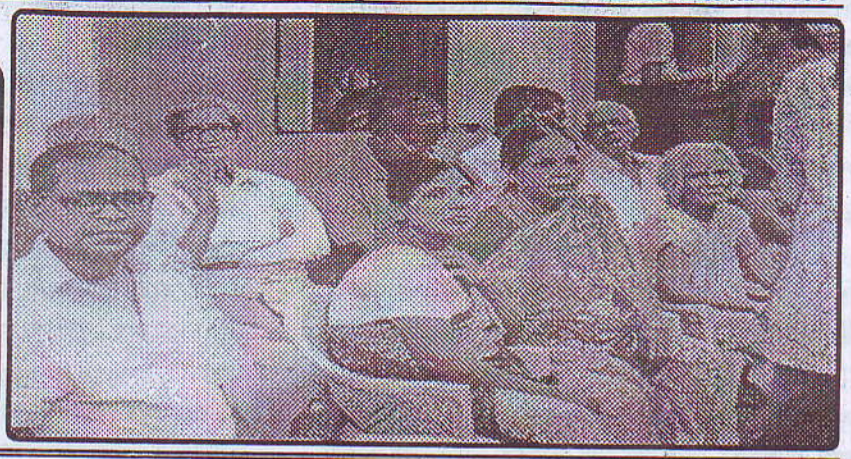
Re. 1.00
মূল্য ঃ ১ টাকা
লহ প্রণাম

PRABINBARTA
প্রবীণবার্তা

MONTHLY
মাসিক

Vol : IV Issue : IX, 15th Dec, 2015 অগ্রহায়ণ, ১৪২২, বার্ষিক মূল্য-১০ টাকা RNI NO. WBBEN / 2012/ 46375



২৭শে নভেম্বর ২০১৫ বেঙ্গল ল্যাম্প এলাকায় অনুষ্ঠিত চক্ষু পরীক্ষা শিবিরে অপেক্ষারত রোগীবৃন্দ

সংস্থায় অনুষ্ঠিত শারদীয় মিলনোৎসবের বিবরণ।

৭ই নভেম্বর ২০১৫ শনিবার বিকাল ৫টায় বাঁশদ্রোণীস্থ 'হরিদাস মালাকার' ভবনে শিশু শিল্পী অপরাজিতা মুখার্জীর ও ১৮ই নভেম্বর ২০১৫ বুধবার বিকাল ৫টা আনোয়ার শাহ রোডস্থ সংস্থার দ্বিতলে 'বিমল চ্যাটার্জী অডিটোরিয়ামে' ডাঃ কৃষ্ণা হালদারের উদ্বোধনী সঙ্গীতের মাধ্যমে শারদীয় মিলনোৎসবের শুভ সূচনা হয়। উভয় অনুষ্ঠানে সভাপতিত্ব করেন সংস্থার সভাপতি শ্রী পেলব মুখার্জী ও সহ সভাপতি শ্রী রামরমণ ভট্টাচার্য বিশেষ অতিথিরূপে উপস্থিত ছিলেন। সভাপতি মহাশয় উপস্থিত সকলকে শারদীয়ার শুভেচ্ছা জানিয়ে সংক্ষিপ্ত বক্তব্য রাখেন। তিনি সংস্থার সার্বিক পরিস্থিতি ও পরিকল্পনার কথা উল্লেখ করেন। ডাঃ কৃষ্ণাজ্জুন মুখার্জী ও ডাঃ হিমাদ্রী বিশ্বাস যে চিকিৎসা পরিষেবা দিচ্ছেন তার বর্ণনা করেন। ভবিষ্যতে শ্রমজীবি ও স্বল্প আয়ের মানুষের জন্য অর্থোপেডিক হাসপাতাল গড়া নিয়ে অগ্রসর হওয়ার কথা বলেন। তার জন্য ১০ লাখ টাকার একটি তহবিল গঠনের পরিকল্পনা সহ সকলকে ডোনেশন প্রদান করার আহ্বান জানিয়ে তার বক্তব্য শেষ করেন।

শ্রী রামরমণ ভট্টাচার্য মহাশয় তার বক্তব্যে বেথুন ইন্সটিটিউট গঠনের কারণ বর্ণনা করেন। দুর্গোৎসব কিভাবে বাঙালীর জাতীয় উৎসবে পরিণত হল তার বিভিন্ন দিক নিয়ে আলোচনা করেন। শরৎকালে দুর্গাপূজা হওয়ার বৈশিষ্ট্য উল্লেখ করেন। এটা একেবারে অনার্য পূজা। সাঁওতালদের যে চান্দিপূজা আছে তার সাথে দুর্গাপূজার মিল আছে। রামায়ণে কোথাও দুর্গাপূজা সম্পর্কে কিছু নেই। এটা কৃত্তিবাসের কল্পনা। সম্রাট আকবরের আমলে ভারতবর্ষে এই পূজার বিস্তার লাভ করে। বিভিন্ন উদাহরণের মাধ্যমে দুর্গাপূজার তাৎপর্য ব্যাখ্যা করেন। শ্রী চয়ন ভট্টাচার্য

বাঁশদ্রোণীতে অনুষ্ঠিত শারদ উৎসবে উপস্থিত সকলকে শারদীয়ার শুভেচ্ছা জানিয়ে তার বক্তব্য শুরু করেন। উৎসবের বর্ণনার সাথে সাথে দেশের সার্বিক পরিস্থিতির কথা উল্লেখ করেন। যে ভাবে হিংসাত্মক কার্যকলাপ চলছে এবং সম্প্রদায়িক সম্প্রীতি নষ্ট হচ্ছে সে কথা উল্লেখ করেন। সকলের কল্যাণ ও সুস্থ জীবন কামনা করে তার বক্তব্য শেষ করেন। ডাঃ কৃষ্ণার্জ্জুন মুখার্জী বলেন উৎসব জিনিসটা আমাদের কাছে খুব আনন্দের। বয়স্ক মানুষ যতদিন বেঁচে থাকবে তা সমাজের কাছে আশীর্বাদ। দুর্গাপূজার বিভিন্ন দিক তুলে ধরেন, সমস্ত কিছু ভেবে চিন্তে সঠিক পথে সকলকে পথ চলতে হবে। তারপর সকলকে ধন্যবাদ জানিয়ে তার বক্তব্য শেষ করেন।

বাঁশদ্রোণীতে সঙ্গীত পরিবেশন করেন শ্রীমতি শিউলী গাঙ্গুলী, ডাঃ কৃষ্ণা হালদার শ্রীমতী অর্চনা ভাদুড়ী ও শ্রী রনি মুখার্জী। আনোয়ার শাহ রোডস্থ সংস্থার দ্বিতলে 'বিমল চ্যাটার্জী অডিটোরিয়ামে' অনুষ্ঠিত শারদীয় উৎসবে সঙ্গীত পরিবেশন করেন শ্রী শান্তনু ভট্টাচার্য, শ্রীমতি দীপালি রায় ও শ্রীমতি শিপ্রা ব্যানার্জী, আবৃত্তি পরিবেশন করেন করবী লাহিড়ী ও কথিকা কাঠ করেন শ্রী সুনীল সরকার। উভয় অনুষ্ঠানে ধন্যবাদ জ্ঞাপন করে অনুষ্ঠানের সমাপ্তি ঘোষণা করেন যথাক্রমে শ্রী দীপেশ মিত্র ও শ্রী সনৎ লাহিড়ী।

রিপোর্ট

বেথুন ইন্সটিটিউট অফ জেরিয়াট্রিকস রিসার্চ অ্যান্ড রিহ্যাবিলিটেশন সেন্টারের উদ্যোগে ২৭শে নভেম্বর ২০১৫ শুক্রবার বেঙ্গলল্যাম্প কারখানার শ্রমিকদের সহযোগিতায় বেঙ্গলল্যাম্প কারখানার গেটে একটি চক্ষু পরীক্ষা শিবিরের আয়োজন করা হয়। সরকারী হাসপাতালে কর্মরত ডাঃ সরোজ পোদ্দারের তত্ত্বাবধানে এই শিবির পরিচালিত হয়। ৬০ জনের চক্ষু পরীক্ষা করা হয়। তাদের মধ্যে ৯০ শতাংশ লোকের বয়স ৫০ বছরের উপর তাছাড়া ৬০ শতাংশ মহিলা উপস্থিত ছিলেন। ১৯ জনকে স্বল্পমূল্যে চশমা দেওয়ার ব্যবস্থা করা হয়েছে। ছানি অপারেশনের জন্য ৯ জন তাদের নাম নথিভুক্ত করেছেন। মেডিকেল কলেজের প্রফেসার ডাঃ হিমাদ্রী দত্তের সাথে যোগাযোগ করে সরকারী হাসপাতালে ছানি অপারেশনের ব্যবস্থা করা হবে। চক্ষু পরীক্ষার জন্য ১২৫ জন নাম নথিভুক্ত করেছিলেন।

উক্ত শিবিরে পরিচালন পরিষদের সদস্যদের মধ্যে সভাপতি শ্রী পেলব মুখার্জী, সহ-সভাপতি শ্রী অম্বর রায় চৌধুরী, শ্রী ধীরেন্দ্র কৃষ্ণ রায়, শ্রী গৌতম রায় চৌধুরী, শ্রী অশোক রঞ্জন ধর, শ্রীমতী রাধা দত্ত, সংস্থার কর্মীবৃন্দ, বেঙ্গলল্যাম্প কারখানার শ্রমিকবৃন্দ সহ এলাকার গণ্যমান্য ব্যক্তিবর্গ উপস্থিত ছিলেন।

২৭শে নভেম্বর ২০১৫ যাদের চক্ষু পরীক্ষা করা সম্ভব হয়নি তাদের জন্য আবার ঐ স্থানে ৪ঠা ডিসেম্বর ২০১৫ শুক্রবার ডাঃ সরোজ পোদ্দারের তত্ত্বাবধানেই চক্ষু পরীক্ষা শিবিরের আয়োজন করা হয় এবং ৪২জনের চক্ষু পরীক্ষা করা হয়। ১৩জনকে স্বল্পমূল্যে চশমা দেওয়ার ব্যবস্থা করা হয়েছে। ছানি অপারেশনের জন্য ৪ জনকে পরামর্শ দেওয়া হয়েছে। তাছাড়া ডাঃ পাল প্যাথের সহযোগীতায় রক্তের Glucose Random পরীক্ষার ব্যবস্থা করা হয়। ৩৯ জন তাদের রক্ত পরীক্ষা করান। উক্ত শিবিরেও বেথুনের কর্মীবৃন্দ ও বেঙ্গল ল্যাম্প কারখানার শ্রমিকবৃন্দ সহ এলাকার গণ্যমান্য বক্তিগণ উপস্থিত ছিলেন।

স্মরণে বরণে ধ্রুবতারা

ছায়া মুখোপাধ্যায়

ধ্রুবতারা তো আর তারা নয়। আকাশে বহু তারা সন্ধ্যার পর জ্বলে ওঠে। আবার অনেক গ্রহও আকাশে জ্বল জ্বল করে জ্বলতে দেখা যায়। কিন্তু ধ্রুবতারা একটি নির্দিষ্ট গ্রহ। এ শুধুমাত্র উত্তর আকাশে প্রতিদিন সন্ধ্যার পর উজ্জ্বল আলো দেয়। প্রাচীনকালে নাবিকরা ধ্রুবতারার অবস্থান দেখেই দিক নির্ণয় করতো। এই তারা আমাদের যাত্রা পথের দিক নির্ণয় করতো সেই প্রাচীন কাল থেকে। তেমনভাবে মানুষের কর্মজীবনেও অনেক নক্ষত্রদের সঙ্গে কর্মের উদ্যেশ্যে কাজের গতিকে এগিয়ে নিয়ে যাবার জন্য অগ্রসর হতে হয়। ১৯৬৮ সালে আমি অঞ্চল থেকে একটি বিদ্যালয় গড়ার দায়িত্ব পেয়েছিলাম। আমি অল্প বয়সেই স্কুল গড়ার দায়িত্বে ঝাপিয়ে পড়েছিলাম। বিদ্যালয়ের স্থান ঠিক করা, শিক্ষিকা খুঁজে নেওয়া - এমনকি বিদ্যালয়ের পরিচালন কমিটি নির্ণয় করা ইত্যাদি সমস্ত দায়িত্বেই মহিলাদের ন্যস্ত করেছিলাম।

আর ঠিক তখন থেকেই ১৯৬৯ সাল আমি ভালো করে না বুঝেই নিখিলবঙ্গ প্রাথমিক শিক্ষক সমিতির সাথে যুক্ত হয়ে পড়ি। আর ঠিক তারপর থেকেই আমি মাননীয় প্রশান্ত বসু মহাশয়ের নাম শুনে আসছি।

সম্প্রতি উনি আমাদের ছেড়ে চিরকালের মতো চলে গেলেন। আমি মনে করি সমাজের উজ্জ্বল তারাগুলির মধ্যে উনি আজও সুস্থ সমাজে ধ্রুবতারার মতো জ্বল জ্বল করে জ্বলছেন।

সংগঠনের সান্নিধ্যে এসে বহু স্বনামধন্য ব্যক্তিত্বের সাথে পরিচয় হয়েছিল। তাঁদের সাথে একযোগে বহু কর্মসূচীতে অংশগ্রহণও করেছি। সে সময় ইমারজেন্সী পিরিয়ড ছিল। তখন বিদ্যালয়ের উপর নানাবিধ বাধা বিপত্তি, অশান্তি এমনকী দৈহিক নিপীড়ন চলতো শিক্ষকদের উপর। শিক্ষকদের এখনকার মতো এমন নিশ্চিন্ত জীবন ছিল না মোটেই। তাঁদের সামাজিক জীবনে সম্মান ও অস্তিত্ব ছিল না মোটেই। আর ছিল শুধু অপমান, আর বুভুক্ষা।

এইসব শিক্ষকদের জীবন ও জীবিকার নানা সমস্যার জন্য আমি প্রশান্তদার পরামর্শ গ্রহণ করার জন্য ওনাকে খুঁজে বেড়াতাম। উনি বড় বাজার এলাকায় একটি বিদ্যালয়ে শিক্ষকতা করতেন। কিন্তু শিক্ষকদের জীবন জীবিকার সমস্যার সমাধানার্থে তাঁকে সারা পশ্চিমবঙ্গের বিদ্যালয় গুলিতে উত্তর থেকে দক্ষিণ পূর্ব থেকে পশ্চিমে ছুটে বেড়াতে হতো।

১৯৭২ সালে একদল মারমুখী স্বার্থান্বেষী মানুষ আমাদের বিদ্যালয়ে চড়াও হয়ে আগুন লাগাতে উদ্ধত হয়েছিল। কিন্তু আমি নিজে বুদ্ধি খাটিয়ে সম্বিত ফিরিয়ে অত্যন্ত মার্জিত ভাষায় শুধু একটা কথাই বলেছিলাম যে, "ঠিক আছে আপনাদের আগুন লাগাতে ইচ্ছা করছে তো লাগান। কিন্তু একবারও ভেবে দেখেছেন কী যে অঞ্চলে আপনাদের ঘরের ছেলেমেয়েরা একটি সুরক্ষিত পরিবেশে বিনাবেতনে পড়াশুনা করতে পারছে তার থেকে চিরকালের মতো বঞ্চিতহবে আর অঞ্চলে যে সুষ্ঠু পরিবেশ গড়ে উঠেছে - তাও তো নষ্ট হয়ে যাবে। তাতেও বিপদ বাড়বে আপনাদেরই। আর আমাকে যদি চলে যেতে বলেন তাতে আমার কোন আপত্তি নেই।" তখন অঞ্চলের আরেক দল মানুষ কিছুক্ষণের মধ্যে এসে ক্ষমা চাইলেন এবং তাদের ভুল স্বীকার করলেন। সঙ্গে সঙ্গে তারা বললেন যে "আপনি এই স্কুল ছেড়ে কোথাও যেতে পারবেন না, আমরা আপনাকে যেতে দেবো না। প্রয়োজনে আমরা সকলে গিয়ে শিক্ষা দপ্তরে ঘেরাও করবো"।

এরকম একটা পরিস্থিতিতে আমি প্রশান্তদার সাথে যোগাযোগ করে বিদ্যালয়ের কথা সবাই জানাই। উনি আমাকে পরামর্শ দিয়েছিলেন যে আমি যেন বিদ্যালয়ের অভিভাবক - অভিভাবিকাদের এবং অঞ্চলের মানুষদের সাথে আরও নিবিড় সম্পর্ক গড়ে তুলি।

এরপর গণেশ চন্দ্র এভিনিউতে শিক্ষক নেতা (মাধ্যমিক) সত্যপ্রিয় ভবন একতলার উদ্বোধন অনুষ্ঠানে প্রশান্তদা আমাকে অবশ্যই উপস্থিত থাকার জন্য খবর পাঠিয়েছিলেন। আমি উপস্থিত ছিলাম। উনি আমাকে কয়েকটি নির্দিষ্ট কাজ করার দায়িত্ব অর্পণ করেছিলেন। তখন প্রাথমিক ও মাধ্যমিক শিক্ষকদের একসাথে একইরকম দাবী ও কর্মসূচীর ভিত্তির আন্দোলন চলতো। পরবর্তীকালে ১৯৯০ সালের পর থেকে কোন এক অজ্ঞাত কারণে যৌথ কর্মসূচী পালনে অনীহা পরিলক্ষিত হয়।

প্রশান্তদা এমন একজন শিক্ষক দরদী মানুষ ছিলেন যে শিক্ষকদের প্রয়োজনে তাঁকে বিনা বেতনে অতিরিক্ত ছুটি নিতে হতো। তাতেও তিনি আন্দোলন কর্মসূচী থেকে বিরত থাকতেন না। সবচেয়ে বেশী কারাবাস করেছিলেন তিনি আন্দোলনে অংশগ্রহণ করতে গিয়ে। উত্তরবঙ্গের বিভিন্ন জেলাতে অন্যান্য সহযোদ্ধাদের নিয়ে মজবুত সংগঠন গড়ে তুলেছিলেন। পরবর্তীকালে এ রাজ্য ছেড়ে সর্বভারতীয় সংগঠন গড়ার লক্ষ্যে দক্ষিণ ভারত এবং উত্তর ভারতের কিছু শিক্ষক সহযোগে S.T.F.I নামে সর্বভারতীয় শিক্ষক সংগঠন গড়ে তুলেছেন। পশ্চিমবঙ্গের আরও অন্যান্য বিশিষ্ট শিক্ষকরাও এর সাথে যুক্ত ছিলেন।

প্রশান্তদা চিরকালই খুব সাধারণ অনাড়ম্বর জীবন যাপনে অভ্যস্ত ছিলেন। ভীষণ ছোট্ট ঘরে ওনার স্ত্রী জ্যোৎস্না বসুকে নিয়ে তিনি জীবন অতিবাহিত করতেন। যদিও ওনার স্ত্রীও শিক্ষিকা ছিলেন এবং প্রশান্তদার জীবনযাত্রাকে হাসিমুখে মেনে নিয়েছিলেন। পরবর্তীকালে তিনি অসুস্থ হয়ে পড়ায় প্রশান্ত দা নিজ হাতে তাঁর পরিচর্যা করতেন। শত অসুবিধা থাকা সত্ত্বেও ওনাকে যেখানে আহ্বান জানানো হতো উনি

সেখানেই উপস্থিত থাকতেন। ওনাকে স্মরণ করে ধ্রুবতারার মতো আমাদের মাঝে বরণীয় করে রাখছি। তাঁর সারাজীবনের কর্মকাণ্ড আগামী প্রজন্মের শিক্ষকদের কাছে পাথেয় হয়ে থাক।

ইচ্ছেমতো অ্যান্টি Bio টিক খাবেন না

বিশ্ব স্বাস্থ্য সংস্থা WHO জানিয়েছেন, বিশ্বব্যাপী নির্বিচারে জীবনদায়ী অ্যান্টিবায়োটিকের অপপ্রয়োগ একটি সামাজিক সমস্যা। প্রায় ৫০ শতাংশ ক্ষেত্রে প্রেসক্রিপশনে অপ্রয়োজনে অ্যান্টিবায়োটিকের উল্লেখ করে থাকে। শুধুমাত্র ভাইরাসের কারণে শ্বাসনালীর উপরাংশের সংক্রমণে ৫০ শতাংশ থেকে ১০০ শতাংশ ক্ষেত্রে এই জাতীয় ওষুধের অতি ব্যবহার বা অপব্যবহার করা হয়েছে যা অল্প কয়েক দিনের মধ্যে সাধারণ স্বাস্থ্য বিধি মেনে চললে এমনিতেই নিরাময় হতো। বিশ্ব স্বাস্থ্য সংস্থা চলতি বছর নভেম্বর ১৬-২২, অ্যান্টিবায়োটিক সচেতনতা সপ্তাহ হিসেবে ঘোষণা করেছে। আমাদের রাজ্যেও ১৫-২২ নভেম্বর অ্যান্টিবায়োটিক বিষয়ে সচেতনতা তৈরির জন্য জাতীয় ভেষজ সপ্তাহ পালিত হয়েছে।

রোগীদের অধিকাংশের ধারণা, জীবাণু তো জীবাণুই। এদের আবার পার্থক্য কী? ভাইরাস ও ব্যাকটেরিয়াকে তাঁরা অনেক সময় এক করে ফেলেন। আর মনে করেন, অ্যান্টিবায়োটিক যেহেতু জীবাণুর বিরুদ্ধে কাজ করে, তাই এটি সেবন করলেই সব জীবাণুঘটিত রোগই ভালো হবে। কিছু এ রকম ধারণা ঠিক নয়। আবার তাঁদের মধ্যে এমন ভুল ধারণাও আছে যে, অ্যান্টিবায়োটিক কোনও ক্ষতি করে না এবং এটির কোনও পার্শ্বপ্রতিক্রিয়াও নেই। কিন্তু অ্যান্টিবায়োটিক কখনও কখনও রোগীর অনেক ক্ষতি করতে পারে। সংক্রমণের চিকিৎসায় এ ধরনের ওষুধ খুবই প্রয়োজনীয়। কিন্তু অন্য যে-কোনোও ওষুধের মতো এটিও শুধু সঠিক প্রয়োগেই কার্যকর হয়। আর যখন অতিরিক্ত পরিমাণে প্রয়োগ করা হয় বা অপ্রয়োজনে ব্যবহার করা হয়, তখন ক্ষতিকর হয়ে যায়। এটির পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া হিসেবে বমি বমি ভাব বা মাথাব্যাথা এবং অন্যান্য শারীরিক সমস্যা দেখা দিতে পারে। তাই যখন-তখন অ্যান্টিবায়োটিক সেবন বন্ধ করতে হবে। চিকিৎসকের পরামর্শ ছাড়া অ্যান্টিবায়োটিক সেবন করা উচিত নয়।

সম্পাদকীয়

প্রিয় সাথী ও বন্ধুগণ, আশাকরি পরিবার পরিজনসহ কুশলে আছেন। ঋতু পরিবর্তন জনিত কারণে অনেকে অসুস্থ হয়ে পড়ছেন। সবাই সাবধানে থাকবেন, প্রয়োজনে ডাঃ নর্মান বেথুন ক্লিনিকে একটি Phisiotherapy Unit চলছে। গত ১৬ই নভেম্বর ওখানে একটি যোগ থেরাপী (যোগে নিরাময়) কেন্দ্র চালু হয়েছে, এটি আমাদের বাঁশদ্রোণী শাখাতেও চলছে। ইতিমধ্যে ডাঃ নর্মাণ বেথুন ক্লিনিকের পরিষেবা সম্প্রসারিত করতে চিন্তা -ভাবনা ও আলোচনা চলছে। এই ব্যাপারে সকলের আন্তরিক সহযোগিতা বিশেষ প্রয়োজন।

গত ১৮ই নভেম্বর শারদীয় মিলন উৎসবের দিন প্রখ্যাত বাচিক শিল্পী শ্রী প্রদীপ ঘোষ মহাশয়কে সংস্থার পক্ষে সম্মাননা জানানো হয়েছে।

বর্তমানে আমরা ভারতব্যাপী এক অস্থির সময়ের মধ্যে দিয়ে চলেছি। সর্বত্র চরম অসহিষ্ণুতা। আগামী ২৫শে ডিসেম্বর ঈশ্বর পুত্র যীশু খ্রীষ্টের জন্মদিন। তাঁর বন্দনায় মুখরিত হবে বিশ্ব চরাচর। প্রার্থনা করি প্রভু যীশুর অনুগ্রহ সবার সঙ্গে থাকুক। তাঁর করুণা ধারায় সিঞ্চিত হোক ধরনী দুর হোক অস্থিরতা - নেমে আসুক শান্তি।

২০১৫ সালের শেষপ্রান্তে আমরা উপস্থিত। পক্ষকাল পরে আসবে নতুন আশা নিয়ে নতুন সাল - ২০১৬। স্বাগত - ২০১৬।

সকলকে বড়দিন ও নববর্ষের শুভেচ্ছা জানাই।

সবাই আনন্দে থাকুন।

শান্তিতে থাকুন।

বিজ্ঞপ্তি

৮০ বৎসর অতিক্রান্ত পাঠক, পাঠিকা ও সদস্যদের তাঁদের জীবনের সুখ, দুঃখ ও অনুভূতির কাহিনী - অনধিক ৪০০ শব্দের মধ্যে লিখে পাঠাতে অনুরোধ করা হচ্ছে।

এই লেখা প্রবীণবার্তায় প্রকাশের ব্যবস্থা করা হবে।

Printed by Intergraphics, Published by Dipesh Mitra on behalf of Bethune Institute of Geriatrics Research & Rehabilitation Centre Ph. : 033 2473 9642, 9674553477 and printed at Intergraphics 1/15A, Prince Gulam Md. Road, Kolkata - 700 026 and Published at 392A, Prince Anwar Shah Road, Kolkata - 700 045, Editor - Sri Dipesh Mitra. E-mail-bethune geriatrics@gmail.com.Website : bethunegeriatrics.in