

ডাইনিংয়ের খাবার কতটুকু নিরাপদ

ড. কুদরাত-ই-খুদা বাবু

একজন পূর্ণাঙ্গ পুরুষ শিক্ষার্থীর মেধা বিকাশের জন্য প্রতিদিন ২৪০০ কিলোক্যালোরি এবং নারী শিক্ষার্থীর জন্য ১৯০০ কিলোক্যালোরি খাবার প্রয়োজন। আদর্শ খাদ্য তালিকা 'চার্ট' ইজ রিকুমেন্ডেড বাই দ্যা নিউট্রিশন এক্সপার্ট গ্রুপ' অনুযায়ী, প্রতিদিনের খাবারের মধ্যে মাংস ৬০ গ্রাম, মাছ ৬০ গ্রাম, তেল ৪০ গ্রাম, ডাল ৭০ গ্রাম, শাক ১০০ গ্রাম, ফল ৬০ গ্রাম এবং দুধ ৬০০ গ্রাম থাকা বাঞ্ছনীয়। শিক্ষার্থীদের মেধা বিকাশের লক্ষ্যে আবাসিক হল বা হোস্টেলের ডাইনিংয়ে পরিবেশিত খাবারের এ মান নির্ণয় করা জরুরি। পুষ্টি বিজ্ঞানী ও বিশেষজ্ঞ চিকিৎসকদের ভাব্য অনুযায়ী, খাবারের এ মান নিয়ন্ত্রণ করা না হলে কিংবা প্রতিদিনের খাদ্য তালিকায় উপরোক্ত খাদ্যমান না থাকলে তা শিক্ষার্থীদের মেধা বিকাশে যথেষ্ট নয় বলে বিবেচিত হবে। বিশ্ববিদ্যালয় মঞ্জুরি কমিশনের (ইউজিসি) তথ্যানুযায়ী, দেশে বর্তমানে ৩৭টি পাবলিক এবং ৯১টি প্রাইভেট বিশ্ববিদ্যালয় রয়েছে। পাবলিক বিশ্ববিদ্যালয়গুলোর মধ্যে এককভাবে জাতীয় বিশ্ববিদ্যালয়ের শিক্ষার্থী সংখ্যা সবচেয়ে বেশী। বিভিন্ন বিশ্ববিদ্যালয়, কলেজ, ইনস্টিটিউটসহ বিভিন্ন শিক্ষা প্রতিষ্ঠানে অধ্যয়নরত লাখ লাখ শিক্ষার্থীকে লেখাপড়া করার জন্য সংশ্লিষ্ট শিক্ষা প্রতিষ্ঠানের আবাসিক হলসমূহ বা কলেজের হোস্টেলে অবস্থান করতে হয়। ফলে স্বাভাবিকভাবেই তাদেরকে হল বা হোস্টেলের ডাইনিংয়ের খাবার খেতে হয়। কিন্তু প্রশ্ন হচ্ছে, এসব হল বা হোস্টেলের ডাইনিংয়ে প্রতিনিয়ত যে ধরনের খাবার পরিবেশন করা হয়, তা কি শিক্ষার্থীদের মেধা বিকাশের ক্ষেত্রে যথেষ্ট সহায়ক? নিশ্চয় না। পুষ্টি বিজ্ঞানীদের হিসেব অনুযায়ী, বিভিন্ন আবাসিক হল বা হোস্টেলের ডাইনিংয়ে প্রতিদিন যেসব খাবার দেওয়া হয়, তা শিক্ষার্থীদের মেধা বিকাশে যথেষ্ট সহায়ক নয়।

ডাইনিংসমূহে খাবারের নিম্নমান সম্পর্কে শিক্ষার্থীদেরকে প্রায়ই বলতে শোনা যায়, সংশ্লিষ্ট কর্তৃপক্ষের আন্তরিকতা আর সঠিক তত্ত্বাবধানের অভাবে শিক্ষার্থীদেরকে পুষ্টিমানহীন খাবার খেতে হচ্ছে। প্রকৃত অবস্থা এই যে, ডাইনিংয়ের খাবারের যে অবস্থা তা দিয়ে মেধা ভালোভাবে বিকাশ হওয়া তো দূরের কথা, জীবন বাঁচানোই অনেকটা দায় হয়ে যায়। তবে এর মাঝেও যেসব শিক্ষার্থী ডাইনিংয়ের খাবার খেয়ে বিভিন্ন ধরনের পরীক্ষায় ভালো ফলাফল করাসহ বিভিন্ন ক্ষেত্রে মেধা ও কৃতিত্বের স্বাক্ষর রেখেছেন এবং রাখছেন, তাদেরকে অতি মেধাবীই বলতে হয়। ডাইনিংয়ে বারবার খাবারের দাম বারংবার বাড়ানো হলেও খাবারের মান বিন্দুমাত্র বাড়েনা বরং তা কমে। খোঁজ নিলে দেখা যাবে, ডাইনিং সংশ্লিষ্ট প্রশাসনের সুদৃষ্টির অভাব আর পুষ্টিমানহীন খাবারের কারণে দেশের অনেক শিক্ষার্থী আজ পুষ্টিহীনতায় ভুগছেন। ফলে শিক্ষার্থীরা যে মেধা এবং স্বপ্ন নিয়ে বিশ্ববিদ্যালয়ে ভর্তি হয়ে থাকেন, কিছুদিন

যেতে না যেতেই তাদের অনেকের সেই স্বপ্ন দৃষ্টিপ্রে পরিণত হয়। এক গবেষণায় দেখা গেছে, বিভিন্ন বিশ্ববিদ্যালয়ে বা কলেজে অবস্থানরত আবাসিক শিক্ষার্থীর অনেকেই হলে হল বা হোস্টেলে সিট পাবার পূর্বে প্রথম দুই-তিন বছর মেস বা ছাত্রাবাস বা ভাড়া বাসায় থাকতে হয় বা হয়েছে। তারা প্রথম দুই-তিন বছর বাসা-বাড়িতে বা মেসে থেকে তুলনামূলকভাবে ভালো ফলাফল করলেও পরবর্তীতে হলে বা হোস্টেলে সিট পাবার পর তারা আর পূর্বের ন্যায় ফলাফল ধরে রাখতে পারেননি। ডাইনিংয়ের পুষ্টিমানহীন খাবার এজন্য অন্যতম প্রধান কারণ বলে ওই গবেষণায় বলা হয়েছে।

উচ্চশিক্ষা গ্রহণ করতে এসে শিক্ষার্থীদেরকে যতগুলো সমস্যার মুখোমুখি হতে হয়, খাবারের সমস্যা তার মধ্যে অন্যতম। দুঃখের বিষয় এই যে, ডাইনিংয়ের খাবারের মান নির্ণয় করা তো দূরের কথা, শিক্ষার্থীরা কী খাচ্ছেন তা দেখতেও বছরাতে কোনো আবাসিক শিক্ষক বা হল প্রাধ্যক্ষ হলের ডাইনিংয়ে উঁকি পর্যন্ত দিতে আসেন না। অনেকে এক্ষেত্রে দ্রব্যমূল্যের উর্ধ্বগতির বিষয়টিকে দায়ী করলেও বলা যায়, শুধুমাত্র বাজার মূল্যই পুষ্টিহীন খাবারের প্রধান কারণ হতে পারে না। ডাইনিংয়ের খাবারের পরিবর্তে হোস্টেলে খেতে গেলে তাদেরকে দ্বিগুণ-তিনগুণ টাকা গুণতে হয়, অতিরিক্ত সময় নষ্ট করতে হয়। শিক্ষার্থীরা খাবারের মান বৃদ্ধির ব্যাপারে বারংবার দাবি জানিয়ে আসলেও শেষ পর্যন্ত কাজের কাজ কিছু হয় না-যেন এ বিষয়টি নিয়ে কারো কোনো মাথা ব্যথা নেই। বলাবাহুল্য, পুষ্টিমান সম্পন্ন খাবার মেধা বিকাশে অগ্রণী ভূমিকা পালন করে।

আর শিক্ষার্থীদের মেধার ভালোভাবে বিকাশ না ঘটলে তা দেশ-জাতির জন্য অবশ্যই অনেক বড় ক্ষতির কারণ-যা কোনো কিছুই বিনিময়েই পূরণ করা সম্ভব নয়। সুতরাং, শিক্ষার্থীদের মেধা বিকাশের লক্ষ্যে ডাইনিংসমূহে পরিবেশিত খাবারের মান নির্ণয় করা অত্যাৱশ্যক। আর এ কাজটি শিক্ষার্থীদের বৃহত্তর কল্যাণেই সংশ্লিষ্ট কর্তৃপক্ষকে করতে হবে। এ ক্ষেত্রে কোনো ধরনের অনীহা বা গাফিলতি করা মোটেও উচিত হবে না। কারণ, এ কাজটি যত দ্রুত করা সম্ভব হবে ততই তা শিক্ষার্থীদের জন্য মঙ্গলজনক হবে। অনেক সময় দেখা যায়, ডাইনিংয়ের নিম্নমানের খাবারের হাত থেকে রক্ষা পেতে অনেক অনেক শিক্ষার্থী কক্ষে হিটার ব্যবহার করে রান্না করে খান। এ কারণে সংশ্লিষ্ট প্রশাসনকে প্রতিমাসে অতিরিক্ত বিদ্যুৎ খরচ গুণতে হয়। অথচ ডাইনিংয়ের খাবারের বিষয়ে যদি সঠিকভাবে তদারকি করা হয়, তাহলে একদিকে যেমন শিক্ষার্থীরা পুষ্টিযুক্ত খাবার খেতে পারতেন, অপরদিকে বিদ্যুৎ খরচও সাশ্রয় হবে।

● লেখক: বিভাগীয় প্রধান, আইন বিভাগ,
সিটি ইউনিভার্সিটি, ঢাকা
kekhabu@yahoo.com

