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

জরুরী গাইড
অপ্রতিদ্বন্দ্বী পাক্ষিক ফ্রি শিটার

ॐ পাথর ছাড়াই প্রতিকার সম্ভব
জগদম্বা জ্যোতিষ কেন্দ্র
মালদা # 9332056956

১০/৬১০ aamaarshahor.com
মালদা ২৮ আশ্বিন, ১৪৩৩ শুক্রবার, ১৬ অক্টোবর, ২০২৬ ২৪ বর্ষ ১৪ তম সংখ্যা বিনামূল্যে বিতরণের জন্য
বিজ্ঞাপন বিভাগ ঃ 9233 44 45 46

আনন্দন শিক্ষা নিকেতন
2008
আনন্দন শিক্ষা নিকেতন
প্রি-নার্সারী, নার্সারী, কে.জি. ও প্রাথমিক বিদ্যালয় মো ঃ ৯৭৩৫০ ৯৩৪৪২
উত্তর সিঙ্গাতলা (তিতাস ক্লাবের নিকটে), মালদা
ভর্তি সংক্রান্ত বিজ্ঞপ্তি ঃ ২০২৭
আগামী ২০২৭ শিক্ষাবর্ষে প্রি-নার্সারী (বয়স ২+), নার্সারী (বয়স ৩+) থেকে অষ্টম শ্রেণি পর্যন্ত খালি আসন সংখ্যা অনুসারে
ভর্তির ফর্ম দেওয়া ও ভর্তি নেওয়া চলছে।
সময় ঃ সকাল ১১টা থেকে বেলা ৩টা (শনিবার ১১টা থেকে ১টা)
(উপরের লিখিত ভর্তির বয়স ১.১.২০২৭-এর ক্ষেত্রে প্রযোজ্য)

শ্রী শ্রী দুর্গাপূজার বিভিন্ন তিথি কোন্ সময় থেকে কোন্ সময় পর্যন্ত

২০২৬ সালের শ্রী শ্রী শারদীয়া দুর্গাপূজার প্রধান তিথিগুলোর সময়সূচী

(বিশুদ্ধ সিদ্ধান্ত ও গুপ্তপ্রেস পঞ্জিকা মতে) নিচে দেওয়া হলো ঃ২০২৬ সালের দুর্গাপূজার নির্ঘণ্ট ও তিথির সময়সীমা ঃ

*** মহাষষ্ঠী (১৬ অক্টোবর, শুক্রবার)**

তিথি শুরুঃ ১৬ অক্টোবর ভোর ৩:২৫ মিনিটে।

তিথি শেষঃ ১৭ অক্টোবর ভোর ৫:৫৪ মিনিটে।

বিশেষ আচারঃ দেবীর কল্পারম্ভ (ভোর ৬:০০) এবং বিল্ববৃক্ষে দেবীর সায়ং বোধন ও অধিবাস (সন্ধ্যা ৬:১৫)।

*** মহাসপ্তমী (১৭ ও ১৮ অক্টোবর)**

* তিথি শুরুঃ ১৭ অক্টোবর ভোর ৫:৫৪ মিনিটে।* তিথি শেষঃ ১৮ অক্টোবর সকাল ৮:২৯ মিনিটে।

বিশেষ আচারঃ নবপত্রিকা প্রবেশ, স্থাপন ও সপ্তমী বিহিত পূজা।

*** মহাঅষ্টমী (১৮ ও ১৯ অক্টোবর)**

তিথি শুরুঃ ১৮ অক্টোবর সকাল ৮:৩০ মিনিটে।

তিথি শেষঃ ১৯ অক্টোবর সকাল ১০:৫২ মিনিটে।

সন্ধিপূজা (১৯ অক্টোবর, সোমবার)ঃ সকাল ১০:২৮ থেকে ১১:১৬ মিনিট পর্যন্ত (এই ৪৮ মিনিটকাল সন্ধিপূজা ও বলিদান প্রশস্তা)।

*** মহানবমী (১৯ ও ২০ অক্টোবর)**

তিথি শুরুঃ ১৯ অক্টোবর সকাল ১০:৫৩ মিনিটে।

তিথি শেষঃ ২০ অক্টোবর দুপুর ১২:৫১ মিনিটে।

*** বিজয়াদশমী (২০ ও ২১ অক্টোবর)**

তিথি শুরুঃ ২০ অক্টোবর দুপুর ১২:৫২ মিনিটে।

তিথি শেষঃ ২১ অক্টোবর বিকেল ২:১২ মিনিটে।

বিশেষ আচারঃ ২১ অক্টোবর সকাল ৮:৩০ থেকে ৯:২৭ মিনিটের মধ্যে দেবীর দশমী বিহিত পূজা ও দর্পণ বিসর্জন সম্পন্ন করতে হবে।





বার্থ সার্টিফিকেট | ড্রাইভিং লাইসেন্স | পাসপোর্ট
এডুকেশনাল সার্টিফিকেট | পলিসি সার্টিফিকেট | রেজিস্ট্রি ডিড
চাকুরী সংক্রান্ত কাগজপত্র
এফিডেফিটের মাধ্যমে নামের বানান সংশোধনের বিজ্ঞপ্তি সংবাদপত্রে ঘোষণা করুন।
পরামর্শ ও সহযোগিতা ঃ মাস মিডিয়া # 9233 44 45 46
সমস্ত সরকারী কাগজপত্রে নামের বানান সঠিক আছে তো ?

পাত্র চাই

● পূঃবঃ বৈশ্য সাহা 35/5′3′′ স্কুল শিক্ষিকা (H.S.) পাত্রীর জন্য সঃ চাঃ পাত্র চাই (মালদা)। M - 9851146026. NP-0517

● বৈশ্য সাহা 34/5′4′′ M.A., B.Ed., মালদা, H.S. শিক্ষিকা (স্থায়ী) পাত্রীর সঃ চাকুরে / প্রতিষ্ঠিত পাত্র কাম্য। M - 95475 34931. NP-0409

● মাহিষ্য 32/5′3′′ স্নাতক, সুশ্রী পাত্রীর (গালে অল্প শ্বেতী) জন্য সরকারী চাকুরে / প্রতিষ্ঠিত ব্যবসায়ী সুপাত্র কাম্য। M - 96148 68917. NP-0584

● কায়স্থ, লাহা 26+/5′3′′ B.Tech., কর্মরতা, ফর্সা, সুশ্রী পাত্রীর জন্য উপযুক্ত শিক্ষিত, সরকারী চাকুরে পাত্র কাম্য। ঘটক নিষ্প্রয়োজন। M - 9734182101. NP-0596

কায়স্থ 31+/5′ B.Sc., Math. (Hons.), CU, B.Ed., একমাত্র কন্যার জন্য সরকারী চাকুরে ছোট পরিবারের পাত্র কাম্য। M - 98001 69893. NP-0532

হরিশ্চন্দ্রপুর নিবাসী, প্রতিষ্ঠিত ব্যবসায়ী পিতার একমাত্র কন্যা 29/5′4′′ M.A. (Eng.), উজ্জ্বল শ্যামবর্ণা পাত্রীর জন্য সঃ চাঃ পাত্র কাম্য। M - 86709 11851 / 89180 62940. NP-0542

বিক্রয়

● জমি বিক্রয় হবে 5 কাঠা (সুকান্ত স্মৃতি সংঘের বিপরীতে, মহানন্দাপল্লী)। ফোনে যোগাযোগ করুন - 7646831391. NP-0567

পাটুলিতে (দঃ কলিকাতা) জমি বিক্রি। 4 কাঠা 5 ছটাক, কর্ণার প্লট। কবি সুভাষ মেট্রো 6 - 7 মিনিট। 33 লাখ/কাঠা Negotiable. M - 98300 17788 / 98042 92904. NP-0519

পাত্রী চাই

● ঘোষ 34/5′6′′ M.A., B.Ed., ব্যবসায়ী পাত্রের জন্য 25 অনূর্ধ্ব পাত্রী কাম্য। নিরামিষভোজী অগ্রগণ্য। M- 9002724383. NP-0560

● বৈশ্য সাহা, Gen. 5′5′′ মালদা নিবাসী সরকারী চাকুরে পাত্রের 35 - 43 মধ্যে সরকারী চাকুরীজীবি পাত্রী চাই। M - 9232 747791. NP-0597

● কায়স্থ 39+/5′10′′ M.Com., C.A., কলিতে বেঃ সঃ প্রতিষ্ঠানে উচ্চপদে কর্মরত পাত্রের জন্য শিক্ষিতা, 36 মধ্যে পাত্রী চাই। M - 9679673102. NP-0526

● ঘোষ, কায়স্থ 32/5′3′′ বি.টেক. ইলেক্ট্রিক্যালস, নিজ ব্যবসা, একমাত্র পুত্রের জন্য স্নাতক, সুন্দরী, ঘরোয়া, সঃ / উচ্চ অসঃ পাত্রী কাম্য। M - 9475096077. NP-0563

বৈশ্য সাহা 37/5′11′′ আপার প্রাইমারি শিক্ষক, সুদর্শন পাত্রের জন্য সুন্দরী, শিক্ষিতা, অনূর্ধ্বা 31 পাত্রী চাই। M - 91264 48600. NP-0520

বিক্রয়

মালদা শহরের মকদুমপুরে 3rd ফ্লোরে 765 sq.ft., 2 BHK ফ্ল্যাট রি-সেল করবো। ফোন - 97495 34322. NP-0522

ফ্ল্যাট বুকিং চলছে

অভিরামপুর 2nd লেন, বাঁধ রোড সংলগ্ন J.M.C. ক্লাব-এর রাস্তায় **"HINDOL" Apartment**-এ মধ্যবিত্তের ধরাছোঁয়ার মধ্যে **B+G+6 Multi Storied Residential Building**-এ **2 BHK 750 - 850** স্কোয়ারফিট, **3 BHK 1050 - 1150** স্কোয়ারফিট, **4 BHK 1700 - 2000** স্কোয়ারফিট ফ্ল্যাট-এর বুকিং শুরু হয়েছে। সত্বর যোগাযোগ করুন।

Car Parking Available in Basement.

WBRERA Approved.

RERA Registration No. - **WBRERA/P/MAL/2025/002401.**

Website : **www.rera.wb.gov.in**

Mobile No.

97341 02876 / 96478 01310

পাত্রী চাই

● ব্রাহ্মণ, শান্ডিল্য গোত্র 30/5′9′′ B.H.M.S. (Hons.), M.D. (Medicine) পাত্রের জন্য সরকারী বা বেসরকারী চাকুরীরতা ফর্সা, সুন্দরী পাত্রী চাই। M - 7501647028. NP-0546

● Gen., 31+ বিটেক, ভাল আয় ব্যবসায়ী পাত্রের জন্য যোগ্য পাত্রী কাম্য। কর্মরতা অগ্রগণ্য। শীঘ্র বিবাহ। M - 9474343839. NP-0531

● ব্রাহ্মণ 38/5′4′′ মালদা নিবাসী স্কুল শিক্ষক, একমাত্র পুত্রের জন্য স্নাতকোত্তর সুপাত্রী (সরকারী চাকুরীরতা অগ্রগণ্য) কাম্য। মাঙ্গলিক / মাঙ্গলিক নয় উভয় প্রযোজ্য। M - 7865833334. NP-0582

● মন্ডল 32+/5′8′′ ঝাড়খন্ড গ্রামীণ ব্যাঙ্কে Scale-1 Officer পাত্রের ফর্সা, সুন্দরী, ঘরোয়া, 28 মধ্যে শিক্ষিতা, মালদা নিকটস্থ সুপাত্রী অগ্রগণ্য। M - 9126638312. NP-0444

● বৈশ্য সাহা 35+/5′7′′ B.Tech. (Comp. Sc.), রেল দপ্তরে Tech. Gr. - D পদে (বর্তমানে অফিসে Comp.-এ কর্মরত)। মা - বাবা রাজ্য সরকারের Pensioner। শিক্ষিতা, সুশ্রী, গৌরবর্ণা, 28 - 31 মধ্যে চাকুরীরতা পাত্রী অগ্রগণ্য। M - 9475309781. NP-0571

বিক্রয়

মালদা স্টেশন সংলগ্ন এবং রেল হাসপাতালের সন্নিকটে 3 BHK, 1000 বর্গফুট ফ্ল্যাট বিক্রয়। মূল্য 45 লাখ। প্রকৃত ক্রেতা যোগাযোগ করুন। দালাল নিষ্প্রয়োজন। M - 83270 09976. NP-0537

পরবর্তী



বিতরিত হবে 16 নভেম্বর, 2026, সোমবার। বিজ্ঞাপন জমা দেওয়ার শেষ তারিখ 10 নভেম্বর, 2026, মঙ্গলবার, সন্ধ্যা 7 টার মধ্যে।

টিউশন / কোচিং

● পদস্থ ইঞ্জিনিয়ার বাড়িতে গিয়ে VII - X (সমস্ত বোর্ড) ছাত্র-ছাত্রীদের চাহিদা মতো অঙ্কের CHAPTERS বোঝাচ্ছেন SLOT বুকিং-এর মাধ্যমে (বৃহঃ / শুক্র)। Pal Sir - 9932239094. NP-0297

কর্মখালি

মালদাতে নিজ চেম্বারে কম্পিউটারে excel-এ কাজ জানা ছেলে / মেয়ে চাই। 4 ঘন্টা - Rs. 5000/-, M - 94342 19397. NP-0524

ভাড়া / লীজ

Office space for Rent 1000 sq.ft. R. K. Pally. Suitable for NBFC / Bank / Office / Training Centre. M - 79080 17003. NP-0533

চিকিৎসা

চক্রবর্ত্তী হোমিও হল ডাঃ মন্ময় চক্রবর্ত্তী, হোমিও ডাক্তার। যে কোনও রোগের চিকিৎসা স্বল্প মূল্যে করা হয়। সত্বর যোগাযোগ করুন, বিবেকানন্দপল্লী। M - 87685 11975 (7 P.M. - 9 P.M.). NP-0555

সতর্কীকরণ বিজ্ঞপ্তি

কোনও বিজ্ঞাপন সূত্র ধরে বিজ্ঞাপন দাতার সঙ্গে যোগাযোগ করার আগে পাঠকদের যথাযথ খোঁজ খবর নিতে বলা হচ্ছে। বিজ্ঞাপন দাতাদের কোনও দাবী ও বক্তব্য বিষয়ে এই বিজ্ঞাপন ক্রোড়পত্র (ফ্রী শিটার) কোনও নিশ্চয়তা বা দায়িত্ব বহন করে না। এই ঘোষণা ভারত সরকারের স্পেশাল ক্রাইম ব্রাঞ্চের নির্দেশ অনুযায়ী ছাপা হচ্ছে।

— সম্পাদক / প্রকাশক।





শ্রী শ্রী দুর্গাপূজার অষ্টমীর পুষ্পাঞ্জলি

মন্ময়দুর্গা পূজার অষ্টমীতে সাধারণত তিনবার পুষ্পাঞ্জলি দেওয়া হয়। নিচে তিনটি পুষ্পাঞ্জলির মন্ত্র বাংলায় দেওয়া হলো :

প্রথম পুষ্পাঞ্জলি মন্ত্র

ওঁ জয়ন্তী মঙ্গলা কালী ভদ্রকালী কপালিনী।
দুর্গা শিবা ক্ষমা ধাত্রী স্বাহা স্বধা নমোঽস্তুতে॥
এষ সচন্দন গন্ধ পুষ্প বিল্ব পত্রাঞ্জলি ওঁ হ্রীং দুর্গায়ৈ নমঃ॥

দ্বিতীয় পুষ্পাঞ্জলি মন্ত্র

ওঁ মহিষঘ্নী মহামায়ে চামুণ্ডে মুণ্ডমালিনী।
আয়ুরারোগ্য বিজয়ং দেহি দেবি নমোঽস্তুতে॥
এষ সচন্দন গন্ধ পুষ্প বিল্ব পত্রাঞ্জলি ওঁ হ্রীং দুর্গায়ৈ নমঃ॥

তৃতীয় পুষ্পাঞ্জলি মন্ত্র

ওঁ সর্বমঙ্গল মাঙ্গল্যে শিবে সর্বার্থ সাধিকে।
শরণ্যে ত্র্যম্বকে গৌরী নারায়ণি নমোঽস্তুতে॥
সৃষ্টি স্থিতি বিনাশানাং শক্তিভূতে সনাতনি।
গুণাশ্রয়ে গুণময়ে নারায়ণি নমোঽস্তুতে॥
শরণাগত দীনার্ত পরিত্রাণ পরায়ণে।
সর্বস্যার্তিহরে দেবি নারায়ণি নমোঽস্তুতে॥
এষ সচন্দন গন্ধ পুষ্প বিল্ব পত্রাঞ্জলি ওঁ হ্রীং দুর্গায়ৈ নমঃ॥

(বিশেষ দ্রষ্টব্য : অনেকে অষ্টমীর পুষ্পাঞ্জলির সময় সকাম পুষ্পাঞ্জলি মন্ত্র হিসেবে এই মন্ত্রটিও পাঠ করেন : "নমঃ আয়ুর্দেহি যশো দেহি ভাগ্যং ভগবতি দেহি মে। পুত্রান্ দেহি ধনং দেহি সর্বান্ কামাংশ্চ দেহি মে॥")

Tele Guide.in
যাকে চাই / তাকে পাই, পলকে

Trains Running Through

MLDT & NFK STATION

OCTOBER - 2026

মাস মিডিয়া
শুধু প্রচার করে না, প্রসার ঘটায়

Mail / Express Trains

Nos.	UP	MLDT Arriv	MLDT Dep.	NFK Arriv	NFK Dep.	Trains Name	Trains Type	Trains Name	Nos.	MLDT Arriv	MLDT Dep.	NFK Arriv	NFK Dep.	DN
03039	Sat	06:25	06:30	—	—	HOWRAH-NJP JN	Special	NJP JN - HOWRAH	03040	17:10	17:15	—	—	Sat
03105	Fri	14:40	14:50	14:00	14:02	SEALDAH-LUMDING JN	Special	—	—	—	—	—	—	—
03129	Daily	06:20	06:30	—	—	KOLKATA-NJP JN	Special	NJP JN - KOLKATA	03130	17:10	17:20	—	—	Daily
03203	Daily	START	16:00	—	—	MALDA TOWN-KIUL JN	Special	KIUL JN - MALDA TOWN	03204	15:00	END	13:18	13:20	Daily
03409	Thu, Sat	START	20:45	21:15	21:17	MALDA TOWN-PRAYAGRAJ	Special	PRAYAGRAJ-MALDA TOWN	03410	14:.0	END	13:05	13:07	Sat, Mon
03413	Thu, Sun	START	07:10	07.42	07.44	MALDA TOWN-NEW DELHI	Special	NEW DELHI-MALDA TOWN	03414	07:55	END	06.45	06.47	Tue, Sat
03417	Sat	START	12:20	12.52	12.54	MALDA TOWN-UDHNA JN	Special	JHUSI-MALDA TOWN	03418	14:30	END	13.05	13.07	Tue
03425	Fri	START	17:30	18.02	18.04	MALDA TOWN-PUNE JN	Special	PUNE JN--MALDA TOWN	03426	16:30	END	15.30	15.32	Tue
03429	Sat	5:10	END	03.25	03.27	CHARLAPALLI-MLDA TOWN	SF Special	CHARLAPALLI-MALDA TOWN	03430	START	18:10	18.30	18.42	Tue
03435	Mon	START	09:30	10.02	10.04	MALDA TOWN-ANAND VIHAR TERMINAL	Special	ANAND VIHAR TERMINAL-MALDA TOWN	03436	22:30	END	22.07	22.09	Wed
03439	Fri	START	10:00	10.32	10.34	MALDA TOWN-SHAKURBASTI	Special	SHAKURBASTI-MALDA TOWN	03440	01:45	END	00.08	00.10	Mon
03465	Sat	START	13:10	13:42	13:44	MALDA TOWN-DIGHA	Special	DIGHA-MALDA TOWN	03466	08:16	08:18	09:20	END	Sun
05639	Fri	04:50	05:00	—	—	SILCHAR-KOLKATA	Special	KOLKATA- SILCHAR	05640	23:15	23:25	—	—	Fri
05931	Daily	09:10	09:20	07:54	07:56	KOLKATA-DIBRUGARH	Special	DIBRUGARH-KOLKATA	05932	17:10	17:20	17:52	17:54	Daily
06565	Tue	16:30	END	15:20	15:22	SMVT BENGALURU-MALDA	Special	MALDA TOWN-SMVT BENGALURU	06566	START	16:00	16:32	16:34	Wed
08047	Sat	01:10	01:20	—	—	SANTRAGACHI-GUWAHATI	Special	GUWAHATI- SANTRAGACHI	08048	04:50	05:00	—	—	Sun
08871	Tue, Mon	08:00	END	06:33	06:35	NSCB - ITWARI JN - MALDA TOWN	Special	MALDA TOWN - NSCB - ITWARI JN	08872	START	12:55	13:27	13:29	Mon, Tue
09013	Thu	05:10	END	04:05	04-07	UDHNA JN.-MALDA TOWN	Summer Special	MALDA TOWN-UDHNA JN.	09014	START	08:10	08:42	08:44	Thu
09063	Wed	11:30	END	10:52	10:54	UDHNA JN.-MALDA TOWN	Summer Special	MALDA TOWN-UDHNA JN.	09064	START	17:35	18:07	18:09	Wed
09401	Fri	10:00	END	09:15	09:17	AHMEDABAD JN.-MALDA TOWN	Special	MALDA TOWN-AHMEDABAD JN.	09402	START	18:10	18:42	18:44	Fri
09463	Mon	09:10	END	08:16	08:18	GANDHI DHAM JN.-MALDA TOWN	Special	MALDA TOWN-GANDHI DHAM JN.	09464	START	17:35	18:07	18:09	Mon
12041	Mon to Sat	19:30	19:35	18.41	18.42	HOWRAH-NEW JALPAIGURI	Shatabdi Express	NEW JALPAIGURI- HOWRAH	12042	08:45	08:50	09.22	09.23	Mon to Sat
12343	Daily	04:15	04:25	—	—	SEALDAH-NEW JALPAIGURI	Darjeeling SF Express	NEW JALPAIGURI- SEALDAH	12344	23:30	23:40	—	—	Daily
12345	Daily	21:30	21:40	20.41	20.43	HOWRAH- GUWAHATI	Saraighat SF Express	GUWAHATI-HOWRAH	12346	23:30	23:40	00.33	00.32	Daily
12363	Tue, Thu, Sat	15:00	15:10	—	—	KOLKATA-HALDIBARI	SF Express	HALDIBARI-KOLKATA	12364	13:25	13:35	—	—	Wed, Fri, Sun
12377	Daily	05:25	05:30	—	—	SDAH-NEW ALIPURDUAR	Padatik SF Express	NEW ALIPURDUAR-SEALDAH	12378	00:40	00:45	—	—	Daily
12501	Thu	08:15	08:25	—	—	KOLKATA-AGARTALA	Garib Rath Express	AGARTALA-KOLKATA	12502	04:00	04:10	—	—	Mon
12503	Thu, Sun	00:25	00:35	—	—	SMVT BENGALURU-AGARTALA Humsafar	SF Express	AGARTALA-SMVT BENGALURU	12504	06:50	07:00	—	—	Wed, Sun
12507	Thu	17:05	17:15	—	—	THURUVANANTHAPURAM-SILCHAR	CENTRAL SF Express	SILCHAR-THURUVANANTHAPURAM	12508	18:50	19:00	—	—	Fri
12509	Fri, Sat, Sun	16:05	16:15	15.03	15.05	SMVT BENGALURU-GUWAHATI	SF Express	GUWAHATI-SMVT BENGALURU	12510	18:50	19:00	19.32	19.34	Mon, Tue, Sun
12513	Mon	00:25	00:35	23.18	23.20	SECUNDERABAD-GUWAHATI	SF Express	GUWAHATI- SECUNDERABAD	12514	18:50	19:00	19.32	19.34	Thu
12515	Tue	16:05	16:15	15.03	15.05	COIMBATORE-SILCHAR	SF Express	SILCHAR-COIMBATORE	12516	18:50	19:00	19.32	19.34	Wed
12517	Fri	04:00	04:10	—	—	KOLKATA-GUWAHATI	Garib Rath Express	GUWAHATI-KOLKATA	12518	08:15	08:25	—	—	Sun
12551	Mon	02:05	02:15	—	—	SMVT BENGALURU-KAMAKHYA	AC SF Express	KAMAKHYA- SMVT BENGALURU	12552	02:00	02:10	—	—	Thu
13011	Daily	22:45	ENDS	21.45	21.47	HOWRAH-MALDA TOWN	SF Intercity Express	MALDA TOWN- HOWRAH	13012	START	04:30	05.02	05.04	Daily
13033	Daily	07:10	07:20	06.00	06.05	HOWRAH-KATIHAR	Express	KATIHAR- HOWRAH	13034	19:10	19:20	20.06	20.08	Daily
13053	Daily	15:30	15:40	14.38	14.40	HOWRAH-RADHIKAPUR	Kulik Express	RADHIKAPUR- HOWRAH	13054	09:05	09:15	09.37	09.39	Daily
13063	Mon to Fri	15:15	15:25	14.13	14.15	HOWRAH-BALURGHAT	Express	BALURGHAT- HOWRAH	13064	23:00	23:10	23.42	23.44	Mon to Fri
13125	Daily	18:25	18:35	17.40	17.42	KOLKATA-SAIRANG	Mail Express	SAIRANG-KOLKATA	13126	08:47	08:49	08.05	08.15	Daily
13141	Daily	22:05	22:15	21.09	21.14	SEALDAH-NEW ALIPURDUAR	Teesta Torsa Express	NEW ALIPURDUAR-SEALDAH	13142	20:20	20:30	21.02	21.07	Daily
13145	Daily	02:40	02:50	01.32	01.37	KOLKATA-RADHIKAPUR	Express	RADHIKAPUR- KOLKATA	13146	00:10	00:20	00.52	00.57	Daily
13147	Daily	02:20	02:30	01.20	01.25	SEALDAH-BAMANHAT	Uttar Banga Express	BAMANHAT- SEALDAH	13148	22:20	22:30	23.02	23.07	Daily
13149	Daily	03:10	03:20	02.06	02.11	SEALDAH-ALIPURDUAR	Kanchan Kanya Express	ALIPURDUAR- SEALDAH	13150	01:10	01:20	01.52	01.57	Daily
13153	Daily	06:15	ENDS	04.48	04.53	SEALDAH- MALDA TOWN	Gour Express	MALDA TOWN- SEALDAH	13154	START	21:25	21.47	21.52	Daily
13159	Tue, Thu, Sat	05:00	05:10	03.53	03.55	KOLKATA-JOGBANI	Express	JOGBANI- KOLKATA	13160	20:05	20:15	20.47	20.49	Tue, Thu, Sat
13161	Mon to Fri, Sun	18:40	18:50	17.57	17.59	KOLKATA CHITPUR- BALURGHAT	Tebhaga Express	BALURGHAT- KOLKATA CHITPUR	13162	08:00	08:10	08.42	08.44	Mon to Sat

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

13163	Thu, Sat to Tue	04:35	04:45	03.37	03.42	SEALDAH-SAHARSA	Hate Bazare Express	SAHARSA- SEALDAH	13164	22:40	22:50	23.22	23.24	Thu, Sat to Tue
13169	Wed, Fri	04:35	04:45	03.37	03.42	SEALDAH-SAHARSA	Hate Bazare Express	SAHARSA- SEALDAH	13170	22:40	22:50	23.22	23.24	Wed, Fri
13173	Tue, Thu, Fri, Sun	13:35	13:45	12.50	12.52	SEALDAH-AGARTALA	Kanchanjungha Express	AGARTALA- SEALDAH	13174	12:25	12:35	13.12	13.14	Mon, Wed, Fri, Sun
13175	Mon, Wed, Sat	13:35	13:45	12.50	12.52	SEALDAH-SILCHAR	Kanchanjungha Express	SILCHAR- SEALDAH	13176	12:25	12:35	13.12	13.14	Tue, Thu, Sat
13181	Mon	15:00	15:10	—	—	KOLKATA CHITPUR-SILGHAT TOWN	Kaziranga Express	SILGHAT TOWN-KOLKATA CHITPUR	13182	06:20	06:30	—	—	Wed
13189	Daily	05:40	05:50	04.26	04.28	SEALDAH-BALURGHAT	Express	BALURGHAT-SEALDAH	13190	21:30	21:40	22.17	22.19	Daily
13409	Daily	START	05:50	06.12	06.14	MALDA TOWN-KIUL	Intercity Express	KIUL- MALDA TOWN	13410	20:45	ENDS	19.38	19:40	Daily
13413	Mon, Thu, Sat	19.25	19:35	20.14	20.21	MALDA TOWN-BATHINDA	Farakka Express	BATHINDA- MALDA TOWN	13414	09:50	10.00	08.55	09.00	Wed, Sat, Mon
13415	Wed, Fri, Sun	START	20:15	20.47	20.49	MALDA TOWN-PATNA	Express	PATNA- MALDA TOWN	13416	07:50	ENDS	06.26	06.28	Tue, Fri, Sun
13417	Thu	14:25	ENDS	13.35	13.37	DIGHA- MALDA TOWN	Express	MALDA TOWN- DIGHA	13418	START	07:45	08.22	08.24	Thu
13421	Mon, Thu	09:30	ENDS	08.45	08.47	NABADWIP DHAM- MALDA TOWN	Express	MALDA TOWN- NABADWIP DHAM	13422	START	17:00	17.37	17.39	Mon, Thu
13425	Sat	START	12:55	13.27	13.29	MALDA TOWN-SURAT	Express	SURAT- MALDA TOWN	13426	05:45	ENDS	04.43	04.45	Wed
13429	Fri	START	09:30	—	—	MALDA TOWN-ANAND VIHART	Weekly Express	ANAND VIHAR- MALDA TOWN	13430	23:30	ENDS	—	—	Sun
13431	Tue, Wed, Fri, Sat, Sun	09.30	09:40	08.45	08.47	NABADWIP-BALURGHAT	Express	BALURGHAT-NABADWIP	13432	16.50	17.00	17.37	17.39	Tue, Wed, Fri
13433	Thu	11:00	ENDS	10.00	10.01	BENGALURU-MALDA TOWN	Amrit Bharat Express	MALDA TOWN - BENGALURU	13434	START	08.50	09.22	09.23	Sun
13465	Daily	20:30	ENDS	19.26	19.28	HOWRAH- MALDA TOWN	Intercity Express (Via Azimganj)	MALDA TOWN-HOWRAH	13466	START	06:05	06.32	06.34	Daily
13483	Sun, Tue, Wed, Fri	19.25	19:35	20.14	20.21	MALDA TOWN-BATHINDA	Farakka Express	BATHINDA- MALDA TOWN	13484	09:50	10.00	08.55	09.00	Thu, sat, Sun, Tue
14003	Tue, Sat	START	09:30	10.02	10.07	MALDA TOWN-NEW DELHI	Express	NEW DELHI- MALDA TOWN	14004	23:30	ENDS	22.07	22.12	Mon, Fri
15227	Fri	17:05	17:15	—	—	SMVT BENGALURU-MUZAFFARPUR	Express	MUZAFFARPUR- SMVT BENGALURU	15228	16:05	16:15	—	—	Mon
15619	Tue	23:15	23:25	22.17	22.19	GAYA-KAMAKHYA	Express	KAMAKHYA- GAYA	15620	20:05	20:15	20.47	20.49	Mon
15629	Wed	09:10	09:20	08.13	08.15	TAMBARAM-SILGHAT TOWN	Nagaon Express	SILGHAT TOWN- TAMBARAM	15630	04:00	04:10	04.42	04.44	Sat
15639	Wed	08:25	08:35	07.38	07.40	PURI- KAMAKHYA	Express	KAMAKHYA- PURI	15640	07:35	07:45	08.22	08.24	Mon
15643	Sun	15:00	15:10	13.50	13.52	PURI- KAMAKHYA	Express	KAMAKHYA- PURI	15644	13:45	13:55	14.27	14.29	Fri
15647	Sat	23:15	23:25	22.07	22.09	LOKMANYATILAK-GUWAHATI	Express	GUWAHATI- LOKMANYATILAK	15648	04:00	04:10	04.42	04.44	Wed
15657	Daily	00:05	00:15	22.41	22.43	DELHI- KAMAKHYA	Brahmaputra Mail	KAMAKHYA- DELHI	15658	03:35	03:45	04.17	04.19	Daily
15661	Thu	08:25	08:35	07.38	07.40	RANCHI- KAMAKHYA	Express	KAMAKHYA- RANCHI	15662	02:00	02:10	02.42	02.44	Wed
15709	Daily	START	16:50	—	—	MALDA TOWN-NEW JALPAIGURI	Express	NEW JALPAIGURI- MALDA TOWN	15710	12:50	ENDS	—	—	Daily
15711	Wed	04:00	04:10	—	—	HOWRAH-KATIHAR	Express	KATIHAR- HOWRAH	15712	00:55	01:05	—	—	Tue
15721	Sun	04:00	04:10	—	—	DIGHA- NEW JALPAIGURI	Paharia Express	NEW JALPAIGURI- DIGHA	15722	00:55	01:05	—	—	Sat
15733	Mon, Thu, Sat	19.25	19.35	20.14	20.21	BALURGHAT-BATHINDA	Farakka Express	NBATHINDA- BALURGHAT-	15734	09:50	10:00	08.55	09.00	Wed, Fri, Mon
15743	Tue, Wed, Fri, Sun	19.25	19.35	20.14	20.21	BALURGHAT-BATHINDA	Farakka Express	NBATHINDA- BALURGHAT-	15744	09:50	10:00	08.55	09.00	Thu, Sat, Sun,Tue
15929	Sat	09:10	09:20	08.13	08.15	TAMBARAM-NEW TINSUKIA	Express	NEW TINSUKIA- TAMBARAM	15930	04:00	04:10	04.42	04.44	Tue
15959	Sun, Mon, Wed, Thu, Fri	01:25	01:35	00.27	00.32	HOWRAH-DIBRUGARH	Kamrup Express	DIBRUGARH- HOWRAH	15960	21:50	22:00	22.32	22.37	Sun, Tue, Wed, Thu, Sat
15961	Tue, Sat	01:25	01:35	00.27	00.32	HOWRAH-DIBRUGARH	Kamrup Express	DIBRUGARH- HOWRAH	15962	21:50	22:00	22.32	22.37	Mon, Fri
20501	Wed	15:00	15:10	—	—	AGARTALA-ANANDVIHAR TERMINAL	AGTL Tegas Raj Express	ANANDVIHAR TERMINAL-AGARTALA	20502	16:25	16:35	—	—	Wed
20507	Sat	14:50	15:00	—	—	SAIRANG-ANAND VIHAR TARMINAL	Rajdhani Express	ANAND VIHAR TARMINAL-SAIRANG	20508	—	—	16:15	16:25	Mon
22301	Daily except Wed	10:32	10:35	—	—	HOWRAH- NEW JALPAIGURI	Vande Bharat Express	NEW JALPAIGURI- HOWRAH	22302	17:55	17:58	—	—	Daily Except Wed
22501	Wed	17:05	17:15	—	—	SMVT BENGALURU- NEW TINSUKIA	SF Express	NEW TINSUKIA- SMVT BENGALURU	22502	18:50	19:00	—	—	Sat
22503	Sat, Tue	20:05	20:15	—	—	KANYAKUMARI-DIBRUGARH	Vivek Express	DIBRUGARH- KANYAKUMARI	22504	19:45	19:55	—	—	Wed, Sun
22511	Thu	01:10	01:20	—	—	LOKMANYATILAK-KAMAKHYA	Karmabhoomi SF	ExpressKAMAKHYA- LOKMANYATILAK	22512	07:35	07:45	—	—	Sun
22611	Thu	23:15	23:25	—	—	MAS CHENNAI CENTRAL- NEW JALPAIGURI	SF Express	NEW JALPAIGURI- MAS CHENNAI CENTRAL	22612	02:00	02:10	—	—	Sat
27575	Daily	22:50	23:00	21:48	21:50	HOWRAH-KAMAKHYA	Vande Bharat Sleeper Express	KAMAKHYA-HOWRAH	27576	04:05	04:07	03.25	03.35	Daily

Passenger Trains

03767	Daily	08:55	ENDS	07.59	08.01	SAHIBGANJ- MALDA TOWN	Passenger	MALDA TOWN- SAHIBGANJ	03768	START	16:30	17.21	17.23	Daily
05421	Daily	START	07:00	—	—	MALDA TOWN-BALURGHAT	Passenger	BALURGHAT - MALDA TOWN	05422	20:45	ENDS	—	—	Daily
05701	Daily	START	08:00	—	—	MALDA TOWN-KATIHAR	Passenger	KATIHAR - MALDA TOWN	05702	18:30	ENDS	—	—	Daily
05771	Daily	START	17:30	—	—	MALDA COURT-KATIHAR	Passenger	KATIHAR - MALDA COURT	05772	09:45	ENDS	—	—	Daily
07519	Daily	START	06:30	—	—	MALDA COURT-SILIGURI JN.	Passenger	SILIGURI JN. - MALDA COURT	07520	18:15	ENDS	—	—	Daily
53027	Daily	19:45	ENDS	18.18	18.20	AZIMGANJ- MALDA TOWN	Passenger	MALDA TOWN- AZIMGANJ	53028	START	07:10	07.58	08.02	Daily

Publish, Printed & Copyright reserved by Mass Media. ● Source : https://enquiry.indianrail.gov.in/mntes/

Pulse
Clinic & Diagnostic Center

Feel the Care. Trust the Pulse

আমাদের পরিষেবা

- ৪ ডি ইউ.এস.জি. • কালার ডপলার • ই.সি.জি. • ইকো
- প্যাথোলজি ও সব ধরনের রক্ত পরীক্ষা • মাল্টি-স্পেশালিটি ওপিডি

আমাদের এখানে প্রতিদিন নিয়মিত রোগী দেখেন

প্রখ্যাত স্ত্রী ও প্রসূতি রোগ বিশেষজ্ঞ

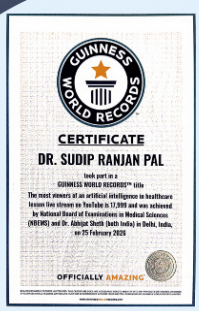
- নরমাল ও সিজারিয়ান ডেলিভারি
- জরায়ু ও টিউমার অপারেশন
- কার্ডের মাধ্যমে চিকিৎসার সুবিধা
- ফার্টিলিটি সমস্যার সমাধান
- উন্নত মানের গাইনি ও মাতৃত্বকালীন পরিষেবা
- ল্যাপরোস্কপি





ডাঃ সুদীপ রঞ্জন পাল
(ডাঃ এস. আর. পাল)
এম.এস. (গাইনি)
অ্যাসিস্ট্যান্ট প্রফেসর, মালদা মেডিক্যাল কলেজ ও হাসপাতাল
কৃত্রিম বুদ্ধিমত্তায় (A.I.) গিনিস ওয়ার্ল্ড রেকর্ড হোল্ডার

For Appointment
81166 44110
94334 41970



DR. SUDIP RANJAN PAL (DR. S. R. PAL)
M.S. (GYNAE), ASST. PROF. MALDA MEDICAL COLLEGE
GUINNESS WORLD RECORD HOLDER IN ARTIFICIAL INTELLIGENCE (A.I.), CONDUCTED BY N.B.E.M.S., GOVERNMENT OF INDIA.

পাল্‌স ক্লিনিক
(নর্থ বেঙ্গল নার্সিং হোমের বিপরীতে) দোতলায়,
(লিফট-এর ব্যবস্থা আছে) কে. জে. সান্যাল রোড, ইংরেজবাজার, মালদা।

RESTRICTION POINT

1. BANDHA PUKUR MORE
2. RABINDRA BHAWAN MORE
3. SAHAPUR SETU MORE
4. MANGALBARI BULBULI MORE 5. GHORAPIR MORE

POLICE ASSISTANCE BOOTH

LIC MORE
RABINDRA STATUE
MALDA RAILWAY STATION
320 CROSSING
GOUR ROAD MORE CROSSING
HEAD POST OFFICE CROSSING
RAMKRISHNA MISSION CROSSING
RABINDRA BHAWAN MORE
RATHBARI CROSSING
RAJ HOTEL MORE CROSSING
BIMAL DAS STATUE CROSSING
KANIR MORE CROSSING
SUKANTA MORE CROSSING
SETU MORE (BALUCHAR)
ITIMORE
MAHANANDA CLUB & LIBRARY
SHUBHANKAR SISHU UDDYAN

PARKING ZONE

MALDA COLLEGE FIELD
SAHAPUR AREA NEAR BULBULCHANDI ROAD
RAMNAGAR
KACHARI PARKING
REGULATED MARKET
GHORAPIR TRUCK STAND
REGENT PARK PLAYGROUND
JHALJHALIA
KATHANIKA FIELD

পুজোয় রুদ্রবীণা ইন্ডিয়ার দুটি মৌলিক গান



মহালয়ার সকালে রুদ্রবীণা ইন্ডিয়া নিবেদন করল একটি মনোজ্ঞ অনুষ্ঠান ‘দেবীর আবাহন’। আগমনী-আলোকিত এই অনুষ্ঠানে এ বারের পুজোতেও রুদ্রবীণা ইন্ডিয়ার নিজস্ব নির্মাণ হিসেবে দুটি গান মুক্তি পেল। ‘আমার মনের দেবী’ গানটিতে কণ্ঠ দিয়েছেন প্রিয়াঙ্কা রাজবংশী ও অজিত সরকার এবং ‘দেবীর আবাহন’ গানটিতে কণ্ঠ দিয়েছেন পল্লবী ঘোষ ও অজিত সরকার। দুটি গানেরই সুরারোপ করেছেন অজিত সরকার, সঙ্গীতায়োজন করেছেন কলকাতার সুব্রত বসু ও কথা লিখেছেন ড. গৌরাঙ্গদেব ভার্মা। জানা গেছে, গাজোলের এই সংস্থা এ পর্যন্ত কমবেশি পঞ্চাশটি মৌলিক গান উপহার দিয়েছে। প্রতিটি গানই সারস্বত শ্রোতাদের প্রশংসা পেয়েছে। এখানকার শিল্পীদের রেকর্ড করা গান বিভিন্ন উৎসব-অনুষ্ঠানে বাজানোও হয়।

আমার মনের দেবী

মর্ত্যে এল দুর্গা
মণ্ডপে মন্দিরে,
আমার মনের দেবী
একা উদাস ঘরে।

যার ঘরে পুজো আসে না
যার ঘরে বাতি জ্বলে না
যার ঘরে বিয়োগ সেনানী
তার বুক বেদনার খনি।
আজ তার কাছেই চলো
সেই দেবীকে মা বলো,
তাকেই দাও অঞ্জলি--
হৃদয়ের পদ্মকলি।
আকাশ কাছে থাক
মেঘ বৃষ্টি ঝড়ে--
আমার মনের দেবী
একা উদাস ঘরে।

যে-ঘরের মানুষ আকাশে
যে-ঘরের মানুষ প্রবাসে
যে-ঘরের মানুষ পাহারায়
দিনরাত পুজো সামলায়।
আজ তার কাছেই চলো
তার সাথে কথা বলো,
হতাশায় আনমনা
তাদেরই আরাধনা।
প্রেমের পুজো হোক
অন্তরে অন্তরে--
আমার মনের দেবী
একা উদাস ঘরে।

-- ড. গৌরাঙ্গদেব ভার্মা



বার্থ সার্টিফিকেট
ড্রাইভিং লাইসেন্স
পাসপোর্ট
স্কুলের কাগজপত্র
জমির দলিল
পলিসি সার্টিফিকেট
চাকুরীর নিয়োগপত্র

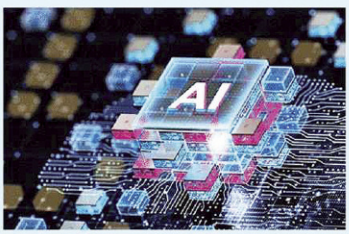
সমস্ত সরকারী কাগজপত্রে
নামের বানান সঠিক আছে তো?
এফিডেফিট করে
সংবাদপত্রে সঠিক নাম ঘোষণা করুন।

পরামর্শ ও সহযোগিতা ঃঃ
মাস মিডিয়া
শুধু প্রচার করে না, প্রসার ঘটায়
মকদুমপুর রথঘরের
বিপরীতে, মালদা
9233 44 45 46

মেঘের আড়াল থেকে স্বপ্নের উড়ান ক্লাউড কম্পিউটিংয়ে

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





তথ্য-প্রযুক্তি পরিষেবা দিন দিন যত বেশি করে ডেটা ও ডিজিটাল পরিকাঠামো নির্ভর হয়ে উঠছে, ক্লাউড কম্পিউটিং প্রযুক্তি ততই তথ্য পরিষেবা মাধ্যম হিসেবে আগের চেয়ে আরও শক্তিশালী হয়ে উঠছে। বিশেষজ্ঞদের মতে, ভবিষ্যতের আইটি ও যাবতীয় অনলাইন ব্যবসার নিয়ন্ত্রণ ক্ষমতা থাকবে এই প্রযুক্তির হাতেই। তাই বাজারের চাহিদা মেনে ভারতের অনেক ইঞ্জিনিয়ারিং কলেজ ও বিশ্ববিদ্যালয়ে কম্পিউটার সায়েন্স অ্যান্ড ইঞ্জিনিয়ারিং (সিএসই) কোর্সের সঙ্গে ক্লাউড কম্পিউটিং-এ স্পেশালাইজেশন করানো হয়। এই স্পেশালাইজেশনের কারণেই ভারতীয় তথ্য প্রযুক্তিবিদদের কদর বেড়েছে দুনিয়ার সর্বত্র।

যোগ্যতা

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

সময়সীমা

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

পাঠ্যক্রম

কম্পিউটার সায়েন্সের মূল বিষয়গুলি যেমন, ডেটা স্ট্রাকচারস্, অ্যালগোরিদমস্, অপারেটিং সিস্টেমস্, কম্পিউটার নেটওয়ার্কস্, ডেটাবেস ম্যানেজমেন্ট সিস্টেমস্, সফটওয়্যার ইঞ্জিনিয়ারিং, অবজেক্ট ওরিয়েন্টেড প্রোগ্রাম। ক্লাউড কম্পিউটিং-এর পাঠ্যক্রমে পড়ানো হয়, ক্লাউড আর্কিটেকচার অ্যান্ড ডিজয়মেন্ট মডেলস, ভার্চুয়ালাইজেশন টেকনোলজিস, ক্লাউড সিকিউরিটি অ্যান্ড কমপ্লায়েন্স, ডেভেলপমেন্ট অপারেশনস অ্যান্ড অ্যাজাইল ডেভেলপমেন্ট, বিগ ডেটা অ্যানালিটিক্স, ইন্টারনেট অফ থিংস, ক্লাউড ইন্টিগ্রেশন, ক্লাউড প্ল্যাটফর্মস (এডব্লুএস, অ্যাজিওর, গুগল ক্লাউড ইত্যাদি)। প্র্যাকটিক্যাল ক্লাসের অংশ হিসেবে ছাত্রছাত্রীরা ল্যাবরেটরি ওয়ার্ক, বিভিন্ন প্রজেক্ট, ইন্টার্নশিপ, ফাইনাল ইয়ারে বাস্তব জগতের চাহিদার সঙ্গে সামঞ্জস্য রেখে হাতে কলমে কাজ শেখার সুযোগ পান।

উচ্চশিক্ষা

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

প্রযুক্তিগত সুবিধা

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

কর্মজীবন

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

তথ্য সহায়তা: ড. সজল সাহা, অধ্যাপক, কম্পিউটার সায়েন্স অ্যান্ড ইঞ্জিনিয়ারিং



আপনার মধু কি
NMR পরীক্ষিত?



রোগ প্রতিরোধ
ক্ষমতা বাড়াতে
কার্যকরী

বিশুদ্ধ মধুর ব্রান্ডগুলির মধ্যে সর্বোত্তম
ঘরে বসে পান - 9233 44 45 46

ঘরে বসেই বুক করুন গ্যাস সিলিন্ডার
হোয়াটসঅ্যাপ, মিসড কল, এসএমএস, অ্যাপ বা অনলাইন পোর্টালে সহজ বুকিং
ইন্ডেন গ্যাস: ৭৫৮৮৮৮৮৮২৪
এইচপি গ্যাস: ৯২২২২০১১২২
ভারত গ্যাস: ১৮০০২২৪৩৪৪
ডেলিভারি দেরি হলে অভিযোগ করুন
ইন্ডেন গ্যাস: ১৮০০-২৩৩৩-৫৫৫
এইচপি গ্যাস: ১৮০০-২২-৪৩৪৪
ভারত গ্যাস: ১৮০০-২৩৩৩-৫৫৫

শারদ উৎসব – ২০২৬



মঙ্গলবাড়ী
ঘোষপাড়া
মহানন্দা সেতু
বুলবুলী অভিমুখে
মহানন্দা নদী
সুকান্ত স্মৃতি সংঘ
কলতা পাড়া
অভিযাত্রী
রেল হাসপাতাল
রেল ষ্টেশন
পূর্বাঞ্চল হোটেল
৩২০ মোড়
৪২০ মোড়
বাঁশবাড়ী
সর্বজয়ী
মনস্কামনা মন্দির
মনস্কামনা রোড
কবি সুকান্ত মোড়
কানির মোড়
ক্যাথলিক চার্চ
শান্তি ভারতী পরিষদ
মাতৃসদন
৩৪ নং জাতীয় সড়ক
রামকৃষ্ণ পল্লী
পার্কিং
বিবেচক
ফুলবাড়ী
প্রটেষ্টান্ট চার্চ
ইন্ডেন
এন.সি.সি. অভিযান
সদর ঘাট
সানিপার্ক
এয়ারভিউ কমপ্লেক্স
শরৎ পল্লী
পিঁয়াজী মোড়
হায়দারপুর
বি.এস.রোড
দুর্গাবাড়ী মোড়
ঋষি অরবিন্দ কমপ্লেক্স
অগ্নি নির্বাপন কেন্দ্র
নেতাজী মার্কেট
পুরাটুলী
উড়ালপুল
টুরিষ্ট লজ
ইউনাইটেড ইয়ংস
কালীতলা
বেলতলা
সরজু প্রসাদ রোড
রিজেন্ট পার্ক
হাউসিং
দিলীপ স্মৃতি
রবীন্দ্র এভিনিউ
জেলা পরিষদ
ই.বি.এম
জেলা আদালত
কালীতলা
অডিটোরিয়াম
মালদা কলেজ
বিহানী
ডি.সি.আর. মার্কেট
এন.এস. রোড
ফোয়ারা মোড়
কালেক্টরেট বিল্ডিং
মুসলিম ইনষ্টিটিউট
হেড পোষ্ট
ষ্টেট ব্যাঙ্ক
সাহাপুর ঘোষপাড়া
শিবাজী সংঘ
ইন্ডেন
মালদা জিলা স্কুল
শুভঙ্কর শিশু উদ্যান
কল্যাণ সমিতি
সাহাপুর সেতু
ওমেন্স কলেজ
সিমেট্রি রোড
তুলসী মোড়
পিরোজপুর
বি.টি. কলেজ
ষ্টেডিয়াম
সাবওয়ে
ওমেন্স কলেজ রোড
ডি.এম. বাঙ্গলো
টাউন হল
বৃন্দাবনী মাঠ
মালদা ক্লাব
অতুল চন্দ্র মার্কেট
মুক্তমঞ্চ
মৈত্রী সংঘ
সরকারী বাসষ্টপ
জেলা পাঠাগার
ইংলিশ বাজার পুলিশ ষ্টেশন
নজরুল সরণী
কৃষ্ণ পল্লী
নেতাজী ক্লাব
কে.জে.ন্যাশনাল রোড
এস.পি. বাঙ্গলো
ভারত সেবাশ্রম সংঘ
জেলা হাসপাতাল মালদা
তিতাস
মকদুমপুর
রামকৃষ্ণ মিশন রোড
বিসর্জনের ঘাট
মেডিক্যাল কলেজ দঃ সিঙাতল
নবারুণ
কে.জে. রোড
রাজধানী
ইন্ডেন
রামকৃষ্ণ মিশন
সিঙাতলা(হসপিটাল অভিমুখে)
বিমল দাস মোড়
হান্টা কালী মোড়
বাঁশতলা
২নং গভঃ কলোনী
রাজাবাগান
বাঘাযতীন সংঘ
অভিরামপুর
গৌড় রোড
গৌড় রোড থেকে পুলিশ লাইন অভিমুখে
বাঁধরোড
মালঞ্চ পল্লী
কৃষ্ণকালীতলা
৩৪ নং জাতীয় সড়ক
রবীন্দ্র ভবন
পুলিশ লাইন
জেলা সংশোধনাগার
ইরিগেশন কলোনী (বটগাছতলা)
গৌড়বঙ্গ ইউনিভারসিটি
ইংরেজ বাজার
এগ্রিকালচার ফার্ম
পার্কিং রেগুলেটেড মার্কেট
মিলন সংঘ
গৌধরাইলবিল
সাহাপুর
উঃ
পঃ
পূঃ
দঃ

ম্যাপে ব্যবহৃত চিহ্নের সূচি

পূজা মন্ডপ | ড্রপ গেট | বৈতনিক ব্যবহার্য বাথরুম | অগ্নি নির্বাপন কেন্দ্র
স্বাস্থ্য কেন্দ্র | পার্কিং জোন | ইন্ডিয়ান অয়েল পেট্রোল পাম্প ও গ্যাস এজেন্সী



এবার ই-পেপারের মাধ্যমে পৌঁছে যান লক্ষাধিক পাঠকের কাছে

"জরুরী গাইড"-এর প্রথম ই-পেপার সংকলনটি প্রকাশিত হবে ১৬ অক্টোবর, শুক্রবার।

এটি কোন হার্ডকপি বা ফিজিক্যাল নিউজ পেপার নয়। কয়েক পাতার একটি পিডিএফ ফাইল। জরুরী গাইডে সাধারণতঃ যেমন বিভিন্ন ধরণের বিভাগ, লেখা, তথ্য এবং রোজ দরকারে লাগা বিজ্ঞাপনগুলি প্রকাশিত হয় সেই একই ধরণের তথ্য ই এই ই-পেপারে থাকবে। প্রতিবার নতুন নতুন তথ্য।

আগ্রহী বিজ্ঞাপনদাতা হিসাবে আপনার টার্গেট ক্লায়েন্ট কারা?

আমাদের ফিজিক্যাল পেপার পৌঁছায় বাড়ি বাড়ি, যারা মূলতঃ দৈনিক সংবাদপত্রের নিয়মিত পাঠক। সমীক্ষায় জানা গেছে, আমাদের পত্রিকার পাঠক প্রধানত মধ্যবয়স্ক ও বয়োজ্যেষ্ঠরা। প্রচার সংখ্যা ২০ হাজার।

অন্যদিকে, আমাদের ই-পেপার বিভিন্ন সোশ্যাল মিডিয়ার মাধ্যমে অর্থাৎ WhatsApp– facebook -এর মাধ্যমে পৌঁছে যাবে ২৫ থেকে ৫০ বছর বয়স্ক তরুণ ও মধ্যবয়স্ক মানুষদের কাছে , যারা জেলার খুঁটিনাটি বিষয়ে নিয়মিত খোঁজখবর রাখতে চান। এই ই-পেপার এর টার্গেট ক্লায়েন্টের সংখ্যা এক লক্ষেরও বেশি। অর্থাৎ একসাথে অনেক বেশি মানুষের কাছে পৌঁছাবে আপনার বক্তব্য।

বিজ্ঞাপনের খরচ ফি জরুরী গাইড পত্রিকার মতো সামান্যই। ন্যূনতম ৫০০ টাকা থেকে শুরু। একবার অংশ নিয়ে দেখুন। কথা দিচ্ছি, এর রেসপন্স আপনাকে মুগ্ধ করবে।

আরো কিছু জানার থাকলে সরাসরি ফোন অথবা WhatsApp করুন 9233 44 4546 নম্বরে।

দুনিয়া ডিজিটাল মিডিয়ার দিকে ঝুঁকছে। আপনিও একবার পরখ করে এর সুফল যাচাই করুন।



PAN সমস্যা ও সমাধান

সম্মানিত সদস্যদের অবগতির জন্য জানানো যাচ্ছে প্যান কার্ড সংক্রান্ত সকল ধরনের কাজ দ্রুত, নির্ভুল ও ঝামেলা-মুক্তভাবে সম্পন্ন করা হয়।

আমাদের সেবাসমূহ —

- প্যান কার্ড Description Letter
- PAN Card Correction (সংশোধন)
- নাম (Name) সংশোধন
- পিতার নাম (Father's Name) সংশোধন
- জন্মতারিখ (Date of Birth) সংশোধন
- পুনরায় প্যান কার্ড (Reprint / Replacement)
- প্যান কার্ড সংক্রান্ত অন্যান্য সকল পরিষেবা

যে কোনো কাজ করার আগে প্রয়োজনীয় তথ্য ও ডকুমেন্ট যাচাই করে তারপর আবেদন করা হয়।





মালদা শহরের বিভিন্ন পূজো মন্ডপ — ২০২৬

1. Sukanta Smriti Sangha
2. Sarbajyee Club
3. Abhijatri
4. Tiger Society
5. Santi Bharati
6. Bidyut Bahini
7. Puratuli Sadarghat Club
8. Puratuli Mahila Durgoutsab Committee
9. United Youngs
10. Dilip Smriti Sangha
11. DCR Market
12. Andharu Para
13. Beltala Club
14. Kalyan Samity
15. Anik Sangha
16. Netaji Club
17. Titash Club
18. Maitri Sangha
19. Biswanath Smriti Sangha
20. Vivekananda Krira Chakra
21. Shibaji Sangha
22. Krishnapally Kalyan Sangha
23. Uttar Krishnapally
24. Malancha Pally
25. Ghosh Para
26. Indu Smriti Sangha
27. Balaka Sangha
28. Nabarun Sangha
29. Rajdhani Club
30. Baghajatin Club
31. Krishna Kalitala
32. Milan Sangha
33. Mahananda Club & Library
34. Raja Bagan Club
35. Abhirampur Sarbojonin Durgapuja Committee
36. R. K. Mission
37. Udayan Club
38. Ujjal Club
39. Govt. Housing Complex
40. Kuttitola Club
41. Agrani Club
42. Jhankar Club
43. United Club
44. Paschimpara
45. Kalitala Club
46. Golapatty Kishore Sangha
47. Jana Kalyan Samity
48. Singatala Club
49. Rathghar Durgapuja Committee
50. Abhijan Sangha
51. Youth Club
52. Gazole Taxistand Durgapuja
53.Surja Sen Pally Durgapuja
54. Netaji Sporting Club, Jhaljhalia
55. Joy Memorial Club, SM Pally
56. Pratibeshi Samity
57. Maheshmati Saratpally
58. Himalaya Sangha
59. Milani Club - Granthagar
60. Sagnik Sangha
61. Gangabag Durgapuja
62. Biswajayee Sangha
63. Netajipark Unnayan Samity
64. Regent Park Durgapuja
65. Rathbari More Durgapuja
66. Air View Complex Durgapuja
67. Sunny Park Uttar Durgapuja
68. Agnisikha Club
69. Natya Mandir Durgapuja
70. Jhaljhalia Byabasayi samity
71. Malda Zilla Police Abasan
72. Gayeshpur Durgapuja
73. Rishipur Arabinda Sangha
74. Shakti Sanchay Sagha
75. New Gayeshpur Durgapuja
76. Mokdumpur Barwaritala
77. Arabinda Park Puja
78. Bidhan Pally Puja Committee
79. Vivekananda Pally Sarbojonin Durgapuja Samity
80. Air View Complex Association
81. Malda Rabindra Sangha
82. Aikya Sammilani Club
83. Maheshmati Sankopara
84. Fulbari Kutubpur, Babupara
85. Sunnypark Welfare Association
86. Panchabharati Sangha
87. Mangal Samity, Gayeshpur
88. Kutubpur Mistripara Durgapuja
89. Jubili Road Youngs
90. Paschim Park Durgapuja
91. Pranta Pally Durgapuja
92. Railway Oldtype Colony
93. Mahananda Railway Colony
94. Sarada Pally Durgapuja
95. Jitendra Memorial Club, Avirampur
96. Subhash Pally Durgapuja
97. Ramkrishna Pally Durgapuja
98. B.S. Road Club Durgapuja
99. Church Pally Durgapuja
100. Shakti Sashan Bahini, U. Baluchar
101. Avirampur Durgapuja Mahilabrinda
102. Sympathetik Club
103. Vivekananda Sangha
104. Sunrise Club
105. Sarat Pally Sarbajanin Durgapuja
106. Kaltapara Sarbajanin Durgapuja
107. Hatkhola Bibigram Durgapuja
108. Ghorapir Sarbajanin Durgapuja
109. Middle Colony Durgapuja
110. Bichitra Club
111. Purba S.M. Pally Durgapuja
112. Netaji Market Durgapuja
113. Kuttitola Durgapuja
114. Madhabnagar Durgapuja
115. Parkghat Durgapuja
116. Kathanika
117. Greenpark Club Durgapuja
118. Blood Society
119. Puratuli Sporting Club
120. Kalibari Colony Durgapuja
121. Rabindra Sangha
122. Shekhar Memorial Club
123. Uma Mahila Smriti Sangha
124. Taltala Mahila Brinda Puja Committee
125. Atul Mkt. Sarbojonin Durgapuja Committee
126. Sarbamangalapally Than & Library

জরুরী
গাইড
অপ্রতিদ্বন্দ্বী পাক্ষিক ফ্রি শিটার
সার্কুলেশন আন্লিমিটেড
পত্রিকায়
বিজ্ঞাপন মাত্র
১০০ টাকায়*
নিম্নলিখিত নির্বাচিত ব্যক্তিগত কলমগুলিতে
কেবলমাত্র রান অন্ লাইন
শ্রেণিবদ্ধ বিজ্ঞাপনের ক্ষেত্রে উপরোক্ত দর প্রযোজ্য।
কিনতে চাই, কর্মপ্রার্থী, বাসা ভাড়া চাই,
আয়া / পরিচারিকা চাই, বন্ধু চাই, টিউটর চাই,
মিস্ত্রি চাই, হোম ডেলিভারী চাই, শুভেচ্ছা,
জন্মদিন*, বিবাহ বার্ষিকী*, নাম পদবী পরিবর্তন
উৎসব / অনুষ্ঠান (পারিবারিক), আবেদন,
সেকেন্ড্স সেল, শিক্ষক চাই (গান / আঁকা /
বাদ্যযন্ত্র), ব্যবহৃত দ্রব্যাদি বিক্রয়
(স্থাবর ও ফোর হুইলার ব্যতীত)।
* চিহ্নিত কলমগুলিতে ছবি প্রকাশ বাধ্যতামূলক।
বিজ্ঞাপনের চার্জ
প্রতি অক্ষর 2 টাকা। ন্যূনতম 100 টাকা।
পরবর্তী প্রতি অক্ষর 7 টাকা। অল বোল্ড প্রতি অক্ষর 8 টাকা।
চারপাশে বর্ডার 30 টাকা। বিজ্ঞাপনের শুরুতে
রিভার্স প্রতি সেমি 200 টাকা। ছবি 3 সেমি 400 টাকা।
বিজ্ঞাপন দপ্তর - 9233 44 45 46 / 700 180 4143
মালদা শহরে বাড়ি থেকে বিজ্ঞাপন সংগ্রহের অতিরিক্ত খরচ 30 টাকা।
● বিজ্ঞাপন দর কেবলমাত্র একক সংখ্যার জন্য। ● স্কিম প্রযোজ্য নয়

ইন্স্যুরেন্স করুন
নিশ্চিন্তে চলুন
সবচেয়ে কম
প্রিমিয়ামে

গাড়ির R.C. কপি / ব্লু-বুক, আধার কার্ড,
ভোটার কার্ড, ড্রাইভিং লাইসেন্স ও PAN কার্ড-এর
ছবি তুলে হোয়াটসঅ্যাপ করে পাঠান।
9233 44 45 46
মকদুমপুর রথ ঘরের বিপরীতে।

কত অজানারে

✦ ১৯৩৫-৩৬ সালে ইংল্যান্ডের নিউজিল্যান্ডে সফরের সময়, টেস্টে জে এইচ হিউম্যান এক ওভারে ৩০ বার বল করেছিলেন। বোঝাই যাচ্ছে তাঁর ২৪ টি নো-বল ছিল।

✦ প্রায় ২০০ লক্ষ বছর আগে হিমালয়ের জন্ম। শুরুতে হিমালয়ের উচ্চতা ছিল ৪৫০০ ফুট। এখন উচ্চতা ২৯০৩১ ফুট। বিজ্ঞানীদের মতে হিমালয়ের উচ্চতা ক্রমশ বাড়ছে।

✦ ৩০ রৌপ্যমুদ্রার বিনিময়ে বিশুকে ধরিয়ে দিয়েছিলেন তাঁর অন্যতম শিষ্য জুডাস ইস্কারিয়ট।

✦ পুরাণ মতে রাজর্ষি ইন্দ্রদ্যুম্ন প্রথম দোলের প্রবর্তন করেছিলেন।

✦ নৃতাত্ত্বিক নির্মল কুমার বসুর মতে প্রাচীন ভারতের দোলের মতো ইরানেও বসন্তকালে নববর্ষের প্রারম্ভে রং নিয়ে নানারকম মেলা আর উৎসবের উল্লেখ পাওয়া যায়।

✦ পুরুষদের মধ্যে বিশ্বে সবচেয়ে বেশি মূর্তি স্থাপিত হয়েছে বুদ্ধের। মেয়েদের মধ্যে কার বেশি জানেন ? মাতা মেরি-র।

✦ ২০০৩ সালে ইংল্যান্ড ও ওয়েলস দলের মধ্যে অনুষ্ঠিত হয়েছিল প্রথম 'টোয়েন্টি ২০' পদ্ধতির ক্রিকেট খেলা।

✦ গ্রিক শব্দ "হিপ্পো" মানে ঘোড়া, আর "পটেমাস" মানে নদী। "হিপোপটেমাস" শব্দের অর্থ "জলঘোটক"। কিন্তু আমরা বলি "জলহস্তী"।

✦ মাথা না ঘুরিয়েও নিজেদের পিছন দিক দেখতে পারে দুটি মাত্র প্রাণী খণগোশ আর টিয়াপাখি। মিষ্টি হয়, তা স্যালাডে ব্যবহৃত হয়। "মেল" ক্যাপসিকাম রান্নায় ব্যবহার করা হয়।

প্রস্টেট বৃদ্ধির সমস্যা

প্রাপ্তবয়স্ক পুরুষদের ক্ষেত্রে প্রস্টেটের বৃদ্ধি স্বাভাবিক ঘটনা, বিশেষ করে ৬০ বছর বয়সে তাঁরা এই ধরনের সমস্যার সম্মুখীন হয়ে থাকেন। ইউরোলজিস্ট ডাঃ সুরেশ ভগতের কথায়, প্রস্টেট গ্ল্যান্ডের আকার অনেকটা আখরোটের মতো এবং এটি মূত্রথলির ঠিক নীচে ইউরেথ্রা বা মূত্রনালিকে ঘিরে থাকে। বয়সের সঙ্গে হরমোনাল ভারসাম্যের হেরফেরের জন্য প্রস্টেট গ্ল্যান্ড বড় হয়ে যায় এবং মূত্রনালি ও মূত্রাশয়ের ঘাড়কে সংকুচিত করে দেয়। একে বিনাইন প্রস্টেটিক হাইপারপ্লাসিয়া বা বিপিএইচ বলে। ফলে প্রস্রাবে সমস্যা দেখা দেয়।

সতর্কতামূলক লক্ষণ

বারবার প্রস্রাব পাওয়া : এই অবস্থা আপনার রাতের ঘুম ছো বটেই, দিনের রুটিনেও ব্যাঘাত ঘটাতে পারে। একেত্রে এত ছোটে প্রস্রাব পায় যে বাথরুমে যেতে যেতে পড়ে যায়। এছাড়া থাকা হতে পারে। এই অবস্থা প্রস্টেট গ্ল্যান্ড বৃদ্ধির প্রথম ও সবচেয়ে ব্যাপক লক্ষণগুলির মধ্যে একটি।

প্রস্রাব প্রবাহ দুর্বল : এক্ষেত্রে প্রস্রাবের গতি ধীর হয়। কারণ, প্রস্টেট বড় হয়ে যাওয়ায় মূত্রনালিকে সংকুচিত করে, ফলে প্রস্রাব বেরোনোর রাস্তা সরু হয়ে যায়। এই অবস্থা সময়ের সঙ্গে আরও খারাপ হতে পারে।

নির্গত হতে সমস্যা : অনেকের ক্ষেত্রে প্রস্রাব শুরু হতে সমস্যা হয় বা দেরি হয়। কখনও বা প্রস্রাব কিছুটা হয়, বন্ধ হয়, আবার হয় এবং শেষে ফোটা ফোটা পড়ে। এই লক্ষণ পুরুষদের মধ্যে খুব সাধারণ, বিশেষ করে যাঁদের প্রস্টেট গ্ল্যান্ড বড় হয়ে যায়। এছাড়া অনেকের ক্ষেত্রে প্রস্রাব করার পরেও মূত্রথলি পুরো খালি না হয়ে প্রস্রাব জমে থাকে।

উপরিউক্ত লক্ষণগুলো দেখা দিলে অবশ্যই একজন ইউরোলজিস্টের পরামর্শ নেওয়া উচিত। কারণ, লক্ষণগুলো যেমন নিরম্ভণ করা যেতে পারে, তেমনই শুরুতেই মূল্যায়ন করে জটিলতা প্রতিরোধ করা যেতে পারে। তাছাড়া প্রস্টেট গ্ল্যান্ড বৃদ্ধির কারণে মূত্রথলিতে চাপ পড়ে, প্রস্রাব পরিষ্কার হয় না। এতে বাবরার প্রস্রাবে সংক্রমণ হতে পারে। প্রস্রাবের সঙ্গে রক্তও পড়তে পারে। সুতরাং, কোনওভাবেই অবহেলা করবেন না।

ডাঃ ভগত জানিয়েছেন, বিনাইন প্রস্টেটিক হাইপারপ্লাসিয়ার চিকিৎসায় ওষুধ দেওয়ার পাশাপাশি জীবনযাত্রায় পরিবর্তন করতে বলা হয়। এই চিকিৎসা প্রস্রাব সংক্রান্ত সমস্যা কমাতে এবং অস্ত্রোপচার ছাড়াই জীবনযাত্রার মান উন্নতিতে সাহায্য করে। তবে প্রায় ২০ থেকে ৩০ শতাংশ পুরুষের ক্ষেত্রে বিনাইন প্রস্টেটিক হাইপারপ্লাসিয়ার চিকিৎসায় যে কোনও সময় অস্ত্রোপচার করার প্রয়োজন হতে পারে।

মুঠোফোন থেকে আঙুলে ব্যথা

অনেকেরই দিন শুরু হয় এবং দিনের শেষ হয় মুঠোফোন বা মোবাইল হাতে নিয়ে। এভাবে মাত্রাতিরিক্ত মোবাইল চালানোর জন্য বিশ্বজুড়ে দেখা দিচ্ছে হাত ও আঙুলের নানা ধরনের সমস্যা। এ সমস্যাকে গেমার্স থাম্ব, টেক্সট ক্ল, ট্রিগার ফিঙ্গার, স্মার্টফোন পিকি সহ দেওয়া হয়েছে বিভিন্ন নাম। জাপানি ভাষায় একে বলা হয় সুমাহো ইউই।

দীর্ঘসময় এক হাতে স্মার্টফোন ব্যবহার করা অথবা শুধু বুড়ো আঙুল দিয়ে টাইপ করলে আঙুল ও কবজির টেন্ডন এবং সন্ধিস্তলোতে চাপ পড়ে। যাঁদের এসব লক্ষণ দেখা যাচ্ছে তাঁদের বয়স ২০, ৩০ অথবা ৪০-এর কোঠায়। আর এই সমস্যা ক্রমেই বাড়ছে বলে মনে হচ্ছে। একটি গবেষণায় দেখা গিয়েছে, দিনে দুই ঘণ্টা বা তার বেশি সময় মোবাইল ব্যবহার করলে কবজির স্নায়ুতে কার্পাল টানেল সিনড্রোমের ঝুঁকি বেড়ে যায়। আর প্রতিদিন ৬-৮ ঘণ্টা ফোনে কথা বলা ডি কোয়ারভেইনস সিনড্রোম বা কবজি ও বুড়ো আঙুলের পাশে ব্যথার ঝুঁকি বাড়ে।

মুঠোফোনের কারণে হওয়া ব্যথা যদি তীব্র হয় এবং কয়েক দিনের বেশি স্থায়ী হয়, পাশাপাশি হাতে ফোলাভাব, লালভাব অথবা জ্বালাপোড়া দেখা দেয়, তাহলে চিকিৎসকের পরামর্শ নেওয়া উচিত। এ ধরনের সমস্যার চিকিৎসা সাধারণত ব্যান্ডেজ দিয়ে হাত স্থির রাখার মাধ্যমে শুরু হয়।

এছাড়া ব্যথার ওষুধ, স্টেরয়েড ইনজেকশন ও বিভিন্ন থেরাপিও নিতে হতে পারে। এতে কোনও উন্নতি না হলে অস্ত্রোপচারই শেষ ভরসা।

প্রতিকার

- কিছু টাইপ করার সময় উভয় হাতের আঙুল ব্যবহার করুন।
- বৃদ্ধাঙ্গুল ছাড়া অন্য আঙুলগুলো দিয়ে স্মার্টফোনের পর্দা স্পর্শ করুন।
- স্মার্টফোন ব্যবহারের সময় চোখের সরাসরি বা এর চেয়ে কিছুটা নীচে রেখে ব্যবহার করুন।
- হাতের ওপর চাপ কমাতে ফোন রিং হোল্ডার ও ফোন স্ট্যান্ডের মতো অনুষঙ্গ ব্যবহার করতে পারেন।
- সম্ভব হলে ভয়েস কমান্ড ব্যবহার করুন।

ঋতু বদল

ঋতু পরিবর্তনের শুরুতে প্রায় সবাই ভোগেন নানা ধরনের ভাইরাল রোগে। সঙ্গে ব্যাকটিরিয়াল ইনফেকশন তো আছেই। এর জন্যেই ঘরে ঘরে সবার সর্দি-কাশি, গলাব্যথা, গা ম্যাজম্যাজ, গায়ে লালচে র‍্যাশ, চোখ লাল হয়ে যাওয়া কিংবা হালকা টেম্পারেচার। ইনফ্লুয়েঞ্জা তো প্রত্যেক ঋতু পরিবর্তনেই ঘুরে আসে। হতে পারে মামস, ডেঙ্গু বা চিকুনগুনিয়াও। পরিস্থিতি ঘোরালো হলে জ্বর থেকে খিঁচুনি হতে পারে। গ্যাসট্রো এনট্রাইটিস হলে বদহজম, পেটের গোলমাল, বমি, পায়খানা হতে থাকবে নাগাড়ে। অনেক সময় এর থেকে শরীরে ডিহাইড্রেশন বা জলের ঘাটতি দেখা দেয়। ব্লাড প্রেসার নেমে যেতে পারে। এমনকী, রোগী অজ্ঞানও হয়ে যেতে পারেন।

কেন হয়

ঋতু পরিবর্তনের সঙ্গে সঙ্গে আবহাওয়ারও পরিবর্তন ঘটে। দিনে তাপমাত্রা বাড়ে। রাতে সেই তাপমাত্রা আচমকা কমতে থাকে। এই সময় বায়ুর আর্দ্রতাও কমে-বাড়ে। পরিবেশের এই বিশেষ অবস্থার জন্যই জীবাণুরা সক্রিয় হয়ে ওঠে। অন্যদিকে দিনে মানুষ এসি-তে থাকছেন। গরমের দাপটে পাতলা চাদরও গায়ে রাখতে পারছেন না। আবার মাঝরাত হলেই শিরশিরে ঠান্ডায় জড়োসড়োভাব। জীবাণুর সক্রিয়তা আর তাপমাত্রা পরিবর্তনের ডবল ডোজে আক্রান্ত হয়েই সাময়িক বিছানা নিচ্ছেন আট থেকে আশি। হয় ভুগছেন ভাইরাল ফিভারে। নয়তো রোটা ভাইরাস বা এন্টেরো ভাইরাসের দাপটে পেটের নানা সমস্যায়।

কীভাবে ছড়ায়

সর্দি-কাশি-জ্বর, ইনফ্লুয়েঞ্জা বা মামস-এর মতো ভীষণ ছোঁয়াচে। একজনের হলেই তার থেকে বাড়ির বাকিদেরও হওয়ার সম্ভাবনা থেকে যায়। ডেঙ্গু বা চিকুনগুনিয়ার মতো রোগের বাহক কিন্তু মশা। এই সমস্ত রোগ সরাসরি মানুষ ছড়ায় না। তাই এগুলোকে ছোঁয়াচে বলা যায় না।

কী চিকিৎসা করাবেন

সর্দি-কাশি-গলা ব্যথার তো নির্দিষ্ট কোনও চিকিৎসা নেই। অনেকে গার্গলিং করেন। মাথা ব্যথা কমাতে ভেপার নেন। ইনফ্লুয়েঞ্জা হলে হালকা প্যারাসিটামল ভালো কাজ দেয়। খাওয়ার আগে অবশ্যই চিকিৎসকের পরামর্শ নেবেন। পেটের সমস্যায় বারবার ওআরএস খাওয়ান (বিশেষ করে ডেঙ্গি হলে)। এতে জলের অভাব ঘটবে না শরীরে। রোগীর খিঁচুনি, মাসল ক্র্যাম্প (পেশিতে টান) ধরলে, ব্লাডপ্রেসার কমে গেলে, অজ্ঞান হয়ে পড়লে কিন্তু বাড়িতে রাখবেন না। সঙ্গে সঙ্গে হাসপাতালে ভর্তি করবেন।

রোগ ঠেকাবেন কী করে

সরাসরি ঠান্ডা বা গরমের মধ্যে যাবেন না। এসি কম ব্যবহার করুন। ব্যবহার করলেও গায়ে যেন পাতলা চাদর বা গলায় মাফলার থাকে।

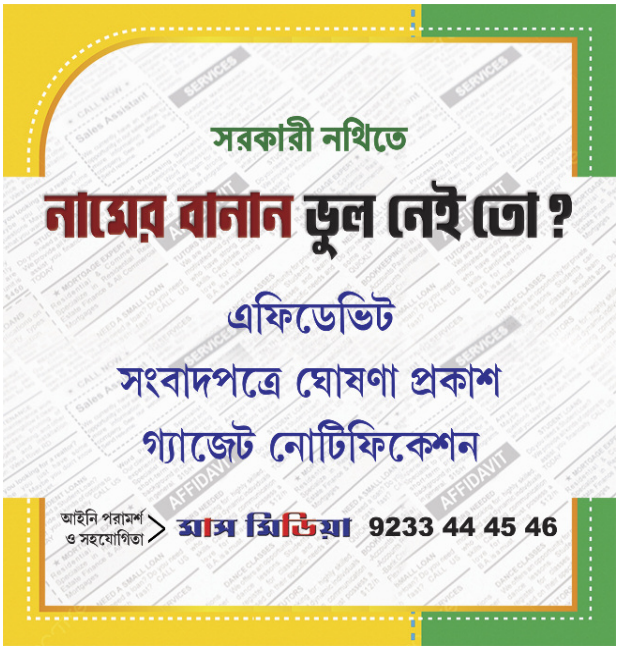
সন্ধের পর কুয়াশা বা হিম পড়ে। ঠান্ডায় কাবু হন যাঁরা তাঁরা পাতলা চাদর জড়িয়ে বাইরে বেরোন।

রাতে ঘুমানোর সময় মাথার কাছের বা আশপাশের জানলা বন্ধ রাখুন। কারণ, শেষ রাতে তাপমাত্রা সবচেয়ে বেশি কমে যায়। তখনই ঠান্ডা লাগার চান্স বেশি থাকে।

পেটের সমস্যা এড়াতে রাস্তার কাটা ফল খাবেন না। বাড়িতে তৈরি টাটকা, হালকা গরম খাবার খান।

ডেঙ্গি বা চিকুনগুনিয়া এড়াতে মশারি টাঙিয়ে ঘুমোন। বাড়ির সবচেয়ে ছোটো আর একদম বয়স্করা আক্রান্ত হন বেশি। তাই বাড়ির কারোর মামস, ইনফ্লুয়েঞ্জা, সর্দি-কাশি হলে তার ধারপাশে ঘেঁষতে দেবেন না এঁদের।

লিভার, কিডনি, ডায়াবেটিস, ক্রনিক ব্রঙ্কাইটিস (সিওপিডি)-তে ভুগছেন যাঁরা তাঁরাও ছোঁয়াচে রোগীদের থেকে দশহাত দূরে থাকুন।



বিবেকবাণী

❖ ওঠো, জাগো এবং লক্ষ্যে না পৌঁছানো পর্যন্ত থেমো না।

❖ ইচ্ছাশক্তিই জগৎকে পরিচালনা করে থাকে।

❖ যা পারো নিজে করে যাও, কারও ওপর আশা বা ভরসা কোনওটাই কোরো না।

❖ কোনও বড় কাজই কঠোর পরিশ্রম ও কষ্ট স্বীকার ছাড়া হয়নি।

❖ সারাদিন চলার পথে যদি কোনও সমস্যার সম্মুখীন না হও, তাহলে বুঝবে তুমি ভুলপথে চলেছ।

❖ এমন কাজ করে চলো যে তুমি হাসতে হাসতে মরবে আর জগৎ তোমার জন্য কাঁদবে।

❖ আমি বিশ্বাস করি যে, কেউ কিছু পাওয়ার উপযুক্ত হলে জগতের কোনও শক্তিই তাকে বঞ্চিত করতে পারে না।

❖ শিক্ষা হচ্ছে মানুষের মধ্যে ইতিমধ্যে থাকা উৎকর্ষের প্রকাশ।

❖ যখন আমাদের মধ্যে অহঙ্কার থাকে না, তখনই আমরা সবথেকে ভালো কাজ করতে পারি, অপরকে আমাদের ভাবে সবচেয়ে বেশি অভিভূত করতে পারি।

❖ মনের মতো কাজ পেলে অতি মূর্খও করতে পারে। যে সকল কাজকেই মনের মতো করে নিতে পারে, সেই বুদ্ধিমান। কোনও কাজই ছোট নয়।

❖ মস্তিস্ককে উচ্চমানের চিন্তা ভাবনা দিয়ে পূর্ণ কর, দিবারাত্র এগুলোকে তোমার সামনে রেখে চল, এগুলোর থেকে মহান কাজ বেরিয়ে আসবে।

❖ যেরকম বীজ আমরা বুনি, সেরকমই ফসল আমরা পাই। আমরাই আমাদের ভাগ্য তৈরি করি, তার জন্য কাউকে দোষারোপ করার কিছু নেই, কাউকে প্রশংসা করারও কিছু নেই।

