সরকারি চাকরিজীবী হয়ে নির্বাচনী প্রচারণা, ডা. অলোককে আবারও শোকজ

সামাজিক যোগাযোগ মাধ্যমসহ সরাসরি আওয়ামী লীগ প্রার্থীর নির্বাচনী প্রচারণায় অংশ নেওয়ায় মেহেরপুর সদর উপজেলা স্বাস্থ্য ও পরিবার পরিকল্পনা কর্মকর্তা ডা. আলোক কুমার দাসকে শোকজ করেছে নির্বাচন অনুসন্ধান কমিটি।

গতকাল বুধবার বিকালে প্রফেসর আব্দুল মান্নানের লিখিত অভিযোগের ভিত্তিতে এবং প্রাথমিক তদন্তে অভিযোগের সত্যতা পেয়ে মেহেরপুর-১ সংসদীয় আসনের নির্বাচন অনুসন্ধান কমিটির চেয়ারম্যান এবং মেহেরপুরের যুগ্ম জেলা ও দায়রা জজ আদালতের বিচারক এইচ এম কবির হোসেন এই শোকজ করেন।

শোকজ নোটিশে ডা. অলক কুমার দাস কে সরকারি করতে হয়েও চাকরিবিধি পরিপন্থী কর্মকান্ডে যুক্ত হওয়া এবং নির্বাচন আচরণবৃষ্টি ভঙ্গ করে প্রচারণা করার কারণ ব্যাখ্যা করতে বলা হয়েছে। একইসঙ্গে বিভিন্ন স্থানে স্বতন্ত্র প্রার্থীকে ভারতের দালাল ও ভারতের প্রার্থী বলার কারণ জানতে চাওয়া হয়েছে।

নির্বাচন অনুসন্ধান কমিটির চেয়ারম্যানের কার্যালয়ে আগামী ৩০ ডিসেম্বর বেলা ১২ টার সময় স্বশরীরে হাজির হয়ে তাকে কারণ দর্শানোর নোটিশ দেয়া হয়েছে।

ধনেপাতার নানা গুণ

প্রকৃতিতে বইছে শীতল হাওয়া৷ শীতের হাওয়া লেগেছে সবজির বাজারেও। রংবেরঙের নানা রকম শাক সবজিতে ভরপুর এই মৌসুমে রসনাবিলাসের অন্ত নেই। এই মৌসুমে প্রতিটি রান্নায় আর যাই হোক, ধনেপাতা পরবেই। কেবল কি তরকারির স্বাদই বাড়ায় ধনেপাতা? মোটেই তেমনটি নয়। এর

রয়েছে নানা গুণ।

. দৃষ্টিশক্তি বাড়াতে সাহায্য করে ধনেপাতা। এটি নিয়মিত খেলে বাড়ে
চোখের জ্যোতি। এতে থাকা ভিটামিন এ চোখের যত্ন নেয় পুরোদমে।
. ধনেপাতায় রয়েছে ম্যাগনেসিয়াম, ক্যালশিয়াম, ভিটামিন এ, সি এবং
পটাশিয়াম। এসব উপাদান শরীরে পুষ্টির জোগান দেয়।
. রোগপ্রতিরোধ ক্ষমতা বাড়াতেও ধনেপাতার জুড়ি নেই। এতে থাকা
ভিটামিন সি শরীরের রোগপ্রতিরোধ ক্ষমতা বাড়িয়ে তোলে।

. গ্যাস, কোষ্ঠকাঠিন্য কিংবা বদহজমের সমস্যার সমাধানও ধনেপাতা।
ডায়েটে নিয়মিত ধনেপাতা রাখলে মুক্তি পাবেন এসকল রোগ থেকে। এটি হজমশক্তিও বাড়িয়ে তোলে।
. এতে থাকা আয়রন শরীরে রক্তের পরিমাণ বৃদ্ধি করে। তাই অ্যানিমিয়ার
সমস্যা কমাতেও সাহায্য করে ধনেপাতা।

সূত্র: ইত্তেফাক

শোকজের উত্তরে দিলেন প্রফেসর মান্নান আব্দুল মান্নান ও ডা. অলোক কুমার দাস

মেহেরপুর-১ সংসদীয় আসনে ইসির শোকজের উত্তর দিয়েছেন স্বতন্ত্র প্রার্থী আব্দুল মান্নান এবং ডা. অলোক কুমার দাস।

জেলা রিটার্নিং কর্মকর্তার অভিযোগের ভিত্তিতে দ্বাদশ জাতীয় সংসদ নির্বাচনে আচরণবিধি ভঙ্গের অভিযোগে ২৪ ডিসেম্বর এই দুজনকে শোকজ করেছিল জেলা নির্বাচন অনুসন্ধান কমিটি।

আজ বুধবার ২৭ ডিসেম্বর সকাল সাড়ে ১০ টায় ডা. অলোক স্বশরিরে এবং দুপুর ১২ টায় আব্দুল মান্নান তার আইনজীবীর মাধ্যমে নির্বাচন অনুসন্ধান কমিটির চেয়ারম্যানের কার্যালয়ে লিখিত বক্তব্যে শোকজের উত্তর দেন।

সকাল সাড়ে দশটায় ডা. অলোক মেহেরপুর-১ সংসদীয় আসনের নির্বাচন অনুসন্ধান কমিটির চেয়ারম্যান এবং যুগ্ন জেলা ও দায়রা জজ আদালতের বিচারক এইচ এম কবির হোসেনের খাস কামরায় উপস্থিত হয়ে তার বক্তব্য উপস্থাপন করেন। এবং দুপুর বারোটার সময় প্রফেসর আব্দুল মান্নানের আইনজীবী ও মেহেরপুর জেলা আওয়ামী লীগের সহ-সভাপতি এডভোকেট মিয়াজান আলী শোকজের উত্তরে লিখিত বক্তব্য পেশ করেন।

নির্বাচন অনুসন্ধান কমিটির কার্যালয় সূত্রে জানা গেছে, ডা. আলোক কল রেকর্ডের সত্যতা প্রমাণে একজন সাক্ষী হাজির করেছিলেন। এছাড়া তিনি বলেছেন তিনি কোন রাজনৈতিক কর্মসূচিতে অংশ নেননি। এমনকি কোন রাজনৈতিক প্রচারণাও করেননি। কোন নেতার জন্য ভোট চাননি। চিকিৎসা পেশায় সংযুক্ত থাকার কারণে জনপ্রশাসন প্রতিমন্ত্রী ফরাদ হোসেনের এবং তার পরিবারের কেউ অসুস্থ হলে তিনি চিকিৎসা করেন। সেই সূত্রে জনপ্রশাসন প্রতিমন্ত্রীর বাসভবনে তার যাতায়াত।

অপরদিকে আইনজীবীর মাধ্যমে প্রফেসর আব্দুল মান্নান বলেছেন, ‘ডা. অলোকের সাথে তার পরিচয় দীর্ঘদিনের। সেই সূত্রে ব্যক্তিগত সম্পর্কের কারণেই তাকে কল দিয়েছিলাম। কিন্তু কারো অজান্তে কল রেকর্ড করে সেটা প্রকাশ করা অপরাধ। ডাক্তার অলোক সরকারি চাকরিজী অমান্য করে বিভিন্ন রাজনৈতিক কর্মকান্ডে অন্যায় ভাবে জড়িত হয়েছেন। এছাড়াও তিনি বিভিন্ন স্থানে এবং হিন্দু সম্প্রদায়ের মাঝে নির্বাচনী প্রচারণা করতে যেয়ে আমাকে ভারতের দালাল বলেছেন। এজন্যই কথা প্রসঙ্গে ভারতের কথাটা এসেছিল। নির্বাচনী আচরণ বিদের প্রতি আমি শ্রদ্ধাশীল। তবে যদি ভুলবশত কোন কারনে আমার নির্বাচনী আচরণবিধি ভঙ্গ হয়ে থাকে সেক্ষেত্রে আমি নিঃস্বার্থভাবে ক্ষমা প্রার্থী।

উল্লেখ্য সম্প্রতি ডা. অলোক ও প্রফেসর মান্নানের কথোপকথনের একটি অডিও ক্লিপ ভাইরাল হলে বিষয়টি দৈনিক কালবেলা সহ বিভিন্ন গণমাধ্যমে উঠে আসে।

মেহেরপুরে অস্বাস্থ্যকর পরিবেশের দায়ে বেকারির ৫০ হাজার টাকা জরিমানা

মেহেরপুরে অস্বাস্থ্যকর নোংরা পরিবেশ ও বিএসটিআইয়ের লাইসেন্স ব্যতিত খাদ্য সামগ্রী তৈরি করার দায়ে সুপার ফুড নামের একটি বেকারিকে ৫০ হাজার টাকা জরিমানা করেছে ভোক্তা অধিকার।

মঙ্গলবার দুপুরে শহরের কাথুলী সড়কে মেহেরপুর ভোক্তা অধিদপ্তরের সহকারী পরিচালক সজল আহমেদ এ অভিযান পরিচালনা করেন।

সজল আহমেদ জানান, মেহেরপুর শহরের সুপার ফুড নামে একটি বেকারি প্রতিষ্ঠানে অভিযান পরিচালনা করে অস্বাস্থ্যকর নোংরা পরিবেশ ও বিএসটিআইয়ের লাইসেন্স ব্যতিত খাদ্য সামগ্রী তৈরি করতে দেখা যায়। এ দায়ে প্রতিষ্ঠানের মালিককে ভোক্তা অধিকার সংরক্ষণ আইন ২০০৯ এর ৪২,৪৩ ও ৪৪ ধারায় ৫০ হাজার টাকা জরিমানা করা হয়। এবং আইন মেনে ব্যবসা পরিচালনা, মুল্যতালিকা প্রদর্শন ও ক্রয় বিক্রয় ভাউচার সংরক্ষণ করা এবং অতিরিক্ত দাম নেয়া থেকে বিরত থাকার জন্য সতর্ক করা হয়।

অভিযান চলাকালে সহযোগিতা করেন জেলা কৃষি বিপণন কর্মকর্তা আব্দুর রাজ্জাক, জেলা নিরাপদ খাদ্য কর্মকর্তা রিয়াজ মাহমুদ এবং মেহেরপুর পুলিশের একটি টিম।

মেহেরপুরে স্বতন্ত্র প্রার্থী আব্দুল মান্নান ও ডা. অলোক কুমার দাসকে শোকজ

মেহেরপুর-১ আসনের স্বতন্ত্র প্রার্থী প্রফেসর আব্দুল মান্নান ও মেহেরপুর সদর উপজেলা পরিবার পরিকল্পনা কর্মকর্তা ডা. অলক কুমার

দাস কে শোকজ করেছে জেলা নির্বাচন অনুসন্ধান কমিটি।

গতকাল রবিবার (২৪ ডিসেম্বর) মেহেরপুরের যুগ্ম জেলা ও দায়রা জজ আদালত-২ এর বিচারক এবং নির্বাচন অনুসন্ধান কমিটির চেয়ারম্যান এইচ এম কবির হোসেন জেলা রিটার্নিং কর্মকর্তা ও মেহেরপুরের জেলা প্রশাসক শামীম হাসানের লিখিত অভিযোগের প্রেক্ষিতেএই দুজনের বিপক্ষে পৃথক পৃথক শোকজ নোটিশ ইস্যু করেন।

জেলা নির্বাচন অনুসন্ধান কমিটির চেয়ারম্যানের কার্যালয়ের সূত্রে জানা গেছে, সম্প্রতি মেহেরপুরের জেলা প্রশাসক ও জেলা রিটার্নিং কর্মকর্তা শামীম হাসান জেলা পরিবার পরিকল্পনা কর্মকর্তা ডা. অলোক কুমার দসকে স্ততন্ত্র প্রার্থী প্রফেসর আব্দুল মান্নান মোবাইল ফোনের মাধ্যমে হুমকি দিয়েছেন মর্মে লিখিত অভিযোগ করেন। অভিযোগের ভিত্তিতে প্রাথমিক তদন্ত শেষে ফোনালাপ সংশ্লিষ্ট উভয় পক্ষকে শোকজ করেন এইচ এম কবির হোসেন।

শোকজ নোটিশে প্রফেসর আব্দুল মান্নান কে বলা হয়েছে,’জেলা রিটার্নিং কর্মকর্তার লিখিত অভিযোগে বলে আপনি মেহেরপুর সদর উপজেলা পরিবার পরিকল্পনা কর্মকর্তা ডাক্তার অলক কুমার দাস কে মোবাইল ফোনে হুমকি দিয়েছেন।

আগামী ২৭ ডিসেম্বর (বুধবার) দুপুর ১২ টার সময় স্বশরীরে বা প্রতিনিধির মাধ্যমে নির্বাচন অনুসন্ধান কমিটির কার্যালয় উপস্থিত হয়ে কারণ দর্শানোর নির্দেশ দেয়া হলো । ‘

অপর দিকে ডা. অলোক কুমার দাস কে শোকজ নোটিশে বলা হয়েছে, ‘আপনি প্রকাশিত অডিও ক্লিপের ব্যাপারে এবং বিভিন্ন রাজনৈতিক কার্যক্রমে অংশগ্রহণ সংক্রান্ত অভিযোগের ব্যাখ্যা প্রদান করবেন। এবং আগামী ২৭ ডিসেম্বর বুধবার সকাল দশটায় নির্বাচন অনুসন্ধান কমিটির চেয়ারম্যানের কার্যালয়ে স্বশরীরে হাজির হয়ে সাক্ষ্য প্রদানের জন্য আপনাকে নির্দেশ দেয়া হলো।’

সম্প্রতি সদর উপজেলা পরিবার পরিকল্পনা কর্মকর্তা ডা: অলক কুমার দাস ও স্বতন্ত্র প্রার্থী আব্দুল মান্নানের কথোপকথন সামাজিক যোগাযোগ মাধ্যমগুলোতে ভাইরাল হয়।

জীবননগরের মনোহরপুর ইউনিয়ন ফ্রি চিকিৎসা প্রদান

জীবননগর উপজেলার মনোহরপুর ইউনয়নে সমৃদ্ধি কর্মসূচির আয়োজনে মনোহরপুর ইউনিয়ন প্রবীন কেন্দ্রে ক্যাম্প হার্ট ও ডায়াবেটিস রোগের ফ্রি চিকিৎসা প্রদান করা হয়।

আজ সোমবার মনোহরপুর ইউনিয়ন পরিষদের সহযোগিতায় ও ওয়েভ ফাউন্ডেশনের বাস্তবায়নে দিন ব্যাপী এ চিকিৎসা ক্যাম্পের উদ্বোধন করেন ইউপি চেয়ারম্যান সোহরাব হোসেন।

উদ্বোধনী অনুষ্ঠানে উপস্থিত ছিলেন, সমৃদ্ধি কর্মসূচির সমন্বয়কারী কামরুজ্জামান যুদ্ধ, ইউনিয়ন প্রবীন কমিটির সভাপতি বীর মুক্তিযোদ্ধা বদর উদ্দিন ও সাধারণ সম্পাদক মহিউদ্দিন। ফ্রি চিকিৎসা ক্যাম্পে চিকিৎসা প্রদান করেন হার্ট স্পেশালিষ্ট চুয়াডাঙ্গা সদর হাসপাতালের ডাঃ মোঃ আবুল হোসেন। সহযোগি হিসাবে ছিলেন সহকারী মেডিক্যাল অফিসার জাহিদুল ইসলাম। এ চিকিৎসা ক্যাম্প থেকে চিকিৎসা নেন মনোহরপুর ইউনিয়নের ১২০ জন নারী পুরুষ।

এ ফ্রি চিকিৎসা ক্যাম্পের সার্বিক সহযোগিতা করেন, সমৃদ্ধি কর্মসূচি প্রোগ্রাম কো-অডিনেটর মোঃ আওয়াল হোসেন, ইউনিয়ন সহকারী মেডিক্যাল অফিসার সোহেল রানা ও মোঃ আসাদুজ্জামান।

মেহেরপুর হাসপাতালে বাড়ছে শীতজনিত রোগীর চাপ, একজনের

মৃত্যু

আজ শনিবার সকাল ৯ টায় মেহেরপুরের সর্বনিম্ন তাপমাত্রা রেকর্ড করা হয়েছে ১২ ডিগ্রি সেলসিয়াস। শুক্রবার একই সময়ে ছিলো ১০.৬ ডিগ্রি সেলসিয়াস। ঘন কুঁয়াশা আর মৃদু শৈত্য প্রবাহের কারনে মেহেরপুর জেলায় শীতের প্রকোপ দিন দিন বাড়ছে। তীব্র শীতের কারনে মানুষের স্বাভাবিক জীবন যাত্রা কিছুটা বির্পযস্ত হচ্ছে। পাশাপাশি শিশু এবং বয়স্ক মানুষ শীতজনিত নানা রোগে আক্রান্ত হচ্ছে। এতে মেহেরপুর জেনারেল হাসপাতালসহ জেলার বিভিন্ন হাসপাতাল ও ক্লিনিক গুলোতে বাড়ছে শীত জনিত রোগীর চাপ।

সরজমিনে মেহেরপুর জেনারেল হাসপাতালে যেয়ে দেখা গেছে, অ্যাজমা, নিউমোনিয়া, ডায়রিয়া, অ্যালার্জি, সর্দি-কাশিসহ শীতজনিত নানা রোগে মানুষ চিকিৎসা নিচ্ছে সেখানে। বিশেষ করে শিশু ও বয়স্ক রোগীর চাপে হিমশিম খাচ্ছেন চিকিৎসকরা। গতকাল শুক্রবার দিবাগত রাত দুইটায় দেখা গেছে, শিশু ওয়ার্ডে ৫ নবজাতকের পাশাপাশি ৬২ শিশু চিকিৎসাধীন রয়েছে। এদের প্রায় সকলেই শ্বাসকষ্ট, নিউমোনিয়া ও ডায়রিয়ায় ভুগছে।

এছাড়াও থ্যালাসেমিয়া আক্রান্ত এক শিশু সেখানে চিকিৎসাধীন রয়েছে। মহিলা ওয়ার্ডে ৬৩ জন চিকিৎসাধীন রোগীর মধ্যে ৪০ জনই শীত জনিত নানা রোগের কারণে চিকিৎসাধীন।পুরুষ ওয়ার্ডে ৬৬ জন নানা রোগে আক্রান্ত হয়ে চিকিৎসাধীন রয়েছেন, পাশাপাশি নতুন রোগী ভর্তি হয়েছেন ১৭ জন। ডায়রিয়া ওয়ার্ডে ১৭ জন চিকিৎসাধীন, এদের মধ্যে শিশু ১২, মহিলা ৪ ও পুরুষ ১ জন।

এছাড়াও হাসপাতালের এইচ ডি ইউ তে ৪ জন ডেঙ্গু রোগী চিকিৎসাধীন রয়েছেন। আইসিইউতে বর্তমানে ৩ জন ডেঙ্গু ও নিউমোনিয়ার রোগী রয়েছেন। গত ২৪ ঘন্টায় আইসিইউ তে চিকিৎসাধীন ১ জন রোগী মারা গেছেন।

হাসপাতালে কর্তব্যরত ইমারজেন্সি মেডিকেল অফিসার (ইএমও) ডা. মনজুরুল আহসান বলেন, ‘আজ মেহেরপুর জেনারেল হাসপাতালের ইমারজেন্সি বিভাগে মোট ১৫১ জন রোগী চিকিৎসা নিয়ে গেছেন। এদের মধ্যে ৬০ জন এসেছিলেন ঠান্ডা জনিত নানা রোগের উপসর্গ নিয়ে।’

মেহেরপুর জেনারেল হাসপাতালের তত্ত্বাবধায়ক ডা. জামির মোঃ হাসিবুস সাত্তার মেহেরপুর প্রতিদিনকে বলেন, ‘ বর্তমানে এখানে

ভর্তি রয়েছেন ২৩৭ জন রোগী। অন্যান্য রোগীর চাপ কম থাকলেও ক্রমান্বয়ে ঠান্ডা, কাশি, জ্বর, শ্বাসকষ্ট ও ডাইরিয়ার রোগী বাড়ছে। ২৫০ সয্যা মেহেরপুর জেনারেল হাসপাতালে মূলত লোকবল রয়েছে ১০০ রোগীর জন্য। এই লোকবল নিয়েই আমরা সেবা দিয়ে যাচ্ছি। শীত বাড়ার সাথে সাথে প্রতিবছরই শীত জনিত রোগীর সংখ্যা ব্যাপক বৃদ্ধি পায়। তবে রোগীর সংখ্যা আরও বৃদ্ধি পেলেও বর্তমান জনবল দিয়েই সর্বোচ্চ সেবা দেওয়ার প্রস্তুতি আমাদের আছে।’

ঝিনাইদহে শিশুদের নিউমোনিয়া ও ডায়রিয়ার প্রকোপ, হাসপাতালে ভর্তি

ঝিনাইদহে বেড়েছে শিশুদের নিউমোনিয়া, জ্বরসহ শ্বাসতন্ত্রের রোগের প্রকোপ। প্রতিদিন সদর হাসপাতালে গড়ে ৪০ থেকে ৫০ জন শিশু ভর্তি হচ্ছে। হাসপাতালে শয্যা আর জনবল সংকটে বাড়তি রোগীর চাপ সামলাতে হিমশিম খাচ্ছেন চিকিৎসক ও নার্সরা।

ঝিনাইদহ সদর হাসপাতালের শিশু ওয়ার্ডে যেন তিল ধারণের ঠাঁই নেই। হাসপাতালের কক্ষগুলোর মেঝে ও বারান্দায় রেখে চিকিৎসা করা হচ্ছে শিশুদের। প্রতিদিন নতুন করে শিশু ভর্তি হওয়ায় দিন দিন জায়গার সমস্যা বেড়েই চলেছে। হাসপাতালে যত শিশু রোগী ভর্তি আছে তার বেশিরভাগই নিউমোনিয়া ও ডায়রিয়ায় আক্রান্ত। ৪০ শয্যার বিপরিতে চারগুন বেশী রোগী ভর্তি থাকায় স্বল্প জনবলে চিকিৎসা সেবা দিতে হিমশিম খেতে হচ্ছে চিকিৎসকদের।

গত অক্টোবর মাস থেকে শিশু রোগের প্রকোপ বৃদ্ধি পেয়েছে। প্রতিদিন হাসপাতালে নতুন করে ৪০ থেকে ৫০ জন শিশু ভর্তি হচ্ছে। বেশিরভাগ শিশু রোগীর ৭০ ভাগই নিউমোনিয়া, জ¦রসহ শ^◌াসতন্ত্রের রোগে আক্রান্ত। এমন সমস্যায় আক্রান্ত শুধু সদর হাসপাতালাই নয়, সরকারি শিশু হাসপাতালসহ স্থানীয় প্রাইভেট হাসপাতাল গুলোতেও বেড়েছে এ রোগীর সংখ্যা।

হাটগোপালপুর এলাকার মশিয়ার রহমান জানান, আমার সন্তানকে হাসপাতালে আনলে দেখি রোগী রাখার কোন বেড খালী নেই। তাই কোন উপায়ন্ত না পেয়ে অবশেষে হাসপাতালের মেঝেতে রেখে চিকিৎসা করাতে হচ্ছে।

সুফিয়া নামের এক নার্স জানান, হাসপাতালে কম সংখ্যক জনবল নিয়ে এত রোগীর চিকিৎসা দিতে হিমশিম খাচ্ছি আমরা। তারপরও সাধ্যমত চেষ্টা করছি সকল রোগীর চিকিৎসা দিতে।

ঝিনাইদহ সদর হাসপাতালের কনসালট্যান্ট (শিশু ওয়ার্ড) ডাঃ মোঃ আনোয়ারুল ইসলাম জানান, শিশুকে ঠান্ডাজনিত রোগ থেকে বাঁচাতে অভিভাবকদের সচেতনতার পরামর্শ দেওয়া হচ্ছে।

স্বাস্থ্য বিভাগের দেওয়া তথ্য মতে, ২৫০ শয্যার হাসপাতালে বর্তমানে শিশু ওয়ার্ডে রোগী ভর্তি রয়েছে ১৪০ জন। গত এক মাসে ঝিনাইদহ সদর হাসপাতালে নিউমোনিয়ার সাথে অন্যান্য সমস্যায় ২ টি শিশুর মৃত্যু হয়েছে। মাত্র একজন শিশু রোগ বিশেষজ্ঞ চিকিৎসক দিয়ে চলছে চিকিৎসা সেবা।

কাঁচা টমেটোর বাজিমাত

চলতে শীতের মৌসুম। এ মৌসুমে বাঙালি রসনায় পিঠেপুলির স্বাদের সঙ্গে যুক্ত হয় আরও একটি উপাদান। কি বলুন তো? ঠিকই ধরেছেন। শীতের হরেক রকমের বাহারি সবজি। তাই শীতকালে জমিয়ে সকলে মৌসুমি শাক সবজি উপভোগ করেন। এ সময়টাতে সবচেয়ে জনপ্রিয় সবজি কাঁচা টমেটো।

লাল টুকটুকে টমেটো তো সারা বছরই রান্নার স্বাদ বাড়াতে সকলে ব্যবহার করে থাকেন। কিন্তু শীতকালে কাঁচা সবুজ সতেজ টক টক টমেটোই সকলের পছন্দ। শুধু কি স্বাদ, গুণেও কিন্তু অনন্য এই কাঁচা টমেটো। চলুন জেনে নেই সুস্বাস্থ্যে কাঁচা টমেটোর অবদান:

ভিটামিন সি-তে ভরপুর এই সবজি আপনার রোগপ্রতিরোধ ক্ষমতা বাড়িয়ে তোলে শতগুণে। শুধু তাই নয় দাঁত ও ত্বকের যত্নেও এর জুড়ি মেলা

ভার।

এতে থাকা কিউমেরিক ও ক্লোরোজেনিক এসিড শরীরকে ক্যান্সারমুক্ত থাকতে সাহায্য করে, কার্সিনোজের প্রভাব থেকে শরীরকে রক্ষা করে। শুধু তাই নয় প্রস্টেট ক্যানসার বা পেটের ক্যানসারের ঝুঁকিও কমায় কাঁচা টমেটো।

কাঁচা টমেটো খেলে ভালে থাকবে আপনার হৃদযন্ত্রও। এতে থাকা লাইকোপিক অ্যান্টিঅক্সিডেন্ট হৃদযন্ত্রের খেয়াল রাখে।

ভিটামিন বি এবং পটাশিয়াম সমৃদ্ধ এই সবজি আপনার কোলেস্টেরলের মাত্রা ঠিক তো রাখেই সেই সাথে রক্তচাপও স্বাভাবিক রাখতে সাহায্য করে।

বাতের ব্যথা এবং হাড়ের ক্ষয় রোধ করতেও খেতে পারেন কাঁচা টমেটো। এতে থাকা ভিটামিন কে এবং ফসফেট খেয়াল রাখবে আপনার হাড়েরও।

সূত্র: ইত্তেফাক

মুজিবনগরের কোমরপুর বাজারে ভোক্তার অভিযান, দুটি ফার্মেসীকে জরিমনা

মেহেরপুরের মুজিবনগর উপজেলার কোমরপুর ও মহাজনপুর বাজারে অভিযান চালিয়ে মেয়াদ উত্তীর্ণ ওষুধ রাখায় দুটি ফার্মেসীকে ২৫ হাজার টাকা জরিমানা করেছে ভোক্তা অধিকার।

আজ বুধবার দুপুরে ভোক্তা অধিকারের সহকারী পরিচালক সজল আহমেদ এ অভিযান পরিচালনা করেন। দণ্ডিতরা হলেন- কোমরপুর বাজারের ইউসুফ ফার্মেসীর মালিক মনিরুল ইসলাম ও ভাই ভাই ফার্মেসীর মালিক আব্দুল জাব্বার।

সজল আহমেদ জানান, কোমরপুর বাজারে কয়েকটি ফার্মেসী প্রতিষ্ঠানে

তদারকি করা হয়। এসময় মেসার্স মেসার্স ইউসুফ ফার্মেসী নামক প্রতিষ্ঠানে পুর্বে সতর্ক করা সত্ত্বেও প্রচুর মেয়াদ উত্তীর্ণ ঔষধ র্যাকে সংরক্ষণ ও বিক্রয়ের অপরাধে প্রতিষ্ঠানটির মালিক মো: মনিরুল ইসলামকে ভোক্তা অধিকার সংরক্ষণ আইন-২০০৯ এর ৫১ ধারায় ১৫ হাজার টাকা এবং মেসার্স ভাই ভাই ফার্মেসীর মালিক মো: আব্দুল জব্বারকে একই অপরাধ ও ধারায় ১০ হাজার টাকা জরিমানা করা হয়। এর আগে পেয়াজসহ অন্যান্য পণ্যের মুল্যতালিকা ও ক্রয়-বিক্রয় ভাউচার যাচাই করা হয়| তদারকিতে দেখা যায় সেখানে প্রতিকেজি পেয়াজ খুচরা বিক্রয় হচ্ছে ৭০-৮০ টাকায়।

পরবর্তীতে অভিযান চলাকালে সকল ব্যবসায়ীতে ভাউচার ও মুল্যতালিকা রাখার নির্দেশনা দেয়া হয় এবং সবাইকে ভোক্তা অধিকার বিরোধী কাজ থেকে বিরত থাকার জন্য সতর্ক করা হয় এবং সচেতনতামূলক লিফলেট বিতরণ করা হয়।

অভিযানে সহযোগিতা করেন মুজিবনগর উপজেলা স্যানিটারি ইন্সপেক্টর তারিকুল ইসলাম এবং মেহেরপুর পুলিশ লাইনের একটি টিম।