩টা
আত্মহত্যাৰ ঘটনা মহানগৰীত
সংঘটিত হোৱাৰ উদ্যোগক তথা
পোহৰলৈ আহিছে। গুৱাহাটী
মহানগৰীৰ আৰক্ষী আয়ত্মালয়ে
সদৰী কৰা তথা ১০ পৃষ্ঠাত চাওক

বিশ্বৰ ৩৫খন দৰিদ্ৰ দেশৰ তালিকাৰ পৰা
ভাৰত মুক্ত হ'ব নোৱাৰাটো দুৰ্ভাগ্যজনক

আত্মমৰ্যাদাহীন
জাতিয়ে বিকাশ লাভ
কৰিব নোৱাৰে



ষ্টাফ ৰিপৰ্টাৰ
গুৱাহাটী, ২৫
ডিচেম্বৰ :
'অসমৰ যুৱ
চাম, যাক আমি
অৰ্থনৈতিক
বুনিয়াদ নিৰ্মাণৰ
ক্ষেত্ৰত অন্যতম
কাৰ্যক্ষম মানৱ সম্পদ বুলি গণ্য কৰো, তেওঁলোকৰ এচামে আজি
সতীয়া ধনৰ পাছত দৌৰিছে। অসমৰ জাতীয় দল- ১০ পৃষ্ঠাত চাওক

১০ জানুৱাৰীৰ
পৰা বুস্তাৰ
ড'জ দিয়া হ'ব
ঃ প্ৰধানমন্ত্ৰী
তিনি জানুৱাৰীৰ পৰা ১৫-
১৮ বছৰীয়াৰ প্ৰতিবেশক
নিউজ
বু'ব
নতুন
দিৱী, ২৫
ডিচেম্বৰ :
নৱবৰ্ষৰ
প্ৰথম সপ্তাহৰ পৰাই ক'ভিড-
১৯ৰ বিৰুদ্ধে নতুন ৰূপত যুদ্ধ
আৰম্ভ কৰিব ভাৰতে। ক'ভিডৰ
নতুন ৰূপ ১০ পৃষ্ঠাত চাওক

ভাষণ দি থকা
অৱস্থাতে মৃত্যু
অবড়ো নেতাৰ

অগ্ৰদূত বাৰ্তা
জলাহ, ২৫ ডিচেম্বৰ : সভাত
ভাষণত অৱস্থাতে আজি মৃত্যুক
আঁকোৱালি লয় অবড়ো সুৰক্ষা
সমিতিৰ এজন নেতা। এই ঘটনাই
আজি বাগসা জিলাত শোকৰ ছাঁ
পেলায়। আকস্মিকভাৱে চলি পৰি
মৃত্যু হোৱা স্থানীয় নেতাজন হৈছে
চৰাইমাৰীৰ বাণীমণিৰ হুইস্কুলৰ
অৱসৰপ্ৰাপ্ত ১০ পৃষ্ঠাত চাওক

INDIA'S LARGEST SELLING HERBAL BODY OIL

Hahnemann's
jac
OLIVOL
AN EFFECTIVE HERBAL
BODY OIL

মইশ্চাৰাইজাৰ নহয়!
মোক লাগে বডি অইল!!
'জেক অলিভল'

জেক অলিভল হাৰ্বেল বডি অইল আয়ুৰ্বেদৰ এক
অনন্য আবিষ্কাৰ। শুকান ছালৰ বাবে Italian Olive Oil
যুক্ত এই তেল মইশ্চাৰাইজাৰতকৈও ভাল। লেনোলিন
তথা আয়ুৰ্বেদিক ভেষজ গুণ সমৃদ্ধ এই তেলত আছে
অৰ্জুন, দাৰুহৰিদ্ৰা, মনজিষ্ঠা, নিম্ব ইত্যাদি আৰু Italian
Olive Oil যিয়ে মোক দিয়ে স্বাস্থ্যোজ্জ্বল কোমল দাগহীন
ছাল। সম্পূৰ্ণ শৰীৰত সামান্য মালিচতে শৰীৰৰ সকলো
বিষ, গাঁঠিৰ বিষ, আঁঠুৰ বিষ দূৰ হয়। সৰু-সুৰা গোৰাত
অন্তেষ্ট কাৰ্যক্ষম আৰু কঁপিত হ'বলৈ দিয়ে।

জেক অলিভল হাৰ্বেল বডি অইল
প্ৰতিদিনে মাত্ৰ ৫ মিনিটৰ পৰিচৰ্যা।
যিয়ে আপোনাক দিয়ে সুন্দৰ,
সুস্থ, উজ্জ্বল আৰু কোমল ছাল।

- শীতকালত ♠ স্নানেৰ পাছত
- গ্ৰীষ্মকালত ♠ স্নানেৰ আগত

FOR SOFT, SMOOTH,
GLOWING & HEALTHY SKIN
With Italian Olive Oil
jac
OLIVOL
AN EFFECTIVE HERBAL
BODY OIL
Net 200 ml

NOW IN
NEW PACK

Manufactured with
IMPORTED
ITALIAN
OLIVE OIL

Rashmoy Das
(AYURVEDA RATNA)
Creator of the Brand
jac
OLIVOL
BODY OIL

গোটেই বছৰ যৌবনেভৰা স্বাস্থ্যোজ্জ্বল কোমল দাগহীন ছাল



বেদৰতী বোৰী
আজি প্ৰথম মৃত্যু
বাৰ্ষিকীত আপোনাক
শ্ৰদ্ধাৰে সুঁৰবিছো।

LOST
I have lost my
Registration Certificate of
A.H.S.E.C Regd No-
93605, year 1992-93.

জ্যোতিষী
আপোনাক যিকোনো সমস্যা যিমান
কঠিন নহওক কিয় বা জটিল
নহওক, ১০০% guarantee সহ
সমাধান পাবই।

ASTROLOGY/জ্যোতিষী
ত্ৰিকাল মহাভৈৰৱ তন্ত্ৰ কেন্দ্ৰ
আচল বন্ধৰ ৰাজতান্ত্ৰিক ৰহস্যসমূহ
অসমত সৰ্বপ্ৰথম একমাত্ৰ ১০টা
বিদ্যালয় দ্বাৰা একেলগে, একে
ঠাইত সঞ্চালিত, বিশেষজ্ঞ
সকলে সমস্যাৰ গোৰ্খাযুক্ত
সমাধান।

ASTROLOGY/জ্যোতিষী
ত্ৰিকাল মহাভৈৰৱ তন্ত্ৰ কেন্দ্ৰ
আচল বন্ধৰ ৰাজতান্ত্ৰিক ৰহস্যসমূহ
অসমত সৰ্বপ্ৰথম একমাত্ৰ ১০টা
বিদ্যালয় দ্বাৰা একেলগে, একে
ঠাইত সঞ্চালিত, বিশেষজ্ঞ
সকলে সমস্যাৰ গোৰ্খাযুক্ত
সমাধান।

কিৰো ইয়াং
জি. এছ. বোত, মণিপুৰী বস্তী, ওদাহাটী-৭
☎ : ২৫২১১০২, ৯৯৫৭১-১১৭১

১০ পূহ বৰিবাৰ ২৬ ডিচেম্বৰ
সূৰ্যোদয় ৫ ঘণ্টা ১১ মিনিট, সূৰ্যাস্ত ৫ ঘণ্টা ১৩ মিনিট।
তিথি ৫ কৃষ্ণ সপ্তমী,
দং ২৩ ১২ ১৪ ১৫ ১৬ ১৭ ১৮ ১৯ ২০ ২১ ২২ ২৩ ২৪ ২৫ ২৬ ২৭ ২৮ ২৯ ৩০
সোঁতাগা, দং ৫৯ ১০২২১ শেৰ ৰাৱণ ৫ ৪৯ ৯। কৰণ ৫ বৰ। জন্মত ৫
সিংহবাশি, ক্ষয়িৰ্যবৰ্ণ, মতাভ্ৰৱে বৈশাৰ্যবৰ্ণ, মনুবাগণ, গৰুৰ অছি
বায়ুযোগ, অষ্টোত্তৰী মঙ্গল, বিংশোত্তৰী ৰবিৰ দশা, প্ৰাতঃঘণ্টা ৭ ১৩৯ ১২৫
যোৰাত কন্যাৰাশি, শুভবৰ্ণ মতাভ্ৰৱে বৈশাৰ্যবৰ্ণ, ৰাঘ ১ ১৪৫ ১০০ যোৰাত
দেৱগণ, মহিষৰ অছি, অষ্টোত্তৰী বুধ, বিংশোত্তৰী চন্দ্ৰৰ দশা। আদ্যাত্ম
হ'লৈ ৫ সাতদিনীয়া কাণ্ড যোগ, ৰাঘ ১ ১৪৫ ১০০ যোৰাত ১৫ দিনীয়া
বেশ্যা যোগ। মৰণত দোষ ৫ পূৰ্ণদোষ, ঘণ্টা ১২৮ ১৫ যোৰাত ত্ৰিপদ, ৰাঘ ১
১৪৫ ১০০ যোৰাত এপদ। যোগিনীঃ বায়ুকোনত ঘণ্টা ৩ ১২৮ ১৫ যোৰাত
ঈশানত। যাত্ৰা ৫ শুভ নক্ষত্ৰামৃতযোগে, পশ্চিমত নাই, ঘণ্টা ৩ ১২৮ ১৫
যোৰাত নাই, চন্দ্ৰদক্ষা দোষ। শুভকৰ্ম ৫ জাতকৰ্ম, নামকৰণ, নতুন
কাপোৰ লোৱা, বস্ত্ৰাদিধাৰণ, জলাশয়ৰত্ন, দোকান-নাট্যৰত্ন, নাওযাত্ৰা,
নাওগঠন, আৰোগ্যমান, গ্ৰহপূজা, শাস্ত্ৰস্বত্ৰায়ন, হালযাত্ৰা, গুচিসিঁতা,
মথানাদ, ক্ৰম-বিভিন্ন, উৎসৱকৰণ আৰু সেৱা। ভক্ষ্যভক্ষ্য ৫ তাল, ঘণ্টা ৩।
২৮ ১৫ যোৰাত নাৰিকল, মাছ-মাংস খোৱা, নিষেধ।

মেঘ ৫ মধ্য যোগযোগ। বন্ধ-বান্ধৱৰ পৰা উৎসাহ পাব। কোনো
মাংগলিক কৰ্মত কোনোৱে ব্যস্ত হৈ পৰিব পাৰে। আপুনি ভৱিষ্যতৰ
আঁচনি প্ৰস্তু কৰাৰ কথা তাক। দাম্পত্যত সাধাৰণ উৎকণ্ঠ।
বুধ ৫ শৰীৰ মন ভাৱেৰে ৰবাৰ যত্ন কৰক। অনাহক বা হকেই হওক ধৈৰ্য
ধৰি সমস্যা নিয়ন্ত্ৰিত কৰক। আৰ্থিকত অলস চিন্তা থাকিব। ঘৰুৱা
লোকৰ লগত বৰ বুজাবুজি থাকিলেও সন্তুষ্ট নহ'ব।
মিথুন ৫ কৰ্মস্থানত বাহা নাগাৰ যদিও একেবাৰে নিশ্চিত হ'ব নালাগে।
দুটা-এটা যুক্তিপূৰ্ণ কথা নিজৰ ব্যক্তিত্ব দেখুৱাব পাৰিব। খৰপ-পাতি
বৃদ্ধিৰ কাৰক। দাম্পত্যত মধ্যম। বিদ্যাত ভয় কম।
কৰ্কট ৫ আৰ্থিক উন্নতিৰ সুযোগ। কোনো অৰ্থকাৰী দিশত যোগাযোগ
কৰি উৎসাহিত হ'ব পাৰে। পাৰিপাৰ্শ্বিক লৈ বেছি চিন্তা নকৰিব।
সন্তান, দাম্পত্য, কৰ্মদিত সাধাৰণ ক্ৰেণ। ঘৰুৱাত মধ্যম।
সিংহ ৫ প্ৰায় শুভ দিন। কিন্তু জীৱনত গুৰু দুৰ্বল থাকিলে প্ৰাপ্ত সুযোগৰ
পৰা সামান্য হ'লে নিৰাশ হ'ব। সামগ্ৰিকভাৱে আপুনি বিভিন্ন
যোগাযোগত উৎসাহ পাব। বিদ্যাত মন দিলে সুনাম হ'ব।
কন্যা ৫ মনোজ কথাৰ বাবে আনন্দিত হ'ব। কৰ্মস্থানত বেয়া নহ'ব।
কোনো স্পষ্টবাৰীৰ বাবে অলপ অসুবিধা আহিব যদিও পাছত খুব
বেয়া নহ'ব। দাম্পত্যত মধ্যম। পঢ়া-শুনাত মন দিয়ক।
তুলা ৫ তুলনামূলকভাৱে বিচিত্ৰ যোগাযোগ হ'ব পাৰে। তাৰ ভিতৰত
অনুকূলৰ মাত্ৰা বেছি। বাৱসায়িক দিশত মনোভাৱ থাকিব। প্ৰেমত শুভ।
দাম্পত্যত অসুস্থ। বিদ্যাত গভীৰ গতি।
মৃগশিৰা ৫ অহিংস সম্পৰ্কীয় কামত বেছি মনোযোগ নিদিব। কিন্তু চলি থকা
মামলাদিত নজৰ দিয়ক। পাৰিলে দৰকাৰী কাম সমাধান কৰক।
মীন ৫ আৰ্থিকত মোটামুটি। তাৰ মাজতে চোৰ, ডকাইতি সংকটৰ বাবেও
সচেতন থাকক। বিদ্যাত মনোভাৱ নহ'ব। দাম্পত্যত মধ্যম।
মকৰ ৫ ভৱি-শুনি কামত আত্মবিশ্বাস। সহজতে আনৰ কথাক বিশ্বাস
নকৰিব। ভুল-সংলগ্নত অনুগামী হ'লে ক্ষতি। বিদ্যাত অৱশ্যে বেয়া
ন'হ'ব। বাৱসায়-বাণিজ্যত মজলীয়া ফল। দাম্পত্যত শুভ।
কুন্ত ৫ কৰ্মস্থানত জটিলতা কম পাব। হঠাৎ শৰীৰে কিছু আমনি কৰিব
পৰে। দাম্পত্যত বুজা পৰাৰে চলিব পাৰিব। সন্তান কথাত সাধাৰণ
উৱেগ। অস্বাস্ত সতৰ্ক হওক। প্ৰেমত আত্মবিশ্বাস।
মীন ৫ প্ৰিয় সংগৰ স'তে আনন্দ লাভ। কিন্তু মাত্ৰাধিকত সাৱধান।
বিদ্যাদিত যতে বাঘাত নথটে। সন্তানৰ কৰ্মদিত আনন্দ প্ৰাপ্তি।

বৰপেটা জিলা নিৰ্বাচনী বিভাগৰ
উদ্যোগত ভোটাৰ সজাগতাৰ আয়োজন
জিলাভিত্তিক সংগীত-নৃত্য-ফুটবল প্ৰতিযোগিতাৰ আয়োজন

বিশেষ সংবাদদাতা
বৰপেটা, ২৫ ডিচেম্বৰ ৫ অসম
ৰাজ্যত যুৱ প্ৰজন্ম আৰু সন্ত্ৰায়
আগন্তুক ইংৰাজী নৱবৰ্ষৰ ২৫
জানুৱাৰীত ৰাষ্ট্ৰীয় ভোটাৰ দিবসৰ
আয়োজন কৰিছে। এই উপলক্ষে
যুৱ প্ৰজন্মক নৈতিক ভোটদানৰ
প্ৰতি আকৰ্ষিত কৰাৰ লগতে
ভোটাৰৰ মাজত সজাগতা সৃষ্টিৰ

SWIFT SERVICE
We help you for medical
treatment in any hospital
of Kolkata, Bangalore,
Mumbai, Delhi, Chennai,
Hyderabad etc. places.
Swift Services
(EX Servicemen
Enterprise)
Kolkata-7890871359

AFFIDAVIT
I BITU BORUAH, S/O-
Maneswar Boruah, Vill &
P.O-Habibarangabari,
Dist-Morigaon, Assam, do
herby declared by an
affidavit before Notary
Morigaon on 13-12-2021
that, BITU BORUAH and
PUNA BORUAH is one
and same person having
single identity i.e. myself.

নাম শুধৰণি
মোৰ সকলো নথিপত্ৰতে Sadim
Ali Sheikh বুলি উল্লেখ আছে।
কিন্তু মোৰ B.A Passed
Provisional Certificate
(G.U.T) Mohammad
Sadim Ali Sheikh হৈ আছে।
সেয়ে বিলাসীপাৰা নাটীয়া
আদালতযোগে মোৰ নাম Sadim
Ali Sheikh কৰিলো।
Sadim Ali Sheikh
Vill-Gobardhanpara
P.O & P.S.-Bilasipara

উদ্দেশ্যে এলানি বিশেষ কাৰ্যসূচী
হাতত লৈছে। উল্লেখ্য যে সমগ্ৰ
ৰাজ্যত যুৱ প্ৰজন্ম আৰু সন্ত্ৰায়
ভোটাৰসকলক নৈতিক ভোটদানৰ
প্ৰতি আকৰ্ষিত কৰিব পৰাকৈ
ব্যাপক প্ৰচাৰ কাৰ্যসূচীৰ বাবে
প্ৰতিযোগিতাসমূহত যুৱ প্ৰজন্মক
ব্যাপক হাৰত অংশগ্ৰহণ কৰিবলৈ
তথা নৃত্য প্ৰতিযোগিতা সাধুৰি
'সজাগ ভোটাৰ প্ৰতিযোগিতা'ত
অনুষ্ঠিত কৰা হ'ব। সেই অনুসৰি
বৰপেটা জিলা নিৰ্বাচনী বিভাগৰ
উদ্যোগত ভোটাৰ সজাগতাৰ
উদ্দেশ্যে জিলা ভিত্তিক আধুনিক
সংগীত, আধুনিক নৃত্য তথা
ফুটবল প্ৰতিযোগিতাৰ আয়োজন
কৰা হৈছে বুলি জিলা নিৰ্বাচনী
বিভাগজনে মন্তব্য কৰিছে। তিতিটো
প্ৰতিযোগিতা দুটা শাখাত অনুষ্ঠিত

শ্ৰীৰামপুৰত অৰুণাচলী
সুৰা ভৰ্তি ইনোভা গাড়ী
জব্দ ৫ দুজনক আটক

অগ্ৰদূত বাৰ্তা
শ্ৰীৰামপুৰ, ২৫ ডিচেম্বৰ ৫ গোসাইগাঁও মহকুমাৰ শিমুলটাপু আৰক্ষী চকীৰ
অন্তৰ্গত শ্ৰীৰামপুৰত ৩১ নম্বৰ (গে) ৰাষ্ট্ৰীয় ঘাইপথত কালি সন্ধিয়া
আৰক্ষীয়ে তালোচী অভিযান চলাই এ এছ ০১ এ কিউ ৭৩৫৯ নম্বৰ এখন
ইনোভা গাড়ীসহ বৃহৎ পৰিমাণৰ অৰুণাচলী সুৰা জব্দ কৰাৰ লগতে দুজন
যুৱকক আটক কৰে। পুত্ৰ যুৱক দুজন বঙাইগৰাৰ ভাওলাগৰি নিবাসী ছলিম
উদ্দিন (৩০) আৰু সুদৰ্শন ঘোষ (২৫)। অৱৈধ বাৱসায়ীয়ে ন ন কৌশল
অৱলম্বন কৰি অৱৈধ তথা নিষিদ্ধ সামগ্ৰী সৰবৰাহ কৰাৰ প্ৰতি লক্ষ্য ৰাখি
অসম-ৰংগে সীমান্তত আৰক্ষীয়ে সুৰুকা ব্যৱস্থা কটকটীয়া কৰি তুলিছে। সেই
মতে শিমুলটাপু আৰক্ষীয়ে বিয়লি শ্ৰীৰামপুৰত ৩১ নম্বৰ ৰাষ্ট্ৰীয় ঘাইপথত
নিয়মিত তালোচী চলাই থকাৰ সময়তে সন্ধিয়াৰ ভাগত ইনোভা গাড়ীখন
তালোচী চলাতে ৭৫ কাৰ্টন অৰুণাচলী সুৰা উদ্ধাৰ হয়। বৰপেটাৰ পৰা
পশ্চিমবংগ অভিমুখে গৈ থকা গাড়ীখনত উদ্ধাৰ হোৱা সুৰাৰ বজাৰ মূল্য
লক্ষাধিক টকা হ'ব বুলি আৰক্ষীয়ে অনুমান কৰিছে। জব্দকৃত সুৰাসমূহ
শিমুলটাপু আৰক্ষী চকীত ৰখাৰ লগতে পুত্ৰ যুৱকদ্বয়ক আৰক্ষীয়ে জেৰা
চলাই আছে।

প্ৰতিভাৰ জৰিয়তে আকাশ চুবৰ হেঁপাঁহ
কুসুমটলাৰ সু-কন্যা আৰুখ্যা প্ৰিয়মৰ
নৃত্য প্ৰদৰ্শনেৰে শ্ৰেষ্ঠ বঁটা লাভ

অগ্ৰদূত বাৰ্তা
নদুৱাৰ, ২৫ ডিচেম্বৰ ৫ বিভিন্ন প্ৰতিভাৰ জৰিয়তে আকাশ চুবৰ হেঁপাঁহ
জামুগুৰিহাট কুসুমটলা নিবাসী বিতুলন হাজৰিকা আৰু কন্যাগী কোঁৱৰ
হাজৰিকাৰ সু-কন্যা আৰুখ্যা প্ৰিয়ম হাজৰিকাৰ নৃত্যৰ লগতে সাংস্কৃতিক
ক্ষেত্ৰখনত কম বয়সতেই নিজকে প্ৰতিষ্ঠা কৰিবলৈ সক্ষম হৈছে আৰুখ্যা
প্ৰিয়ম। তিনি বছৰৰ পৰাই পিতৃ-মাতৃৰ অৱৰোধত নৃত্যৰ প্ৰশিক্ষণ লৈ
বিভিন্ন মঞ্চত নৃত্য পৰিবেশন কৰি প্ৰশংসা বুটিলিবলৈ সক্ষম হৈছে।
তলাবন্ধৰ সমাজছোৱাত বিদ্যালয়সমূহ বন্ধ হৈ পৰাত নিজৰ পঢ়া-শুনাৰ
উপৰি আৰুখ্যাই আজিৰ সময়ত ঘৰতে আৰম্ভ কৰি কন্যাপটীয়াৰে নৃত্যৰ
অনুশীলন অৱ্যাহত ৰাখিছিল। পাঁচ বছৰীয়া আৰুখ্যাই নৃত্য প্ৰদৰ্শন কৰি
অসমৰ বিভিন্ন প্ৰান্তত বহুকেইটা বঁটাৰ লগতে নিউটন হাজৰিকাৰ
পৰিচালনাত সংস্কৃতি সংগমন দ্বাৰা আয়োজন কৰা গুৱাহাটী শিল্পখন
প্ৰেক্ষাগৃহত অল অসম ভিত্তিত নৃত্য প্ৰতিযোগিতাত অংশগ্ৰহণ কৰি শ্ৰেষ্ঠ
বঁটা লাভ কৰিছে।

শব্দ-বুধ ৫ ২৬ ডিচেম্বৰ ২০২১

Word puzzle grid with clues in Assamese. Includes a grid of numbers and letters to be filled in based on the clues provided.

পৰ্যায়লৈ ৫
১। পুৰাতন, বিপ্লৱ,
শব্দৰূপ (২)
২। শিশুৰ প্ৰতিভা কৰ্ম
৩। অক্ষয় কুমৰ দিল্লী
৪। হেৰা হেৰা হাৰ (২)
৫। মনোৰম, গাভী,
মিষ্টিৰ গন্ধৰূপ (৩)
৬। এটা বস্তুৰ মাজে
মিষ্টি বিহীন (৩)
৭। নিচিনা ৰূপে দৰ্শিত
কৰা জোহন, দাবাত
স্বৰ্গী (৩)
৮। পুৰাতন, আদি
পৰ্যায়লৈ গুৰুত্ব
৯। মনোৰম কৰ্ম (২)
১০। কিনি লোৱা সদৰ
১১। পুৰাতন ৩৭ টালি
১২। শিশুৰ প্ৰতিভা কৰ্ম
১৩। মনোৰম কৰ্ম (২)
১৪। পুৰাতন, আদি
পৰ্যায়লৈ গুৰুত্ব
১৫। মনোৰম কৰ্ম (২)
১৬। পুৰাতন, আদি
পৰ্যায়লৈ গুৰুত্ব
১৭। মনোৰম কৰ্ম (২)
১৮। পুৰাতন, আদি
পৰ্যায়লৈ গুৰুত্ব
১৯। মনোৰম কৰ্ম (২)
২০। পুৰাতন, আদি
পৰ্যায়লৈ গুৰুত্ব
২১। মনোৰম কৰ্ম (২)
২২। পুৰাতন, আদি
পৰ্যায়লৈ গুৰুত্ব
২৩। মনোৰম কৰ্ম (২)
২৪। পুৰাতন, আদি
পৰ্যায়লৈ গুৰুত্ব
২৫। মনোৰম কৰ্ম (২)
২৬। পুৰাতন, আদি
পৰ্যায়লৈ গুৰুত্ব

২৫ ডিচেম্বৰ ২০২১ সংখ্যাৰ উত্তৰ ৫
পৰ্যায়লৈ ৫
১। পুৰাতন, আদি
পৰ্যায়লৈ গুৰুত্ব
২। মনোৰম কৰ্ম (২)
৩। কিনি লোৱা সদৰ
৪। পুৰাতন ৩৭ টালি
৫। মনোৰম কৰ্ম (২)
৬। পুৰাতন, আদি
পৰ্যায়লৈ গুৰুত্ব
৭। মনোৰম কৰ্ম (২)
৮। পুৰাতন, আদি
পৰ্যায়লৈ গুৰুত্ব
৯। মনোৰম কৰ্ম (২)
১০। পুৰাতন, আদি
পৰ্যায়লৈ গুৰুত্ব
১১। মনোৰম কৰ্ম (২)
১২। পুৰাতন, আদি
পৰ্যায়লৈ গুৰুত্ব
১৩। মনোৰম কৰ্ম (২)
১৪। পুৰাতন, আদি
পৰ্যায়লৈ গুৰুত্ব
১৫। মনোৰম কৰ্ম (২)
১৬। পুৰাতন, আদি
পৰ্যায়লৈ গুৰুত্ব
১৭। মনোৰম কৰ্ম (২)
১৮। পুৰাতন, আদি
পৰ্যায়লৈ গুৰুত্ব
১৯। মনোৰম কৰ্ম (২)
২০। পুৰাতন, আদি
পৰ্যায়লৈ গুৰুত্ব
২১। মনোৰম কৰ্ম (২)
২২। পুৰাতন, আদি
পৰ্যায়লৈ গুৰুত্ব
২৩। মনোৰম কৰ্ম (২)
২৪। পুৰাতন, আদি
পৰ্যায়লৈ গুৰুত্ব
২৫। মনোৰম কৰ্ম (২)
২৬। পুৰাতন, আদি
পৰ্যায়লৈ গুৰুত্ব

অসম সাহিত্য সভাৰ ভিতৰতে প্ৰথম পুনঃমুদ্ৰিত
স্মৃতিগ্ৰন্থৰ স্থান পালে 'বজালী দৰ্পণে'
পুনঃমুদ্ৰিত 'বজালী দৰ্পণ'ৰ উন্মোচনী অনুষ্ঠানত ৰঞ্জিত কুমাৰ দাস

বিশেষ সংবাদদাতা
পাঠশালা, ২৫ ডিচেম্বৰ ৫ অসম
সাহিত্য সভাৰ ৫৩সংখ্যক পাঠশালা
অধিবেশনৰ স্মৃতিগ্ৰন্থ 'বজালী
দৰ্পণ'ৰ পুনঃমুদ্ৰিত সংস্কৰণটো
আজি পাঠশালা সাহিত্য সভা
ভৱনত উন্মোচন কৰা হয়।
পাঠাৰুৰুই সমষ্টিৰ বিধায়ক তথা
কেবিনেট মন্ত্ৰী ৰঞ্জিত কুমাৰ দাসে
পুনঃমুদ্ৰিত সংস্কৰণৰ স্মৃতিগ্ৰন্থখন
উন্মোচন কৰি ভাষণ প্ৰসংগত
পাঠশালা সাহিত্য সভাই প্ৰকাশ কৰি
উলিওৱা 'বজালী দৰ্পণ' অসম
সাহিত্য সভাৰ স্মৃতিগ্ৰন্থসমূহৰ
ভিতৰতে প্ৰথম পুনঃমুদ্ৰিত সংস্কৰণ
বুলি উল্লেখ কৰি পাঠশালা সাহিত্য
সভাৰ জৰাজীৰ্ণ কাৰ্যালয়টো পুনৰ
নিৰ্মাণৰ বাবে চৰকাৰৰ তৰফৰ পৰা
২.৫ লাখ টকাৰ বৰঙনি দিয়াৰ কথা
যোগা কৰাৰ উপৰি বহিঃৰ পৰাও
দান-বৰঙণিৰে অহা মাঘৰ পৰা
আৰম্ভ কৰাৰ বাবে পাঠশালা সাহিত্য
সভাক উদ্যোগ গ্ৰহণ কৰিবলৈ
আহ্বান জনায়। পাঠশালা সাহিত্য
সভাৰ সভাপতি প্ৰফুল্ল কুমাৰ
গোস্বামীৰ সভাপতিত্বত আৰু সভাৰ
সম্পাদক অতুল কলিতাই আত্মবা

ৰুপে বাগৰাকীও
বিশয়বৰীয়াই
বাইজৰ দাবী অনুসৰি ১৯৭৮ত
পাঠশালাত অনুষ্ঠিত হোৱা
অধিবেশনৰ
স্মৃতিগ্ৰন্থখনৰ
পুনঃমুদ্ৰণৰ বাবে মন্ত্ৰীজনক অৱগত
কৰাৰ পাছতে তেওঁ সহচৰী জনায়
আৰু গ্ৰন্থখনৰ একো সলনি
নোহোৱাকৈ পুনঃমুদ্ৰণ হোৱাৰ
পাছতে আজি মন্ত্ৰী দাসে উন্মোচন
কৰে। সভাত মন্ত্ৰী দাসে সভাত
উপস্থিত থকা অসম সাহিত্য সভাৰ
উপ-সভানেত্ৰী, প্ৰধান সম্পাদক
পাঠশালাত অহা চাৰি বছৰ
ভিতৰত অসম সাহিত্য সভাৰ
অধিবেশন দিয়াৰ বাবে আহ্বান
কৰিবলৈ প্ৰধান সম্পাদক
পাঠশালা সাহিত্য সভাৰ
সভাপতি প্ৰফুল্ল কুমাৰ
গোস্বামীৰ সভাপতিত্বত আৰু সভাৰ
সম্পাদক অতুল কলিতাই আত্মবা

ৰুপে বাগৰাকীও
বিশয়বৰীয়াই
বাইজৰ দাবী অনুসৰি ১৯৭৮ত
পাঠশালাত অনুষ্ঠিত হোৱা
অধিবেশনৰ
স্মৃতিগ্ৰন্থখনৰ
পুনঃমুদ্ৰণৰ বাবে মন্ত্ৰীজনক অৱগত
কৰাৰ পাছতে তেওঁ সহচৰী জনায়
আৰু গ্ৰন্থখনৰ একো সলনি
নোহোৱাকৈ পুনঃমুদ্ৰণ হোৱাৰ
পাছতে আজি মন্ত্ৰী দাসে উন্মোচন
কৰে। সভাত মন্ত্ৰী দাসে সভাত
উপস্থিত থকা অসম সাহিত্য সভাৰ
উপ-সভানেত্ৰী, প্ৰধান সম্পাদক
পাঠশালাত অহা চাৰি বছৰ
ভিতৰত অসম সাহিত্য সভাৰ
অধিবেশন দিয়াৰ বাবে আহ্বান
কৰিবলৈ প্ৰধান সম্পাদক
পাঠশালা সাহিত্য সভাৰ
সভাপতি প্ৰফুল্ল কুমাৰ
গোস্বামীৰ সভাপতিত্বত আৰু সভাৰ
সম্পাদক অতুল কলিতাই আত্মবা

ৰুপে বাগৰাকীও
বিশয়বৰীয়াই
বাইজৰ দাবী অনুসৰি ১৯৭৮ত
পাঠশালাত অনুষ্ঠিত হোৱা
অধিবেশনৰ
স্মৃতিগ্ৰন্থখনৰ
পুনঃমুদ্ৰণৰ বাবে মন্ত্ৰীজনক অৱগত
কৰাৰ পাছতে তেওঁ সহচৰী জনায়
আৰু গ্ৰন্থখনৰ একো সলনি
নোহোৱাকৈ পুনঃমুদ্ৰণ হোৱাৰ
পাছতে আজি মন্ত্ৰী দাসে উন্মোচন
কৰে। সভাত মন্ত্ৰী দাসে সভাত
উপস্থিত থকা অসম সাহিত্য সভাৰ
উপ-সভানেত্ৰী, প্ৰধান সম্পাদক
পাঠশালাত অহা চাৰি বছৰ
ভিতৰত অসম সাহিত্য সভাৰ
অধিবেশন দিয়াৰ বাবে আহ্বান
কৰিবলৈ প্ৰধান সম্পাদক
পাঠশালা সাহিত্য সভাৰ
সভাপতি প্ৰফুল্ল কুমাৰ
গোস্বামীৰ সভাপতিত্বত আৰু সভাৰ
সম্পাদক অতুল কলিতাই আত্মবা

প্ৰয়াত প্ৰধানমন্ত্ৰী অটল
বিহাৰী বাজপেয়ীৰ ৯৭
সংখ্যক জন্ম দিৱস
উদ্‌যাপন

অগ্ৰদূত বাৰ্তা
নদুৱাৰ, ২৫ ডিচেম্বৰ ৫ প্ৰয়াত অটল
বিহাৰী বাজপেয়ীৰ ৯৭ সংখ্যক
জন্মদিন উপলক্ষে জামুগুৰিহাটত
আজি এক মটৰ চাইকেল সমাল
উলিয়ায় বিজেপিৰ যুৱ মৰ্চাৰ
সদস্যসকলে। জামুগুৰিহাটৰ
পৰিষদৰ অন্তৰ্গত পৰা উলিওৱা
সমলল উদ্যোগ কৰি চিঠিয়া সমষ্টিৰ
বিধায়ক পদ্ম হাজৰিকাই কয় যে
প্ৰয়াত প্ৰধানমন্ত্ৰী অটল বিহাৰী
বাজপেয়ীৰ আদৰ্শৰে আমি
আগবাঢ়িব লাগিব। বাজপেয়ীৰ সূ-
শাসন, ৰাজনৈতিক দৰ্শন আমি
সকলোৱে গ্ৰহণ কৰা উচিত। যুৱ
নেতা মাধুৰ্য বৰাই আত্ম ধৰা
সমললৰ অনুষ্ঠান মুকলি কৰি
বিধায়ক হাজৰিকাই নিজে মটৰ
চাইকেল চলাই যুৱ কৰ্মীসকলক
উৎসাহিত কৰে। যুৱ মৰ্চাৰ
সদস্যসকলে জামুগুৰি টাউন
কমিটীৰ অন্তৰ্গত ১০ টা বাৰ্ড মটৰ
চাইকেল লৈ পৰিভ্ৰমণ কৰে।

বৰপেটা জিলাত নিচাসক্ত
চালকৰ বিৰুদ্ধে কঠোৰ প্ৰশাসন

হেলমেট বিহীন মটৰ চাইকেল
বিৰুদ্ধেও অভিযান তীব্ৰতৰ

বিশেষ সংবাদদাতা
বৰপেটা, ২৫ ডিচেম্বৰ ৫ আগন্তুক
নৱবৰ্ষৰ আনন্দ-উৎসৱৰ
সমলল উদ্যোগত বৰপেটা জিলাত
কোনো মটৰ চাইকেল দুৰ্ঘটনা ঘাতে
সংঘটিত নহয় তাৰ বাবে বৰপেটা
জিলা প্ৰশাসনে ব্যাপক ব্যৱস্থা গ্ৰহণ
কৰিছে। বিশেষকৈ প্ৰতি বছৰে ৩১
ডিচেম্বৰ আৰু এক জানুৱাৰীত এই
উৎসৱ উদ্‌যাপনৰ সময়ছোৱাত
মাদকপ্ৰৱৰ্ত্তাৰ প্ৰভাৱত বহু দুৰ্ঘটনা
সংঘটিত হয়। সেয়েহে মুখ্যমন্ত্ৰী ড°
হিমন্ত বিশ্ব শৰ্মাৰ নিৰ্দেশ ক্ৰমে
ৰাজ্যৰ অন্যান্য অঞ্চলৰ লগতে
বৰপেটা জিলাতো উক্ত
সময়ছোৱাত ব্যৱহাৰ কৰা সকলো
গৰুৰ যান-বাহন চালকৰ ওপৰত
ব্যাপক তালোচী অভিযান চলোৱা
হ'ব। আজি জিলা উপায়ুক্তৰ
কাৰ্যালয়ৰ সভাকক্ষত উপায়ুক্ত
জেজ প্ৰসাদ ভূঞালৰ সভাপতিত্বত
এই সন্দৰ্ভত আলোচনাৰ বাবে
অনুষ্ঠিত এখন সভাত আৰক্ষী

অধীক্ষক, অতিৰিক্ত উপায়ুক্ত,
অতিৰিক্ত আৰক্ষী অধীক্ষকসহ
সকলোো থানাৰ ভাৰপ্ৰাপ্ত বিষয়া,
সকলোো বাহৰ চক্ৰৰ চক্ৰ বিষয়া,
জিলা পৰিষদৰ বিষয়া, আৰক্ষী
বিষয়া আদিও উপস্থিত আছিল।
সভাত প্ৰকাশ কৰা মতে, ইতিমধ্যে
জিলাখনৰ সকলোো প্ৰান্ততে মাদক
দ্ৰব্য সেৱন কৰি গাড়ী নাচলোৱা
আৰু মটৰ চাইকেলৰ দুয়োজনা
আৰোহীয়ে হেলমেট পিন্ধাটো
নিশ্চিত কৰিবলৈ তালোচী অভিযান
তীব্ৰতৰ কৰি তোলা হৈছে।
আৰক্ষীয়ে এই সম্পৰ্কত চলোৱা
অভিযানত যোৱা কেইদিনত গাড়ী
দৈনিক একলাখ টকাকৈ জৰিমানা
সংগ্ৰহ কৰা হৈছে বুলি জিলা
প্ৰশাসনে সদৰী কৰিছে। তদুপৰি
জিলা পৰিষদৰ বিভাগৰ তৰফৰ
পৰাও হেলমেট নিপিন্ধাকৈ মটৰ
চাইকেল-স্কুটাৰত উঠা আৰোহী বা
চালকৰ বিৰুদ্ধে অভিযান চলাই
যোৱা ছেপ্টেম্বৰৰ পৰা

এতিয়ালৈকে প্ৰায় চাৰি মাহত
৫.১০ লাখ টকাৰ জৰিমানা সংগ্ৰহ
কৰা হৈছে। কেবল ডিচেম্বৰ
মাহটোতে এই ইন্দ্ৰিয় সংগ্ৰহ হৈছে
প্ৰায় দুই লাখ টকা। অহা নৱবৰ্ষীয়
উৎসৱৰ সময়ছোৱাত এই অভিযান
আৰ্থিক তীব্ৰতৰ কৰি তোলাৰ বাবে
আজিৰ সভাত প্ৰশাসনে গুৰুত্বপূৰ্ণ
প্ৰস্তাৱ কৰিছে। সেই অনুসৰি
জিলাখনত আৰক্ষী বাহিনীয়ে ২০টা
স্পৰ্শকাতৰ স্থানত তালোচী চকী
স্থাপন কৰিব। তদুপৰি পৰিষদৰ
বিভাগ আৰু আৰক্ষী বিভাগেও
সুকীয়া তালোচী গোট গঠন কৰি
৩১ ডিচেম্বৰ আৰু এক জানুৱাৰীৰ
মাজ নিশাৰলৈ পথত তালোচী চলাব।
সেয়ে উপায়ুক্ত জেজ প্ৰসাদ ভূঞাল
সকলোো বাইজকে নিজৰ সুব্যৱস্থা
বাৰেই যান-বাহন আনন্দ মানি
চলিবলৈ আহ্বান জনাইছে। তেওঁ
নিয়ম-শৃংখলাৰ মাজেৰে উৎসৱৰ
আনন্দ উপভোগ কৰিবলৈ
সকলোকে অনুৰোধ কৰিছে।

শ্ৰীমন্ত শংকৰদেৱ
সংঘৰ লালুক
নাওবেচা
আঞ্চলিক শাখাৰ
অধিবেশন আৰম্ভ

অগ্ৰদূত বাৰ্তা
বান্দৰদেৱা, ২৫ ডিচেম্বৰ ৫ লখিমপুৰ
জিলাৰ অসম-অৰুণাচল
সীমান্তৱৰ্তী বান্দৰদেৱাৰ দুই নম্বৰ
পাৰ্ৱতীপুৰ জোতাি বিকাশ প্ৰাধিকৰণ
শাখা নামঘৰত লালুক নাওবেচা
আঞ্চলিক শাখাৰ ৪৪ সংখ্যক
অধিবেশন আজিৰে পৰা দুদিনীয়া
কাৰ্যসূচীৰে অনুষ্ঠিত হৈছে। অস্থান
সীমামূৰীয়া অঞ্চলৰ দুই নম্বৰ
পাৰ্ৱতীপুৰ গাঁৱৰ বাইজৰ আতিথ্যত
আৰু ভক্ত প্ৰাণ ৰাইজৰ সহযোগে
অনুষ্ঠিত হৈছে। কাৰ্যসূচী অনুসৰি,
পৰিবেশ, নিকাৰকৰণ, গছপলি
ৰোপণ, ধৰ্মধৰাজা উজ্জোলন, নাম-
প্ৰসংগ, সাহিত্য- সংস্কৃতি আৰু শিশু
আই মাতৃৰ কল্যাণ শাখাৰ
অধিবেশন, মুকলি সভা আদি বিভিন্ন
কাৰ্যসূচীৰে আয়োজন কৰা হয়।
আঞ্চলিক শাখাৰ আদৰ্শনি সঁচিতিৰে
হৈ সভাপতি-সম্পাদক লক্ষণ
বৰ্গীয়াৰী আৰু বনু সন্দিকৈয়ে সমূহ
ভক্তপ্ৰাণ ৰাইজৰ সহায়-সহযোগিতা
কামনা কৰিছে।

অগ্ৰদূত বাৰ্তা
ঘৰাপাৰ, ২৫ ডিচেম্বৰ ৫ সমগ্ৰ
ভাৰতে আজি বিজেপিয়ে
সাৰ্বভৌম, তদানীন্তন প্ৰধানমন্ত্ৰী
অটল বিহাৰী বাজপেয়ীৰ ৯৭
সংখ্যক জন্ম দিৱসৰ লগত সংগতি
ৰাখি বিভিন্ন কাৰ্যসূচী কৰাণ
কৰাৰ সমান্তৰালভাৱে নলবাৰী
জিলাৰ বড়ীগোপ বন্যপাৰি গুৰুত্ব
বিজেপিৰ উদ্যোগত নলবাৰী স্বাস্থ্য
বিভাগৰ সহযোগে ঘৰাপাৰবহিত
বন্যপাৰি বহুমুখী সমাৰণ সমিতিৰ
কাৰ্যালয়ৰ বাৰ্ষিকত এটি 'বক্তমান
শিৱিৰ' অনুষ্ঠিত কৰা হয়। পূৰ্বা
শিৱিৰটো উদ্বোধন কৰে বড়ীগোপ
বন্যপাৰি গুৰুত্ব অংশগ্ৰহণ কৰে।
শিৱিৰত প্ৰথমে বক্তমান কৰে মণ্ডল
বিজেপিৰ সভাপতি ডিঃস্বৰ্ণ
বেজবৰুৱাই। ইয়াৰ পাছতে
মণ্ডলটো বিভিন্ন প্ৰান্তৰ শতাধিক
দলীয় কাৰ্যকৰ্তাই শিৱিৰটোত
বক্তমান কৰে। ৰক্তদান শিৱিৰটো
পৰিচালনা কৰে নলবাৰী জিলা
স্বাস্থ্য বিভাগৰ ডাঃ বাৰ্ণেশ্বৰ হালৈ,
এ এম এম অনিমা হয়,
লেব'ৰেটৰীয়ান হিতেশ কলিতা,
নয়ন তালুকদাৰকে ধৰি
কে'বাগৰাকী কৰ্মচাৰীয়ে। অনুষ্ঠান

পূৰণিগুদাম ভীমৰ গাঁৱৰ
শ্ৰীশিৰডী সাইবাবা মন্দিৰৰ
প্ৰতিষ্ঠা দিৱস উদ্‌যাপন

অগ্ৰদূত বাৰ্তা
চামঙুৰি, ২৫ ডিচেম্বৰ ৫ নগাঁও জিলাৰ
পূৰণিগুদাম ভীমৰ গাঁওস্থিত
শ্ৰীশিৰডী সাইবাবা মন্দিৰৰ দশম
বাৰ্ষিক প্ৰতিষ্ঠা দিৱস যোৱা ২৪
ডিচেম্বৰত অনুষ্ঠিত হয়। মন্দিৰৰ
প্ৰতিষ্ঠা দিৱসৰ লগত সংগতি ৰাখি
শ্ৰীশিৰডী সাইবাবা সেৱানাম নগৰৰ
উদ্যোগত বিনামূলীয়া দস্ত চিকিৎসা
আৰু ঔষধ বিতৰণৰ শিৱিৰ অনুষ্ঠিত
হয়। দস্ত চিকিৎসক ডাঃ জহুশী
পাঠকে বিনামূলীয়াকৈ চিকিৎসা সেৱা
আগবঢ়োৱা শিৱিৰটোত সৰ্বমুঠ ৫২
কোটি বোকা দস্ত পৰীক্ষা কৰাৰ

শিক্ষয়িত্ৰী-ছাত্ৰীক অশালীন ব্যৱহাৰৰ অভিযোগেৰে উত্তাল মহাবিদ্যালয়

কলিয়াবৰ বি এড অগ্ৰদূত বাৰ্তা
মহাবিদ্যালয়ত অধ্যক্ষৰ
বিৰুদ্ধে অৰাজকতাৰ
অভিযোগ
কলিয়াবৰ, ২৫ ডিচেম্বৰঃ কলিয়াবৰৰ উচ্চ শিক্ষাৰ অন্যতম অনুষ্ঠান কলিয়াবৰ
শিক্ষা মহাবিদ্যালয়ত চলিছে চৰম অৰাজকতা। মহাবিদ্যালয়খনৰ অধ্যক্ষ ড° টি
কুশ্বেণ্ডৰ শিক্ষানুষ্ঠানখনৰ শিক্ষয়িত্ৰী আৰু একাংশ ছাত্ৰীক লৈ কৰা অশোভনীয়
কথা-বাৰ্তা আৰু অশালীন ব্যৱহাৰৰ বাবেই বৰ্তমানে এক অস্থিৰ পৰিস্থিতিয়ে
বিবাজ কৰিছে মহাবিদ্যালয়খনত। বৰ্তমানে শিক্ষয়িত্ৰী আৰু পৃষ্ঠাত চাওক

- নলবাৰী চিকিৎসা মহাবিদ্যালয় সংযোগী পথ নিৰ্মাণত অনিয়ম
- জিলা বিজেপিৰ সম্পাদকৰ নেতৃত্বত ৰাইজে কৰিলে বন্ধ

ঘগ্ৰাপাৰত নিশা গৌতম কনষ্ট্ৰাকচনৰ দৌৰাত্ম্য



অগ্ৰদূত বাৰ্তা
ঘগ্ৰাপাৰ, ২৫ ডিচেম্বৰঃ নলবাৰী
জিলাৰ ঘগ্ৰাপাৰ ৰাজহ চক্ৰৰ
অন্তৰ্গত দক্ষিণগাঁৱত প্ৰস্তাৱিত প্ৰায়
ডেৰা বিঘা মাটিত নলবাৰী
মেডিকেল কলেজৰ নিৰ্মাণ কাৰ্য

সভাত ভাষণৰত
অৱস্থাতে মুত্থ
অবড়ো নেতাৰ
অবসৰপ্ৰাপ্ত প্ৰধান
শিক্ষকৰ মুত্থ্যত শোক
অগ্ৰদূত বাৰ্তা
জলাহ/শালবাৰী, ২৫ ডিচেম্বৰঃ
এখন সভাত ভাষণৰত অৱস্থাতে
আজি মুত্থ্যক আঁকোৱালি লয়
অবড়ো সুবন্ধা সমিতিৰ এজন
নেতাৰ। এই ঘটনাই আজি বাগসা
জিলাত শোকৰ ছাঁ পেলায়।
আৰক্ষিকতাৰে চলি পৰি মুত্থ্য
হোৱা স্থানীয় নেতাজন হৈছে
চৰাইমাৰীৰ বাণীমন্দিৰ হাইস্কুলৰ
অৱসৰপ্ৰাপ্ত প্ৰধান শিক্ষক,
সমাজকৰ্মী দেৱেন ডেকা। নতুন
বৰবাগাও নিবাসী ৭০ বছৰীয়া
ডেকাই আজি জিলাখনৰ
কুজিৎগেৰত আঠ পৃষ্ঠাত চাওক

কলংপাৰৰ ঐতিহ্যমণ্ডিত
নেহৰুবাৰী বাকৰিত ভোগালী
বিহুৰ ব্যাপক প্ৰস্তুতি
বিশেষ সংবাদদাতা
নগাঁও, ২৫ ডিচেম্বৰঃ অসমবাসী ৰাইজৰ অতি হেঁপাহৰ ভোগৰ উৎসৱ
ভোগালী বিহুটি নগাঞা ৰাইজে ঐতিহ্যময় নেহৰুবাৰীত অতি উল্হ-
মহাভাৱে উদযাপিত কৰি আহিছে। এইবেলিও ২৮, ২৯ পুহ আৰু এক দুই,
তিনি আৰু চাৰি মাঘ আৰু ১৩, ১৪, ১৫, ১৬, ১৭, আৰু ১৮ জানুৱাৰী
তৰিখে বৰ্ণাত কাৰ্যসূচীৰে ১০৯ বছৰীয়া হোৱা ভোগালী বিহু উৎসৱটি
উদযাপন কৰিবলৈ ব্যাপক প্ৰস্তুতি চলাইছে। সৰ্বো নগাঁও ভোগালী বিহু
উৎসৱ সমিতিৰ উদ্যোগত আয়োজিত ভোগালী বিহু কাৰ্যসূচী অনুসৰি ১৩
জানুৱাৰীৰ বিয়লি আনন্দসহায়ক গোটৰ বিপনী মুকলি, জনগোষ্ঠীয় খাদ্য
মেলাৰ আৰম্ভ আৰু ভেলাঘৰত নাম কীৰ্তনেৰে বিহু কাৰ্যসূচী আৰম্ভ হ'ব।
১৪ জানুৱাৰী (বিহুৰ দিন) পূৰা বাজ্যিক শিশু, নাৰী গৃহ আৰু শঙ্কৰ মিছাত
বিহুৰ জলপান বিতৰণৰ পাছতেই বিহুৰ পতাকা উত্তোলন কৰা হ'ব। পতাকা
উত্তোলন কৰিব অসমৰ মুখ্যমন্ত্ৰী ড° হিমন্ত বিশ্ব শৰ্মাই। পতাকা উত্তোলন
কাৰ্যসূচী সমাপ্তিৰ লগতে স্থানীয় বয়োজ্যেষ্ঠ নাগৰিকসকলক বিহুৰ পৰম্পৰা
অনুযায়ী শ্ৰদ্ধা জ্ঞাপন কৰা হ'ব। ইয়াৰ পাছতেই বিভিন্ন খেল-খেমালি
প্ৰতিযোগিতা আৰম্ভ হ'ব। দিনৰ ২-৩০ বজাত হেমা সৰা আঠ পৃষ্ঠাত চাওক

হিন্দু ৰজা আনন্দ পালৰ আমোলৰ মুদ্ৰা বুলি চৰ্চা

মৰিগাঁৱৰ থানত এহেজাৰ বছৰৰ পুৰণি তামৰ মুদ্ৰা উদ্ধাৰ

অগ্ৰদূত বাৰ্তা
মৰিগাঁও, ২৫ ডিচেম্বৰঃ এহেজাৰ
বছৰৰ পুৰণি তামৰ মুদ্ৰা উদ্ধাৰ
হৈছে মৰিগাঁও জিলাত। মৰিগাঁৱৰ
এখন পৌৰাণিক থানৰ নিৰ্মাণ কাৰ্য
চলাই থকাৰ সময়তে ১০০৮ বৰ্ষৰ
এটা তামৰ মুদ্ৰা উদ্ধাৰ হোৱা
ঘটনাই সম্প্ৰতি ব্যাপক কৌতুহল
সৃষ্টি কৰিছে। ১০১৩ বছৰৰ পুৰণি
তামৰ মুদ্ৰাটো উদ্ধাৰ হোৱা অতি
প্ৰাচীন থানখন হৈছে মৰিগাঁও



নগৰৰ সমীপৱৰ্তী কোমোৰাওৰ
বগৰীওৰ গাঁৱৰ বামুণ গোসাঁই থান।
জনশ্ৰুতি অনুসৰি বগৰীওৰ গাঁৱৰ
অতি প্ৰাচীন বামুণ গোসাঁই থানখন
কিমানে পৌৰাণিক ইয়াৰ কোনো
তথ্য সম্প্ৰতি কাৰো হাততে নাই।
মুখে মুখে চলি অহা জনশ্ৰুতি
অনুসৰি, বগৰীওৰ গাঁৱত পূৰ্বে
জনবসতি নাছিল যদিও কাষৰীয়া
কোমোৰাওৰ আৰু ছাটনওৰীত
আছিল পাতলীয়া জনবসতি। ঘন

ডবকাৰত ব্যৱসায়ী সন্মূহৰ সভাপতিক হত্যাৰ অপচেষ্টা

পাৰিবাৰিক সংঘাতৰ পৰিণতিত আক্ৰমণ কৰা মহিলাক গ্ৰেপ্তাৰ

অগ্ৰদূত বাৰ্তা
যমুনামুখ, ২৫ ডিচেম্বৰঃ হোজাই জিলাৰ ডবকাৰত আজি কথমপি প্ৰাণ বন্ধা
পৰে হোজাই শংকৰদেৱৰ নগৰ চেম্বাৰ অৱ কমাৰ্চৰ সভাপতি তথা প্ৰাক্তন
সাংবাদিক চৰিফউদ্দিনৰ। এগৰাকী মহিলাই চোকা অস্ত্ৰেৰে তেওঁক হত্যাৰ
অপচেষ্টা চলাইছিল। পাৰিবাৰিক সংঘাতৰ পৰিণতিতে এই আক্ৰমণৰ ঘটনা
সংঘটিত হয়। এই ঘটনাত চৰিফউদ্দিন গুৰুতৰভাৱে আহত হয়। প্ৰাপ্ত তথা
অনুসৰি, ব্যৱসায়ী সন্মূহৰ সভাপতিজনে আজি পূৰা ডবকা নগৰত থকা নিজ
বাসগৃহত মাতৃৰ সৈতে কথা পাতি আছিল। সেই সময়তে ফককন নেছা
নামৰ মহিলাগৰাকীয়ে পাছফালৰ পৰা এখন ভেগাৰেৰে তেওঁক আক্ৰমণ
কৰে। প্ৰাণ বন্ধা পৰিলেও চৰিফউদ্দিন গুৰুতৰভাৱে আহত হোৱাত তেওঁক
লগে লগে হাস্পতালত ভৰ্তি কৰোৱা হয়। উল্লেখ্য আঠ পৃষ্ঠাত চাওক

দৰ্শনাৰ্থীৰ বাবে মুকলি ধোপৰগুৰি সত্ৰত থকা মহাপুৰুষ শ্ৰীশ্ৰী মাধৱদেৱৰ পদচিহ্ন



অগ্ৰদূত বাৰ্তা
হাজো, ২৫ ডিচেম্বৰঃ তীৰ্থনগৰী
হাজোত শ্ৰীমন্ত শংকৰদেৱৰ পৰম
শিষ্য মহাপুৰুষ মাধৱদেৱে স্থাপন
কৰা ঐতিহাসিক ধোপৰগুৰি সত্ৰত
এতিয়াৰে পৰা সকলো সময়তে
ভক্তপ্ৰাণ ৰাইজে দৰ্শন কৰিব
পাৰিব মহাপুৰুষ শ্ৰীশ্ৰী মাধৱদেৱৰ
পদশিলা। ১৫৮৮ত গুৰুজনাই
স্থাপন কৰিছিল ধোপৰগুৰি
সত্ৰখন। গুৰুজনাই সত্ৰখনৰ পৰা
বিদায় লোৱাৰ সময়ত এটা শিলত
থিয় হৈ ভক্ত সকলক আশীৰ্বাদ দি
বৰপেটালৈ উভতি যায়। বাপ-
বান্ধবসকলে গুৰুজনাক নৈৰ
ঘাটলৈ আগবঢ়াই থৈ আহি পুনৰ সত্ৰত প্ৰবেশ কৰাত মাধৱদেৱে অন্তিম
বাৰৰ বাবে থিয় দিয়া শিলটোত তেওঁৰ পদচিহ্ন পৰিস্ফুট হৈ পৰে। তেতিয়াৰ
পৰাই ধোপৰগুৰি সত্ৰত গুৰুজনাক পদচিহ্ন সংৰক্ষণ আঠ পৃষ্ঠাত চাওক

দেওবৰীয়া দৈনিক অগ্ৰদূত

গুৱাহাটী, ২৬ ডিচেম্বৰ, ২০২১ দেওবাৰ পৃষ্ঠা তিনি

- বিদ্যালয়ৰ মাটিত সাজি লৈছে পকীঘৰ

প্ৰধান শিক্ষকে বেদখল কৰিলে বিদ্যালয়ৰ মাটি

অগ্ৰদূত বাৰ্তা
সৰ্থেবাৰী, ২৫ ডিচেম্বৰঃ মাজে সময়ে চৰকাৰে বেদখল
উচ্ছেদ অভিযান চলাই চমক সৃষ্টি কৰি অহাৰ সময়তে
পোহৰলৈ আহিছে চাৰি বছৰে চৰকাৰী জাননী কাৰ্যকৰী
নোহোৱা এক আজৰ ঘটনা। বৰপেটা জিলাৰ এখন
বিদ্যালয়ৰ ভূমি বিদ্যালয়খনৰ প্ৰধান শিক্ষকে বেদখল
কৰি পকীঘৰ নিৰ্মাণ কৰি আছন্দ্য জীৱন অতিবাহিত কৰি
থকাৰ পাছতো আজি পৰ্যন্ত এই বেদখল উচ্ছেদ কৰিবলৈ
সক্ষম হোৱা নাই বৰপেটা জিলা প্ৰশাসন। উল্লেখ্য যে
বৰপেটা জিলাৰ বৰ আগদিয়া গাঁৱত স্থাপিত পঞ্চগ্ৰাম
নামৰ হাইস্কুলখনৰ প্ৰধান শিক্ষক মনিৰ খানে
বিদ্যালয়খনৰ নামত থকা মুঠ আঠ পৃষ্ঠাত চাওক

সমম্বয়-সম্প্ৰীতিৰ বাণী বিলাই সামৰণি পৰিল মধুপুৰ মহোৎসৱৰ

সত্ৰীয়া সংস্কৃতিৰে মুখৰ বংগৰ আকাশ-বতাহ

অগ্ৰদূত বাৰ্তা
হাউলী, ২৫ ডিচেম্বৰঃ জগত গুৰু
শ্ৰীমন্ত শংকৰদেৱৰ কাৰণে আজি
অসম আৰু পশ্চিমবংগৰ এই
দুয়োখন ৰাজ্যৰ ভক্তপ্ৰাণ ৰাইজৰ
মাজত সমম্বয় আৰু সম্প্ৰীতিৰ
এনাৰ্জীভাল কটকটীয়া হৈছে।
দুয়োখন ৰাজ্যৰ ভক্তপ্ৰাণ ৰাইজৰ
মাজত সমম্বয় আৰু ভাতৃস্বৰূপৰ
বাণী বিলাই মধুপুৰ মহোৎসৱৰ
আজি সামৰণি পৰে। শ্ৰীমন্ত
শংকৰদেৱৰ বৈকুণ্ঠ প্ৰয়াণৰ পৱিত্ৰ
স্থান মধুপুৰ সত্ৰত আজি উত্তৰবংগ
আৰু অসমৰ হেজাৰ হেজাৰ
ভক্তপ্ৰাণ লোক উপস্থিত হৈ
গুৰুজনাক সোৱাদ সেৱা জনোৱাৰ
লগতে গুৰুজনাই স্থাপন কৰা
নামঘৰত সেৱা জনায়। আজি পূৰা
নাম-প্ৰসংগ অনুষ্ঠিত হোৱাৰ পাছত
বাৰেবাৰীয়া সাংস্কৃতিক শোভাযাত্ৰা
উলিওৱা হয়। সাংস্কৃতিক
শোভাযাত্ৰাত উত্তৰবংগৰ
কাৰ্টকুটা, টোপুতি, মৰিগাঁৱী
সত্ৰৰ উপৰি সত্ৰশাল, কোকৰাঝাৰ,
জিনকাতা, গোসাঁইবাৰী, বিজনী,
সৰভোগ, হাউলী, বৰপেটা,
বৰপেটাৰোড, তেজপুৰ, ওৰা,
বাইহাটা চাৰিআলি, ৰঙিয়া আৰু
বৃহত্তৰ গুৱাহাটীৰ ভকত-বেম্বৰে
অংশগ্ৰহণ কৰি উত্তৰবংগৰ আকাশ-
বতাহ সত্ৰীয়া সংস্কৃতিৰ বসেৰে মুখৰ
কৰি তোলে। আঠ পৃষ্ঠাত চাওক

পৌৰসভা নিৰ্বাচনত মিত্ৰতা অক্ষুণ্ণ ৰাখি প্ৰতিদ্বন্দ্বিতা কৰিব নগাঁও অগপই

বিশেষ সংবাদদাতা
নগাঁও, ২৫ ডিচেম্বৰঃ কেন্দ্ৰীয় নেতৃত্বৰ সিদ্ধান্তক সন্মান জনাই আগন্তুক
পৌৰসভাৰ নিৰ্বাচনত মিত্ৰতা অক্ষুণ্ণ ৰাখি প্ৰতিদ্বন্দ্বিতা কৰিব নগাঁও
অগপই। আজি নগাঁও সদৰ বিধানসভা সমষ্টিৰ অন্তৰ্গত অগপৰ এখন
কৰ্মী সভাত এই সিদ্ধান্ত গ্ৰহণ কৰা হয়। অকলে প্ৰতিদ্বন্দ্বিতা কৰাৰ
পৰিৱৰ্তে নগাঁও পৌৰসভা নিৰ্বাচনত মিত্ৰজোটৰ সৈতে মিলি প্ৰাৰ্থী
প্ৰক্ষেপ কৰিব অগপ দলে। উল্লেখ্য যে ১৯৯৬ৰ পৰা ২০০৭ পৰ্যন্ত নগাঁও
পৌৰসভাত অনুষ্ঠিত নিৰ্বাচনসমূহত অগপ দলে গৰিষ্ঠসংখ্যক আসন
অধিকাৰ কৰি পৌৰসভা গঠন কৰিছিল। সেই সাফল্যৰ কথা মনত ৰাখি
আগন্তুক পৌৰসভা নিৰ্বাচনতো পুনৰ উৎসাহেৰে দলীয় কৰ্মীসকলে
তৎপৰতা প্ৰদৰ্শন কৰিব বুলিও সভাত সিদ্ধান্ত লোৱা হয়। প্ৰাক্তন বিধায়ক
গিৰীপ্ৰ কুমাৰ বৰুৱাই এই নিৰ্বাচনৰ জৰিয়তে কংগ্ৰেছ বিৰোধী শক্তিক
শক্তিশালী কৰি অসমৰ মৌলিক সমস্যাসমূহ সমাধান কৰা উচিত বুলি
মন্তব্য কৰে। আজিৰ এই সভাত দলৰ সম্পাদক অতুল মেধি, কেন্দ্ৰীয়
সমিতিৰ সদস্য পৰাণ গোস্বাই, গোলাপ শইকীয়া, আঠ পৃষ্ঠাত চাওক



পথ সুবন্ধা
জীৱন বন্ধা

অসম চৰকাৰ
পৰিবহণ বিভাগ

আহুক এখন দুৰ্ঘটনা মুক্ত অসমৰ
অংগীকাৰ লও

সুৰাপান কৰি
যান বাহন নচলাব

অসমত যোৱা তিনিটা বছৰত সংঘটিত হোৱা ২৩১৯১ টা
পথ দুৰ্ঘটনাত ৮৮০৩ জন লোকে প্ৰাণ হেৰুৱাইছে

নিজৰ লগতে আনবো জীৱন বন্ধা কৰক

সুৰাপান কৰি বাহন চলালে যান বাহন আইনৰ ১৮৫ ধাৰাৰ অধীনত
১০০০০ টকাৰ জৰিমনাৰ লগতে আপোনাৰ অনুজ্ঞাপত্ৰ বাতিল হ'ব
আৰু ৬ মাহলৈকে কাৰাদণ্ড হ'ব পাৰে।

জনসংযোগ/ডি/১১৯৫২/২১

TransportAssam TransportAssam transportassam 9531107518

বজালী জিলা প্ৰশাসন আৰু সংবাদ মাধ্যমৰ

ইতিবাচক
কথোপকথন

কলিবাৰী শিৱ থান, জালিখাটা

১০ পুহ, ১৯৪৩ শক (২৬ ডিচেম্বৰ, ২০২১ ইং) দিনৰ ১১ বজাত

জনসংযোগ/ডি/১১৯৪৫/২১

শৰীৰমণ্ডিত্যমীয়া বিশেষ

মহিলাৰ হৃদৰোগ কিয় বেছি হয়

যিসকল মহিলাই দীৰ্ঘদিন ধৰি ধূমপান কৰে তেওঁলোকৰ শৰীৰত এইবিধ হৰম'নৰ নিঃসৰণৰ পৰিমাণ হ্রাস পাব পাৰে। আনহাতে, ডায়েবেটিছত আক্ৰান্ত মহিলাৰো ইষ্ট্ৰোজেনৰ পৰিমাণ হ্রাস পায়।

প্ৰকৃতিগত নিয়মৰ মাজেদিয়ে এক নিৰ্দিষ্ট বয়সৰ পাছত আৰম্ভ হয় মাহেকীয়া বন্ধ হোৱা প্ৰক্ৰিয়া বা মেন'পজ। এই অৱস্থাৰ সময়ত মহিলাৰ শাৰীৰিক পৰিৱৰ্তন হয়। কিয়নো মেন'পজ সময় মানেই শৰীৰত কিছুমান বিশেষ হৰম'নৰ উৎপাদন-বিশেষ। অৰ্থাৎ এনে ধৰণৰ হৰম'নৰ কোনো উৎস বৃদ্ধি পায় যদিও আন এবিধৰ নিঃসৰণ আকৌ হ্রাস পাবলৈ ধৰে। সাধাৰণতে মেন'পজৰ পাছত ইষ্ট্ৰোজেন হৰম'ন নিঃসৰিত কম পৰিমাণে হয়। ডিম্বাশয়ৰ পৰা নিঃসৰিত এইবিধ হৰম'ন হৃদৰোগ প্ৰতিৰোধ কৰাত সহায় কৰে। তদুপৰি ইষ্ট্ৰোজেনে গোনাদোট্ৰ'পিন নিঃসৰণত বিশেষ ভূমিকা গ্ৰহণ কৰা দেখা যায়। ইষ্ট্ৰোজেন হ'ল ছেৰ হৰম'নৰ অন্তৰ্ভুক্ত হৰম'ন যিয়ে মহিলাৰ উৰ্বৰা প্ৰক্ৰিয়াৰ বিকাশ বা গতিশীল কৰাৰ লগতে নিয়মীয়া কৰে।



ইয়ে স্তনৰ আকাৰ বৃদ্ধিৰ ক্ষেত্ৰতো সহায়ক। যেনিৰ বেৰৰ ঘনত্ব আৰু তেলজাতীয় পদাৰ্থ সতেজ কৰি ৰখাত সহায় কৰে। প্ৰতিগৰাকী মহিলাৰ ক্ষেত্ৰত ইয়াৰ পৰিমাণ সমানে নাথাকে। কিছুমানৰ শৰীৰত বেছি আৰু কিছুমানত কম থাকে। যিসকল মহিলাই দীৰ্ঘদিন ধৰি ধূমপান কৰে তেওঁলোকৰ শৰীৰত এইবিধ হৰম'নৰ নিঃসৰণৰ পৰিমাণ হ্রাস পাব পাৰে। আনহাতে, ডায়েবেটিছত আক্ৰান্ত মহিলাৰো ইষ্ট্ৰোজেনৰ পৰিমাণ হ্রাস পায়। সেয়েহে মেন'পজৰ পাছত মহিলাৰ হৃদৰোগ হোৱাৰ আশংকা থাকে। হাৰ্টএটেক, হাৰ্ট ছেইলিউটৰ পৰা আৰম্ভ কৰি আন সমস্যায়ো গা কৰি উঠিব পাৰে। সেইবাবে মহিলাসকলে এনে সমস্যা বা ৰোগৰ পৰা পৰিভ্ৰাণ পাবলৈ সৰুৰে পৰাই সতৰ্ককতা অৱলম্বন কৰা উচিত। শৈশৱৰ পৰাই সুস্থ, পুষ্টিৰূপ খাদ্য খোৱাৰ অভ্যাস গঢ়ি তুলিব লাগে। বিশেষকৈ বয়স বৃদ্ধিৰ লগে লগে যাত্ৰে হৰম'নৰ পৰিমাণ হ্রাস হোৱাত হ্রাস নাপায় তাৰ বাবে পুষ্টিৰূপ আহাৰৰ তালিকা প্ৰস্তুত কৰা উচিত।

এই যিখিনতে এটা কথা উল্লেখ কৰিব লাগিব যে মেন'পজৰ বাবে হাৰমোণ নহয়। মেন'পজৰ সময়ত কিছুমান কাৰকৰ বাবেহে এনে আশংকা বৃদ্ধি পায়। ইষ্ট্ৰোজেনে ৰক্তবাহী নলীৰ ভিতৰভাগৰ বেৰৰ তৰপ সঠিক কৰি ৰখাত সহায় কৰে। তদুপৰি ৰক্তবাহী নলীসমূহ শিথিল কৰি ৰখাতো ইতিবাচক ভূমিকা গ্ৰহণ কৰে বুলি গৱেষকসকলে মন্তব্য কৰিছে। আমেৰিকান হাৰ্ট এণ্ড চিৰিয়েছনৰ গৱেষকসকলে হৃদৰোগ প্ৰতিৰোধৰ ক্ষেত্ৰত এইবিধ হৰম'নৰ ইতিবাচক ভূমিকা থকা বুলি কিছু তথ্য লাভ কৰিছে। যদিহে সঠিক আহাৰ গ্ৰহণৰ লগতে সুস্থ জীৱন-যাপন কৰে তেতিয়াহ'লে সহজে হৃদৰোগ হ'ব নোৱাৰে। তদুপৰি যিসকল মহিলাৰ পৰিয়ালত এনে সমস্যা থকাৰ ইতিহাস আছে তেওঁলোকৰ বেছিকৈ আক্ৰান্ত হোৱাৰ আশংকা থাকে। মহিলাসকলে নিয়মীয়াকৈ ব্যায়াম কৰিলেও সুফল লাভ কৰিব পাৰে। নিয়মীয়াকৈ নহ'লেও সপ্তাহত অন্তত চাৰি-পাঁচ দিন ব্যায়াম কৰিব লাগে।

এনে ধৰণৰ সমস্যাৰ পৰা হাত সাৰিবলৈ সতেজ শাক-পাচলি, ফলমূল, কম চৰ্ব্বযুক্ত দুগ্ধজাত খাদ্য, মূৰ্গী, মাছ আদি নিয়মীয়াকৈ খালে সুফল লাভ কৰিব পাৰিব। তদুপৰি ৰেড মীট, শৰ্কৰা জাতীয় খাদ্যও সীমিত পৰিমাণে খোৱা উচিত।

মহিলাসকলৰ প্ৰায়ভাগেই মেন'পজৰ সম্পৰ্কে সতৰ্ক নহয়। প্ৰকৃতিগতভাৱে মহিলাৰ জীৱনলৈ নিৰ্দিষ্ট সময়ত আৰম্ভ হয় বুলি ভাবে। আনকি লক্ষণসমূহ ফুটি উঠিলেও সেইবাবেত গুৰুত্ব প্ৰদান নকৰে। মাতৃয়ে নিজৰ কন্যা সন্তানক সৰুৰে পৰা শিকাব লাগে।

বহুতৰে মনত ভ্ৰান্ত ধাৰণা আছে যে ফাৰ্মৰ কণীৰ পুষ্টি মূল্য কম। দেখাত বেছি বগা আৰু কুহুমো কম হালধীয়া হয়। তদুপৰি হাঁহৰ কণীৰ তুলনাত (ঘৰত পোহা) ইয়াৰ আকাৰ সৰু বাবে ইয়াৰ পুষ্টি মূল্য কম বুলি ভবা লোকৰ সংখ্যাই বেছি। পিছে কথাটো তেনেকুৱা নহয়। বৰঞ্চ কিছু কিছু ক্ষেত্ৰত ফাৰ্মৰ কণীটোহে অধিক সুৰক্ষিত।

প্ৰায়ভাগ লোকেই কম-বেছি পৰিমাণে কণী খায়। পৃথিৱীৰ বেছিভাগ দেশতেই কণীৰ প্ৰচলন আছে। বিশ্বৰ সৰ্বমুঠ লোকেই কণী খায়। কাৰণ ইয়াক নিৰামিত আহাৰ হিচাপে স্বীকৃতি দিয়া হয় বাবে আমিশ-নিৰামিত্যভাজী সকলোৱে খায়। এইবিধ খাদ্যত শৰীৰৰ বাবে প্ৰয়োজনীয় প্ৰাৰম্ভৰ উপাদানেই থাকে। ভিটামিনৰ পৰা আৰম্ভ কৰি খনিজ পদাৰ্থলৈকে সকলোবোৰেই পোৱা যায়। প্ৰাণীজ প্ৰ'টিনৰ উৎস বুলি ক'লে কণীৰ তুলনাত আন কাৰো স'তে নহয়। কণীত বিভিন্ন ধৰণৰ উপাদান থাকিলেও এইবোৰ শৰীৰৰ বাবে উপকাৰ সাধন কৰাৰ ক্ষেত্ৰত



সদায় নেতিবাচক চিন্তা-ভাৱনাইহে স্থান লাভ কৰে। যিমানোই নেতিবাচক চিন্তাই মনত বাহ লয় সিমানোই খাদ্যগ্ৰহণ, জিৰণি আৰু শৰীৰে পুষ্টি লাভৰ মাজত ভাৰসাম্যহীন অৱস্থাৰ সৃষ্টি হয়। যেতিয়া আমি খাদ্য গ্ৰহণ কৰো তাৰ পৰা লাভ কৰা পুষ্টিৰে শৰীৰৰ অংগ-প্ৰাংগই কৰ্ম সম্পাদন কৰিব পাৰে। উপযুক্তভাৱে সঠিক সময় পুষ্টি লাভ নকৰিলে তাৰ প্ৰভাৱ যে কেৱল শৰীৰৰ ওপৰতেই পৰে তেনে নহয়, সমান্তৰালকৈ মনৰ ওপৰতো পৰা

দেখা যায়। সেইবাবে মনটোক প্ৰথমে স্থিৰ কৰিব লাগিব। মন আৰু অংগ-প্ৰাংগই কিমান কাম সম্পাদন কৰে কেন্দ্ৰীয় স্নায়ুতন্ত্ৰৰ দ্বাৰা নিয়ন্ত্ৰিত সংকেতৰে। কেন্দ্ৰীয় স্নায়ুতন্ত্ৰই যেতিয়া সংকেত প্ৰেৰণ কৰে তেতিয়া নিৰ্দিষ্ট অংগ-

নয়ন কুমাৰ শৰ্মা প্ৰাংগই সেই নিৰ্দেশমতেই কাৰ্য সম্পাদন কৰে। আজিকালি সৰু সৰু ল'ৰা-ছোৱালীয়ে খাদ্য গ্ৰহণৰ সময়ত টিভি, ম'বাইল, গুগল আদিত ব্যস্ত হৈ থাকে। এনেদৰে খাদ্য খোৱাৰ ফলত খাদ্যৰ পুষ্টিগুণে যিমানো পৰিমাণে হৰণ কৰিব লাগিছিল সিমান নোহোৱা বাবে বিভিন্ন সমস্যাই গা কৰি উঠিবলৈ ধৰিছে। সাধাৰণতে এনেবোৰ সমস্যা বয়স বৃদ্ধিৰ লগে লগে হোৱা দেখা যায় যদিও এতিয়া শৈশৱতেই আৰম্ভ হৈছে। ই এক চিন্তাৰ বিষয়। শিশুটিয়ে যেতিয়া খোৱা আৰু টিভি, ম'বাইল চোৱা একেলগে কৰে তেতিয়া খোৱা আৰু টিভি ম'বাইল চোৱা একেলগে কৰে তেতিয়া খাদ্য খায় তৃপ্তি লাভ বা সোৱাদ

আজিকালি সৰু সৰু ল'ৰা-ছোৱালীয়ে খাদ্য গ্ৰহণৰ সময়ত টিভি, ম'বাইল, গুগল আদিত ব্যস্ত হৈ থাকে। এনেদৰে খাদ্য খোৱাৰ ফলত খাদ্যৰ পুষ্টিগুণে যিমান উপকাৰ সাধন কৰিব লাগিছিল সিমান নোহোৱা বাবে বিভিন্ন সমস্যাই গা কৰি উঠিবলৈ ধৰিছে। সাধাৰণতে এনেবোৰ সমস্যা বয়স বৃদ্ধিৰ লগে লগে হোৱা দেখা যায় যদিও এতিয়া শৈশৱতেই আৰম্ভ হৈছে। ই এক চিন্তাৰ বিষয়।

সুস্বাস্থ্যৰ বাবে ইতিবাচক মনোভাৱৰ প্ৰয়োজন

অনুভৱ কৰাতকৈ ম'বাইল আদিতহে অধিক গুৰুত্ব দিয়ে। আমাৰ প্ৰায়ভাগ কামৰ স'তে হৰম'নৰ সম্পৰ্ক আছে। মনটো ভাল লগাৰ লগে লগে যিবিধ হৰম'ন উৎপন্ন হ'ব, সেয়া পিছে দুখ মনেৰে থাকিলে নহয়। যেতিয়া খাবলৈ মন যায় তেতিয়া কিছুমান বিশেষ ধৰণৰ হৰম'ন নিঃসৰণ হয়। সোৱাদ লগা খাদ্য খোৱাৰ লগে লগে যিবিধ হৰম'ন নিঃসৰণ হয় তাৰ দ্বাৰা হজমশক্তি স্বাভাৱিক হয়। হজম স্বাভাৱিক মানে শৌচ-প্ৰস্ৰাৱ আদি নিয়মীয়াকৈ হোৱাত সহায়ক। বহুতৰ শৌচ-প্ৰস্ৰাৱ স্বাভাৱিক পৰিমাণে নোহোৱাৰ ফলত বহুতো ৰোগে গা কৰি উঠিলে

এখন উপযুক্ত ক্ষেত্ৰ লাভ কৰে। কেৱল সেয়াই নহয় যদিহে শৌচ-প্ৰস্ৰাৱ ভালদৰে নহয় তেতিয়া টোপনিত ব্যাঘাত জন্মে। দিনটো অস্থিৰে অস্থিৰ হৈ কৰিবলগীয়া

বিষয়ত গুৰুত্ব দিবলৈ পিতৃ-মাতৃ অথবা অভিভাৱকে নিশ্চয়কৈ তেতিয়াহ'লে বয়স বৃদ্ধিৰ লগে লগে সমস্যাই জটিল ৰূপ ধাৰণ কৰিবলৈ লয়। সেইবাবে

সুস্বাস্থ্যৰ বাবে সকলোৱে ইতিবাচক চিন্তা কৰিলে শৰীৰত যিবোৰ হৰম'ন নিঃসৰণ হয় সেইবোৰৰ ভিতৰত অন্যতম হ'ল ছেৰোট'নিন, ডোপামিন, অক্সিটোচিন আৰু এণ্ডৰফিন অন্যতম।

সুস্বাস্থ্যৰ বাবে সকলোৱে ইতিবাচক চিন্তা কৰিলে শৰীৰত যিবোৰ হৰম'ন নিঃসৰণ হয় সেইবোৰৰ ভিতৰত অন্যতম

সুস্বাস্থ্যৰ বাবে সকলোৱে ইতিবাচক চিন্তা কৰিলে শৰীৰত যিবোৰ হৰম'ন নিঃসৰণ হয় সেইবোৰৰ ভিতৰত অন্যতম

ৰোগীৰ বাবে চেনি নে গুড় মিঠাই ভাল



চেনি আৰু গুড় মিঠাইত থকা শৰ্কৰাৰ মাজত কিবা পাৰ্থক্য আছে জানো? প্ৰায়ভাগ লোকেই চেনিকৈ মিঠাই শৰীৰৰ বাবে

উপকাৰী বুলি ভাবে। সেইবাবে বহুতেই বিশেষকৈ ডায়েবেটিছত আক্ৰান্ত লোকসকলে চেনিৰ পৰিৱৰ্তে গুড় মিঠাই খায়। গুড় মিঠাইত শৰ্কৰা কম থাকে বুলি ভাবে। চেনি মানেই শৰ্কৰা। অথচ গুড় মিঠাইত চেনিতকৈ কোনো গুণেই কম শৰ্কৰা নাথাকে। ডায়েবেটিছত আক্ৰান্ত লোকৰ বাবে শৰ্কৰা নিয়ন্ত্ৰণ কৰাটো অতি গুৰুত্বপূৰ্ণ। এয়া চেনিতেই অথবা গুড় মিঠাতেই হওক কোনো কথা নাই। ভাত ধাৰণাৰ বশতী হৈ চেনিৰ পৰিৱৰ্তে গুড় মিঠাই

খোৱাৰ মানসিকতা সলনি কৰিব লাগিব। কাৰণ এনে কৰাৰ ফলত কিছুমান ৰোগীৰ শৰ্কৰা ইমানেই বৃদ্ধি পায় যে ইয়াক নিয়ন্ত্ৰণ কৰাটো প্ৰত্যাহ্বান স্বৰূপ হয়। এগৰাকী ডায়েবেটিছত আক্ৰান্ত ৰোগীয়ে দিনটোৰ ভিতৰত কিমান শৰ্কৰা, কেবলি গ্ৰহণ কৰিব পাৰে সেই সম্পৰ্কে জানি থোৱাটো তেনেই গুৰুত্বপূৰ্ণ বিষয়। প্ৰয়োজনতকৈ কেতিয়াও বেছি চেনি, মিঠাই নাখাব। এই ক্ষেত্ৰত চিকিৎসক, পুষ্টি বিশেষজ্ঞৰ পৰামৰ্শ গ্ৰহণ কৰা উচিত।

কেলৰিৰ পৰিমাণ বেছি হ'ব নালাগে

এগৰাকী সুস্থ ব্যক্তিৰ দৈনন্দিন কাৰ্য পৰিচালনাৰ বাবে প্ৰয়োজন নিৰ্দিষ্ট পৰিমাণৰ কেলৰি। এই পৰিমাণ কম বেছি হোৱা মানেই বিপদ। সাধাৰণতে কেলৰি গ্ৰহণ বিষয়টো নিৰ্ভৰ কৰে লোকজনৰ টেনিচন কমপৰতিৰ ওপৰত। এজন কঠোৰ পৰিশ্ৰম কৰা লোকৰ বাবে যিমান কেলৰি দৈনিক প্ৰয়োজন, আন এজন কম পৰিশ্ৰম কৰা লোকক কমকৈ লাগিব। কিছুমান লোকে দিনৰ দিনটো বৃদ্ধি থাকিও কামত ব্যস্ত হৈ দীৰ্ঘসময় পৰিশ্ৰম কৰে। বিশেষকৈ কম্পিউটাৰ, লিখা-মেলো কৰা লোকসকলে দীৰ্ঘসময় ধৰি একে ঠাইতে বহি থাকি পাছত আকৌ নিশা দুপৰত টোপনি যায়। এনে ধৰণৰ পৰিশ্ৰম ক্ষেত্ৰত বেছি কেলৰিৰ প্ৰয়োজন নহয়। এজন সুস্থ ব্যক্তিৰ বাবে দৈনিক ১৬০০-১৭০০ কিলো কেলৰিৰ প্ৰয়োজন। আনহাতে, মোবছল লোকৰ বাবে ২২০০ কিলো কেলৰিয়েই যথেষ্ট। যদি ডায়েবেটিছত আক্ৰান্ত ব্যক্তি এজনে শৰ্কৰা নিয়ন্ত্ৰণত থকাৰ পাছত এদিন এটা মিঠাই খায় তেতিয়াহ'লে তেওঁ ভাত বা ৰুটি কমকৈ খাব লাগিব। অৰ্থাৎ এবিধ খোৱাৰ বাবে আন এবিধ কম পৰিমাণে খালে শৰীৰত কেলৰিৰ পৰিমাণ নিয়ন্ত্ৰণত থাকিব। সেইবাবে কৃত্ৰিম চেনি বা মিঠাইৰ ক্ষেত্ৰতো সকলোৱে সাৱধান হ'ব লাগিব। কিছুমানে আকৌ কৃত্ৰিম চেনি খোৱাৰ মাজতে চেনি বা সৰল শৰ্কৰাও খায়। ফলত শৰ্কৰাৰ পৰিমাণ বৃদ্ধি পায়। মনত ৰখা উচিত যে শৰ্কৰা এদিনতে বৃদ্ধি পায় যদিও সেই পৰিমাণৰ শৰ্কৰাকে নিয়ন্ত্ৰণ কৰিবলৈ কে'বালিন প্ৰয়োজন হয়। এগৰাকী ব্যক্তিয়ে নিটৌ কেলৰি গ্ৰহণ কৰা বিষয়টো বয়স, লিংগ, জীৱনশৈলী আৰু স্বাস্থ্যৰ অৱস্থাৰ ওপৰত নিৰ্ভৰ কৰে। সাধাৰণতে এগৰাকী সুস্থ পুৰুষক নিটৌ ২৫০০ কেলৰিৰ প্ৰয়োজনৰ বিপৰীতে মহিলাক ২০০০ কেলৰিৰ প্ৰয়োজন। পূৰ্বাৰ আহাৰ যদি সঠিক আৰু উপযুক্ত পৰিমাণে গ্ৰহণ কৰে তেতিয়াহ'লে দিনটোৰ বাবে প্ৰয়োজনীয় কেলৰি লাভ কৰাটো সম্ভৱ। দিনটোৰ ভিতৰত গ্ৰহণ কৰা কেলৰি আৰু ব্যয়ৰ মাজত যদি ভাৰসাম্য ৰক্ষা নহয় তেতিয়াহ'লে শৰীৰৰ ওজন বৃদ্ধি পাবলৈ ধৰে। যিসকল লোকে গ্ৰহণ কৰা কেলৰি আৰু কামৰ দ্বাৰা ব্যয় হোৱা কেলৰিৰ মাজত ভাৰসাম্য ৰক্ষা কৰে তেওঁলোকৰ বিশেষ সমস্যাই গা কৰি নুঠে। সদায় ভাৰসাম্য ৰক্ষা কৰিবলৈ চেষ্টা কৰে। দৈনন্দিন জীৱন-যাপনত দেখা যায় যে প্ৰায়ভাগ লোকেই এনেবোৰ বিষয়ত গুৰুত্ব প্ৰদান কৰিব নোখোজে। এনেবোৰ বিষয়তো ৰহিছক সজাগ কৰাৰ প্ৰয়োজন আছে। আজিকালি ডায়েবেটিছ, হাৰেণ্ডাৰ, কৰ্ডিওভাৰ্চুৱাৰ আদিৰ ওপৰত সজাগতা সৃষ্টি কৰা হৈছে। এনে ৰোগৰ পৰা পৰিভ্ৰাণ পাবলৈ হ'লে কি কৰিব লাগিব, কেনে ধৰণৰ সতৰ্কতা অৱলম্বন কৰিব লাগিব সেই বিষয়ে প্ৰচাৰ কৰাৰ নামতে ব্যাপক প্ৰচাৰ চলোৱা হৈছে। পিছে যদি এগৰাকী ব্যক্তিয়ে উপযুক্তভাৱে কেলৰি গ্ৰহণ কৰা আদি বিষয়ত গুৰুত্ব প্ৰদান কৰে তেতিয়াহ'লে বহুতো ৰোগৰ পৰা হাত সাৰিব পাৰিব। সুস্বাস্থ্যৰো অধিকাৰী হ'ব পাৰিব। সেইবাবে সকলোৱে এনে ধৰণৰ সৰু সৰু কথাত গুৰুত্ব প্ৰদান কৰা উচিত।



মেন'পজৰ সময়ত যদিহে কিছুমান বিশেষ লক্ষণ ফুটি উঠে তেতিয়াহ'লে শীঘ্ৰে চিকিৎসকৰ পৰামৰ্শ গ্ৰহণ কৰা উচিত।

- শ্বাস-প্ৰশ্বাস টুটি হ'লে আওকাণ নকৰিব।
- যদিহে হঠাৎ বুকুৰ বিষ বা বুকুখন চোঁচো মাৰি ধৰাৰ দৰে হ'লেও অৱহেলা নকৰাটোৱে মংগলজনক।
- উচ্চ ৰক্তচাপজনিত সমস্যাৰ বাবে মূৰৰ বিষ আৰম্ভ হ'ব পাৰে।
- মূৰ গধুৰ ভাব বা আচন্দ্ৰই কৰিলেও গুৰুত্ব দিব লাগে।
- সঘনাই হনুৰ বিষ হ'লেও অৱহেলা কৰিব নালাগে।
- যদিহে ভৰি ফুলি উঠে তেতিয়াও গুৰুত্ব দিয়ক।
- চিৎ হৈ শোৱাৰ সময়ত যদি অসুখীয়া হৈছে তেতিয়া বিষয়টো চিকিৎসকৰ স'তে আলোচনা কৰিব লাগে।

শৰীৰৰ বাবে কিমান উপকাৰী কণী



বিভিন্ন অধ্যয়নত ব্ৰতী গৱেষকসকলে ভিন্ন মত পোষণ কৰিছে। কিছুমানে যদি কণী নিয়মীয়াকৈ খাব লাগে বুলি কয়, আন কিছুমানে আকৌ এই ক্ষেত্ৰত সাৱধানতা অৱলম্বন কৰিবলৈ সতৰ্ক কৰি দিছে। বেছিভে কণী খালেও বিপদ ঘনীভূত হ'ব পাৰে। বিভিন্ন দেশত চলোৱা অধ্যয়নে এই বিষয়ে উল্লেখ কৰিছে। অৱশ্যে অপকাৰৰ বিষয়ে উল্লেখ কৰাৰ লগতে ইয়াৰ পৰা লাভ কৰা উপকাৰৰ কথাও উল্লেখ কৰিব লাগিব। কণী যিসকলে খায় তেওঁলোকৰ মনত এটা ভাৱ ধাৰণা আছে যে ইয়াৰ কুহুম বা হালধীয়া অংশতহে বেছি পুষ্টি থাকে। বগা অংশৰ বিশেষ পুষ্টি নাথাকে বুলি সিমান গুৰুত্ব

নিদিয়ে। আনহাতে, কেতিয়াবা কুহুমটোৰো ৰং গাঢ় হালধীয়া নহ'বও পাৰে। কুহুম হালধীয়া হোৱা বিষয়টো নিৰ্ভৰ কৰে খোৱা খাদ্যৰ ওপৰত। এলাজী আদিৰ সমস্যা নাথাকিলে নিয়মীয়াকৈ শিশুসকলক কণী খুৱাব লাগে। কাৰণ শিশুৰ শাৰীৰিক বিকাশৰ বাবে প্ৰয়োজনীয় প্ৰাৰম্ভৰ উপাদান থাকে। হাঁহে অথবা মূৰ্গীয়ে যদি কোৱাৰ্টিনযুক্ত আৰু ভিটামিন 'এ' যুক্ত খাদ্য বেছি খায় তেতিয়াহ'লে



কণী সম্পৰ্কে বহুতৰ মনত ভিন্ন ধাৰণা আছে। কিছুমানে ভাবে যে কণী খালেই ক'লেষ্টেৰল বৃদ্ধি পায়। হৃদৰোগৰ সমস্যায়ো গা কৰি উঠে বুলি ভাবে। সমান্তৰালভাৱে ষ্ট্ৰ'কৰ সম্ভাৱনীয়তাও বৃদ্ধি পায়। কিছুমান গৱেষকৰ গৱেষকে লাভ কৰা তথ্যমতে ডায়েবেটিছত আক্ৰান্ত লোকসকলৰ হৃদৰোগ বৃদ্ধিৰ আশংকা থাকে। অৱশ্যে এনে গৱেষণাৰ তথ্যও সম্পূৰ্ণৰূপে গুৰু বুলি ক'ব নোৱাৰিব। যদিও এই অধ্যয়নত শংকা বৃদ্ধি হয় বুলি কোৱা হৈছে। এয়া পৰিসংখ্যাৰ ওপৰতহে ভিত্তি কৰা হৈছে। যিসকল ডায়েবেটিছত আক্ৰান্তই নিয়মীয়াকৈ বেছি কণী খায় তেওঁলোকক স্বাস্থ্য সচেতন নহয় বুলি ক'লেহে বেছি ভাল হ'ব।

এটো সিঁজোৱা কণীত কি কি থাকে সিঁজাই খোৱা কণী, অমলেট কৰা আৰু দম কৰি খোৱা কণীত বিভিন্ন ধৰণৰ উপাদান পোৱা যায়। ইয়াত কে'বালিছ ভিটামিন থাকে। এটা সিঁজোৱা কণীত ভিটামিন 'এ' হয় শতাংশ, ভিটামিন বি_১ থাকে সাত শতাংশ, ফ'লেট পাঁচ শতাংশ, ভিটামিন বি_২ ন শতাংশ, ফ'ছফৰাছ ন শতাংশ, ছেলেনিয়াম ২২ শতাংশ থাকে। আনকি অ'মেগা৩-৩ বেটী পোৱা যায়।

কিছুমান ধাৰণা আৰু গৱেষণা

সুস্বাস্থ্যৰ বাবে আনাত উপাদানসমূহৰ ভিতৰত প্ৰ'টিনো তালিকাভুক্ত পেশী গঠনৰ ক্ষেত্ৰত ইয়াৰ ভূমিকা গুৰুত্বপূৰ্ণ। এটা কণীত ছয় গ্ৰাম প্ৰ'টিন পোৱা যায়। উপযুক্ত পৰিমাণে এমিনো এচিডো উপলব্ধ। এইবিধ উপাদান প্ৰচুৰ পৰিমাণে গ্ৰহণ কৰিলে শৰীৰৰ ওজন বৃদ্ধি নহয়। তদুপৰি ৰক্তচাপ হ্রাস কৰে বুলি কোৱা হয়।

আধা সিঁজা কণী কেতিয়াও নাখাব বহুতো লোকে 'হাফ ৰয়ল' বা আধা সিঁজা কণী খায়।



আজিৰে পৰা ভাৰত-দক্ষিণ আফ্ৰিকাৰ প্ৰথম টেষ্ট



চেন্নাই, ২৫ ডিচেম্বৰ : ভাৰত আৰু দক্ষিণ আফ্ৰিকাৰ মাজৰ তিনিখনীয়া টেষ্ট শৃংখলাৰ প্ৰথমখন টেষ্ট কাইলৈ পৰা আৰম্ভ হ'ব। উল্লেখ্য যে, শ্বৰত নিউজিলেণ্ডৰ বিৰুদ্ধে টেষ্ট শৃংখলা জয় কৰি দক্ষিণ আফ্ৰিকালৈ যোৱা ভাৰতীয় দল চাপৰ মাজতো দৃঢ় হৈ আছে। ইয়াৰ কাৰণ হ'ল পূৰ্ণ শক্তিয়ে নামিব টীম ইণ্ডিয়া। কাইলৈ প্ৰথমখন টেষ্টত টীম ইণ্ডিয়াৰ প্ৰশিক্ষক বাহুল দ্ৰাবিডে পাচজন বলাৰ মূল একাদশত অন্তৰ্ভুক্ত কৰিব বুলি ইতিমধ্যে ব্যক্ত কৰিছে। সেয়ে বেটছমেন হিচাপে হয় শ্ৰেয়াছ আয়াৰ বা আজিকে বাহানেৰ এজনে প্ৰথম টেষ্টত খেলাৰ সুযোগ পাব। বেটিং ভাৰতীয় দলৰ চিন্তাৰ কাৰণ হৈ আছে। পূজাৰা, বিৰাট আৰু বাহানেৰ ফৰ্মত নাই। আঘাতৰ বাবে দলত নাই বোহিহ। কিন্তু মায়ংক, বাহুল আৰু শ্ৰেয়াছৰ শেহতীয়া বেটিং টীম ইণ্ডিয়াৰ বাবে আশাৰূপ। উল্লেখ্য যে দক্ষিণ আফ্ৰিকাত ভাৰতীয় দলে তিনিখন টেষ্টৰ শৃংখলা খেলিব। আই চি টি বিশ্ব টেষ্ট চেম্পিয়নশ্বিপৰ অন্তৰ্গত দক্ষিণ আফ্ৰিকা আৰু ভাৰতীয় ক্ৰিকেট দলৰ মাজৰ এই তিনিখনীয়া টেষ্ট শৃংখলা। টীম ইণ্ডিয়াৰ এদিনীয়া আৰু টি-২০ ৰ অধিনায়ক বোহিহ শৰ্মাক এইবাৰ টেষ্ট দলৰ সহঃঅধিনায়কৰ দায়িত্ব দিয়া হৈছিল। পূৰ্বৰ অজিন্কা বাহানেৰ স্থানত। কিন্তু এতিয়া বোহিহে টেষ্ট শৃংখলাত অংশ ল'ব নোৱাৰিলে। তেওঁৰ স্থানত নিৰ্বাচকে অন্তৰ্ভুক্ত কৰিছে প্ৰিয়াংক পাঞ্চলক। আনহাতে, সহঃঅধিনায়কৰ দায়িত্ব পাইছে অপেনাৰ লোকেশ্ব বাহুলে। দক্ষিণ আফ্ৰিকা অঞ্চলৈ যোৱা ভাৰতীয় টেষ্ট দলটো হ'ল : বিৰাট কোহলি, লোকেশ্ব বাহুল, মায়ংক আগৰৱাল, চেতেশ্বৰ পূজাৰা, অজিন্কা বাহানে, শ্ৰেয়াছ আয়াৰ, হনুমা বিহাৰী, প্ৰিয়াংক পাঞ্চল, ঋষভ পণ্ট, ঋদ্ধিমান সাহা, বনিন্দ্রন অশ্বিন, জয়ন্ত যাদৱ, ঈশাণ্ট শৰ্মা, মহম্মদ ছামি, উমেশ্ব যাদৱ, যশ্বীত কুমাৰ, ছাৰ্দুল ঠাকুৰ আৰু মহম্মদ চিৰাজ।



গুৱাহাটী, ২৬ ডিচেম্বৰ ২০২১
দেওবাৰ, পৃষ্ঠা ১৫

৩৫ উৰ্ধ্বৰ শাখাত চেম্পিয়ন নাজনি-বাণী

গুৱাহাটী, ২৫ ডিচেম্বৰ : অসম টেনিছ সন্থাৰ উদ্যোগত আজিৰে পৰা নৰ্থ ইষ্ট টেনিছ ফাউণ্ডেছনৰ ক'ৰ্টত আৰম্ভ হৈছে প্ৰসন্ন কুমাৰ শৰ্মা সৌৰৱশি সন্থী অসম প্ৰবীণ ডাবলছ শাখাৰ টেনিছ প্ৰতিযোগিতা। পুৰুষ আৰু মহিলাৰ উক্ত বাজিক প্ৰবীণ ডাবলছ শাখাৰ টেনিছ প্ৰতিযোগিতাৰ পুৰুষৰ বয়স শাখা তিনিটা হ'ল 35, 45 আৰু 55 বছৰ উৰ্ধ্বৰ তথা মহিলাৰ একমাত্ৰ শাখাত হ'ল 35 বছৰ উৰ্ধ্বৰ। আজি প্ৰথমদিনা মহিলাৰ 35 বছৰ উৰ্ধ্বৰ শাখাত নাজনি জাফৰ আৰু বাণী কৌড়ে খিডাপ লাভ কৰে। ফাইনেলত নাজনি জাফৰ আৰু বাণী কৌড়ে 6-0, 6-1 ৰ ব্যৱধানত পৰাস্ত কৰে বৰিতা লাংখা আৰু মিতালী বৰকাক। অসম টেনিছ সন্থাৰ সম্পাদক অক্ষয় দত্তই জনোৱা অনুসৰি পুৰুষৰ 35, 45 আৰু 55 বছৰ উৰ্ধ্বৰ ফাইনেল তিনিখন কাইলৈ অনুষ্ঠিত হ'ব।



সন্মুখত পঞ্জাব বিধানসভাৰ নিৰ্বাচন

হৰভজন সিঙে ৰাজনীতিত যোগ দিয়াক লৈ ভিন্ন মহলত সৰৱ চৰ্চা

নতুন দিল্লী, ২৫ ডিচেম্বৰ : সকলো শ্ৰেণীৰ ক্ৰিকেটৰ পৰা অৱসৰ ঘোষণা কৰা ক্ৰিকেটৰ হৰভজন সিঙে অচিৰেই ৰাজনীতিত যোগ দিব পাৰে। আনহাতে, আসম পঞ্জাব বিধান সভাৰ নিৰ্বাচনত এটা ৰাষ্ট্ৰীয় দলৰ পাৰ্থী হোৱাৰো সম্ভাৱনা আছে ক্ৰিকেটৰপৰা কৰা। উল্লেখ্য যে ভাৰতীয় ক্ৰিকেটৰ অন্যতম চেম্পিয়ন খেলুৱৈ হৰভজন সিঙে কালি সকলো শ্ৰেণীৰ ক্ৰিকেটৰ পৰা অৱসৰ ঘোষণা কৰিছে। বৰদিনৰ প্ৰাক্কণত টুইটাৰযোগে সকলো শ্ৰেণীৰ ক্ৰিকেটৰ পৰা অৱসৰ গ্ৰহণ কৰাৰ কথা আনুষ্ঠানিকভাৱে ব্যক্ত কৰে অফ্ফীচিয়াল ৱেবছাইটত। উল্লেখ্য যে হৰভজন সিঙৰ বৰ্তমান বয়স হ'ল 41 বছৰ। যোৱা কিছুবছৰ ধৰি তেওঁ ক্ৰিকেটৰ পৰা আঁতৰি আছিল। সেয়ে এয়াই অৱসৰৰ উপযুক্ত সময় বুলি বোধগম্য হৈ সকলো শ্ৰেণীৰ ক্ৰিকেটৰ পৰা অৱসৰ ঘোষণা কৰে। অফ্ফীচিয়াল ৱেবছাইটত 1998 ত টীম ইণ্ডিয়াৰ হৈ অভিষেক কৰিছিল। আৰম্ভণি বিতৰ্কৰ মাজত থকাৰ সূৰ্যৰ নাছিল যদিও 2000 ত অষ্ট্ৰেলিয়া ক্ৰিকেট দলৰ ভাৰত ভ্ৰমণৰ সময়ত অনবন্য প্ৰদৰ্শনৰে উজ্জলি উঠে। কলকাতাৰ ইডেন গাৰ্ডেনত হেট্টিক অৰ্জন কৰি টেষ্টত এই ক্ৰিকেট লাভ কৰা প্ৰথম ভাৰতীয় ক্ৰিকেটৰ হৈ তাৰপাছত সাফল্যৰ জৰ্জ্বলাত আৰোহণ কৰে হৰভজনে। 2011 ৰ বিশ্ব চেম্পিয়ন ভাৰতীয় দলৰ সদস্য



হৰভজন সিং আছিল 2007 ৰ টি-২০ বিশ্বকাপৰ চেম্পিয়ন ভাৰতীয় দলৰো সদস্য। উল্লেখ্য যে গৌৰৱসয় কেৰিয়াত হৰভজন সিঙে 103 খন টেষ্টত 417 টা উইকেট লাভ কৰাৰ বিপৰীতে 236 খন এদিনীয়া খেলি লাভ কৰিছে মুঠ 269 টা উইকেট। আনহাতে, 28 খন টি-২০ মেচ খেলি লাভ কৰিছে 25 টা উইকেট।

প্ৰাইজমানি ক্ৰিকেট এছ এম গাঁও যুৱক সংঘৰ সহজ জয়লাভ

অগ্ৰদূত বাৰ্তা
বেৰেঞ্জীয়া, ২৫ ডিচেম্বৰ : নগাবন্ধা মিনি ষ্টেডিয়ামত চলি থকা সন্থী অসম প্ৰাইজমানি ক্ৰিকেট প্ৰতিযোগিতাৰ আজিৰ খেলত এছ এম গাঁও যুৱক সংঘই জয়লাভ কৰিছে। দলে 67 ৰাণত পৰাস্ত কৰে শাহাৰগৰ বেকিব ইলভেনেনক। পোনতে বেটিং কৰি এছ এম গাঁও যুৱক সংঘই 127-6 ৰাণ কৰে। প্ৰত্যুত্তৰত, মৰিগাৰ বেকিব ইলভেনেনে মাত্ৰ 60-10 ৰাণ কৰি পৰাজয় স্বীকাৰ কৰে। উল্লেখ্য যে সন্থী অসম প্ৰাইজমানি ক্ৰিকেট প্ৰতিযোগিতাখনত চেম্পিয়ন আৰু বানাহাৰ আপ দলক ট্ৰফীৰ লগতে নগদ ধন দিয়া হ'ব বুলি আয়োজকে অগ্ৰণত কৰিছে।

আঠ জিলাৰ শতাধিক খেলুৱৈৰ অংশগ্ৰহণ 30 সংখ্যক যোৰহাট অপেন টেনিছ প্ৰতিযোগিতা আৰম্ভ

গুৱাহাটী, ২৫ ডিচেম্বৰ : অসম টেনিছ সন্থাৰ সহযোগত যোৰহাট টেনিছ ক্লাবত আজিৰে পৰা আৰম্ভ হৈছে 30 সংখ্যক যোৰহাট অপেন। যোৰহাট টেনিছ ক্লাবৰ ক'ৰ্টত অনুষ্ঠিত হোৱা মেজৰ বেংকিং টেনিছ প্ৰতিযোগিতাখনত গুৱাহাটী, গোলাঘাট, এন আৰ এল, শিৱসাগৰ, ডিব্ৰুগড়, তেজপুৰ, দলীয়াজান আৰু যোৰহাটৰ খেলুৱৈয়ে অংশ লৈছে। অহা 30 ডিচেম্বৰত সামৰণি পৰিব লগা যোৰহাট অপেন টেনিছ প্ৰতিযোগিতাখনত ল'ৰাৰ 12, 14, 18 বছৰ অনুৰ্ধ্ব একক শাখাৰ তথা ল'ৰাৰ 14 বছৰ অনুৰ্ধ্ব ডাবলছ শাখাৰ খেল হোৱাৰ লগতে ছোৱালীৰ 14, 18 বছৰ অনুৰ্ধ্ব একক শাখাৰ আৰু পুৰুষৰ একক-ডাবলছ শাখাৰ খেল হ'ব। আজি প্ৰথম দিনা বিভিন্ন শাখাৰ প্ৰথম

বাউণ্ডৰ খেল অনুষ্ঠিত হয়। উল্লেখ্য যে অসম টেনিছ সন্থাই ইতিমধ্যে নতুন ছিজনৰ বিভিন্ন প্ৰতিযোগিতাৰ দিন আৰু স্থান নিশ্চিত কৰি সূচী ঘোষণা কৰিছে। ইতিমধ্যে যোৱা 14-19 ডিচেম্বৰলৈ গুৱাহাটীৰ উত্তৰ-পূব অংশত টেনিছ ফাউণ্ডেছনত অনুষ্ঠিত হৈছিল 31 সংখ্যক সন্থী অসম জুনিয়ৰ বেকিং টেনিছ প্ৰতিযোগিতা। ইফালে, আজিৰে পৰা 30 ডিচেম্বৰলৈ যোৰহাট টেনিছ ক্লাবত অনুষ্ঠিত হৈছে 30 সংখ্যক যোৰহাট অপেন। আনহাতে, নুমলীগড় কল্যাণী ক্লাবে অহা বৰ্ষৰ তিনিৰ পৰা ছয় জনৱাৰীলৈ আয়োজন কৰিব কল্যাণী অপেন জুনিয়ৰ টেনিছ প্ৰতিযোগিতা। এইবাৰ ধেমাজী টেনিছ ক্লাবে সাতৰ পৰা ন জনৱাৰীলৈ ধেমাজী টেনিছ চেম্পিয়নশ্বিপ আয়োজন কৰিব বুলি জনাইছে অসম টেনিছ সন্থাৰ সম্পাদক অক্ষয় দত্ত।

অসম প্ৰিমিয়াৰ ক্লাব চেম্পিয়নশ্বিপ ৰেডি়েণ্ট স্প'ৰ্টছ ক্লাবক হৰুৱাই ছেমিত ষ্টাৰ স্প'ৰ্টিং

অগ্ৰদূত বাৰ্তা
বেৰেঞ্জীয়া, ২৫ ডিচেম্বৰ : নগাৰ নকলা আমিন ষ্টেডিয়ামত অসম ক্ৰিকেট সন্থাই আয়োজন কৰা চলিত অসম প্ৰিমিয়াৰ ক্লাব চেম্পিয়নশ্বিপৰ আজি হোৱা মেচত ষ্টাৰ স্প'ৰ্টিং ক্লাবে চাৰি উইকেটত ৰেডি়েণ্ট স্প'ৰ্টছ ক্লাবক পৰাস্ত কৰি ছেমিফাইনেলত প্ৰৱেশ কৰিছে। পোনতে বেটিং কৰি ৰেডি়েণ্ট স্প'ৰ্টছ ক্লাবে মাত্ৰ 68-10 ৰাণত ইনিংছ সামৰে। প্ৰত্যুত্তৰত, ষ্টাৰ স্প'ৰ্টিং ক্লাবে 69-6 ৰাণ কৰি সহজে জয় অৰ্জন কৰে। উল্লেখ্য যে চতুৰ্থ অসম প্ৰিমিয়াৰ ক্লাব চেম্পিয়নশ্বিপৰ চেম্পিয়ন দলে লাভ কৰিব 10 লাখ টকা। বানাহাৰ আপ দলে পাঁচ লাখ টকা। ছেমিফাইনেলত পৰাস্ত হোৱা দল দুটাই দুই লাখকৈ। মাণ্ডলিক তৰৰ চেম্পিয়ন দলে লাখ তথা বানাহাৰ আপ দলে এক লাখ টকা পাব। আনহাতে, জিলাৰ চেম্পিয়ন দলে লাভ কৰিব এক লাখ। উল্লেখ্য যে অসম ক্ৰিকেট সন্থাৰ স্বীকৃত মুঠ জিলা গোট হ'ল 41 টা। সেয়ে এ চি এৰ উক্ত প্ৰিমিয়াৰ ক্লাব চেম্পিয়নশ্বিপৰ পাৰ্শ্বিক বাউণ্ড মেচ বাজাৰ 41 টা স্থানত অনুষ্ঠিত হৈছে। প্ৰতিটো স্থানতে জিলাৰ পঞ্জিয়ন থকা গড় 10 টা ক্লাবে প্ৰথম বাউণ্ড মেচ খেলিছে।



১৯ অনুৰ্ধ্ব এছিয়া কাপ ক্ৰিকেটত ভাৰতৰ বিৰুদ্ধে পাকিস্তানৰ জয়

ফাইনেলত ভি আই পি ইউনাইটেড

অগ্ৰদূত বাৰ্তা
আজাৰী, ২৫ ডিচেম্বৰ : অমৃত চৌধুৰী আৰু কুমল চৌধুৰী প্ৰাইজমানি ফুটবল প্ৰতিযোগিতাৰ ফাইনেলত প্ৰৱেশ কৰিছে ভি আই পি ইউনাইটেড এফ চি। আজি অনুষ্ঠিত হোৱা ছেমিফাইনেলত ভি আই পি ইউনাইটেড এফ চি দলে ২-০ গ'লত পৰাস্ত কৰে আচামিজ ওবাৰিয়ৰ্ক। উল্লেখ্য যে ইয়াৰপূৰে হোৱা কোৱাৰ্টাৰ ফাইনেলত ভি আই পি ইউনাইটেড এফ চি দলে 1-0 গ'লত আজাৰা বয়জ ক্লাবক পৰাস্ত কৰি ছেমিফাইনেলত প্ৰৱেশ কৰিছিল। বিপৰীতে প্ৰাইজমানি ফুটবল প্ৰতিযোগিতাখনৰ কোৱাৰ্টাৰ ফাইনেলত আচামিজ ওবাৰিয়ৰ্ক দল মুখামুখি হৈছিল ওদালগুৰিৰ বয়েল ব্ৰাডাৰ্ছ দলৰ। একপক্ষীয় মেচত এচামিজ বাৰিয়ৰ্ক দলে 3-1 গ'লত পৰাস্ত কৰিছিল বয়েল ব্ৰাডাৰ্ছ দলক।



২২৫ ৰাণৰ বৃহৎ ব্যৱধানত জয়ী ফেলকনচ ক্লাব

অগ্ৰদূত বাৰ্তা, নাহৰকটীয়া, ২৫ ডিচেম্বৰ : অসম ক্ৰিকেট সন্থাৰ সহযোগত নাহৰকটীয়া ক্ৰিকেট ষ্টেডিয়ামত চলি থকা অসম প্ৰিমিয়াৰ ক্লাব চেম্পিয়নশ্বিপৰ আজি হোৱা মেচত ফেলকনচ ক্লাবে 225 ৰাণৰ বৃহৎ ব্যৱধানত পৰাস্ত কৰে ইউনাইটেড স্প'ৰ্টছ ক্লাব। ফেলকনচ ক্লাবে মাত্ৰ 37-10 ৰাণত ইনিংছ সামৰি পৰাজয় স্বীকাৰ কৰে। উল্লেখ্য যে এ চি এৰ উক্ত প্ৰিমিয়াৰ ক্লাব চেম্পিয়নশ্বিপ ক্ৰিকেট প্ৰতিযোগিতাখনত তিনিটা স্তৰত অনুষ্ঠিত কৰিছে। প্ৰথম বাউণ্ড মেচ অনুষ্ঠিত হৈছে জিলা, ছব ডিভিজন, বিশ্ব বিদ্যালয় পৰ্যায়ত। ফাইনেল বাউণ্ড মেচত আৰম্ভ হ'ব 10 মাৰ্চৰ পৰা 10 এপ্ৰিললৈ। উল্লেখ্য যে চতুৰ্থ অসম প্ৰিমিয়াৰ ক্লাব চেম্পিয়নশ্বিপৰ চেম্পিয়ন দলে লাভ কৰিব 10 লাখ টকা। বানাহাৰ আপ দলে পাঁচ লাখ টকা। ছেমিফাইনেলত পৰাস্ত হোৱা দল দুটাই দুই লাখকৈ। মাণ্ডলিক তৰৰ চেম্পিয়ন দলে ডেৰ লাখ তথা বানাহাৰ আপ দলে এক লাখ টকা পাব। আনহাতে, জিলাৰ চেম্পিয়ন দলে লাভ কৰিব এক লাখ।

বিভাৰ ৰাইনৰ বিৰুদ্ধে নিউষ্টাৰ ক্লাবৰ অগ্ৰগতি

গুৱাহাটী, ২৫ ডিচেম্বৰ : অসম ক্ৰিকেট সন্থাই আয়োজন কৰা চলিত অসম প্ৰিমিয়াৰ ক্লাব চেম্পিয়নশ্বিপৰ আজি গুৱাহাটীৰ মেচত নিউষ্টাৰ ক্লাব 51 ৰাণত পৰাস্ত কৰে বিভাৰ ৰাইন ক্লাবক। পোনতে বেটিং কৰি নিউষ্টাৰ ক্লাবে 148-9 ৰাণ কৰি পৰাজয় স্বীকাৰ কৰে। উল্লেখ্য যে প্ৰথম স্তৰত মিসকল চেম্পিয়নত চতুৰ্থ অসম প্ৰিমিয়াৰ ক্লাব চেম্পিয়নশ্বিপৰ খেল হৈছে প্ৰতিটো কেম্ব্ৰৰ পৰা এটোকৈ দল যোগাতা অৰ্জন কৰিব মাণ্ডলিক বাউণ্ড মেচলৈ। অহাবৰ্ষৰ 18 জানুৱাৰীৰ পৰা 15 ফ্ৰেব্ৰুৱাৰীলৈ হ'ব ছটা মণ্ডলৰ খেলসমূহ। আনহাতে, এই ছটা মণ্ডলৰ পৰা শীৰ্ষ দুটাকৈ দল অৰ্থাৎ 12 দলে খেলিব ফাইনেল বাউণ্ড মেচ। ফাইনেল বাউণ্ড আৰম্ভ হ'ব 10 মাৰ্চৰ পৰা 10 এপ্ৰিললৈ। উল্লেখ্য যে চতুৰ্থ অসম প্ৰিমিয়াৰ ক্লাব চেম্পিয়নশ্বিপৰ চেম্পিয়ন দলে লাভ কৰিব 10 লাখ টকা। বানাহাৰ আপ দলে পাঁচ লাখ টকা। ছেমিফাইনেলত পৰাস্ত হোৱা দল দুটাই দুই লাখকৈ। মাণ্ডলিক তৰৰ চেম্পিয়ন দলে ডেৰ লাখ তথা বানাহাৰ আপ দলে এক লাখ টকা পাব। আনহাতে, জিলাৰ চেম্পিয়ন দলে লাভ কৰিব এক লাখ।

নাজিৰা ক্ৰিকেট একাডেমী ফাইনেলত

অগ্ৰদূত বাৰ্তা
নাজিৰা, ২৫ ডিচেম্বৰ : চলিত অসম প্ৰিমিয়াৰ ক্লাব চেম্পিয়নশ্বিপৰ নাজিৰাত হোৱা খেলৰ ফাইনেলত প্ৰৱেশ কৰিছে নাজিৰা ক্ৰিকেট একাডেমী। উল্লেখ্য যে অসম ক্ৰিকেট সন্থাৰ সহযোগত নাজিৰা ক্ৰিকেট সন্থাই আয়োজন কৰা প্ৰতিযোগিতাৰ আজি হোৱা প্ৰথম ছেমিফাইনেলত নাজিৰা ক্ৰিকেট একাডেমীয়ে 57 ৰাণৰ ব্যৱধানত পৰাস্ত কৰে উদয়ন ক্লাবক। পোনতে বেটিং কৰি নাজিৰা ক্ৰিকেট একাডেমীয়ে 161-10 ৰাণ

কৰে। প্ৰত্যুত্তৰত, উদয়ন ক্লাবে 104-10 ৰাণত ইনিংছ সামৰি পৰাজয় স্বীকাৰ কৰে। উল্লেখ্য যে মুঠ 75 লাখ টকা প্ৰাইজমানি থকা এ চি এৰ উক্ত প্ৰিমিয়াৰ ক্লাব চেম্পিয়নশ্বিপ ক্ৰিকেট প্ৰতিযোগিতাখন তিনিটা স্তৰত অনুষ্ঠিত হ'ব। প্ৰথম বাউণ্ড মেচ অনুষ্ঠিত হ'ব জিলা, ছব ডিভিজন, বিশ্ব বিদ্যালয় পৰ্যায়ত। ফাইনেল বাউণ্ড মেচত আৰম্ভ হ'ব 10 মাৰ্চৰ পৰা 10 এপ্ৰিললৈ। চতুৰ্থ অসম প্ৰিমিয়াৰ ক্লাব চেম্পিয়নশ্বিপৰ চেম্পিয়ন দলে লাভ কৰিব 10 লাখ টকা।



বাজিক টেবল টেনিছৰ সামৰণি অনুষ্ঠানত খেলুৱৈক বঁটা বিতৰণ কৰিছে বিমল বৰাৰ।

ক্লাব চেম্পিয়নশ্বিপত গড়মূৰ টাউন ক্লাবৰ জয়

অগ্ৰদূত বাৰ্তা, মাজুলী, ২৫ ডিচেম্বৰ : চলিত অসম প্ৰিমিয়াৰ ক্লাব চেম্পিয়নশ্বিপৰ আজি মাজুলীত হোৱা মেচত গড়মূৰ টাউন ক্লাবে 56 ৰাণত পৰাস্ত কৰে পাছৰ ক্লাবক। পোনতে বেটিং কৰি গড়মূৰ টাউন ক্লাবে 140-10 ৰাণ কৰে। প্ৰত্যুত্তৰত, পাছৰ ক্লাবে 84-10 ৰাণত ইনিংছ সামৰি পৰাজয় স্বীকাৰ কৰে। উল্লেখ্য যে মাজুলীত আৰম্ভ হোৱা চলিত অসম প্ৰিমিয়াৰ ক্লাব চেম্পিয়নশ্বিপত মুঠ 12 টা দলে অংশ লৈছে। অসম ক্ৰিকেট সন্থাই আনুষ্ঠানিকভাৱে মাজুলী জিলা ক্ৰিকেট সন্থাক স্বীকৃতি প্ৰদান কৰাৰ পাছত এতিয়া মাজুলীত আৰম্ভ হৈছে চলিত অসম প্ৰিমিয়াৰ ক্লাব চেম্পিয়নশ্বিপৰ খেল। উল্লেখ্য যে অলপতে বৰ্ষাপাৰা ষ্টেডিয়ামত হোৱা বিশেষ সাধাৰণ সভাত অসম ক্ৰিকেট সন্থাই আনুষ্ঠানিকভাৱে স্বীকৃতি প্ৰদান কৰিছিল মাজুলী জিলা ক্ৰিকেট সন্থাক। অসম ক্ৰিকেট সন্থাৰ 42 নম্বৰ গোট হ'ল মাজুলী জিলা ক্ৰিকেট সন্থা। এই স্বীকৃতিৰ পাছতই মাজুলীয়ে অসম ক্ৰিকেট সন্থাৰ সকলো বাজিক প্ৰতিযোগিতাত অংশ ল'বলৈ সক্ষম হৈছে।

ৰাজ্যিক বেডমিণ্টন প্ৰতিযোগিতাত দেবা বৰদলৈৰ দ্বিমুকুট অৰ্জন

অগ্ৰদূত বাৰ্তা
মাটিয়া, ২৫ ডিচেম্বৰ : গোৱালপাৰাত অনুষ্ঠিত হোৱা ৰাজ্যিক বেডমিণ্টন প্ৰতিযোগিতাত দেবা বৰদলৈয়ে দ্বিমুকুট অৰ্জন কৰাৰ লগতে শ্ৰেষ্ঠ খেলুৱৈৰ সন্মান লাভ কৰিছে। একক শাখাৰ ফাইনেলত দেবাই পৰাস্ত কৰে জ্যোতিময় শালেক। আনহাতে, ডাবলছ শাখাত দেবা আৰু বিজয় ব্ৰহ্মই সীমদ্বীপ কাকতি আৰু মেঘনাথ ৰাভাক হৰুৱায়। উল্লেখ্য যে নৰজ্যোতি ক্লাবে আয়োজন কৰা ৰাজ্যিক বেডমিণ্টন প্ৰতিযোগিতাখনত গোৱালপাৰাৰ লগতে পুৰী, বঙাইগাঁও, বৰপেটা, কোকাৰাঝাৰ, কামৰূপ, গুৱাহাটী, মণ্ডলৈ আদিৰ খেলুৱৈয়ে অংশ লৈছিল।





এখন বাহনেই দুটা ৰূপ ধৰি চলি যাব গন্তব্যস্থললৈ। সম্প্ৰতি এই ধৰণৰ এখন যান নিৰ্মাণ হৈছে জাপানত। আজি জনসাধাৰণৰ সন্মুখত মুকলি কৰা এই যানখনৰ নাম 'ডুয়েল মোড ভেহিকল' (ডিএমভি)। জাপানৰ কাইয়' চহৰত প্ৰথমবাৰলৈ এই ধৰণৰ বাহন চলিব।

ৰেলপথ পালেই ৰেলৰ ৰূপ ধৰিব বাছে

নিউজ বুৰ'
টকিমা, ২৫ ডিচেম্বৰ : বাস্তৱ টিক বাছৰ দৰেই চলিব, কিন্তু ৰেলপথ পোৱাৰ লগে লগে ৰূপান্তৰিত হ'ব ৰেললৈ। অৰ্থাৎ এখন বাহনেই দুটা ৰূপ ধৰি চলি যাব গন্তব্যস্থললৈ। সম্প্ৰতি এই ধৰণৰ এখন যান নিৰ্মাণ হৈছে জাপানত। আজি জনসাধাৰণৰ সন্মুখত মুকলি কৰা এই যানখনৰ নাম 'ডুয়েল মোড ভেহিকল' (ডিএমভি)। জাপানৰ কাইয়'

জাপানত মুকলি হ'ল বিশ্বৰ প্ৰথম দুটা পথত চলা বাহন

চহৰত প্ৰথমবাৰলৈ এই ধৰণৰ বাহন চলিব। এই ডিএমভি বাহন দেখিবলৈ প্ৰায় মিনিবাছৰ দৰে। যেতিয়া বাহনখন বাস্তৱত চলিব, তেতিয়া সাধাৰণ গাড়ীৰ চকা ব্যৱহাৰ কৰি আগবাঢ়ি যাব। আনহাতে, ৰেলপথত চলাৰ বাবে ব্যৱহৃত হ'ব ষ্টীলৰ চকা। আছা ক'ষ্ট ৰেল

কোম্পানীয়ে এই যানখন নিৰ্মাণ কৰিছে। ডিএমভিৰ সন্দৰ্ভত কোম্পানীটোৰ মুখ্য কাৰ্যবাহী বিষয়াজনে কয় যে কাইয়'ৰ দৰে সৰু চহৰ য'ত জনসংখ্যা কম, তাত এই বাহনখন যথেষ্ট কামত আহিব। সৰু চহৰত পৰিবহণ সংস্থাসমূহে লাভৰ মুখ সেইদৰে

নেদেখে। এই যানখনে পৰিস্থিতি সলনি কৰি দিব পাৰে। মুখ্য কাৰ্যবাহী বিষয়াজনে লগতে কয়, 'এই বাহনে ঘৰলৈ গৈ বাছৰ দৰে মানুহ তুলি আনিব পাৰিব। তাৰ পাছত ৰেলপথত উঠি গন্তব্যস্থললৈ লৈ যাব।' নিৰ্মাণকাৰী কোম্পানীটোৱে জনোৱা মতে, ডিএমভিত সৰ্বাধিক

২১জন যাত্ৰী বহিব পাৰে। ৰেলপথত সৰ্বাধিক ৬০ কিলোমিটাৰ প্ৰতি ঘণ্টা গতিবেগত চলিব পাৰিব। অৱশ্যে বাস্তৱত ইয়াৰ গতি বেছি হ'ব। বাস্তৱত প্ৰতি ঘণ্টাত এশ কিলোমিটাৰ গতিবেগত যাব পাৰিব বুলি জনাইছে কোম্পানীটোৰ কাৰ্যবাহীজনে।

যুগ যুগ ধৰি এটাই প্ৰশ্ন, মুৰ্গী আগত নে কণী আগত?

অৱশেষত এই বহস্যৰ উত্তৰ উলিয়ালে বিজ্ঞানীয়ে

নিউজ বুৰ'
লণ্ডন, ২৫ ডিচেম্বৰ : মুৰ্গী আগত নে কণী আগত? যুগ যুগ ধৰিয়েই এই বিতৰ্ক অব্যাহত আছে। অৱশ্যে কোনো দিনেই এই প্ৰশ্নৰ সঠিক উত্তৰ কোনোও দিন পৰা নাছিল। একাংশই দাবী কৰি আহিছে যে মুৰ্গীয়েই আগত সৃষ্টি হৈছিল। ইয়াৰ বিপৰীতে আন একাংশই দাবী কৰি আহিছে যে মুৰ্গী নহয়, বৰঞ্চ কণীয়েই আগত সৃষ্টি হৈছিল। আনকি এই বিষয়ত বছৰ বছৰ ধৰি গৱেষণাও চলিছিল। সম্প্ৰতি এই বহস্যৰ সমাধান কৰা বুলি দাবী কৰিছে

এদল গৱেষকে। তেওঁলোকে দাবী কৰিছে যে কণী নহয়, বৰঞ্চ মুৰ্গীয়েই আগত আহিছে। এই বিষয়টো প্ৰমাণসহ প্ৰকাশ কৰিছে গৱেষকৰ দলে। ব্ৰিটেইনৰ শ্বেফিল্ড আৰু বাৰউইক বিশ্ববিদ্যালয়ৰ গৱেষকসকলে এই বিষয়ত দীৰ্ঘদিনৰ পৰা গৱেষণা অব্যাহত ৰাখিছিল। দীৰ্ঘ দিনৰ গৱেষণাৰ অন্তত তেওঁলোকে এই সাঁথৰৰ উত্তৰ বিচাৰি উলিয়াবলৈ সক্ষম হৈছে। গৱেষকৰ দলটোৱে দাবী কৰিছে যে কণীৰ ভিতৰৰ বগা অংশতে থাকে অভ'ক্লিডিন



(অ'চি-১৭) নামৰ এবিধ প্ৰ'টিন। কণীৰ সৃষ্টিত এই প্ৰ'টিনৰ গুৰুত্বপূৰ্ণ ভূমিকা আছে। তদুপৰি এই অভ'ক্লিডিন প্ৰ'টিন মুৰ্গীৰ গৰ্ভাশয়তো পোৱা গৈছে। গৱেষকসকলৰ দাবী, ইয়াৰ দ্বাৰাই

প্ৰমাণ হয় যে প্ৰথমে মুৰ্গীৰ সৃষ্টি হৈছিল। তাৰ পাছত মুৰ্গীৰ গৰ্ভাশয়ত অভ'ক্লিডিন প্ৰ'টিন সৃষ্টি হয়। সেই প্ৰ'টিনৰ পৰাই কণীৰ সৃষ্টি। অৱশ্যে মুৰ্গীৰ আগমন আগত

বুলি এক সমাধান সূত্ৰ উলিয়ালেও সেই মুৰ্গীৰ পৃথিৱীলৈ প্ৰথমে কিদৰে আগমন ঘটিল, তাৰ কোনো উত্তৰ এই পৰ্যন্ত গৱেষকসকলে দিব পৰা নাই। অৰ্থাৎ এটা প্ৰশ্নটিহে এতিয়াও থাকিয়েই গ'ল।

দিল্লী-মুম্বাইৰ অভিজাত ৰেষ্টোৰাৰ বৰপেটাৰ তিয়হ


জনিয়াৰ আব্দুল ছামাদসহ বহুতৰ মুখত হাঁহি উৎপাদকে উচিত মূল্য নোপোৱাৰ অভিযোগৰ বিপৰীতে আদৰ্শ হ'ব পাৰে ছামাদসহ একাংশ কৃষক



সমাস্তৰাল সন্ধান কৰে বজাৰৰো। ছামাদে কয়, 'প্ৰথমতে তিয়হৰো বৰপেটাৰোডৰ পাইকাৰী বজাৰলৈ নিছিলো। তাত পাইকাৰী বেপাৰীৰ ওচৰত বিক্ৰী কৰিছিলো। লাহে লাহে বজাৰখন বহল হ'বলৈ ধৰে। আমাৰ তিয়হ দিল্লী-মুম্বাইৰ বজাৰলৈ যোৱা আৰম্ভ হয়। ছামাদে কয়, 'এতিয়া আমাৰ জনিয়াৰ পথাৰত উৎপাদিত তিয়হ পোনে পোনে দিল্লী, মুম্বাইলৈ যায়। তাৰ

বজাৰত হোটেলত বিক্ৰী হয়।' খেতিয়কজনে কয় যে দিল্লী-মুম্বাইৰ বজাৰলৈ যোৱা বাবে তেওঁলোকৰ আয়ও সন্তোষজনক হয়। সম্প্ৰতি বৰপেটাৰোডৰ পাইকাৰী বজাৰত প্ৰতি কিলোগ্ৰাম তিয়হৰ মূল্য হ'ল ১৮-২০ টকা। অসমৰ বাহিৰলৈ যোৱা তিয়হৰ মূল্য তাতকৈ অলপ বেছি। বৰপেটাৰ কে'বাজনে তিয়হ উৎপাদনকাৰীয়ে সদৰী কৰা অনুসৰি মানদণ্ডৰ ভিত্তিত দিল্লীলৈ যোৱা তিয়হ প্ৰতি কিলোগ্ৰামত ২৫-২৮ টকা পৰ্যন্ত বিক্ৰী হয়। সেই তিয়হে দিল্লী-মুম্বাইৰ ৰেষ্টোৰেণ্টৰ টেবুল শুৱনি কৰে। পঞ্চতৰকা হোটেলৰ 'ভাইনিং ৰাম'ৰ শোভা বাঢ়াব। পথাৰৰ পৰা সেই তিয়হ কঢ়িয়াবলৈ দিল্লীৰ পৰা আহে কে'বাচকীয়া ট্ৰাক। আদৰ্শ ছামাদে কয় যে অতি বেছি তিনিমাহ

বজাৰত হোটেলত বিক্ৰী হয়।' খেতিয়কজনে কয় যে দিল্লী-মুম্বাইৰ বজাৰলৈ যোৱা বাবে তেওঁলোকৰ আয়ও সন্তোষজনক হয়। সম্প্ৰতি বৰপেটাৰোডৰ পাইকাৰী বজাৰত প্ৰতি কিলোগ্ৰাম তিয়হৰ মূল্য হ'ল ১৮-২০ টকা। অসমৰ বাহিৰলৈ যোৱা তিয়হৰ মূল্য তাতকৈ অলপ বেছি। বৰপেটাৰ কে'বাজনে তিয়হ উৎপাদনকাৰীয়ে সদৰী কৰা অনুসৰি মানদণ্ডৰ ভিত্তিত দিল্লীলৈ যোৱা তিয়হ প্ৰতি কিলোগ্ৰামত ২৫-২৮ টকা পৰ্যন্ত বিক্ৰী হয়। সেই তিয়হে দিল্লী-মুম্বাইৰ ৰেষ্টোৰেণ্টৰ টেবুল শুৱনি কৰে। পঞ্চতৰকা হোটেলৰ 'ভাইনিং ৰাম'ৰ শোভা বাঢ়াব। পথাৰৰ পৰা সেই তিয়হ কঢ়িয়াবলৈ দিল্লীৰ পৰা আহে কে'বাচকীয়া ট্ৰাক। আদৰ্শ ছামাদে কয় যে অতি বেছি তিনিমাহ



GUWAHATI MUNICIPAL CORPORATION


Presents


"A People Friendly Initiative"

With the Inauguration of North Eastern India's **FIRST AIRCONDITIONED PUBLIC TOILET** by **Sri Ashok Singhal** Hon'ble Minister of Housing & Urban Affairs and Irrigation on 26th December 2021 at 6.00 PM under Six Mile Flyover, Guwahati

Project Courtesy **LIONS CLUB OF GAUHAATI**

ASSAM ROOFING LIMITED





১২/১২/২১
জলসংযোগ/ডি এফ/২১৮৮২