

সম্পাদকীয়

এসএসসি: ৫১ শিক্ষাপ্রতিষ্ঠান পাসের অযোগ্য!

পড়াশোনা করে শিক্ষায় শিক্ষিত হতে বিদ্যালয়ে সন্তানদের পাঠ্য পরিবার। ফলাফল ভালো করার জন্য নিয়মিত ক্লাস করে শিক্ষার্থীরা। যদি সারা বছর পড়েও ফলাফল শূন্য হয় তখন বিষয়টা কেমন দাঁড়ায়? আর যারা শিক্ষক তারা কি প্রকৃত শিক্ষক, প্রশ্ন থেকেই যায়। বর্তমানে উন্নয়নশীলের পথে হাঁটছে দেশ। কিন্তু শিক্ষার মত গুরুত্বপূর্ণ বিষয়ে যদি ফলাফল এমন শূন্য হয় তাহলে কি দেশ উন্নয়নশীল হবে? সাম্প্রতিক সময়ে শিক্ষার ক্ষেত্রে এমনি একটি ঘটনা ঘটেছে। যা কঙ্গনার বাহিরে। চলতি বছরের মাধ্যমিক কুল সার্টিফিকেট (এসএসসি) ও সমমান পরীক্ষায় সারা দেশে শতভাগ পাস করা শিক্ষাপ্রতিষ্ঠানের সংখ্যা দুই হাজার ৯৬টি। কিন্তু ৫১টি শিক্ষাপ্রতিষ্ঠানের কোনো শিক্ষার্থীই এবার পাস নিয়ে। এবার পরীক্ষায় অংশ নেয়া মেট শিক্ষাপ্রতিষ্ঠানের সংখ্যা ২১ হাজার মধ্যে। এর মধ্যে শতভাগ পাস করা শিক্ষাপ্রতিষ্ঠানের সংখ্যা দুই হাজার মধ্যে। এ পরীক্ষার ফলাফলে মেট জিপিএ-৫ পেয়েছে ১ লাখ ৮২ হাজার ১২১ জন। এ বছর পাসের হার বৃদ্ধি পেয়েছে ২ দশমিক ৬৫ শতাংশ। ছাত্রের চেয়ে ১৫ হাজার মধ্যে ১২৩ জন বেশি ছাত্রী জিপিএ ৫ পেয়েছে। এবার ফলাফলে সারাদেশে মেট পাস করেছে ১৬ লাখ ৭২ হাজার মধ্যে ১৫ জন। গত ১৫ ফেব্রুয়ারি এসএসসি ও সমমানের পরীক্ষা শুরু হয়। লিখিত পরীক্ষা শৈষ হয় গত ১২ মার্চ। এবার মেট ১১টি শিক্ষা বোর্ডের অধীনে ২০ লাখ ২৪ হাজার ১১২ জন পরীক্ষার্থী এসএসসি ও সমমানের পরীক্ষায় অংশ নেয়। এর মধ্যে নয়টি সাধারণ শিক্ষা বোর্ডের অধীনে পরীক্ষার্থী ছিলেন ১৬ লাখ ৬ হাজার ৮৭৯ জন। মাদ্রাসা শিক্ষা বোর্ডের অধীনে দাখিল পরীক্ষা দিয়েছিল মেট ২ লাখ ৪২ হাজার ৩১৪ জন। যদিও ৮৩.৮ শতাংশ পশের হার রয়েছে, তবুও হতাশার বিষয় হলো ৫১ টি বিদ্যালয়ের কেউই পাশ করে নাই! বিষয়টা ভেনে দেখলে অবিশ্বাস্য। তাহলে শিক্ষকরা সারা বছর কি পড়াশুনা করিয়েছে শিক্ষার্থীদের। শিক্ষকদের কাঠের ব্যবহা নিতে হবে। তাদের কাজ কি শুধু মাসে মাসে বেতন নেওয়া? তাদের থেকে এর জবাবদিহিত নিতে হবে সরকারকে। এভাবে চলতে থাকে দেশে ব্যবহাস হয়ে থাবে। অভিভবকরা শিক্ষার ক্ষেত্রে আস্থা হারিয়ে ফেলে এবং ছেলে-মেয়েদের বিদ্যালয়ে পড়াশোনা করাবে না। ভয়াবহ পরিস্থিতি না হওয়ার আগেই এর জন্য যথার্থ ব্যবহা নিতে হবে। যেসব বিদ্যালয়ে পাশের হার শূন্য তাদের বিদ্যালয়ে তদন্ত করে কারণ গুলো চিহ্নিত করে পরিআশ করতে হবে।

বাধাকাপ, লাল শাক, পালং শাক, ধনেপাতা, গ্রাম-বাংলার জনপ্রিয় তমেটো, লাউ, শিমসহ প্রায় সব ধরনের শীতকালীন শাক-সবজি চাষ করব ভাবছি। এছাড়া সুইডেনে সরিষা, সরিষা থেকে মোচাক পালনের মাধ্যমে মধু আহরণ, হলুদ, মরিচ, আদা, পেঁয়াজ, স্ট্রেবেরিসহ নানা ধরনের ফল এবং গোলাপ, স্বয়মুক্ত, গাঁদা ফ্লুসহ বিভিন্ন ধরনের ফ্লুসেও চাষ করব। ইদানীং সুইডিশদের বাংলাদেশের শাকসবজি রোপণে অনুপ্রোগে দিতে একটি প্রজেক্ট করেছি, প্রজেক্টের নাম “ওল্ডলা ইলেক্ট্ৰো” এসক্ষেত্রে রোপণ এবং একটি প্রক্রিয়া প্রক্রিয়া প্রক্রিয়া করে নিয়েছি। ছেলে দুটির একজন সুইডেনে আফগানিস্তানের খাবারসহ নানা ধরনের স্যুভেনির বিক্রি করে। অন্যদিকে মরকোর ছেলেটি সরাসরি মরকো থেকে কাঁচামাল এনে সুইডেনের বিভিন্ন দোকানে বিক্রি করে। এরা দুজনে আমার প্রজেক্টে জাফরান এবং তরমুজের চাষ করবে বলেছে। সুইডেনে গরম সাধারণত ৩-৪ মাস সময়, যদি সুইডিশ সামার আমাদের অনুকূলে থাকে তবে আশা করছি আমরা সঙ্গব্য কিছু একটা ফলাফল দেখতে পাব এ বছরেই। গতকাল তরমুজ কিনেছি, একটি তরমুজের দাম ৪০০ ক্রোনা। এখনে তরমুজ কেজি দরে বিক্রি হয়। একটি তরমুজের ওজন ৬-১৫ কেজি মতো। এখন বিক্রি হচ্ছে ৪০ ক্রোনার/কেজি। (১০ টাকা = ১ ক্রোনা)। এ তরমুজ এসেছে মরকো থেকে। থেতে ভালো এবং মিষ্টি। সিজেনের শুরুতে দাম চড়া রবে আগামী মাস থেকে গ্রিস, কারিশা, স্পেন এবং ইতালি থেকে তরমুজ আসতে শুরু করবে তখন দাম কমে ১৫ ক্রোনারের মধ্যে কেজি চলে আসবে। নতুন কিছু বাজারে এলে চাহিদা বেশি হয়, তারপর প্রতিমোগিতা যদি না থাকে তখন দাম চড়া হয়ে থাকে, বিশেষ সব জায়গায় এটা দেখা যায়। এখন চাহিদা এবং দাম বেশি বলে কাঁচা তরমুজ বিক্রি করলে তো ধরা থেকেই হবে কোনো না কোনো ভাবে। অনেকে গোল আলু আগেভাগে তুলে বিক্রি করে বেশি অর্থ উপার্জন করতে। ঠিক আছে, আলু

ଦେଶେ ପାହାଡ଼ସମ ବେକାରତ୍ବ ବାଡ଼ିଛେ

একদিকে পাহাড়সম বেকারত্ব বাড়ছে অন্যদিকে সরকারি চাকরিতে হাজার হাজার শূণ্য পদ থেকে যাচ্ছে। এগুলোতে নিয়োগের মেন কোনো তাগিদ নেই। এক অদৃশ্য শক্তির ইশারায় দিনের পর দিন বন্ধ থাকছে শূন্যপদে নিয়োগ। যেখানে দিন দিন বেকারত্ব বাড়ছে সেখানে হাজার হাজার পদ দীর্ঘদিন খালি থাকা রীতিমত অন্যয়। বাংলাদেশের বেশিরভাগ পরিবার এতিহ্যগতভাবে পুরুষ প্রধান, তরুণ ও বিগত কয়েক বছর ধরে নারীদের নেতৃত্বে পরিবারের সংখ্যা ধীরে ধীরে বৃদ্ধি পেয়েছে। বেকারত্বের সংখ্যার হিসেবে নারীরা পুরুষের তুলনায় ভালো অবস্থানে থাকলেও শতাংশের হিসেবে আবার পুরুষের থেকে পিছিয়ে আছেন তারা। ২০২৩ সাল শেষে দেশে বেকারের সংখ্যা ছিল ২৪ লাখ ৭০ হাজার। বর্তমানে তা বেড়ে হয়েছে ২৫ লাখ ৯০ হাজার। এ ছাড়া পুরুষদের মধ্যে বেকারত্ব নেতৃত্বে, কমেছে নারী বেকারের সংখ্যা। বাংলাদেশ পরিসংখ্যান বৃত্তের (বিবিএস) ত্রৈমাসিক শ্রমশক্তি জরিপ প্রতিবেদনে এসব তথ্য উল্টো এসেছে। ২০২৪ সালে প্রথম প্রাস্তিক অর্থাতঃ জানুয়ারি থেকে মার্চ পর্যন্ত তিনি মাসের তথ্য-উপার্শের ভিত্তিতে প্রতিবেদনটি প্রস্তুত করা হয়। বিবিএসের হিসেবে বলছে, ২০২৩ সালের প্রথম প্রাস্তিকে ২৫ লাখ ৯০ হাজার বেকার ছিল। সেই হিসেবে এ বছরের প্রথম প্রাস্তিকে বেকারের সংখ্যা বাঢ়েনি। বর্তমানে বেকারের হার ৩.৫১%, যা ২০২৩ সালের গড় বেকারের হারের চেয়ে কিছুটা বেশি। ২০২৩ সালের গড় বেকারের হার ছিল ৩.৩৬%। বিবিএস আরও জানায়, গত মার্চ মাস শেষে দেশের ১৭ লাখ ৪০ হাজার পুরুষ বেকার ছিলেন। ২০২৩ সালের প্রথম প্রাস্তিকে (মার্চ-জানুয়ারি) সময়ে এই সংখ্যা ছিল ১৭ লাখ ১০ হাজার। অন্যদিকে গত বছরের একই সময়ের চেয়ে ৩০ হাজার নারী বেকার কমেছে। এখন নারী বেকারের সংখ্যা ৮ লাখ ৫০ হাজার। পরিসংখ্যান বৃত্তের তথ্য বলছে, শ্রমশক্তি

পাবলিক কিনবে না? তারপর ফরমালিন মেশালে হয়তো পাকবে কিন্তু স্বাদ বা মিষ্ঠি তো সঠিকভাবে পাওয়া যাবে না। এ বিষয়গুলো মাথায় রাখা দরকার কিন্তু সেটা মাথায় থাকলে সবার বিবেকে সেটা থাকে না। যা-ই-হোক সুইডেনে পরিপূর্ণ গাছপাক ফল পাওয়া দুঃসাধ্য ব্যাপর। কারণ দূরপ্রাপ্ত থেকে আমদানি করে আনতে পাথে সেগুলো নষ্ট হয়ে যায়, যার ফলে দেখা যায় আম, কলা, পেঁপে, কাঁচা অবস্থায় এসে হাজির হয়েছে। এত সব বামেলার কারণে মূলত আমার চেষ্টা যদি সম্ভব্য কিছু শাকসবজি, ফলমূল রোগোপন পার তবে সুস্থান এবং ভজলমুক্ত খাবার থেকে পারব। তবে খরচ কম হবে না, কারণ এখানে নিজ হাতে কিছু করা মানে আমদানের সময় বিনা পয়সায় ব্যয় হবে। যাকে বলে খাজনার চেয়ে বাজনা বেশি হবে। তাহলে কেন কৃষি খাতে এ সময়গুলো দিই? কারণ ভালোগা এবং শখ, শখের বিচার কখনও অর্থ দিয়ে হয় না। তারপর প্রকৃতির সঙ্গে সময় দেয়া, নিজ হাতে কিছু করা, সমাজের কথা ভাবা, শারীরিক পরিশ্রম করা, প্রিয়জনকে নিয়ে একসঙ্গে কিছু করা; সব মিলে একটি চমৎকার ‘কোয়ালিটি টাইম’ এর মূল্য তো একটু বেশি হবেই। এ-তো গেল বিলাসিদের বেলায়, কিন্তু যারা দিনমজুর এবং

আমের অর্থনীতিতে

ପାହାଡ଼ ଶ୍ଵର ରୋତେ କମିକ୍‌ର
ପଦକ୍ଷେପ ନିନ

দুর্যোগ প্রতিহত করে এই পাহাড়। একই সঙ্গে পাহাড় হলো মানুষ এবং জীববৈচিত্রের সুসংযোগ পানির আধার। ধৰ্মীয় দৃষ্টিকোণ থেকে বলা যায়, সংস্কৃতির্তা অসমান-জনিমের ভারসাম্য রক্ষার জন্য পৃথিবীতে পাহাড়-পর্বত সৃষ্টি করেছেন। জীববৈচিত্র্যে রক্ষা এবং ভবিষ্যৎ প্রাকৃতিক দুর্যোগ থেকে পরিবেশে রক্ষায় পাহাড় ও প্রাকৃতিক বনভূমির প্রয়োজন অপরিসীম। তবে নির্বিচারে পাহাড় কাটার ফলে জীববৈচিত্র্য নানাভাবে হুমকির সম্মুখীন হচ্ছে। প্রতিবছরই মামলা হয়, হুমকি চলে, পাহাড় বাঁচাতে আদালতের নির্দেশনাও আসে, তবু পাহাড়ের কান্না থামে না। প্রভাবশালী ব্যক্তি, ব্যবসায়িক প্রতিষ্ঠান, এমনকি পারিবারিক স্থাপনাও গতে উঠেছে পাহাড় কেটে। এই ধরন্যজ্ঞে পিছিয়ে নেই সরকারি প্রতিষ্ঠানও। বন বিভাগের কর্মকর্তাদের থেকে জানা যায়, পাহাড় কাটিছে প্রভাবশালীরা। জনবল সংকটে তাদের বিরুদ্ধে সব সময় অভিযান চালানো সম্ভব হয় না, জীবনের ঝুঁকি ও আছে। তবে পরিবেশ অধিদপ্তরের ভূমিকা নিয়েও রায়েছে অনেকে অভিযোগ। নিশ্চিহ্ন হয়ে যাচ্ছে ইতিহাস-প্রতিহের সাক্ষী হয়ে থাকা একেকটি পাহাড়। ফলে হারিয়ে যাচ্ছে জীববৈচিত্র্য। বিপন্ন হয়ে পড়ছে প্রাণ-প্রকৃতি। যদিও পাহাড় রক্ষায় দেশে আইন আছে। তবু দেশের মানচিত্র থেকে হারিয়ে গেছে শত শত পাহাড়। পাহাড় কাটার সঙ্গে জড়িতরা এতটাই প্রভাবশালী যে, আইন-আদালতও তারা তোয়াক্তা করেন না। পাহাড় রক্ষার দায়িত্বে থাকা লোকজনকে মেরে ফেলেন। প্রতিবাদকরীদের ওপর হামলা করেন। ফলে মাঝেমধ্যে পাহাড় থেকোদের হেঞ্চারের কথা শোনা যায়। কিন্তু মূল হোতারা থেকে যায় ধরাহৌয়ার বাইরে। পাহাড় কাটার বিরুদ্ধে অভিযান চালিয়ে বা পরিবেশ আদালতে মামলা করেই পরিবেশ অধিদপ্তরের দায়িত্ব শেষ করে দেন। কিন্তু পাহাড় ধর্মসংকৰীদের আইনানুগ শাস্তি নিশ্চিত করার দায়িত্বও তাদের। পরিবেশ রক্ষায় সমর্পিত প্রচেষ্টা দরকার। সরকারি সব সংস্থার কার্যকর পদক্ষেপ পরিবেশবিনাশী কর্মকাণ্ড থামতে পারে। দেশের পরিবেশ সুরক্ষার দায়িত্ব যাদের তারা যেন মাসে মাসে বেতন নিয়েই খালিস। পাহাড় নিবন্ধন বনের বদলে কেউ কেউ পাহাড় থেকোদের দেওয়া মাসেরাহার প্রাণিকেই কর্তব্য বলে দেখে বেসেছেন। একে একে এ পাহাড়গুলো স্বার্থে হয়ে যাবে আর প্রশাসন নীরবে দেখে তা কাম্য হতে পারে না। তাই পাহাড় সংরক্ষণে স্বার্থেকে সচেতন হতে হবে। পাহাড় কাটা, পাহাড়ের বৃক্ষ উজাড়, উন্নয়নের নামে অপরিকল্পিত স্থাপনা নির্মাণের সঙ্গে যারা জড়িত, তাদের আইনের আওতায় আনতে হবে।

କୁଳେର ଖୋଲାର ମାଠ ରଙ୍ଗା କରଣ

টাঙ্গাইলের সাথুপুরে কালিয়াপাড়া মজেডো মজিদ উচ্চ বিদ্যালয়ের মাঠ দখল করে ঠিকাদার সড়ক নির্মাণের ইটের খোয়ার স্তুপ বানিয়ে রেখেছেন। ফলে বিদ্যালয়ের শিক্ষার্থীরা নিরাপদে খেলাধূলা করতে পারছে না। পাশাপাশি বায়ুশূণ্যও ঘটছে। যার নেতৃত্বাচক প্রভাব পড়ছে শিক্ষার্থীদের ওপর। স্কুল কর্তৃপক্ষ বাবার ঠিকাদারকে ইটের খোয়া অপসারণের জন্য তাগাদা দিলেও তিনি বিষয়টি কানেই নিছেন না। শুধু ইটের খোয়ার স্তুপই নয়, ইট-খোয়া আনা-নেয়ার জন্য ভারী যানবাহনও রাখা হচ্ছে বিদ্যালয়ের মাঠে। সামনে বর্ষা আসছে। এখনই খোয়া অপসারণের ব্যবস্থা না নিলে শিক্ষার্থীদের ভোগাতি আরও বাঢ়বে বলে আশঙ্কা করছেন অভিভাবকরা। সড়ক নির্মাণের এসব ইটের খোয়া দ্রুত সরিয়ে মাঠটি সংস্কার করে দেয়ার দাবি জানিষেছেন শিক্ষক, শিক্ষার্থী এবং অভিভাবকরা। স্কুল কর্তৃপক্ষের অভিযোগে, সেখানে একটি সড়ক নির্মাণের কাজ চলছে। ঠিকাদার কয়েকদিনের জন্য স্কুল মাঠের একটুখানি জায়গা ইট-খোয়া রাখার জন্য কয়েকদিন ব্যবহার করবেন বলে জানান স্কুল কর্তৃপক্ষে। কিন্তু ঠিকাদার সে কথা রাখেননি। স্কুলের পুরো মাঠ দখল করে তাদের নির্মাণসমাপ্তী রেখেছেন। এখন শিক্ষার্থীদের খেলাধূলার মাঠ খালি করার জন্য বলা হলেও ঠিকাদার কোনো তোয়াক্তি করছেন না। ঠিকাদার এখন নানা অজুহাত দেখিয়ে পার পেয়ে যাওয়ার চেষ্টা করছেন। দু-এক দিনের মধ্যে ইটের খোয়াগুলো সরিয়ে নেবেন বলে আশ্বাসও দিয়েছেন। উপজেলা শিক্ষা কর্মকর্তা বলেছেন, খোঁজখবর নিয়ে ব্যবস্থা নেয়া হবে।

কৃষকের দুঃখ-কষ্ট বোঝার কি কেউ আছে

রহমান মৃধা

ରହମାନ ମୃଧା

যাদের পেশাই কৃষককজ্জ তাদের কা অবস্থা এবং আমাদের খেকে তাদের জন্য কী ব্যবস্থা? আমি গত কয়েকদিন আগে গণমাধ্যমে দেখেছি বাংলাদেশে একজন কৃষক তার বেগুন গরককে খেতে দিয়েছে বিক্রি করতে না পারার কারণে। বেচারা যে সময় এবং অর্থ ব্যয় করেছে, তাতে কমপক্ষে তাকে পাঁচ টাকা কেজি না দিলে বা সে বিক্রি করতে না পারলে, এ কাজ তো সে করতে পারবে না। পারবে না তার সংসার চলাতে। পারবে না তার ঝঙ্গ শোধ করতে। অন্যদিকে শহরে সেই বেগুন বিক্রি হচ্ছে কমপক্ষে ৪০ টাকা। যথেষ্টে যে রোপণ করল সে বড়জোর পাইছে ১ টাকা! এটা আমাকে কষ্ট দিয়েছে, মূলত সেই কারণে লিখিছি যদিও আমার এ লেখার কারণে কেনো পরিবর্তন হবে না, তবুও লিখছি। প্রাচীরামাধ্যমে শুনছি বাংলাদেশ মৎস্য উৎপাদনে বিশেষ মধ্যে দ্বিতীয়, কৃষি উৎপাদনে স্বয়ংসম্পূর্ণ, ধান-চাল উৎপাদনে সফল ইত্তাদি। কিন্তু এ দেশে লাখ লাখ মানুষ মাসে এক-দুইবার মাছ-মাঙ্গ কিনতে পারে না তখন সব পরিসংখ্যান দেখলে আমার কাছে হাস্যকর হয়ে যায়। উৎপাদন অনেক বেড়েছে, কথা সত্য। কিন্তু রাস্তায় রাস্তায়

ମୁନ୍ଦାରାଜି ସେପଣ ଟୌଲିଫାନେ ଆଲୋଚନା କରେ ଦୂରମେଳା ଚାହିୟେ ଦେଯାର ମାତ୍ରା ଦେଯା । ଫରାସି ବି

গণমাধ্যম এবং বাইরের গবেষণা প্রতিষ্ঠান অথবা চিত্তশাল বা সৃজনশাল নাগরিকদের এ কাজগুলো করার কথা। দুর্ঘটের বিষয় এর কোনো একটি সভা সরকারপ্রধানকে সঠিক রিপোর্ট করেন কিনা, তা নিয়ে নানা মহলের মতো আমরাও সন্দেহ আছে। অথবা করলেও তা সরকারপ্রধানের কোথ পর্যন্ত পৌঁছিব কিম্বা, জানা নেই। নির্বাচন হয়ে গেছে এবং প্রধানমন্ত্রী পঞ্জয় দলা এবং টানা চতুর্থবারের মতো সরকার গঠন করে দেশ চালাচ্ছেন। নির্বাচন বিত্তিক ছিল এবং দেশে-বিদেশে সমালোচনা হয়েছে, এ নিয়ে কোনো সন্দেহ নেই। কিন্তু এখন সারা দেশে কোনো রাজনৈতিক আদেশন নেই, কোনো বিকোভ নেই, সড়ক অবরোধ নেই, জ্বালাও-পোড়াও নেই। অর্থাৎ রাজনৈতিকভাবে শাস্তি। হয়তো অসন্তোষ দানা বেঁধে আছে বিশাল আকারে। সেটা কারও না বোঝার কথা নয়। একটু গভীরভাবে চিন্তা করলে সেটা বোঝা যায়, এ অসন্তোষ যতটা না নির্বাচন ঘিরে তার চেয়ে অনেক বেশি দেশ পরিচালনার ক্ষেত্রে প্রশাসনিক দুর্বলতা নিয়ে। অমি দূর প্রবাসে থেকে বলতে পারি, যে আরাজকতা দেশে চলছে তা সামাল দিলে সারা দেশের মানুষের ক্লোধ, ক্ষেত্র অনেকটাই প্রশংসিত হতে পারত। এখন সেই আরাজকতা সরকারের জানা এবং সে মুত্তোকের কাজ করা খুবই প্রয়োজন। এই আরাজকতার ম্লোক আজক ব্যাপক লাইপ্টার যানিলেখনি প্রিমিয়ামের

বৰ কোনো বলাৰ
কভাৱে হচ্ছে না ।
কৰছে না, অথচ
বিদেশে রাজকীয়
কোটি বাংলাৰ
সম্বৰ হতো কি
ইহোক দেশেৰ
স করে । তাদেৱ
(১৭৯৯ সাল)
-স্মাৰ্জী মাৰি
ইউৱোপৰে বলু
। খাদ্যাভাৱেৰ
দেয় । ফৰাসি বিপ্লবেৰ সময় (১৭৯৯ সাল) ক্ষমতায় থাকা ফ্রাঙ্গেৰ সন্ত্রাট
যোড়শ লুইয়েৰ প্ৰাতাপশালী স্তৰী-স্মাৰ্জী মাৰি আঁতিওনেতকে । তাৰ সময়ৰ
ফ্রাঙ্গে চলছিল প্ৰচ- খাদ্যাভাৱ । ইউৱোপেৰ বহু দেশৰ মতো সাধাৰণ
ফৰাসিদেৱ ও প্ৰধান খাদ্য রুটি বা আলু । খাদ্যাভাৱেৰ দুৰ্ঘোগে তাৰা যখন
রুটি পাছিল না । সে পৰিৱেক্ষিত হৈ মাৰি আঁতিওনেত নকি বলেছিল,
'রুটি পাছে না তো কী হয়েছে ? ওৱা তো কেক খেলেই পারে ।' যাদেৱ
জনগণেৰে অভাৱ-অন্টন, দুঃখ-কষ্ট, রাগ-ক্ৰোধ, হিংসা-শক্রতা ইত্যদীন
সম্পর্কে মোটেও ধাৰণা, সমবেদন বা সহস্রমিতা নেই ; কেবল তাৰাই
বলতে পাৱে, 'ভাত পাছে না তো কী হয়েছে, পোলাও বা বিৰিয়ানি খেলেই
তো চলে' বা রোজাৰ মাসে শুনেছি এক মহীৰ বলেছে, খেজুৰ কেন বৰই
দিয়ে ইফতার কৰ । কেউ বেগুনেৰ পৰিৱৰ্তে কঠাল, কেউ মাৰিচ-পেঁয়াজ,
তেল ছাড়া রান্না কৰতে উপদেশ দেয় । আমাৰ কথা হচ্ছে— ইতিহাসেৰ
পুনাৱাৰ্বতি যেন না হয় সেদিকে খেয়াল রাখুন এবং ভাৰত
'মধ্যস্বত্ত্বভোগীদেৱ' কাৰণে উচ্চমহলেৰ সবাৰ পৰিবেশ যেন শেষে সন্ত্রাট
যোড়শ লুইয়েৰ স্তৰী মতো না হয় !

[লেখক : সাবেক পৰিচালক, ফাইজার, সুইডেন]

পাহাড়ের মাটি আম চাবের উপযোগী হওয়ায় বাড়ছে চাবের পরিমাণ জেলায়। হেট-বড় আম বাগানের সংখ্যা প্রায় ১০ হাজার, আর এ খাতে জড়িত অস্তত ২০ হাজার মানুষ এবং আম উৎপাদনের ‘নতুন রাখিধানী’ এখন খাগড়াছড়ি চলতি মৌসুমে তিন হাজার ৭৯৩ হেক্টর জমিতে আমের চাষ হয়েছে, হেক্টরপ্রতি উৎপাদন লক্ষ্যমাত্রা ১২ টন, সে হিসাবে উৎপাদনের লক্ষ্যমাত্রা ৪৫ হাজার ৫২০ মেট্রিক টন, যার বাজার মূল্য প্রায় দুই হাজার ২৭৫ কেটি টাকা। জেলার ৯ উপজেলায় আম চাবির সংখ্যা বাড়ছে খাগড়াছড়ি জেলা সদর, দীঘিনালা, মাটিরাঙা, গুইমারা, পানছড়িসহ সবখানেই বাড়ে আমের আবাদ। জেলা সদরের কলমছড়ি ইউনিয়নের ভুয়াছড়ি সড়কের পাশে আমের বাগান গড়ে তুলেছেন কৃষক মংশিতু চৌধুরী, প্রায় ৩০ একর পাহাড়ের টিলাভূমিতে আমের বাগান করেন তিনি, বাগানে অস্ত চার হাজার গাছে আমের ফলন এসেছে, চলতি মৌসুমে আমের উৎপাদন লক্ষ্যমাত্রা ৫০ থেকে ৬০ টন বলে

আমের অথনাততে চাঞ্চা ভাব : বিপণন ও সংরক্ষণ জৰুৰী

ড. মিহির কুমার রায়

জার ৯৮৬টি আমগাছ রয়েছে। এবার জেলা গত বছর ১৮ হাজার ৫১৫ হেক্টর জমিতে

এবার বাগান বেড়েছে ১ হাজার ৬৩ হেক্টর জমিতে। এ বছর হেক্টরপ্রতি ১৩.২০ মেট্রিক টন আম উৎপাদনের লক্ষ্যমাত্রা ধরা হয়েছে যার্ডিংত হলে জেলায় এ বছর মোট ২ লাখ ৫৮ হাজার ৪৫০ মেট্রিক টন আম উৎপাদন হবে, সব মিলিয়ে চলতি মৌসুমে ১ হাজার ৫০০ কোটি টাকার আম-বাণিজ্যের প্রত্যাশা করা হচ্ছে। গেল বছর মেহেরপুর জেলায় প্রায় ৩০ হাজার ৫০০ টন আম উৎপাদন হয়েছিল। এ বছর ২ হাজার ৩৪০ হেক্টর জমির আম বাগান থেকে ৪০ হাজার টন আম উৎপাদনের লক্ষ্যমাত্রা রয়েছে জেলা কৃষি বিভাগের। মেহেরপুর জেলার আম চাষিদের মতে অনুকূল পরিবেশের কারণে আমের বাস্পার ফলন হয়েছে এবং এই জেলার বিখ্যাত বনেদি জাতের বোমাই, হিমসাগর এবং ন্যাংড়ার সঙ্গে রয়েছে ফজলি, আশ্রিপলি, রূপালিসহ

লেন, ‘কীটনাশক ও শ্রমিক মজুরি বাবদ ব্যয় হয়েছে ১৫ লাখ টাকা, দেওয়ার পরও ৩৫ লাখ টাকার মতো লাভ হবে, মৌসুমের শুরুর দিকে ক্র হয় ৫০ থেকে ৬০ টাকায়, আশ্রমপালি, রাঙ্গুয়াই, বারি-৪সহ বিভিন্ন য়েছে, চলতি মৌসুমে কৃষক আম বিক্রি করে লাভবান হবেন। এখনো নি আমের রাজধানী চাঁপাইনবাবগঞ্জে। চলতি মাসের শেষ সপ্তাহ থেকে আর সম্ভাবনা রয়েছে। নাবী জাতের হওয়ায় দেশের অন্যান্য স্থানের চেপের এই অঞ্চলের আম পরিপৰ্ক হয়। তাই আগের বছরগুলোর মতো র ক্ষেত্রে কোনো সময়সীমা নির্ধারণ করেনি স্থানীয় প্রশাসন। গাছে আ হবে বাজারজাত, চলতি বছর প্রায় দুই হাজার ৪০০ কেটি টাকা আম হ কৃষি বিভাগ, গত বছরের তুলনায় প্রায় সাড়ে ৭০০ কোটি টাকা বৃদ্ধি কৃষি বিভাগের তথ্যানুযায়ী জেলায় প্রায় ৩৮ হাজার হেক্টর জমিতে আম সংখ্যা প্রায় সাড়ে ২৮ হাজার, চলতি আম মৌসুমে চার লাখ টন আম আজ্ঞা নির্ধারণ করা হয়েছে, তবে আবহাওয়া বৈরী রূপ ধারণ না করলে কাকে ছাড়িয়ে যেতে পারে বলে ধারণা করছেন জেলা কৃষি সম্প্রসারণ সায়িরা জানান, চলতি মাসের শেষ দিকে গুটি আম বাজারজাত শুরুর গুটি আম ৮০০ থেকে ১২০০ টাকা মন দরে বিক্রি হতে পাও, আর রসাপাতা বা হিমসাগর ১৬০০ থেকে দুই হাজার টাকা মন দরে বিক্রি জা রা জানান এ বছর গাছে প্রচুর মুকুল এসেছিল, সে অনুপাতে গাছে ফলন হয়েছে, এ ছাড়া এখন পর্যন্ত আবহাওয়া অনুকূলে থাকায় চালী

সুন্দর বিভিন্ন জাতের আম চাষ আছে, এর মধ্যে বাগান মালিকরা আম ভাঙার কাজ শুরু করে দিয়েছেন, মুজিবনগর অশ্বকাননে ১২০০ আম গাছ আছে, ওই এক বাগানে ১২০০ আম গাছ ১২০০ জাতের। লাভজনক হওয়ায় প্রতি বছর কৃষিজিমিতে তৈরি করা হচ্ছে আমের বাগান, ১৮ শতক থেকে ৯ শতকের প্রথম পর্যায়ে মুজিবনগর অশ্বকানন মেহেরপুরের বড়বাগান, নায়েববাগান, মহাজনপুর আম বাগান, মল্লিক বাগান, হাঁদুবাবুর বাগান, রামবাবুর বাগান, গোপি সুন্দরী ও বিশাস বাগান (বিলগুট); চিঠ্ঠা ও আমুরাপি কৃষি বাগান, বারাদি ফার্মের বাগান সবচেয়ে বড় আমের বাগান। এসর বাগানে হিমসাগর, ন্যাংড়া, গোপালভোগ, খিরসামাপতি, খিরসাভোগ, জামাইভোগ, ফজলি, *
৪০০ কোটি টাকা আম বাণি তুলনায় প্রায় সাড়ে ৭০০ বিভাগের তথ্যানুযায়ী জেলায় হয়, গাছের সংখ্যা প্রায় সাড়ে আম উৎপাদনের লক্ষ্যমাত্রা নির্ধারণ না করলে উৎপাদন করছেন জেলা কৃষি সম্পদসার মাসের শেষ দিকে গুটি আম ৮০০ থেকে ১২০০ টাকা মন

সুন্দর বিভিন্ন জাতের আম চাষ আছে, এর মধ্যে বাগান মালিকরা আম ভাঙার কাজ শুরু করে দিয়েছেন, মুজিবনগর অশ্বকাননে ১২০০ আম গাছ আছে, ওই এক বাগানে ১২০০ আম গাছ ১২০০ জাতের। লাভজনক হওয়ায় প্রতি বছর কৃষিজমিতে তৈরি করা হচ্ছে আমের বাগান, ১৮ শতক থেকে ৯ শতকের প্রথম পর্যায়ে মুজিবনগর অশ্বকানন মেহেরপুরের বড়বাগান, নায়েববাগান, মহাজনপুর আম বাগান, মল্লিক বাগান, হাদুবাবুর বাগান, রামবাবুর বাগান, গোপি সুন্দরী ও বিশ্বাস বাগান (বিসুঙ্গ); চিংলা ও আমুরুপি কুঠি বাগান, বারাদি ফার্মের বাগান সবচেয়ে বড় আমের বাগান। এসব বাগানে হিমসাগর, ন্যাঙ্ডা, গোপালভোগ, খিরসাপাতি, খিরসাভোগ, জামাইভোগ, ফজলি, কঁচমিঠা, কুমড়জালি, খেজুরছড়ি, পেয়ারাফুলি, নারকেল পাথি, গুলগুলি, আঘাতে, আশ্বিনা, বারোমাসি, মোহনভোগসহ অসংখ্য নাম, রং, স্বাদ ও গবেষের আম চাষ আছে। জেলা কৃষি সম্প্রসারণ অধিদপ্তরের উপ-পরিচালক জানান, জেলায় প্রায় সাড়ে ৩ হাজার হেস্টের জমিতে আম বাগান রয়েছে এবং এখনকার মাটির শুণেই আম খুবই সুন্দর। নাটোর জেলায় ২০২২-২৩ মৌসুমের গাছ থেকে নিরাপদ আম সংগ্রহ কার্যক্রম ১৫ মে থেকে শুরু হবে, টানা তিন মাস চলবে এ কার্যক্রম, আঁটি আম দিয়ে শুরু হওয়া এ কার্যক্রম ১৫ আগস্ট পৌরমতি আম পাড়ার মধ্য দিয়ে শেষ হবে। এবার নাটোরের সাত উপজেলার পাঁচ হাজার ৭৪৭ হেস্টের জমিতে আম উৎপাদন হয়েছে। এবারও গত বছরের মতোই ৭৯ হাজার ৭৬৭ টন আম উৎপাদন হবে বলে লক্ষ্যমাত্রা নির্ধারণ করা হয়েছে। গড়ে এক হাজার ২০০ টাকা মন হিসাবে যার বাজারমূল্য প্রায় ২৩৯ কেটি টাকা, জেলার বড়ইগুম উপজেলার জোয়াটির আম চাষী আবু হেনা মোস্তফা কামাল বলেন, দীর্ঘদিন থেকে তিনি তার ৪০ বিঘা জমিতে ২৭ থ্রকার আম চাষ করছেন, তার দাবি এ ৪০ বিঘা জমিতে অন্য ফসল করলে তিনি বেশি লাভবান হতেন, আম চাষ করে তার কোনো লাভ হচ্ছে না, অঙ্গ সময়ের মধ্যে সব আম পেকে যাওয়ায় কৃষক উপযুক্ত মূল্য পান না বলে তিনি মনে করেন। আহমদপুরের আম ব্যবসায়ী সমিতির সাধারণ সম্পাদক আড়তদার ও আম চাষী কামরজামান রউফ ও সদরের একডালা এলাকার আড়তদার আবদুর রহিম বলেন, এবার সঠিক সময়ে আম পাড়া শুরু হবে, এসব আম চাকাসহ দেশের বড় শহরগুলোতে সরবারাহ করার জন্য তারা বিশেষ ট্রেন সার্ভিস চালু দিবি জানান। এদিকে খাগড়াছড়িতে বাড়ে আম অগ্রিমের প্রতিক্রিয়া প্রক্রিয়াকৃত, ব্রাদাচ বাগানে সংপ্রদায় অন্তর্ভুক্ত আমকানেও ২৫



কোপা আমেরিকায় প্রথমবার নারী রেফারি

স্পোটস ডেক্স : আগামী জুন যুক্তরাষ্ট্রে বসতে
যাচ্ছে কোপা আমেরিকার এবারের আসর।
যেখানে প্রথমবারের মতো নারী রেফারি রাখার
সিদ্ধান্ত নিয়েছে কন্মেবল। গতকাল এক
বিবৃতিতে নারী রেফারিদের নাম ঘোষণা করে
সংস্থাটি। আগামী ২০ জুন থেকে ১৪ জুলাই
পর্যন্ত চলবে এবারের আসর। যেখানে ৮ জন
নারী রেফারিসহ ১০১ জন ম্যাজ অফিসিয়াল
থাকবেন রেফারিহোর দায়িত্বে। প্রথম কোনো
নারী হিসেবে এই টুর্নামেন্টে রেফারি হিসেবে
ম্যাচ পরিচালনা করতে যাচ্ছেন ব্রাজিলের এদিনা
আলভেস ও যুক্তরাষ্ট্রের মারিয়া ভিস্টোরিয়া

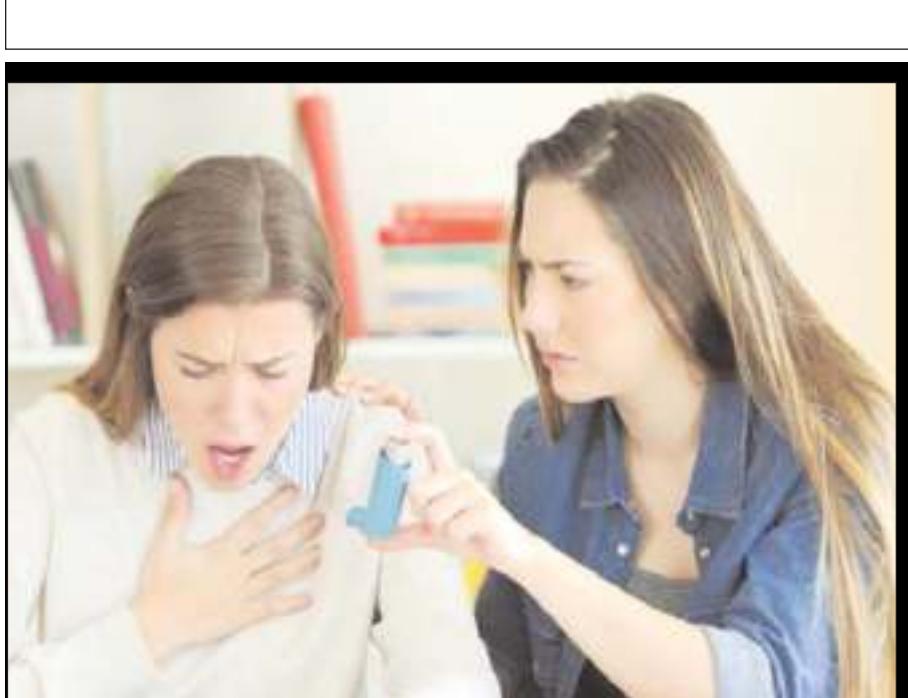
পেনসো। তাদের সঙ্গে ভিএআরের দায়িত্বে থাকবেন নিকারাণ্যার তাতিয়ানা হিজমান। এছাড়া বাকি নারী অফিসিয়ালরা হচ্ছেন ব্রাজিলের নিউস বাক, কলম্বিয়ার মারিয়ানকো, ডেনেজুয়েলার মিদালিয়া রদ্রিগোস এবং ঘুর্কাস্ট্রের ব্রোকি মায়ো ও ক্যাথরিন মেসবিত। প্রথমবারের মতো নারী রেফারিদের ম্যাচ পরিচালনার দায়িত্ব দিয়ে লিঙ্গ সমতায় গুরুত্ব দেওয়ার কথা জানিয়েছে কনমেবল। বিবরিতে সংস্থাটি বলে, ‘২০১৬ সালেই এটি ভেবে রেখেছিল কনমেবল। অবশ্যে এবার সেই গুরুত্বপূর্ণ বিষয়টি বাস্তবায়ন করা হলো। যার উদ্দেশ্য হচ্ছে মাঠ ও মাঠের বাইরে নারীদের সফল করার পাশাপাশি পেশাদার করা। এছাড়া বিভিন্ন টুর্নামেন্টে লিঙ্গ সমতা বাস্তবায়ন করা।’ ২০২১ সালে প্রথম নারী রেফারি হিসেবে ফিফা ক্লাব বিশ্বকাপে ম্যাচ পরিচালনা করেন আলভেস। ২০২২ বিশ্বকাপে বাক এবং মেসবিত একইভাবে ম্যাচ পরিচালনা করার ইতিহাস গড়েন। পেনসো, মায়ো এবং মেসবিত ২০২৪ সালে ফ্রান্স অলিম্পিকের ফুটবল ইভেন্টেও ম্যাচ পরিচালনার দায়িত্ব পেয়েছেন।

উগান্ডা বিশ্বকাপের সবচেয়ে বড় চমক



মার্টিনেস সেরি আৱ মৌসুম সেৱা

প্রেসিপস ডেক্স
দারণগ খেলোরা
ইন্টার মার্টিনেস। ইন্টা
আয় ২০২৩-এ
সেবা খেলোয়াড়ী
হলেন বিশ্বকা
আর্জেন্টিন
নিজেদের
শুক্রবার আসর
যোষণা করে
প্রথমবারের এ
সেবার শৈকৃতি
বছর বয়সী মার্ট
ইন্টারের ২০ তম
জয়ে বড় অ
নিয়ে ই। ইতালি
ম্যাচে ২৪ গোল
কোরার তিনিই
থাকা ইউভে
ভাস্তোভিচের দে
ফরোয়ার্ড নিউ
মিডফিল্ডার ও
মার্টিনেসের সর্ব



হাঁপানি থেকে নিজেকে দূরে রাখবেন যেভাবে

গরমে ডায়রিয়ার ঝুঁকি,
প্রতিবেদনে যা করবেন

স্বাস্থ্য ডেক্স : দুর্ঘিত খাবার বা পানীয় থেকে ডায়ারিয়া হতে পারে সংক্রমণ, খাদ্য অসহিষ্ণুতা গ্যাস্ট্রোইন্টেন্ট্রাইনাল সমস্যাসমূহ বিভিন্ন কারণে ডায়ারিয়া হয়। আমাদের দেশের গরম আবহাওয়া ডায়ারিয়ার ঝুঁকি বাড়াতে অবদান রাখে। গরম আবহাওয়া দায়ী কেন ডিহাইড্রেশন : গরম আবহাওয়ায় মানুষ বেশি ঘামে। পর্যাপ্তভাবে তরল গ্রহণ না করলে ডিহাইড্রেশন হতে পারে। ডিহাইড্রেশন অস্ত্রে স্বাভাবিক কাজে ব্যাধাত ঘটাবে। পারে এবং সেখান থেকে ডায়ারিয়া সৃষ্টি করতে পারে। শরীরের যথক্ষণ অতিরিক্ত তরল হারায়, তখন এরিয়া কোলান থেকে পানি ঢেলে ঘাটটেক পূরণের চেষ্টা করে। এর ফলে মধ্যে আলগ্য হয়, দানাদার হয় না। বাসিন্দার খাবার : উষ্ণ তাপমাত্রা ব্যাকটেরিয়া বৃদ্ধির জন্য অনুকূল পরিস্থিতি তৈরি করে। সালমনেলা ও ই. কোলাই নামের দুটি ব্যাকটেরিয়া অসুস্থতার ঝুঁকি বাড়ায়। অতিরিক্ত ঠাঞ্চা খাবার খাওয়া : খাবার বা পানীয় যদি সঠিকভাবে সংরক্ষণ করা না হয় তবে সেখানে ব্যাকটেরিয়া জন্মাবে। পারে। এসব ব্যাকটেরিয়া সংখ্যার বেড়ে গ্যাস্ট্রোইন্টেন্ট্রাইনাল সংক্রমণ ও ডায়ারিয়া সৃষ্টি করে। পরিবর্তিত খাদ্যাভাস্বাস : কুধা ও খাদ্যাভাসের ওপর গরম আবহাওয়া প্রভাব ফেলে। এ সময় কান্দার প্রক্রিয়া ক্ষমতা কমে।

জাভিকে ছাঁটাই করে
ক্ষতিপূরণের মুখে বাস্তা

স্পোর্টস ডেক্ষ : জাভি হান্দানেজুকে বরখাস্ত করে বড় অক্ষের জরিমানাই গুণতে হচ্ছে বার্সেলোনাকে। ২০২৫ সাল পর্যন্ত স্প্যানিশ দলটির সঙ্গে চুক্তি ছিল জাভির। কিন্তু সেই মেয়াদে শেষ হওয়ার আগে ছাঁটাই করায় ক্ষতিপূরণ দিতে হচ্ছে বাস্কেস। যেটার পরিমাণ ১ কোটি ৫০ লক্ষ ইউরো। বালান্দেশি মুদ্যার যা ১৯০০ কোটি টাকারও বেশি।
বার্সেলোনাভিত্তিক স্প্যানিশ দৈনিকগুলো ভ্যানগার্দিয়ে জানিয়েছে, এই আর্থিক ক্ষতিপূরণে দুই ভাগে বিভক্ত। প্রধান কোচ হিসেবে জাভি পাবেন অর্ধেকটা। বাকিটা পাবেন কেচিং স্টাফের অন্য সদস্যেরা। আজ রোববার সেভিয়ার বিপক্ষে ম্যাচ দিয়েই শেষ হচ্ছে বার্সেলোনায়। জাভির অধ্যায়। বিদায়বেলোয়ার আবেগে ছাঁয়ে গেছে এই বার্সেলোনার প্রতিষ্ঠান।

এফএ কাপ জিতলেও ছাঁটাই হচ্ছেন টেন হাগ

চ্যাম্পিয়নস লিগ ফাইনালে
চুয়ামেনিকে পাছে না রিয়াল
স্পোর্টস ডেক্স : চ্যাম্পিয়নস লিগ

ফাইনালের আগে ধাক্কা খেল রিয়াল
মাদ্রিদ। পায়ের ইনজুরির কারণে এ
ম্যাচে খেলতে পারবেন না দলটির
ফরাসি মিডফিল্ডার অরেলিয়ে
চুয়ামেনি। শুক্রবার সংবাদ
সম্মেলনে এমনটাই বলেছেন কোচ
কার্লো আনচেলত্তি। রিয়াল কোচ
বলেন, সে ব্যক্তিগতভাবে কাজ
করছে, ফাইনাল থেকে ছিটকে



গেছে। আমি মনে করি সে ইউরোর
জন্য ফিট হয়ে উঠেব। ' বায়ার্ন
মিউনিখের বিপক্ষে সেমিফাইনালের
দ্বিতীয় লেগ খেলার সময় চেট পান
চুয়ামেনি। বাঁ পায়ে স্ট্রেস
ক্র্যাকচারে ভুগছেন তিনি। সেই
ম্যাচে ২-১ গোলের ব্যাটকীয়ে জয়
নিয়ে ফাইনাল নিশ্চিত করে রিয়াল।
শিরোপা লড়াইয়ে আগামী ১ জুন

মেসিকে বিশ্রাম, প্রতিপক্ষের সমর্থকদের মাঝে ক্ষেত্র

স্পোর্টস ডেক্স : যুক্তরাষ্ট্রের ফুটবলে লিওনেল মেসিকে ঘিরে উন্নাদন দিনকে দিম বেড়েই চলেছে। তিনি নামেই যেন কেবল ইঁটার মায়ামির খেলোয়াড়, মাঠে নামলেই হয়ে যান সবার। আগেও এমন উদাহরণ মিলেছে অনেকবার, দেখা গেল আবারও। মায়ামির আসছে যাতে তাই আজেন্টাইন তারকাকে বিশ্রাম দেওয়ার ক্ষেপেছেন তারেই প্রতিপক্ষ ভ্যানকুভার হোয়াইটক্যাপসের সমর্পণকৃত। **বাংলাদেশ:**

ସାହୁ

যে অভ্যাস বাড়ায় কঠিন রোগের ঝুঁকি

A woman with dark, curly hair is sitting at a desk, focused on writing in a notebook with a pen. She is wearing a bright red long-sleeved shirt. On the desk in front of her is an open laptop. Behind her, there is a white shelf holding several potted plants. The background shows a bright room with a window.

। >> পারে । কী করলে কমবে এসব রোগের বুঁকি ? >> প্রতিদিন শরীরচর্চা করতে হবে । এর জন্য নিয়মিত দিনে ৩০-৮০ মিনিট ব্যায় করবন । >> কাজের মাঝে মাঝে উঠে কিছুটা সময় হাঁটতে হবে । >> স্বাস্থ্যকর খাবার রাখুন পাতে । জাতীয় ফুড, ফাস্ট ফুড, প্রসেসড ফুড এভিয়ে চলতে হবে । >> যেহেতু

গরমে ভাইরাস জর হলে করনীয়

স্বাস্থ্য ডেক্ষ : প্রচণ্ড গরমে অনেকেই অসুস্থ হয়ে পড়ছেন। বিশেষ করে ছেট-বড় অনেকেই এখন ভুগছেন ভাইরাস জ্বরে। এর লক্ষণ হিসেবে দেখা দিচ্ছে- হাঁচি, কাশি, নাক দিয়ে পাণি পড়া, ঢোক লাল হয়ে যাওয়া, সারা শরীরেও ও হাতে-পায়ে ব্যথা, মাথাব্যথা, খাবারে অরুচি, বমি বমি ভাব ও বমি হওয়া। এছাড়া তুকে ফুসকুড়ি দেখা দেওয়া, শরীরের তাপমাত্রা বেড়ে যাওয়া, শীত শীত অনুভূত হওয়া ও কাপুনি দিয়ে জ্বর আসা এসবই ভাইরাস জ্বরের লক্ষণ। শিশুদের অতিরিক্ত জ্বরের কারণে কখনো খিঁড়ি হতে পারে। জ্বরের পাশাপাশে এসব লক্ষণ দেখলে দ্রুত জ্বর কমানোর জন্য প্রথমে দেহের তাপমাত্রা কমানোর ওপুধ প্যারাসিটামল খাওয়াতে হবে রোগীকে। ভাইরাস জ্বরে অ্যান্টি বায়োটিক কার্যকর নয়। শিশুদের ক্ষেত্রে জ্বর হলে একটু বেশি সতর্কতা অবলম্বন করতে হবে। জ্বর হলে প্রাথমিকভাবে কুসুম গরম পানি দিয়ে স্পষ্টিক করতে হবে। খুব ঠাণ্ডা পানি ব্যবহার করা ঠিক নয়। পুরো শরীরের কুসুম গরম পানিতে ভেজানো নরম কাপড় বা তোয়ালে দিয়ে টানা করেক বার আলতো করে মুছে দিলে শরীরের তাপমাত্রা কমে যায় ও খুব ভালো বোধ করে আক্রান্ত রোগী। জ্বরের মাত্রা বাড়লে মাথায় পানি দিতে হবে। রোগীকে ফ্যানের বাতাসের নিচে রাখুন। জ্বর ও ব্যথা কমাতে মাত্রা অনুযায়ী প্যারাসিটামল সিরাপ/ট্যাবলেট খাওয়াতে হবে। উচ্চমাত্রায় জ্বর ১০৩ ডিগ্রিতে পৌঁছালে মলদ্বারে প্যারাসিটামল সাপেক্ষেটির ব্যবহার করা যেতে পারে। রোগীকে খাবার স্যালাইন, ফলের রস, শরবত ইত্যাদি তরল খাবার বেশি বেশি খাওয়াতে হবে। অন্যান্য স্বাস্থ্যকর খাবার স্বাস্থ্যবিক নিয়মে চলার পথে তবে তরল খাবার অবশ্যই বেশি বেশি দিতে হবে। টকজাতীয় ফল জামুরা, আমড়া, লেবু ইত্যাদি খাওয়া ভালো। জ্বর তিনি দিনের মধ্যে না সাবলে ও অন্যান্য উপসর্গ দেখা দিলে চিকিৎসকের পরামর্শ নিতে হবে। বিশেষ করে শ্বাসকষ্ট, খিঁচুনি, অতিরিক্ত বমি, পাতলা পায়খানা ও তুকে ফুসকুড়ির জন্য দ্রুত চিকিৎসকের পরামর্শ নিতে হবে। প্রয়োজনে নিকটস্থ হাসপাতাল বা স্বাস্থ্যকেন্দ্রে নিয়ে যেতে হবে।