সংবাদ পরিষেবা | জুলাই ২০২৩

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।

চালে স্বাস্থ্য ২৯/০১

দেশের উত্তর-পূর্বাঞ্চলে উৎপাদিত জোহা জাতের চাল রক্তে শর্করার মাত্রা হ্রাস করে ডায়াবেটিস বা মধুমেহ নিয়ন্ত্রণ করে বলে প্রমাণিত হয়েছে। এই চাল একদিকে পুষ্টি সাধন এবং অন্যদিকে রোগ নিয়ন্ত্রণের ক্ষেত্রে বিশেষভাবে উপযোগী। শীতের মরশুমে উৎপাদিত জোহা নামের এই সুগন্ধী চালটি ডায়াবেটিস এবং হৃদরোগ নিয়ন্ত্রণে কতটা কার্যকর সে সম্পর্কে বৈজ্ঞানিক গবেষণার প্রয়োজনে, কেন্দ্রীয় বিজ্ঞান ও প্রযুক্তি দফতরের স্বশাসিত প্রতিষ্ঠান আইএএসএসটি পরীক্ষা নিরীক্ষা চালিয়ে, এর মধ্যে এক ধরনের পুষ্টিগুণের সন্ধান পেয়েছে যা মধুমেহ এবং হৃদরোগ নিয়ন্ত্রণে যথেষ্ট কার্যকর।

রাজলক্ষ্মী দেবী এবং পারমিতা চৌধুরী উভয়েই তাঁদের গবেষণার মাধ্যমে এই সুগন্ধী চালের মধ্যে বিশেষ পুষ্টির উপাদান খুঁজে পেয়েছেন। গবেষণাগারে পরীক্ষা ও বিশ্লেষণের মাধ্যমে তাঁরা এই চালের মধ্যে দুটি অতি প্রয়োজনীয় ফ্যাটি অ্যাসিডেরও সন্ধান পেয়েছেন। এই দুটি অ্যানস্যাচুরেটেড ফ্যাটি অ্যাসিড মানুষের শরীরে নিজের থেকে তৈরি হতে পারে না। অথচ মানব শরীরকে সচল রাখতে এদের প্রয়োজন অনস্বীকার্য। এমন কী ক্যান্সার নিয়ন্ত্রণেও এটি ভালো ফল দিতে পারে বলে জানা গেছে। শুধু তাই নয় গবেষকরা আরো জানতে পেরেছেন, জোহা চালটির মধ্যে ওমেগা-৬ এবং ওমেগা-৩ ফ্যাটি অ্যাসিডের একটি সুষম অনুপাত রয়েছে যা অন্য কোনো চালের মধ্যে এ যাবৎ পাওয়া যায়নি। জোহা চাল থেকে রাইস ব্র্যান অয়েলও তৈরি সম্ভব হয়েছে। মধুমেহ নিয়ন্ত্রণে এই তেলটিরও উপযোগিতা প্রমাণিত হয়েছে। জোহা চালটি আবার কয়েক ধরনের অ্যান্টি-অক্সিড্যান্ট, ফ্ল্যাভনয়েড এবং ফেনোলিক্স সমৃদ্ধও বটে।

মিলেটে মহিলা স্বশক্তিকরণ ২৯/০২

বর্ষা আসতেই অন্ধের জাহিরাবাদের মহিলা চাষিরা ছোলা, ফিঙ্গার মিলেট, ফক্সটেল মিলেট (বাজরার বিভিন্ন জাত), জোয়ার ইত্যাদি চাষ করে। তাদের বক্তব্য হল, অতিরিক্ত বৃষ্টিপাতের কারণে একটি ফসল ব্যর্থ হলেও, অন্যগুলি বেঁচে থাকে।

এই অঞ্চলের মহিলারা বহু-ফসল একসঙ্গে চাষ করতে পছন্দ করে কারণ এটি জলবায়ু পরিবর্তনের বিরুদ্ধে প্রতিরোধী এবং জমির জন্যও ভালো। উপরন্তু, এটি আয়ে বৈচিত্র আনে। চাষে অংশগ্রহণ এবং সিদ্ধান্ত গ্রহণের ক্ষেত্রে মহিলাদের ভূমিকা আরো গুরুত্বপূর্ণ হয় কারণ বীজ এবং জমি তারাই সংরক্ষণ করে। এতে খাদ্য নিরাপত্তা ও পুষ্টি বৃদ্ধির সুযোগ তৈরি হয়। চাষ নিয়ে তাদের জ্ঞান ও দক্ষতা ক্রমশ তীক্ষ্ণ হয়ে ওঠে। তাদের সামাজিকভাবে ক্ষমতায়ন হয়। টেকসই কৃষি কেন্দ্রের চিফ অব অপারেশন জি রাজশেখরের মতে, তুলো একক চাষের ফলে এই এলাকায় যে হাহাকার তৈরি হয়েছিল তা মহিলাদের এই মিশ্রিত মিলেট চাষে দূর হয়েছে।

অমৃত প্রজন্ম ২৯/০৩

দেশের যুব সম্প্রদায়কে তাদের আশা-আকাঙ্খার কথা জানাতে উৎসাহিত করার জন্য কেন্দ্রীয় নারী ও শিশু বিকাশ মন্ত্রক এবং মেটা অমৃত জেনারেশন ক্যাম্পেন বা অমৃত প্রজন্মের অভিযানের সূচনা করেছে। ‘নয়ে ভারত কি স্বপ্নে’ শীর্ষক অভিযানে যুব

সম্প্রদায় তাদের সৃজনশীল প্রতিভার মাধ্যমে ইনস্টাগ্রাম এবং ফেসবুকে একটি রিল তৈরি করে পোস্ট করবেন, যেখানে তারা, তাদের আশা-আকাঙ্খার কথা তুলে ধরবে। মন্ত্রক থেকে বলা হয়েছে, যুব সম্প্রদায় দেশের ভবিষ্যত। নতুন এই কর্মসূচির মাধ্যমে তাদের উচ্চাকাঙ্খাকে লালিত করা হবে। তারা যাতে নিজেদের স্বপ্ন পূরণ করতে পারে তার জন্য সরকার সব রকমের সহায়তা দেবে।

মেটা ইন্ডিয়ার পলিসি প্রোগ্রামস অ্যান্ড গভর্নমেন্ট আউটরিচ-এর প্রধান নাতাশা যোগ এই প্রকল্পের বিষয়ে উৎসাহ প্রকাশ করে বলেন, ফেসবুক এবং ইনস্টাগ্রামে যুব সম্প্রদায় যাতে তাদের মনের কথা প্রকাশ করতে পারে, তা নিশ্চিত করতে মেটা সংস্থা অঙ্গীকারবদ্ধ। যুব সম্প্রদায়ের ভারত ভাবনাকে তুলে ধরার মাধ্যমে আগামী প্রজন্মের নেতৃত্বকে গড়ে তোলা হবে এই কর্মসূচির মাধ্যমে।

এই কর্মসূচিতে উৎসাহী যুবক-যুবতীরা হ্যাস ট্যাগ অমৃত জেনারেশন (#Amrit Generation) ব্যবহার করে ফেসবুক এবং ইনস্টাগ্রামে রিল তৈরি করবেন। এ বিষয়ে প্রয়োজনীয় নীতি-নির্দেশিকা নারী ও শিশু বিকাশ মন্ত্রকের সামাজিক মাধ্যমের হ্যান্ডেলে পাওয়া যাবে। এই কর্মসূচিতে অংশগ্রহণকারী যুবক-যুবতীদের মধ্যে ৫০ জনকে বাছাই করা হবে। তারা নতুন দিল্লিতে এসে নীতিকার এবং বিশিষ্টজনদের সঙ্গে মত বিনিময় করবে, যা তাদের স্বপ্ন পূরণে সহায়ক হবে। এছাড়াও গুরুগ্রামে মেটা-র দফতর দেখার পাশাপাশি তারা সৃজনশীল অর্থনীতির বিষয়ে নানা তথ্য সংগ্রহ করবে।

ক্ষুধায় আক্রান্ত পৃথিবী ২৯/০৪

বিশ্বব্যাপী ক্ষুধা ২০০৫ সালের স্তরে ফিরে এসেছে এবং ২০৩০ সালের মধ্যে আরো প্রায় ৬০ কোটি মানুষ চরম দারিদ্র্যের কবলে পড়বে বলে রাষ্ট্রসংঘের পক্ষে সম্প্রতি বলা হয়েছে। নিউওয়র্কে টেকসই উন্নয়ন বিষয়ক হাই-লেভেল পলিটিক্যাল ফোরামে (এইচএলপিএফ) এই কথা বলা হয়েছে। টেকসই উন্নয়ন এবং টেকসই উন্নয়ন লক্ষ্যমাত্রা (SDG) অনুসরণ ও পর্যালোচনার জন্য এইচএলপিএফ হল একটি বৈশ্বিক মঞ্চ।

টেকসই উন্নয়ন লক্ষ্যমাত্রা ঘোষণা হওয়ার পর প্রায় অর্ধেক সময় পেরিয়ে গেছে। কিন্তু যে লক্ষ্যমাত্রা ধরা হয়েছিল তার তিন ভাগের একভাগ কাজ হয়েছে। উল্লেখ্য ২০৩০ সালের মধ্যে টেকসই উন্নয়ন লক্ষ্যমাত্রা অর্জন হওয়ার কথা বলা হয়েছে। এর মধ্যে ক্ষুধা বেড়েছে। পরিবেশে গ্রিন হাউস গ্যাসের পরিমাণ বেড়েছে। এই ফোরামে আরো বলা হয়েছে এখন লিঙ্গ সমতা যা অবস্থায় রয়েছে তাতে সাম্য আনতে আরো ৩০০ বছর লাগবে।

আসন্ন এসডিজি শীর্ষ সম্মেলনে এই পরিস্থিতির মোকাবেলায় সুস্পষ্ট পরিকল্পনা নিয়ে আসার জন্য দেশগুলিকে আহ্বান জানানো হয়েছে । সেপ্টেম্বরের মাঝামাঝি নিউইয়র্কে ২০২৩ সালের এসডিজি শীর্ষ সম্মেলন অনুষ্ঠিত হবে।

টেকসই উন্নয়ন লক্ষ্যমাত্রায় দারিদ্র নির্মূল, ক্ষুধা মুক্তি, সুস্বাস্থ্য, মান সম্পন্ন শিক্ষা, লিঙ্গ সমতাসহ ১৭টি আন্তসম্পর্কীত লক্ষ্য রয়েছে। ২০৩০ সালের মধ্যে এই লক্ষ্যমাত্রা অর্জনের মাধ্যমে আরো টেকসই একটি পৃথিবী গড়ে তোলার সংকল্প নেওয়া হয়েছিল ২০১৫ সালে। পৃথিবীর সমস্ত দেশ মিলে এই সংকল্প নিয়েছিল।

জলবায়ু বদল ও উদ্বাস্তুদের মানবাধিকার ২৯/০৫

শুধু ২০২০ সালেই ৩ কোটি ৭০ লক্ষ মানুষ জলবায়ু বদলের ফলে তৈরি বিপর্যয়ে বাস্তুচ্যুত হয়েছিল। এই উদ্বাস্তু মানুষের মধ্যে অনেকেই একপ্রকার বাধ্য হয়েই দেশ ত্যাগ করছে। সীমান্ত পেরনোর সময় এদের অনেকেই মারা যায় বা নিখোঁজ হয়ে যায়। এছাড়াও অন্য দেশে তাদের নিয়ে নানা সমস্যা তৈরি হচ্ছে। যত দিন যাচ্ছে এই ধরনের ঘটনা ক্রমশ বাড়তে থাকায় ভুক্তভোগীদের মানবাধিকার নিশ্চিত করতে পূর্ণ আইনি সুরক্ষা দেওয়ার আহ্বান জানিয়েছে রাষ্ট্রসংঘের মানবাধিকার কাউন্সিল। তারা বলেছে, উদ্বাস্তুদের আইনি সুরক্ষা দেওয়ার জন্য অবিলম্বে পদক্ষেপ নিতে হবে।

বিশেষজ্ঞরা বলেছেন, জলবায়ু পরিবর্তনের কারণে বাস্তুচ্যুত লোকেরা তাদের খাদ্য, জল, স্যানিটেশন, আবাসন, স্বাস্থ্য, শিক্ষা এবং কারও কারও জন্য তাদের জীবনের মৌলিক অধিকারসহ একাধিক মানবাধিকার লঙ্ঘনের সম্মুখীন হয়। মানবাধিকার কাউন্সিলের এক হিসেবে দেখা গেছে, ২০১৪ থেকে ২০২২ সালের মধ্যে বাস্তুচ্যুত ৫০ হাজারেরও বেশি মানুষ প্রাণ হারিয়েছে। কাউন্সিল বলেছে, এই মৃত্যুর অর্ধেকেরও বেশি ভূমধ্যসাগরসহ ইউরোপে যাওয়ার পথে সমুদ্রের অভ্যন্তরে ঘটেছে।

উল্লেখযোগ্য বিষয় হল, জলবায়ু বদলের ফলে বিপর্যয়ের শিকার মানুষজনের বেশিরভাগই দরিদ্র এবং প্রান্তিক মানুষ। জলবায়ু বদলের জন্য তাদের কোনো ভূমিকা নেই বললেই চলে।

বিমানে পরিবেশ দূষণ

২৯/০৬

বিমান যাত্রার ফলে প্রভূত পরিমাণে দূষিত হচ্ছে পৃথিবী। এই অভিযোগ তুলে জার্মানির ২টি বিমানবন্দর স্তব্ধ করে দিয়েছিল পরিবেশ আন্দোলনের কর্মীরা। সংবাদ সংস্থা এপি সূত্রের খবর, 'লাস্ট জেনারেশন' নামে একটি পরিবেশ রক্ষা সংগঠনের সদস্যরা এবছর জুলাই মাসের ৬ তারিখ নাগাদ জার্মানির হামবুর্গ এবং ডাসেলডর্ফ বিমানবন্দরের রানওয়েতে ঢুকে অবস্থান বিক্ষোভ শুরু করে। এর ফলে হামবুর্গ বিমানবন্দরে অন্ততপক্ষে এক ডজন বিমান বাতিল হয়। ১০টি বিমান বাধ্য হয় অন্য বিমানবন্দরে অবতরণ করতে। ডাসেলডর্ফ বিমানবন্দরে বিশৃঙ্খলা তুলনায় কম হয়। দীর্ঘক্ষণ অবরোধ চলার পরে পরিস্থিতি নিয়ন্ত্রণে আনা সম্ভব হয়।

লাস্ট জেনারেশন জানিয়েছে, বিশ্বে জ্বালানি দূষণের অন্যতম বৃহৎ কারণ হল বিমান পরিষেবা। ইউরোপীয় কমিশনের রিপোর্ট অনুযায়ী, সারা বিশ্বে চলা বিমান শিল্পকে যদি একটি দেশ হিসেবে ধরা হয়, তবে দূষণের মাত্রায় তারা প্রথম দশে থাকবে। এর পাশাপাশি জার্মানির সরকারকেও লাস্ট জেনারেশন জানিয়েছে, বিমানের জ্বালানি থেকে উৎপন্ন দূষণ রোধে কোনো সুনির্দিষ্ট ব্যবস্থা গ্রহণ করতে পারেনি জার্মানির সরকার। তারা বিমানে ব্যবহৃত পেট্রো সামগ্রীকে করছাড়ের আওতায় এনেছে। এর ফলে দূষণকারী সংস্থাগুলি আরো উৎসাহ পাচ্ছে। তারা আরো বলেছে সে দেশের পরিবহণমন্ত্রীর কারণেই বিমান এবং সড়ক পরিবহনের ক্ষেত্রে পরিবেশবান্ধব জ্বালানির ব্যবহার বাধ্যতামূলক করা যাচ্ছে না।

পরিবেশ বিপর্যয়ে ক্ষতিগ্রস্ত আদিবাসী

২৯/০৭

রাষ্ট্রসংঘের মানবাধিকার বিষয়ক হাই কমিশনার ভলকার টার্ক বলেছেন, আদিবাসীদের কাছে প্রাচীন জ্ঞানের ভান্ডার রয়েছে যা মানবতাকে পৃথিবীর সম্পদের টেকসই ব্যবহারের দিকে এগিয়ে নিয়ে যেতে পারে। তা সত্ত্বেও, আদিবাসী সম্প্রদায়ের প্রতি বৈষম্য করা হয় এবং তারা নানারকম বঞ্চনার সম্মুখীন হয়।

শিল্প সভ্যতা, পরিবেশ এবং আদিবাসীদের অধিকারের উপর বিধ্বংসী প্রভাব ফেলেছে। আদিবাসীদের তাদের জমি থেকে জোর করে উচ্ছেদ করা হচ্ছে। জলবায়ু সংকটও তাদের ওপর বিরূপ প্রভাব ফেলছে। টার্ক বলেন, আদিবাসীদের ওপর এইসব অত্যাচার বন্ধ করতে হবে। তিনি উদাহরণ দিয়ে বলেন যে, আদিবাসীরা বিশ্বের জনসংখ্যার মাত্র ৬ শতাংশ। কিন্তু বিশ্বের মোট দরিদ্রের ২০ শতাংশই হল আদিবাসী। টার্ক বলেন, সমস্ত প্রাসঙ্গিক জাতীয় এবং আন্তর্জাতিক আলোচনায়, বিশেষ করে প্রকৃতি-পরিবেশ, বাস্তু ব্যবস্থা, সুস্থিতি বিষয়ক যে কোনো আলোচনায়, আদিবাসীদের অন্তর্ভুক্ত করতেই হবে। কারণ তারাই প্রকৃতি পরিবেশের সংরক্ষক। তাই এ বিশ্বকে তারা তাদের ধ্যান ধারণা দিয়ে রক্ষা করতে পারে।

আদিবাসীরাই জীববৈচিত্র্যের রক্ষক

২৯/০৮

রাষ্ট্রসংঘের মহাসচিব আন্তোনিও গুতেরেস আদিবাসী বিষয়ক স্থায়ী ফোরাম-এর ২০২৩ অধিবেশনে, প্রকৃতি রক্ষা এবং জীববৈচিত্র্য সংরক্ষণে অগ্রণী ভূমিকা পালনের জন্য আদিবাসী সম্প্রদায়ের প্রশংসা করেছেন। তবে আদিবাসীদের মানবাধিকার খর্ব করা হচ্ছে বলে তিনি উদ্বেগও প্রকাশ করেছেন। তিনি বলেন, আদিবাসীদের কাছে জলবায়ু সংকটের অনেক সমাধান রয়েছে এবং তারা আমাজন বন থেকে শুরু করে আফ্রিকার সাহেল এবং হিমালয় অঞ্চল পর্যন্ত বিশ্বের জীববৈচিত্র্যের রক্ষক। তিনি ২০০৭ সালে

গৃহীত আদিবাসীদের অধিকার সংক্রান্ত ঘোষণাপত্রের কথা উল্লেখ করে বলেন, রাষ্ট্রসংঘের এই ঘোষণাপত্র আদিবাসীদের বৃহত্তর অংশগ্রহণের পথ প্রশস্ত করেছে।

তিনি এই ফোরাম, উপজাতীয় জনগণের নেতা এবং কমরেডদের প্রতি শ্রদ্ধা জানায়, তিনি বলেন, যারা তাদের অঞ্চল রক্ষায় জীবন উৎসর্গ করেছেন। অধিবেশনটিতে বলা হয়, জলবায়ু পরিবর্তন এবং জীববৈচিত্রের সমস্যাগুলি আদিবাসীদের প্রকৃত এবং কার্যকর অংশগ্রহণ ছাড়া সমাধান করা যাবে না।

এছাড়া ফোরামটি মনে করে, আদিবাসীদের পারম্পরিক জ্ঞান শতাব্দী ধরে সংরক্ষিত এবং অনেক আধুনিক ওষুধের বিকাশের ক্ষেত্রে এই জ্ঞানের ভূমিকা অনস্বীকার্য। বিশ্বের ৮০ ভাগ জীববৈচিত্রের রক্ষক হিসেবে, জলবায়ু ঝুঁকিগুলিকে খাপ খাইয়ে নিতে এবং তা প্রশমিত করতে আদিবাসীদের ঐতিহ্যগত দক্ষতা রয়েছে। সুস্থায়ী বা টেকসই উন্নয়নের জন্য যা খুবই গুরুত্বপূর্ণ।

পুষ্টি সমৃদ্ধ আনারস

২৯/০৯

আনারস পুষ্টির বেশ বড় একটি উৎস। আনারসে রয়েছে প্রচুর পরিমাণে ভিটামিন এ এবং সি, ক্যালসিয়াম, পটাশিয়াম ও ফসফরাস। এসব উপাদান দেহের অভাব পূরণে কার্যকরী ভূমিকা পালন করে। প্রতিদিন অল্প পরিমাণে আনারস খেলে, দেহে এসব পুষ্টি উপাদানের অভাব হবে না। আনারস হজমশক্তি বাড়ায়। এতে রয়েছে ব্রোমেলিন যা হজমশক্তিকে উন্নত করে।

আনারসে রয়েছে প্রচুর পরিমাণে ক্যালসিয়াম ও ম্যাঙ্গানিজ। ক্যালসিয়াম হাড়ের গঠনে এবং ম্যাঙ্গানিজ হাড়কে মজবুত করে। শুনতে অবাক লাগলেও, আনারস ওজন কমানোয় সাহায্য করে। এতে প্রচুর ফাইবার রয়েছে।

বিভিন্ন গবেষণায় দেখা গেছে, আনারস ম্যাক্যুলার ডিগ্রেডেশন নামক রোগ হওয়া থেকে রক্ষা করে। এ রোগটি চোখের রেটিনা নষ্ট করে দেয় ও মানুষ ধীরে ধীরে অন্ধ হয়ে যায়। আনারসে রয়েছে বিটা ক্যারোটিন। প্রতিদিন আনারস খেলে এ রোগ হওয়ার সম্ভাবনা ৩০ শতাংশ পর্যন্ত কমে যায়।

ক্যালসিয়াম দাঁতের সুরক্ষায় কাজ করে। মাড়ির যে কোনো সমস্যা সমাধান করতে বেশ কার্যকর ভূমিকা পালন করে। আনারসে যেহেতু অনেকটা ক্যালসিয়াম থাকে, তাই প্রতিদিন আনারস খেলে দাঁতে জীবাণুর আক্রমণ কম হয় এবং দাঁত ঠিক থাকে।

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