মন কি বাত

খণ্ড - 7

MANN KI BAAT
VOL.7

Authors
Sarda Mohan and Tanushree Banerji

Illustrations and Cover Art
Dilip Kadam

Assistant Artist
Ravindra Mokate

Production
Amar Chitra Katha

Colourists
Prakash Sivan and Prajeesh V. P.

Layout Artist
Akshay Khadilkar

Published by
Amar Chitra Katha Pvt. Ltd

ASSAMESE

ISBN – 978-81-967344-4-2

Amar Chitra Katha Pvt. Ltd, November 2023

© Ministry of Culture, Govt of India, November 2023
All rights reserved. This book is sold subject to the condition that the publication may not be reproduced, stored in a retrieval system (including but not limited to computers, disks, external drives, electronic or digital devices, e-readers, websites), or transmitted in any form or by any means (including but not limited to cyclostyling, photocopying, docutech or other reprographic reproductions, mechanical, recording, electronic, digital versions) without the prior written permission of the publisher, nor be otherwise circulated in any form of binding or cover other than that in which it is published and without a similar condition being imposed on the subsequent purchaser.

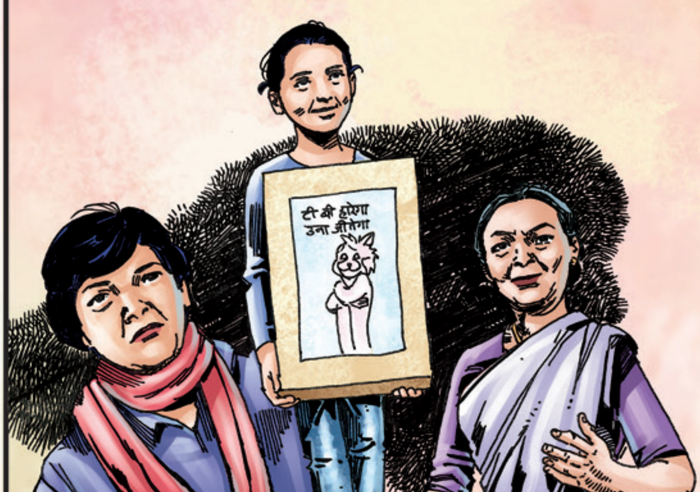
You can now get ACK stories as part of your classroom with **ACK Learn**, a unique learning platform that brings these stories to your school with a range of workshops. Find out more at **www.acklearn.com** or write to us at **acklearn@ack-media.com**.

মৰমৰ শিশুসকল,

তোমালোকে সকলোৱে নিশ্চয় এই কথা শুনিবলৈ পাইছা যে 'স্বাস্থ্য পৰম সম্পদ'। কোভিড-19 মহামাৰীয়ে এই কথা কিমান সঁচা সেয়া পুনৰবাৰ প্ৰমাণিত কৰিলে। কিন্তু সুস্বাস্থ্যৰ বাবে ভাল সা-সুবিধাৰ লগতে সহায়-সমৰ্থনৰো প্ৰয়োজন। সেই সমৰ্থন তোমালোকৰ পৰিয়াল, চুবুৰীয়া, চিকিৎসকৰ পৰাই আহক বা কোনো অচিনাকি লোকৰ পৰাই আহক, সেই সহায়ে তোমালোকৰ জীৱনৰ মানদণ্ড সলনি কৰি দিব পাৰে।

সঞ্জনা গোৱেল আৰু তেওঁৰ ভাতৃসকল সৰুতেই মাস্কুলাৰ ডিষ্ট্ৰোফিত আক্ৰান্ত হৈছিল। ইয়াৰ বাবে ভাগ্যক দোষাৰোপ কৰাৰ পৰিৱৰ্তে, সঞ্জনাৰ পিতৃ-মাতৃয়ে তেওঁলোকৰ সন্তানৰ প্ৰতি সহায়-সমৰ্থন আগবঢ়াইছিল আৰু তেওঁলোকৰ মাজত ইতিবাচক মনোভাৱৰ সৃষ্টি কৰিছিল। ফলস্বৰূপে, সঞ্জনাই মাস্কুলাৰ ডিষ্ট্ৰোফিৰ বাবে এছিয়াৰ সৰ্ববৃহৎ চিকিৎসালয় মানৱ মন্দিৰ স্থাপন কৰিবলৈ সক্ষম হৈছিল।

নিক্ষয় মিত্ৰ হৈছে যক্ষ্মা ৰোগীসকললৈ সমৰ্থন আগবঢ়োৱা লোক। ৪ বছৰীয়া নলিনী সিঙৰ পৰা উত্তৰাখণ্ডৰ এখন গাঁৱৰ প্ৰধানলৈকে, সকলো লোকে যক্ষ্মা ৰোগীসকললৈ সহায় আগবঢ়াই তেওঁলোকৰ জীৱন উন্নত কৰি তুলিছে।



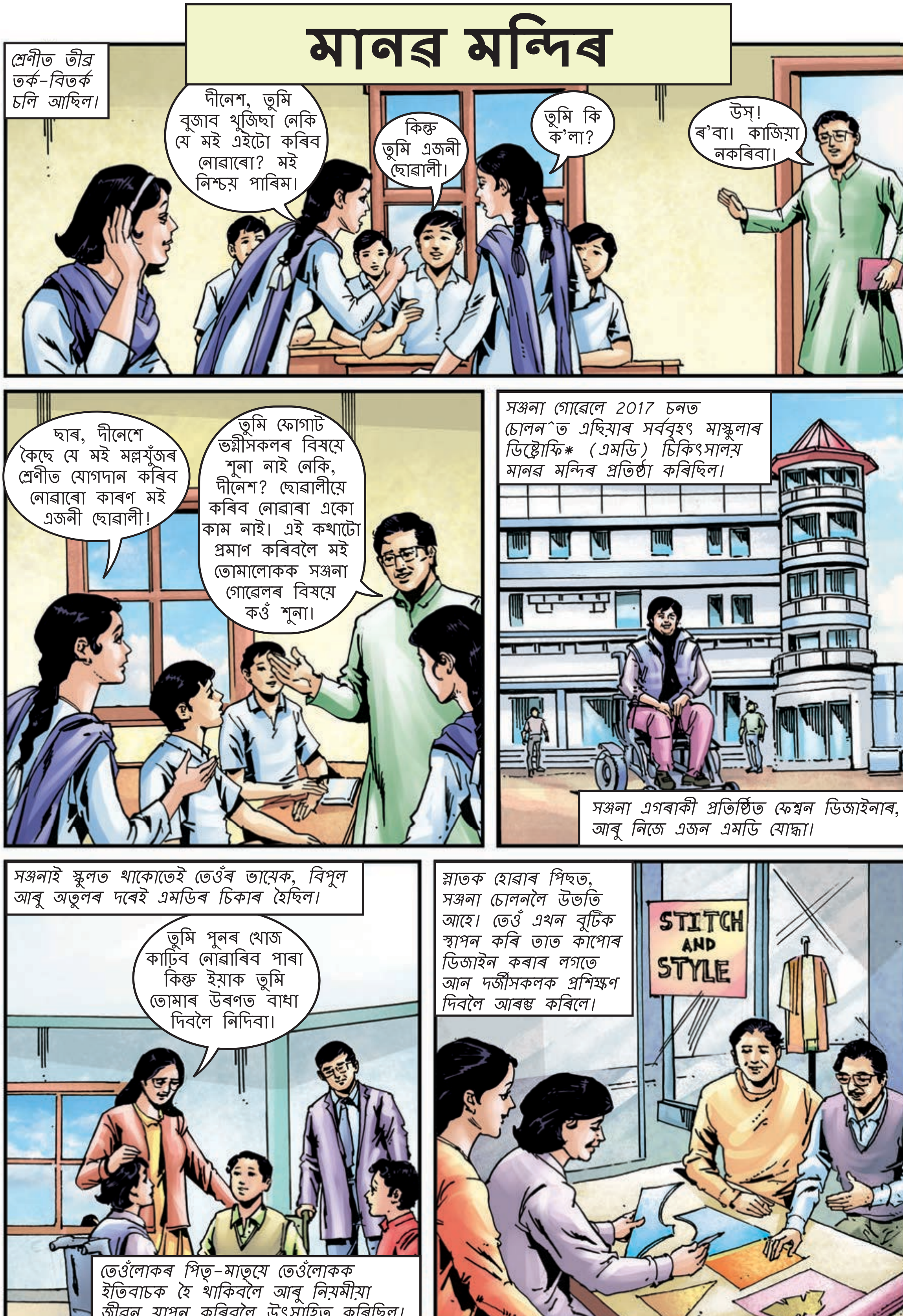
এনে বহু ব্যক্তি আৰু সংস্থা আছে যি বিনামূলীয়া স্বাস্থ্যসেৱা আগবঢ়াই আছে বা স্বাস্থ্য শিবিৰৰ আয়োজন কৰিছে।

এই সকলো লোকৰ মাজত যোগসূত্ৰ হৈছে তেওঁলোকে জীৱনত সন্মুখীন হোৱা নানান ধৰণৰ অসুবিধা আৰু লগতে একেধৰণৰ প্ৰত্যাহ্বানৰ সন্মুখীন হোৱা অন্য লোকসকলক সহায় কৰাৰ বাবে তীব্ৰ আকাংখ্যা।

এইটো মোৰ আন্তৰিক ইচ্ছা যে তোমালোকেও জীৱনত আনৰ পৰা লাভ কৰা সহায়-সমৰ্থন পুনৰ আন কাৰোবালৈ আগবঢ়োৱাৰ বাবে অনুপ্ৰাণিত হৈ উঠা।

সূচীপত্ৰ

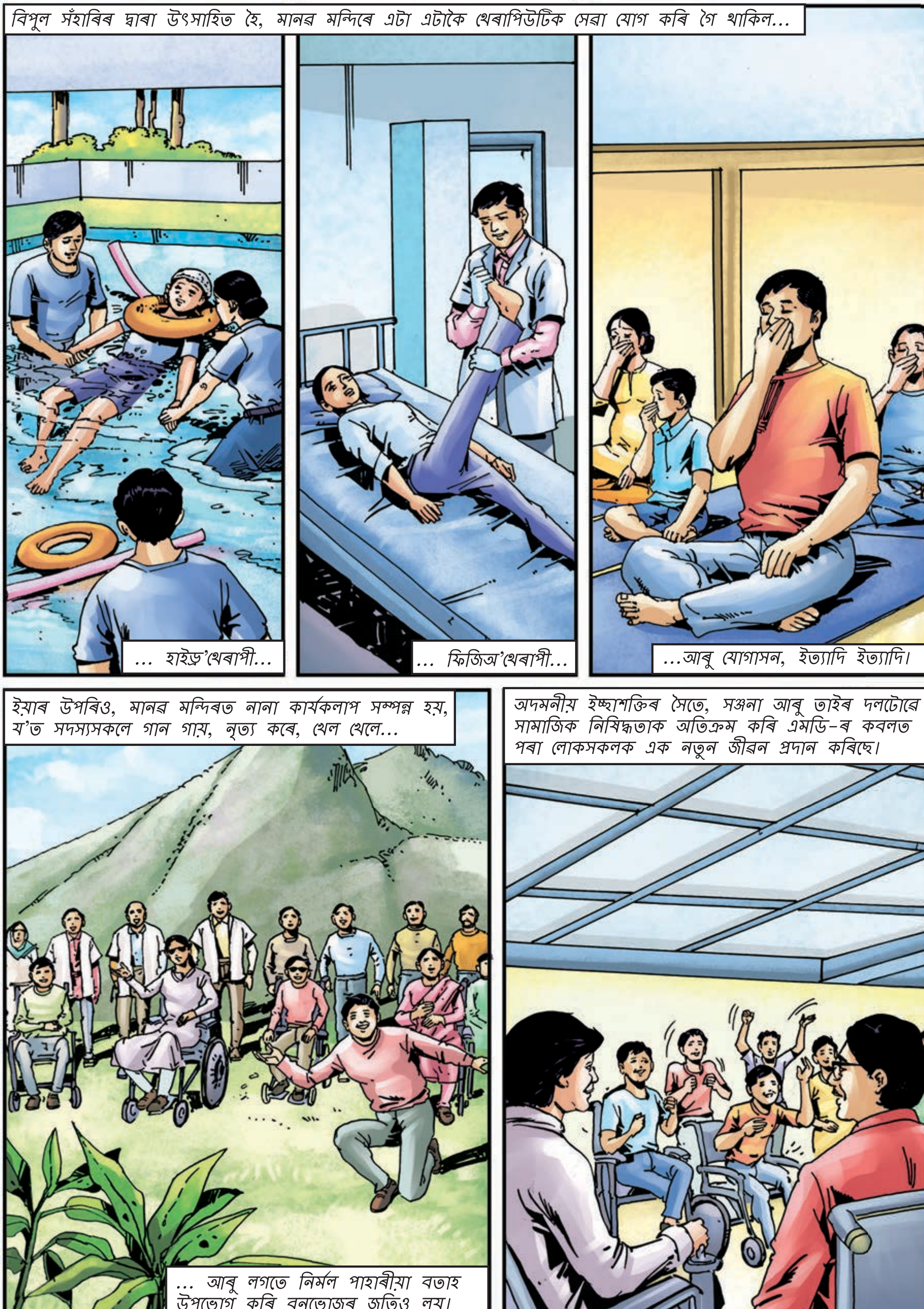
1	মানৱ মন্দিৰ	3
2	দিকাৰ সিং মেৰাৰী	6
3	পুনম নৌটিয়াল	9
4	সংকল্প 95	12
5	সৰপঞ্চ বলবীৰ কৌৰ	15
6	অজিত মোহন চৌধুৰী	18
7	মিলেটছ্‌ কেফে	21
8	ছাইদুল লস্কৰ	23
9	নলিনী সিং	26
10	লক্ষ্মীকুট্টি	28
11	ৰাম চুব্বা ৰেড্ডী	31



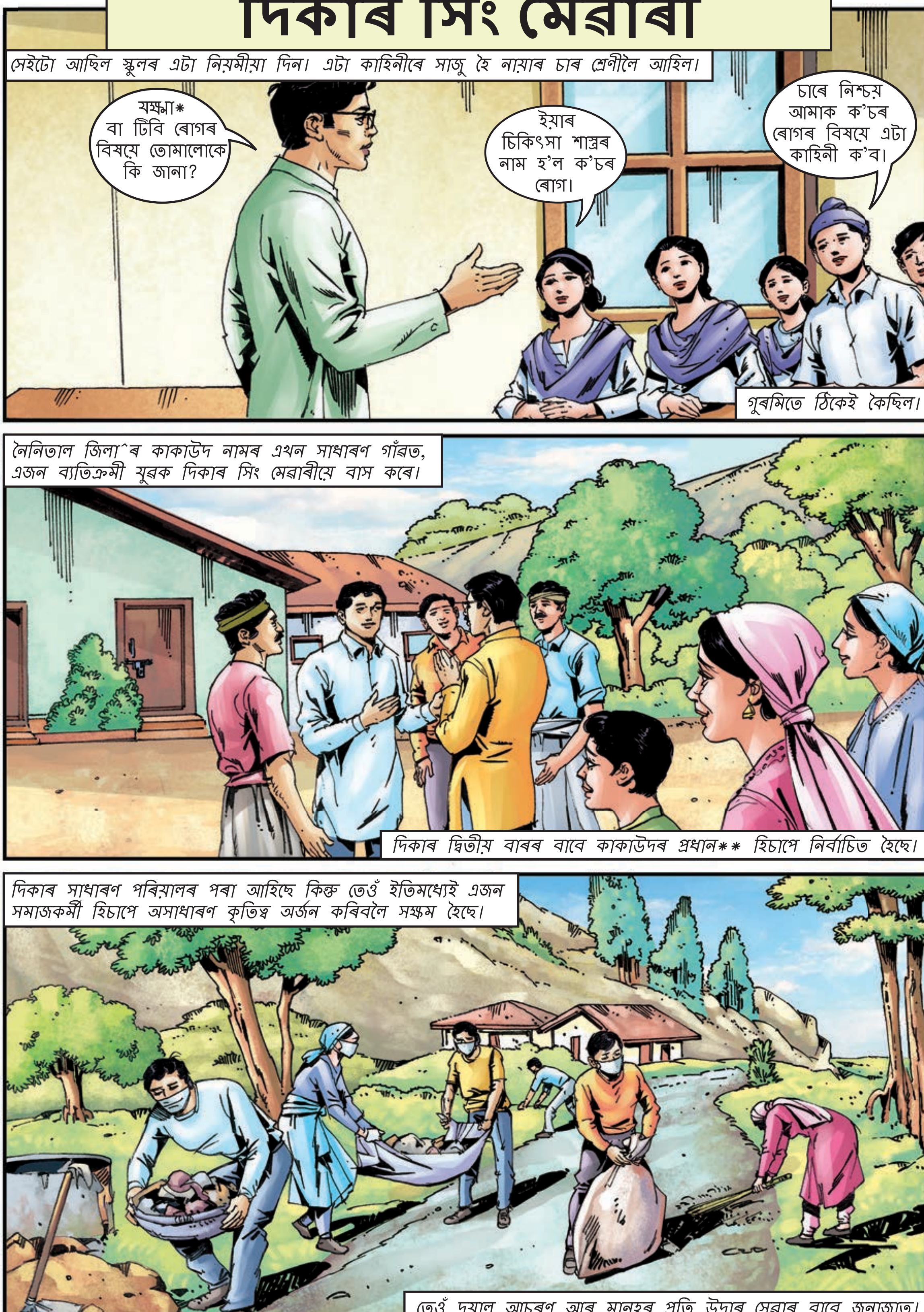
*আনুবংশিক ৰোগৰ এটা গোট যি ক্ৰমবৰ্ধশীল দুৰ্বলতা আৰু পেশীৰ অৱনতিৰ সৃষ্টি কৰে

^হিমাচল প্ৰদেশত

এগৰাকী উদ্যোগী হোৱাৰ লগতে, সঞ্জনাই এমডি সম্পৰ্কে অধিক সজাগতা সৃষ্টিৰ প্ৰয়োজনীয়তা অনুভৱ কৰিলে।
এমডি-ৰ কোনো নিৰাময় নাই, কিন্তু পৰিয়ালৰ পৰা লাভ কৰা সমৰ্থনে আমাক যথেষ্ট সহায় কৰিছে।
হয়, বিপুল। মই দৃঢ়ভাৱে অনুভৱ কৰো যে এমডি যোদ্ধাসকলৰ লগতে তেওঁলোকৰ পৰিয়ালে যাতে একেধৰণৰ পদক্ষেপ গ্ৰহণ কৰিব পাৰে, তাৰ বাবে আমি উপযুক্ত পৰিবেশৰ সৃষ্টি কৰিব লাগিব।
একে চিন্তা কৰা লোকসকলৰ সৈতে, সঞ্জনাই ইণ্ডিয়ান এছ'চিয়েচন অফ মাস্কুলাৰ ডিষ্ট্ৰোফি (আইএএমডি) নামৰ এটা বেচৰকাৰী সংগঠন স্থাপন কৰিলে।
আইএএমডি-ৰ দলটোৱে প্ৰথমে হিমাচল প্ৰদেশৰ ভিতৰত আৰু তাৰ পিছত সমগ্ৰ ভাৰততে সজাগতা শিবিৰ অনুষ্ঠিত কৰিবলৈ আৰম্ভ কৰিলে।
2004 চনত, সঞ্জনাই প্ৰতিবন্ধী ব্যক্তিৰ কল্যাণ সাধনৰ বাবে ৰাষ্ট্ৰীয় বঁটা লাভ কৰিছিল।
তদানীন্তন ৰাষ্ট্ৰপতি ড. এ পি জে আব্দুল কালামে তেওঁক সম্বৰ্ধনা জনায় আৰু তেওঁৰ অদম্য মনোভাৱৰ প্ৰশংসা কৰে।
তাৰপিছত-
যদি আমি ফিজিঅ'থেৰাপী, হাইড্ৰ'থেৰাপী আৰু কাউন্সিলিঙৰ দৰে সেৱা আগবঢ়াওঁ তেন্তে কেনে হয়?
আহক, আমি অলপ ভুমি বিচাৰি চৰকাৰৰ ওচৰত আবেদন কৰো।
2010 চনত, চৰকাৰে পুনৰ্সংস্থাপন গোটৰ বাবে তেওঁলোকক ভূমি আবণ্টন দিলে...
... আৰু এই ভূমিতেই লাহে লাহে গৱেষণা, নিদান আৰু পুনৰ্সংস্থাপনৰ সুবিধা থকা 70 খন বিচনাযুক্ত চিকিৎসালয় - মানৱ মন্দিৰ গঢ় লৈ উঠিল।
মই এই ঠাইক জ্ঞান, আৱেগিক সমৰ্থন আৰু সকলো ধৰণৰ থেৰাপীৰ ঠাই ৰূপে কল্পনা কৰো।
চিকিৎসালয়খনে কেইবাজনো এমডি যোদ্ধাক নিযুক্তিৰ সুবিধাও প্ৰদান কৰিছে।

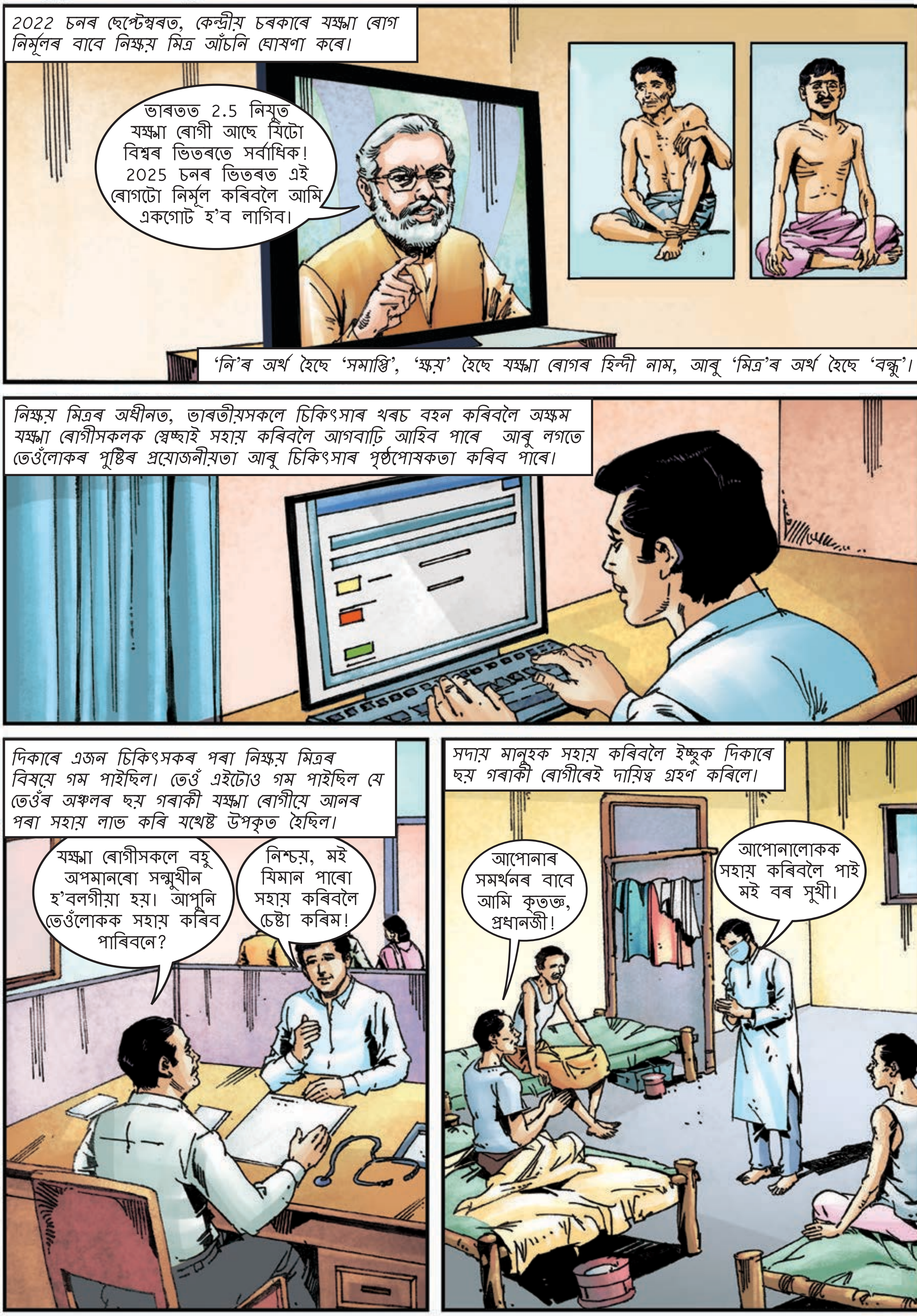

বিপুল সঁহাৰিৰ দ্বাৰা উৎসাহিত হৈ, মানৱ মন্দিৰে এটা এটাকৈ থেৰাপিউটিক সেৱা যোগ কৰি গৈ থাকিল...
... হাইড্ৰ'থেৰাপী...
... ফিজিঅ'থেৰাপী...
...আৰু যোগাসন, ইত্যাদি ইত্যাদি।
ইয়াৰ উপৰিও, মানৱ মন্দিৰত নানা কাৰ্যকলাপ সম্পন্ন হয়, য'ত সদস্যসকলে গান গায়, নৃত্য কৰে, খেল খেলে...
... আৰু লগতে নিৰ্মল পাহাৰীয়া বতাহ উপভোগ কৰি বনভোজৰ জুতিও লয়।
অদমনীয় ইচ্ছাশক্তিৰ সৈতে, সঞ্জনা আৰু তাইৰ দলটোৱে সামাজিক নিষিদ্ধতাক অতিক্ৰম কৰি এমডি-ৰ কবলত পৰা লোকসকলক এক নতুন জীৱন প্ৰদান কৰিছে।

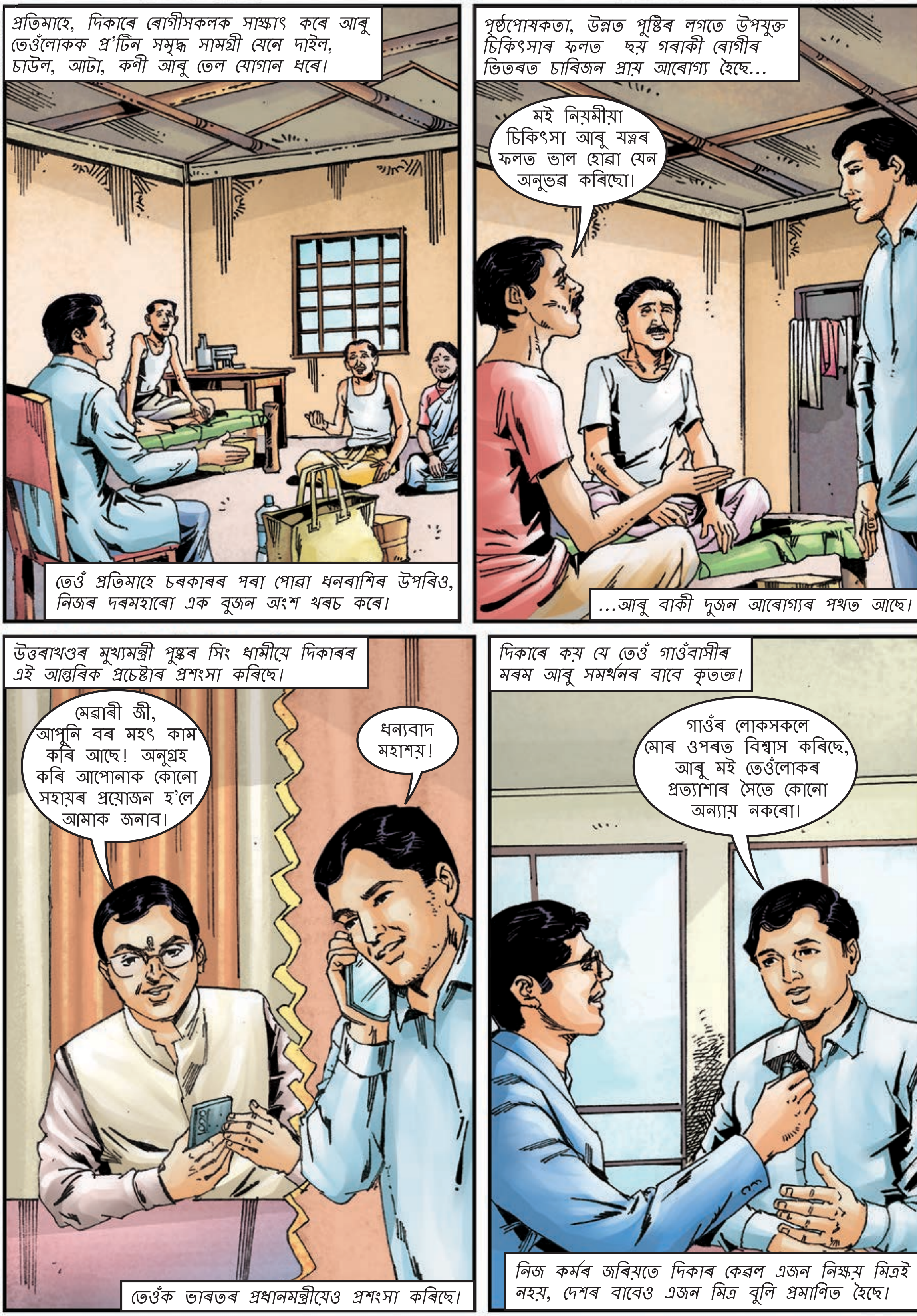
দিকাৰ সিং মেৱাৰী



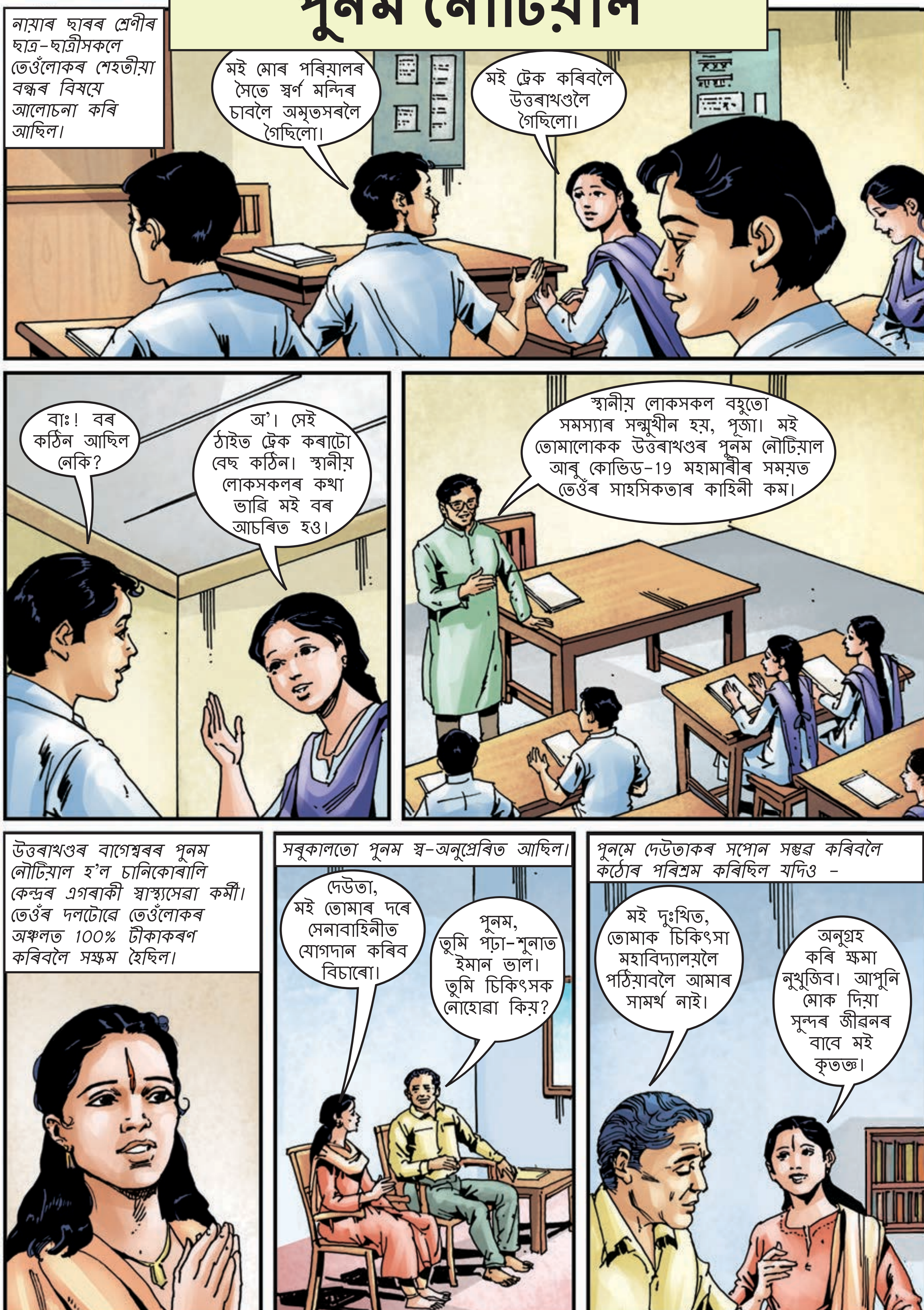
*এটা সংক্ৰামক কিন্তু নিৰাময়যোগ্য ৰোগ
^উত্তৰাখণ্ড

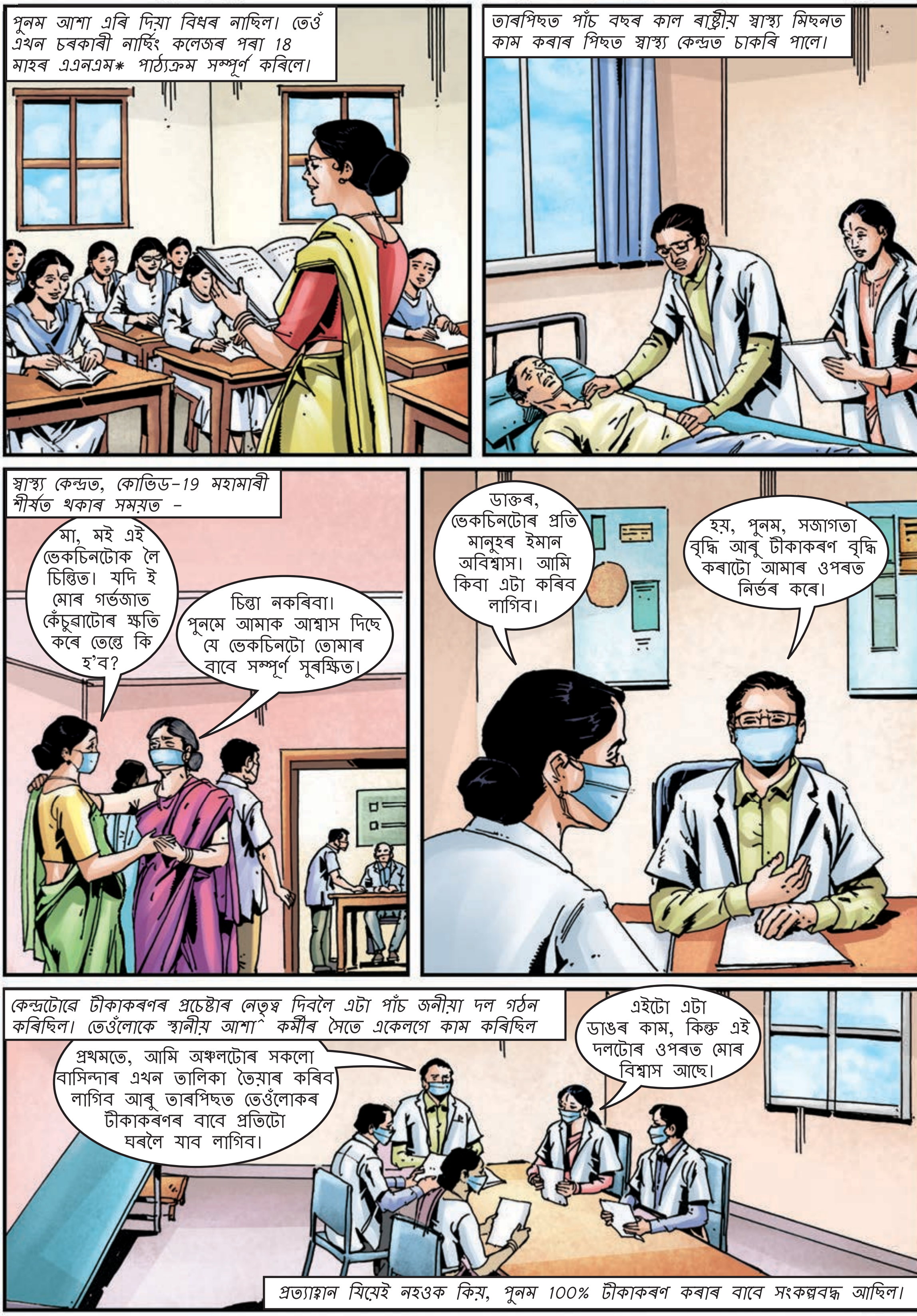
**গাঁওবুঢ়া


2022 চনৰ ছেপ্টেম্বৰত, কেন্দ্ৰীয় চৰকাৰে যক্ষ্মা ৰোগ নিৰ্মূলৰ বাবে নিক্ষয় মিত্ৰ আঁচনি ঘোষণা কৰে।
ভাৰতত 2.5 নিযুত যক্ষ্মা ৰোগী আছে যিটো বিশ্বৰ ভিতৰতে সৰ্বাধিক! 2025 চনৰ ভিতৰত এই ৰোগটো নিৰ্মূল কৰিবলৈ আমি একগোট হ'ব লাগিব।
'নি'ৰ অৰ্থ হৈছে 'সমাপ্তি', 'ক্ষয়' হৈছে যক্ষ্মা ৰোগৰ হিন্দী নাম, আৰু 'মিত্ৰ'ৰ অৰ্থ হৈছে 'বন্ধু'।
নিক্ষয় মিত্ৰৰ অধীনত, ভাৰতীয়সকলে চিকিৎসাৰ খৰচ বহন কৰিবলৈ অক্ষম যক্ষ্মা ৰোগীসকলক স্বেচ্ছাই সহায় কৰিবলৈ আগবাঢ়ি আহিব পাৰে আৰু লগতে তেওঁলোকৰ পুষ্টিৰ প্ৰয়োজনীয়তা আৰু চিকিৎসাৰ পৃষ্ঠপোষকতা কৰিব পাৰে।
দিকাৰে এজন চিকিৎসকৰ পৰা নিক্ষয় মিত্ৰৰ বিষয়ে গম পাইছিল। তেওঁ এইটোও গম পাইছিল যে তেওঁৰ অঞ্চলৰ ছয় গৰাকী যক্ষ্মা ৰোগীয়ে আনৰ পৰা সহায় লাভ কৰি যথেষ্ট উপকৃত হৈছিল।
যক্ষ্মা ৰোগীসকলে বহু অপমানৰো সন্মুখীন হ'বলগীয়া হয়। আপুনি তেওঁলোকক সহায় কৰিব পাৰিবনে?
নিশ্চয়, মই যিমান পাৰো সহায় কৰিবলৈ চেষ্টা কৰিম!
সদায় মানুহক সহায় কৰিবলৈ ইচ্ছুক দিকাৰে ছয় গৰাকী ৰোগীৰেই দায়িত্ব গ্ৰহণ কৰিলে।
আপোনাৰ সমৰ্থনৰ বাবে আমি কৃতজ্ঞ, প্ৰধানজী!
আপোনালোকক সহায় কৰিবলৈ পাই মই বৰ সুখী।


প্ৰতিমাহে, দিকাৰে ৰোগীসকলক সাক্ষাৎ কৰে আৰু তেওঁলোকক প্ৰ'টিন সমৃদ্ধ সামগ্ৰী যেনে দাইল, চাউল, আটা, কণী আৰু তেল যোগান ধৰে।
তেওঁ প্ৰতিমাহে চৰকাৰৰ পৰা পোৱা ধনৰাশিৰ উপৰিও, নিজৰ দৰমহাৰো এক বুজন অংশ খৰচ কৰে।
পৃষ্ঠপোষকতা, উন্নত পুষ্টিৰ লগতে উপযুক্ত চিকিৎসাৰ ফলত ছয় গৰাকী ৰোগীৰ ভিতৰত চাৰিজন প্ৰায় আৰোগ্য হৈছে...
মই নিয়মীয়া চিকিৎসা আৰু যত্নৰ ফলত ভাল হোৱা যেন অনুভৱ কৰিছো।
...আৰু বাকী দুজন আৰোগ্যৰ পথত আছে।
উত্তৰাখণ্ডৰ মুখ্যমন্ত্ৰী পুষ্কৰ সিং ধামীয়ে দিকাৰৰ এই আন্তৰিক প্ৰচেষ্টাৰ প্ৰশংসা কৰিছে।
মেৰাৰী জী, আপুনি বৰ মহৎ কাম কৰি আছে! অনুগ্ৰহ কৰি আপোনাক কোনো সহায়ৰ প্ৰয়োজন হ'লে আমাক জনাব।
ধন্যবাদ মহাশয়!
তেওঁক ভাৰতৰ প্ৰধানমন্ত্ৰীয়েও প্ৰশংসা কৰিছে।
দিকাৰে কয় যে তেওঁ গাওঁবাসীৰ মৰম আৰু সমৰ্থনৰ বাবে কৃতজ্ঞ।
গাওঁৰ লোকসকলে মোৰ ওপৰত বিশ্বাস কৰিছে, আৰু মই তেওঁলোকৰ প্ৰত্যাশাৰ সৈতে কোনো অন্যায় নকৰো।
নিজ কৰ্মৰ জৰিয়তে দিকাৰ কেৱল এজন নিক্ষয় মিত্ৰই নহয়, দেশৰ বাবেও এজন মিত্ৰ বুলি প্ৰমাণিত হৈছে।

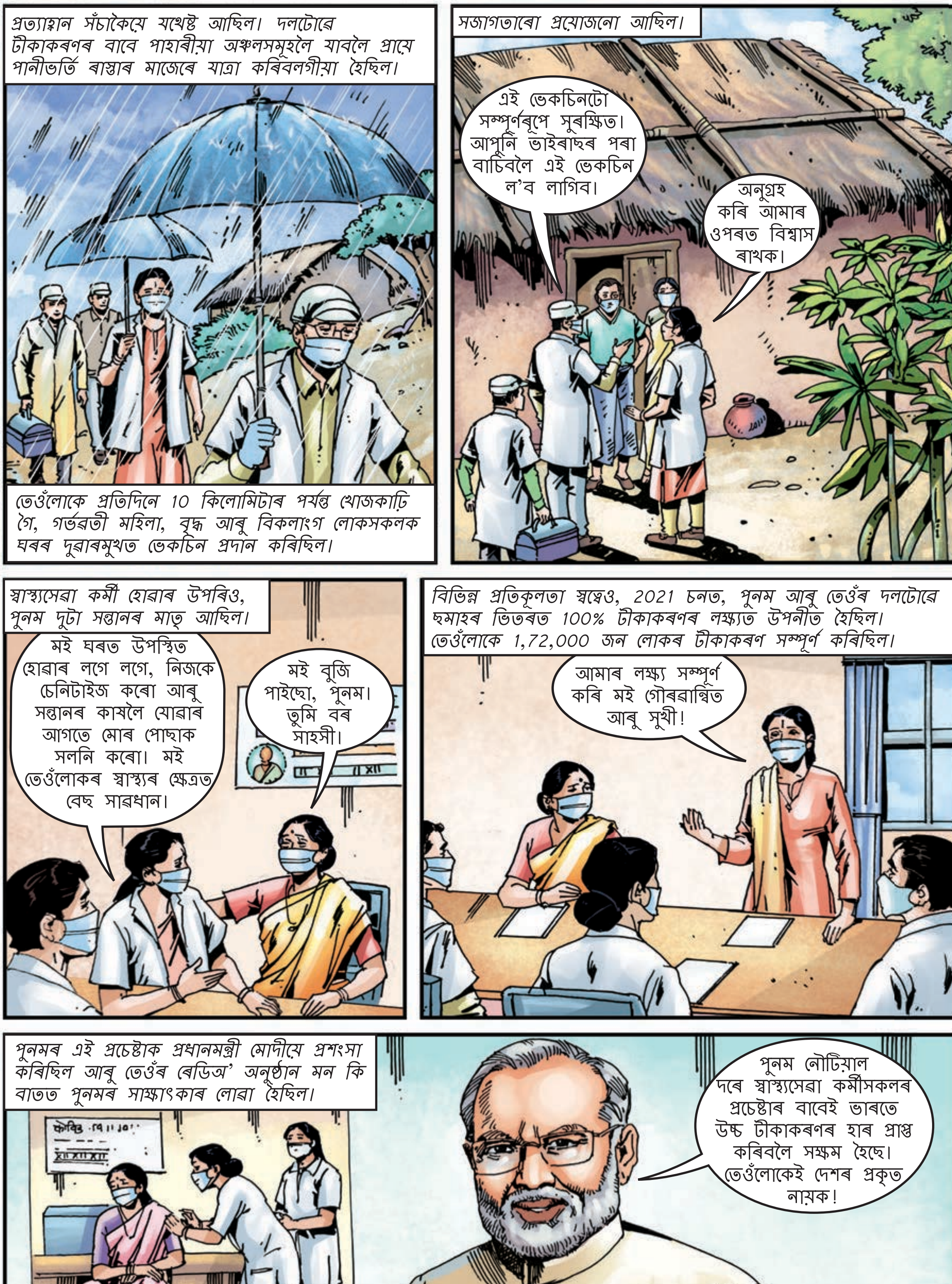
পুনম নৌটিয়াল


নায়াৰ ছাৰৰ শ্ৰেণীৰ ছাত্ৰ-ছাত্ৰীসকলে তেওঁলোকৰ শেহতীয়া বন্ধৰ বিষয়ে আলোচনা কৰি আছিল।
মই মোৰ পৰিয়ালৰ সৈতে স্বৰ্ণ মন্দিৰ চাবলৈ অমৃতসৰলৈ গৈছিলো।
মই ট্ৰেক কৰিবলৈ উত্তৰাখণ্ডলৈ গৈছিলো।
বাঃ! বৰ কঠিন আছিল নেকি?
অ'। সেই ঠাইত ট্ৰেক কৰাটো বেছ কঠিন। স্থানীয় লোকসকলৰ কথা ভাৱি মই বৰ আচৰিত হও।
স্থানীয় লোকসকল বহুতো সমস্যাৰ সন্মুখীন হয়, পূজা। মই তোমালোকক উত্তৰাখণ্ডৰ পুনম নৌটিয়াল আৰু কোভিড-19 মহামাৰীৰ সময়ত তেওঁৰ সাহসিকতাৰ কাহিনী কম।
উত্তৰাখণ্ডৰ বাগেশ্বৰৰ পুনম নৌটিয়াল হ'ল চানিকোৰালি কেন্দ্ৰৰ এগৰাকী স্বাস্থ্যসেৱা কৰ্মী। তেওঁৰ দলটোৱে তেওঁলোকৰ অঞ্চলত 100% টীকাকৰণ কৰিবলৈ সক্ষম হৈছিল।
সৰুকালতো পুনম স্ব-অনুপ্ৰেৰিত আছিল।
দেউতা, মই তোমাৰ দৰে সেনাবাহিনীত যোগদান কৰিব বিচাৰো।
পুনম, তুমি পঢ়া-শুনাত ইমান ভাল। তুমি চিকিৎসক নোহোৱা কিয়?
পুনমে দেউতাকৰ সপোন সম্ভৱ কৰিবলৈ কঠোৰ পৰিশ্ৰম কৰিছিল যদিও -
মই দুঃখিত, তোমাক চিকিৎসা মহাবিদ্যালয়লৈ পঠিয়াবলৈ আমাৰ সামৰ্থ নাই।
অনুগ্ৰহ কৰি ক্ষমা নুখুজিব। আপুনি মোক দিয়া সুন্দৰ জীৱনৰ বাবে মই কৃতজ্ঞ।

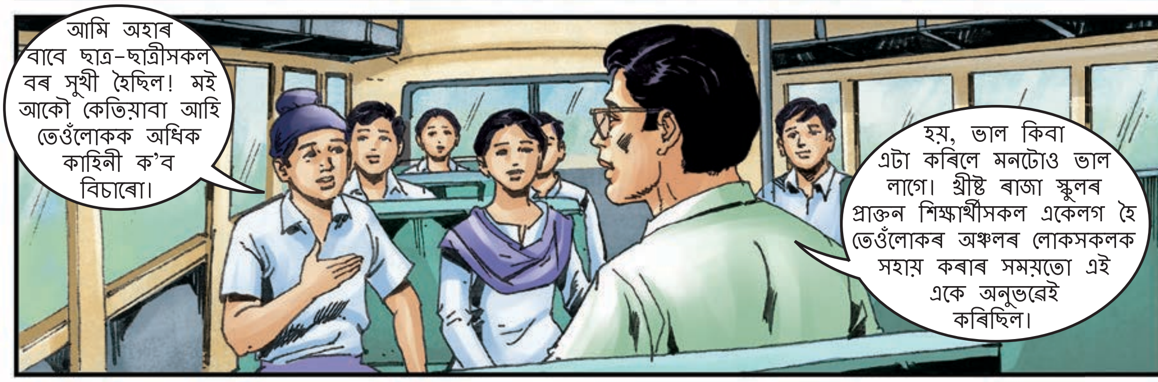


*অক্সিলিয়াৰী নাৰ্চ মিডৱাইফাৰী

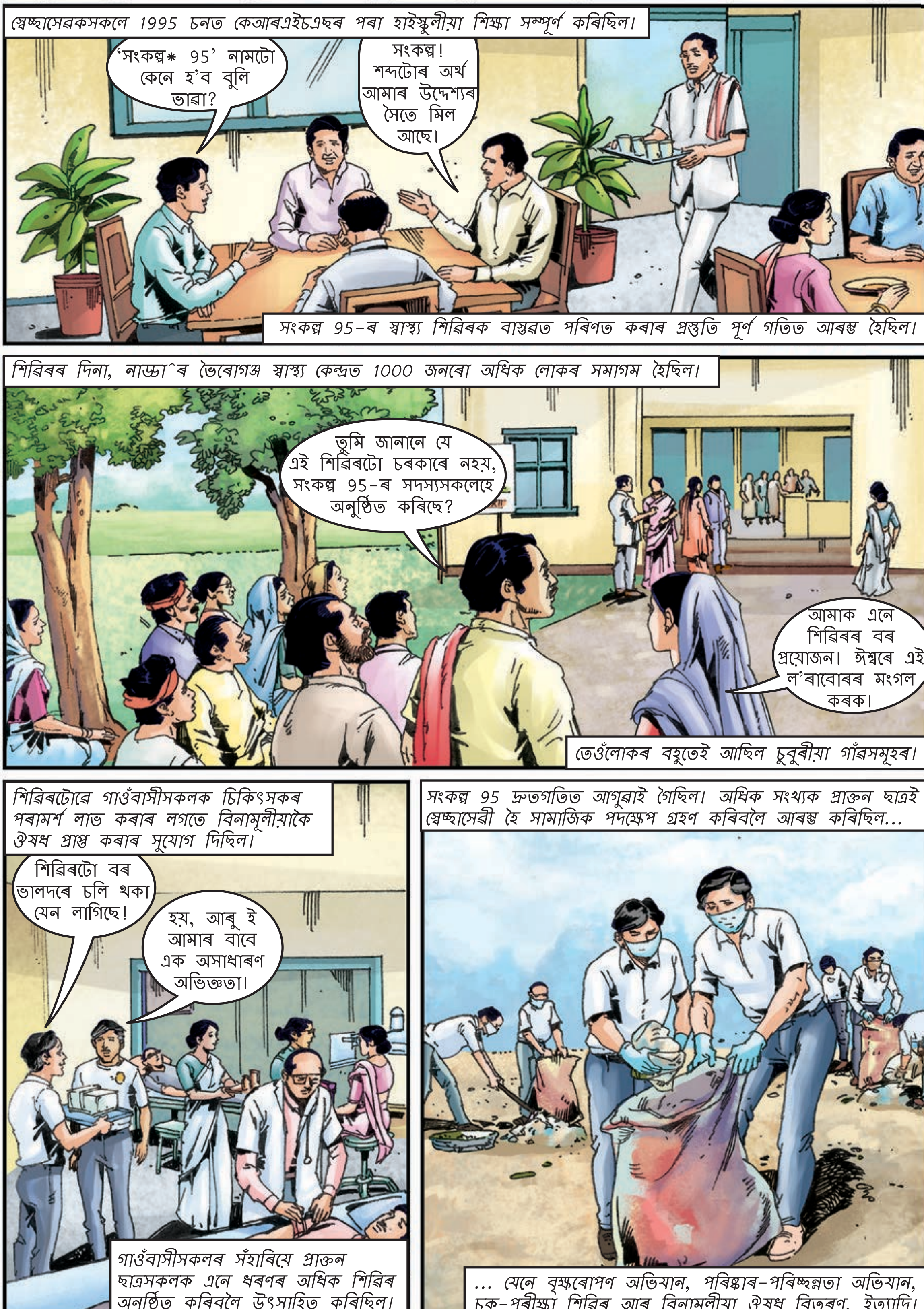
^স্বীকৃত সামাজিক স্বাস্থ্য কৰ্মী


প্ৰত্যাহ্বান সঁচাকৈয়ে যথেষ্ট আছিল। দলটোৱে টীকাকৰণৰ বাবে পাহাৰীয়া অঞ্চলসমূহলৈ যাবলৈ প্ৰায়ে পানীভৰ্তি ৰাস্তাৰ মাজেৰে যাত্ৰা কৰিবলগীয়া হৈছিল।
তেওঁলোকে প্ৰতিদিনে 10 কিলোমিটাৰ পৰ্যন্ত খোজকাঢ়ি গৈ, গৰ্ভৱতী মহিলা, বৃদ্ধ আৰু বিকলাংগ লোকসকলক ঘৰৰ দুৱাৰমুখত ভেকচিন প্ৰদান কৰিছিল।
সজাগতাৰো প্ৰয়োজনো আছিল।
এই ভেকচিনটো সম্পূৰ্ণৰূপে সুৰক্ষিত। আপুনি ভাইৰাছৰ পৰা বাচিবলৈ এই ভেকচিন ল'ব লাগিব।
অনুগ্ৰহ কৰি আমাৰ ওপৰত বিশ্বাস ৰাখক।
স্বাস্থ্যসেৱা কৰ্মী হোৱাৰ উপৰিও, পুনম দুটা সন্তানৰ মাতৃ আছিল।
মই ঘৰত উপস্থিত হোৱাৰ লগে লগে, নিজকে চেনিটাইজ কৰো আৰু সন্তানৰ কাষলৈ যোৱাৰ আগতে মোৰ পোছাক সলনি কৰো। মই তেওঁলোকৰ স্বাস্থ্যৰ ক্ষেত্ৰত বেছ সাৱধান।
মই বুজি পাইছো, পুনম। তুমি বৰ সাহসী।
বিভিন্ন প্ৰতিকূলতা স্বত্বেও, 2021 চনত, পুনম আৰু তেওঁৰ দলটোৱে ছমাহৰ ভিতৰত 100% টীকাকৰণৰ লক্ষ্যত উপনীত হৈছিল। তেওঁলোকে 1,72,000 জন লোকৰ টীকাকৰণ সম্পূৰ্ণ কৰিছিল।
আমাৰ লক্ষ্য সম্পূৰ্ণ কৰি মই গৌৰৱান্বিত আৰু সুখী!
পুনমৰ এই প্ৰচেষ্টাক প্ৰধানমন্ত্ৰী মোদীয়ে প্ৰশংসা কৰিছিল আৰু তেওঁৰ ৰেডিঅ' অনুষ্ঠান মন কি বাতত পুনমৰ সাক্ষাৎকাৰ লোৱা হৈছিল।
পুনম নৌটিয়াল দৰে স্বাস্থ্যসেৱা কৰ্মীসকলৰ প্ৰচেষ্টাৰ বাবেই ভাৰতে উচ্চ টীকাকৰণৰ হাৰ প্ৰাপ্ত কৰিবলৈ সক্ষম হৈছে। তেওঁলোকেই দেশৰ প্ৰকৃত নায়ক!

সংকল্প 95

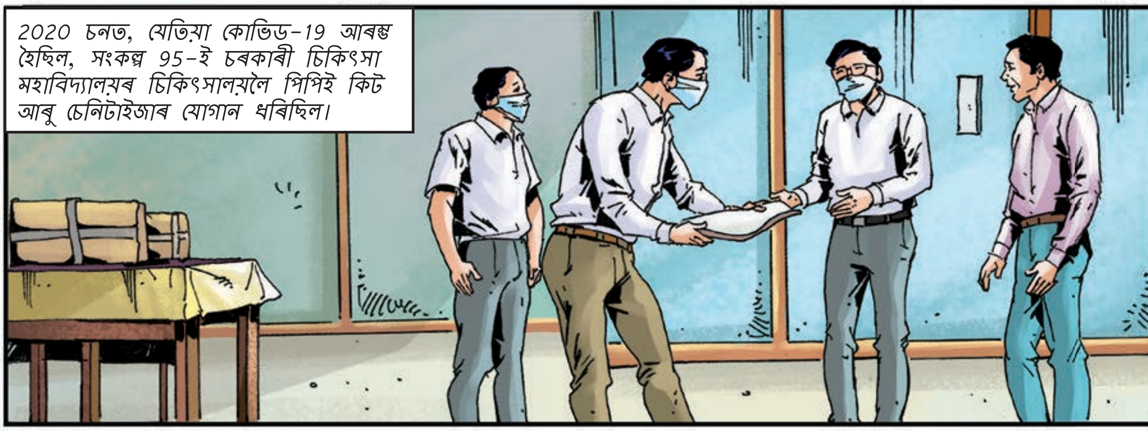


*জ্যেষ্ঠা ভগ্নী

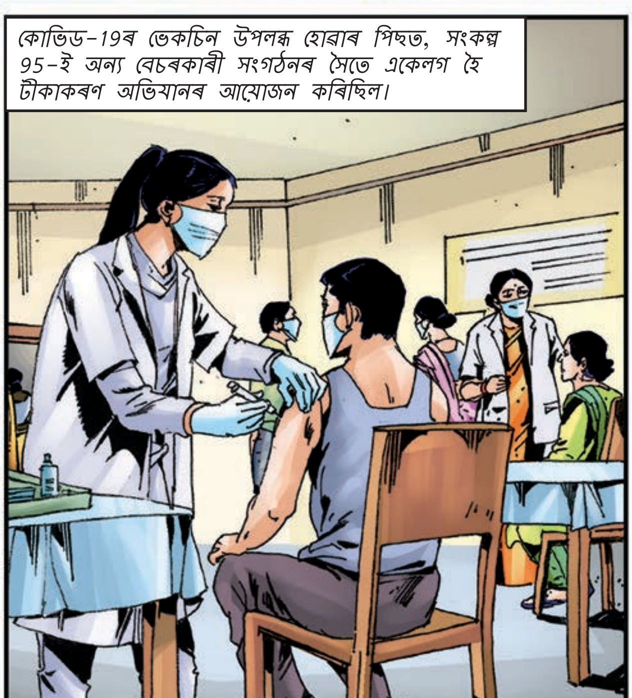


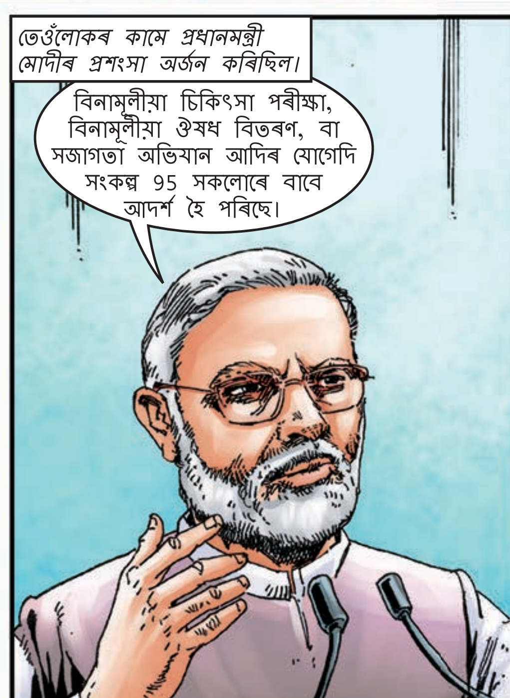
*হিন্দীত 'দৃঢ় সংকল্প'

^বিহাৰৰ পশ্চিম চম্পাৰণ জিলাৰ এখন গাওঁ

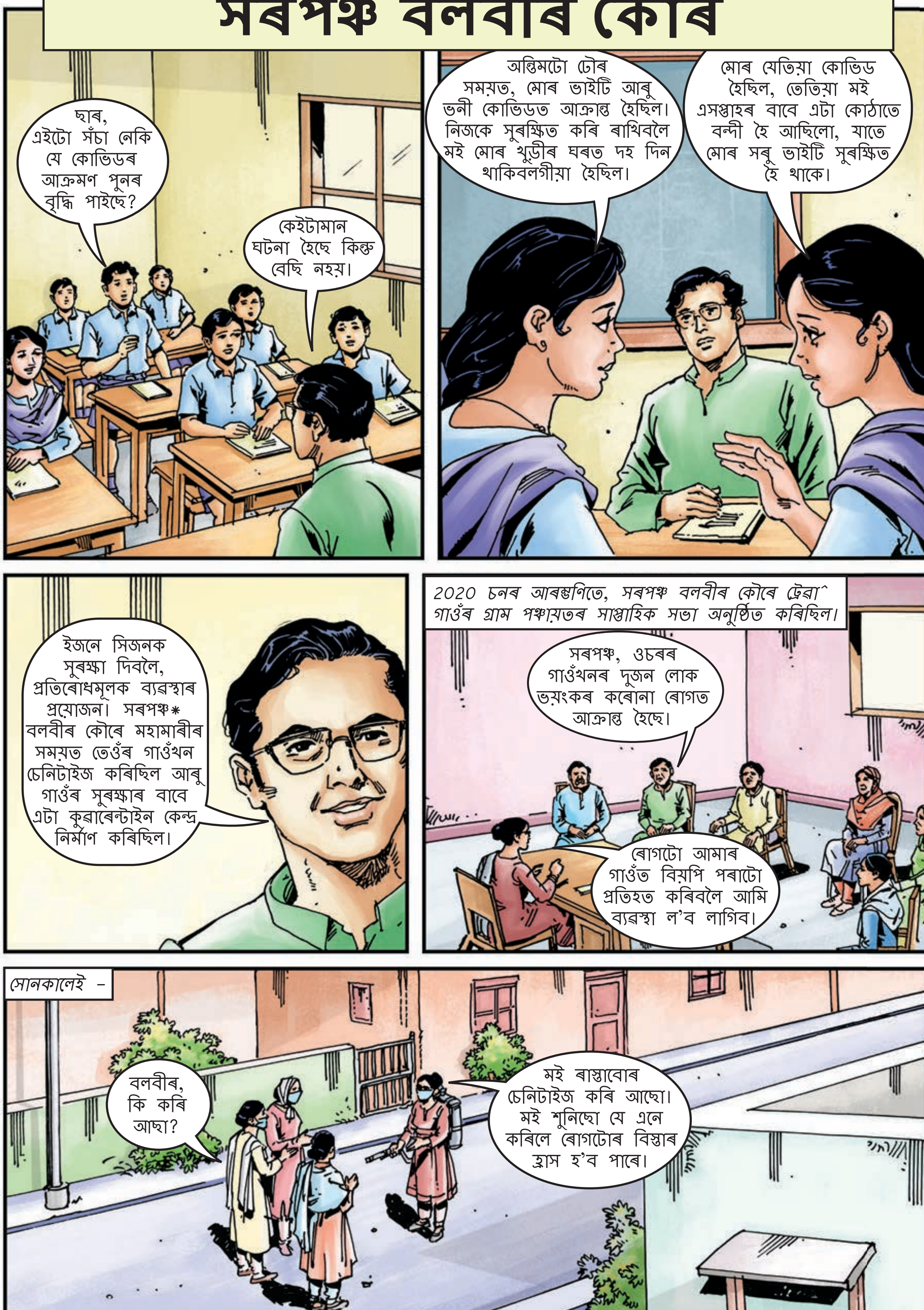

2020 চনত, যেতিয়া কোভিড-19 আৰম্ভ হৈছিল, সংকল্প 95-ই চৰকাৰী চিকিৎসা মহাবিদ্যালয়ৰ চিকিৎসালয়লৈ পিপিই কিট আৰু চেনিটাইজাৰ যোগান ধৰিছিল।

সেই বছৰৰ শেষৰ ফালে বানপানীৰ সময়ত, স্বেচ্ছাসেৱকসকলে ঘৰ-বাৰী হেৰুওৱা লোকসকলক খাদ্য আৰু আশ্ৰয় প্ৰদান কৰিছিল...
এইটো আমাৰ বাবে এটা কঠিন বছৰ আছিল। সহায় কৰাৰ বাবে ধন্যবাদ।
... আৰু 2021 চনত, তেওঁলোকে ৰোগীসকলৰ বাবে অক্সিজেন চিলিণ্ডাৰ যোগান কৰিছিল আৰু কোভিড-19 সজাগতা শিৱিৰ অনুষ্ঠিত কৰিছিল।


কোভিড-19ৰ ভেকচিন উপলব্ধ হোৱাৰ পিছত, সংকল্প 95-ই অন্য বেচৰকাৰী সংগঠনৰ সৈতে একেলগ হৈ টীকাকৰণ অভিযানৰ আয়োজন কৰিছিল।


তেওঁলোকৰ কামে প্ৰধানমন্ত্ৰী মোদীৰ প্ৰশংসা অৰ্জন কৰিছিল।
বিনামূলীয়া চিকিৎসা পৰীক্ষা, বিনামূলীয়া ঔষধ বিতৰণ, বা সজাগতা অভিযান আদিৰ যোগেদি সংকল্প 95 সকলোৰে বাবে আদৰ্শ হৈ পৰিছে।

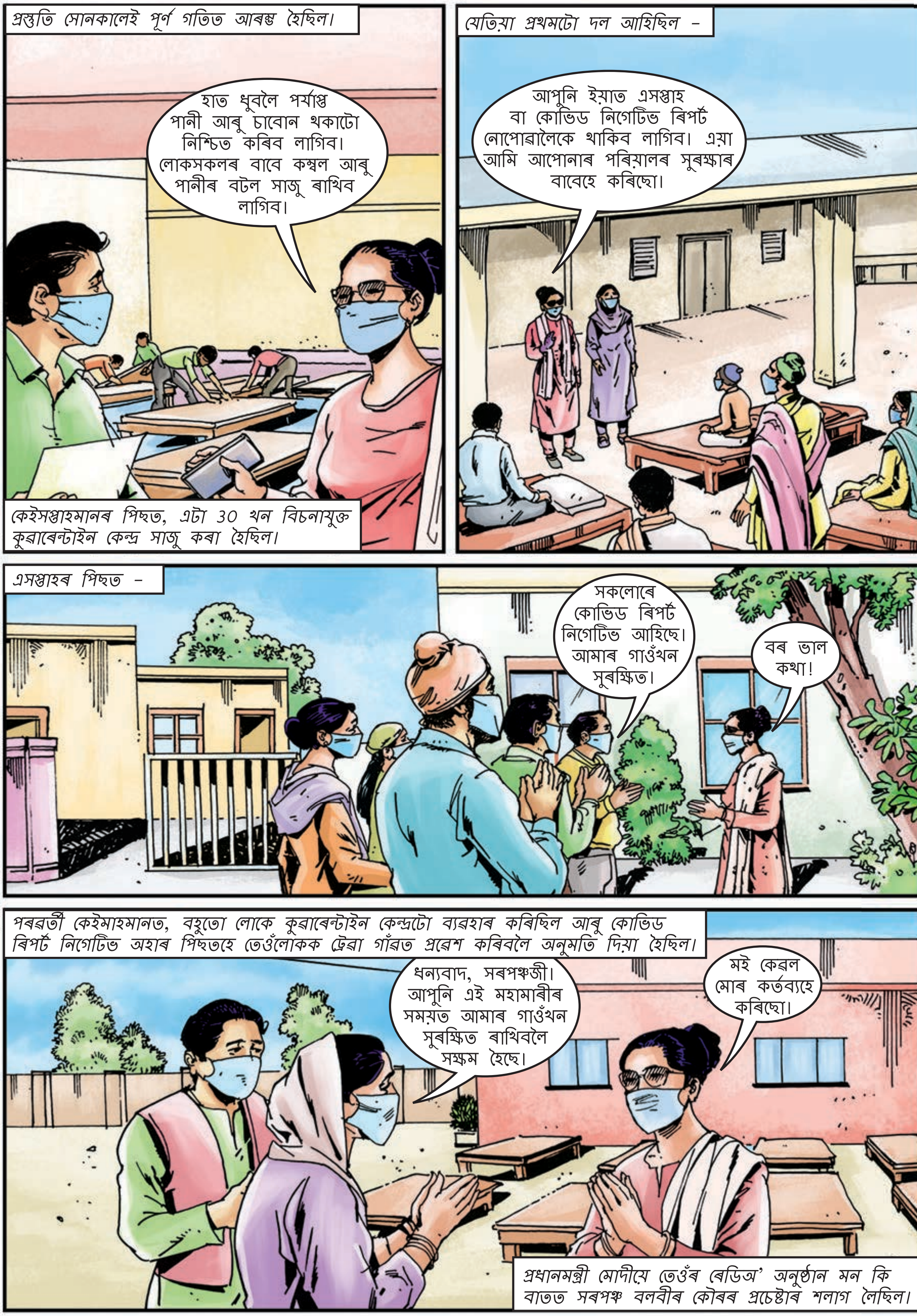
সৰপঞ্চ বলবীৰ কৌৰ



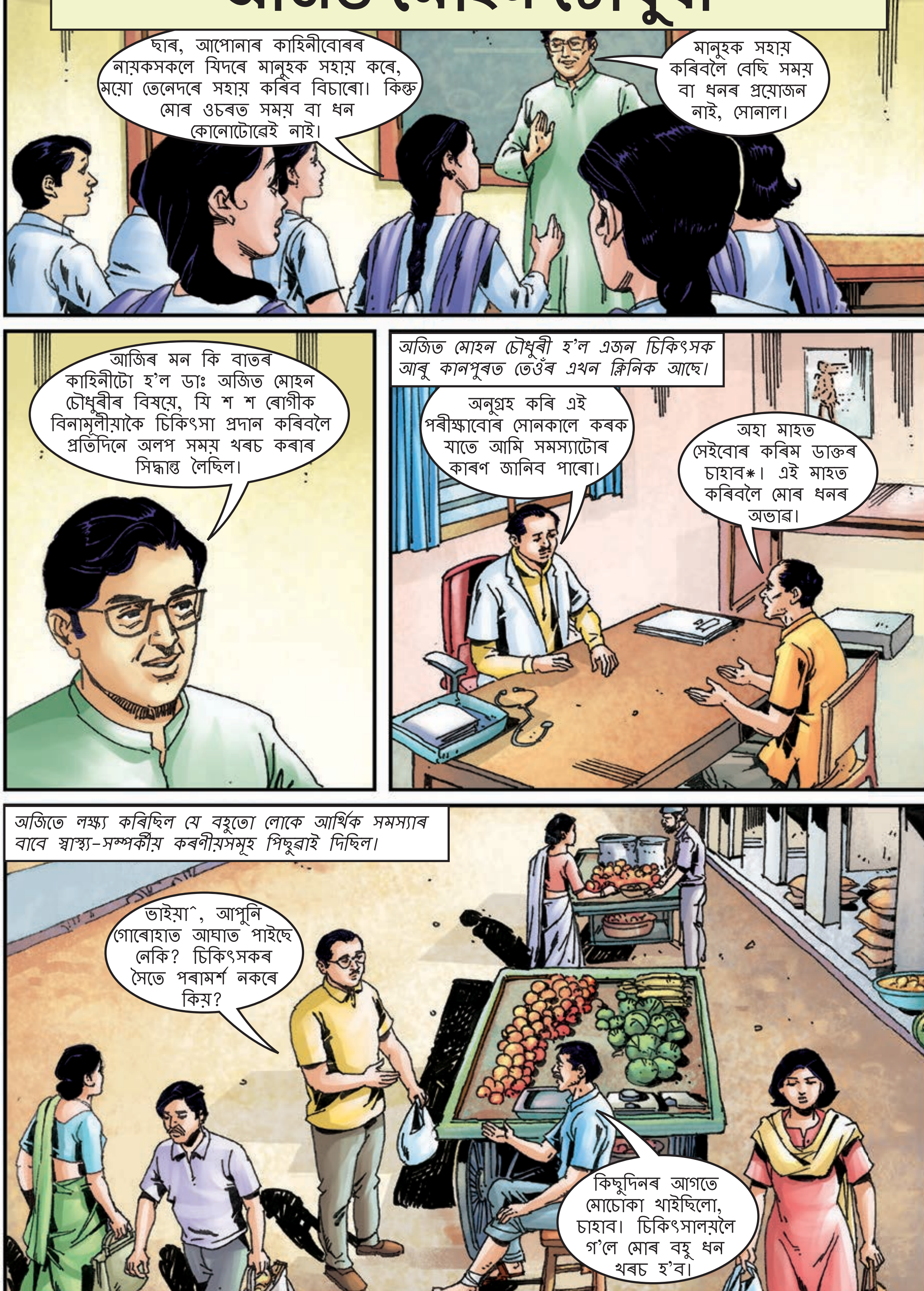
*গাওঁ-প্ৰধান

^জম্মুৰ এখন গাওঁ

যেতিয়া গাওঁবাসীয়ে বলবীৰ কৌৰৰ প্ৰচেষ্টাৰ বিষয়ে জানিব পাৰিলে –
সৰপঞ্চ, আমি আপোনাক সহায় কৰিবলৈ আহিছো।
ধন্যবাদ!
কেইদিনমানৰ পিছত –
আমি আমাৰ গাওঁৰ বেছিভাগ ৰাস্তাই চেনিটাইজ কৰি শেষ কৰিছো।
আমাৰ পৰৱৰ্তী পদক্ষেপটো হ'ল বাহিৰৰ লোকসকলক ইয়ালৈ অহাত বাধা দিয়া যাতে সংক্ৰমণ নিয়ন্ত্ৰণ কৰিব পাৰি।
PANCHAYAT TREVA
বলবীৰ কৌৰে সোনকালেই এখন পঞ্চায়ত সভাৰ আহ্বান কৰিছিল।
লকডাউন ঘোষণা কৰা হ'ব পাৰে আৰু মই আশাকৰো যে আমাৰ গাওঁৰ লোকসকল চহৰৰ পৰা ঘৰলৈ উভতি আহিব। আমি তেওঁলোকক এসপ্তাহৰ বাবে কুৱাৰেন্টাইন কৰিবলৈ এটা কুৱাৰেন্টাইন কেন্দ্ৰ নিৰ্মাণ কৰিব লাগিব।
কিন্তু ক'ত? পঞ্চায়ত গৃহ আৰু সামূহিক কেন্দ্ৰটোৰ মেৰামতিৰ কাম চলি আছে।
আমাৰ গাওঁৰ ঠিক বাহিৰত আৰ্নিয়া খণ্ডত এডোখৰ ঠাই আছে, আমি সেই ঠাইকে কুৱাৰেন্টাইন কেন্দ্ৰলৈ ৰূপান্তৰ কৰিব পাৰো।

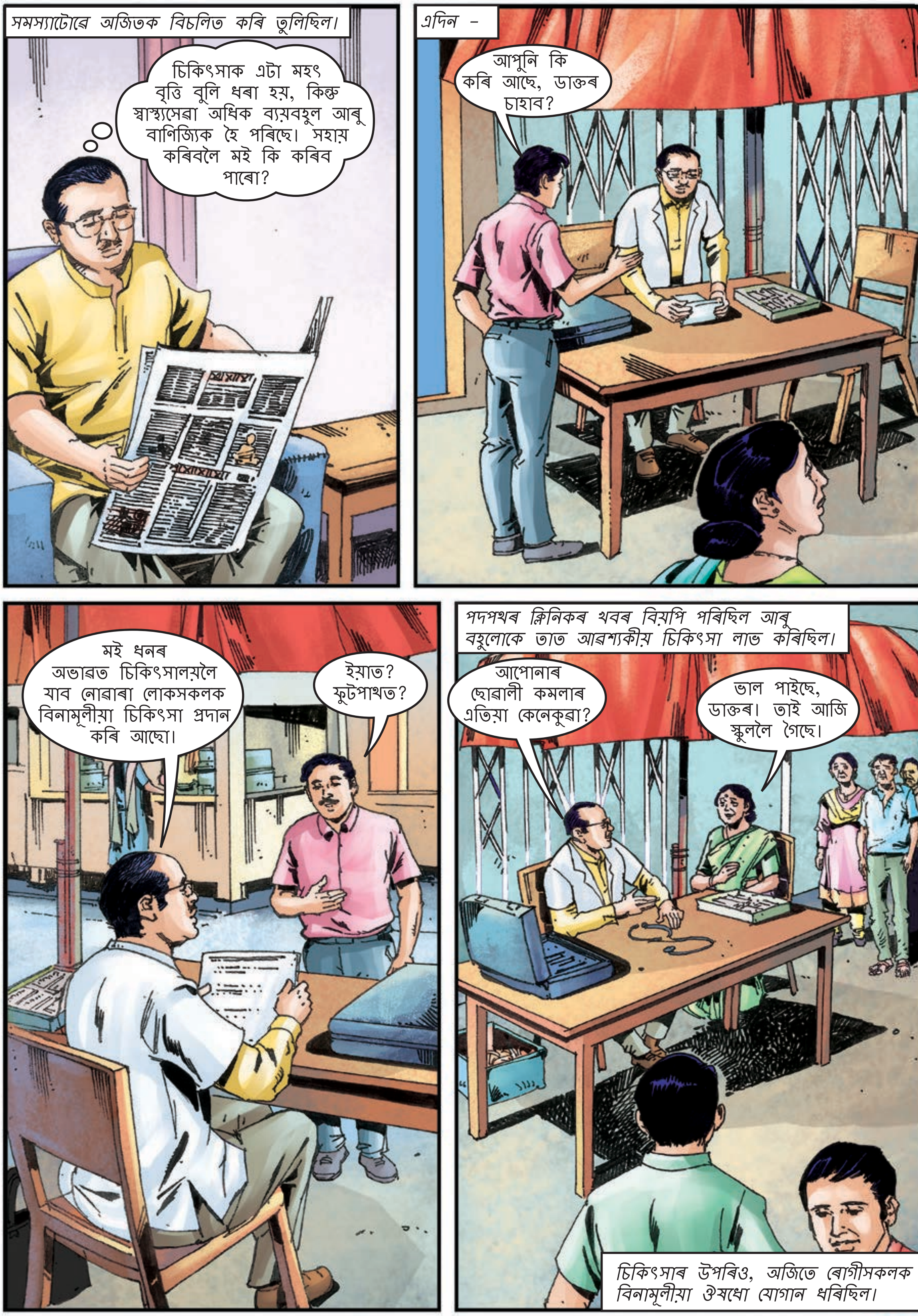

প্ৰস্তুতি সোনকালেই পূৰ্ণ গতিত আৰম্ভ হৈছিল।
হাত ধুবলৈ পৰ্যাপ্ত পানী আৰু চাবোন থকাটো নিশ্চিত কৰিব লাগিব। লোকসকলৰ বাবে কম্বল আৰু পানীৰ বটল সাজু ৰাখিব লাগিব।
কেইসপ্তাহমানৰ পিছত, এটা 30 খন বিচনাযুক্ত কুৱাৰেন্টাইন কেন্দ্ৰ সাজু কৰা হৈছিল।
যেতিয়া প্ৰথমটো দল আহিছিল –
আপুনি ইয়াত এসপ্তাহ বা কোভিড নিগেটিভ ৰিপৰ্ট নোপোৱালৈকে থাকিব লাগিব। এয়া আমি আপোনাৰ পৰিয়ালৰ সুৰক্ষাৰ বাবেহে কৰিছো।
এসপ্তাহৰ পিছত –
সকলোৰে কোভিড ৰিপৰ্ট নিগেটিভ আহিছে। আমাৰ গাওঁখন সুৰক্ষিত।
বৰ ভাল কথা!
পৰৱৰ্তী কেইমাহমানত, বহুতো লোকে কুৱাৰেন্টাইন কেন্দ্ৰটো ব্যৱহাৰ কৰিছিল আৰু কোভিড ৰিপৰ্ট নিগেটিভ অহাৰ পিছতহে তেওঁলোকক ঢ্ৰৈৱা গাঁৱত প্ৰৱেশ কৰিবলৈ অনুমতি দিয়া হৈছিল।
ধন্যবাদ, সৰপঞ্চজী। আপুনি এই মহামাৰীৰ সময়ত আমাৰ গাওঁখন সুৰক্ষিত ৰাখিবলৈ সক্ষম হৈছে।
মই কেৱল মোৰ কৰ্তব্যহে কৰিছো।
প্ৰধানমন্ত্ৰী মোদীয়ে তেওঁৰ ৰেডিঅ' অনুষ্ঠান মন কি বাতত সৰপঞ্চ বলবীৰ কৌৰৰ প্ৰচেষ্টাৰ শলাগ লৈছিল।

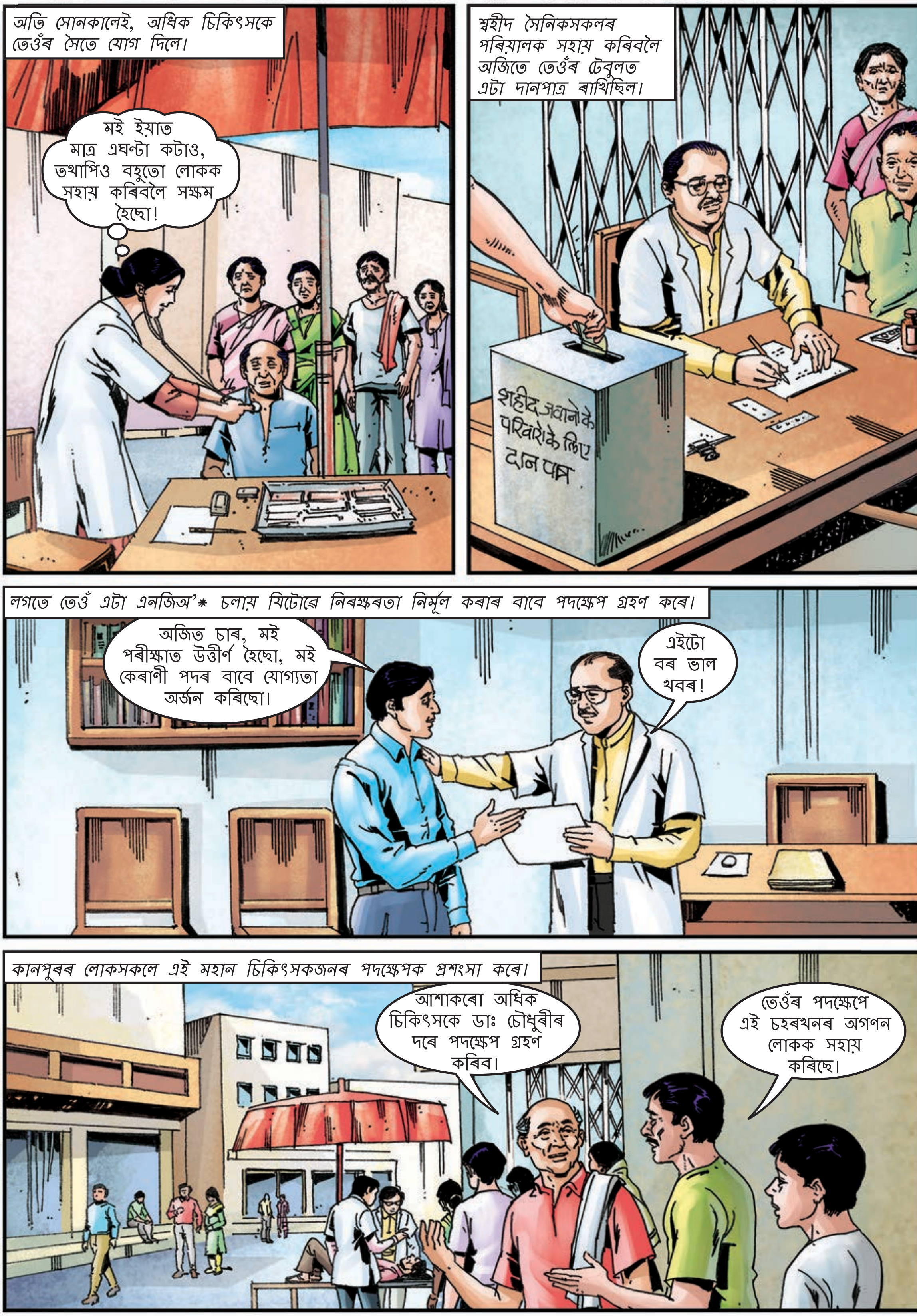
অজিত মোহন চৌধুৰী



*জ্যেষ্ঠজনক সম্বোধন কৰোতে ব্যৱহৃত এটা সন্মানজনক শব্দ

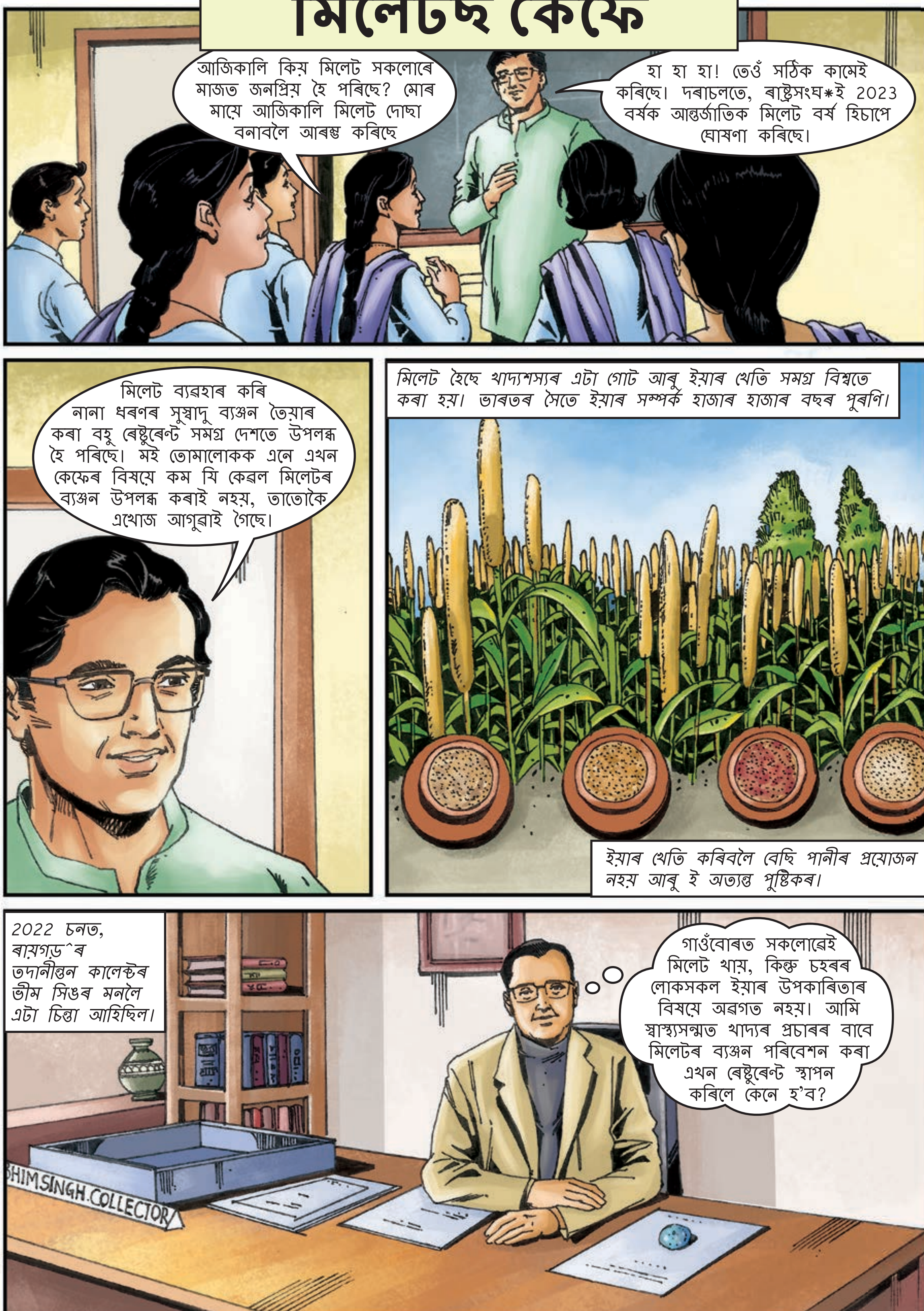
^ভাতৃ


সমস্যাটোৱে অজিতক বিচলিত কৰি তুলিছিল।
চিকিৎসাক এটা মহৎ বৃত্তি বুলি ধৰা হয়, কিন্তু স্বাস্থ্যসেৱা অধিক ব্যয়বহুল আৰু বাণিজ্যিক হৈ পৰিছে। সহায় কৰিবলৈ মই কি কৰিব পাৰো?
এদিন –
আপুনি কি কৰি আছে, ডাক্তৰ চাহাব?
মই ধনৰ অভাৱত চিকিৎসালয়লৈ যাব নোৱাৰা লোকসকলক বিনামূলীয়া চিকিৎসা প্ৰদান কৰি আছো।
ইয়াত? ফুটপাথত?
পদপথৰ ক্লিনিকৰ খবৰ বিয়পি পৰিছিল আৰু বহুলোকে তাত আৱশ্যকীয় চিকিৎসা লাভ কৰিছিল।
আপোনাৰ ছোৱালী কমলাৰ এতিয়া কেনেকুৱা?
ভাল পাইছে, ডাক্তৰ। তাই আজি স্কুললৈ গৈছে।
চিকিৎসাৰ উপৰিও, অজিতে ৰোগীসকলক বিনামূলীয়া ঔষধো যোগান ধৰিছিল।


অতি সোনকালেই, অধিক চিকিৎসকে তেওঁৰ সৈতে যোগ দিলে।
মই ইয়াত মাত্ৰ এঘণ্টা কটাও, তথাপিও বহুতো লোকক সহায় কৰিবলৈ সক্ষম হৈছো!
শ্বহীদ সৈনিকসকলৰ পৰিয়ালক সহায় কৰিবলৈ অজিতে তেওঁৰ টেবুলত এটা দানপাত্ৰ ৰাখিছিল।
शहीद जवानो के परिवारो के लिए दान पात्र
লগতে তেওঁ এটা এনজিঅ'* চলায় যিটোৱে নিৰক্ষৰতা নিৰ্মূল কৰাৰ বাবে পদক্ষেপ গ্ৰহণ কৰে।
অজিত চাৰ, মই পৰীক্ষাত উত্তীৰ্ণ হৈছো, মই কেৰাণী পদৰ বাবে যোগ্যতা অৰ্জন কৰিছো।
এইটো বৰ ভাল খবৰ!
কানপুৰৰ লোকসকলে এই মহান চিকিৎসকজনৰ পদক্ষেপক প্ৰশংসা কৰে।
আশাকৰো অধিক চিকিৎসকে ডাঃ চৌধুৰীৰ দৰে পদক্ষেপ গ্ৰহণ কৰিব।
তেওঁৰ পদক্ষেপে এই চহৰখনৰ অগণন লোকক সহায় কৰিছে।

*বেচৰকাৰী সংস্থা

মিলেটছ কেফে

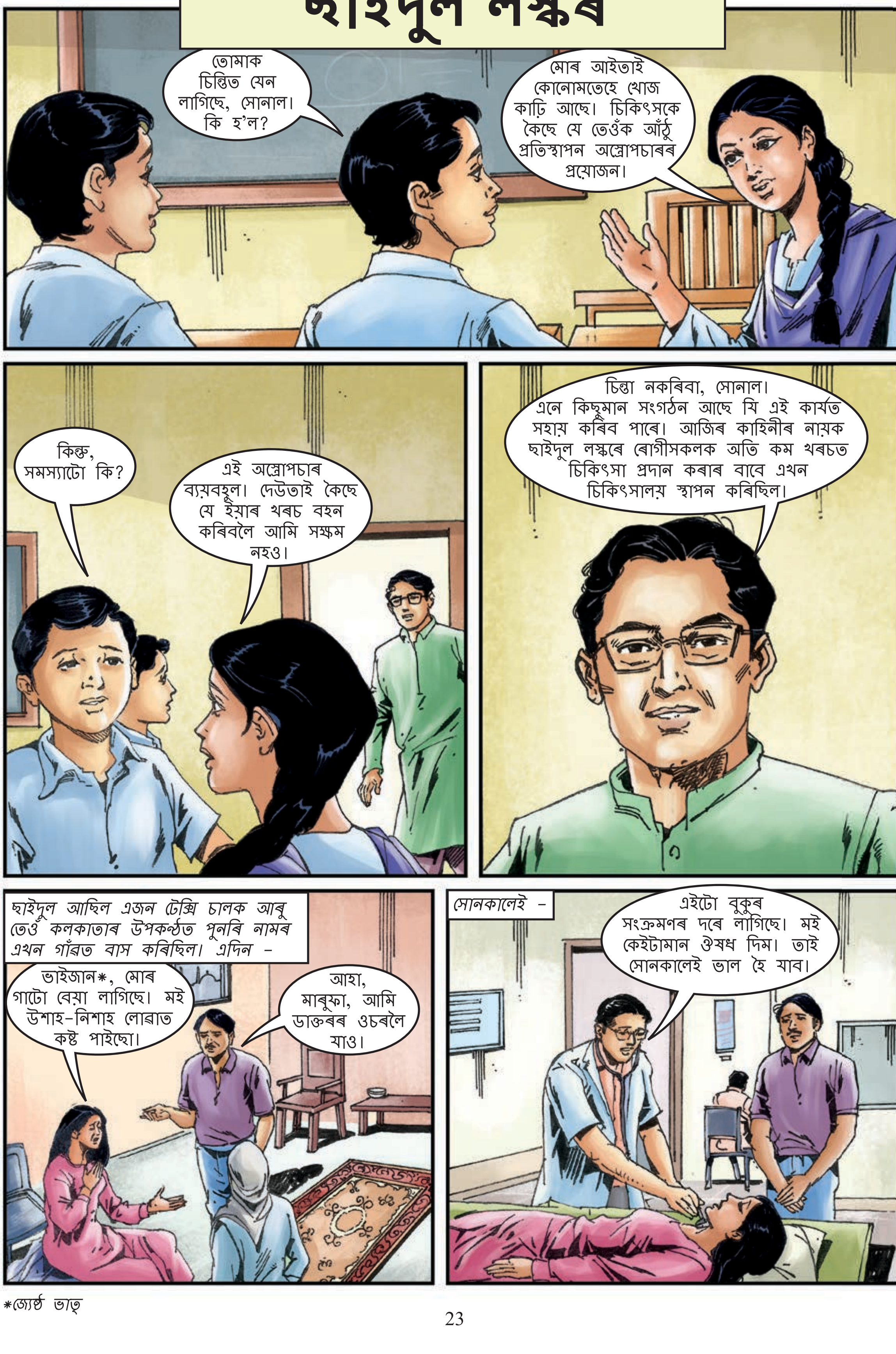


*ৰাষ্ট্ৰসংঘ

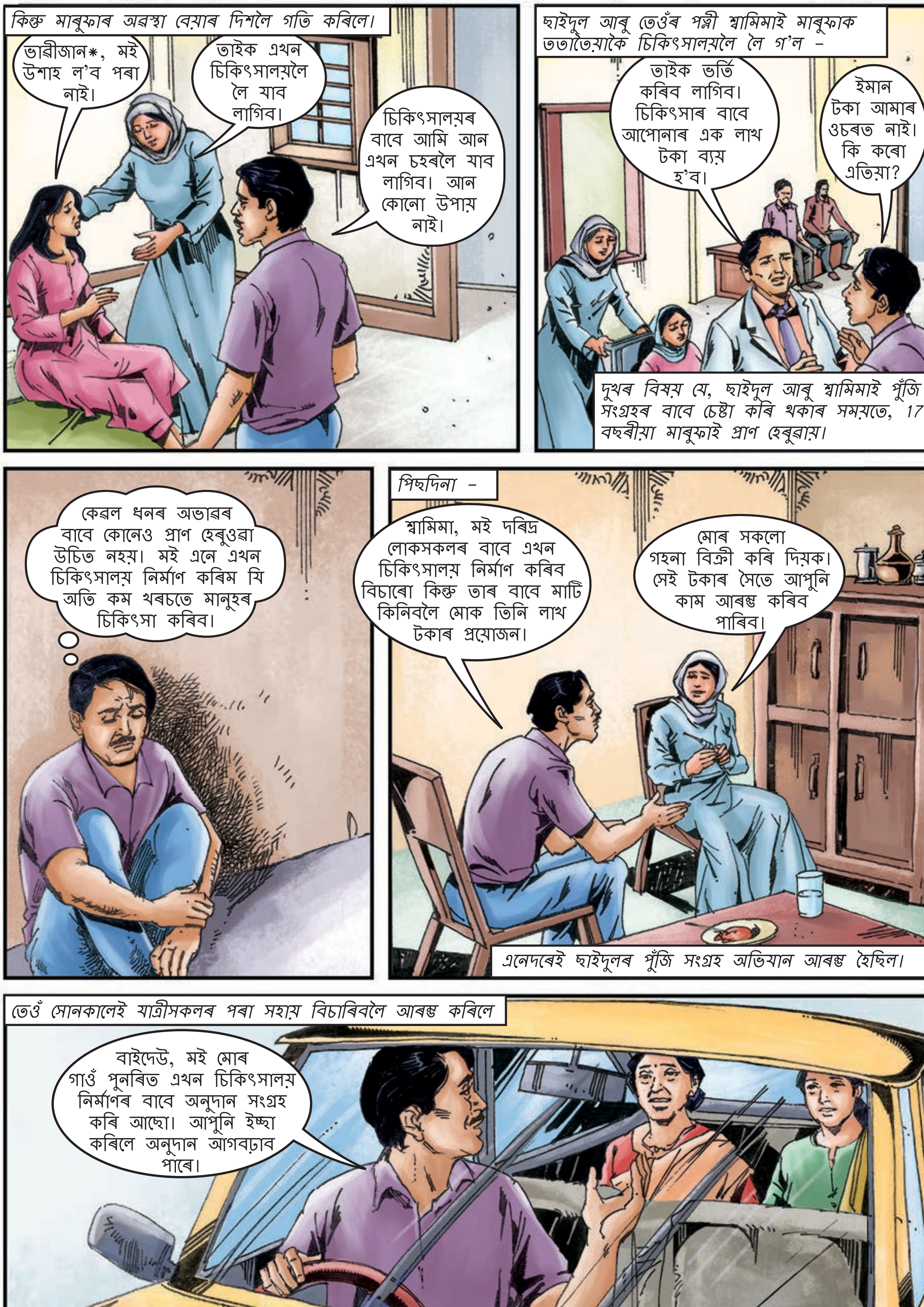
^ছত্তীশগড়ৰ চহৰ

*নগৰীয়া জীৱিকা সৃষ্টিৰ দিশত কাম কৰা এক স্ব-সহায়ক গোট

ছাইদুল লস্কৰ



*জ্যেষ্ঠ ভাতৃ


কিন্তু মাৰুফাৰ অৱস্থা বেয়াৰ দিশলৈ গতি কৰিলে।
ভাৰীজান*, মই উশাহ ল'ব পৰা নাই।
তাইক এখন চিকিৎসালয়লৈ লৈ যাব লাগিব।
চিকিৎসালয়ৰ বাবে আমি আন এখন চহৰলৈ যাব লাগিব। আন কোনো উপায় নাই।
ছাইদুল আৰু তেওঁৰ পত্নী শ্বামিমাই মাৰুফাক ততাতৈয়াকৈ চিকিৎসালয়লৈ লৈ গ'ল –
তাইক ভৰ্তি কৰিব লাগিব। চিকিৎসাৰ বাবে আপোনাৰ এক লাখ টকা ব্যয় হ'ব।
ইমান টকা আমাৰ ওচৰত নাই। কি কৰো এতিয়া?
দুখৰ বিষয় যে, ছাইদুল আৰু শ্বামিমাই পুঁজি সংগ্ৰহৰ বাবে চেষ্টা কৰি থকাৰ সময়তে, 17 বছৰীয়া মাৰুফাই প্ৰাণ হেৰুৱায়।
কেৱল ধনৰ অভাৱৰ বাবে কোনেও প্ৰাণ হেৰুওৱা উচিত নহয়। মই এনে এখন চিকিৎসালয় নিৰ্মাণ কৰিম যি অতি কম খৰচতে মানুহৰ চিকিৎসা কৰিব।
পিছদিনা –
শ্বামিমা, মই দৰিদ্ৰ লোকসকলৰ বাবে এখন চিকিৎসালয় নিৰ্মাণ কৰিব বিচাৰো কিন্তু তাৰ বাবে মাটি কিনিবলৈ মোক তিনি লাখ টকাৰ প্ৰয়োজন।
মোৰ সকলো গহনা বিক্ৰী কৰি দিয়ক। সেই টকাৰ সৈতে আপুনি কাম আৰম্ভ কৰিব পাৰিব।
এনেদৰেই ছাইদুলৰ পুঁজি সংগ্ৰহ অভিযান আৰম্ভ হৈছিল।
তেওঁ সোনকালেই যাত্ৰীসকলৰ পৰা সহায় বিচাৰিবলৈ আৰম্ভ কৰিলে
বাইদেউ, মই মোৰ গাওঁ পুনৰিত এখন চিকিৎসালয় নিৰ্মাণৰ বাবে অনুদান সংগ্ৰহ কৰি আছো। আপুনি ইচ্ছা কৰিলে অনুদান আগবঢ়াব পাৰে।

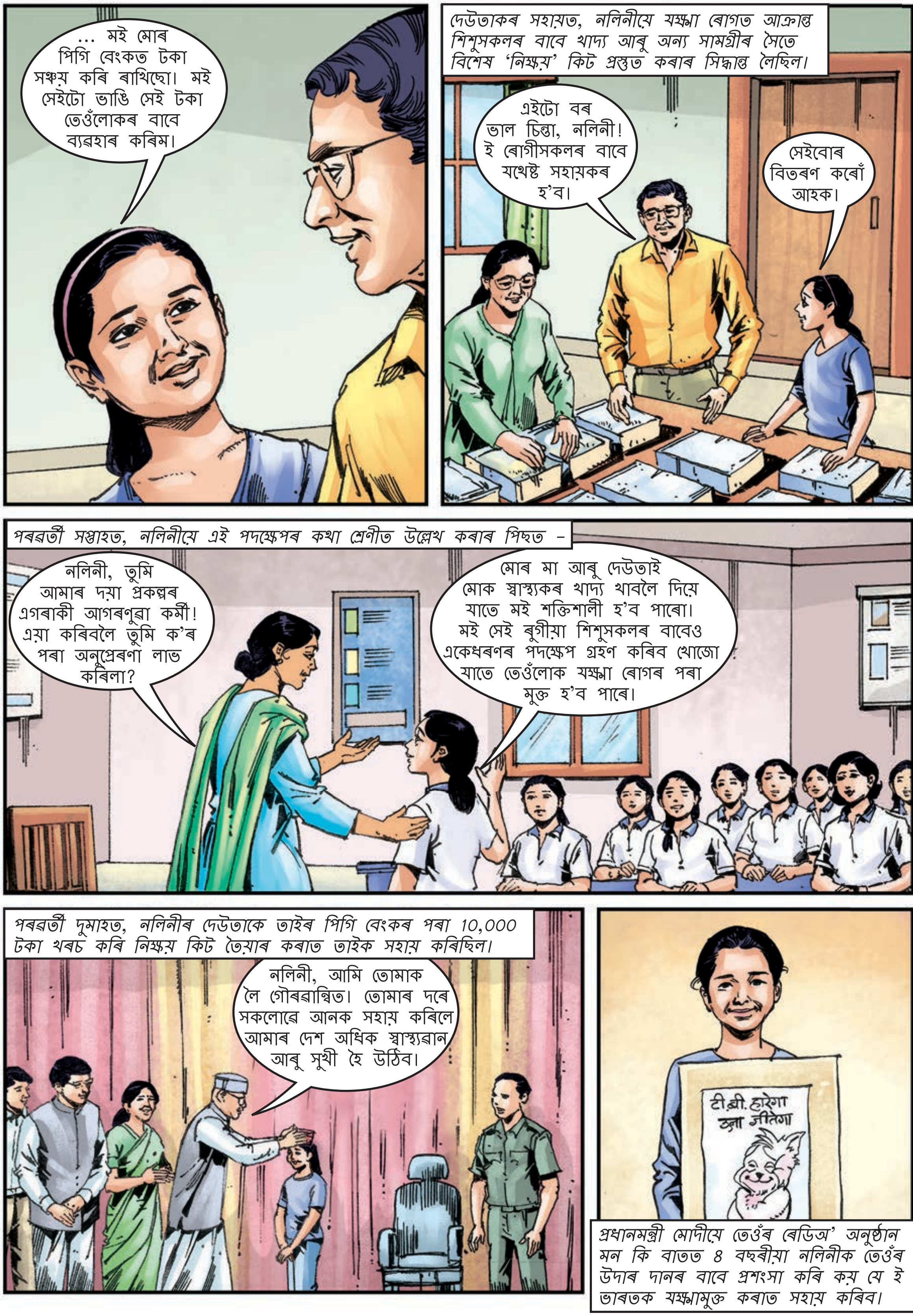
*বৌ

এয়া, এতিয়া এই 100 টকা লওক আৰু মোক আপোনাৰ নম্বৰটো দিয়ক। মই চাকৰি এটা পালে আপোনাৰ সৈতে যোগাযোগ কৰিম আৰু অধিক অনুদান আগবঢ়াম।
ধন্যবাদ, বাইদেউ!
যাত্ৰীগৰাকী আছিল 23 বছৰীয়া সৃষ্টি ঘোষ যি কেইবছৰমানৰ পিছত তেওঁৰ প্ৰথম মাহৰ সম্পূৰ্ণ দৰমহা 25,000 টকা ছাইদুলক প্ৰদান কৰিছিল।
ছাইদুলে পৰৱৰ্তী 12 বছৰ ধৰি যাত্ৰী, গাওঁবাসী আৰু কিছুমান বেচৰকাৰী সংগঠনৰ পৰা পুঁজি সংগ্ৰহ কৰাটো অব্যাহত ৰাখিছিল। অৱশেষত 2018 চনত, মাৰুফা স্মৃতি কল্যাণ ফাউণ্ডেচনটো সৃষ্টিৰ দ্বাৰা উদ্বোধন কৰা হয়।
CLAP
CLAP
CLAP
এয়া এক বিৰল সন্মান!
তুমি আমাৰ হৃদয়ত মাৰুফাৰ ঠাই লৈছা।
ছাইদুলে চিকিৎসালয়খনৰ নিৰ্মাণত এই পৰ্যন্ত 36 লাখ টকা খৰচ কৰিছে।
তলৰ মহলাটো বহিৰ্বিভাগৰ ৰোগীসকলৰ বাবে। পেথলজিকেল লেব থাকিব প্ৰথম মহলাত।
আমি এটা কল্যাণমূলক সংগঠনৰ পৰা এটা এক্স-ৰে আৰু এটা ইইজি যন্ত্ৰ লাভ কৰিছো।
আচৰিত কথা যে সহায় কৰিবলৈ বহু লোক আগবাঢ়ি আহিছে।
ছাইদুলে কেৱল এটা লক্ষ্য আগত লৈ চিকিৎসালয়ত অধিক সুবিধা উপলব্ধ কৰি তোলাৰ বাবে পুঁজি সংগ্ৰহ অব্যাহত ৰাখিছে -
মই পুনৰিৰ চাৰিওফালে থকা 100 খন গাঁৱৰ লোকসকলক সুলভ স্বাস্থ্যসেৱা প্ৰদান কৰিব বিচাৰো।
তেওঁৰ প্ৰচেষ্টাই আনকি প্ৰধানমন্ত্ৰী মোদীৰ ৰেডিঅ' অনুষ্ঠান মন কি বাতত উল্লেখ লাভ কৰিছিল।

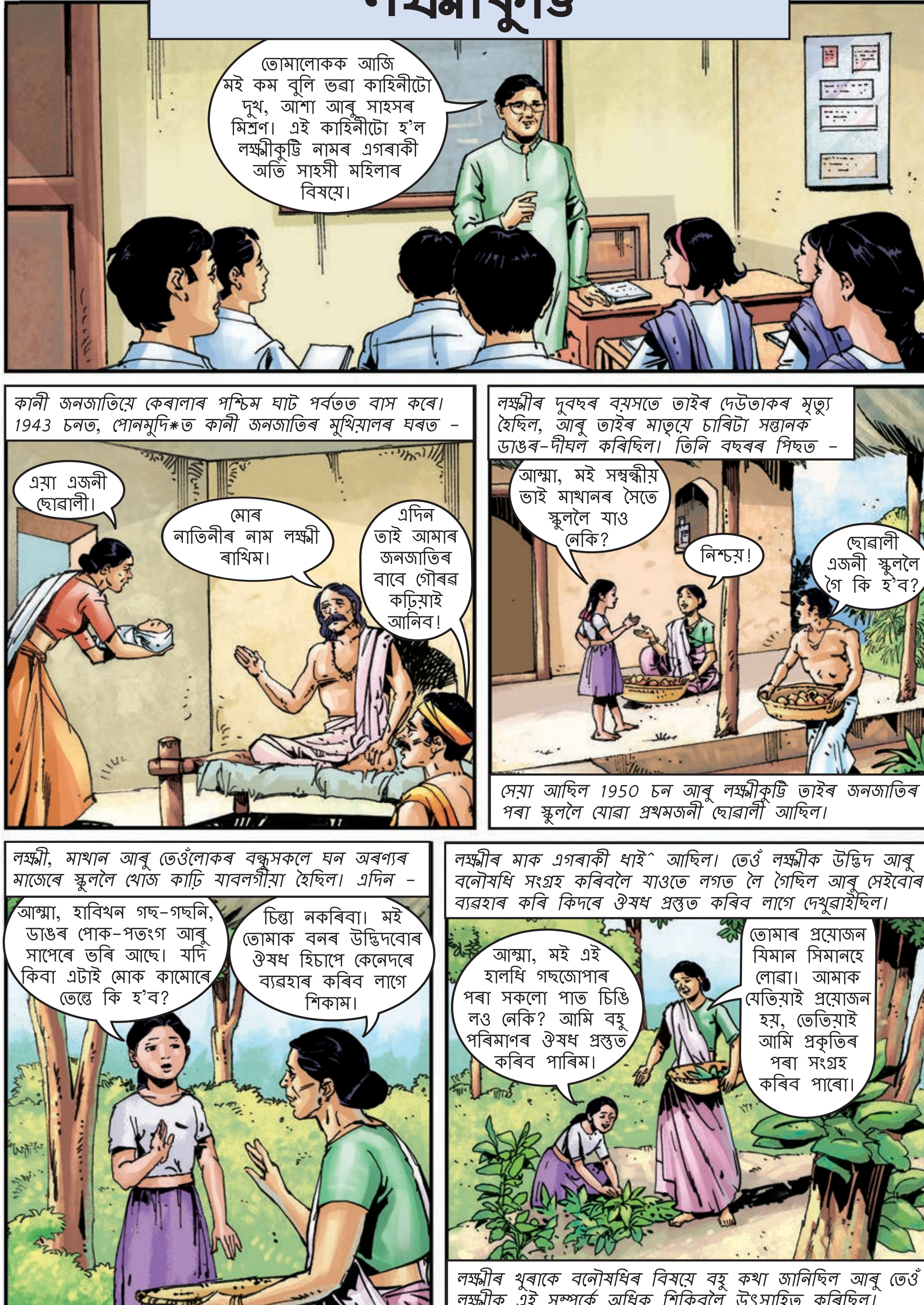
নলিনী সিং

*হিমাচল প্ৰদেশৰ জিলা

^নি-সমাপ্ত, ক্ষয়-টিবি, মিত্ৰ-বন্ধু

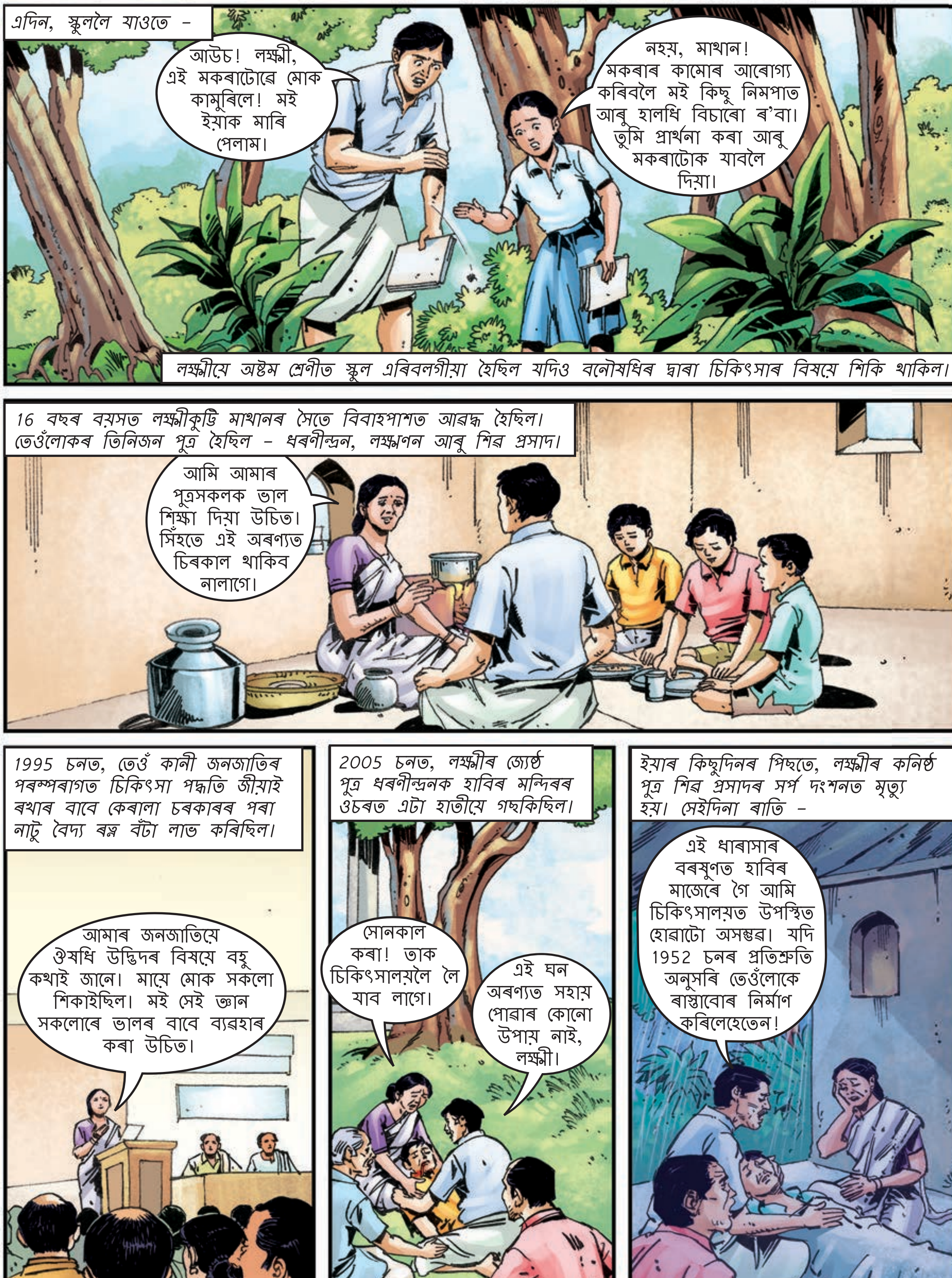

... মই মোৰ পিগি বেংকত টকা সঞ্চয় কৰি ৰাখিছো। মই সেইটো ভাঙি সেই টকা তেওঁলোকৰ বাবে ব্যৱহাৰ কৰিম।
দেউতাকৰ সহায়ত, নলিনীয়ে যক্ষ্মা ৰোগত আক্ৰান্ত শিশুসকলৰ বাবে খাদ্য আৰু অন্য সামগ্ৰীৰ সৈতে বিশেষ 'নিক্ষয়' কিট প্ৰস্তুত কৰাৰ সিদ্ধান্ত লৈছিল।
এইটো বৰ ভাল চিন্তা, নলিনী! ই ৰোগীসকলৰ বাবে যথেষ্ট সহায়কৰ হ'ব।
সেইবোৰ বিতৰণ কৰোঁ আহক।
পৰৱৰ্তী সপ্তাহত, নলিনীয়ে এই পদক্ষেপৰ কথা শ্ৰেণীত উল্লেখ কৰাৰ পিছত –
নলিনী, তুমি আমাৰ দয়া প্ৰকল্পৰ এগৰাকী আগৰণুৱা কৰ্মী! এয়া কৰিবলৈ তুমি ক'ৰ পৰা অনুপ্ৰেৰণা লাভ কৰিলা?
মোৰ মা আৰু দেউতাই মোক স্বাস্থ্যকৰ খাদ্য খাবলৈ দিয়ে যাতে মই শক্তিশালী হ'ব পাৰো। মই সেই ৰুগীয়া শিশুসকলৰ বাবেও একেধৰণৰ পদক্ষেপ গ্ৰহণ কৰিব খোজো যাতে তেওঁলোক যক্ষ্মা ৰোগৰ পৰা মুক্ত হ'ব পাৰে।
পৰৱৰ্তী দুমাহত, নলিনীৰ দেউতাকে তাইৰ পিগি বেংকৰ পৰা 10,000 টকা খৰচ কৰি নিক্ষয় কিট তৈয়াৰ কৰাত তাইক সহায় কৰিছিল।
নলিনী, আমি তোমাক লৈ গৌৰৱান্বিত। তোমাৰ দৰে সকলোৱে আনক সহায় কৰিলে আমাৰ দেশ অধিক স্বাস্থ্যৱান আৰু সুখী হৈ উঠিব।
टी.बी. हारेगा
প্ৰধানমন্ত্ৰী মোদীয়ে তেওঁৰ ৰেডিঅ' অনুষ্ঠান মন কি বাতত 8 বছৰীয়া নলিনীক তেওঁৰ উদাৰ দানৰ বাবে প্ৰশংসা কৰি কয় যে ই ভাৰতক যক্ষ্মামুক্ত কৰাত সহায় কৰিব।

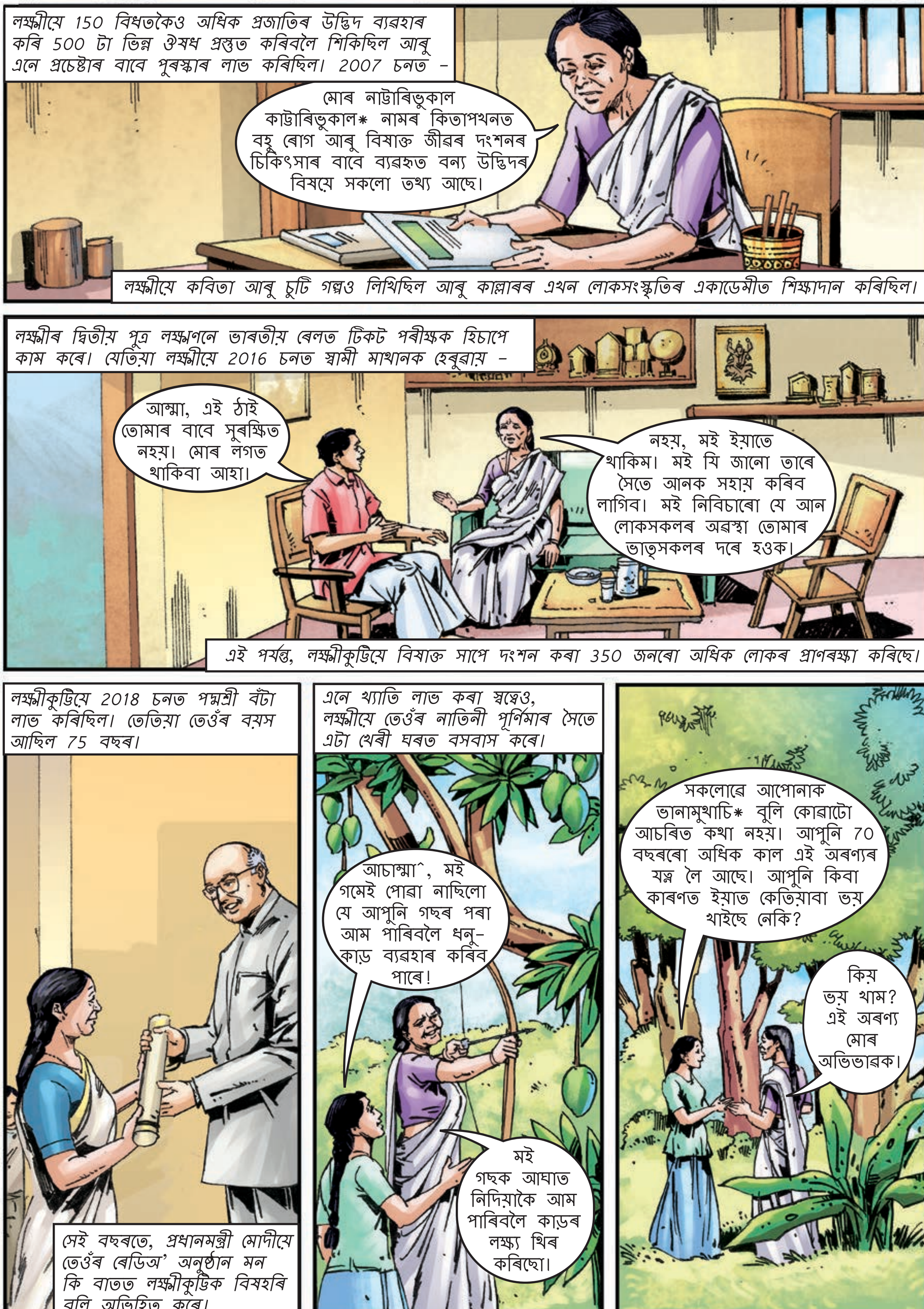
লক্ষ্মীকুট্টি



*এখন গাওঁ যাৰ অৰ্থ হ'ল সোণালী শৃংগ

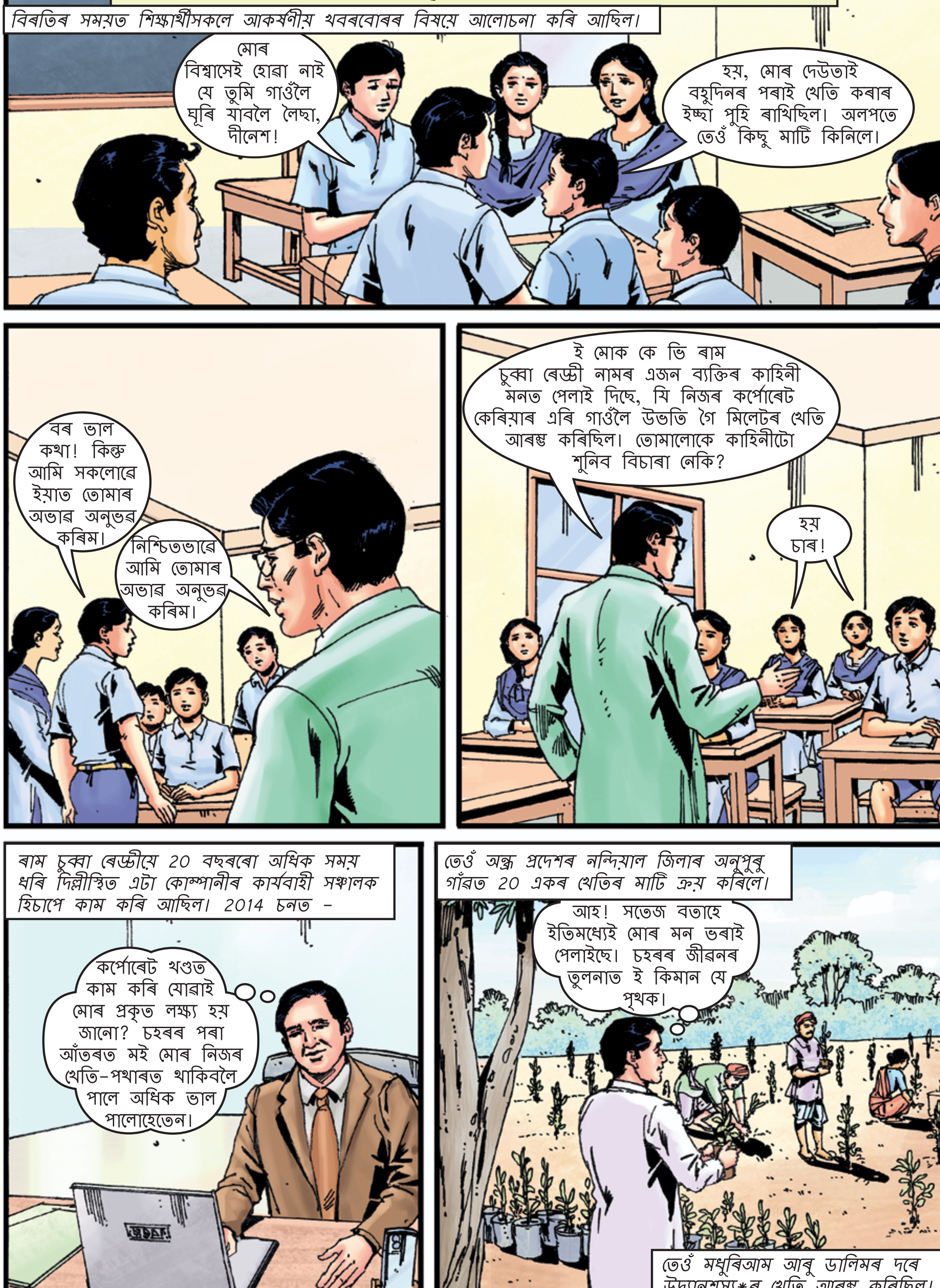
^সন্তান জন্মত সহায় কৰিব পৰাকৈ প্ৰশিক্ষিত ব্যক্তি


এদিন, স্কুললৈ যাওতে –
আউচ! লক্ষ্মী, এই মকৰাটোৱে মোক কামুৰিলে! মই ইয়াক মাৰি পেলাম।
নহয়, মাথান! মকৰাৰ কামোৰ আৰোগ্য কৰিবলৈ মই কিছু নিমপাত আৰু হালধি বিচাৰো ৰ'বা। তুমি প্ৰাৰ্থনা কৰা আৰু মকৰাটোক যাবলৈ দিয়া।
লক্ষ্মীয়ে অষ্টম শ্ৰেণীত স্কুল এৰিবলগীয়া হৈছিল যদিও বনৌষধিৰ দ্বাৰা চিকিৎসাৰ বিষয়ে শিকি থাকিল।
16 বছৰ বয়সত লক্ষ্মীকুট্টি মাথানৰ সৈতে বিবাহপাশত আৱদ্ধ হৈছিল। তেওঁলোকৰ তিনিজন পুত্ৰ হৈছিল – ধৰণীন্দ্ৰন, লক্ষ্মণন আৰু শিৱ প্ৰসাদ।
আমি আমাৰ পুত্ৰসকলক ভাল শিক্ষা দিয়া উচিত। সিঁহতে এই অৰণ্যত চিৰকাল থাকিব নালাগে।
1995 চনত, তেওঁ কানী জনজাতিৰ পৰম্পৰাগত চিকিৎসা পদ্ধতি জীয়াই ৰখাৰ বাবে কেৰালা চৰকাৰৰ পৰা নাটু বৈদ্য ৰত্ন বঁটা লাভ কৰিছিল।
আমাৰ জনজাতিয়ে ঔষধি উদ্ভিদৰ বিষয়ে বহু কথাই জানে। মায়ে মোক সকলো শিকাইছিল। মই সেই জ্ঞান সকলোৰে ভালৰ বাবে ব্যৱহাৰ কৰা উচিত।
2005 চনত, লক্ষ্মীৰ জ্যেষ্ঠ পুত্ৰ ধৰণীন্দ্ৰনক হাবিৰ মন্দিৰৰ ওচৰত এটা হাতীয়ে গছকিছিল।
সোনকাল কৰা! তাক চিকিৎসালয়লৈ লৈ যাব লাগে।
এই ঘন অৰণ্যত সহায় পোৱাৰ কোনো উপায় নাই, লক্ষ্মী।
ধৰণীন্দ্ৰনৰ মৃত্যু হৈছিল।
ইয়াৰ কিছুদিনৰ পিছতে, লক্ষ্মীৰ কনিষ্ঠ পুত্ৰ শিৱ প্ৰসাদৰ সৰ্প দংশনত মৃত্যু হয়। সেইদিনা ৰাতি –
এই ধাৰাসাৰ বৰষুণত হাবিৰ মাজেৰে গৈ আমি চিকিৎসালয়ত উপস্থিত হোৱাটো অসম্ভৱ। যদি 1952 চনৰ প্ৰতিশ্ৰুতি অনুসৰি তেওঁলোকে ৰাস্তাবোৰ নিৰ্মাণ কৰিলেহেতেন!

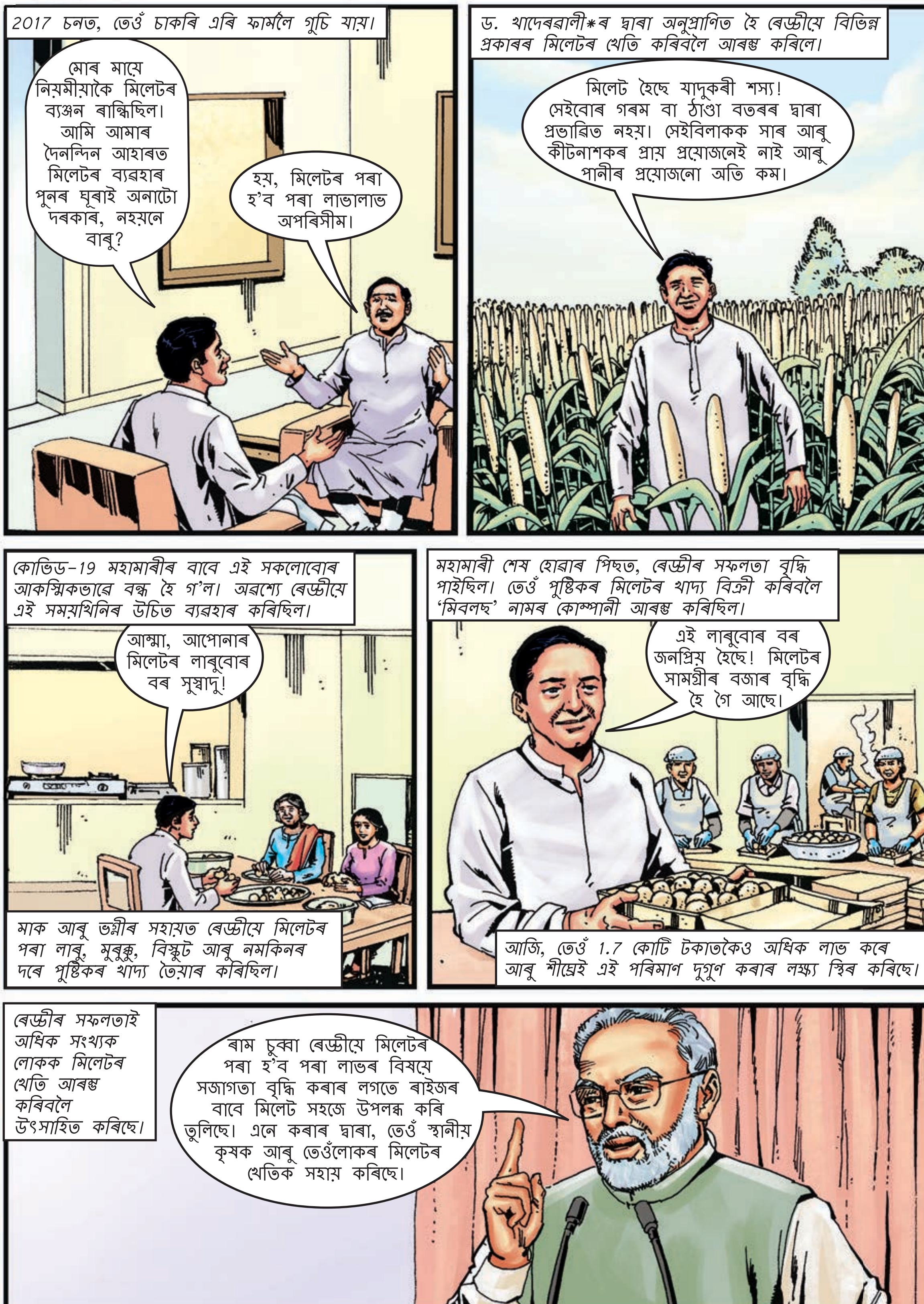


*'পৰম্পৰাগত জ্ঞান, অৰণ্যজ্ঞান'
^মালায়ালমত পিতৃৰ মাতৃ
**অৰণ্যৰ আইতা

ৰাম চুব্বা ৰেড্ডী



*কৃষিবিজ্ঞানৰ শাখা যি মুখ্যতঃ ফল আৰু পাচলিৰ খেতিৰ সৈতে সম্পৰ্কিত



*এজন খাদ্য বিজ্ঞানী যি ৰোগ-নিৰাময়ৰ গুণাগুণ থকা পাঁচবিধ মিলেটক পুনৰুজ্জীৱিত কৰিছিল

मन की बात 100

MANN KI BAAT 100

মন কি বাত

খণ্ড - 7

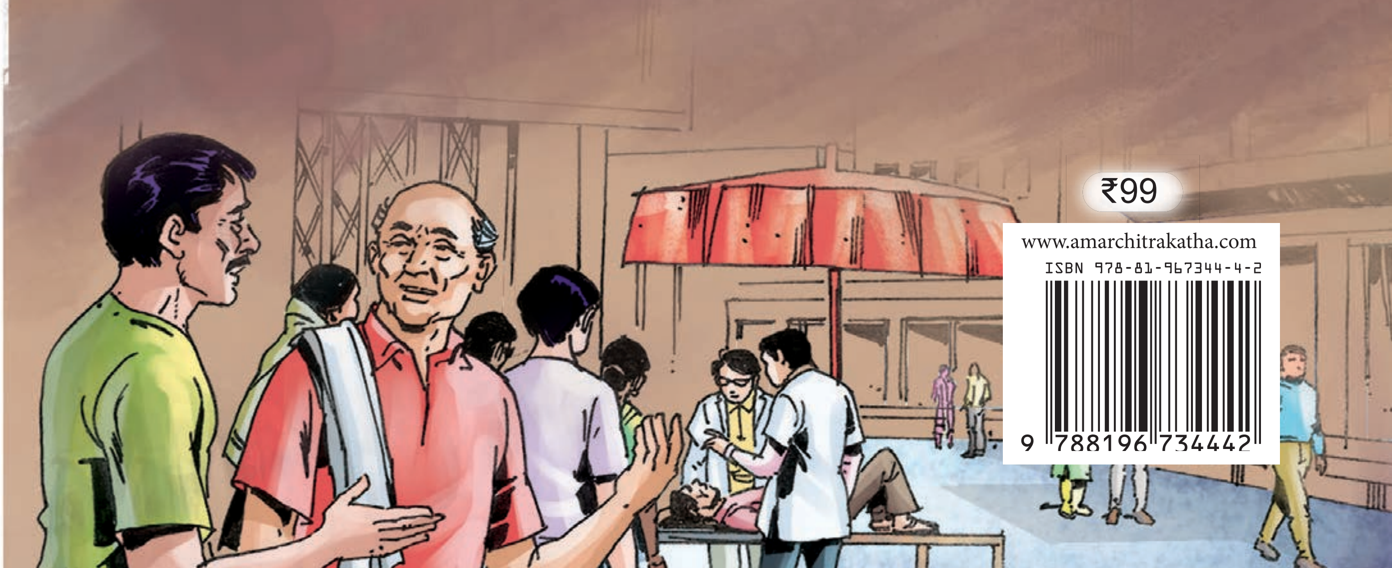
এখন ৰাষ্ট্ৰৰ সমৃদ্ধি নিৰ্ভৰ কৰে ইয়াৰ নাগৰিকসকলৰ স্বাস্থ্যৰ ওপৰত। মন কি বাতৰ সপ্তমটো খণ্ডই এনে কিছুমান কাহিনী লৈ আহিছে যিবিলাকত দেশৰ নাগৰিকৰ সৰু সৰু পদক্ষেপে জনসাধাৰণৰ কল্যাণ সাধন কৰিবলৈ সক্ষম হোৱাৰ কাহিনী বৰ্ণনা কৰা হৈছে।

উত্তৰাখণ্ডৰ এগৰাকী নাৰ্ছ পুনম নৌটিয়ালে কোভিড-19-ৰ সময়ত টীকাকৰণ কেন্দ্ৰলৈ নিজে আহিব নোৱাৰা লোকসকলৰ ঘৰলৈ গৈ 100% টীকাকৰণৰ হাৰ সুনিশ্চিত কৰিছিল।

কেৰালাৰ কানী জনজাতিৰ লক্ষ্মীকুট্টিয়ে পৰম্পৰাগত ঔষধৰ জ্ঞান ব্যৱহাৰ কৰি সৰ্প দংশনৰ চিকাৰ হোৱা 350 জনৰো অধিক লোকৰ জীৱন ৰক্ষা কৰিছে।

যক্ষ্মা ৰোগত আক্ৰান্ত ৰোগীসকলক সহায় কৰিবলৈ নলিনী সিং আৰু দিকাৰ সিং মেৱাৰীয়ে 'নিক্ষয় মিত্ৰ'ৰ দায়িত্ব পালন কৰিছিল।

দেশৰ বিভিন্ন অঞ্চলৰ এই এঘাৰটা কাহিনীয়ে আমাক দেখুৱায় যে এটা দায়িত্বশীল পদক্ষেপে আমাৰ সকলোৰে জীৱনলৈ একোটা বৃহৎ পৰিৱৰ্তন কঢ়িয়াই আনিব পাৰে।



₹99

www.amarchitrakatha.com
ISBN 978-81-967344-4-2