সংবাদ পরিষেবা

জুলাই ২০২১

কৃষি, স্বাস্থ্য, পরিবেশ ও বাস্তুবিদ্যা বিষয়ক, এই তথ্য-মাসিক কোনো সংবাদপত্র নয়, বরং সংবাদ বিনিময়-পত্র। এই বিনিময়-প্রয়াসে যুক্ত বাংলা-আসাম-ত্রিপুরা-বাংলাদেশ সহ বঙ্গভাষী বৃত্তের বিবিধ আঞ্চলিক সংবাদ-সাময়িকী।

মানব পাচার রুখতে নতুন আইন

২৭/০১

কোনো রকম প্রচার ছাড়াই কেন্দ্রীয় নারী ও শিশুবিকাশ মন্ত্রক ২০২১ সালের মানবপাচার (প্রতিরোধ, দেখাশোনা ও পুনর্বাসন) বিলের খসড়ার জন্য সংশ্লিষ্ট সকলের কাছ থেকে মন্তব্য এবং প্রস্তাব আহ্বান করেছিল জুলাই মাসের ৪ তারিখে। মন্তব্য এবং প্রস্তাব জমা দেওয়ার শেষ তারিখ ছিল ১৪ জুলাই। অর্থাৎ মাত্র ১১দিন। মানব পাচার বিশেষত নারী ও শিশু পাচার প্রতিহত করা, কেউ পাচারের শিকার হলে তার দেখাশোনা, পুনর্বাসনের ব্যবস্থা করা এই বিলের মূল উদ্দেশ্য। এছাড়াও ক্ষতিগ্রস্ত মানুষদের মানবাধিকার রক্ষা করা, তাঁদের জন্য আইনি, অর্থনৈতিক সহায়তা ও সমাজে সম্মান বজায় রাখা নিশ্চিত করার পাশাপাশি পাচারকারীদের বিরুদ্ধে যথাযথ ব্যবস্থা নেওয়ার দিকটিও এই বিলে রয়েছে।

আমরা জানি করোনাকালে শুধু পেটের ভাত জোগাতে মানব পাচার বহুগুণ বেড়েছে। অথচ এত গুরুত্বপূর্ণ একটি আইন তৈরির আগে, সরকারের আরো অনেক বেশি প্রচার এবং বিভিন্ন পেশার মানুষজনকে যুক্ত করা এবং তাদের মতামতকে প্রাধান্য দিয়ে বিলের চূড়ান্ত খসড়াটি অনুমোদনের দরকার ছিল। কিন্তু অযথা তাড়াহুড়োতে আইনটির উদ্দেশ্যই না ব্যাহত হয়ে যায়।

পশুপালনে আয় বৃদ্ধি

২৭/০২

প্রাণীসম্পদ খাতে বৃদ্ধি ত্বরান্বিত করতে এবং পশুপালন খাতে নিযুক্ত ১০ কোটি চাষির আয় বৃদ্ধির জন্য ২০২১-২২ অর্থবছর থেকে পরবর্তী পাঁচ বছরের জন্য কেন্দ্রীয় সরকার ৫৪ হাজার ৬১৮ কোটি টাকা সাহায্য দেবে। এজন্য দুধ উৎপাদন, প্রক্রিয়াকরণ, বিপণন, দুধ ও দুগ্ধজাত পণ্যের গুণগত মানের ওপর জোর দিয়ে জাতীয় দুগ্ধ বিকাশের কার্যক্রম তৈরি করা হবে। এই কাজে প্রায় ৮৯০০ দুধ হিমায়িত রাখার প্রকল্প স্থাপনের লক্ষ্যে করা হয়েছে। যা দেশের ২৬,৭০০ গ্রামকে এ কাজে অন্তর্ভুক্ত করবে। এর ফলে ৮ লক্ষেরও বেশি দুধ উৎপাদক সংস্থা উপকৃত হবে।

ফসল সংগ্রহ

২৭/০৩

গত জুন ২০২১ পর্যন্ত চাষিদের থেকে ৪১৬.৪৪ লক্ষ মেট্রিক টন গম সংগ্রহ করা হয়েছে। গতবার এই সময়ের মধ্যে সংগ্রহের পরিমাণ ছিল ৩৮৯.৯২ লক্ষ মেট্রিক টন। এই গম সংগ্রহ করা হয়েছে ৪৫.৫৬ লক্ষ চাষির থেকে। গমের জন্য সরকার ৮২,২৪৭.৫১ কোটি টাকা ন্যূনতম সহায়ক মূল্য হিসেবে খরচ করেছে। এছাড়া ধান সংগ্রহের কাজও চলছে। বিভিন্ন রাজ্য থেকে এ পর্যন্ত ৮০৮.৪২ লক্ষ মেট্রিক টন ধান সংগ্রহ করা হয়েছে। এর ফলে ১১৯.৮৮ লক্ষ চাষিকে ধানের জন্য ন্যূনতম সহায়ক মূল্য হিসেবে দেওয়া হয়েছে ১,৫২,৬৩০.০৯ কোটি টাকা।

কেন্দ্রীয় সরকারের তথ্য অনুযায়ী এ যাবৎ ৩ হাজার ৯২৮ কোটি ৫০ লক্ষ টাকার ন্যূনতম সহায়ক মূল্যে ৭ লক্ষ ৫১ হাজার ২৭৯ টন বিভিন্ন ডাল এবং তেলবীজ সংগ্রহ করা হয়েছে ৪ লক্ষ ৪৩ হাজার চাষির থেকে।

গলছে হিমবাহ ভবিষ্যতও

২৭/০৪

জলবায়ু পরিবর্তনের ফলে হিমালয় অঞ্চলের বরফ ও হিমবাহ দ্রুত গলে যাচ্ছে। এর ফলে হিমালয়-কারাকোরাম অঞ্চলের সিন্ধু, গঙ্গা, ব্রহ্মপুত্রের মতো নদীর জলপ্রবাহে প্রভাব পড়বার সম্ভাবনা আছে।

হিমালয়-কারাকোরাম অঞ্চলকে এশিয়ার জলস্তম্ভ বলা হয়। পৃথিবীর সবথেকে বেশি হিমবাহে আবৃত পার্বত্য অঞ্চল হল এই হিমালয়-কারাকোরাম অঞ্চল। এই অঞ্চলের যে সব নদীর উৎপত্তি তাদের জল সম্পদের ওপর ১০০ কোটির মতো মানুষ নির্ভরশীল। তাই এখানকার জলবায়ু পরিবর্তনের ফলে নদীগুলির জলপ্রবাহের বিষয়টি অত্যন্ত গুরুত্বপূর্ণ। ‘সায়েন্স’ ম্যাগাজিনে হিমালয় কারাকোরাম অঞ্চলের হিমবাহ এবং জল অনুসন্ধান বিজ্ঞান বিষয়ক একটি প্রবন্ধে বলা হয়েছে, ২০৫০ সাল পর্যন্ত এই

এলাকায় নদীর জলের পরিমাণ বৃদ্ধি পাওয়া, হিমবাহ গলে যাওয়া এবং মরশুমি জলপ্রবাহ বৃদ্ধির ঘটনা ঘটবে। কিছু ব্যতিক্রম ছাড়া এই অঞ্চলের জলপ্রবাহের ক্ষেত্রেও অনিশ্চয়তা দেখা দেবে বলে প্রবন্ধটিতে আশংকা প্রকাশ করা হয়েছে।

ইন্দোর আইআইটি-র সহকারী অধ্যাপক ডঃ মহম্মদ ফারুক আজম জলবায়ু পরিবর্তন, হিমবাহের সংকোচন এবং বৃষ্টিপাতের পরিমাণের পরিবর্তনের সঙ্গে কি যোগাযোগ রয়েছে সে সংক্রান্ত ২৫০টি গবেষণাপত্রের ওপর ভিত্তি করে এই প্রবন্ধ প্রকাশ করেছেন। এখানে বলা হয়েছে হিমালয়-কারাকোরাম অঞ্চলের নদীগুলির ক্ষেত্রে হিমবাহ এবং বরফ গলে যাওয়া অত্যন্ত গুরুত্বপূর্ণ বিষয়। এর ফলে গঙ্গা এবং ব্রহ্মপুত্রের থেকে সিন্ধু অববাহিকার জলপ্রবাহ বেশি প্রভাবিত হবে।

কেন্দ্রীয় বিজ্ঞান ও প্রযুক্তি দপ্তর এই কাজে সাহায্য করেছে। সায়েন্স পত্রিকায় প্রকাশিত ওই নিবন্ধে সমস্যাগুলি সমাধানের জন্য দুটি পর্যায়ে ব্যবস্থা নেওয়ার সুপারিশ করা হয়েছে। প্রথম পর্বে নির্দিষ্ট কয়েকটি হিমবাহের ওপর সব আবহাওয়ায় নজরদারি চালাতে হবে। যার সাহায্যে হিমবাহের এলাকা এবং আয়তনের মধ্যে কী কী পরিবর্তন হচ্ছে, ভূগর্ভস্থ বরফ কীভাবে বাষ্পয়িত হয়ে বেরিয়ে আসছে সে বিষয়ে ধারণা পাওয়া যাবে। এই পর্যবেক্ষণের ওপর ভিত্তি করে ভবিষ্যতের অনিশ্চয়তার হাত থেকে রেহাই পাওয়ার জন্য হিমবাহগুলির জল সম্পদের বিষয়ে প্রয়োজনীয় ব্যবস্থা নিতে হবে।

জল শোধনে দেশজ প্রযুক্তি

২৭/০৫

জল সম্পূর্ণরূপে জীবাণুমুক্ত করতে এবং প্রাকৃতিক জলের সম্ভাব্য স্বাস্থ্যগত সুবিধার বিভিন্ন দিক খুঁজে বের করতে আধুনিক প্রযুক্তি ও পরম্পরাগত ভারতীয় জ্ঞানকে একত্রিত করে কাজে লাগানো হয়েছে।

জলের মধ্যে যে সমস্ত ক্ষুদ্রাতিক্ষুদ্র অণুজীব থাকে, তা দূর করা অত্যন্ত জরুরি। কারণ, জলে মিশে থাকা এই অণুজীবগুলি জলবাহিত বিভিন্ন রোগের উৎস। সাধারণত ক্লোরিনেশনের মতো রাসায়নিক পদ্ধতির মাধ্যমে জলে থাকা ক্ষতিকারক অণুজীবগুলিকে বিনষ্ট করা হয়।

কেন্দ্রীয় বিজ্ঞান ও প্রযুক্তি দপ্তরের সহায়তায় পুণের এনসিএল-এর বিজ্ঞানী ডঃ ভাণ্ডারীর নেতৃত্বে একটি দল 'স্বস্তিক' নামে হাইব্রিড টেকনোলজি উদ্ভাবন করেছে। এই প্রযুক্তি সংবেদনশীল ব্যাকটেরিয়া সহ জলে থাকা ক্ষতিকারক অণুজীবগুলিকে বিনষ্ট করে। জলকে সম্পূর্ণরূপে জীবাণুমক্ত করার ক্ষেত্রে ভারতীয় আয়ুর্বেদের পরম্পরাগত জ্ঞানকেই ব্যবহার করা হচ্ছে এই প্রযুক্তিতে।

ঋণে উন্নয়ন!

২৭/০৬

নাবার্ড (ন্যাশনাল ব্যাংক ফর এগ্রিকালচার অ্যান্ড রুরাল ডেভেলপমেন্ট) ২০২০-২১ অর্থ বছরে পশ্চিমবঙ্গের বিভিন্ন প্রকল্পে ৯,১৬২ কোটি টাকা দিয়েছিল। এর মধ্যে পরিকাঠামো উন্নয়নের জন্য ১,২৬৯.২৭ কোটি টাকা, কৃষি ও অনুসারী ক্ষেত্রে এবং অতিক্ষুদ্র, ক্ষুদ্র এবং মাঝারি শিল্পে ৩৮৪২.৩২ কোটি টাকা দেওয়া হয়েছিল। কৃষিজাত পণ্য এবং গ্রামীণ হস্তশিল্পীদের উৎপাদিত সামগ্রী বাজারজাত করার জন্য ৩৭৫৭.৫ কোটি টাকা ঋণের ব্যবস্থা করা হয়েছিল, গ্রামীণ আর্থিক প্রতিষ্ঠানগুলির মাধ্যমে।

আর এ বছর অর্থাৎ ২০২১-২২ অর্থবর্ষে ২.২১ লক্ষ কোটি টাকার ঋণের ব্যবস্থা করা হয়েছে। সরকারের হিসেবেই বলছে করোনাকালে সবথেকে বেশি ক্ষতিগ্রস্ত হয়েছে গ্রামীণ অর্থনীতি। ধুকতে থাকা এই অর্থনীতিতে কারা ঋণ নেবে এটাই দেখার বিষয়।

পাতিলেবুর গুণ

২৭/০৭

প্রতিদিনের খাদ্য তালিকায় ভিটামিন সি সমৃদ্ধ খাবার হিসেবে লেবুর তুলনা নেই। এক গ্লাস লেবুর জল প্রতিদিনের ভিটামিন সি এর চাহিদা পূরণে সক্ষম। শরীরের রোগ প্রতিরোধ ক্ষমতা বৃদ্ধি করে দেহকে সুস্থ ও সবল রাখতে লেবুর জুড়ি নেই। লেবুতে প্রচুর পরিমাণে সাইট্রিক অ্যাসিড পাওয়া যায়। এছাড়া এটি ক্যালসিয়াম, ম্যাগনেসিয়াম,পেকটিন এর ভালো উৎস। লেবু বলতে এখানে পাতিলেবুর কথাই বলা হচ্ছে।

গ্রীষ্মকালে শরীরের আর্দ্রতা বজায় রেখে শরীরকে চাঙ্গা করে লেবুর জল। নিয়মিত লেবুর জল থেকে কোষ্ঠকাঠিন্যের সমস্যা কমে। মুখের দুর্গন্ধ দূর হয়। লেবুর জল খাদ্য ও মল চলাচল সহজ করে। কিডনির পাথর অপসারণে ভূমিকা রাখে লেবুর জল। কিডনিতে পাথর হওয়ার অন্যতম প্রধান কারণ জলশূন্যতা। লেবু তা দূর করে। কিছু পাথর জন্ম নেয় ক্যালসিয়াম লবণ থেকে। লেবুতে থাকা সাইট্রিক অ্যাসিড ক্যালসিয়াম অণুগুলিকে একসাথে জমাট বাঁধতে বাধা দেয়।

দেহের প্রতিরক্ষা ব্যবস্থাকে সক্রিয় করে লেবু। লেবুতে থাকা অ্যান্টিঅক্সিড্যান্ট শরীরের রোগ প্রতিরোধ ক্ষমতা বাড়ায়। লেবু

হজমশক্তিও বাড়ায়। লেবুতে থাকা পটাশিয়াম রক্তচাপ নিয়ন্ত্রণে ভূমিকা রাখে। প্রতিদিন হালকা কুসুম গরম জলে লেবু মিশিয়ে খেলে শরীরের অতিরিক্ত মেদ ঝরে।

রূপচর্চাতেও লেবু বেশ উপকারি। কুসুম গরম তেলে লেবুর রস মিশিয়ে নিয়মিত মাথার তালুতে, চুলে লাগালে চুল স্বাস্থ্যজ্বল ও ঝরঝরে হয়। লেবু ত্বকের হারিয়ে যাওয়া জৌলুস ফিরিয়ে দেয়। নখের উপর হলদে ভাব দূর করতে সাহায্য করে লেবু। এয়ার ফ্রেশনার হিসেবেও লেবু ব্যবহার করা যায়। এসব ছাড়াও লেবু দিয়ে আচার বানিয়ে বছর জুড়ে সংরক্ষণ করে খাওয়া যায়। এ খবর জানাচ্ছে হেলথ অ্যালার্ট জার্নাল।

দই খান সুস্থ থাকুন ২৭/০৮

বর্ষাকালে নানারকম অসুখ-বিসুখ দেখা দেয়। এই সময় সর্দি-কাশি-জ্বর, পেটের সমস্যা, হজমের গোলমাল লেগেই থাকে। তাই চিকিৎসকরা রোগ প্রতিরোধ ক্ষমতা বাড়ানোর দিকেই বেশি জোর দেন। করোনা পরিস্থিতিতে শরীরে রোগ প্রতিরোধ ক্ষমতা বাড়ানো জরুরি। এ সময় খাদ্য তালিকায় এমন কিছু খাবার রাখা উচিত যাতে শরীর সুস্থ থাকে।

পুষ্টিবিদদের মতে, রোগ প্রতিরোধ ক্ষমতা বাড়াতে টক দইয়ের জুড়ি নেই। এতে থাকা প্রোবায়োটিক শরীরের প্রতিরোধ ক্ষমতা বাড়াতে সাহায্য করে। পেটের সমস্যা, হজমের সমস্যা দূর করে। টক দই-এ আছে উপকারি ভিটামিন-ডিও। এই ভিটামিন ঠান্ডা লাগার সমস্যা, জ্বর, সর্দিকাশি প্রতিরোধে সাহায্য করে, যেগুলি বর্ষাকালের রোগ বলেই বেশি পরিচিত। এ কারণে ফলের সঙ্গে মিশিয়েও টক দই খেতে পারেন। এতে থাকা প্রোবায়োটিক শরীরের প্রতিরোধ ক্ষমতা বাড়াতে সাহায্য করে। পেটের সমস্যা, হজমের সমস্যা দূর করে। টক দই শুধু পেটের জন্যই ভালো নয়, বর্ষার সময়ে ফ্লু আটকাতেও এর জুড়ি মেলা ভার। পেটের নানা সমস্যা বেশি দেখা যায় বর্ষাকালে। দই খেলে তা অনেক কমে যায়। তবে সাইনাসের সমস্যা থাকলে দই এড়িয়ে চলা উচিত। হেলথ অ্যালাট জার্নাল এ খবর জানাচ্ছে।

পুষ্টিবিদদের মতে, প্রতিদিন নিয়ম করে যদি অন্তত এক বাটি ঘরে পাতা টক দই খাওয়া যায়, তাহলে একাধিক শারীরিক সমস্যা দূরে সরিয়ে রাখা সম্ভব। দুপুরের খাবার খাওয়ার পর দই খাওয়া শরীরের পক্ষে খুবই ভালো। কিন্তু খেয়াল রাখতে হবে, দরকারের থেকে বেশি যেন দই না খেয়ে ফেলা হয়।

পুরো ডিম খান ২৭/০৯

শরীরের জন্য ডিমের সাদা অংশ ভালো, ডিমের কুসুম স্বাস্থ্যের ক্ষতি ডেকে আনে। ডিমের কুসুম খেলে রক্তে কোলেস্টেরলের মাত্রা বেড়ে যায়। এই নিয়ে অনেক তর্ক বিতর্ক আছে। অনেক গবেষণায় উঠে এসেছে ডিমের কুসুম খেলে হার্টের সমস্যা হয়। ১৯৭৩ সালে আমেরিকান হার্ট অ্যাসোসিয়েশন থেকে জানানো হয়, ডিমের কুসুম খেলে রক্তে কোলেস্টেরলের মাত্রা বেড়ে যায়। কিন্তু পরবর্তী গবেষণায় পুরোপুরি তা ভুল প্রমাণিত হয়। ডিমের কুসুমে থাকে ভিটামিন এ, ডি, ই, বি-১২ এবং কে। সঙ্গে থাকে নানা ধরনের মিনারেল বা খনিজ পদার্থ, যা শরীরের জন্য অত্যন্ত গুরুত্বপূর্ণ।

একটি হাঁস বা মুরগির ডিমে কমবেশি ১৮৫ মিলিগ্রাম কোলেস্টেরল থাকে। এই কোলেস্টেরলের সবটা রক্তের ক্ষতিকর কোলেস্টেরল নয়। ডিমের কুসুমের উপস্থিত ফ্যাট উল্টে সেই কোলোস্টেরল কমাতে সাহায্য করে। এমনটাই বলছে গবেষণা। আর তাই ডিম খেলে পুরোটাই খান। কুসুম বাদ দিয়ে খাওয়ার আর কোনো দরকার নেই। বিবিসি সূত্রে এ খবর জানা গেছে।

সংবাদ সংগ্রহ ও প্রচারে সার্ভিস সেন্টার, ৫৮এ, ধর্মতলা রোড, বোসপুকুর, কসবা, কলকাতা - ৭০০ ০৪২ । দূরভাষ ২৪৪২ ৭৩১১, ২৪৪১ ১৬৪৬, গ্রাহক চাঁদা বার্ষিক ৫০ টাকা (সডাক)
সহযোগী সম্পাদনা ও হরফ বিন্যাস : শিপ্রা দাস, সঞ্জীব চট্টোপাধ্যায়, রূপায়ণ : অভিজিত দাস,
সম্পাদক : সুব্রত কুণ্ডু