সংবাদ পরিষেবা | মে ২০২২

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।

চাষিদের আয় দ্বিগুণ হবে কি? ২৭/৬৪

কেন্দ্রীয় সরকার ২০১৬ সালের এপ্রিল মাসে 'চাষিদের আয় দ্বিগুণ' সংক্রান্ত বিষয় পরীক্ষা করে দেখার জন্য আন্তঃমন্ত্রক কমিটির সঙ্গে পরামর্শ করে। চাষিদের আয় দ্বিগুণ করার জন্য এই কমিটি বেশ কিছু কৌশলের সুপারিশ করেছিল। এই সুপারিশ ২০১৮ সালে সরকারের কাছে দেওয়া হয়েছিল। সুপারিশগুলি হল, ফসলের উৎপাদন বৃদ্ধি, প্রাণী সম্পদের উন্নতি সাধন, সম্পদ ব্যবহারে দক্ষতা বৃদ্ধি, উৎপাদন খরচ বাঁচানো, উন্নত মানের ফসল উৎপাদন, উচ্চ মূল্যের ফসলের বহুমুখী ব্যবহার, ফসলের ন্যায্য মূল্য বৃদ্ধি এবং কৃষিকাজ থেকে কৃষিকাজ নয় এমন পেশায় স্থানান্তর। এই সুপারিশ গৃহীত হওয়ার পর, সরকার অগ্রগতি পর্যালোচনা ও পর্যবেক্ষণের জন্য একটি এমপাওয়ার্ড কমিটির সঙ্গে পরামর্শ করছে বলে ৫ এপ্রিল লোকসভায় এক লিখিত উত্তরে জানিয়েছেন কেন্দ্রীয় কৃষি ও কৃষক কল্যাণ মন্ত্রী নরেন্দ্র সিং তোমর। মনে রাখবেন এটা ২০২২। চাষির আয় দ্বিগুণ হল কিনা তা জানার সময়। দেখা যাক এমপাওয়ার্ড কমিটি চাষিদের কতটা ক্ষমতাবান করতে পারে।

চালবাজ সরকার ২৭/৬৫

গতবছর স্বাধীনতার ৭৫ তম বর্ষপূর্তিতে লালকেল্লা থেকে প্রধানমন্ত্রী বলেছিলেন অপুষ্টি, মহিলা এবং শিশুদের বিকাশে সবথেকে বড় বাধা। তাদের পুষ্টির জন্য রেশন, মিড ডে মিল -এ ২০২৪ সাল অবধি ফর্টিফায়েড চাল দেওয়া হবে।

অপুষ্টি দূর করতে ১৫টি রাজ্যের ১টি করে জেলায় পাইলট প্রজেক্ট হিসেবে ২০১৯-২০ সালেই এই চাল খাওয়ানোর প্রকল্প শুরু হয়েছিল। এই প্রকল্পের সম্পূর্ণ খরচ ধরা হয়েছে ২৭০০ কোটি টাকা।

প্রকল্পটির মূল লক্ষ্য, রক্তাল্পতা কমাতে লোহা বা আয়রন মেশানো চাল সরবরাহ করা। ২০১৬-১৮ সালের পুষ্টি সমীক্ষায় বিশেষজ্ঞরা সংশয় প্রকাশ করে বলেছিলেন, কৃত্রিম পদ্ধতিতে আয়রন মেশানো চাল অপুষ্টি কমাতে পারবে বলে মনে হয় না। তাঁরা বলেছিলেন, অপুষ্টি কমাতে ভিটামিন, প্রোটিন জাতীয় খাবারের ব্যবস্থা করা দরকার। সে সবের তোয়াক্কা না করে কেন্দ্রীয় সরকার পাইলট প্রকল্পটি শুরু করে দিয়েছিল। সে সময় সরকারের বক্তব্য ছিল, তিন বছর বাদে সমীক্ষা করে ভালো ফলাফল পাওয়া গেলে, তবেই সব অপুষ্ট মানুষের জন্য প্রকল্পটি চালু করা হবে।

সমীক্ষা কতটা এগোল তা জানতে গ্রিনপিস, ইন্ডিয়ান কাউন্সিল অব মেডিক্যাল রিসার্চ (আইসিএমআর)-এ তথ্যের অধিকার আইনে আবেদন করেছিল। এই আবেদনে জানতে চাওয়া হয়েছিল, গর্ভবতী মহিলা, নতুন মা, পাঁচ বছরের কম বয়সী শিশু, অপুষ্ট শিশু এবং মায়েদের ফর্টিফায়েড চাল খাওয়ানো এবং তার ফলাফল নিয়ে কোনো সমীক্ষা হয়েছে কিনা? আইসিএমআর জানিয়েছে, তারা এ নিয়ে কোনো সমীক্ষা করেনি। তবে তারা যেসব স্কুলে ৫-১২ বছরের বাচ্চাদের মিড ডে মিলে ফর্টিফায়েড চালের ভাত দেওয়া হত, তাদের সঙ্গে যে স্কুলের বাচ্চারা সাধারণ চাল খেয়েছে, তাদের মধ্যে তুলনামূলক সমীক্ষা করেছিল। সেই সমীক্ষায় তারা এই দুই ধরনের স্কুলের ছাত্রছাত্রীদের মধ্যে পুষ্টির কোনো ফারাক দেখতে পায়নি।

ন্যাশনাল ইনস্টিটিউট অফ নিউট্রিশনের প্রাক্তন উপ-অধিকর্তা ডঃ বীণা শত্রুঘ্নের মতে, কোনো একটি শস্য বা খাদ্য সব পুষ্টির উৎস হতে পারে না। আর সবার পুষ্টির জন্য একই ধরনের খাদ্য এবং অণুখাদ্যের প্রয়োজন এই ধারণাও বৈজ্ঞানিকভাবে ভুল। এছাড়া চালে আয়রন যোগ করার ফলে শরীরে এই অণুখাদ্য বেশি প্রবেশ করতে পারে, যা স্বাস্থ্যের জন্য ক্ষতিকর হতে পারে।

গ্রিনপিস ইন্ডিয়ার মতে, দেশের খাদ্য বৈচিত্রের ব্যবহার হল অপুষ্টি এবং রক্তাল্পতার মতো সমস্যার সঠিক সমাধান। এর জন্য শুধু চাল এবং গমের উপর নির্ভর না করে খাদ্য হিসেবে বাজরা, ডাল, মরশুমি ও স্থানীয় ফল, শাকসবজি এবং কন্দের ব্যবহার করার দরকার। সূত্র ঃ ডাউন টু আর্থ

ক্ষুধা দারিদ্র পরিবেশ অর্থনীতি এবং উদ্ভিদ ২৭/৬৬

খিদে দূর করার, দারিদ্র কমানোর, পরিবেশ রক্ষা করার এবং অর্থনৈতিক উন্নতির শক্তি রয়েছে উদ্ভিদে। আমরা যা খাই তার ৮০ শতাংশ গাছপালা থেকে আসে। আমাদের নিঃশ্বাসের ৯৮ শতাংশ অক্সিজেন গাছপালা সরবরাহ করে। তবুও, এতসব জানার পরও, আমাদের কাজেকর্মে উদ্ভিদের টিকে থাকার ঝুঁকি ক্রমাগত বাড়ছে। এসব আলোচনা হচ্ছে উদ্ভিদ স্বাস্থ্য নিয়ে রাষ্ট্রসংঘের সভায়।

সাম্প্রতিক পরিসংখ্যান অনুসারে, উদ্ভিদের কীটপতঙ্গ এবং রোগের কারণে প্রতি বছর প্রায় ৪০ শতাংশ খাদ্য নষ্ট হয়। এই অপচয় খাদ্য নিরাপত্তা এবং কৃষি উভয়কেই প্রভাবিত করে। কারণ কৃষি গ্রামীণ জনগোষ্ঠীর আয়ের প্রধান উৎস।

জলবায়ু পরিবর্তন এবং মানুষের কাজকর্ম - ইকোলজি বা বাস্তুসংস্থানের পরিবর্তন ঘটাচ্ছে। জীববৈচিত্র ধ্বংস করছে। পাশাপাশি পোকামাকড়ের বংশবৃদ্ধির জন্য অনুকূল পরিস্থিতি তৈরি করছে। বিজ্ঞানীরা বলছে, পোকামাকড় এবং রোগ থেকে গাছপালা রক্ষা করার আগে উদ্ভিদ স্বাস্থ্য রক্ষা অনেক বেশি কাজের। এর কারণ হল, পোকামাকড় এবং রোগগুলি একবার উদ্ভিদে প্রবেশ করলে তা নির্মূল করা প্রায়ই কঠিন হয় এবং নিয়ন্ত্রণের জন্য রাসায়নিক কীটনাশকের দরকার পড়ে, যা প্রকৃতির ওপর ভয়ংকর প্রভাব ফেলে।

কাজের আমলা ২৭/৬৭

আমলকী খুবই উপকারী একটি ফল। প্রতিদিন একটি আমলকী খেলে শরীরের রোগ প্রতিরোধ ক্ষমতা বাড়ে। কাঁচা আমলকী খাওয়া বেশ উপকারী। তবে আমলকী শুকিয়ে, আচার কিংবা মোরাব্বা বানিয়েও খাওয়া হয়।

চুলের পরিচর্যার জন্য আমলকীর কোনো জুড়ি নেই। প্রতিদিন আমলকী খেলে চুল পড়া বন্ধ হয়। চুলের গোড়া মজবুত হয়। খুসকির সমস্যা দূর হয়। এছাড়া চুল বাড়তে সাহায্য করে আমলকী।

অম্বলের সমস্যায় এই ফলের রস কার্যকর। এক গ্লাস জলের মধ্যে আমলকী গুঁড়ো ও সামান্য চিনি মিশিয়ে দিনে দুবার খেলে অম্বল, পেটের গোলমাল ও বদহজম কমে। কেটে শুকনো করা আমলকী জলে ভিজিয়ে সেই জল খেলে হজমের সমস্যা দূর হয়।

দৃষ্টিশক্তি বাড়াতে, দাঁত মজবুত করতে নিয়মিত আমলকীর রস খাওয়া উচিত। হাঁপানি কমাতে আমলকীর রস কার্যকর। প্রতিদিন সকালে আমলকীর রসের সঙ্গে মধু মিশিয়ে খেলে ত্বকের কালো দাগ দূর হয় এবং ত্বকের উজ্জ্বলতা বাড়ে।

মুখে রুচি ও স্বাদ বাড়াতে আর মানসিক চাপ কমাতে নিয়মিত আমলকী খান। শরীরের অপ্রয়োজনীয় চর্বি ঝরাতে, কোলেস্টেরলের মাত্রা কমাতে ও ডায়াবেটিস প্রতিরোধ করতে সাহায্য করে আমলকী। এছাড়া সর্দি-কাশি, পেট ব্যথা ও রক্তাল্পতা বা অ্যানিমিয়া দূর করে আমলকী। হেলথ অ্যালার্ট সূত্রে এ খবর জানা গেছে।

বাঁধাকপিতে স্বাস্থ্য

২৭/৬৮

ব্রিটেনের একদল বিজ্ঞানী গবেষণা করে দেখেছেন, বাঁধাকপির মতো পাতা জাতীয় সবজি হজমে সাহায্য করে। আর হজমের সময় এগুলি থেকে ক্যান্সার প্রতিরোধী এক ধরনের রাসায়নিক পদার্থ বের হয়। বিজ্ঞানীরা লক্ষ্য করেছেন, বাঁধাকপি (ব্রাসিকেসি বা ক্রুসিফেরি) পরিবারের কিছু সবজি থেকে যে রাসায়নিক পদার্থ নিঃসরণ হয়, তা অন্ত্রের আবরণ তৈরি বাধাহীন করে। ফলে প্রতি চার পাঁচদিনের ব্যবধানে নতুন আবরণ তৈরি হয়। অন্ত্রের আবরণ তৈরি একটি শারীরবৃত্তিয় প্রক্রিয়া। স্বাভাবিক অবস্থায় নিজের থেকেই এই আবরণ তৈরি হয়। কিন্তু এই প্রক্রিয়া কোনো কারণে বাধা পেলে ক্যান্সার হওয়ার সম্ভাবনা থাকে।

গবেষকরা আরো বলেছেন, মলাশয়ের ক্যান্সার প্রতিরোধে বাঁধাকপি, ব্রোকলি জাতীয় সবজি অনেক উপকারী। তাই এখন থেকে বাঁধাকপি বা ব্রোকোলির মতো সবুজ রঙের পাতাওয়ালা সবজি বেশি বেশি খাওয়ার চেষ্টা করুন। ব্রিটিশ হেলথ জার্নাল সূত্রে এ খবর জানা গেছে।

সুখের কথা বোলো না আর

সুব্রত কুণ্ডু

২৭/৬৯

মানুষজন কতটা সুখী তা জানা যায় ওয়ার্ল্ড হ্যাপিনেস রিপোর্ট থেকে। গত মার্চে, দোলের দিন, এ বছরের ওয়ার্ল্ড হ্যাপিনেস রিপোর্ট প্রকাশিত হয়েছিল। এই রিপোর্ট কিন্তু ভারতের নাগরিকদের খুশীতে রাঙিয়ে দিতে পারেনি। কারণ সুখের তালিকার ১৪৬টি দেশের মধ্যে আমাদের স্থান ১৩৬ নম্বরে। একদম শেষের দিকে। কাটা ঘায়ে নুনের ছিটে লেগেছে, যখন দেখা গেছে প্রতিবেশী সব দেশ আমাদের থেকে 'বেশি সুখে' আছে। চিন ৮২, নেপাল ৮৫, বাংলাদেশ ৯৯, পাকিস্তান ১০৩, মায়ানমার ১২৩, শ্রীলঙ্কা ১২৬ নম্বরে। অন্যান্য সব সূচক বা তালিকার মতোই ফিনল্যান্ড, ডেনমার্ক, আইসল্যান্ড, সুইৎজারল্যান্ড, সুইডেন, নরওয়ে আর মার্কিন যুক্তরাষ্ট্রের মত 'উন্নত' দেশগুলি সুখের তালিকারও ওপরের দিকে রয়েছে।

রাষ্ট্রসংঘের সাসটেনেবল ডেভলপমেন্ট সলিউশন নেটওয়ার্ক এই রিপোর্টটি পেশ করে। রিপোর্ট তৈরির প্রক্রিয়ায় বিভিন্ন দেশের নাগরিকদের ফোন করে জানতে চাওয়া হয়, তারা সুখী কি না। পাশাপাশি হিসেবনিকেশ চলে সমীক্ষাধীন দেশগুলির আর্থিক বৃদ্ধির হার, দেশবাসীর গড় আয়ু, সামাজিক সহায়তা, কাজ করার স্বাধীনতা, দুর্নীতি ইত্যাদি বিষয়ে। এছাড়া ব্যক্তি স্বাধীনতা, সরকারের উপর আস্থা, সুস্থ জীবনযাপনের প্রত্যাশার মতো মাপকাঠিও রাখা হয় সুখ মাপতে। উল্লেখযোগ্য হল, এসব মাপকাঠিই অন্যান্য 'উন্নতি'র তালিকাতেও ব্যবহার করা হয়। আর তাই 'উন্নত' দেশই সুখী দেশ হয়ে যায়। পরোক্ষে বলা হয়, দেখ বাপু বর্তমান লাভ আর লোভের উন্নয়ন মডেলেই তোমার সুখ লুকিয়ে রয়েছে।

নিউ ইকোনমিক ফাউন্ডেশন নামে লন্ডনের একটি সংস্থা হ্যাপি প্ল্যানেট ইন্ডেক্স নামে আরো একটি সমীক্ষা করে। ২০০৬ সাল থেকে তিন বছর অন্তর এই সমীক্ষার রিপোর্ট প্রকাশিত হয়। ২০১৯ সালে শেষ হ্যাপি প্ল্যানেট ইনডেক্স-র সুখী দেশের তালিকা প্রকাশিত হয়েছিল। এই তালিকায় কিন্তু প্রথম সারিতে রয়েছে কোস্টারিকা, ভানুয়াটু, কলম্বিয়া, সুইৎজারল্যান্ড, ইকুয়েডর, পানামা, জামাইকা, গুয়াতেমালা, হন্ডুরাস, উরুগুয়ে। তবে এখানেও ভারতের স্থান নীচের দিকে -১৫২ টি দেশের মধ্যে ১২৮। আরো অবাক করার বিষয় হল, অন্যান্য এবং ওয়ার্ল্ড হ্যাপিনেস তালিকায় এগিয়ে থাকা দেশগুলি যেমন ফিনল্যান্ড রয়েছে ৩৩ নম্বরে। ডেনমার্ক ৭০, আইসল্যান্ড ৫২, সুইডেন ৪১, নরওয়ে ৩৮, কানাডা ১০৫, মার্কিন যুক্তরাষ্ট্র ১২২ নম্বরে।

হ্যাপি প্ল্যানেট ইনডেক্স হল, দীর্ঘস্থায়ী ভালো বা আনন্দে থাকার একটি মাপকাঠি যাকে ইংরাজিতে 'সাসটেনেবল ওয়েলবিয়িং' বলে। এটা মাপা হয় তিনটি সূচকের মাধ্যমে।

- পরিতৃপ্ত জীবন - লোকেরা তাদের জীবন নিয়ে কতটা সন্তুষ্ট (এটা মাপা হয় গলাপ ওয়ার্ল্ড পোল পদ্ধতির মাধ্যমে)

- আয়ুষ্কাল - মানুষ সাধারণত কতদিন বেঁচে থাকে (এই তথ্য নেওয়া হয় রাষ্ট্রসংঘের উন্নয়ন কর্মসূচি বা ইউএনডিপি সংগৃহীত তথ্য থেকে)।

- ইকোলজিক্যাল ফুট প্রিন্ট বা পরিবেশ পদাঙ্ক - বিভিন্ন দেশের আয়তন এবং তাদের প্রাকৃতিক সম্পদ ব্যবহারের ফলে পরিবেশের ওপর যে চাপ বা প্রভাব তৈরি হয় তার মাপকাঠি। এটা মাপা হয় গ্লোবাল হেক্টর দিয়ে (এই তথ্য নেওয়া হয় গ্লোবাল ফুট প্রিন্ট নেটওয়ার্ক থেকে)। পরিতৃপ্ত জীবন মানের সঙ্গে আয়ুষ্কাল গুণ করে সেই গুণফলকে পরিবেশ পদাঙ্ক দিয়ে ভাগ করে হ্যাপি প্ল্যানেট ইন্ডেক্স তৈরি হয়। উল্লেখযোগ্য হল, পরিতৃপ্ত জীবন মানের মধ্যে সাম্য বিষয়টিও গুরুত্ব দিয়ে দেখা হয়।

বোঝার জন্য একটি সহজ উদাহরণ নেওয়া যাক। ধরা যাক ফিনল্যান্ড, যে দেশটি ওয়ার্ল্ড হ্যাপিনেস ইন্ডেক্সের ১ নম্বরে রয়েছে তার পরিতৃপ্ত জীবন মান এবং আয়ুষ্কালের গুণফল ৯০ আর কোস্টারিকার ৭০। কিন্তু পরিবেশ পদাঙ্ক অনুযায়ী ফিনল্যান্ডের প্রকৃতির ওপর প্রভাব বা চাপ ৯ এবং কোস্টারিকার ৫ গ্লোবাল হেক্টর। এবারে ভাগ করলে ফিনল্যান্ডের নম্বর হবে ১০। আর কোস্টারিকার নম্বর হবে ১৪। অর্থাৎ হ্যাপি প্ল্যানেট ইন্ডেক্স অনুযায়ী কোস্টারিকা এগিয়ে।

হ্যাপি প্ল্যানেট ইন্ডেক্স - এ জীবনধারণের গুণগত মান কতটা ভালো তার ওপর নির্ভর করে সুখী দেশের তালিকা তৈরি হয় না। এই সূচকে দেখা হয়, কারা পরিবেশের ওপর সবথেকে কম চাপ বা প্রভাব ফেলে, কোন দেশ সবথেকে বেশি সংখ্যক মানুষকে দীর্ঘ এবং পরিতৃপ্ত জীবন দিতে পারছে।

উল্লেখ্য হ্যাপি প্ল্যানেট ইন্ডেক্স হল প্রথম সূচক যেখানে সুখে থাকার সঙ্গে পরিবেশকে এত ব্যাপকভাবে যুক্ত করা হল। আর মজার ব্যাপার হল, হ্যাপি প্ল্যানেট ইন্ডেক্স - এ থাকা দেশ কোস্টারিকা এবং ভানুয়াটুর সেনাবাহিনী নেই। সেনাবাহিনী নেই পানামারও।

সব সুখের সূচক নিয়ে সমালোচনাও রয়েছে বিস্তর। তার মধ্যে অন্যতম হল সুখের মত বিমূর্ত অনুভবকে কীভাবে মূর্ত জিনিস দিয়ে মাপা যাবে? তবে একথা সত্যি লাভ আর লোভের উন্নয়ন প্রক্রিয়ার জন্য প্রকৃতি শোষণ চললে, প্রকৃতিও মানুষের জীবনকে ক্রমশ দুর্বিসহ করে তুলবে। তুলবেই।

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