Rs. 1.00
মূল্য ঃ ১টাকা

PRABINBARTA
প্রবীণবার্তা

MONTHLY
মাসিক

Vol : II Issue : II 15th MAY, 2013 জ্যৈষ্ঠ ১৪২০, বার্ষিক মূল্য-১০টাকা RNI No WBBEN/2012/46375

গত ১লা বৈশাখ ১৪২০, সঙ্গীত পরিবেশন করছেন শিপ্রা মজুমদার ও শিখা রায় মঞ্চে উপবিষ্ট আছেন সভাপতি, সহ-সভাপতি ও সম্পাদক।

ছবি ঃ নারায়ন ঘোষ

১লা বৈশাখ ১৪২০ (ইং১৫ই এপ্রিল ২০১৩) মিলনোৎসবের রিপোর্ট।

প্রতি বছরের মত এ বছরও জয় ইঞ্জিনিয়ারিং ওয়ার্কার্স ইউনিয়ন ও বেথুন ইন্সটিটিউটের যৌথ উদ্যোগে ১লা বৈশাখ ১৪২০ (১৫ই এপ্রিল ২০১৩) মিলনোৎসব পালন করা হয়।অনুষ্ঠানের সভাপতিত্ব করেন শ্রী পেলব মুখার্জী। অনুষ্ঠানের শুরুতেই উদ্বোধনী সঙ্গীত পরিবেশন করেন শ্রীমতি শিপ্রা মজুমদার।

তারপর গত ২০১২-২০১৩ সালে জয়া কারখানার শ্রমিক কর্মচারী ও বেথুন ইন্সটিটিউটের সদস্য/সদস্যাদের মধ্যে আমরা যাদেরকে হারিয়েছি জয় ইঞ্জিনিয়ারিং ওয়ার্কার্স ইউনিয়ন ও বেথুন ইন্সটিটিউটের পক্ষ থেকে তাঁদের প্রতি শ্রদ্ধাজ্ঞাপন করে দাঁড়িয়ে ১ মিনিট নিরবতা পালন করা হয়।

সভাপতি শ্রী পেলব মুখার্জী উপস্থিত সকলকে বাংলা নববর্ষের শুভেচ্ছা ও আন্তরিক ভালোবাসা জানিয়ে তার বক্তব্য শুরু করেন। তিনি বলেন ঃ- বহু সংগ্রাম ও আন্দোলনের আপনারা শরিক, আপনারা অনেকেই আছেন যারা সমস্ত আন্দোলনের সাথে ওতপ্রোত ভাবে জড়িত ছিলেন, সকলে একই সংগঠনের মধ্যে একত্রিত ছিলেন। পুরানো দিনের কথা আপনাদের কাছে বলতে চাই। প্রয়াত সভাপতি শ্রদ্ধেয় বিমল চ্যাটার্জী বলেছিলেন যতদিন জীবিত থাকছেন ১লা বৈশাখ মিলনোৎসব হবে। আপনারা আসবেন।

জয়া ইউনিয়ন তাদের সুনাম নিয়ে এখনও সংগ্রাম চালিয়ে যাচ্ছে। যারা Contract Labour হিসাবে কারখানায় কাজ করতেন সেখান থেকে ৬৫জনকে নিয়োগ করা হয়েছে। কোম্পানী বর্তমানে যা করছে তা কোন নিয়মের মধ্যে পড়ে না। মাসিক ১৫০০/- টাকার লোভ দেখিয়ে

কোম্পানী একটি কাগজে স্বাক্ষর করিয়ে নেয়। ৬/৭ জন শ্রমিক ছাড়া বাকী সকল শ্রমিকই তাতে স্বাক্ষর করে দিয়েছে। এ বিষয়ে Labour Commissioner কে চিঠি দেওয়া হয়েছে। বর্তমানে শ্রমিক কর্মচারী সংখ্যা ১৩০ জনের মতো আছে। তার মধ্যে আমাদের ইউনিয়নের সদস্য ৫৫ জন। আমরাই সংখ্যা গরিষ্ঠ। কিন্তু আমাদেরকে না জানিয়েই সমস্ত কিছু করা হচ্ছে। বাঁশদ্রোনীতে ইউনিয়ন অফিস Renovation করা হয়েছে। শ্রমিকদের বসার জায়গা করা হয়েছে, তাছাড়া ওখানে হোমিও ক্লিনিক চালু করা হয়েছে। প্রতি সপ্তাহে ২ জন ডাক্তার বসেন।

আপনারা বহুসংগ্রামের সাথী, যতদিন জীবিত থাকবেন, এখানে আসবেন, যোগাযোগ রাখবেন, প্রতি বছরই মিলনোৎসব হবে। দূর-দূরান্ত থেকে কষ্ট করে আসার জন্য আপনাদের সকলকে ধন্যবাদ জানাই।

তারপর শ্রীরামরমন ভট্টাচার্য উপস্থিত সকলকে নববর্ষের শুভেচ্ছ জানিয়ে বলেন যে এমন একটা পরিস্থিতিতে ১লা বৈশাখ উদ্‌যাপন হবে তা ভাবা যায় না। যে মার খাচ্ছে তাকে পুলিশ ধরে নিয়ে যাচ্ছে। সিঙ্গুরে টাটার কারখানা নিয়ে যা হয়েছে তা আপনারা সবাই জানেন। আজ ১লা বৈশাখ ১৪২০তে পা দিলাম। ভারতবর্ষে নানা জায়গায় নানাভাবে নববর্ষ পালন করা হয়। তিনি অতীতের নানা সংগ্রামের কথা উল্লেখ করেন। ইতিহাসের নানা বিপ্লবের কথা বর্ণনা করেন। রবীন্দ্রনাথের উক্তি উল্লেখ করে বলেন ১লা বৈশাখ একটা বিভাজন, আমরা যে এক বছর হাটলাম তা মূল্যায়ন করার জন্য নববর্ষ। শান্তিনিকেতনে রবীন্দ্রনাথ ঠাকুর ১লা বৈশাখ সম্পর্ক যা বলেছিলেন তা উল্লেখ করেন।

১টি বছর পর আবার এই দিনটি ঘুরে আসবে, পৃথিবীর এই আবর্তন আমারও আর্বতন এটা ভুললে চলবে না।

বাংলা বছর শুরু হয় সৌরমাসের হিসাবে ৩৬৫দিনে। আর হিজরী বছর শুরু হয় চন্দ্র মাসের ভিত্তিতে ৩৫৫ দিনে। সৌরমাস ও চন্দ্রমাসের মধ্যে ১০দিন ফারাক, তারজন্য ঐ সময় খাজনা আদায় নিয়ে অসুবিধার সৃষ্টি হত। মাঝে মাঝে প্রজাদের বছরে ২বার খাজনা দিতে হত। সম্রাট আকবর এ বিষয়ে সক্রিয় হন। তিনি হিন্দু পন্ডিত ও মুসলিম আলেমদেরকে ডেকে নিয়ে আরবী সংস্কৃতির সাথে বাংলা সাংস্কৃতির মিলন ঘটানোর ব্যবস্থা করেন এবং এ ব্যাপারে তিনি কৃতকার্য হন। ইতিপূর্বে রাজকার্য পরিচালিত হত বাংলা সন তারিখ অনুযায়ী। কিন্তু ইংরেজরা এসে এসব মুছে দিল। ভারতবর্ষে বহুজাতি ও সম্প্রদায়ের মিলন। তিনি বলেন বাংলাদেশে বাঙ্গালীরা তাদের ঐতিহ্যকে ধরে রেখেছে। ওখানে মহাসমারোহে ১লা বৈশাখ পালিত হয়।

শ্রীদীপেশ মিত্র নববর্ষের শুভেচ্ছা জানিয়ে তার বক্তব্য শুরু করেন। তিনি বলেন জয়ার যারা পুরানো দিনের কর্মী তাদের মধ্যে অনেকেই এখানে এসেছেন। অনেকেই এখনও আমাদের পুরানো দিনের ঐতিহ্যের কথা ধরে রেখেছেন। তারা ভাবেন আমরা আগের মতই আছি। আপনারা লড়াই করে গেছেন।। আপনারা সামনের সারির সৈনিক, সমস্ত লড়াইয়ের সাথে আপনারা যুক্ত ছিলেন। পূর্বে VRS এর নাম করে উদ্দেশ্যমূলক ভাবে আমাদের সমস্ত সদস্যকে বের করে দিয়েছে। বর্তমান শ্রমিক সংখ্যা ১৩০ জন। তার মধ্যে আমাদের সদস্য সংখ্যা ৫২ জন। তাদের সচেতনতা নেই। তাদের সংগংরাম করতে হয়নি। এরপর শুরু হয় সঙ্গীতানুষ্ঠান। প্রথমেই সঙ্গীত পরিবেশন করেন ডাঃ কৃষ্ণা হালদার, ডাঃ কৃষ্ণা হালদারের পর বিভাস দাসগুপ্ত ও শিপ্রা ব্যানার্জী। সঙ্গীতের পর আবৃত্তি করেন গৌতম রায়চৌধুরী।

সবশেষে সঙ্গীত পরিবেশন করেন শ্রী গৌতম চ্যাটার্জী সভাপতি উপস্থিত সকলকে ধন্যবাদ জানিয়ে সভার সমাপ্তি ঘোষনা করেন।

খাদ্যসংরক্ষনের প্রয়োজনীয়তা
উপযোগীতা এবং অপরিহার্য্যতা।

প্রফেসর সুনীত মুখার্জী

সবদেশেই খাদ্যসংরক্ষনের ঐতিহ্য আছে কারণ সব খাবারই কমবেশী পচনশীল। প্রাচীনকাল থেকে ঘরে ঘরে সংরক্ষিত হত খাবার। তার অনেক দৃষ্টান্ত আছে। শুধুমাত্র পচনশীলতাই একমাত্র কারণ নয় - প্রায় সব কৃষিজাত খাদ্য বছরের বিশেষ বিশেষ ঋতুতে চাষ করা হয়। ধরা যাক বাঁধাকপি, সেপ্টেম্বর থেকে মার্চ মাস পর্য্যন্ত চাষ হয়। কিন্তু ফসলের সিংহভাগ তোলা হয় মার্চ মাসে ১৫/২০ দিনের মধ্যে। এই সময়টাকে বলা হয় "Glut"

যখন বাজারের চাহিদার চেয়ে যোগান বেশী, এই সময়েই ফসল নষ্ট হয়। খাদ্য সংক্রান্ত অর্থনীতি অন্যান্য যে কোন পন্যদ্রব্যের অর্থনীতি থেকে ভিন্ন, খাবারের "inflexible demand" অর্থাৎ যোগান বাড়লেও চাহিদা বাড়ে না কারণ আমাদের উদরের ক্ষমতা সীমিত। তাই সংরক্ষন না করতে পারলে কপি জমিতেই থেকে যাবে। অথবা জলের দরে বিক্রী হবে, তাই এই সময়েই সংরক্ষন করতে হবে, আর প্রচুর পরিমান ফসল অল্পদিনে সংরক্ষন করে ফেলতে হবে। তবেই অসময়ে স্বল্পদামে এই সংরক্ষিত খাবার বিক্রি করা সম্ভব।

আধুনিক যুগে সংরক্ষনের নানাবিধ পদ্ধতি উদ্ভাবন করা হয়েছে। তার মধ্যে সবচেয়ে বেশী ব্যবহৃত হয় খাদ্যকে ঠান্ডা করে রাখার পদ্ধতি, বিশেষ করে উন্নত দেশগুলিতে এই পদ্ধতির প্রচলন বেশী-, যত কম তাপমাত্রায় রাখা যাবে তত বেশীদিন সংরক্ষন করা যাবে। (-18°C) এর নীচে ঠান্ডায় জমিয়ে রাখতে পারলে অধিকাংশ খাবারই ৫/৬ মাস ভাল থাকবে, কিছু কিছু ক্ষেত্রে Glanching বা ফুটন্ত গরম জলে কয়েক মিনিট শোধন করার প্রয়োজন হতে পারে ঠান্ডা করার আগে। এই ভাবে বরফে জমাট বাঁধা ঠান্ডা খাবারের খাদ্যগুণ অনেকটাই বজায় থাকে, আর স্বাদ ও গন্ধ অনেকটা ভাল থাকবে, এই কারনে উন্নত দেশগুলিতে 'ফ্রেজেন' খাবারের চাহিদা বেশী, কিন্তু খরচের দিক থেকে অন্যান্য পদ্ধতির তুলনায় এই শীতলীকরন পদ্ধতির খরচ অনেকটা বেশী।

খাদ্য শুকনো করে রাখা - অনেক প্রাচীন প্রথা। গরম হাওয়া দিয়ে শুকনো করলে খাবার অনেকদিন রাখা যায়, কিন্তু খাদ্যের স্বাদ,গন্ধ এবং খাদ্যগুণ অনেকটা নষ্ট হয়। অবশ্য কিছু কিছু উন্নত পদ্ধতিতে শুকনো করার প্রক্রিয়া খাদ্যকে আরও ভাল রাখতে সাহায্য করে। যেমন "freeze drying", "drum drying" ইত্যাদি। তবুও শুকনো করার খরচ খুব একটা কম নয়।

খাদ্যকে টিনের কৌটার মধ্যে সংরক্ষন করার পদ্ধতি বিংশ শতাব্দী প্রাক্কালে, আবিস্কৃত হয়েছিল, যাকে "Canning" বলা হয়, এই পদ্ধতি খরচ সাপেক্ষ এ ছাড়া জীবানুনাশক কিছু রাসায়নিক পদার্থ দিয়ে খাবার সংরক্ষন করা হয়। যেমন জ্যাম, জেলী, শশ, আচার ইত্যাদি। গামা রশ্মি দিয়ে খাদ্য সংরক্ষন পদ্ধতি কিছু কিছু ক্ষেত্রে অনুমতি দেওয়া হয়েছে আন্তর্জাতিক মহলে। আমাদের দেশে ভাবা এটমিক রিসার্চ সেন্টার এ বিষয়ে ব্যবহার শুর করেছেন দেশের কিছু কিছু জায়গায় যেমন পশ্চিমবঙ্গে যাদবপুর বিশ্ববিদ্যালয়ের ফুড টেকনোলজি ও বায়োকেমিক্যাল ইঞ্জিনিয়ারিং বিভাগ এই পদ্ধতি খাদ্য সংরক্ষনের প্রাথমিক পরিকল্পনা শুরু করেছে BARC এর সহায়তায়। আর সবচেয়ে কম খরচে যে পদ্ধতি প্রাচীনকাল থেকে ব্যবহার হয়ে আসছে — তার নাম fermentation বা গাঁজানো পদ্ধতি।

বিভিন্ন খাদ্য বিভিন্ন পদ্ধতিতে ফারমেন্ট করা হয় বিভিন্ন জীবানুর সাহায্যে শতাধিক গাজানো খাবার এখনও বহু দেশে ব্যবহৃত হচ্ছে। কিছু কিছু পদ্ধতিকে আধুনিকীকরণও করা হয়েছে। ভারতবর্ষেও অনেক fermented খাবার আছে যেমন দই, ইডলী, চীজ ইত্যাদি পাহাড় অঞ্চলে আঞ্চলিক কিছু কিছু গাজানো খাবার রয়েছে। (ক্রমশঃ)

''ভালো বলাই ভালো''

কেন আর ভাঙ্গা সুরের গান
সব সুরেতেই খুঁজে পাই যে প্রান।
দেখা হতেই যদি জিজ্ঞাসি
কেমন আছো গো মাসি?
মাসি বলেন, ভালোই আছি
ভালোয় মন্দয় খোস মেজাজে,
তিলক পরে সমাজ সেবীর শুভ্র-সাজে।
মন্দ বলে লাভটা কী ভাই?
মন্দরে তাই দিলাম বিদায়,
মনের বন্ধু তাই না আমার
সদাই সহায়।

রণজিত দত্ত

বেথুন ইন্সটিটিউট অফ্ জেরিয়াট্রিকস্ রির্সাচ এন্ড রিহ্যাবিলিটেশন সেন্টারের ঃ-

আগামী দিনের কর্মসূচীঃ-

☆ **২৬ শে মে, ২০১৩ নজরুল জন্ম জয়ন্তী**

স্থানঃ 'বিমল চ্যাটার্জী অডিটোরিয়াম
৩৯২ এ, প্রিন্স আনোয়ার শাহ্ রোড কলি -৪৫
সময় ঃ বিকাল ৫ঃ৩০ মিনিট।

☆ **৩১শে জুলাই ২০১৩, বার্ষিক সাধারন সভা**

স্থানঃ বিমল চ্যাটার্জী অডিটোরিয়াম
৩৯২ এ প্রিন্স আনোয়ার শাহ্ রোড কলি - ৪৫
সময়ঃ বিকাল ৫টা

সকলের উপস্থিতি একান্ত কাম্য।

ধন্যবাদান্তে
তারিখ - ১০-০৫-১৩ দীপেশ মিত্র
সম্পাদক

বিজ্ঞপ্তি

এতদ্বারা প্রবীনবার্তার পাঠক/গ্রাহকদের জানানো যাচ্ছে যে বিগত ৩ মাস ধরে ডাকযোগে 'প্রবীনবার্তা' প্রেরণ করা হচ্ছে এতদ সত্বেও যদি কেউ 'প্রবীনবার্তা' না পেয়ে থাকেন তা হলে অফিসে জানাবেন যাতে ডাক কৃর্তপক্ষের সাথে যোগাযোগ করা যায়।

বিগত ২৭-০৪-২০১৩ তারিখ পরিচালন পরিষদের সভায় বিস্তারিত আলোচনা ও সিদ্ধান্ত হয়। সেই অনুযায়ী ঠিক হয় এখন থেকে কেবল মাত্র ডাকযোগেই প্রবীনবার্তা বিলি করা হবে। সদস্যদের বয়সবৃদ্ধির কারণে সব জায়গা ঘুরে ঘুরে প্রবীনবার্তা দেওয়া সম্ভব হচ্ছে না। দ্বিতীয়ত ঃ যারা বাৎসরিক গ্রাহক চাঁদা দিয়ে থাকেন, তাছাড়া ও বিভিন্ন বিশিষ্ট ব্যক্তি/সংগঠনকে প্রবীণবার্তা পাঠানো হয়। যদি এখনও কেউ মনে করেন কাউকে দেওয়া প্রয়োজন তা হলে অফিসে জানাতে পারেন।। সেই অনুযায়ী প্রয়োজনীয় ব্যবস্থা নেওয়া হবে। প্রবীনবার্তার সঠিক হিসাব রাখার জন্য একই বন্টন ব্যবস্থা করা দরকার বলে সভায় সিদ্ধান্ত হয় এবং সকলের জ্ঞাতার্থে প্রবীনবার্তায় ছাপানোর সিদ্ধান্ত হয়। সে অনুযায়ী বিজ্ঞাপনটি প্রকাশ করা হল ।

ধন্যবাদান্তে
তারিখ - ২৭ ০৪ ২০১৩ দীপেশ মিত্র
সম্পাদক

বিজ্ঞপ্তি

এতদ্বারা প্রত্যেক সদস্যবৃন্দকে জানানো যাইতেছে যে ইংরাজী ২০১৩-১৪ সালের জন্য সদস্যপদ পুণঃনবীকরণের কাজ ১লা এপ্রিল ২০১৩ থেকে শুরু করা হয়েছে। আমাদের পূর্ব সিদ্ধান্ত মোতাবেক সদস্যপদ নবীকরণের জন্য টা ১০/- এবং প্রবীনবার্তার বার্ষিক চাঁদা বাবদ টাঃ১০/- মোট টাঃ ২০/- জমা দিয়ে আগামী ৩০শে জুন ২০১৩ তারিখের মধ্যে সদস্যপদ নবীকরণের জন্য অনুরোধ করা যাচ্ছে।

ধন্যবাদান্তে—
তারিখ ১০.০৫.১৩ পেলব মুখার্জী
সভাপতি

Printed by Intergraphics, Published by Dipesh Mitra on behalf of Bethune Institute of Geriatrics Research & Rehabilitation Centre. Ph. : 033 2473 9642, 033-2414 7777 and printed at Intergraphics 1/15A, Prince Gulam Md. Road, Kolkata - 700026 and Published at 392A, Prince Anwar Shah Road, Kolkata - 700045, Editor - Sri Dipesh Mitra.