"সত্যের সন্ধানে অবিচল"

নোয়াখালী খবর এক্সপ্রেস

NOAKHALI KHABAR EXPRESS

Noakhali Khabar Express

নোয়াখালী

অনলাইন দৈনিক ই-পেপার | মঙ্গলবার, ১০ নভেম্বর ২০২৬ | বর্ষ:-০১, সংখ্যা :- ০৮ | www.noakhalikhabarexpress.com

এয়োদশ সংসদের চতুর্থ অধিবেশনে যোগ দিলেন প্রধানমন্ত্রী তারেক রহমান



সংসদ প্রতিবেদক:

ত্রয়োদশ জাতীয় সংসদের চতুর্থ অধিবেশনের প্রথম দিনের কার্যক্রমে অংশ নিয়েছেন প্রধানমন্ত্রী ও সংসদ নেতা তারেক রহমান। সোমবার (৯ নভেম্বর) বিকেলে জাতীয় সংসদ ভবনে এ অধিবেশন অনুষ্ঠিত হয়।

জাতীয় সংসদের স্পিকার মেজর (অব.) হাফিজ উদ্দিন আহমদ বীর বিক্রমের সভাপতিত্বে বিকেল ৩টা ০৮ মিনিটে সংসদের কার্যক্রম শুরু হয়। অধিবেশনের শুরুতে সভাপতিমণ্ডলী মনোনয়ন ও শোকপ্রস্তাবসহ দিনের নির্ধারিত কার্যসূচি গ্রহণ করা হয়।

শোকপ্রস্তাবে প্রয়াত ব্যক্তিদের স্মরণে তাঁদের প্রতি শ্রদ্ধা জানানো হয়। এ সময় তাঁদের বিদেহী আত্মার মাগফিরাত কামনায় এক মিনিট নীরবতা পালন করা হয় এবং বিশেষ মোনাজাত অনুষ্ঠিত হয়।

সংসদ সচিবালয়ের তথ্য অনুযায়ী, এবারের অধিবেশন আগামী ১৮ নভেম্বর পর্যন্ত চলার সিদ্ধান্ত রয়েছে। অধিবেশনে প্রধানমন্ত্রীর জন্য ১৭৪টি এবং অন্যান্য মন্ত্রীর জন্য ৩ হাজার ৫৭৭টিসহ মোট ৩ হাজার ৭৫১টি প্রশ্ন জমা পড়েছে। এ ছাড়া জরুরি জন-গুরুত্বসম্পন্ন বিষয়ে মনোযোগ আকর্ষণের ৯২টি নোটিশ এবং সিদ্ধান্ত প্রস্তাবের ২৮১টি নোটিশ পাওয়া গেছে।

অধিবেশনে নিয়মিত সংসদীয় কার্যক্রমের পাশাপাশি বিভিন্ন গুরুত্বপূর্ণ বিষয়ে আলোচনা ও আইন প্রণয়নসংক্রান্ত কার্যক্রম অনুষ্ঠিত হওয়ার কথা রয়েছে।



১২ দফা দাবীতে ঢাকা অটো রিকশা চালকদের সড়ক অবরোধ, ভোগান্তিতে যাত্রীরা

নিজস্ব প্রতিবেদক:

১২ দফা দাবিতে রাজধানীর জাতীয় প্রেসক্লাবের সামনে সড়ক অবরোধ করে বিক্ষোভ করেছেন ব্যাটারিচালিত অটোরিকশাচালকরা। সোমবার (৯ নভেম্বর) দুপুর ১২টার দিকে তাঁরা সড়কে অবস্থান নিয়ে এ কর্মসূচি পালন করেন।

এর আগে সকাল থেকেই রাজধানীর বিভিন্ন এলাকা থেকে মিছিল নিয়ে অটোরিকশাচালকরা জাতীয় প্রেসক্লাবের সামনে জড়ো হতে থাকেন। তাঁদের কর্মসূচির কারণে রাজধানীর বিভিন্ন সড়কে ব্যাটারিচালিত অটোরিকশার চলাচল কমে যায়। এতে শিক্ষার্থী, কর্মজীবী মানুষসহ সাধারণ যাত্রীরা ভোগান্তিতে পড়েন।

আন্দোলনকারীদের প্রধান দাবিগুলোর মধ্যে রয়েছে—ব্যাটারিচালিত অটোরিকশার জন্য বিআরটিএর মাধ্যমে লাইসেন্স প্রদান, চালকদের ট্রাফিড়ি লাইসেন্স নিশ্চিত করা, যৌক্তিক রুট পারমিট দেওয়া এবং সম্পত্তি জারি করা ই-রিকশা চলাচল নীতিমালার প্রমিকস্বার্থবিরোধী ধারা সংশোধন।

এ ছাড়া অটোরিকশা আটক ও জরিমানা বন্ধ, পুলিশি হয়রানি বন্ধ, চার্জিংয়ের বৈধ বিদ্যুৎ সংযোগ নিশ্চিত করা, প্রমিকদের সামাজিক নিরাপত্তা ও বকেয়া ট্রাফ পাওনার দাবিও জানিয়েছেন তাঁরা।

সমাবেশ শেষে প্রধানমন্ত্রী বরাবর স্মারকলিপি দেওয়ার কর্মসূচি রয়েছে বলে জানিয়েছে আন্দোলনকারী সংগঠন।

এদিকে আন্দোলনে অংশ না নিয়ে অটোরিকশা চালানোর কারণে কয়েকজন চালককে বাধা দেওয়া এবং কিছু অটোরিকশার বৈদ্যুতিক সংযোগের তার ছিঁড়ে দেওয়ার অভিযোগও উঠেছে।

অন্যদিকে, যেকোনো ধরনের বিশৃঙ্খলা এড়াতে জাতীয় প্রেসক্লাব এলাকায় অতিরিক্ত পুলিশ মোতায়েন করা হয়েছে বলে জানিয়েছে পুলিশ।



বেগমগঞ্জে জমি নিয়ে বিরোধে ছুরিকাঘাতে যুবক ,ভগ্নিপতি গুরুতর আহত

নোয়াখালী প্রতিনিধি:

নোয়াখালীর বেগমগঞ্জে জমির সীমানা প্রাচীর ভাঙাকে কেন্দ্র করে বিরোধের জেরে ছুরিকাঘাতে শহীদুল ইসলাম মোনা (২২) নামে এক যুবক নিহত হয়েছেন। এ ঘটনায় তাঁর ভগ্নিপতি আবদুল্লাহ আল মামুন গুরুতর আহত হয়েছেন।

রোববার (৮ নভেম্বর) রাত আনুমানিক সাড়ে ১১টার দিকে উপজেলার হাজীপুর ইউনিয়নের ৬ নম্বর ওয়ার্ডের করইতলা গ্রামের নাদু মুহুরী বাড়িতে এ ঘটনা ঘটে। নিহত মোনা ওই বাড়ির আব্দুল খালেক ভুলু মিয়ার ছেলে।

স্থানীয়দের সঙ্গে কথা বলে জানা যায়, জমির সীমানা প্রাচীর ভাঙাকে কেন্দ্র করে একই বাড়ির কয়েকজনের সঙ্গে মোনার বিরোধ সৃষ্টি হয়। এ নিয়ে কথা-কাটাকাটির একপর্যায়ে সংঘর্ষে জড়িয়ে পড়েন উভয় পক্ষ। এতে মোনা ও তাঁর ভগ্নিপতি আবদুল্লাহ আল মামুন ছুরিকাঘাতে গুরুতর আহত হন।

স্থানীয়দের অভিযোগ, এ ঘটনায় একই বাড়ির আরমান হোসেন রিমন, আবুল হোসেন ও মো. আবুল কাশেম জড়িত রয়েছেন।

পরে স্থানীয়রা আহত দুজনকে উদ্ধার করে নোয়াখালী ২৫০ শয্যাবিশিষ্ট জেনারেল হাসপাতালে নিয়ে যান। সেখানে কর্তব্যরত চিকিৎসক শহীদুল ইসলাম মোনাকে মৃত ঘোষণা করেন। গুরুতর আহত আবদুল্লাহ আল মামুনের শারীরিক অবস্থার অবনতি হওয়ায় তাঁকে উন্নত চিকিৎসার জন্য ঢাকা মেডিকেল কলেজ হাসপাতালে পাঠানো হয়েছে।

বেগমগঞ্জ মডেল থানার ভারপ্রাপ্ত কর্মকর্তা (ওসি) মোহাম্মদ শামসুজ্জামান জানান, ঘটনার খবর পেয়ে পুলিশ ঘটনাস্থলে পাঠানো হয়েছে। এ ঘটনায় মামলা দায়েরের প্রক্রিয়া চলছে। অভিযুক্তদের গ্রেপ্তারে পুলিশের অভিযান অব্যাহত রয়েছে।



১ম ধাপে ১ হাজার ৫০ ইউনিয়নে ভোট,ইভিএম ব্যবহার করবেন না ইসি

প্রথম ধাপে ১ হাজার ৫০ ইউনিয়নে ভোট, ইভিএম ব্যবহার করবে না ইসি

নিজস্ব প্রতিবেদক

দেশজুড়ে ইউনিয়ন পরিষদ নির্বাচন আয়োজনের প্রস্তুতি শুরু করেছে নির্বাচন কমিশন (ইসি)। প্রথম ধাপে ১ হাজার ৫০টি ইউনিয়ন পরিষদে ভোটগ্রহণের পরিকল্পনা রয়েছে। এ ধাপে উপজেলা সদর এলাকার ইউনিয়নগুলোকে অগ্রাধিকার দেওয়া হবে বলে জানিয়েছেন নির্বাচন কমিশনের সিনিয়র সচিব আখতার আহমেদ।

রোববার (৮ নভেম্বর) নির্বাচন কমিশন সচিবালয়ে সাংবাদিকদের সঙ্গে আলাপকালে তিনি এ তথ্য জানান

ইসি সচিব বলেন, পর্যায়ক্রমে দেশের ইউনিয়ন পরিষদগুলোতে নির্বাচন আয়োজন করা হবে। প্রথম ধাপে ১ হাজার ৫০টি ইউনিয়নে ভোট নেওয়ার পরিকল্পনা রয়েছে। এ ক্ষেত্রে উপজেলা সদর এলাকার ইউনিয়নগুলোকে অগ্রাধিকার দেওয়া হচ্ছে।

আসন্ন ইউনিয়ন পরিষদ নির্বাচনে ইলেকট্রনিক ভোটিং মেশিন (ইভিএম) ব্যবহার করা হবে না বলেও জানান তিনি। ফলে ভোটগ্রহণ হবে প্রচলিত ব্যালট পদ্ধতিতে। তবে নির্বাচন কমিশনের কাছে থাকা ইভিএম মেশিনগুলোর ভবিষ্যৎ ব্যবস্থাপনা বা নিষ্পত্তির বিষয়ে এখনো চূড়ান্ত সিদ্ধান্ত হয়নি।

এদিকে নাগরিকদের তথ্য সংরক্ষণের পরিধি বাড়ানোর পরিকল্পনাও করছে নির্বাচন কমিশন। এ পরিকল্পনার অংশ হিসেবে ছয় বছর বয়স থেকেই নাগরিকদের ব্যক্তিগত তথ্য সংগ্রহের বিষয়টি বিবেচনা করা হচ্ছে বলে জানান ইসি সচিব। এর মাধ্যমে নাগরিকদের তথ্য ব্যবস্থাপনা ও সেবা কার্যক্রম আরও সমন্বিত করার লক্ষ্য রয়েছে।

তবে প্রথম ধাপের নির্বাচনের নির্দিষ্ট তারিখ, তফসিল কিংবা মনোনয়নপত্র জমা ও প্রত্যাহারের সময়সূচি এখনো ঘোষণা করা হয়নি। এসব বিষয়ে নির্বাচন কমিশনের পরবর্তী সিদ্ধান্তের অপেক্ষায় রয়েছেন সম্ভাব্য প্রার্থী ও সংশ্লিষ্টরা।



নোয়াখালীতে ৭ বছরের শিশুর মরদেহ উদ্ধার, ধর্ষণের পর হত্যার সন্দেহ

নিজস্ব প্রতিবেদক | নোয়াখালী

নোয়াখালী সদর উপজেলার চরমটুয়া ইউনিয়নের মহাতাপুর গ্রামে নুহা আক্তার (৭) নামে এক শিশুর মরদেহ উদ্ধার করেছে পুলিশ। সোমবার (৯ নভেম্বর) বিকেলে মহাতাপুর নূরানী মাদ্রাসার সামনের একটি সড়ক থেকে তার মরদেহ উদ্ধার করা হয়।

নিহত নুহা আক্তার ওই এলাকার মো. শাহাদাত হোসেন সুমন ও মৌসুমি আক্তারের মেয়ে। সে স্থানীয় মহাতাপুর তালিমুর কুরআন নুরানী ও হাফেজী মাদ্রাসার দ্বিতীয় জামাতের শিক্ষার্থী ছিল।

স্থানীয়দের ধারণা, শিশুটিকে শারীরিক নির্যাতন বা ধর্ষণের পর হত্যা করা হয়ে থাকতে পারে। তবে এ বিষয়ে এখনো নিশ্চিত কোনো তথ্য পাওয়া যায়নি।

সুধারাম মডেল থানার ভারপ্রাপ্ত কর্মকর্তা (ওসি) নজরুল ইসলাম জানান, শিশুটির মরদেহ ময়নাতদন্তের জন্য ২৫০ শয্যাবিশিষ্ট নোয়াখালী জেনারেল হাসপাতালে পাঠানো হয়েছে। এ ঘটনায় তদন্ত চলছে।

ময়নাতদন্তের প্রতিবেদন ও তদন্তের পর শিশুটির মৃত্যুর প্রকৃত কারণ জানা যাবে বলে আশা করা হচ্ছে।

শিল্পাঞ্চলের নিরাপত্তায় ৩ জেলায় ৩৪ প্লাটুন বিজিবি, ১০ প্লাটুন আনসার মোতায়েন

নিজস্ব প্রতিবেদক:

চলমান শ্রমিক অসন্তোষের প্রেক্ষাপটে শিল্পাঞ্চলের নিরাপত্তা জোরদার করেছে আইনশৃঙ্খলা রক্ষাকারী বাহিনী। এর অংশ হিসেবে ঢাকা, গাজীপুর ও নারায়ণগঞ্জের বিভিন্ন গুরুত্বপূর্ণ শিল্পাঞ্চলে ৩৪ প্লাটুন বর্ডার গার্ড বাংলাদেশ (বিজিবি) মোতায়েন করা হয়েছে। পাশাপাশি গাজীপুর ও নারায়ণগঞ্জে দায়িত্ব পালন করছেন আরও ১০ প্লাটুন আনসার ব্যাটালিয়ন সদস্য।

সোমবার (৯ নভেম্বর) বিজিবি সদর দপ্তর ও বাংলাদেশ আনসার ও গ্রাম প্রতিরক্ষা বাহিনীর পৃথক সংবাদ বিজ্ঞপ্তিতে এ তথ্য জানানো হয়।

বিজিবি জানায়, ঢাকা জেলার সাভার, আশুলিয়া ও মিরপুর; নারায়ণগঞ্জের শিবু মার্কেট, জালকুড়ি, বিসিক শিল্পনগরী, চাষাঢ়া, কাঁচপুর ও শিমরাইল এবং গাজীপুরের চন্দ্রা, কালিয়াকৈর, পল্লী বিদ্যুৎ, মৌচাক, নাওজোর, ভোগড়া বাইপাস, গাছা ও সালনাসহ বিভিন্ন গুরুত্বপূর্ণ এলাকায় সদস্যরা দায়িত্ব পালন করছেন।

অন্যদিকে আনসার বাহিনীর ১০ প্লাটুন সদস্যের মধ্যে গাজীপুরে ছয় প্লাটুন এবং নারায়ণগঞ্জে চার প্লাটুন মোতায়েন করা হয়েছে। তাঁরা শিল্পাঞ্চলের গুরুত্বপূর্ণ পয়েন্ট, মহাসড়ক ও কারখানার নিরাপত্তায় কাজ করছেন।



নিরাপত্তা কার্যক্রমের পাশাপাশি শিল্পাঞ্চলের পরিস্থিতি পর্যবেক্ষণে প্রযুক্তিনির্ভর নজরদারি চালাচ্ছে বিজিবি। ড্রোন, বডি-ওর্ন ক্যামেরা ও অন্যান্য ডিভাইসের মাধ্যমে পাওয়া সরাসরি ভিডিও সদর দপ্তরের মনিটরিং সেল থেকে পর্যবেক্ষণ করা হচ্ছে।

বিজিবি ও আনসার সদস্যরা স্থানীয় প্রশাসন এবং পুলিশের সঙ্গে সমন্বয় করে দায়িত্ব পালন করছেন। শিল্পাঞ্চলে শান্তি-শৃঙ্খলা বজায় রাখা, কারখানার স্বাভাবিক কার্যক্রম সচল রাখা এবং যেকোনো অনাকাঙ্ক্ষিত পরিস্থিতি মোকাবিলায় এ নিরাপত্তা ব্যবস্থা জোরদার করা হয়েছে।

🌐 VISIT:
noakhalikhabarexpress.com
📘 FOLLOW:
noakhalikhabarexpressbd
▶️ SUBSCRIBE:
@noakhalikhabarexpress

নতুন পাসপোর্ট ও এনআইডি জন্য আবেদন শেখ হাসিনার,ডিসেম্বরে দেশে ফেরার ইঙ্গিত



আন্তর্জাতিক ডেস্ক:

ভারতের নয়াদিল্লিতে অবস্থিত বাংলাদেশ হাইকমিশনে নতুন পাসপোর্ট ও জাতীয় পরিচয়পত্রের (এনআইডি) জন্য আবেদন করেছেন সাবেক প্রধানমন্ত্রী শেখ হাসিনা।

সোমবার (৯ নভেম্বর) বার্তা সংস্থা রয়টার্সের এক প্রতিবেদনে এ তথ্য জানানো হয়েছে। রয়টার্সের দেখা একটি চিঠির বরাতে বলা হয়, শেখ হাসিনার আইনজীবীরা তাঁর পক্ষে বাংলাদেশ হাইকমিশনে নতুন পাসপোর্ট ও এনআইডি ইস্যুর আবেদন করেছেন।

চিঠিতে উল্লেখ করা হয়েছে, অন্তর্বর্তী সরকার ও সংশ্লিষ্ট কর্তৃপক্ষ তাঁর আগের পাসপোর্ট ও জাতীয় পরিচয়পত্র বাতিল করেছে বলে তাঁদের ধারণা। এ অবস্থায় বাংলাদেশের নাগরিকত্বের ভিত্তিতে নতুন পরিচয়পত্র ও পাসপোর্ট ইস্যুর প্রয়োজনীয় ব্যবস্থা নিতে হাইকমিশনের প্রতি অনুরোধ জানানো হয়েছে।

প্রতিবেদনে আরও বলা হয়, শেখ হাসিনা আগামী ডিসেম্বর মাসে বাংলাদেশে ফেরার পরিকল্পনার কথা জানিয়েছেন। দেশে ফিরে আদালতে আত্মসমর্পণ করার ইচ্ছার কথাও তিনি রয়টার্সকে জানিয়েছেন। তাঁর দেশে ফেরার নির্দিষ্ট তারিখ প্রয়োজনীয় আনুষ্ঠানিকতা সম্পন্ন হওয়ার পর জানানো হবে বলে তাঁর সহযোগীরা জানিয়েছেন।

২০২৪ সালের আগস্টে ছাত্র-জনতার আন্দোলনের মুখে ক্ষমতাচ্যুত হওয়ার পর থেকে তিনি ভারতে অবস্থান করছেন। তাঁর সম্ভাব্য প্রত্যাবর্তনকে ঘিরে বাংলাদেশের রাজনৈতিক ও আইনি অঙ্গনে নতুন আলোচনা তৈরি হয়েছে।

সূত্র: বার্তা সংস্থা রয়টার্স।



সেনবাগে অবৈধভাবে মাটি পরিবহন, ট্রাক্টর চালককে ১৫ হাজার টাকা জরিমানা

সেনবাগ প্রতিনিধি:

নোয়াখালীর সেনবাগে অবৈধভাবে মাটি পরিবহনের দায়ে এক ট্রাক্টর চালককে ১৫ হাজার টাকা জরিমানা করেছে ভ্রাম্যমাণ আদালত।

রোববার (৮ নভেম্বর) রাতে উপজেলার ছাতারপাইয়া ইউনিয়নে এ অভিযান পরিচালনা করা হয়।

অবৈধভাবে মাটি পরিবহনের দায়ে সংশ্লিষ্ট ট্রাক্টর চালকের বিরুদ্ধে এ অর্থদণ্ড দেওয়া হয়।

এ ধরনের অবৈধ মাটি পরিবহন ও পরিবেশের ক্ষতি রোধে প্রশাসনের অভিযান অব্যাহত রাখার প্রত্যাশা করছেন স্থানীয়রা

"সত্যের সন্ধানে অবিচল"

নোয়াখালী খবর এক্সপ্রেস

NOAKHALI KHABAR EXPRESS

Noakhali Khabar Express

নোয়াখালী

অনলাইন দৈনিক ই-পেপার | দ্বিতীয় পৃষ্ঠা | মঙ্গলবার, ১০ নভেম্বর ২০২৬ | www.noakhalikhabarexpress.com



কোম্পানিগন্জে মাদ্রাসা ছাত্র মৃত্যু ঘিরে রহস্য, শরীরের আঘাতের চিহ্ন

কোম্পানীগঞ্জ প্রতিনিধি:
নোয়াখালীর কোম্পানীগঞ্জে আরফাত হোসেন ওরফে আদিব (১০) নামে এক মাদরাসাছাত্রের মৃত্যু ঘিরে রহস্যের সৃষ্টি হয়েছে। শিশুটির শরীরের বিভিন্ন স্থানে আঘাতের চিহ্ন পাওয়ার কথা জানিয়েছে পুলিশ। মৃত্যুর প্রকৃত কারণ জানতে মরদেহ ময়নাতদন্তের জন্য পাঠানো হয়েছে।
সোমবার (৯ নভেম্বর) সকালে উপজেলার সিরাজপুর ইউনিয়নের ৮ নম্বর ওয়ার্ডের শাহজাদপুর গ্রামের ইয়াকুব আলী মাঝি বাড়িতে নিজ বাসায় শিশুটির মৃত্যু হয়। পরে বিকেলে পুলিশ ঘটনাস্থলে গিয়ে মরদেহ উদ্ধার করে।
নিহত আদিব একই বাড়ির মো. সাহাব উদ্দিনের ছেলে। সে স্থানীয় দারুস সালাম মডেল মাদরাসার হিফজ বিভাগের শিক্ষার্থী ছিল।
স্থানীয় সূত্রে জানা যায়, গত ১৬ অক্টোবর মাদরাসার এক শিক্ষকের বিরুদ্ধে আদিবকে মারধরের অভিযোগ ওঠে। এ ঘটনার পর শিশুটির শরীরে আঘাতের চিহ্ন দেখা যায় বলে মাদরাসা কর্তৃপক্ষকে জানান পরিবারের সদস্যরা। বিষয়টি জানার পর মাদরাসার পরিচালক দেলোয়ার হোসেন শিশুটির বাড়িতে গিয়ে বৌজখবর নেন এবং চিকিৎসার জন্য আর্থিক সহায়তাও করেন।
এদিকে নিহতের বাবা সাহাব উদ্দিন জানিয়েছেন, তাঁর ছেলে আগে থেকেই বিভিন্ন শারীরিক সমস্যায় ভুগছিল। চিকিৎসকেরা তাকে রক্তশূন্যতার কথা জানিয়েছিলেন। তবে আর্থিক সংকটের কারণে নিয়মিত চিকিৎসা চালিয়ে যাওয়া সম্ভব হয়নি। ছেলের মৃত্যুর ঘটনায় তিনি মাদরাসার শিক্ষককে দায়ী করছেন না বলেও জানিয়েছেন।
অন্যদিকে মাদরাসার পরিচালক দেলোয়ার হোসেন জানান, শিক্ষকের শাসনের পর শিশুটির শরীরে বেতের আঘাতের দাগ দেখতে পেয়েছিলেন। বিষয়টি নিয়ে সংশ্লিষ্ট শিক্ষককে ভর্ৎসনাও করেছিলেন তিনি। তবে শিশুটি অন্য রোগেও আক্রান্ত ছিল বলে দাবি করেন তিনি।
কোম্পানীগঞ্জ থানার ভারপ্রাপ্ত কর্মকর্তা (ওসি) মো. হাবীবুর রহমান জানান, শিশুটির পা ও ঘাড়ে আঘাতের চিহ্ন পাওয়া গেছে। মৃত্যুর কারণ নিয়ে বিভিন্ন বক্তব্য সামনে আসায় প্রকৃত ঘটনা উদ্ঘাটনে মরদেহ উদ্ধার করে ময়নাতদন্তের জন্য নোয়াখালী ২৫০ শয্যাবিশিষ্ট জেনারেল হাসপাতালের মর্গে পাঠানো হয়েছে।
ময়নাতদন্তের প্রতিবেদন পাওয়ার পর শিশুটির মৃত্যুর প্রকৃত কারণ জানা যাবে। সে অনুযায়ী পরবর্তী আইনগত ব্যবস্থা নেওয়া হবে বলে জানিয়েছে পুলিশ।



১০ নভেম্বর দেশব্যাপী ধর্মঘটের ডাক ছাত্রলীগের, আট দফা দাবি ঘোষণা

নিজস্ব প্রতিবেদক:
আট দফা দাবি আদায়ের লক্ষ্যে ১০ নভেম্বর দেশব্যাপী সর্বাত্মক ধর্মঘটের ডাক দিয়েছে বাংলাদেশ ছাত্রলীগ।
রোববার (৮ নভেম্বর) সংগঠনটির কেন্দ্রীয় নির্বাহী সংসামের পক্ষ থেকে প্রকাশিত এক বিজ্ঞপ্তিতে এ কর্মসূচি ঘোষণা করা হয়।
ঘোষিত দাবিগুলোর মধ্যে রয়েছে শেখ হাসিনার বিরুদ্ধে আন্তর্জাতিক অপরাধ ট্রাইব্যুনালের রায় বাতিল, আওয়ামী লীগ ও ছাত্রলীগের ওপর আরোপিত নিষেধাজ্ঞা প্রত্যাহার, রাজনৈতিক মামলায় আটক ব্যক্তিদের মুক্তি এবং শিক্ষার্থীদের শিক্ষা ও আবাসনের অধিকার নিশ্চিত করা।
এ ছাড়া বিদ্যুৎ, গ্যাস, পানি ও নিত্যপ্রয়োজনীয় পণ্যের দাম কমানো, পোশাকশ্রমিকদের ন্যূনতম মজুরি ৩০ হাজার টাকা নির্ধারণ, সরকারি চাকরিতে নিয়োগে হয়রানি বন্ধ এবং শিক্ষা খাতে জিডিপির ৬ শতাংশ বরাদ্দের দাবিও জানানো হয়েছে।
বিজ্ঞপ্তিতে ১০ নভেম্বরের কর্মসূচি চলাকালে শিক্ষাপ্রতিষ্ঠান, দোকানপাট, শিল্পকারখানা, সরকারি-বেসরকারি অফিস, ব্যাংক ও আদালতের কার্যক্রম বন্ধ রাখা এবং বাস, ট্রাক, ট্রেন ও লঞ্চ চলাচল বন্ধ রাখার আহ্বান জানানো হয়েছে।
তবে অ্যাম্বুলেন্স, ফায়ার সার্ভিস ও সংবাদমাধ্যমকে জরুরি সেবা হিসেবে কর্মসূচির আওতামুক্ত রাখার কথা উল্লেখ করা হয়েছে।
এদিকে ঘোষিত কর্মসূচিকে ঘিরে দেশের বিভিন্ন স্থানে জনজীবন ও যান চলাচলের পরিস্থিতির দিকে নজর রয়েছে।

দেশের আজ যে দামে বিক্রি হচ্ছে স্বর্ণ



অর্থনীতি ডেস্ক
দেশের বাজারে স্বর্ণের দামে সর্বশেষ সমন্বয়ের পর নতুন কোনো পরিবর্তন আসেনি। বাংলাদেশ জুয়েলার্স অ্যাসোসিয়েশন (বাজুস) নির্ধারিত সর্বশেষ দর অনুযায়ী, মঙ্গলবার (১০ নভেম্বর) বিক্রি হচ্ছে স্বর্ণ।
বাজুসের নির্ধারিত মূল্য অনুযায়ী, ২২ ক্যারেটের প্রতি ভরি স্বর্ণের দাম ২ লাখ ২৬ হাজার ৯২০ টাকা। এ ছাড়া ২১ ক্যারেটের প্রতি ভরি ২ লাখ ১৬ হাজার ৭১৭ টাকা, ১৮ ক্যারেটের প্রতি ভরি ১ লাখ ৮৬ হাজার ৯৯ টাকা এবং সনাতন পদ্ধতির প্রতি ভরি স্বর্ণের দাম ১ লাখ ৫২ হাজার ৪০ টাকা।
এর আগে গত ৯ নভেম্বর ভরিতে ২ হাজার ৭৪১ টাকা কমিয়ে স্বর্ণের নতুন দাম নির্ধারণ করে বাজুস। এরপর থেকে নতুন কোনো মূল্য পরিবর্তনের ঘোষণা আসেনি।
উল্লেখ্য, স্বর্ণের নির্ধারিত দামের সঙ্গে অলংকার তৈরির মজুরি ও প্রযোজ্য ৫ শতাংশ ভ্যাট যুক্ত হতে পারে। তাই স্বর্ণালংকার কেনার আগে ক্রেতাদের দোকান থেকে চূড়ান্ত মূল্য জেনে নেওয়ার পরামর্শ দেওয়া হচ্ছে।



টেস্ট ক্রিকেটে নতুন ইতিহাস, প্রথম বাংলাদেশি হিসেবে ৭ হাজার রান মুশফিকের

ক্রীড়া প্রতিবেদক:
বাংলাদেশের টেস্ট ক্রিকেটে নতুন ইতিহাস গড়েছেন অভিজ্ঞ ক্রিকেটার মুশফিকুর রহিম। দেশের প্রথম ব্যাটার হিসেবে টেস্ট ক্রিকেটে ৭ হাজার রানের মাইলফলক স্পর্শ করেছেন তিনি।
সোমবার (৯ নভেম্বর) সিলেট আন্তর্জাতিক ক্রিকেট স্টেডিয়ামে ওয়েস্ট ইন্ডিজের বিপক্ষে সিরিজের দ্বিতীয় টেস্টের পঞ্চম ও শেষ দিনে এ কীর্তি গড়েন মুশফিক।
বাংলাদেশের দ্বিতীয় ইনিংসে ২০তম ওভারে একটি সিঙ্গেল নিয়ে ব্যক্তিগত ৭ হাজার টেস্ট রান পূর্ণ করেন এই অভিজ্ঞ ব্যাটার। এর আগে প্রথম ইনিংসে তাঁর সংগ্রহ ছিল ৩৪ রান। মাইলফলক স্পর্শ করতে দ্বিতীয় ইনিংসে প্রয়োজন ছিল মাত্র ৯ রান।
মুশফিকের এই অর্জনের মধ্য দিয়ে বাংলাদেশের টেস্ট ক্রিকেটে নতুন একটি অধ্যায় যুক্ত হলো। ১০৭টি টেস্ট ম্যাচের ১৯৭টি ইনিংসে ব্যাট করে তিনি এই মাইলফলকে পৌঁছান।
বাংলাদেশের হয়ে টেস্টে সর্বোচ্চ রান সংগ্রাহকদের তালিকায় মুশফিকের পর রয়েছেন মুমিনুল হক। তাঁর সংগ্রহ ৫ হাজার ২৯০ রান। এরপর তামিম ইকবাল ৫ হাজার ১৩৪, সাকিব আল হাসান ৪ হাজার ৬০৯ এবং লিটন দাস ৩ হাজার ৫৫৭ রান নিয়ে অবস্থান করছেন।
২০০৫ সালে টেস্ট ক্রিকেটে অভিষেকের পর দীর্ঘ দুই দশকের বেশি সময় ধরে বাংলাদেশের ব্যাটিং লাইনআপে গুরুত্বপূর্ণ ভূমিকা রেখে চলেছেন মুশফিকুর রহিম। তাঁর এই অর্জন দেশের টেস্ট ক্রিকেটের ইতিহাসে স্মরণীয় হয়ে থাকবে।

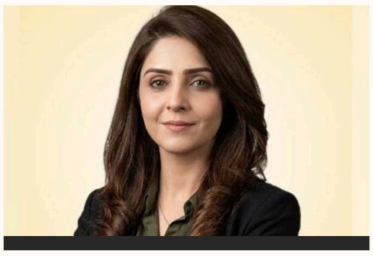


বিদেশে চিকিৎসার খরচে বড় সুবিধা, অনুমোদন ছাড়াই নেওয়া যাবে ৩০ হাজার ডলার

অর্থনীতি ডেস্ক:
বিদেশে চিকিৎসার ব্যয় মেটাতে বাংলাদেশ ব্যাংক বৈদেশিক মুদ্রা ব্যবহারের নিয়মে নতুন সুবিধা দিয়েছে। এখন থেকে নির্ধারিত শর্তে কেন্দ্রীয় ব্যাংকের পূর্বানুমোদন ছাড়াই চিকিৎসার জন্য সর্বোচ্চ ৩০ হাজার মার্কিন ডলার পাঠানোর সুযোগ পাবেন গ্রাহকরা।
সোমবার (৯ নভেম্বর) প্রকাশিত তথ্য অনুযায়ী, অনুমোদিত ডিলার ব্যাংকগুলোর মাধ্যমে এ সুবিধা নেওয়া যাবে।
বিদেশে চিকিৎসা নিতে আগ্রহী রোগীদের প্রক্রিয়া সহজ করা এবং প্রয়োজনীয় বৈদেশিক মুদ্রা ব্যবহারে জটিলতা কমানোই এ উদ্যোগের লক্ষ্য।



আন্তর্জাতিক বিরতিতে ব্রাজিলের দুই প্রীতি ম্যাচ
স্পোর্টস ডেস্ক
নভেম্বরের আন্তর্জাতিক ফুটবল বিরতিতে দুটি প্রীতি ম্যাচ খেলবে পাঁচবারের বিশ্বচ্যাম্পিয়ন ব্রাজিল। আগামী ১৪ নভেম্বর সিঙ্গাপুরে জাপানের মুখোমুখি হবে দলটি। এরপর ১৭ নভেম্বর স্বাগতিক সিঙ্গাপুরের বিপক্ষে মাঠে নামবে ব্রাজিল।
চেলসির তরুণ ফুটবলার এস্তেভাও উইলিয়ানও ব্রাজিলের দলে ডাক পেয়েছেন। বিশ্বকাপ-পরবর্তী সময়ে দল গোছানো ও খেলোয়াড়দের পারফরম্যান্স যাচাইয়ের ক্ষেত্রে ম্যাচ দুটি গুরুত্বপূর্ণ হতে পারে।



পাকিস্তানে টিভি সংবাদ উপস্থাপককে গুলি করে হত্যা, স্বামী আটক

আন্তর্জাতিক ডেস্ক:
পাকিস্তানের রাওয়ালপিন্ডিতে নিজ বাসায় গুলিবিদ্ধ হয়ে নিহত হয়েছেন টেলিভিশন সংবাদ উপস্থাপক রাবিয়া আহসান। এ ঘটনায় তাঁর স্বামী আহসান তারিরকে আটক করেছে পুলিশ।
রোববার (৮ নভেম্বর) রাওয়ালপিন্ডির গুলশানাবাদ এলাকার নিজ বাড়িতে এ ঘটনা ঘটে। নিহত রাবিয়া আহসানের বয়স ৪১ বছর। তিনি পাকিস্তানের ৯২ নিউজ চ্যানেলের সঙ্গে যুক্ত ছিলেন।
পুলিশের প্রাথমিক তথ্য অনুযায়ী, বাড়ির একটি কক্ষে গুলিবিদ্ধ অবস্থায় রাবিয়াকে পাওয়া যায়। পরে তাঁকে মৃত ঘোষণা করা হয়। ঘটনার সময় বাড়িতে তাঁর মা ও বোনও উপস্থিত ছিলেন বলে জানা গেছে।
পুলিশ জানিয়েছে, ঘটনার পর তাঁর স্বামীকে আটক করা হয়েছে। তদন্তের স্বার্থে ঘটনাস্থল থেকে একটি ৩০ বোরের পিস্তল ও গুলি উদ্ধার করা হয়েছে। প্রাথমিক জিজ্ঞাসাবাদে স্বামী দাবি করেছেন, অসাবধানতাবশত আগ্নেয়াস্ত্র থেকে গুলি বের হয়ে এ ঘটনা ঘটেছে।
এদিকে নিহতের ভাইয়ের অভিযোগের ভিত্তিতে স্বামীর বিরুদ্ধে হত্যা মামলা দায়ের করা হয়েছে। পুলিশ জানিয়েছে, ঘটনার প্রকৃত কারণ ও পরিস্থিতি উদ্‌ঘাটনে তদন্ত চলছে।
রাবিয়া আহসান দুই কন্যাসন্তানের জননী ছিলেন। তাঁর মৃত্যুতে পাকিস্তানের সাংবাদিক ও গণমাধ্যমকর্মীদের মধ্যে শোকের ছায়া নেমে এসেছে।
সূত্র: পাকিস্তানি সংবাদমাধ্যম।



নোয়াখালীতে ডিএনসি-এসআরবির যৌথ অভিযান ব্রাহ্মণ বাড়িয়া থেকে গাঁজা এনে আটক বজরার দুই মাদক কারবারি ...

নোয়াখালীতে মাদকদ্রব্য নিয়ন্ত্রণ অধিদপ্তর জেলা কার্যালয় নোয়াখালী এবং এসআরবি-১১ সিপিসি-০ নোয়াখালী যৌথভাবে অভিযান পরিচালনা করে ১৪ কেজি গাঁজা সহ দুই মাদক কারবারিকে আটক করে সোনাইমুড়ী থানাধীন ভানুয়াই এলাকাস্থ দারুর রাশাদ ইসলামিয়া মাদরাসা এর পূর্ব পাশে কুমিল্লা-নোয়াখালী আঞ্চলিক মহা সড়কের উপর সিলেট টু নোয়াখালীগামী ঢাকা মেট্রো-ব-১০-০১০৭ নং সাগরিকা নামীয় যাত্রীবাহী বাসের ভিতর গ্রেফতার কৃত আসামি (১) আলমগীর হোসেন (০৫) পিতা: মোঃ দুলাল, মাতা: মৃত, সায়েরা খাতুন, স্থায়ী ঠিকানা: বজরা (আকরাম আলীর বাড়ী), ওয়ার্ড নং-০৭, ইউপি- ০৭নং বজরা, থানা: সোনাইমুড়ী, জেলা: নোয়াখালী (২) মোঃ জীবন (২২) পিতাঃ হারুন, মাতা: বিউটি বেগম, স্থায়ী ঠিকানা: বজরা (শাহী মসজিদের পশ্চিম পাশে শাহ আলম এর নতুন বাড়ী), ওয়ার্ড নং-০৭, ইউপি-০৭নং বজরা, থানা: সোনাইমুড়ী, জেলা:নোয়াখালীদের কাছে ১৪ (চৌদ্দ) কেজি গাঁজা।
মাদক ব্যবসায় ব্যবহৃত বাটন মোবাইল সেট ০১ (এক) টি
মাদকদ্রব্য নিয়ন্ত্রণ আইন, ২০১৮ সনের ৩৬ (১) সারণির ১৯(খ)/৪১ গ্রেফতার কৃত আসামি আলমগীর হোসেন (০৫) গংদের বিরুদ্ধে হাবিবুর রহমান উপপরিদর্শক, ডিএনসি, নোয়াখালী বাদী হয়ে সোনাইমুড়ী থানায় একটি নিয়মিত মামলা দায়ের করেন .....



লক্ষ্মীপুরে নিয়ন্ত্রণ হারিয়ে বাস উল্টে নিহত ০, সাংবাদিকসহ আহত ১৫

লক্ষ্মীপুর প্রতিনিধি
লক্ষ্মীপুরের চন্দ্রগঞ্জে নিয়ন্ত্রণ হারিয়ে যাত্রীবাহী আনন্দ পরিবহনের একটি বাস উল্টে নারীসহ তিনজন নিহত হয়েছেন। এ ঘটনায় সাংবাদিকসহ অন্তত ১৫ জন আহত হয়েছেন। সোমবার (৯ নভেম্বর) বেলা সাড়ে ১১টার দিকে লক্ষ্মীপুর-নোয়াখালী মহাসড়কের চন্দ্রগঞ্জ থানার চরচামিতা এলাকায় এ দুর্ঘটনা ঘটে।
নিহতরা হলেন—চন্দ্রগঞ্জ এলাকার বাবুল (৬৫), চাঁদপুরের ফরিদগঞ্জ উপজেলার রূপসা বাজার এলাকার মানছুরা বেগম (৫০) এবং রামগতি উপজেলার চরসিতা জমিদারহাট এলাকার আশিক (২৫)।
প্রত্যক্ষদর্শী ও স্থানীয় সূত্রে জানা যায়, চৌমুহনী থেকে লক্ষ্মীপুরগামী আনন্দ পরিবহনের বাসটি চরচামিতা এলাকায় পৌঁছালে দ্রুতগতিতে অন্য একটি গাড়িকে ওভারটেক করতে গিয়ে নিয়ন্ত্রণ হারিয়ে সড়কে উল্টে যায়। এতে ঘটনাস্থলেই তিনজনের মৃত্যু হয় এবং অন্তত ১৫ জন আহত হন।
আহতদের উদ্ধার করে লক্ষ্মীপুর সদর হাসপাতালসহ বিভিন্ন হাসপাতালে নেওয়া হয়। তাঁদের মধ্যে কয়েকজনের অবস্থা গুরুতর হওয়ায় উন্নত চিকিৎসার জন্য নোয়াখালী ও ঢাকায় পাঠানো হয়েছে।
আহতদের মধ্যে দৈনিক মুক্তির লড়াই পত্রিকার বেগমগঞ্জ প্রতিনিধি পলাশ উদ্দিনও রয়েছেন। দুর্ঘটনায় তাঁর হাতের কনুই ভেঙে গেছে বলে জানা গেছে।
চন্দ্রগঞ্জ হাইওয়ে থানার ভারপ্রাপ্ত কর্মকর্তা মো. আদেল আকবর তিনজন নিহত ও অন্তত ১৫ জন আহত হওয়ার বিষয়টি নিশ্চিত করেছেন। দুর্ঘটনার কারণ তদন্ত করে প্রয়োজনীয় ব্যবস্থা নেওয়া হবে বলে জানিয়েছে পুলিশ।



মিশরের কোচের দায়িত্ব হারালেন হোসাম হাসান
স্পোর্টস ডেস্ক
মিশ জাতীয় ফুটবল দলের প্রধান কোচের দায়িত্ব হারিয়েছেন হোসাম হাসান। ব্যক্তিগত জীবন ঘিরে একাধিক বিতর্কের প্রভাব দলের ওপর পড়েছে—এমন ব্যাখ্যা দিয়ে ৮ নভেম্বর তাঁকে দায়িত্ব থেকে সরিয়ে দেওয়ার কথা জানিয়েছে মিশরীয় ফুটবল অ্যাসোসিয়েশন।
বিশ্বকাপে দলকে নেতৃত্ব দেওয়া এই কোচের বিদায় আন্তর্জাতিক ফুটবলে আলোচনার জন্ম দিয়েছে। তবে নতুন কোচ হিসেবে কাকে দায়িত্ব দেওয়া হবে, সে বিষয়ে পরবর্তী সিদ্ধান্তের অপেক্ষায় রয়েছে ফুটবল সমর্থকরা।



ষ্টিয়ায় এসএসসি পরীক্ষার্থীকে ছুরিকাঘাত, অভিযুক্ত স্কুলছাত্র ইমন প্তার

জস্ব প্রতিবেদক:
ষ্টিয়া শহরে দীর্ঘদিন ধরে উত্ত্যক্ত করার প্রতিবাদ করায় জাকিয়া সুলতানা ৬) নামে এক এসএসসি পরীক্ষার্থীকে ছুরিকাঘাতের অভিযোগ উঠেছে ন নামে এক স্কুলছাত্রের বিরুদ্ধে। এ ঘটনায় অভিযুক্ত ইমনকে গ্রেপ্তার রেছে পুলিশ।
ামবার (৯ নভেম্বর) দুপুর ১টা ১০ মিনিটের দিকে শহরের থানা পাড়া লাকার ক্রিসেন্ট ক্লাবের কাছে নিজ বাসার সামনে এ হামলার ঘটনা ঘটে।
াকিয়া কুষ্টিয়া মিশন মাধ্যমিক বিদ্যালয়ের দশম শ্রেণির শিক্ষার্থী। স্কুল কে ফিরে বাসার গেট খোলার অপেক্ষায় দাঁড়িয়ে থাকা অবস্থায় পেছন কে এসে তাকে ধারালো ছুরি দিয়ে একাধিকবার আঘাত করে ইমন। পরে নীয়রা তাকে উদ্ধার করে কুষ্টিয়া ২৫০ শয্যাবিশিষ্ট জেনারেল হাসপাতালে র্তি করেন।
রিবারের অভিযোগ, ইমন দীর্ঘদিন ধরে জাকিয়াকে বিভিন্নভাবে উত্ত্যক্ত রে আসছিল। বিষয়টি অভিযুক্তের পরিবারের সদস্যদের জানানোর পর ছুদিন বিরত থাকলেও পরে এ হামলার ঘটনা ঘটে।
কিৎসকদের বরাত দিয়ে জানা গেছে, জাকিয়ার শরীরের বিভিন্ন স্থানে াঘাত রয়েছে। তবে চিকিৎসাধীন অবস্থায় সে আশঙ্কামুক্ত রয়েছে।
দিকে মঙ্গলবার (১০ নভেম্বর) রাত ১টার দিকে কুষ্টিয়া সদর উপজেলার টিকাবাড়ি এলাকা থেকে অভিযুক্ত ইমনকে গ্রেপ্তার করেছে পুলিশ। কুষ্টিয়া ডল থানার ভারপ্রাপ্ত কর্মকর্তা জাকির হোসেন গ্রেপ্তারের বিষয়টি নিশ্চিত রেছেন।

ফেনীতে ৫ ফার্মেসিকে ২৭ হাজার টাকা জরিমানা, মেয়াদোত্তীর্ণ ও অনিবন্ধিত ওষুধ জব্দ

ফেনী প্রতিনিধি:
ফেনী শহরের ট্রাংক রোড এলাকায় অভিযান চালিয়ে পাঁচটি ওষুধের দোকানকে মোট ২৭ হাজার টাকা জরিমানা করেছেন ভ্রাম্যমাণ আদালত। লাইসেন্স ছাড়া ব্যবসা পরিচালনা, অনিবন্ধিত ওষুধ বিক্রির উদ্দেশ্যে সংরক্ষণ এবং মেয়াদোত্তীর্ণ ওষুধ রাখার অভিযোগে এ জরিমানা করা হয়।
সোমবার (৯ নভেম্বর) দুপুর সাড়ে ১২টার দিকে ফেনী সদর উপজেলা নির্বাহী কর্মকর্তা ও নির্বাহী ম্যাজিস্ট্রেট সুলতানা নাসরিন কান্তার নেতৃত্বে এ অভিযান পরিচালিত হয়। এতে সহযোগিতা করে ঔষধ প্রশাসন অধিদপ্তর, ফেনী।
অভিযানে এম রহমান মেডিকেল স্টোর, ঢাকা ফার্মেসি, সোলেমান মেডিকেল হল, দৌলত ট্রেডিং কর্পোরেশন ও লিংক ফার্মেসিতে বিভিন্ন অনিয়ম পাওয়া যায়।
পরে ঔষধ ও কসমেটিকস আইন, ২০২০ অনুযায়ী লিংক ফার্মেসিকে ১০ হাজার, ঢাকা ফার্মেসিকে ২ হাজার এবং বাকি তিনটি প্রতিষ্ঠানকে প্রত্যেককে ৫ হাজার টাকা করে জরিমানা করা হয়।
এ ছাড়া যেসব ওষুধের দোকানের প্রয়োজনীয় লাইসেন্স নেই, সেগুলোকে লাইসেন্স গ্রহণ করে ব্যবসা পরিচালনার নির্দেশনা দেওয়া হয়েছে।
অভিযানে ঔষধ প্রশাসন অধিদপ্তরের কর্মকর্তা সহযোগিতা করেন।
জনস্বাস্থ্য সুরক্ষা ও নিরাপদ ওষুধ সরবরাহ নিশ্চিত করতে এ ধরনের অভিযান গুরুত্বপূর্ণ বলে মনে করছেন সংশ্লিষ্টরা।

- স্বাস্থ্য টিপস
- সুস্থ থাকতে প্রতিদিন পর্যাপ্ত পানি পান করুন
- শরীর সুস্থ রাখতে পানির ভূমিকা অত্যন্ত গুরুত্বপূর্ণ। শরীরের তাপমাত্রা নিয়ন্ত্রণ, হজম প্রক্রিয়া স্বাভাবিক রাখা এবং শরীর থেকে বর্জ্য পদার্থ বের করতে পানি সাহায্য করে।
- পানি কম পান করলে যেসব সমস্যা হতে পারে:
- মাথাব্যথা ও মাথা ঘোরা।
- ক্লান্তি ও দুর্বলতা।
- প্রস্রাবের পরিমাণ কমে যাওয়া।
- প্রস্রাবের রং গাঢ় হওয়া।
- কোষ্ঠকাঠিন্যের সমস্যা।
- যা করবেন: ১. দিনের বিভিন্ন সময়ে নিয়মিত পানি পান করুন। ২. তৃষ্ণা লাগার অপেক্ষা না করে পানি পান করার অভ্যাস গড়ুন। ৩. গরম আবহাওয়া ও শারীরিক পরিশ্রমের সময় পানির চাহিদা বাড়তে পারে। ৪. নিরাপদ ও বিশুদ্ধ পানি পান করুন। ৫. চিকিৎসকের পরামর্শ ছাড়া অতিরিক্ত পানি পান করবেন না, বিশেষ করে কিডনি বা হৃদ্‌রোগে আক্রান্ত ব্যক্তিরা।
- মনে রাখবেন: সুস্থ থাকার জন্য পর্যাপ্ত পানি পান করুন, তবে শরীরের প্রয়োজন ও চিকিৎসকের পরামর্শ অনুযায়ী পানির পরিমাণ ঠিক রাখুন।