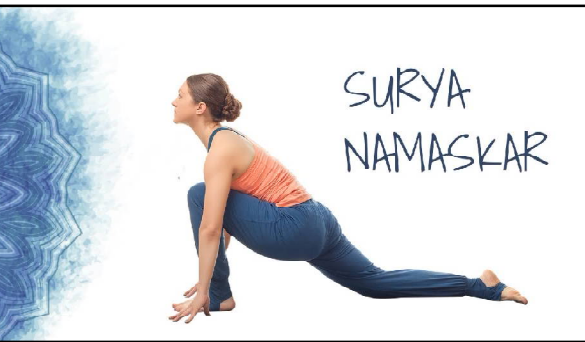


ଯୋଗଦ୍ୱାରା ସାଇନସର ଉପଚାର

ସାଇନସ ହେଉଛି ନାକ ସମ୍ବନ୍ଧିତ ଏକ ସମସ୍ୟା । ଏହି ସମସ୍ୟା ଅଣ୍ଟା ପାଖରେ ଅଧିକ ହୋଇଥାଏ । ନାକ ବନ୍ଦ ହେବା, ମୁଣ୍ଡ ଓ ଅଧକପାଳୀ ବିନ୍ଧା ପରି ସମସ୍ୟା ହୋଇଥାଏ ନାକରୁ ପାଣି ବାହାରିଯିବା ଆଦି ଏହାର ପ୍ରମୁଖ ଲକ୍ଷଣ । ଏହା ବ୍ୟତୀତ ହାଲୁକା ଜ୍ୱର, ଆଖି ପଲକରେ ମନ୍ଦଣା ହେବା, ଅବସାଦ କାରଣରୁ ଚେହେରା ଫୁଲିଯିବା । ଆଗାମୀ ଦିନରେ ଏହି ରୋଗ ଆକ୍ରମଣ, ଦମା ପରି ଗଭୀର ବେମାରୀରେ ପରିଣତ ହୁଏ । କିନ୍ତୁ ଯୋଗ ଦ୍ୱାରା ଏହି ରୋଗରୁ ମୁକ୍ତି ପାଇହେବ ।



ସୂର୍ଯ୍ୟ ନମସ୍କାର- ସୂର୍ଯ୍ୟ ନମସ୍କାର ସବୁ ଆସନ ମଧ୍ୟରେ ମୁଖ୍ୟ ଆସନ ବୋଲି ବିଚାର କରାଯାଏ । ଏହାଦ୍ୱାରା ସାଇନସ ସମସ୍ୟାରୁ ମୁକ୍ତି ମିଳିଥାଏ । ପ୍ରତ୍ୟହ ଏହି ଆସନ କରିବା ଦ୍ୱାରା ଶରୀରକୁ ଉର୍ଜା ମିଳିବା ସହ ଭିତ୍ତୀନ ଚି ମଧ୍ୟ ମିଳିଥାଏ । ୧୨ ମୁଦ୍ରା ବିଶିଷ୍ଟ ଏହି ଆସନ ସାଇନସରୁ ମୁକ୍ତି ଦେବା ସହ ଅବସାଦକୁ କମ କରି



ଓଜନ ହ୍ରାସ କରିଥାଏ । ପର୍ଯ୍ୟବେକ୍ଷଣାତ୍ମକ ଏହି ଆସନ କରିବା ବହୁତ ସହଜ । ଏହା କରିବା ସମୟରେ କ୍ଲାନ୍ତି ଲାଗେ ନାହିଁ । ଏହା ସାଇନସ ସହ ଓଜନ ହ୍ରାସ କରିଥାଏ । ଏହା ସାଇନସ ସହ ଓଜନ ହ୍ରାସ କରିଥାଏ । ଏହା ସାଇନସ ସହ ଓଜନ ହ୍ରାସ କରିଥାଏ ।

ଅନିଦ୍ରାର ଉପଚାର ପାଇଁ ମଧ୍ୟ ସାହାଯ୍ୟ କରିଥାଏ । ଏହି ଆସନ କରିବା ପାଇଁ ପ୍ରଥମେ ଆପଣ ସିଧା ବସନ୍ତ ଓ ଦୁଇ ପାଦକୁ ସିଧା ଯୋଡ଼ି ରଖି ଦୁଇ ହାତକୁ ଉପରକୁ ଉଠାନ୍ତୁ ଓ ଅଣ୍ଟା ସିଧା ରଖନ୍ତୁ । ଏହାପରେ ଦୁଇପାଦ ଆଙ୍ଗୁଳିରୁ ହାତରେ ଛୁଇଁବାକୁ ଚେଷ୍ଟା କରନ୍ତୁ । ଧ୍ୟାନ ରଖନ୍ତୁ ଏହି ସମୟରେ ଆଖି ଯେପରି ମୋଡ଼ି ହୋଇ ନରୁହେ । ଏହା ସହ ପାଦ ମଧ୍ୟ ଭୂମିକୁ ଉପରକୁ ଉଠାଇବେ ନାହିଁ ।

ଉଚ୍ଚାଭାସନ :- ଏହି ଯୋଗାସନ ମଧ୍ୟ ସାଇନସରୁ ଆରାମ ଦେବାରେ ସହାୟକ ହୋଇଥାଏ । ଏହା ସହ ଶ୍ୱାସକ୍ରିୟା ସମ୍ବନ୍ଧିତ ଅନ୍ୟ ବେମାରୀରୁ ମଧ୍ୟ ଉପଶମ ମିଳିଥାଏ । ଏହି ଆସନ ଆପଣଙ୍କ ମୁଣ୍ଡକୁ ତାଳା ରଖିଥାଏ । ଉଚ୍ଚାଭାସନ କରିବା ପାଇଁ ପ୍ରଥମେ ଆପଣ ସିଧା ଠିଆ ହୁଅନ୍ତୁ । ଲମ୍ବା ନିଶ୍ୱାସ ନେଇ ଦୁଇ ହାତ ଉପରକୁ କରନ୍ତୁ ଏହାପରେ ଆଗକୁ ନର୍ଲ ଦୁଇହାତରେ ଭୂମିକୁ ଛୁଅନ୍ତୁ । ଏହି ସମୟରେ ଆଖିକୁ ଆଦୌ ମୋଡ଼ନ୍ତୁ ନାହିଁ । କିଛି ସମୟ ଏପରି ମୁଦ୍ରାରେ ରହିବା ପରେ ହାତକୁ ଦୁଇ ଉପରକୁ କରନ୍ତୁ ଓ ନିଶ୍ୱାସ ଛାଡ଼ି ସମାନ୍ୟ ଅବସ୍ଥାରେ ଛିଡ଼ା ହୋଇଯାଆନ୍ତୁ ।

ଆଙ୍ଗୁରରେ ଜାହାଜ ଟଣା !

କର୍ମ ରୋଷୋମାସଦଭିଳି, ଦୁଇ ଶହ ଚନ୍ଦ ଓଜନର ଏକ ମୋଟର ଚଳାଳିତ ଷ୍ଟିମରକୁ ନିଜ ବାମ ହାତର ମଝି ଆଙ୍ଗୁର ସାହାଯ୍ୟରେ ଟାଣି, ଏକ କାର୍ଯ୍ୟକାରୀ ପ୍ଲାସ୍ଟିକ୍ କରିଛନ୍ତି । ସେ କର୍ମିଆଳ ନାଗରିକ; କର୍ମେ ପେସାକାର ଭାବେ ଉଦ୍ୟୋଗ କାରୀ ଏବଂ ଶକ୍ତିଶାଳୀ କୁଖିଯୋଗୀ ପୋର୍ଟ ଅଫ୍ ବାଲୁମିରେ ସେ ସର୍ବସାଧାରଣରେ ହଜାର ହଜାର ଦର୍ଶକଙ୍କ ଉପସ୍ଥିତିରେ, ଏକ ଲୁହା ଶିଡ଼ିରେ ଭରାଦେଇ ଷ୍ଟିମରଟିକୁ ଭିଡ଼ିଥିଲେ । କର୍ମ, ଅଲ୍ଲୁରି ଶକ୍ତି ବଳରେ ଷ୍ଟିମରଟିକୁ ପ୍ରାୟ ପାଞ୍ଚ ମିଟର ଭିଡ଼ିଆଣିଥିବା, ଦେଖିବାହାରିକ ସୂତରୁ ପ୍ରକାଶ । ତାଙ୍କ ଉଦ୍ୟମକୁ ମାନ୍ୟତା ଦେବା ପାଇଁ 'ରିନିକ ବୁକ୍' କର୍ତ୍ତୃପକ୍ଷଙ୍କ ସହ ଯୋଗାଯୋଗ କରାଯାଇଛି ।

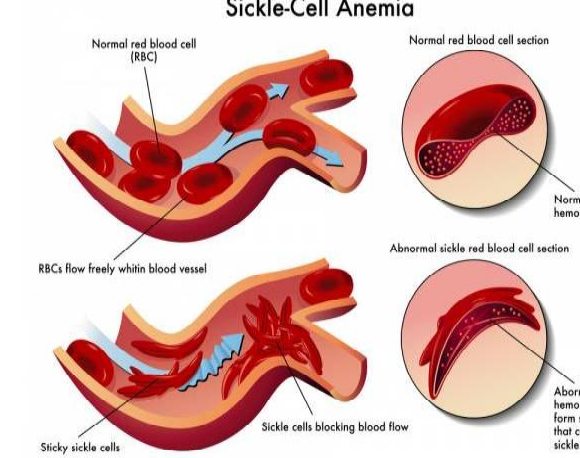
ପିଲାଙ୍କ ଚରଳଝାଡ଼ାର ସଞ୍ଚାରନୀ

ବର୍ଷାଦିନେ ପିଲାଙ୍କର ତଳ ଝାଡ଼ା ହେବା ଏକ ସାଧାରଣ ରୋଗ । ଷ୍ଟର୍ବସ ବୟସ ମଧ୍ୟରେ ଅଧିକାଂଶ ଶିଶୁ ଏଥିରେ ଆକ୍ରାନ୍ତ ହୁଅନ୍ତି । ଏହା ପ୍ରାୟତଃ ଭୂତାଣୁଜନିତ ହୋଇଥିବାରୁ ୫/୭ ଦିନରେ ଭଲ ହୋଇଯାଏ । କେତେକ କ୍ଷେତ୍ରରେ ବେଶୀ ଝାଡ଼ା ହୋଇ ଜଳ ଓ ଲବଣ ଶୁଷ୍କତା ଦେଖାଯାଏ ଏବଂ ସ୍ତଳ ବିଶେଷରେ ଶିଶୁର ଅବସ୍ଥା ସାଂଘାତିକ ହୋଇ ଉପଯୁକ୍ତ ପ୍ରତିକାର ଆବାଦକୁ ମୃତ୍ୟୁବରଣ କରେ । ଏହାର ଏକମାତ୍ର ମୁଖ୍ୟ ଚିକିତ୍ସା ଓଷାଧି ସ୍ତବ୍ଧ । ଅତ୍ୟଧିକ ଜଳଶୁଷ୍କତାରେ ସାଲାଇନ ଦରକାର ହୁଏ । ତେବେ ଓଷାଧି ସ୍ତବ୍ଧର ଉପଯୁକ୍ତ ବ୍ୟବହାର ଶିଶୁମୃତ୍ୟୁକୁ ଅର୍ଥାଧିକ କମାର ପାରିଥିବାରୁ ଏହାକୁ ଚିକିତ୍ସା ବିଜ୍ଞାନର ଏହି ସହସ୍ରାବଦ ସବୋକ୍ଷ୍ଣ ଆବିଷ୍କାର ବୋଲି କୁହାଯାଇଛି । ଏହା ସବୁ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟକେନ୍ଦ୍ରରେ ମାଗଣାରେ ଉପଲବ୍ଧ ଏବଂ ଅତି କମ ବାମନେ ସବୁ ଔଷଧ ବୋକାଳରେ ମିଳୁଛି ।



ସିକ୍ଲସେଲ ରୋଗ

ସିକ୍ଲସେଲ ରୋଗ (ଏସସିଡି), ଅନ୍ୟ ନାମ ସିକ୍ଲସେଲ ଆନିମିଆ (ଏସସିଏ), ଏକ ରକ୍ତ ଜନିତ ରୋଗ । ଯାହା ବଂଶାନୁକ୍ରମେ ପ୍ରେରିତ ହୁଏ । ଲୋହିତ ରକ୍ତ କଣିପାରେ ଥିବା ଅମ୍ଳଜାନ ବାହକ ପ୍ରୋଟିନ ହିମୋଗ୍ଲୋବିନ ଅସାମାନ୍ୟ ହୋଇଥାଏ । ଏହାଦ୍ୱାରା ରକ୍ତ କଣିକା କେତେକ ପରିସ୍ଥିତିରେ ଏକ ଦାଆ ଆକାରର ଧାରଣ କରେ ।



ଏହି ରୋଗ ୫ରୁ ୬ ମାସ ବୟସରେ ଆରମ୍ଭ ହୁଏ । ଯଥା:- ଯଦି ଯା ଆକ୍ରମଣ (ସିକ୍ଲସେଲ କ୍ରାନ୍ତସିଦ୍ଧ), ଆନିମିଆ, ଜୀବାଣୁ ସଂକ୍ରମଣ ଓ ଷ୍ଟ୍ରୋକ । ବୟସ ବୃଦ୍ଧି ସଙ୍ଗେ ସଙ୍ଗେ କ୍ରମିକ ଯଦି ଲାଗିରହେ । ବିକଶିତ ଦେଶରେ ଏହି ରୋଗର ହାରାହାରି ଆୟୁଷ ପ୍ରାୟ ୫୦ ବର୍ଷ । ଦୁର୍ଭି ଅସାଧାରଣ ହିମୋଗ୍ଲୋବିନ କମି, ଗୋଟିଏ ପିତା ଓ ଗୋଟିଏ ମାତାଙ୍କଠାରୁ, ବଂଶାନୁକ୍ରମ ଅନୁସାରେ ମିଳିଲେ ସିକ୍ଲସେଲ ରୋଗ ସୃଷ୍ଟି ହୁଏ । ପ୍ରତ୍ୟେକ ହିମୋଗ୍ଲୋବିନ ଜିନିଷ ମୁତେସନ ଅନୁସାରେ ଅନେକ ପ୍ରକାର ସବତାରପ ଥାଏ । ପିତା ବା ମାତାଙ୍କଠାରୁ ଅସାଧାରଣ କମି ମିଳିଲେ ସାଧାରଣ କୌଣସି ଲକ୍ଷଣ ଦେଖାଯାଏ ନାହିଁ କିନ୍ତୁ ସିକ୍ଲସେଲ ଟ୍ରେଟ୍‌ଥାଏ । ରକ୍ତ ପରୀକ୍ଷା କରି ଏହି ରୋଗ ନିର୍ଣ୍ଣୟ କରାଯାଏ ଓ କେତେକ ଦେଶରେ ସମସ୍ତ ନବଜାତ ଶିଶୁଙ୍କର ଏହି ରୋଗ ନିମନ୍ତେ ପରୀକ୍ଷା କରାଯାଏ । ଗର୍ଭାବସ୍ଥାରେ ମଧ୍ୟ ଏହି ପରୀକ୍ଷା ସମ୍ଭବପଦ ହୁଏ । ଟିକା ନେଇ ସିକ୍ଲସେଲ ରୋଗ ପ୍ରତିଷେଧ କରିହୁଏ ଓ ଏହାର କଟିକତା ନିମନ୍ତେ ପ୍ରତିଷେଧକ ଆଣ୍ଟିବାୟୋଟିକ, ଅଧିକ ତରଳ ପଦାର୍ଥ, ଅନୁପ୍ରାଣ ଫଳିକ୍ ଏଭିଡ଼ ଓ ଯଦି ଚିକିତ୍ସା ନିବାରକ ଔଷଧ ଦିଆଯାଏ । ୨୦୧୧ରେ ୩.୨ ନିୟୁତ ସିକ୍ଲସେଲ ରୋଗୀ ମାତାଙ୍କଠାରୁ, ବଂଶାନୁକ୍ରମ ଅନୁସାରେ ମିଳିଲେ ସିକ୍ଲସେଲ ଟ୍ରେଟ୍‌ରେ ଆକ୍ରାନ୍ତ ହୁଅନ୍ତେ ।

ଶିଶୁଙ୍କ ପାଇଁ ହିତକାରୀ ଚାରୁମଗଜ

ଛୋଟ ପିଲାଙ୍କ ପାଇଁ ଚାରୁମଗଜ ଖାଇବା ହିତକର ହୋଇଥାଏ । ଅଣ୍ଡାଦିନେ ଚାରୁମଗଜ ଖାଇବା ଦ୍ୱାରା ପିଲାଙ୍କ ଶରୀରରେ ଶକ୍ତି କ୍ଷରଣ ହୋଇଥାଏ । ଚାରୁମଗଜରେ ପୋଷକତତ୍ତ୍ୱ ଯେପରିକି ପ୍ରୋଟିନ, କ୍ୟାଲସିୟମ, ବି କମ୍ପଲେକ୍ସ ଓ ଆର୍ସି ଅକ୍ସିଡାଇଜ ଆଦି ରହିଥାଏ । ଯଦି ପିଲାମାନେ ଚାରୁମଗଜ ଖାଇବାକୁ ଭଲ ପାଉଛନ୍ତି ତ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟରେ ସାହାଯ୍ୟ ଦେବା ଉଚିତ୍ । ଚାରୁମଗଜର ଉପକାରଣ- ଶକ୍ତିରେ ଭରପୂର୍ଣ୍ଣ - ଏଥିରେ ପ୍ରଚୁର ପରିମାଣର ପୋଷକ ତତ୍ତ୍ୱ ରହିଛି ଯାହା ଶରୀରରେ ଅଧିକ ମାତ୍ରାରେ ବ୍ୟାଲେନା ଯୋଗାଇଥାଏ । ୧୦୦ ଗ୍ରାମ୍ ଚାରୁମଗଜରେ ପାଖାପାଖି ୫୭୩ କ୍ୟାଲେରୀ ରହିଥାଏ । ତେଣୁ ଶିଶୁଙ୍କ ଖାଦ୍ୟରେ ଏହାକୁ ସାମିଲ କରିବା ଆବଶ୍ୟକ । ମାନସିକ ଚିନ୍ତା ଦୂର କରେ - ଚାରୁମଗଜ ଦ୍ୱାରା ଦୁଃଖିତାକୁ ମୁକ୍ତି ମିଳିଥାଏ । ମାନସିକ ଦୁର୍ବଳତା ହ୍ରାସ ପାଏ । ଚାରୁମଗଜକୁ ଦୁଇ ବର୍ଷ କୁହାଯାଏ । ଚାରୁମଗଜରେ ପ୍ରୋଟିନ, କ୍ୟାଲସିୟମ ଓ ବି କମ୍ପଲେକ୍ସ ପରିମାଣ ପାଇଁ ମାନସିକ ଦୁର୍ବଳତା କମିଯାଏ ।

ତୃତୀ ପାଇଁ ସର୍ବୋତ୍ତମ ପ୍ରେଶନର୍

ଶୁକ୍ଳଗୁଳି କାରଣରୁ ତୃତୀରୁ ହାଲ ଅନବରତ ବାହାରିଥାଏ । ଏହି ହାଲ କରଣରୁ ହିଁ ତୃତୀରେ ମଇଳା ଜମିଥାଏ । ଏସବୁ ପରିସ୍ଠାର କରିବା ନିମନ୍ତେ ନିୟମିତ ଭାବେ ତୃତୀ ସୁବ କରିବା ଜରୁରୀ । ସ୍ୱଚ୍ଛ କଲେ ତୃତୀର ଲୋମକ୍ଷିତ୍ର ଖୋଲିଯିବା ସହ ରକ୍ତ ସଫା ଦେଖାଯାଏ । ଘରୋଇ ଉପାୟରେ ପେଷାବାଦୀମ ଓ ତାଙ୍କ ଗୁଣକୁ ନିୟମିତ ସ୍ୱଚ୍ଛ ଭାବେ ବ୍ୟବହାର କରିପାରିବେ । ଟେକ ତୃତୀ ହୋଇଥିଲେ, କ୍ରିମ୍ ମୁକ୍ତ ମସୃରାଭରଣର ବ୍ୟବହାର ଠାରୁ ଦୂରରେ ରୁହନ୍ତୁ । ରାତିବେଳା ତୃତୀର କ୍ଲିନିକ୍ ନିହାତି ଆବଶ୍ୟକ । କୌଣସି ଭଲ କମ୍ପାନୀର ଆଣ୍ଟିବାୟୋଟିକ୍‌ସ୍‌ରେ ତୃତୀ ନିୟମିତ ଭାବେ ପୋଛନ୍ତୁ । ଏପରି କଲେ ରାତିବେଳା ତୃତୀ ପାଇଁ ଉତ୍ତମ ପ୍ରେଶନର୍ ହୋଇଥାଏ । ଗରମ କାରଣରୁ ତୃତୀରେ ସର୍ବ-ଟ୍ୟାନ୍ ହୋଇଥିବାର ଦେଖାଯାଏ । ଏଥିରୁ ରକ୍ଷା ପାଇବାକୁ ହେଲେ ଗ୍ରୀନ୍-ଟିକ୍ ପାଣିରେ ତୃତୀର ସେହି ପାଣି ଛିଟା ମାରନ୍ତୁ । ଅନ୍ୟ ଏକ ପ୍ରେଶନର୍ ହେଉଛି ଫୁକରେ ଏକ ପାତ୍ରରେ ଗୋଲାପ ଜଳ ରଖନ୍ତୁ । ବାରମ୍ବାର ତୁଳା ସାହାଯ୍ୟରେ ସେହି ପାଣିରେ ତୃତୀ ପୋଛନ୍ତୁ ।

ବିରାଡ଼ି ଦେଶ

ପଶ୍ଚିମ ବାରବେରିଆ ଅନ୍ତର୍ଗତ ଏକ ଛୋଟିଆ ଗାଁର ନାମ-ପ୍ରିଗୋର୍ଡିନି । ସେଠାରେ ଅଛି ଆଲା ଲେବଦେଜା ଫାର୍ମ । ଫାର୍ମ ମାଲିକଶାଙ୍କ ନାମ ଆଲା । ଆଲାଙ୍କ ଫାର୍ମରେ ଏତେ ସଂଖ୍ୟକ ବିଲେଇ ଅଛନ୍ତି ଯେ, ସ୍ତାନୀୟ ଲୋକେ କହନ୍ତି 'କୋସଲାଣ୍ଡିଆ' ଏହାର ଅର୍ଥ ବିରାଡ଼ି ଦେଶ । ଫାର୍ମରେ ଏକଦା ବିରାଡ଼ି ନଥିଲେ । ୨୦୦୩ରେ ଆଲା ଓ ତାଙ୍କ ସ୍ତାନୀୟ ସର୍ଗେଇ ପ୍ରଥମଥର ପାଇଁ ବିରାଡ଼ିଟିଏ ଆଣି ପାରିଲେ । ଏକବର୍ଷ ପରେ ବାବୁଆ ପାଞ୍ଚଟି ଛୁଆ ଦେଲା । କ୍ରମଶଃ ବିରାଡ଼ି ସଂଖ୍ୟା ବଢ଼ି ଚାଲିଲା । ଏବେ ଯେଉଁ ଆଡ଼େ ଦେଖିବ, ଅଗଣିରେ ପଡ଼ିବେ ବିରାଡ଼ି । ଏତେ ସଂଖ୍ୟକ ବିରାଡ଼ିକୁ ନେଇ ଆଲାଙ୍କର କୌଣସି ସମସ୍ୟା ନାହିଁ । କାରଣ, ବିରାଡ଼ିକୁଡ଼ିକ ଖାଦ୍ୟ ପାଇଁ ତାଙ୍କ ଉପରେ ନିର୍ଭର କରୁନାହାନ୍ତି ।



ଭୋକ ଲାଗୁଥିଲେ ଖାଆନ୍ତୁ

ନିକଟରେ କରାଯାଇଥିବା ଏକ ଗବେଷଣାରୁ ଜଣାପଡ଼ିଛି ଯେ, ଭୋକ ନଲାଗି ମଧ୍ୟ କିଛି ନା କିଛି ଖାଇବାର ଅଭ୍ୟାସ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ପକ୍ଷେ ହାନିକାରକ ହୋଇପାରେ । ଶିକାରୀର ଭଲିନୋଇଡ଼ସ୍‌ ସ୍ତନପିତ୍ତରସିତିର ରିପୋର୍ଟ ଅନୁସାରେ, ଭୋକ ହେଉଥିବା ବେଳେ ଖାଦ୍ୟ ଗ୍ରହଣ କରିବା ଠିକ୍ ନୁହେଁ । ବୈଜ୍ଞାନିକଙ୍କ କହିବାନୁସାରେ, ଯେତେବେଳେ ଭୋକ ଲାଗିବ ସେତିକି ବେଳେ ଖାଦ୍ୟ ପାଖକୁ ଯିବା ଦରକାର । ଏଭଳି କଲେ ଶରୀରର ରକ୍ତ ଶର୍କରା ସ୍ତର ସାମାନ୍ୟ ରହିବ ଓ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ବି ଭଲ ରହିବ ।

ମୌସୁମୀରେ ପାଦର ଯତ୍ନ



ବର୍ଷା ସମୟକୁ ପସନ୍ଦ । ବର୍ଷା ଆସିଲେ ଅନେକ ଭିଜିବାକୁ ଭଙ୍ଗା କରିଥାନ୍ତି । ତେବେ ଅନେକ ସମୟରେ ବର୍ଷା ପାଣି କାନ୍ଥରୁ କାରଣରୁ ସଂକ୍ରମଣ ହୋଇଥାଏ ଯେଉଁ ମଧ୍ୟ ହୋଇଥାଏ । ତେଣୁ ବର୍ଷାରିତୁ ଆସିଲେ ପରିଷ୍କାର ପରିଚ୍ଛନ୍ନତା ସହ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟକୁ ମଧ୍ୟ ଦୃଷ୍ଟି ଦେବା ଦରକାର । ମୌସୁମୀ ସମୟରେ କେବଳ ଖାଲି ଭଲ ପାଣିରେ ଧୁଅନ୍ତୁ ନାହିଁ ବରଂ ଆଣ୍ଟିବାୟୋଟିକ୍‌ସ୍‌ ସାହାଯ୍ୟ ନେଇ ସଫା କରନ୍ତୁ ଓ ପରେ ଚାଲକମ ପାଉଡ଼ର ଲଗାନ୍ତୁ । ବାର୍ଦ୍ଧି ସମୟ ଧରି ପାଦ ଓଦା ରହିଲେ ବଡ଼ ଧରଣର ଅସୁବିଧା ଅନୁଭବ ହୋଇଥାଏ । ତେଣୁ ସବୁବେଳେ ଚେଷ୍ଟା କରନ୍ତୁ ପାଦକୁ କିପରି ଶୁଖିଲା ରଖିବେ । ଫୁଟ ପାଉଡ଼ର ବ୍ୟବହାର କରନ୍ତୁ । ଗରମ ପାଣିରେ ଆର୍ସି ବ୍ୟାଲେକ୍ରିଆଲ ଲୋସନ କିମ୍ବା ଲିଲୁପିଡିରେ ପାଦ ଚୁଆଇ ରଖନ୍ତୁ । ପାଦକୁ ନରମ ରଖିବା ପାଇଁ ଗ୍ଲାଇକୋଲିକ ଏସିଡ୍ ସୁକ୍ତ ମସୃରାଭରଣର ବ୍ୟବହାର କରନ୍ତୁ । ଓଦା ମୋଲା ପିନ୍ଧିବାକୁ ଦୂରରେ ରୁହନ୍ତୁ । ସପ୍ତାହରେ ଅତି କମରେ ଗୋଟିଏ ଦିନ ଗରମ ପାଣିରେ ଲୁଣ ପକାଇ ୩୦ ମିନିଟ୍ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ପାଦକୁ ଚୁଆଇ ରଖନ୍ତୁ ।

ସୁରୁଷଙ୍କୁ ମନା

ଆପଣ କେବେ ଶୁଣିଛନ୍ତି ଏମିତି ଏକ ଗାଁ ବିଷୟରେ ଯେଉଁଠି କେବଳ ମହିଳାମାନେ ହିଁ ରହିଥାନ୍ତି । ଏହି ଗ୍ରାମକୁ ସୁରୁଷ ପ୍ରଦେଶ ନିଷେଧ । ଆଜ୍ଞା ହିଁ ଦକ୍ଷିଣ ଆଫ୍ରିକାର କେନିଆରେ ସମୁଦ୍ର ନ୍ୟାସନାଲ ପାର୍କ ନିକଟରେ ରହିଛି ଏକ ଗାଁ, ଯେଉଁଠିକୁ ସୁରୁଷ ପ୍ରଦେଶ ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ଭାବେ ମନା । ଏଠାରେ କେବଳ ମହିଳାମାନେ ହିଁ ରହିଥାନ୍ତି । ଏହି ଗାଁର ମୂଳଦୁଆ ପଡ଼ିଥିଲା ୧୯୯୦ରେ ଏବଂ ଏହାକୁ ଗ୍ରାମର ମାନ୍ୟତା ଦେଇଥିଲେ ବିଦେଶୀ ଲୋକୋସୋଲି । ଏହି ଗାଁରେ ଏମିତି କିଛି ମହିଳା ରୁହନ୍ତି, ଯେଉଁମାନେ ବକାଞ୍ଚାର କିମ୍ପା ଘରୋଇ



ହିସାବ ଶିକାର ହୋଇଥାନ୍ତି । ଏହି ଗାଁରେ ଯେକୌଣସି ମହିଳା ନିଜ ଖୁସିରେ ଆସି ରହିପାରିବେ । ବହୁ ସମୟ ଏହି ଗାଁକୁ ସୁରୁଷ ପ୍ରଦେଶ କରିବାକୁ ଚେଷ୍ଟା କରିଛନ୍ତି କିନ୍ତୁ ମହିଳାମାନେ ସେମାନଙ୍କୁ ଚଡ଼ି ଦେଇଥାନ୍ତି । ଏଠାରେ କେବଳ ମହିଳାଙ୍କର ରାଜ୍ ଚାଲେ । ଏଠାରେ ସବୁ ବୟସର ମହିଳା ଏବଂ ସୁବତୀ ରହିଛନ୍ତି । ଏଠାକାର ମହିଳାମାନେ ଗହଣା ପୁସ୍ତକ କରି ବିକ୍ରି କରିଥାନ୍ତି ଏବଂ ପେଟ ପାଇଁ ଖାଦ୍ୟ ସଂଗ୍ରହ କରିଥାନ୍ତି ।

ଧର୍ମ ପ୍ରତିଧର୍ମ

ବାଲେଶ୍ୱର

୦୩ ଅଗଷ୍ଟ ୨୦୨୦, ସୋମବାର

୪

ଅସ୍ମତ ବଚନ

ନିଜର ଦୁର୍ବଳତା ବିଷୟରେ ଭାବନା କରିବା ଦୁର୍ବଳତାର ପ୍ରତିଷେଧକ ନୁହେଁ । ଶକ୍ତିର ଭାବନା କରିବା ହେଉଛି ତାର ପ୍ରତିଷେଧକ । ନିଜ ମଧ୍ୟରେ ଶକ୍ତି ସର୍ବଦା ପ୍ରସ୍ତୁତ ହୋଇ ରହିଛି ବୋଲି ମାନବକୁ ଶିକ୍ଷା ଦିଅ ।

ଜଙ୍ଗଲର ସଂଜ୍ଞା...

ସାମ୍ପ୍ରତିକ ସମୟରେ ଜଙ୍ଗଲକୁ ନେଇ ସାରା ବିଶ୍ୱରେ ଚର୍ଚ୍ଚା । ବିକାଶ ନାମରେ ଅବିଚାରିତ ଭାବରେ ବୃକ୍ଷ କାଟିବା ଜଙ୍ଗଲହାନିର ଏକ ପ୍ରମୁଖ କାରଣ ହୋଇଥିବା ବେଳେ ଜଙ୍ଗଲ ହାନି ଯୋଗୁଁ ଗ୍ଲୋବାଲ ୱାର୍ମିଂ ବା ବିଶ୍ୱ ତାପନର ସୃଷ୍ଟି ଏବଂ ପରିବେଶରେ ସବୁଜନ ବିଗିଡ଼ି ଯାଇଥିବା ମତବ୍ୟକ୍ତ କରନ୍ତି ବିଶ୍ୱର ସବୁ ଦେଶର ବୈଜ୍ଞାନିକ ଓ ପରିବେଶବିତ । ନିଜତର ବିଶ୍ୱର ଜଙ୍ଗଲ ଅଞ୍ଚଳ ସମ୍ପର୍କରେ ଏକ ତୁଚ୍ଚ ଅଧ୍ୟୟନ ପ୍ରକାଶ ପାଇଛି ନେତର ପତ୍ରିକାରେ । ଏଥିରେ ଦର୍ଶାଯାଇଛି ଯେ ୧୦୮୨ ରୁ ୨୦୧୬ ଭିତରେ ସମଗ୍ର ବିଶ୍ୱରେ ବୃକ୍ଷାହୀନତା ବୃଦ୍ଧି ପାଇଛି ୨.୨୪ ପ୍ରତିଶତ । ଉପଗ୍ରହ କରିଆରେ ସଂଗୃହୀତ ଏହି ତଥ୍ୟକୁ ଯୁନିଭର୍ସିଟି ଅଫ୍ ମେରିଲାଣ୍ଡ, ବ୍ଲେଟ୍ ଯୁନିଭର୍ସିଟି ଅଫ୍ ନ୍ୟୁୟର୍କ ଏବଂ ନାସା ଗର୍ଭାତ୍ ସେଣ୍ଟ ଫ୍ଲୋରନ୍ସ ସେଣ୍ଟର ଗବେଷକମାନେ ବ୍ୟବହାର କରିକାର୍ଣିବାକୁ ପାଇଛନ୍ତି ଯେ ପ୍ରାୟୁମଣକାୟ ଅଞ୍ଚଳରେ ହ୍ରାସ ପାଇଥିବା ଜଙ୍ଗଲର କ୍ଷତିକୁ ନାଟିଶାତୋଷ୍ଟ, ଆର୍ଡ୍ର ଏବଂ ଉପକ୍ରନ୍ତାୟ ଜଳବାୟୁ ଅଞ୍ଚଳର ଜଙ୍ଗଲଗୁଡ଼ିକ ଭରଣା କରିବା ସହିତ ଜଙ୍ଗଲର ପରିମାଣରେ ଭାରସାମ୍ୟ ରକ୍ଷା କରିବାରେ ସମର୍ଥ ହେଉଛନ୍ତି । ଜଳବାୟୁରେ ଉତ୍ତୁରୀ ବକାୟ ରହୁଥିବାରୁ ପାର୍ବତ୍ୟାଞ୍ଚଳରେ ଗଛଗୁଡ଼ିକ ବଢ଼ିବା ସହିତ ଏଭଳି ଅଞ୍ଚଳରେ ଜଙ୍ଗଲର ପରିସର ସମ୍ପ୍ରସାରିତ ହେଉଥିବା ଅଧ୍ୟୟନରୁ ଜଣାପଡ଼ିଛି । ତେବେ ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ କଥାଟି ଯାହା ଜଣାପଡ଼ିଛି, ତାହା ହେଉଛି ମାନବୀୟ କାର୍ଯ୍ୟକଳାପଜନିତ ପ୍ରତ୍ୟୁଷଣ ଜଙ୍ଗଲର ଅଭିଭୂକ୍ତି କ୍ଷେତ୍ରରେ ବେଶୀ ବାଧକ ସାଜିଥିବା ବେଳେ ଜଳବାୟୁ ପରିବର୍ତ୍ତନ ନିଜିତ ପ୍ରଭାବର ପରିମାଣ ଖୁବ୍ କମ୍ ରହିଛି । ପରିତାପର ବିଷୟ, ଏହି ଅଧ୍ୟୟନରେ କିନ୍ତୁ କେତେକ ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ କଥାକୁ ବିଚାରକୁ ନିଆଯାଇନାହିଁ, ଯେଉଁଥିପାଇଁ ଏହା ସିମୀତ ପରିସରର ଅଧ୍ୟୟନ ବୋଲି ମନେହୁଏ । ଉଦାହରଣ ସ୍ୱରୂପ, ଭାରତର ବ୍ଲେ ଅଫ୍ ଫରେଷ୍ଟ୍ ରିପୋର୍ଟରେ ଯେମିତି ‘ସବୁ ପ୍ରକାରର ବୃକ୍ଷର ଅହୀନତା’କୁ ଗୋଟିଏ ବର୍ଗରେ ଅନ୍ତର୍ଭୁକ୍ତ କରାଯାଇଛି, ଠିକ୍ ସେମିତି ଏଥିରେ ମଧ୍ୟ ସମାନ ପଥ ଅନୁସରଣ କରାଯାଇଛି । ନେତର ପତ୍ରିକା ତା’ର ଅଧ୍ୟୟନରେ ଭୁଲଗ ଅଲୀକାଦନ ନିମନ୍ତେ ତିନିଗୋଟି ବର୍ଗ ବ୍ୟବହାର କରିଥାଏ । ସେଗୁଡ଼ିକ ହେଉଛି, ବୃକ୍ଷ ଫସଲ, କ୍ଷଣସ୍ଥାୟୀ ବୃକ୍ଷାହୀନ ଏବଂ ଖୋଲା ବା ବନ୍ୟାଞ୍ଚଳ । ତେବେ ବୃକ୍ଷ ଫସଲ ବର୍ଗରେ ବିଭିନ୍ନ ପ୍ରକାରର ଜଙ୍ଗଲକୁ ଅନ୍ତର୍ଭୁକ୍ତ କରାଯାଇପାରେ, ଯେମିତିକି ପ୍ରକୃତିକ ଜଙ୍ଗଲ, ଶାସ୍ତ୍ରାଧୀନ ବାୟୁକାଲିପତସ୍ତ ବାଷ୍ପ ଇତ୍ୟାଦିକୁ । ଦ୍ୱିତୀୟରେ ‘ବୃକ୍ଷାହୀନତା’ର ସମ୍ପ୍ରସାରଣ ନାଟିଶାତୋଷ୍ଟ ଅଞ୍ଚଳରେ ଘଟୁଛି ବୋଲି ଦର୍ଶାଯାଇଛି । ଏଥି ମଧ୍ୟରେ ତାନର ନାଟିଶାତୋଷ୍ଟ ଅଞ୍ଚଳ ମଧ୍ୟ ସାମିଲ ହୋଇଛି, କିନ୍ତୁ କ୍ରାନ୍ତୀୟ ବା ଉପକ୍ରନ୍ତାୟ ଅଞ୍ଚଳରେ ସେତେ ବେଶୀ ହେଉନାହିଁ ବୋଲି ଦର୍ଶାଯାଇଛି । ଏଥି ମଧ୍ୟରେ ତାନର ନାଟିଶାତୋଷ୍ଟ ଅଞ୍ଚଳ ମଧ୍ୟ ସାମିଲ ହୋଇଛି, କିନ୍ତୁ କ୍ରାନ୍ତୀୟ ବା ଉପକ୍ରନ୍ତାୟ ଅଞ୍ଚଳରେ ସେତେ ବେଶୀ ହେଉନାହିଁ ବୋଲି ଦର୍ଶାଯାଇଛି । ସର୍ବୋପରି ଜଙ୍ଗଲ କହିଲେ କେବଳ କେତେଗୁଡ଼ିଏ ଗଛର ସମାହାରକୁ ବୁଝାଏ ନାହିଁ, ବରଂ ଏଥି ମଧ୍ୟରେ ବାସ କରୁଥିବା ସମସ୍ତ ପ୍ରକାରର କୀଟ ପତଙ୍ଗ ଓ ଜୀବଜନ୍ତୁକୁ ନେଇ ହିଁ ଜଙ୍ଗଲର ସଂଜ୍ଞା ନିର୍ଦ୍ଧାରିତ ହୋଇଥାଏ । ତେଣୁ ଜଙ୍ଗଲ ଅଞ୍ଚଳ ଏବଂ ବୃକ୍ଷାହୀନତା ଅଞ୍ଚଳ ମଧ୍ୟରେ ଦୂର ପାର୍ଥକ୍ୟ ରହିଛି । ୨୦୦୩ ମସିହା ପରଠାରୁ ଭାରତ ପ୍ରତିବର୍ଷ ଏକ ହଜାର ବର୍ଗକିଲୋମିଟରରୁ ଅଧିକ ଆୟତନରେ ଜଙ୍ଗଲ ହରାଇ ଚାଲିଛି । ଏହାର ଭରଣା ପାଇଁ ଦେଶରେ ଜଙ୍ଗଲ ସୃଷ୍ଟି କରାଯାଉଛି । କିନ୍ତୁ ଯେତିକି ଜଙ୍ଗଲ ଧ୍ୱଂସ କରାଯାଉଛି, ତାର ହାରାହାରି ଅଧା ପରିମାଣର ବୃକ୍ଷ ରୋପଣ କରାଯାଉଛି । ତେବେ ଆଞ୍ଚଳିକ ଅବସ୍ଥାକୁ ବିଚାରକୁ ନ ନେଇ ସବୁ ସ୍ଥାନରେ ଗୋଟିଏ ବା ଦୁଇଟି ପ୍ରକାରର ବୃକ୍ଷ ରୋପଣ କରିବା କେତେକ ଅଞ୍ଚଳରେ ପ୍ରତିକୂଳ ପରିଣତି ପ୍ରଦର୍ଶିତ କରୁଛି । ପରିତାପର ବିଷୟ, ଏଭଳି ବୃକ୍ଷ ରୋପଣର ପରିବେଶ ଉପରେ କେଉଁ ପ୍ରକାରର ପ୍ରଭାବ ରହିଛି, ଅର୍ଥାତ୍ ପାରିବେଶିକ ବ୍ୟବସ୍ଥାରେ ଏହା କେତେଦୂର ସକୂଳନ ରଖିବାରେ ସହାୟକ ହେଉଛି, ତାହା ବିଶ୍ୱସ୍ତରୀୟ ଆକଳନରେ ବିଚାରକୁ ନିଆଯାଇ ନାହିଁ ।

ଆଶୀର୍ବାଦ ପ୍ରାପ୍ତ ବିଦ୍ୟାଳୀ,
ମୁଁ ମୋର ଏହି ଆଧାର ଛାଡ଼ି ଗଲାପରେ ମଧ୍ୟ ମୋର ଶକ୍ତି ରହିବ । ଏହା ଲକ୍ଷ୍ମୀର ଶକ୍ତି । ଏହି ଆଧାର ଭିତରେ ରହିଥିବା ସମୟରେ ମୋର ଶକ୍ତି କାମ କରୁଛି । ଏହା ଗୁରୁ ଶକ୍ତି । କେବଳ ଗୁରୁହିଁ ପୁଣି ପ୍ରଦାନ କରନ୍ତି । ଲକ୍ଷ୍ମୀର ଧନ, ସମ୍ପତ୍ତି, ସୁଖ, ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ, ବିଳାସ ଆଦି ସବୁକିଛି ଦେଇ ପାରିବେ । ଲକ୍ଷ୍ମୀ ତୁମକୁ ବୈକୁଣ୍ଠକୁ ନେଇଯାଇପାରିବେ, କୈଳାସକୁ ନେଇ ଯାଇପାରିବେ ବା ସର୍ବକୁ ନେଇ ଯାଇପାରିବେ, କିନ୍ତୁ ସେ ତୁମକୁ ତାଙ୍କ ନିଜ ମାୟାକୁ ମୁକ୍ତ କରିପାରିବେ ନାହିଁ । ଏହି କାମଟି କେବଳ ଗୁରୁହିଁ କରିପାରିବେ ।
କୌଣସି ପ୍ରକାର ଭୌତିକ ସୁଖ ଗୁରୁଙ୍କ ପାଖରୁ ପାଇବା ପାଇଁ ଆକମ୍ପକ୍ଷା ରଖନାହିଁ । ତୁମେ ଚାହଁଲେ ଗୁରୁ ଦେଇପାରିବେ, କିନ୍ତୁ ଏହାଫଳରେ ତୁମେ ପ୍ରକୃତିର ଯତ୍ନରେ ପଡ଼ିଯିବ । ଏହି କାରଣରୁ ମତେ ଯେତେବେଳେ ପ୍ରାତୁର୍ଯ୍ୟ ଯତା ହେଲା, ମୁଁ ତାକୁ ସମ୍ମାନର ସହ ଅସୀକାର କଲି । ଜଣେ ଜ୍ଞାନୀ ସବୁ ଗୁରୁଙ୍କ ଠାରୁ କେବେହେଲେ କୌଣସି ଭୌତିକ ସମୃଦ୍ଧି ଆଶା କରେନାହିଁ ।
ଯେଉଁମାନଙ୍କର ଲକ୍ଷ୍ୟ ମୁକ୍ତି, ସେମାନେ ଭୌତିକ ଜଗତର ସୁଖ ଚାହଁବେ ନାହିଁ । ନିଜ ଅହଙ୍କାର ଗୁରୁଙ୍କ ଚରଣରେ ସମର୍ପଣ କରିଦେବା ପାଇଁ ହୃଦୟର ଗଭିରତମ ପ୍ରଦେଶକୁ ଆନ୍ତରିକ ନିବେଦନ କର । ଗୁରୁ ତୁମ ଅନେକ

ଗୁରୁ ଓ ଲକ୍ଷ୍ମୀ

ଲକ୍ଷ୍ମୀର ସବୁକିଛି ଦେଇଥାନ୍ତି, ଗୁରୁ ମାର୍ଗଦର୍ଶନ ଦିଅନ୍ତି, ମାଆ ସେବାକରେ । କେବଳ ଏହି ତିନୋଟି ଶବ୍ଦ ମନେରଖ । ଲକ୍ଷ୍ମୀ, ଗୁରୁ ଓ ମାତା । ଆଉ ସବୁ ଭୁଲିଯାଅ । ଏଇ ସଂସାରରେ ଯିଏ ଯାହା ଦେଉଛି- ଭଲ ହେଉ ବା ଖରାପ, ପ୍ରଣାମ ହେଉ ବା ଭଙ୍ଗନା, ସବୁ ଲକ୍ଷ୍ମୀର ଲକ୍ଷ୍ମୀ, ଲକ୍ଷ୍ମୀର ବ୍ୟତୀତ କାହାରି ଦେବାର କ୍ଷମତା ନାହିଁ, ଭୌତିକ ହେଉ ବା ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକ, ଯାହାଠାରୁ ମାର୍ଗଦର୍ଶନ ମିଳେ, ସେ ହେଉଛନ୍ତି ଗୁରୁ ।

କନ୍ଦୁ କର୍ମ ଗୁଡ଼ିକରୁ ମୁକ୍ତି ଦେବେ । ଏଥିପାଇଁ ତ ଜଣେ ମହାନ ଗୁରୁ କହିଛନ୍ତି, “ମୁଁ କାହାକୁ କିଛି ଦେବିବୋଲି ଏଠାକୁ ଆସି ନାହିଁ, ମୁଁ ଆସିଛି ସମସ୍ତଙ୍କଠାରୁ ସବୁକିଛି ନେବା ପାଇଁ ।”
ବିଶ୍ୱଗୁରୁ ହେବାପାଇଁ ଅଭିଳାଷ ରଖନାହିଁ । ଶିଷ୍ୟ, ଭକ୍ତ ବା ପ୍ରଣାମକ ଗୋଟାଏ ପକ୍ଷରେ ପଡ଼ନାହିଁ । ତୁମ ନିଜ ପରମାନନ୍ଦ ଅବସ୍ଥା, ମୁକ୍ତିର ତୁମ ପାଖକୁ ଆସିବେ, ତାକୁ ଆସିବାକୁ ଦିଅ । ଜଣେ ଯୋଗୀକୁ ଉତ୍ତୁତ କରିବା ପାଇଁ ତୁମକୁ ତାଙ୍କ ସଂସାର ଷରକୁ ଅବତରଣ କରିବାକୁ ପଡ଼ିବ, ଏହା ଗୁରୁଙ୍କ କାମ । ଏହା ଉପରଠାଉରିଆ ଉପଦେଶ ନୁହେଁ, ପ୍ରବଚନ ବା ବିଚର୍ଚ୍ଚା ନୁହେଁ, ଏହା ହେଉଛି ଅନୁଭବାତ୍ମକ ଅବରୋହଣ, ସଂସାର ଗୁଡ଼ିକର ସହବନ୍ଧନ । କିଏ ଜାଣେ ହଜାର ହଜାର ମାଲକ ତୁରରେ ଥିବା ଆଧାରରେ କି ପ୍ରକାର ସଂସାର ସବୁଅଛି ?
ଲକ୍ଷ୍ମୀର ସବୁକିଛି ଦେଇଥାନ୍ତି, ଗୁରୁ ମାର୍ଗଦର୍ଶନ ଦିଅନ୍ତି, ମାଆ ସେବାକରେ । କେବଳ ଏହି ତିନୋଟି ଶବ୍ଦ ମନେରଖ । ଲକ୍ଷ୍ମୀ, ଗୁରୁ ଓ ମାତା । ଆଉ ସବୁ ଭୁଲିଯାଅ । ଏଇ ସଂସାରରେ ଯିଏ ଯାହା ଦେଉଛି- ଭଲ ହେଉ ବା ଖରାପ, ପ୍ରଣାମ ହେଉ ବା ଭଙ୍ଗନା, ସବୁ ଲକ୍ଷ୍ମୀର ଲକ୍ଷ୍ମୀ, ଲକ୍ଷ୍ମୀର ବ୍ୟତୀତ କାହାରି ଦେବାର କ୍ଷମତା ନାହିଁ, ଭୌତିକ ହେଉ ବା ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକ, ଯାହାଠାରୁ ମାର୍ଗଦର୍ଶନ ମିଳେ, ସେ ହେଉଛନ୍ତି ଗୁରୁ । ସେଥିପାଇଁ ପିତା,

ମାତା, ଭାଇ, ବନ୍ଧୁ - ଏ ସମସ୍ତେ ଗୁରୁ ସଦୃଶ । ଭୌତିକ ସ୍ତରରେ ହେଉ ବା ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକ, ଯିଏ ତୁମ ବିବେକର ବିକାଶ ପାଇଁ ମାର୍ଗଦର୍ଶନ ଦିଅନ୍ତି ସେ ହେଉଛନ୍ତି ଗୁରୁ । ଯେ ତୁମ ସେବା କରୁଛନ୍ତି ସେ ତୁମର ମାତା । ଯେ ତୁମକୁ ଆଶ୍ରୟ କରୁଛନ୍ତି, ସୁରକ୍ଷା ଦେଉଛନ୍ତି, ତୁମର ଚେତନାକୁ ଶାନ୍ତ ସ୍ତରରେ ପହଞ୍ଚାଉଛନ୍ତି, ଯାହାଫଳରେ ତୁମ ଅହଙ୍କାର ବିନାଶ ହେଉଛି, ଦୈତ୍ୟ ଭାବରେ ବିଲୀନ ହେଉଛି, ସେ ହେଉଛନ୍ତି ମାତା, ଏହା ମୋ ଉପଲକ୍ଷିତ ମୂଳତତ୍ତ୍ୱ ।
ଆଧାର ଶାଶ୍ୱତ ନୁହେଁ । ଲକ୍ଷ୍ମୀ, ଗୁରୁ ଓ ମାତା- କେବଳ ଏହି ତିନୋଟି ମାତ୍ର ଶକ୍ତ ରହିଛି ସୃଷ୍ଟିରେ । ଗୁରୁ ଜ୍ଞାନର ପ୍ରତୀକ, ଲକ୍ଷ୍ମୀର ପ୍ରେମର ଓ ମାତା ସତ୍ୟର ପ୍ରତୀକ । ଏହି ତ୍ରିଶକ୍ତିକୁ ମନ ମଧ୍ୟରେ ଧରିରଖି ଯଦି ତୁମେ ସବୁକିଛିକୁ ଏହି ତ୍ରିଶକ୍ତି ମାଧ୍ୟମରେ ଦେଖିବ, ତେବେ ତୁମ ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକ ଯାତ୍ରାପଥ ସୁଗମ ହୋଇଯିବ, କଳ୍ପନାତୀତ ଅଜ୍ଞସମୟ ମଧ୍ୟରେ ତୁମେ ଲକ୍ଷ୍ୟସ୍ଥଳରେ ପହଞ୍ଚିଯିବ ।

ସୌକନ୍ୟ:-
ସବୁଗୁରୁ ସୀମା ଶ୍ରୀ ଆତ୍ମାନନ୍ଦ କ୍ଷିରାକା ସଂଳାପରୁ ଅନୁଗୃହିତ ଓ ଅନୁଦିତ ।

ଅମିନାଲୁ ରାୟ

କେଉଁ ଆଦିମ କାଳରୁ ଭାର ଉଦ୍‌ଘାଟନା ମଧ୍ୟରେ ଥିବା ଉତ୍ତର ସମ୍ପର୍କ ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ନିଆରା ଓ ପବିତ୍ର । ଦେଖିବାକୁ ଗଲେ ଭଉଣୀଟିଏ ମାଆ ନ ହୋଇ ବି ମା’ଟିଏ ପରି ଭାଇର ଯତ୍ନ ନେଇଥାଏ । ଠିକ୍ ସେହିପରି ପିତା ନ ହୋଇ ଭାଇ ମଧ୍ୟ ଭଉଣୀକୁ ପ୍ରତିଟି କ୍ଷେତ୍ରରେ ପୁରକ୍ଷା ପ୍ରଦାନ କରିଥାଏ । ଏମିତିକି ଜୀବନସାଥୀ ତଥା ବନ୍ଧୁଟିଏ ପରି ଭାଇ ଭଉଣୀର ମନ ତଳର ଅନୁଭବ କଥା ରୁହିପାରିଥାଏ । ତେଣୁ ଉକ୍ତ ସମ୍ପର୍କ ସବୁଠାରୁ ଅନନ୍ୟ ଅଟେ । ବାପାମାଆ ଝିଅଟିକୁ ଶାଶୁଘରକୁ ପଠାଇସାରିବା ପରେ ତାଙ୍କର ଚିନ୍ତା ଏତିକିରେ ସରିନଥାଏ । ମୃତ୍ୟୁ ବେଳକୁ ସେମାନେ ଭାଇ ହାତରେ ହିଁ ଭଉଣୀର ସମସ୍ତ ସାମ୍ପତ୍ତି ଓ କର୍ତ୍ତବ୍ୟ ଦେଇଯାଆନ୍ତି । ଜୀବନଯାକ ପର୍ବପର୍ବାଣୀ ହେଉ କି ମହୋତ୍ସବ, ଏମିତିକି ବିଭିନ୍ନ ସମୟରେ ଭାଇ ହିଁ ସାହାଯ୍ୟ ହୋଇ ତା ଶାଶୁଘରେ ଠିଆ ହୁଏ । ତେଣୁ ସାହାଜୀବନ ଏହି ପ୍ରତିଜ୍ଞା ରକ୍ଷା କରିବାକୁ ଯାଇ ଭଉଣୀ ଅତି ସରାଗରେ ତା ଭାଇ ହାତରେ ବାନ୍ଧିଦିଏ ରେଶମୀ ପୁତାରେ ପ୍ରସ୍ତୁତ ଏଇ ରାକ୍ଷୀଟିକୁ । ସେହି ଚୋରିରେ ବାନ୍ଧିହୋଇ ଭାଇ ହୋଇଯାଏ ପ୍ରତିଜ୍ଞାବଦ୍ଧ । ତେଣୁ ଉକ୍ତ ଦିନ ସକାଳୁ ସକାଳୁ ନିତ୍ୟକର୍ମସାରି ଭଉଣୀ ଅତି ଶୁଧାରେ ବନ୍ଦାପଦ୍ମା ଥାଳି ସକାଳି ଦୀପ, ଧୂପ, ଚନ୍ଦନ, ସିନ୍ଦୂରରେ ବନ୍ଦାପଦ୍ମା କରି ଭାଇକୁ ପିନ୍ଧାଇଦିଏ ରକ୍ଷା କବଚ ସ୍ୱରୂପ ଏଇ ରାକ୍ଷୀଟି । ନୁହେଁ ମିଠା ଖୁଆଖୁଇ ହେବା ସହ ଭଉଣୀକୁ ଖୁସିରେ ରଖିବା ପାଇଁ ଭାଇମାନେ ସ୍ନେହର ନିବେଶନ ସ୍ୱରୂପ ପ୍ରତିଜ୍ଞାବଦ୍ଧ । ତେଣୁ ଆଜିର ଏହି ପବିତ୍ର ରକ୍ଷା ବନ୍ଧନ ଉତ୍ସବରେ ଭାଇ ଭଉଣୀଙ୍କ ସଂପର୍କର ଅତି ବାସ୍ତବ ଚିତ୍ର ଏହିପରି ଭାବେ ଚିତ୍ରିତ କରାଯାଇପାରେ । ପୌରାଣିକ କଥାବସ୍ତୁ ଅନୁଯାୟୀ ଦୀର୍ଘ ୧୨ ବର୍ଷ ଧରି ଦେବତା ଓ ଅସୁରଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ଯୁଦ୍ଧ ଲାଗିରହିଲା ଏବଂ ଶେଷରେ ଅସୁରମାନେ ଦେବତାମାନଙ୍କୁ ପରାସ୍ତ କଲେ । ସେତେବେଳେ ସର୍ବର ରାଜା ଇନ୍ଦ୍ର ତାଙ୍କର ପ୍ରଧାନ ଶତ୍ରୁ ଦୂତାପୁରକୁ ଯୁଦ୍ଧରେ ପରାସ୍ତ କରିବା ସଙ୍ଗେ ସଙ୍ଗେ ଅନ୍ୟ ଅସୁରମାନଙ୍କୁ ମଧ୍ୟ ପରାସ୍ତ କରିବା ସହଜ ହେବ ବୋଲି ବିଚାର କରି ଯୁଦ୍ଧ କରିବାକୁ ଅଗ୍ରସର ହେଲେ । ସେହି ସମୟରେ ଇନ୍ଦ୍ରାଣୀ ଏହି ଶ୍ରୀବତ୍ସ ପୂର୍ଣ୍ଣିମା ଦିନ ତାଙ୍କ ହସ୍ତରେ ରାକ୍ଷୀଟିଏ ବାନ୍ଧିଥିଲେ ଓ ଯାହା ଫଳରେ ଇନ୍ଦ୍ର ଯୁଦ୍ଧରେ ବିଜୟଲାଭ କରିଥିଲେ । ପୁନଶ୍ଚ ଗୋପ ନଗରୀର ଗୋପୀମାନେ ମଧ୍ୟ ସେମାନଙ୍କର ସମସ୍ତ ବିପଦ ଆପଦରୁ ନିଜକୁ ରକ୍ଷା କରିବା ପାଇଁ

ମନିନ ପତିଛି ରକ୍ଷା ବନ୍ଧନ

କୃଷ୍ଣକୁ ଅନୁରୋଧ କରି ତାଙ୍କ ହସ୍ତରେ ରାକ୍ଷୀ ବନ୍ଧନ କରିଥିଲେ । ଏ ଭବ ସଂସାରରୁ ଦୃଷ୍ଟମାନଙ୍କୁ ବିନାଶ ପୂର୍ବକ ତଥା ସାଧୁ ସଦୁପାତନକ ପାଳନ ଯତ୍ନ ନେଇଥାଏ । ଠିକ୍ ସେହିପରି ପିତା ନ ହୋଇ ଭାଇ ମଧ୍ୟ ଭଉଣୀକୁ ପ୍ରତିଟି କ୍ଷେତ୍ରରେ ପୁରକ୍ଷା ପ୍ରଦାନ କରିଥାଏ । ଏମିତିକି ଜୀବନସାଥୀ ତଥା ବନ୍ଧୁଟିଏ ପରି ଭାଇ ଭଉଣୀର ମନ ତଳର ଅନୁଭବ କଥା ରୁହିପାରିଥାଏ । ତେଣୁ ଉକ୍ତ ସମ୍ପର୍କ ସବୁଠାରୁ ଅନନ୍ୟ ଅଟେ । ବାପାମାଆ ଝିଅଟିକୁ ଶାଶୁଘରକୁ ପଠାଇସାରିବା ପରେ ତାଙ୍କର ଚିନ୍ତା ଏତିକିରେ ସରିନଥାଏ । ମୃତ୍ୟୁ ବେଳକୁ ସେମାନେ ଭାଇ ହାତରେ ହିଁ ଭଉଣୀର ସମସ୍ତ ସାମ୍ପତ୍ତି ଓ କର୍ତ୍ତବ୍ୟ ଦେଇଯାଆନ୍ତି । ଜୀବନଯାକ ପର୍ବପର୍ବାଣୀ ହେଉ କି ମହୋତ୍ସବ, ଏମିତିକି ବିଭିନ୍ନ ସମୟରେ ଭାଇ ହିଁ ସାହାଯ୍ୟ ହୋଇ ତା ଶାଶୁଘରେ ଠିଆ ହୁଏ । ତେଣୁ ସାହାଜୀବନ ଏହି ପ୍ରତିଜ୍ଞା ରକ୍ଷା କରିବାକୁ ଯାଇ ଭଉଣୀ ଅତି ସରାଗରେ ତା ଭାଇ ହାତରେ ବାନ୍ଧିଦିଏ ରେଶମୀ ପୁତାରେ ପ୍ରସ୍ତୁତ ଏଇ ରାକ୍ଷୀଟିକୁ । ସେହି ଚୋରିରେ ବାନ୍ଧିହୋଇ ଭାଇ ହୋଇଯାଏ ପ୍ରତିଜ୍ଞାବଦ୍ଧ । ତେଣୁ ଉକ୍ତ ଦିନ ସକାଳୁ ସକାଳୁ ନିତ୍ୟକର୍ମସାରି ଭଉଣୀ ଅତି ଶୁଧାରେ ବନ୍ଦାପଦ୍ମା ଥାଳି ସକାଳି ଦୀପ, ଧୂପ, ଚନ୍ଦନ, ସିନ୍ଦୂରରେ ବନ୍ଦାପଦ୍ମା କରି ଭାଇକୁ ପିନ୍ଧାଇଦିଏ ରକ୍ଷା କବଚ ସ୍ୱରୂପ ଏଇ ରାକ୍ଷୀଟି । ନୁହେଁ ମିଠା ଖୁଆଖୁଇ ହେବା ସହ ଭଉଣୀକୁ ଖୁସିରେ ରଖିବା ପାଇଁ ଭାଇମାନେ ସ୍ନେହର ନିବେଶନ ସ୍ୱରୂପ ପ୍ରତିଜ୍ଞାବଦ୍ଧ । ତେଣୁ ଆଜିର ଏହି ପବିତ୍ର ରକ୍ଷା ବନ୍ଧନ ଉତ୍ସବରେ ଭାଇ ଭଉଣୀଙ୍କ ସଂପର୍କର ଅତି ବାସ୍ତବ ଚିତ୍ର ଏହିପରି ଭାବେ ଚିତ୍ରିତ କରାଯାଇପାରେ । ପୌରାଣିକ କଥାବସ୍ତୁ ଅନୁଯାୟୀ ଦୀର୍ଘ ୧୨ ବର୍ଷ ଧରି ଦେବତା ଓ ଅସୁରଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ଯୁଦ୍ଧ ଲାଗିରହିଲା ଏବଂ ଶେଷରେ ଅସୁରମାନେ ଦେବତାମାନଙ୍କୁ ପରାସ୍ତ କଲେ । ସେତେବେଳେ ସର୍ବର ରାଜା ଇନ୍ଦ୍ର ତାଙ୍କର ପ୍ରଧାନ ଶତ୍ରୁ ଦୂତାପୁରକୁ ଯୁଦ୍ଧରେ ପରାସ୍ତ କରିବା ସଙ୍ଗେ ସଙ୍ଗେ ଅନ୍ୟ ଅସୁରମାନଙ୍କୁ ମଧ୍ୟ ପରାସ୍ତ କରିବା ସହଜ ହେବ ବୋଲି ବିଚାର କରି ଯୁଦ୍ଧ କରିବାକୁ ଅଗ୍ରସର ହେଲେ । ସେହି ସମୟରେ ଇନ୍ଦ୍ରାଣୀ ଏହି ଶ୍ରୀବତ୍ସ ପୂର୍ଣ୍ଣିମା ଦିନ ତାଙ୍କ ହସ୍ତରେ ରାକ୍ଷୀଟିଏ ବାନ୍ଧିଥିଲେ ଓ ଯାହା ଫଳରେ ଇନ୍ଦ୍ର ଯୁଦ୍ଧରେ ବିଜୟଲାଭ କରିଥିଲେ । ପୁନଶ୍ଚ ଗୋପ ନଗରୀର ଗୋପୀମାନେ ମଧ୍ୟ ସେମାନଙ୍କର ସମସ୍ତ ବିପଦ ଆପଦରୁ ନିଜକୁ ରକ୍ଷା କରିବା ପାଇଁ

ଦେବାଦିଏ ତିଆରି କରିବା ସଙ୍ଗେ ସଙ୍ଗେ ତା ଉପରେ ବଳଭଦ୍ରଙ୍କ ଆକୃତି କରି ପୂଜାର୍ଚ୍ଚନା କରିଥାନ୍ତି । ଏଥି ସହିତ ଗୋଟିଏ ବଳଦର ମାଟିସ୍ତୁପ ସ୍ଥାପନ କରି ଏକ ଅଶ୍ୱିନୀ ବାଲୁରାକୁ ତିଆରିଥିବାରୁ ଏହି ପର୍ବକୁ ଗହୁଡ଼ିଆଁ ପର୍ବ ମଧ୍ୟ କୁହାଯାଏ । ଉଚିତ୍ତଃ ମସିହାରେ ଜଂରେକମାନେ ହିନ୍ଦୁ ଓ ମୁସଲମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ଧର୍ମକୁ ଆକ କରି ବଙ୍ଗ ବିଭାଜନ କରିବାକୁ ଚାହଁଲେ, ଠିକ୍ ସେତିକିବେଳେ ରବିନ୍ଦ୍ରନାଥ ଟାଗୋର ରକ୍ଷା ବନ୍ଧନ ଉତ୍ସବର ଆୟୋଜନ କରିଥିଲେ । ଏହି ଉତ୍ସବ ମାଧ୍ୟମରେ ସେ ହିନ୍ଦୁ ଓ ମୁସଲମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ଭାଇତାରା ସୃଷ୍ଟି କରିବାକୁ ଚେଷ୍ଟା କରିଥିଲେ । ତେଣୁ ଇତିହାସ ପୃଷ୍ଠାରେ ରାକ୍ଷୀକୁ ନେଇ ଏମିତି ବହୁତ କାହାଣୀ ରହିଛି । ଯେତେବେଳେ ଗୁରୁଗୋବିନ୍ଦ ରାଜା ବାହାଦୁର ଶାହା ଚିତୋର ଉପରେ ଆକ୍ରମଣ କରିବାକୁ ଯୋଜନା କଲେ, ସେତେବେଳେ ସୀମାକୁ ହରାଇଥିବା ରାଣୀ କର୍ଣ୍ଣାବତୀ ହୁମାୟୁନଙ୍କଠାରୁ ସାହାଯ୍ୟ ପ୍ରାପ୍ତି ଆଶାରେ ଏକ ରାକ୍ଷୀ ପ୍ରେରଣ କରିଥିଲେ । ପୁନଶ୍ଚ ଆଲେକଜାଣ୍ଡାର ଭାରତ ଆକ୍ରମଣ କରିବା ସମୟରେ ତାଙ୍କ ପତ୍ନୀ ରୁକୁନା ଦେବିକେଶ ରାଜ୍ୟର ରାଜା ପୋରସକୁ ଏକ ରାକ୍ଷୀ ପଠାଇଥିଲେ । ସେ ସର୍ତ୍ତ ରଖିଥିଲେ - ସେ ଯେମିତି ତାଙ୍କ ସୀମାକୁ ଯୁଦ୍ଧରେ କ୍ଷତି ପହଞ୍ଚାଇବେ ନାହିଁ । ପରେ ସେଇଆ ହିଁ ହୋଇଥିଲା । ଯୁଦ୍ଧ ସମୟରେ ପୋରସ ଯେତେବେଳେ ନିଜର ଶେଷ ଅସ୍ତ୍ର ଆଲେକଜାଣ୍ଡାରଙ୍କ ଉପରକୁ ନିକ୍ଷେପ କରିବାକୁ ଯାଉଥିବା ସମୟରେ, ହଠାତ୍ ନିଜ ହାତରେ ବନ୍ଧା ହୋଇଥିବା ରାକ୍ଷୀକୁ ଦେଖି ତାଙ୍କର ସବୁ କଥା ମନେ ପଡ଼ି ଯାଇଥିଲା । ତେଣୁ ସେ ସେଇଠି ଅଟକି ଯାଇଥିଲେ । ଜଗତର ନାଥ ଜଗନ୍ନାଥଙ୍କ ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟରେ ଶ୍ରୀମନ୍ଦିରରେ ମଧ୍ୟ ରକ୍ଷା ବନ୍ଧନ ଉତ୍ସବ ପାଳନ କରାଯାଏ । ସେଦିନ ସାଧାରଣ ମଣିଷଙ୍କ ପରି ଲାଲାଖେଳା କରନ୍ତି ପ୍ରଭୁ ଜଗନ୍ନାଥ । ମଣିଷଙ୍କ ପରି ସେ ସାଦିତ୍ସ ପରମ୍ପରା ଓ ବିଧି ରହିଛି । କୃଷକ ତାର ସବୁ ଦିନର ସାଥୀ ବଳଦକୁ ସ୍ନାନ କରାଇ ଚନ୍ଦନ ଫୁଲ ଦେଇ ମୁଖ ଏବଂ ଶିଳରେ ମାଳ ଓ ରାକ୍ଷୀ ବାନ୍ଧିଥାଏ । ଗୃହରେ ପ୍ରସ୍ତୁତ ବ୍ୟନ ଓ ପିଠାପଣାକୁ ପ୍ରଥମେ ଗୋମାତାକୁ ଅର୍ପଣ କରିବା ପରେ ଘରେ ଖିଆଯାଏ । ଏକାଦଶ ଶତାବ୍ଦୀର ସ୍ମୃତିକାର ଆଚାର୍ଯ୍ୟ ସଦାନନ୍ଦଙ୍କ ଉକ୍ତି ଅନୁଯାୟୀ- ପ୍ରଭୁ ବଳଭଦ୍ରଙ୍କ ଜନ୍ମ ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟରେ ଗହ୍ୱା ପୂର୍ଣ୍ଣିମା ପ୍ରସିଦ୍ଧ । ତେଣୁ କୃଷିକାମୀମାନେ ଏକତ୍ରିତ ହୋଇ କେତେକ ସ୍ଥାନରେ ପାଳନ କରିଥିବାର ନିଜର ରହିଛି । ଗ୍ରାମ ମୁଣ୍ଡରେ ଗହ୍ୱା

ହୋଇଥାଏ । ପୁରୀରେ ପାତ୍ର ବିଶୋଇ ସଂପ୍ରଦାୟର ଜଗନ୍ନାଥ ପାତ୍ର ଏବଂ ତାଙ୍କ ଘର ଲୋକେ ଜଗନ୍ନାଥ ଓ ବଳଭଦ୍ର ପାଇଁ ସ୍ୱତନ୍ତ୍ର ରାକ୍ଷୀ ପ୍ରସ୍ତୁତ କରିଥାନ୍ତି । ମନ୍ଦିର ପ୍ରଶାସନ ପକ୍ଷରୁ ରାକ୍ଷୀ ପାଇଁ ପାତ୍ର କପତା ଯୋଗାଇ ଦିଆଯାଏ । ନାଲି, ନୀଳ, ସବୁଜ, ହଳଦିଆ ଓ ଧଳା ରଙ୍ଗର ବ୍ୟବହାରରେ ହିଁ ରାକ୍ଷୀ ପ୍ରସ୍ତୁତ ହୁଏ । ଉକ୍ତ ଦିବସଟି ଶ୍ରେଷ୍ଠ ହୋଇଥିବାରୁ ଏହି ଦିନରେ ମୁନାରଖିମାନେ ବେଦ ଓ ପୁରାଣ ପଠନ ଆରମ୍ଭ କରିଥିଲେ । ଏଣୁ ଏହାକୁ ସଂସ୍କୃତି ଦିବସ ମଧ୍ୟ କୁହାଯାଏ । ଶ୍ରୀବତ୍ସ ପୂର୍ଣ୍ଣିମାକୁ କେତେକ ଝୁଲଣ ପୂର୍ଣ୍ଣିମା କହିଥାନ୍ତି । କାରଣ ଶ୍ରୀବତ୍ସ ଦଶମୀଠାରୁ ପୂର୍ଣ୍ଣିମା ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ପ୍ରଭୁଙ୍କ ଝୁଲଣ ଯାତ୍ରା ଆରମ୍ଭ ହୋଇଥାଏ । କିନ୍ତୁ ଦୁଃଖ ଓ ପରିତାପର ବିଷୟ ଏହିକି - କରୋନା ଛଡ଼ାଇ ନେଇଛି ସମସ୍ତଙ୍କ ମୁହଁକୁ ଖୁସି ଓ ଆନନ୍ଦ । ଲବିଦେଇଛି ସମସ୍ତଙ୍କ ଠାରେ ଦୃଶ୍ୟର ପାହାଚ । ଆଜିକୁ ୪/୫ ମାସ ଧରି ଲକ୍ଷ୍ମୀଦେବୀ ଓ ସତ୍ୟାଦେବୀ ଜାରି ରହିଥିବାବେଳେ ଏଇ ପରିସ୍ଥିତିରେ ରକ୍ଷା ବନ୍ଧନ ପର୍ବ ଫିକା ପଡ଼ିଯାଇଛି । ଦୂର ବିଦେଶରୁ ପ୍ରତି ବର୍ଷ ଭାଇ ପାଇଁ ଆସୁଥିବା ରାକ୍ଷୀ ଆଉ ଆସିପାରିବନି । କାଳ ସେ ରାକ୍ଷୀରେ କରୋନା ଭୂତାଣୁ ଥିବ ବୋଲି । ଭଉଣୀଟିଏ କେତେ ସରଧାରେ ତା ଭାଇ ହାତରେ ରାକ୍ଷୀ ବାନ୍ଧିବାକୁ ଅନାଇ ବସିଥାଏ ଏଇ ଦିନକୁ । ହେଲେ ଏ ବର୍ଷ କରୋନା ଛଡ଼ାଇ ନେଇଛି ସେମାନଙ୍କ ହାତରୁ ରାକ୍ଷୀ । ଦୃଶ୍ୟ ଭରିଦେଇ ସେମାନଙ୍କ ଛାତି ତଳେ । କିନ୍ତୁ ଏସବୁ ପ୍ରତି ଦୃଷ୍ଟି ନଦେଇ ସଂପ୍ରତି ଲକ୍ଷ୍ୟ କରାଯାଇଛି- ପିତାମାତାଙ୍କ ମୃତ୍ୟୁ ପରେ ଜମିବାଟି, ଧନ ସମ୍ପତ୍ତି କିମ୍ବା ଅନ୍ୟ କୌଣସି କାରଣକୁ କେହକରି ଭାଇ ଭଉଣୀ ମଧ୍ୟରେ ଥିବା ପବିତ୍ର ସମ୍ପର୍କ ଦିନକୁ ଦିନ କ୍ଷୁର୍ଣ୍ଣ ହେବାରେ ଲାଗିଛି । ଦୁହିଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ତଥା ପରିବାରରେ ଆନ୍ତରିକ ଦୁଃଖମଣ୍ଡର ଅଭାବକୁ ଉଦ୍‌ଘାଟନ କରିବା ପାଇଁ ଲାଲାଖେଳା କରନ୍ତି ପ୍ରଭୁ ଜଗନ୍ନାଥ । ମଣିଷଙ୍କ ପରି ସେ ସାଦିତ୍ସ ପରମ୍ପରା ଓ ବିଧି ରହିଛି । କୃଷକ ତାର ସବୁ ଦିନର ସାଥୀ ବଳଦକୁ ସ୍ନାନ କରାଇ ଚନ୍ଦନ ଫୁଲ ଦେଇ ମୁଖ ଏବଂ ଶିଳରେ ମାଳ ଓ ରାକ୍ଷୀ ବାନ୍ଧିଥାଏ । ଗୃହରେ ପ୍ରସ୍ତୁତ ବ୍ୟନ ଓ ପିଠାପଣାକୁ ପ୍ରଥମେ ଗୋମାତାକୁ ଅର୍ପଣ କରିବା ପରେ ଘରେ ଖିଆଯାଏ । ଏକାଦଶ ଶତାବ୍ଦୀର ସ୍ମୃତିକାର ଆଚାର୍ଯ୍ୟ ସଦାନନ୍ଦଙ୍କ ଉକ୍ତି ଅନୁଯାୟୀ- ପ୍ରଭୁ ବଳଭଦ୍ରଙ୍କ ଜନ୍ମ ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟରେ ଗହ୍ୱା ପୂର୍ଣ୍ଣିମା ପ୍ରସିଦ୍ଧ । ତେଣୁ କୃଷିକାମୀମାନେ ଏକତ୍ରିତ ହୋଇ କେତେକ ସ୍ଥାନରେ ପାଳନ କରିଥିବାର ନିଜର ରହିଛି । ଗ୍ରାମ ମୁଣ୍ଡରେ ଗହ୍ୱା



ଶଗଡ଼ ଉପରେ ଡୋଲିଟେ ଅଛି ଡୋଲି ଭିତରେ ବୋହୂ ବସିଛି ।
ଦୁଅ ବୋହୂ ଟିଏ ବୋଲି ଭିତରେ ଓଡ଼ୁଣୀ ପକାଇ ଚାହିଁଛି ଧିରେ ।
ଯାଉଅଛି ବୋହୂ ପୁଆଣୀ ହୋଇ ବାପଘର କଥା ଦେଉଛି କହି ।
ବସି ଶୁଣୁଛନ୍ତି ଯା ନାଶୟ ଖାଉଛନ୍ତି ବସି ଶାକର କନ୍ଦ ।
ଦଶ ଦିନ ପରେ ଆସିବ ଫେରି କାଶିଆ ନନୀର ସୁନ୍ଦରୀ ଗୋରୀ ।
ପିଠା ପଣା ସାଥେ ହୁଡୁମ ମୁଡ଼ି ଡୋଲି ଭରିଛି ସେ ଆସିବ ଫରି ।
ଏବେ ସିନା ହେଲା ଗାଡ଼ି ମଟର ସେତେବେଳେ ଥିଲା ଶଗଡ଼ ଭାର ।
ବୋଉ ସାଥେ ଯାଇ ମାମୁଁ ଘରକୁ ଶଗଡ଼ ଗାଡ଼ିରେ ଫେରୁ ଗାଆଁକୁ ।
ନାହିଁ ଏବେ ଆଉ ଶଗଡ଼ ଗାଡ଼ି ସେ କାଳ ପଖାଳ ଯାଇଛି ଉନି ।
ଶଗଡ଼ ଗାଡ଼ିର ଯାତ୍ରା ନିଆରା ଅତୀତର ସ୍ମୃତି ଖୁସି ପସରା ।
କିଏ ସେ ବସିଛି ଶଗଡ଼ ଗାଡ଼ି ହାତ ଡେଇଁ ମୋର କରିବା ପଡ଼ି ।
+ କେନ୍ଦ୍ରୀୟ ରିକର୍ଡ ପୋଲିସ ବଳ ଝାଡ଼ୁଖଣ୍ଡ ।
ମୋ: ୮୩୨୮୮୯୩୦୫୫୪

ଶଗଡ଼ ଗାଡ଼ି....
ଧୁବ ଚରଣ ବେହେରୀ
ଶଗଡ଼ ଗାଡ଼ି ସେ ଶଗଡ଼ ଗାଡ଼ି ରାକ୍ଷା ପରେ ଦେଖ ଯାଉଛି ଗଡ଼ି ।
ଦୁଇ ଚକା ତାର ଗୋଟିଏ ଭାଡ଼ି ରହି ରହି ତାଲେ ଘଡ଼ିକି ଘଡ଼ି ।
କାଶିଆ କପିଳା ଦୁଇ ବଳଦ ଭିଡ଼ିଛି ଆଗକୁ ପକାଇ ପାଦ ।
ଆଗରେ ବସିଛି କାଶିଆ ନନୀ ଖୁଲି ପାନ ଖାଇ ଗାଉଛି ଗାନା ।
ରାମ ସାତାଳର ବିବାହ ଗାଈ ଶଗଡ଼ ନେଉଛି ଆଗକୁ ବାହି ।
ହାତରେ ତାହାର ଧରିଛି ବାଡ଼ି ଲାଗିଛି ସେଥିରେ ଖଣ୍ଡେ ଦଉଡ଼ି ।
ଅମାନିଆଁ ହେଲେ ବଳଦ ଦୁଇ ପିଠିରେ ପାହାରେ ଦିଏ ପକାଇ ।

କ୍ୟାରିଅର ଉପରେ ସୋସିଆଲ ମିଡ଼ିଆର ବିପରୀତ

ବର୍ତ୍ତମାନର ଏକବିଂଶ ଶତାବ୍ଦୀରେ ସୋସିଆଲ ମିଡ଼ିଆର ପ୍ରଭାବ ବହୁଳ ମାତ୍ରାରେ ବୃଦ୍ଧି ପାଇଛି । କୌଣସି ଘଟଣାକୁ ଲୋକଲୋଚନକୁ ଆଣିବା ପାଇଁ ଫେସବୁକ, ହାଟସଆପ, ଟୁଇଟର ଆଦି ଅଧିକ ବ୍ୟବହାର ହେଉଛି । ନିରୁଦ୍ଧିତ ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କ ସମ୍ପର୍କରେ ସୂଚନା ଦେବାକୁ ଥିଲେ ପୂର୍ବରୁ ଦୂରଦର୍ଶନ, ରେଡ଼ିଓ ବା କେତୋଟି ହାତଗଣତି ଖବରକାଗଜ ଉପରେ ଲୋକେ ନିର୍ଭର କରୁଥିଲେ । କିନ୍ତୁ ବର୍ତ୍ତମାନ ନିଜ ଫେସବୁକ ପେଜରେ ଅତି ସହଜରେ ଖୁବ କମ ସମୟରେ ଫଟୋଟିଏ ପୋଷ୍ଟ କରି ହଜାର ହଜାର ଲୋକଙ୍କ ଦୃଷ୍ଟି ଆକର୍ଷଣ କରାଯାଇପାରେ । ଅନେକ କ୍ଷେତ୍ରରେ ଏହାର ସୁଫଳ ମଧ୍ୟ ମିଳିପାରୁଛି । ମାତ୍ର ବର୍ତ୍ତମାନର ସୁବିପତ୍ତି ସୋସିଆଲ ମିଡ଼ିଆ ପ୍ରତି ଏତେ ମାତ୍ରାରେ ଆକର୍ଷିତ ହୋଇଛନ୍ତି ଯେ, ପ୍ରାୟ ସବୁ ସମୟରେ ଅନଲାଇନ ରହୁଛନ୍ତି । ଅନେକ ନିଜକୁ ପ୍ରଦର୍ଶନ କରିବା ପାଇଁ ନୂଆ ନୂଆ ଫଟୋ ପୋଷ୍ଟ କରୁଛନ୍ତି । ସେହିପରି ଆଉ କିଏ ନିଜ ବିକାଶପଥକୁ ବ୍ୟକ୍ତ କରିବା ପାଇଁ ବିଭିନ୍ନ



ମତ୍ତବ୍ୟ ପୋଷ୍ଟ ହୋଇଥିବାରୁ ସ୍ଥାନୀୟ ଅଂଚଳରେ ପୋଡ଼ାଜଳା, ଭଙ୍ଗାରୁଜା ହୋଇଥିଲା । ପ୍ରଶାସନ ପକ୍ଷରୁ କର୍ତ୍ତୃ୍ୟ ଜାରି କରାଯାଇଥିଲା । ଉପରୋକ୍ତ ଘଟଣାରେ ସୋସିଆଲ ମିଡ଼ିଆର ଭୂମିକା ସର୍ବାଧିକ ।

କରିଦେବା ଉଚିତ । କାରଣ ଅନେକ ସମୟରେ ନିୟୁତ୍ତିବତା ପ୍ରାର୍ଥନାମାନଙ୍କ ସୋସିଆଲ ନେଟୱାର୍କ ଆକାରରେ ସର୍ତ୍ତ କରି ସେମାନଙ୍କୁ ଜାଣିବା ପାଇଁ ଚେଷ୍ଟା କରିଥାନ୍ତି । ବିବାହର ଚର୍ଚ୍ଚାରେ ମତ ରଖନ୍ତୁ ନାହିଁ: କୌଣସି ରାଜନୈତିକ, ସାମ୍ପ୍ରଦାୟିକ କଳହ ବିଷୟରେ ସୋସିଆଲ ମିଡ଼ିଆରେ ମତାମତ ରଖିବାବେଳେ ସାବଧାନ ରୁହନ୍ତୁ । ଗଣତନ୍ତ୍ର ଶାସନରେ ନିଜସ୍ୱ ମତ ରଖିବାର ଅଧିକାର ଥିଲେ ମଧ୍ୟ ଏହା ଯଦି କୌଣସି ନିରୁଦ୍ଧ ରହିବା ଉଚିତ । ଏହାଦ୍ୱାରା ଅଧିକ ହୋଇପାରେ । ହୋଇଥାଏ କିନ୍ତୁ କୌଣସି ସମାଧାନ ବାହାରି ନଥାଏ । ଅନାବଶ୍ୟକ ପୋଷ୍ଟକୁ ନିରୁଦ୍ଧ ରୁହନ୍ତୁ: ଯଦି ଆପଣ ବର୍ତ୍ତମାନ ଚାଲିଛି ଖୋଲିବାରେ ବ୍ୟସ୍ତ ଅଛନ୍ତି ତେବେ ନିଜ ସୋସିଆଲ ମିଡ଼ିଆ ପ୍ରୋଫାଇଲରେ ଅନାବଶ୍ୟକ ପୋଷ୍ଟ କରନ୍ତୁ ନାହିଁ । ବିଶେଷତଃ

ସ୍ୱାର୍ତ୍ତଫୋନ ଖରାପ ହେବା ପଛର କାରଣ

ସ୍ୱାର୍ତ୍ତଫୋନ ଗରମ ହୋଇଗଲେ ତୁରନ୍ତ ଫୋନ ବନ୍ଦ କରିଦେବା ଉଚିତ । ତେବେ ଆବଶ୍ୟକତାଠାରୁ ଅଧିକ ସମୟ ବାର୍ତ୍ତାଳାପ କରୁଥିବା ଲୋକଙ୍କ ଫୋନ ହିଁ ଗରମ ହେଉଥିବାର



ତଥ୍ୟ ମିଳିଛି । ଘଷାଘଷା ଧରି ଫୋନରେ କଥାବାର୍ତ୍ତା କରିବାର ଅଭ୍ୟାସଠାରୁ ଦୂରରେ ରହିବା ଉଚିତ । ଜରୁରୀ ତଥ୍ୟ ଦେବା ନିମନ୍ତେ ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ହୋଇଥିବା ସ୍ୱାର୍ତ୍ତଫୋନର ଅନାବଶ୍ୟକ ବ୍ୟବହାର କରିବା ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ପାଇଁ ହାନିକାରକ । ପ୍ରତ୍ୟେକ ସ୍ୱାର୍ତ୍ତଫୋନ ଏସିଡି କାର୍ଟ ସହ ବ୍ୟବହାର କରିବା ଉଚିତ । ଏପରି କଲେ ସ୍ୱାର୍ତ୍ତଫୋନ ହ୍ୟାଙ୍ଗ ହୋଇନଥାଏ । ସମ୍ପାଦକଙ୍କୁ ଅନ୍ତତଃ ଥରୁଟିଏ ଫୋନ ସୁରତ ଥପ କରି କିଛି ସମୟ ରଖନ୍ତୁ । ନଚେତ୍ ଭିରୁଟ୍ କରିବା ଆବଶ୍ୟକ । ରୁହାଏ ପାଣି ମଧ୍ୟ ସ୍ୱାର୍ତ୍ତଫୋନକୁ ଖରାପ କରିଥାଏ । ତେଣୁ ଫୋନକୁ ପାଣିଠାରୁ ଯଥା ସମ୍ଭବ ଦୂରରେ ରଖନ୍ତୁ ।

ସ୍ୱପ୍ନକୁ କରାଯିବ ରେକର୍ଡ଼

ଚଳିତ ଶତାବ୍ଦୀରେ ବିଶେଷତଃ ଓ ଗବେଷକଙ୍କ ପ୍ରଚେଷ୍ଟାରେ ସ୍ୱପ୍ନକୁ ମଧ୍ୟ ରେକର୍ଡ଼ କରାଯାଇପାରୁଛି । ପ୍ରଥମେ ୨୦୧୬ରେ ଏ କ୍ଷେତ୍ରରେ ଜାପାନ ଗବେଷକଗଣ ଆଉ ପାଦେ ଆଗେଇ ଅନ୍ୟ ଏକ ଚମତ୍କାରୀ ତଥ୍ୟ ପ୍ରକାଶ କରିଥିଲେ । ଆମ ଭିତରୁ ଅନେକ ବର୍ଗର ଲୋକେ ସ୍ୱପ୍ନ ରାଜକର ଦୃଶ୍ୟକୁ ବାରମ୍ବାର ମନେ ପକାଇବାକୁ ଚେଷ୍ଟା କରୁ । କେତେକ ସମୟରେ ସେ ବାବଦରେ ଜାଣିପାରୁ ଓ ଅନେକ ସମୟରେ ମଧ୍ୟ କୁଳିଯାଏ । ତେବେ ବର୍ତ୍ତମାନର ଶତାବ୍ଦୀରେ ପ୍ରତ୍ୟେକ ବର୍ଗର ଲୋକେ ନିଜ ସ୍ୱପ୍ନକୁ ରେକର୍ଡ଼ କରିପାରିବେ । ବିଶେଷତଃ



ଚେଷ୍ଟାରେ ଏଭଳି ଏକ ଏମଆର ବିଶେଷତଃ ଏହି ଯନ୍ତ୍ର ନିର୍ମାଣ ଆଉ ଯନ୍ତ୍ର ତିଆରି କରାଯାଇଛି, ଯାହା କରି ପାରି ଛାଡ଼ି । ଇନ୍ଦ୍ରିୟ ସ୍ୱପ୍ନରେ ଦେଖୁଥିବା ପ୍ରତ୍ୟେକ ବ୍ୟକ୍ତିମାନେ ନିଜ ସ୍ୱପ୍ନକୁ ଏବେ ଘଟଣାକୁ ରେକର୍ଡ଼ କରିପାରିବ । ରେକର୍ଡ଼ କରି ନିଜ ପାଖରେ ୧୦ବର୍ଷର ଚେଷ୍ଟା ପରେ ଜାପାନ ରଖିପାରିବେ ।



ଘଟଣାରେ ନିଜ ମତାମତ ପୋଷ୍ଟ କରୁଛନ୍ତି । ଦେଶରେ ପ୍ରତିଦିନ ରାଜନୈତିକ, ସାମାଜିକ, ସାମ୍ପ୍ରଦାୟିକ ବାବଦିବାଦ, ସୂଚିତକର୍ତ୍ତା ଲାଗି ରହିଥିବା ବେଳେ ସୋସିଆଲ ମିଡ଼ିଆ ଏହାକୁ ଆହୁରି ତୀବ୍ର କରୁଛି । ସାମାଜିକ ଯବାନମାନଙ୍କୁ

ଏଠାରେ ଏକ ସ୍ୱରୁଦ୍ଧପୂର୍ଣ୍ଣ ବିଷୟ ହେଲା ବର୍ତ୍ତମାନ ନିୟୁତ୍ତି ପାଇବା ପାଇଁ ସୁବିପତ୍ତିକ ମଧ୍ୟରେ ପ୍ରବଳ ପ୍ରତିଯୋଗିତା ଚାଲିଛି । ନିଜର କ୍ୟାରିଅର ପ୍ରୋଫାଇଲକୁ ଆକର୍ଷଣୀୟ କରିବା ପାଇଁ ସମସ୍ତ ଲାଗି ପଡ଼ିଛନ୍ତି । ବିଶେଷତଃ ମତ ଅନୁସାରେ ସୋସିଆଲ ମିଡ଼ିଆରେ ପ୍ରବଳ ମାତ୍ରାରେ ସକ୍ରିୟ ରହିବା ବା ଅନାବଶ୍ୟକ ଚର୍ଚ୍ଚାରେ ନିଜକୁ ସାମିଲ କରିବା ଦ୍ୱାରା ପାଇବାକୁ ଥିବା ଚାଲିଛି ହରାଇବାର ସମ୍ଭାବନା ରହିଛି । ସୋସିଆଲ ମିଡ଼ିଆ ବ୍ୟବହାର ସମ୍ପର୍କରେ ଏଠାରେ ବିଶେଷତଃ କେତୋଟି ମତ... । ସମସ୍ତେ ବନ୍ଧୁ ରୁହନ୍ତି: ଫେସବୁକରେ ଅନେକ ନକଲି ଆକାରରେ ରହିଛି । ଅନ୍ୟମାନଙ୍କୁ ଦୂରରେ ପକାଇବା ତଥା ହଇରାଣ କରିବା ପାଇଁ କେତୋଟି ଅସାମାଜିକ ବ୍ୟକ୍ତିମାନେ ଏଭଳି ଆକାରରେ ଖୋଲି ଅଜଣା ଲୋକଙ୍କ ସହ ସମ୍ପର୍କ ସ୍ଥାପନ ପାଇଁ ଚେଷ୍ଟା କରନ୍ତି । ନିଜ ଫଟୋ, ଭିଡ଼ିଓ, ମତ୍ତବ୍ୟରେ ଅନ୍ୟମାନଙ୍କୁ ଦ୍ୟାଗ କରନ୍ତି । ଟେକ୍ନୋଲୋଜି ଏକ୍ସପର୍ଟଙ୍କ କହିବା ଅନୁସାରେ ଏଭଳି ଅଜଣା ବ୍ୟକ୍ତିକ ଠାରୁ ଦୂରରେ ରହିବା ସହିତ ସେମାନଙ୍କୁ ଦୂର

କହିବାଦ୍ୱାରା ଆପଣଙ୍କ ପ୍ରୋଫାଇଲ ଆପଣଙ୍କ ବ୍ୟକ୍ତିଗତ ନେଇ ସୂଚନା ପ୍ରଦାନ କରେ । ଅନାବଶ୍ୟକ ଚର୍ଚ୍ଚା, ବିବାହୀୟ ମତ୍ତବ୍ୟ, କଳହ ସୃଷ୍ଟିକଲାଭଳି କୌଣସି ଫଟୋ ବା ଭିଡ଼ିଓ ପୋଷ୍ଟ କରି ନିଜ ପ୍ରୋଫାଇଲକୁ ଖରାପ କରନ୍ତୁ ନାହିଁ । ନିଜକୁ ସୋସିଆଲ ମିଡ଼ିଆରେ ସକ୍ରିୟ ରଖିବା ପାଇଁ ଆବଶ୍ୟକ ଅନୁଯାୟୀ ପୋଷ୍ଟ କରନ୍ତୁ ବୋଲି ବିଶେଷତଃ ମତ ଦିଅନ୍ତୁ । ସତକର୍ତ୍ତାର ସହ ବନ୍ଧୁକୁ ଆପଣାନ୍ତୁ: ଅତିହୀ ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କ ସହ ସୋସିଆଲ ମିଡ଼ିଆରେ ସମ୍ପର୍କରେ ସ୍ଥାପନ ବେଳେ ସତର୍କ ରୁହନ୍ତୁ । ନିଜ ଫ୍ରେଣ୍ଡ୍‌ଲିଷ୍ଟରେ ଥିବା ବ୍ୟକ୍ତି ଯଦି କୌଣସି ଅସାମାଜିକ କାର୍ଯ୍ୟରେ ଲିପ୍ତ ଥିବା ସତ୍ୟ ହେଉଛି ତେବେ ତାଙ୍କୁ ଫ୍ରେଣ୍ଡ୍‌ଲିଷ୍ଟରୁ ବାଦ ଦିଅନ୍ତୁ ବୋଲି ବିଶେଷତଃ ମତ ଦିଅନ୍ତୁ ।

ଦହି ଖାଇବା ହିତକାରୀ



■ ଭାରତୀୟ ଖାଦ୍ୟପେୟରେ ଦହି ସେବନର ଯଥାର୍ଥତା ରହିଛି । ନିୟମିତ ଭାବେ ଦହିପ୍ରହର ଭୋଜନରେ ଦହି ସେବନ କଲେ ତାହା ଆୟୁ ବୃଦ୍ଧି କରିବା ସହ ଶରୀରକୁ ଶକ୍ତି ଯୋଗାଇଥାଏ ବୋଲି ବିଶେଷତଃ ମତ ।
■ ରାତିବେଳା ଦହି ଖାଇଲେ କଫ ହେବାର ଆଶଙ୍କା ସର୍ବାଧିକ । ରାତିରେ ଖାଇବା ପରେ ଆମେ ଶୋଇଥାଉ । କୌଣସି କାମ ନ କରିବା କାରଣରୁ ଦହି ଖାଇଲେ ତାହା ହଜମ ହୋଇନଥାଏ ।
■ ନିୟମିତ ଦହିପ୍ରହର ଭୋଜନରେ ୨୫୦ ଗ୍ରାମ ଦହି ଖାଇଲେ ମସିଖ ଶାନ୍ତ ରହିବା ସହ ଖାଦ୍ୟ ଭଲଭାବରେ ହଜମ ହୁଏ । ଓଜନ ହ୍ରାସ ହେବା ସହ ଶରୀରରେ ମଧ୍ୟ ଏହି ପ୍ରକ୍ରିୟାରେ ଚର୍ଚ୍ଚିତ କରିନଥାଏ ।

ପତଳା ହେବାକୁ ଚାହାଁନ୍ତି ତ ଆଲୁ ଖାଆନ୍ତୁ

ସାଧାରଣତଃ ଲୋକେ କଥା ହେବାର ଆମେ ଶୁଣିଛେ ଯଦି ଓଜନ କମାଇବାକୁ ଚାହୁଁଛେ ତେବେ ଆଲୁ ଖାଇବା କମ କରିଦିଅ । ହେଲେ ଆଜି ଆମେ ଏହା କହିବାକୁ ଚାହୁଁଛୁ ଯେ, କୌଣସି ବ୍ୟକ୍ତି ଲଗାତାର ୫ଦିନ ପାଇଁ ନିୟମିତ କେବଳ ଆଲୁ ଖାଆନ୍ତି ତେବେ ତାଙ୍କର ମଧ୍ୟ ଓଜନ କମିବ । ମଲିକ୍ୟୁଲାର ଅଫ ଡ୍ୟୁଟିସ୍ ଆଣ୍ଡ ଫୁଡ୍ ରିସର୍ଚ୍ଚ ପ୍ରକାଶିତ ଏକ ରିପୋର୍ଟ ଅନୁସାରେ ଯଦି ଆପଣ ପତଳା ହେବାକୁ ଚାହାଁନ୍ତି ତେବେ ଦୈନିକ ଆଲୁ ଖାଆନ୍ତୁ । ଖାଲି ଏତିକି ନୁହେଁ ଯଦି ଆପଣ ୫ଦିନ ଧରି ପଚାଶୋ ଡାଏଟ ଫଲୋ କରିବେ ତେବେ ଆପଣଙ୍କ ଓଜନ କିଛି କେଳି ହ୍ରାସ ଯିବ । ଏହା ଏଥିପାଇଁ ଯେ, ଆଲୁ ଖାଇବା ଦ୍ୱାରା ଭୋଜନ ଅନୁଭବ ହେବନାହିଁ । ଯାହାଫଳରେ ଓଜନ ଡାଳିବାରୁ ଆପଣ ଏହା ଏପରି ଏକ ଖର୍ଚ୍ଚପୂର୍ଣ୍ଣ ଅଟେ ଯେଉଁଥିରେ କମ୍ପେଲ୍‌କୁ କାର୍ବୋହାଇଡ୍ରେଟ୍ ଅଧିକ ଥାଏ, ବଂ କ୍ୟାଲୋରି କମ ଥାଏ । ଏଥିସହ ମେଟାବୋଲିଜିମ୍ ବୃଦ୍ଧି ସହ ଓଜନ ନିୟନ୍ତ୍ରଣରେ ଆଲୁ ସହଯୋଗ କରିଥାଏ । ଗୋଟିଏ ଆଲୁରେ ୧୬୮ କ୍ୟାଲୋରି ରହିଥିଲା ବେଳେ ସିଝା ଆଲୁରେ ଏହି ମାତ୍ରା ବ୍ୟତୀତ ୦୦୦ ଆସିଥାଏ । ଯଦି ଆପଣ ଦିନକୁ ୧୦ଟି



ଆଲୁ ଖାଉଁଛନ୍ତି ତେବେ ଅନ୍ୟ ଖାଦ୍ୟ ତୁଳନାରେ ଆପଣଙ୍କ ଶରୀରକୁ କମ କ୍ୟାଲୋରି ଯିବ, ଆପଣ ମଧ୍ୟ ସୁସ୍ଥ ରହିବେ । ଆଲୁରେ ଫାଇବର, ପ୍ରୋଟିନ ସହ ଭିଟାମିନ ବି, ସି, ଆଇରନ, କ୍ୟାଲିସିୟମ, ମାକାଲିକ, ଫସଫରସ ଆଦି ଯୋଗକରୁ, ମଧ୍ୟ ଆଦି ରହିଛି । ଯି ଆପଣ ଦୂର ଚିନିଟି ଆଲୁକୁ ସିଝାଇ ଚୋପା ସହ କିଛି ଦହି ମିଶାଇ

ବ୍ୟାୟାମର ଆବଶ୍ୟକତା

କାନାଡ଼ା ବିଶ୍ୱ ବିଦ୍ୟାଳୟର ଗବେଷକ ତେଜିତ ହୁପିନ ୪ବର୍ଷ ଗବେଷଣା କରିବା ପରେ ତଥ୍ୟ ପ୍ରକାଶ କରିଛନ୍ତି ଯେ, ବୟସ୍କ ଲୋକେ ଦୈନିକ ଅତି କମରେ ୧୫ମିନିଟ୍ ବ୍ୟାୟାମ କରନ୍ତୁ । ଏହା ସେମାନଙ୍କ ଦୀର୍ଘାୟୁର ଅନ୍ୟତମ ରହସ୍ୟ । ୫୦ ବର୍ଷରୁ ଅଧିକ ବୟସ୍କ ବୟସରେ ୨୫କାର ଲୋକଙ୍କ ଉପରେ ଏହି ଗବେଷଣା ତେଜିତ କରିଥିଲେ । ଯେଉଁ ବ୍ୟକ୍ତିମାନେ ନିୟମିତ ୧୫ରୁ ୨୦ ମିନିଟ୍ ବ୍ୟାୟାମ କରୁଥିଲେ, ସେମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରୁ ୬୦ ପ୍ରତିଶତରୁ ଅଧିକ ଲୋକେ ସୁସ୍ଥସ୍ୱଭାବ ଓ ନିରୋଗ ଅଛନ୍ତି । ତେଜିତ ଏହି ଗବେଷଣା କରିବା ପରେ ବିଭିନ୍ନ ସୋସିଆଲ ସାଇଟ୍ ତଥା ଗଣମାଧ୍ୟମ ସହାୟତାରେ ବୟସ୍କ ଲୋକଙ୍କୁ ନିୟମିତ ବ୍ୟାୟାମ କରିବାକୁ ଉପଦେଶ ଦେଇଛନ୍ତି । ଘରେ ରହି ପ୍ରାୟତଃ ଓ ସନ୍ଧ୍ୟାବେଳେ ଏହା ଅଭ୍ୟାସ କରିବା ବୟୋଜ୍ୟେଷ୍ଟ ଲୋକଙ୍କ ପାଇଁ ସର୍ବୋତ୍ତମ ।



ଯାତ୍ରା ପୂର୍ବରୁ ଧାନ ଦିଅନ୍ତୁ

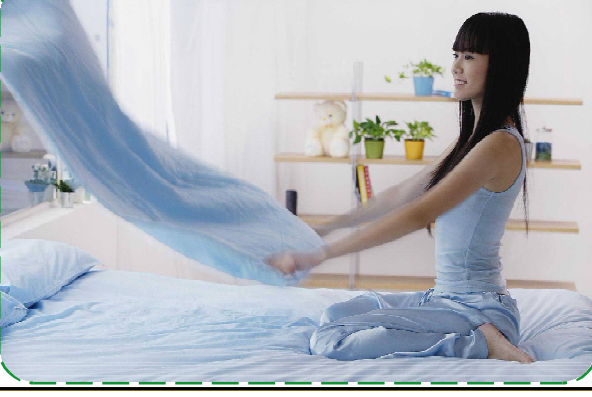
▲ ବଡ଼ବଡ଼ ହୋଟେଲରେ ଥିବା ବାସ୍ ଟବକୁ ନିୟମିତ ଭାବେ ସଫା କରାଯାଇନଥାଏ । ସେଥିପାଇଁ ସେଥିରେ ସ୍ନାନ କଲେ ଚର୍ମ ସଂକ୍ରମଣ ହେବାର ଆଶଙ୍କା ସର୍ବାଧିକ । ସେଥିପାଇଁ ଅଧିକାଂଶ ଲୋକେ ଯାତ୍ରାରୁ ଫେରିବା ପରେ ହିଁ ଅସୁସ୍ଥ ହୋଇଥାନ୍ତି । ହୋଟେଲରେ ରହୁଥିବାବେଳେ ସାଞ୍ଜରେ ସ୍ନାନ କରିବା ଉଚିତ ।
▲ ହୋଟେଲରେ ପହଞ୍ଚିବା ପରେ ନିଜ କମ୍ପକ୍ସ ଗଲାପରେ ତୁରନ୍ତ ବେଡ଼ସିଟ୍ ପରିବର୍ତ୍ତନ କରନ୍ତୁ । ଏହା କାରଣରୁ ମଧ୍ୟ ରୋଗ ହୋଇପାରେ ।
▲ ହୋଟେଲରେ ରହିବା ବେଳେ ନିଜ ପାଖରେ ସାନିଟାଇଜର ରଖନ୍ତୁ । ସୁଇଚ୍ ବୋର୍ଡ଼, ରିମୋଟ୍ ଏପରି ବିଭିନ୍ନ ସ୍ଥାନରେ ହାତ ଲଗାଇବା ପରେ ଭଲଭାବେ ପରିଷ୍କାର କରିବା ଉଚିତ ।
▲ ହୋଟେଲ କକ୍ଷରେ କେବେ ହେଲେ ଖାଲି ପାଦରେ ଚାଲିବେ ନାହିଁ । ନାନାପ୍ରକାର ବ୍ୟାକ୍ଟେରିଆ ଏଠାରେ ଘୁରିକୁଲୁଥାନ୍ତି ।

ବେଡ଼ସିଟ୍ ବଦଳାନ୍ତୁ, ନଚେତ୍ ଆସିପାରେ ବିପଦ

କର୍ମବ୍ୟକ୍ତ ଜୀବନରେ ଆମେ ଅନେକ ସମୟରେ ଏପରି କିଛି ଛୋଟ ଛୋଟ ଘଟଣାକୁ ଦୃଷ୍ଟି ଦେଇନଥାଉ ଯାହା ଆମ ଶରୀର ଉପରେ ଖରାପ ପ୍ରଭାବ ପକାଇଥାଏ । ଖାଇବା ପୂର୍ବରୁ ହାତ ଧୋଇବା, ଦିନରେ ଦୂରଥର ଗ୍ରହ କରିବା, ସଫା ପୋଷାକ ପିନ୍ଧିବା, ଘର ସଫାସଫି ରଖିବା ଇତ୍ୟାଦି କାର୍ଯ୍ୟ ଆମେ ଯଦି ଠିକ୍ ନକରିବା ତେବେ ଏହାଦ୍ୱାରା ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ସମସ୍ୟା ସୃଷ୍ଟି ହୋଇଥାଏ । ଏହିପରି ଏକ ଅଭ୍ୟାସ ହେଉଛି ଖଟର ବେଡ଼ସିଟ୍ ନିୟମିତ ବଦଳାଇବା ଏବଂ ଧୋଇବା । ବିଶେଷତଃ ମତ ଅନୁସାରେ ସମ୍ପାଦକ ଥରେ ବେଡ଼ସିଟ୍ ବଦଳାଇବା ଦରକାର । ନଚେତ୍ ଏହାଦ୍ୱାରା ବ୍ୟାକ୍ଟେରିଆ ଏବଂ ଭୂତାଣୁର



ସେମାନଙ୍କର ଖଟର ବେଡ଼ସିଟ୍ ବଦଳାଇଥାନ୍ତି । ରିପୋର୍ଟ ଅନୁସାରେ ବେଡ଼ସିଟ୍ ଉପରେ ଆମ ଶରୀରର ଝାଳ, ନାକ, ତୁଟିରେ ଲଗାଉଥିବା ତେଲ, ମୂତ୍ର ସବୁ ଲାଗିଥାଏ । ତେଣୁ ଦୀର୍ଘ ସମୟ ବେଡ଼ସିଟ୍ ବ୍ୟବହାର କରିବା କାରଣରୁ ସଂକ୍ରମଣ ବଡ଼ ବିପଦ ରହିଥାଏ ।



ଶୋଇବାର ଉପଯୋଗିତା

■ ବିଶେଷତଃ କହିବାଦ୍ୱାରା ବାମ ପାଖକୁ କଡ଼ ଲେଉଟାଇ ଶୋଇଲେ ରକ୍ତ ସଞ୍ଚନ ଭଲଭାବରେ ହେବା ସହ ହୃଦୟର ସୁସ୍ଥ ରହେ ।
■ ଏହାଦ୍ୱାରା ହଜମ ଖୁବ୍ ଭଲଭାବରେ ହେଉଥିବାର ବିଭିନ୍ନ ପରୀକ୍ଷାରୁ ଜଣାପଡ଼ିଛି ।
■ ଅମ୍ଳ ରୋଗମାନେ ଏହି ପ୍ରକ୍ରିୟାରେ ଶୋଇଲେ ଉପକାର ପାଇବେ ।

ଭିତରୁ ଦୂରେଇ ରହିବାକୁ ବିଏମସି କମିଶନରଙ୍କ ପରାମର୍ଶ

ଭୁବନେଶ୍ୱର,୦୨।୮ (ନି.ପ୍ର): ଆବଶ୍ୟକ ସାମଗ୍ରୀ କିଣିବାକୁ ବଜାରକୁ ଯାଉଥିଲେ, ଭିତରୁ ନିର୍ଦ୍ଦତ ରୁହନ୍ତୁ । ପ୍ରତିଦିନ ଆବଶ୍ୟକ ନଥିଲେ ବଜାରକୁ ନଯିବାକୁ ଚେଷ୍ଟା କରନ୍ତୁ ବୋଲି କହିଛନ୍ତି ଭୁବନେଶ୍ୱର ମହାନଗର ନିଗମର କମିସନର ପ୍ରେମଚନ୍ଦ୍ର ଚୌଧୁରୀ । ସେ କହିଛନ୍ତି, ଘରୁ ବାହାରକୁ ଯିବା ମାତ୍ରେ ମାସ୍କକୁ ଅଧିକ ଗୁରୁତ୍ୱ ଦେବା ସହିତ ସାମାଜିକ ଦୂରତା ନିୟମ ପାଳନ କରନ୍ତୁ । ଅଳ୍ପ କିଛି ଟଙ୍କା ବ୍ୟତୀତ ପାଇଁ ଚାରିଆଡେ ବୁଲି ବୁଲି ଜିନିଷ ପତ୍ର ନକିଣି ଗୋଟିଏ ସ୍ଥାନରୁ ପରିବା କିଣିଲେ ଭଲ । କାରଣ ଶସ୍ତାରେ ଜିନିଷ କିଣିବା ଲାଗି ଟଙ୍କା ବ୍ୟତୀତ ଅପେକ୍ଷା କାବନ ଅଧିକ ମୂଲ୍ୟବାନ । ଅରକରେ ଯଦି ଆମେ ମାତ୍ର ୪ ଦିନ ପାଇଁ ପରିବା କିଣିବା ତା'ହେଲେ ମାର୍କେଟରେ ଭିତ ହୁଏ ପାଇବ । ଅନେକ ଜିନିଷ

ଅନଲାଇନରେ ଅର୍ଡର ମଧ୍ୟ କରାଯାଇ ମାର୍କେଟରେ ଭିତ କମ କରାଯାଇପାରିବ । କରୋନା କାଳରେ ଅନଲାଇନ ପ୍ରେମେଟ, ସର୍ପି କର ଲୋକେ ଆମକୁ ସହାୟତା କରିପାରିବେ । ବିଏମସି କମିସନର କହିଛନ୍ତି ଯୁନିଟ-୧, ମାର୍କେଟ ବିଲ୍ଡିଂ, ମାଛ ମାର୍କେଟ ଓ ପନିପରିବା ମାର୍କେଟ ଆମ ପାଇଁ ଚ୍ୟାଲେଞ୍ଜ ହୋଇଛି । ଆକ୍ରମଣିକରେ ଜଣେ ବ୍ୟକ୍ତି କରୋନା ପଜିଟିଭ ହେବାପରେ ତାଙ୍କ ଠାରୁ ୪୧ ଜଣ ଲୋକ କରୋନାରେ ଆକ୍ରାନ୍ତ ହୋଇଥିଲେ । ସେହିଭଳି ମାଛ ବଜାରରେ ଆମେ କରୋନା ପରୀକ୍ଷା କରିବା । ମାଛ ମାର୍କେଟରୁ ମଧ୍ୟ ୨୧ ଜଣ କରୋନା ପଜିଟିଭ ଚିହ୍ନଟ କରିଥିଲୁ । ମାଛ ମାର୍କେଟରେ ସାମାଜିକ ଦୂରତ୍ୱ ପାଳନ ହେଉ ନାହିଁ । ଫଳରେ କିଛି ଦିନ ପାଇଁ ଯୁନିଟ-୪ ମାଛ ମାର୍କେଟ ବନ୍ଦ କରିଥିଲୁ । ନିକଟରେ ମାଛ

ମାର୍କେଟକୁ ଖୋଲାଯାଇଛି । କରୋନା ସଂକ୍ରମଣ ନେଇ ଆଜି ମାର୍କେଟ ଆସୋସିଏସନଙ୍କ ସହିତ ବୈଠକ କରାଯାଇଛି । ବ୍ୟବସାୟୀ ସଂଘ କୋଭିଡ-୧୯ ଗାଇଡଲାଇନ ପାଳନ କରିବାକୁ ପ୍ରତିଶ୍ରୁତି ଦେଇଛନ୍ତି । ଲୋକେ ମାସ୍କ ପିନ୍ଧିବା, ସାମାଜିକ ଦୂରତାକୁ ଗୁରୁତ୍ୱ ଦିଅନ୍ତୁ । ଠେଲାବୋକାନୀଙ୍କୁ ପାର୍ସଲ ବିକ୍ରି କରିବାକୁ ଅନୁମତି ଦିଆଯାଇଛି । କିନ୍ତୁ ଅନେକ ସ୍ଥାନରେ ଏହାର ଉଲ୍ଲଙ୍ଘନ ହେଉଛି । ବର୍ଷ ଅଂଚଳରେ କରୋନା ପଜିଟିଭ ଚିହ୍ନଟ ହେବା ପରେ ବର୍ଷ କମିଟି ଗଠନ କରାଯାଇଛି । ସତେକ ବିନ ମାଧ୍ୟମରେ ଆମେ କରୋନା ସଂକ୍ରମଣ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ କରିବା ପାଇଁ ଉଦ୍ୟମ କରୁଛୁ । ୬୦ ପ୍ରତିଶତ ବର୍ଷ ଅଂଚଳରେ ଆମେ ଗୋଟିଏ ବି କରୋନା ପଜିଟିଭ ଚିହ୍ନଟ ହୋଇନାହାନ୍ତି । ରମାଦେବୀ ବର୍ଷରେ ୨୫୦ଟି ପରିବାରରେ

୧୨୦୦ ଲୋକ ରହୁଛନ୍ତି । ଏଠାରେ ୭ଟି କମିଟି ଗଠନ କରାଯାଇଛି । ଏହି ବର୍ଷକୁ ଆସିଥିବା ଲୋକେ ପ୍ରଥମେ କଂଟେନମେଣ୍ଟରେ ରହିଥିଲେ । ଫଳରେ ଜଣେ ବି କରୋନା ପଜିଟିଭ ଚିହ୍ନଟ ହୋଇନାହାନ୍ତି । ବିଏମସି କମିସନର କହିଛନ୍ତି, ପ୍ରାୟ ୧୪୦୦୦ ଲୋକଙ୍କୁ ନେଇ ଆମେ ନିକଟରେ ଏକ ସଭେଁ କରିଥିଲୁ । ଏଥିରୁ ୧୨୩୬୭ ଜଣ ଲୋକ ସତେକ ଆପତ୍ତାଭିନୟ କରିଛନ୍ତି । କୋଭିଡ-୧୯ ନେଇ କୌଣସି ପ୍ରକାରର ଗୁଜ୍ଜବ ଜଣାପଡିଲେ ୧୯୨୯ ହେଲପଲାଇନ ନମ୍ବର, ବିଏମସିର ସତେକ ଟିମ, ଉମେଲରେ ବିଏମସିକୁ ଜଣାଇପାରିବେ । ଆମେ ଏହାକୁ ପ୍ରହରଣ କରି କାର୍ଯ୍ୟାନୁଷ୍ଠାନ ନେବୁ ବୋଲି ବିଏମସି କମିଶନର କହିଛନ୍ତି ।

ଜିଲ୍ଲା ମୁଖ୍ୟ ଚିକିତ୍ସାଳୟର ଅପରେସନ ଥିଏଟର ସିଲ୍
ପୁରୀ,୦୨।୮ (ନି.ପ୍ର): ପୁରୀ ଜିଲ୍ଲା ମୁଖ୍ୟ ଚିକିତ୍ସାଳୟ ମା ଓ ଶିଶୁ ଯତ୍ନ ବିଭାଗରେ କାର୍ଯ୍ୟରତ ଜଣେ ଡାକ୍ତର ଓ ଜଣେ ନର୍ସ କରୋନା ପଜିଟିଭ୍ ଚିହ୍ନଟ ହୋଇଛନ୍ତି । ଏହି ଘଟଣା ପରେ ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ଅପରେସନ ଥିଏଟର (ଓ.ଟି.)କୁ ଆଜି ପ୍ରଶାସନ ପକ୍ଷରୁ ସିଲ୍ କରାଯାଇଛି । ଡାକ୍ତର ଓ ନର୍ସ କରୋନା ସଂକ୍ରମିତ ଜଣାପଡିବା ପରେ ସେଠାକୁ ଚିକିତ୍ସା ପାଇଁ ଆସିଥିବା ଗର୍ଭବତୀ, ପ୍ରପୂତା ମହିଳା ମାନେ ସେଠାରୁ ଛାଡି ଚାଲିଯାଉଥିବା ଦେଖିବାକୁ ମିଳିଛି । ସେମାନଙ୍କୁ ଅନ୍ୟ ସ୍ଥାୟୀକେନ୍ଦ୍ରରେ ଚିକିତ୍ସା ପାଇଁ ଡାକ୍ତର ପରାମର୍ଶ ଦେଇଛନ୍ତି । ଘଟଣା ପରେ କରୋନା ଚିହ୍ନଟ ଡାକ୍ତର ଓ ନର୍ସଙ୍କ ସଂଖ୍ୟାରେ ଆସିଥିବା ଅନ୍ୟ ଡାକ୍ତର ନର୍ସ ମାନେ ଭୟଭିତ ହୋଇପଡିଥିବା ଜଣାପଡିଛି ।

ପୁଲବାଣୀ ବନଖଣ୍ଡରେ ଧିରେ ଧିରେ ବହୁଛି ଜଙ୍ଗଲ: ସବୁଜ ବଳୟ ସୃଷ୍ଟି କରିବାକୁ ବନ ବିଭାଗର ଲକ୍ଷ୍ୟ

କନ୍ଧମାଳ,୦୨।୮ (ନି.ପ୍ର): ଏବେ ଗତ ୪ ବର୍ଷ ହେଲାଣି ପୁଲବାଣୀ ବନଖଣ୍ଡ ଅଧିକରେ ଧିରେ ଧିରେ ବହୁଛି ଜଙ୍ଗଲ । ଗତ ଚାରିବର୍ଷରେ ପ୍ରାୟ ୧.୨୦ ପ୍ରତିଶତ ଜଙ୍ଗଲ ବଢିଛି । ଜିଲ୍ଲାରେ ସବୁଜ ବଳୟ ସୃଷ୍ଟି କରିବାଲାଗି ବନବିଭାଗ ଲକ୍ଷ୍ୟ ରଖିଛି । ପୁଲବାଣୀ ବନଖଣ୍ଡ ଅଧିକରେ ମା ଲକ୍ଷ ୬୨ ହଜାର ୬୩୭.୪୨ ହେକ୍ଟର ପରିମିତ ଆୟତନ କୁ ନେଇ ପୁଲବାଣୀ ବନଖଣ୍ଡ । ସେଥିମଧ୍ୟରୁ ୬୦.୨୦ ପ୍ରତିଶତ ଜଙ୍ଗଲ ରହିଛି । ବ୍ୟାପକ

ପଥପାର୍ଶ୍ୱ ବୃକ୍ଷ ରୋପଣ ସାଙ୍ଗକୁ ଜଙ୍ଗଲ ସୁରକ୍ଷା ଯୋଗୁଁ ଜଙ୍ଗଲ ବୃଦ୍ଧି ପାଉଥିବା ବିଭାଗୀୟ ଡିଏଫଓ ଲକ୍ଷ୍ମୀନାରାୟଣ ବେହେରା କହିଛନ୍ତି । ସେହିପରି ଖାଲି ପଡିଥିବା ଜମିରେ ମଧ୍ୟ ପିଆଖାଳ, ଶାଗୁଆନ ସମେତ ବିଭିନ୍ନ ଔଷଧିୟ ବୃକ୍ଷ ମଧ୍ୟ ଲଗାଯାଇଛି । ଚଳିତବର୍ଷ ଜୁଲାଇ ୧ରୁ ଆରମ୍ଭ ବନ ମହୋତ୍ସବକୁ ଗାଁ ଗାଁ ବୁଲି ବୃକ୍ଷ ରୋପଣ କରିବା ସହ ଲୋକଙ୍କୁ ଉତ୍ସାହୀତ କରାଯାଇଛି ବୃକ୍ଷ ରୋପଣ କରିବାଲାଗି । ସେହିପରି ଜିଲ୍ଲାରେ ବାଉଁଶ

ଜଙ୍ଗଲ ମଧ୍ୟ ସୃଷ୍ଟି ପାଇଁ ବିଭାଗ ଉଦ୍ୟମ କରୁଛି । ଜଙ୍ଗଲ ସୁରକ୍ଷା ନେଇ ଲୋକଙ୍କୁ ଗାଁ ଗାଁରେ ଉକୋ ଭୂବ, ଜଙ୍ଗଲ ସୁରକ୍ଷା ସମିତି, ଗାଁ କମିଟି, ସ୍ୱୟଂ ସହାୟକ ଗୋଷ୍ଠୀ ମହିଳା ମାନଙ୍କୁ ସଚେତନ କରାଯିବା ସହ ରମ୍ୟାଳୀ ମଧ୍ୟ କରାଯାଇଛି । ଫଳରେ ଲୋକେ ଧିରେ ଧିରେ ସଚେତନ ହେବା ସହ ଜଙ୍ଗଲ ସୁରକ୍ଷା ବିଗରେ ବୃଦ୍ଧି ଦେଉଛନ୍ତି ଫଳରେ ଜଙ୍ଗଲ ବୃଦ୍ଧି ପାଉଥିବା ବିଭାଗୀୟ ଡିଏଫଓ ଶ୍ରୀ ବେହେରା ସୂଚନା ଦେଇଛନ୍ତି ।

କେନ୍ଦ୍ରାପଡା ଜିଲ୍ଲା ବିଜେଡି ଆଇନଜୀବୀ ସାମ୍ବୁଖ୍ୟ ପକ୍ଷରୁ ରେଳ ମନ୍ତ୍ରୀଙ୍କୁ ଯାତ୍ରାବାହସ୍ତ ରେଳ ଚଳାଚଳ ନିମନ୍ତେ ଦାବୀ ପତ୍ର

କେନ୍ଦ୍ରାପଡ଼ା,୦୨।୮ (ନି.ପ୍ର): କେନ୍ଦ୍ରାପଡ଼ା ଜିଲ୍ଲା ବିଜେଡି ଲିଗାଳତ୍ୱ ଚରଫରୁ ଜିଲ୍ଲାପାଳ ସମର୍ଥ ବର୍ମାଙ୍କ କରିଆରେ କେନ୍ଦ୍ର ମନ୍ତ୍ରୀ ପିୟୁଷ ଗୋଏଲଙ୍କୁ ଜିଲ୍ଲାରେ ଯାତ୍ରାବାହୀ ରେଳ ଚଳାଚଳ କରିବା ନିମନ୍ତେ ଦାବୀପତ୍ର ଏବେ ଦିଆଯାଇଛି । ଆକ ଦିବା- ୧୧ ଯଦିକା ସମୟରେ ଜିଲ୍ଲାପାଳଙ୍କ ଆବାସିକ କାର୍ଯ୍ୟାଳୟରେ ରାଜ୍ୟ ବିଜେଡି ଲିଗାଳତ୍ୱ ଚର କାର୍ଯ୍ୟକାରୀଣୀ ସଦସ୍ୟ ଶ୍ରୀଯୁକ୍ତ ସଂକୟ ଲୁମ୍ପାଳ କେନାକ ନେତୃତ୍ୱରେ ଜିଲ୍ଲାପାଳଙ୍କୁ ଭେଟି ବହୁ ପ୍ରତିକ୍ଷାତ ରେଳ ପ୍ରକଳ୍ପ ହରିବାସପ୍ତର ରେଳ ଲାଇନ

ସଂପୂର୍ଣ୍ଣ ହୋଇ ରେଳ ଗାଡି ଗଡିବାକୁ ଯାଉଥିବା ଅବସରରେ ଏକମାତ୍ର ରେଳ ଲାଇନ ହୋଇଥିବାରୁ ଓ ଯାତାୟତ ସୁବିଧାରେ ହୋଇପାରିବାର ଆଶା ନେଇ, ଉକ୍ତ ରେଳ ଲାଇନରେ ଯାତ୍ରାବାହି ଭେକଗାଡି ଅଗ୍ରାଧିକାର ଭିତରେ ଚାଲିବା ନିତାନ୍ତ ଆବଶ୍ୟକ ଫଳରେ ଆମ ଜିଲ୍ଲାବାସୀଙ୍କ ସହିତ ଜଗତସିଂହପୁର, ଯାସପୁର ଜିଲ୍ଲାର ଲୋକମାନେ, ତଥା ଅନ୍ୟ ଜିଲ୍ଲାର ଜନସାଧାରଣଙ୍କର ଗମନା ଗମନ ଅତ୍ୟନ୍ତ ସୁବିଧା, ସୁରୁଖୁରୁରେ ହୋଇପାରିବ ଓ ଲୋକମାନଙ୍କର ବହୁବିଧ ଉପକାର ସାଧିତ ହେବ । ଅନ୍ୟମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ଜିଲ୍ଲା

ବିଜେଡି ଲିଗାଳତ୍ୱ ଚର ଅବାହକ ଭୀମସେନ ଭୂୟାଁ, ବରିଷ୍ଠ ଆଇନଜୀବୀ ଗଗନ ବିହାରୀ କେନା, ମନୋଜ ଲୁମ୍ପାଳ ସାହୁ, ରମାକାନ୍ତ ସ୍ୱାଇଁ, ଗୋକୁଳି ଚଂକନ ଦାସ, ନିରଞ୍ଜନ ବଳ, ମାନସ ଚଂକନ ଧଳ, ଲଳିତେନ୍ଦ୍ର ପଣ୍ଡା, ସୌମ୍ୟ ରଞ୍ଜନ ମହାନ୍ତି, ଅକୟ ଲୁମ୍ପାଳ ମହାନ୍ତି, ଅରୁଣ ପ୍ରସାଦ ଦାସ, ସ୍ୱତି ଚଂକନ ସିଂହ, ରାଜେନ୍ଦ୍ର ମିଶ୍ର, ଭୀମସେନ ପ୍ରଧାନ, ଉଦିତାସ କେଳା, କିଶୋର ଚନ୍ଦ୍ର ପ୍ରଧାନ, ଦୀପକ ଲୁମ୍ପାଳ ପ୍ରଧାନ ପ୍ରମୁଖ ଜିଲ୍ଲାପାଳଙ୍କୁ ଭେଟି ଦାବୀ ପତ୍ର ପ୍ରଦାନ କରିଥିଲେ ।

ଏ ଡାକ୍ତରଖାନାରୁ ସେ ଡାକ୍ତରଖାନା ଦଉଡିବା ଭିତରେ ଚାଲିଗଲା ସୁନାମଧନ୍ୟ କଳାକାରଙ୍କ ଜୀବନ

ରାଉରକେଲା,୦୨।୮ (ନି.ପ୍ର): ସାଧାରଣ ଜ୍ୱରରେ ପୀଡିତ ଥିବା ରାଉରକେଲା ସହରର ଜଣେ ସୁନାମ ଧନ୍ୟ କଳାକାର ସଞ୍ଜୟ ଚକ୍ରୀ ଓ ତାଙ୍କ ପରିବାର ଏ ଡାକ୍ତରଖାନାରୁ ସେ ଡାକ୍ତରଖାନା ଦଉଡି ଦଉଡି ସେବା ନପାଇବାରୁ ଶେଷରେ କଳାକାର ସଞ୍ଜୟଙ୍କର ପ୍ରାଣ ବାନ୍ଧୁ ଚାଲିଗଲା ଘଟଣା ଆଜି ସମଗ୍ର ସହରକୁ ଷ୍ଟକ କରିଦେଇ ଥିବା ବେଳେ, ସରକାରଙ୍କ ଆଦେଶ କେତେ ଏଠାରେ ପାଳନ ହେଉଛି ତଥା ଏହାକୁ କାର୍ଯ୍ୟକାରୀ କରିବା କ୍ଷେତ୍ରରେ ଆମ ବଡ଼ ବାବୁ ମାନେ କେତେ ଚପ୍ପର ଚାହା ମଧ୍ୟ ଷ୍ଟକ ହୋଇଛି । ଏପଟେ ପ୍ଲାଜାମା ବ୍ୟାଙ୍କ ପ୍ରତିଷ୍ଠା ଓ ଉଦଘାଟନ ଲାଗି ସରକାରୀ ବ୍ୟବସ୍ଥା ଆଇନିଏତରେ ପୁରୀ ଶାସନ କଳ ସହ ବ୍ୟସ୍ତ ଥିବା

ବେଳେ ସେହି ଡାକ୍ତରଖାନାରୁ ଜଣେ ସାଧାରଣ ରୋଗୀ ସେବା ନପାଇ ଫେରିବା ଓ ପରେ ମୃତ୍ୟୁ ମୁଖରେ ପଡିବା ସାଧାରଣରେ ନାନା କଥା ଉଠାଇଛି । ପୂର୍ତ୍ତନା ଅନୁଯାୟୀ, ଗଡକାଲି ସଞ୍ଜୟ କୁର ପ୍ରକାଶ ଅଧିକାରୀ ଅନୁଭବ କରିବାକୁ ତାଙ୍କୁ ତାଙ୍କ ମା, ପତ୍ନୀ ଓ ଝିଅ ଧରି, ସିତେନ୍ଦ୍ର ଡାକ୍ତରଖାନା, ଆଇନିଏତ, ଜୟପ୍ରକାଶ ଡାକ୍ତରଖାନା ଓ ସରକାରୀ ଡାକ୍ତରଖାନା କୁ ଦଉଡିଥିଲେ । ପ୍ରଥମେ ଜୟପ୍ରକାଶଙ୍କ ଠାରେ କୁର, ନିମୁନିଆ, ଚାଳଫଏଡ଼ ଓ କୋଭିଡ୍ ଚିକିତ୍ସା କରାଯାଇଥିଲା । ତଥାପି ଡାକ୍ତର ତାଙ୍କୁ ମେଡିକାଲରେ ଆଡମିଟ୍ ନକରିବାରୁ ସେମାନେ ଆଇନିଏତ ଆସିଥିଲେ । ସେଠାରେ

ପୁଣି କୋଭିଡ୍ ପରୀକ୍ଷା ହେବାରୁ ଚାହା ନେଗେଟିଭ ଆସିଥିଲା, କିନ୍ତୁ ସେମାନେ କୌଣସି ଚିକିତ୍ସା ନକରି ତାଙ୍କୁ ଫେରାଇ ଦେଇଥିଲେ । ପରେ ସି ଡବ୍ଲୁସି ଡାକ୍ତରଖାନା ଚାପରେ ପୁଣି ଜୟପ୍ରକାଶକୁ ଯାଇ ନୟାତ୍ର ହେବା ପରେ ସରକାରୀ ଡାକ୍ତରଖାନାକୁ ସେମାନେ ସଞ୍ଜୟକୁ ଧରି ଆସିଥିଲେ, କିନ୍ତୁ ସଞ୍ଜୟଙ୍କୁ ସେମାନେ ବ୍ୟତୀତପାରିନଥିଲେ । ସେଠାରେ ରାତିରେ ତାଙ୍କର ମୃତ୍ୟୁ ଘଟିଥିବା ନେଇ ତାଙ୍କ ପତ୍ନୀ ଓ ମା ଅଭିଯୋଗ କରିଛନ୍ତି । ରାଜ୍ୟ ସରକାର ବାରମ୍ବାର କହିଛନ୍ତି ଯାଧାରଣ ଜ୍ୱର, ଅଣ୍ଡା ଆଦି ମାମଲାରେ ଡାକ୍ତରଖାନା ମାନେ ଚିକିତ୍ସା ସେବା ଯୋଗାଇଦେବାକୁ ବାଧ୍ୟ । ନଚେତ୍ ଆଇନ ଅନୁସାରେ କାର୍ଯ୍ୟାନୁଷ୍ଠାନ ହେବ, ହେଲେ ସବୁ

ଆଦେଶନାମା ଏଠି ଫେଲ୍ ମାରିଛି । ଫଳରେ ସବୁଦିନ ରାଉରକେଲା ଉତ୍ସାହ କାରଖାନା କର୍ମଚାରୀ ହୁଅନ୍ତୁ କିମ୍ବା ସାଧାରଣ ଜନତା ସବୁ ଯାଗାରେ ସେବା ନପାଇ ଫେରିଚାଲିଛନ୍ତି । ହେଲେ ସଙ୍ଗାତ କଳାକାର ସଞ୍ଜୟ ସେହି ଦଉଡିଦେ ନିକକୁ ସାମିଲ କରି ହାରିଗଲେ । କେହି ଶୁଣିଲେନି । ଆଜି ତାଙ୍କ ପତ୍ନୀ ରମିତା ଚକ୍ରୀ ଓ ମା ଏନେଇ ଅଭିଯୋଗ କରିଛନ୍ତି । ତାଙ୍କ ମା କାନ୍ଦି କାନ୍ଦି ମିଡିଆ ଆଗରେ କହିଛନ୍ତି ମୋ ପୁଅକୁ କେହି ଦେଖିଲେନି, ସେ ମରିଗଲା, ଏବେ ମୋ ପୁଅକୁ କିଏ ଆଣିଦେବ । ଏଠାରେ ଉଲ୍ଲେଖଯୋଗ୍ୟ, ସେହି ମା ଜଣକ ପୂର୍ବରୁ ବଡ଼ ପୁଅକୁ ମଧ୍ୟ ହରାଇଛନ୍ତି । ସଞ୍ଜୟ ଜଣେ କଳାକାର ହିସାବରେ ବିଭିନ୍ନ ମଂଚରେ ସଂଗୀତ

ପରିବେଷଣ କରି ନିଜ ପରିବାର ପୋଷଣ କରୁଥିଲେ । ୨ ଝିଅ, ପତ୍ନୀ ଓ ମାଙ୍କୁ ନେଇଥିଲା ତାଙ୍କ ପରିବାର । ସେ ଚାଲିକିବା ପରେ ଏ ପରିବାର ଏବେ କେମିତି ଏ ସହରରେ ପେଟକୁ ଗଣ୍ଠେ ଖାଇବାକୁ ପାରବ ତାହା ଏବେ ପ୍ରଶ୍ନବାଚୀ ହୋଇଛି । ଅନ୍ୟପକ୍ଷରେ ରାଉରକେଲା ଶାସନ ବ୍ୟବସ୍ଥା ଯଦି ଏହିଭଳି ଚାଲେ ତେବେ ଆଗରୁ ସଞ୍ଜୟଙ୍କ ପରେ ପୁଣି କାହାର ପାଲି ପଡିବ ବୋଲି ଆଲୋଚନା ହେଉଛି । ଏହି ମାମଲାରେ ସମାଜସେବା ମୁକ୍ତିକାନ୍ତ ବିଶ୍ୱାଳ ସଞ୍ଜୟଙ୍କ ପରିବାରକୁ ସମବେଦନା କଣାରବା ସହିତ ସରକାରଙ୍କ ଆଇନ କାନୁନ ଓ ଏହାର କାର୍ଯ୍ୟକାରୀତାକୁ ନେଇ ପ୍ରଶ୍ନ ଉଠାଇଛନ୍ତି ।

ପ୍ରୋସାହନ ଅଭାବ- ଚିଲିଙ୍ଗ୍ ପ୍ଲାଣ୍ଟରେ ତାଲା ଦୁଗ୍ଧଚାଷୀ ହତାଶ

କନ୍ଧମାଳ,୦୨।୮ (ନି.ପ୍ର): ସରକାରଙ୍କ ପ୍ରୋସାହନ ଅଭାବ ଏବଂ ଦୁଗ୍ଧଚାଷୀଙ୍କ ନିରୁତ୍ସାହୀତ ମନୋଭାବ ଆସିବାକୁ ଯୋଗୁଁ ଏବେ ଆଦିବାସୀ ଅଧିକାଂଶ କନ୍ଧମାଳ ଜିଲ୍ଲାରେ ଦୁଗ୍ଧ ବନ୍ୟା ପ୍ରସ୍ତାପନରେ ପରିଣତ ହୋଇଛି । ଚିଲିଙ୍ଗ୍ ପ୍ଲାଣ୍ଟରେ ତାଲା ଦୁଗ୍ଧ । ରାଜ୍ୟ ସରକାର ଗତ ୮୦ ଦଶକରେ ଦେଇଥିବା ଦୁଗ୍ଧ ବନ୍ୟା ତାଳରା ବହୁତାଃ ବିଫଳ ହୋଇଛି ଜିଲ୍ଲାରେ । ଧନୀ ହେଉକି ଗରୀବ ହେଉ ସମସ୍ତଙ୍କର ଦୁଗ୍ଧ ଆବଶ୍ୟକତା ରହିଛି । ଦୁଗ୍ଧ ବିକ୍ରି କରି କିଛି ଗରୀବ ଲୋକ ନିଜର ମୁକୁରାଣ ମେଟାଉଥିବା ଦେଖିବାକୁ ମିଳୁଛି । କିନ୍ତୁ କନ୍ଧମାଳ ଜିଲ୍ଲାରେ ବିଭାଗୀୟ

ଅଫିସରଙ୍କ ନିଷ୍ଠା ଓ ଆକର୍ଷକତାର ଅଭାବ ଯୋଗୁଁ ଦୁଗ୍ଧ ଉତ୍ପାଦନ ସତ୍ୟାସତ୍ୟ କେ ହେଉନଥିବାରୁ ୧୯୯୫ ରେ ପୁଲବାଣୀ ସଦର ମହକୁମା ଠାରେ ପ୍ରତିଷ୍ଠା ହୋଇଥିବା ଦୁଗ୍ଧ ଶୀତଳାକରଣ ଭଣ୍ଡାର ବର୍ତ୍ତମାନ ବନ୍ଦ ଥିବା ଦେଖାଯାଇଛି । ସରକାରୀ ରିପୋର୍ଟ ପ୍ରକାରେ କନ୍ଧମାଳ ଜିଲ୍ଲାରେ ୭୪ଟି ଗ୍ରାମରେ ଏକ ହଜାରରୁ ଉର୍ଦ୍ଧ୍ୱ ଲୋକ ବସବାସ କରୁଥିବା ବେଳେ ୭୦୮୪ଟି କ୍ଷୁଦ୍ର ଗ୍ରାମ ରହିଛି । ଯେଉଁଠିକି ଜନସଂଖ୍ୟା ଶହେରୁ କମ୍ ରହିଛି । ସେହିପରି ଜିଲ୍ଲାର ପୁଲବାଣୀ ଠାରେ ପୌର ପରିଷଦ ଓ କି.ଉଦୟଗିରି, ବାଲିଗୁଡା ଏଏସପି ରହିଛି । ସବୁର ସ୍ତରରେ ୭୫ ହଜାରରୁ ଉର୍ଦ୍ଧ୍ୱ ଲୋକ

ବସବାସ କରୁଛନ୍ତି । ଲକ୍ଷ ଲକ୍ଷ ଜିଲ୍ଲାବାସୀଙ୍କ ଚାହିଦା ମେଟାଉବା ପାଇଁ ଆବଶ୍ୟକ ହେଉଥିବା ଦୁଗ୍ଧ ଜିଲ୍ଲାକୁ ଉତ୍ପାଦନ ହେଉନଥିବାରୁ ଲୋକେ ନାହିଁନଥିବା ଅସୁବିଧାର ସମ୍ମୁଖୀନ ହେଉଛନ୍ତି । ଲୋକେ ପ୍ୟାକେଟ୍ ଦୁଗ୍ଧ ଓ ତରା ଦୁଗ୍ଧ ଉପରେ ନିର୍ଭର କରୁଛନ୍ତି । ୧୯୮୧ ମସିହାରେ ଜିଲ୍ଲାରେ କାର୍ଯ୍ୟ କରୁଥିବା ୧୮ଟି ରେଜିଷ୍ଟ୍ରେଡ୍ ସୋସାଇଟି କୁ ନେଇ ମିଳକ୍ ପ୍ରଦୁସ୍ତରସ୍ କୋ-ଅପରେଟିଭ ସୋସାଇଟି ଗଠିତ ହୋଇଥିଲା । ପରେ ଗତ ୧୯୯୫ ରେ ପୁଲବାଣୀର ଡାକ୍ତରଖାନା ଠାରେ ୪ ହଜାର ଲିଟର ବିଶିଷ୍ଟ ଦୁଗ୍ଧ ଶୀତଳାକରଣ ପ୍ଲାଣ୍ଟ ପ୍ରତିଷ୍ଠା

ହୋଇଥିଲା । ଏଠାରେ ଦିନକୁ ୧ ହଜାର ଲିଟର ଦୁଗ୍ଧ କାରବାର ହେଉଥିଲା । ପ୍ରତିଷ୍ଠା ସମୟରେ ଏହି ଦୁଗ୍ଧ ଶୀତଳାକରଣ ପ୍ଲାଣ୍ଟ ଏକ ଅଫିସର ଓ ପ୍ରେସିଡେଣ୍ଟ ଭାବେ ଜିଲ୍ଲାପାଳ ଥିଲେ । ତେବେ, ଗତ ୨୦୦୪ ଏପ୍ରିଲ ୧ରୁ ଓମଫେଡ୍ ଏହାର ପରିଚାଳନା ଦାୟିତ୍ୱ ନେଇଥିଲା । କାଁ ଭାଁ କିଛିମାସ ଚାଲିଲା ଚାପରଠାରୁ ହେଲେ ଗତ ୨୦୦୪-୦୫ ରୁ ପ୍ରାୟ ୧୨ ବର୍ଷ ହେଲା ବନ୍ଦ ରହିଛି ଏହି ଚିଲିଙ୍ଗ୍ ପ୍ଲାଣ୍ଟ । ସରକାରଙ୍କ ପ୍ରୋସାହନ ଅଭାବ ସାଙ୍ଗକୁ ଦୁର୍ନିତୀ, ପ୍ରିୟାପ୍ରିତାପୋଷ, ଅର୍ଥ ହେରଫେର ଯୋଗୁଁ ଦୁଗ୍ଧଚାଷୀ ମାନେ ଆଗ୍ରହ ପ୍ରକାଶ ନକରିବାରୁ ଶୀତଳ ଭଣ୍ଡାର

ବନ୍ଦ ଥିବା ବିଭାଗ ସୂତ୍ରରୁ ଜଣାପଡିଛି । ଏଥିସହ ଶୀତଳ ଭଣ୍ଡାରରେ ଥିବା ସରକାରଙ୍କ ବହୁମୂଲ୍ୟ ମେସିନ ଓ ଆସବାବପତ୍ର ଯାହାର ଅନୁମାନିକ ମୂଲ୍ୟ ୨୫ ଲକ୍ଷ ଟଙ୍କା ହେବ ଖତ ଖାଉଛି । ବହୁବର୍ଷ ପୂର୍ବରୁ ଦୁଗ୍ଧଚାଷୀ ମାନେ ବ୍ୟାଙ୍କର ଋଣ ନେଇ ଆଉ ଶୁଣୁନଥିବା ଫଳରେ ବ୍ୟାଙ୍କ ଆଉ ଋଣ ଦେବାକୁ ଅମଳ ହେଉଛି । ଫଳରେ ଦୁଗ୍ଧ ଉତ୍ପାଦନ ହୁଏ ପାଉଥିବା ବିଭାଗୀୟ ମୁଖ୍ୟ ପ୍ରାଣି ଚିକିତ୍ସାଧିକାରୀ ସୂଚନା ଦେଇଛନ୍ତି । ତେବେ ସରକାର ଦୁଗ୍ଧଚାଷୀଙ୍କୁ ପ୍ରୋତ୍ସାହିତ କରିବାସହ ପୁଣିଥରେ ଋଣ ଦେବାଲାଗି ଦୁଗ୍ଧଚାଷୀମାନେ ମତବ୍ୟକ୍ତ କରିଛନ୍ତି ।

କେଉଁଠି ଇଣ୍ଡରନେଟ ନାହିଁ ତ ଆଉ କାହା ପାଖରେ ମୋବାଇଲ ନାହିଁ: ଜିଲାର ଗ୍ରାମାଂଚଳରେ ଗଛ ଉପରେ ବସି ଚାଲିଛି ଡିଲାଇ ଅନଲାଇନ୍ ପାଠପଢା

କନ୍ଧମାଳ,୦୨।୮ (ନି.ପ୍ର): ସରକାର ଭୟଭୟ କରୋନା ସଂକ୍ରମଣ ଯୋଗୁଁ ଛାତ୍ରଛାତ୍ରୀଙ୍କୁ ଇଂଟରନେଟ୍ ଯୋଗେ ଅନଲାଇନ ରେ ପାଠପଢା ଆପଣାଇଛନ୍ତି । ମାତ୍ର କନ୍ଧମାଳ ଭଳି ପଛୁଆ ତଥା ଇଣ୍ଡରନେଟ୍ ଆବେଦନ ନଥିବା ଅଂଚଳରେ ଅନଲାଇନ ଯୋଗେ ପାଠପଢା ନେଇ ପ୍ରଶ୍ନବାଚୀ ସୃଷ୍ଟି ହୋଇଛି । ପୁଲବାଣୀ ସହର ସମେତ କେତେକ ବ୍ଲକ୍ ସଦର ମହକୁମା ଅଂଚଳରେ ହାତଗଣତି କିଛି ଛାତ୍ରଛାତ୍ରୀ କେବଳ ଏଥିରେ ଉପକୃତ ହେଉଥିବା ଦେଖାଯାଇଛି । କନ୍ଧମାଳରେ ଅନଲାଇନ ପାଠପଢା କେମିତି ଚାଲିଛି ଆସବୁ ଦେଖିବା । ଦେଖନ୍ତୁ ଏ ଦୃଶ୍ୟକୁ । ରୂ ହେଉଛନ୍ତି ସତ୍ୟଜିତ ପ୍ରଧାନ । ଚୁରୁଜିଆ ପୁଲର ୧୦ମ ଶ୍ରେଣୀର ଛାତ୍ର । ପାଠ ପଢିବା ପ୍ରତି ଡେର ଆଗ୍ରହ ଦି ରହିଛି ସତ୍ୟଜିତର । ବାପା ଜଣେ ଛୋଟ

ଚାଷୀ ହୋଇଥିଲେ ମଧ୍ୟ ପୁଅ ପାଠ ପଢିବ ବୋଲି ମୋବାଇଲ ଟିଏ କିଣି ଦେଇଛନ୍ତି । ହେଲେ ଭଲ ନେଟୱାର୍କ ଘରକୁ ଆସୁନଥିବାରୁ ସତ୍ୟଜିତ ପ୍ରତିଦିନ ଘରଠାରୁ କିଛି ଦୂରକୁ ଯାଇ ଗଛ ତାଳ ଉପରେ ବସି ଅନଲାଇନରେ ପାଠ ପଢୁଛନ୍ତି । ସେଠି ଭଲ ନେଟୱାର୍କ ଆସୁଛି ବୋଲି କହୁଛନ୍ତି ସତ୍ୟଜିତ । ସେହିପରି ଗାଁର ହାଉସ୍‌ହୁଲର ଛାତ୍ରମାନେ ମଧ୍ୟ ଗାଁ ମୁଖକୁ ଯାଇ କିଏ ରାଷ୍ଟ୍ରାକଡରେ ଠିଆହୋଇ ତ କିଏ ବିଲ୍ ଛୁଡାରେ ବସି ଅନଲାଇନ ପାଠ ପଢୁଛନ୍ତି । ଏବେ ବର୍ଷାଦିନ ହୋଇଥିବାରୁ ବେଳେବେଳେ ବର୍ଷା ବି ହେଉଛି ଫଳରେ ପାଠ ପଢିପାରୁନାହାନ୍ତି ସେମାନେ । କନ୍ଧମାଳ ଜିଲ୍ଲାରେ ପ୍ରଥମରୁ ୧୦ମ ଯାଏଁ ପ୍ରାୟ ୧୩୪୨ ସ୍କୁଲର ୧ ଲକ୍ଷ ୪୬ ହଜାର ୨୦୪ ଛାତ୍ରଛାତ୍ରୀ ଥିବା ବେଳେ ଅନଲାଇନ ଯୋଗେ ୨୫ ରୁ ୧୦ମ

ଯାଏଁ ପାଠ ପଢାଯାଇଛି । ହେଲେ ଇଂଟରନେଟ୍ ନଥିବା କିମ୍ବା ମୋବାଇଲ ବ୍ୟବହାର କାଣି ନଥିବାରୁ ମାତ୍ର ୧୨ରୁ ୧୫ ପ୍ରତିଶତ ଛାତ୍ରଛାତ୍ରୀ ଅନଲାଇନ ଯୋଗେ ପାଠ ପଢୁଥିବା କଥା ଜିଲ୍ଲା ଶିକ୍ଷା ଅଧିକାରୀ କହିଛନ୍ତି । ତେବେ, ଏନେଇ ଆମେ ଜିଲ୍ଲା ଶିକ୍ଷା ଅଧିକାରୀଙ୍କ ମତାମତ ଲୋଡିଥିଲୁ ହେତ୍ତେ, ସେ କ୍ୟାମେରା ସମ୍ମୁଖରେ କିଛି କହିବେନି ବୋଲି ସିଧା ସିଧା ମନା କରିଦେଇଥିଲେ । ସରକାରଙ୍କ କରୋନା କଟକଣା ତ ବର୍ତ୍ତମାନ ଅଗଷ୍ଟ ୩୧ ଯାଏଁ ରହିଛି । ସ୍କୁଲ ଖୋଲିବା ଲାଗି ମନା କରିଛନ୍ତି ସରକାର । ଆଗରୁ ଆଉ ବଡିବ କି ନାହିଁ କହିବା ମଧ୍ୟ ମୁଝିଲି । ଏଭଳି ସ୍ଥିତିରେ ସରକାରଙ୍କ ଅନଲାଇନ ଶିକ୍ଷା କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ କନ୍ଧମାଳ ଜିଲ୍ଲାରେ କିଭଳି ସଫଳ ହେବ ତାହା ହିଁ ପ୍ରଶ୍ନବାଚୀ ସୃଷ୍ଟି କରିଛି ।

ପୁଣି ଶଙ୍କରାଖୋଳ ଓ ଖଲୁରାପଡା ଅଂଚଳରେ ଖୋଲାରେ ପଡିଛି ପିପିଲ କିଟ୍
କନ୍ଧମାଳ,୦୨।୮ (ନି.ପ୍ର): କନ୍ଧମାଳ ଜିଲ୍ଲାର ଶଙ୍କରାଖୋଳ ନିକଟସ୍ଥ ଗୁଡିଗାଁର ଏକ ପୋଲ ନିକଟସ୍ଥ ଜମିରେ କିଛି ପିପିଲ ପଡିଛି । ସକାଳୁ ସ୍ଥାନୀୟ ଲୋକେ ଏସବୁ ବ୍ୟବହୃତ କିଟ୍ ଗୁଡିକ ଦେଖି କାଳେ ଗ୍ରାମବାସୀ ସଂକ୍ରମିତ ହୋଇଯିବ ବୋଲି ଭୟଭୀତ ହୋଇପଡିଛନ୍ତି । କରୋନାରେ ବ୍ୟବହୃତ ପିପିଲ କିଟ୍ ଗୁଡିକ ନଷ୍ଟ ନକରି କିଏ ଓ କାର୍ଯ୍ୟିକ ଏଭଳି ରାଷ୍ଟ୍ରାକଡ ପୋଲ ନିକଟରେ ଫୋପାଡିଲା ତାର ତଦନ୍ତ ଦାବୀ କରିଛନ୍ତି ଗ୍ରାମବାସୀ । ସେହିପରି ଗଡକାଲି ଖଲୁରାପଡା ସହରରେ ଥିବା ଏକ ପରିତ୍ୟକ୍ତ କୁଅରେ ମଧ୍ୟ ପିପିଲ କିଟ୍ ପକାଯାଇଥିବା ସ୍ଥାନୀୟ ଲୋକେ ଦେଖି ଭୟଭୀତ ହୋଇପଡିଛନ୍ତି ।

ଓ.ଏସ୍.ଟି.ଏଫ୍ ବନ୍ଦ ନେଇ ରାଜ୍ୟ ସରକାରଙ୍କୁ ପ୍ରଶ୍ନ କଲା ବିଜେପି

ରାଜ୍ୟସରକାର ଆୟୁଷ୍ମାନ ଯୋଜନାକୁ ଆପଣାନ୍ତୁ
ଭୁବନେଶ୍ୱର,୦୨।୮ (ନି.ପ୍ର): ରାଜ୍ୟସରକାର ନିକଟରେ ଓଡିଶା ରାଜ୍ୟ ଚିକିତ୍ସା ପାର୍ଶ୍ୱ (ଓ.ଏସ୍.ଟି.ଏଫ୍) କୁ ବନ୍ଦ କରିଛନ୍ତି । ଫେବୃଆରୀ ମାସରେ ଓ.ଏସ୍.ଟି.ଏଫ୍ ବନ୍ଦ ହେବ ନାହିଁ ବୋଲି ରାଜ୍ୟସରକାର ବିଧାନସଭାରେ ଉଚ୍ଚ ରଖିଥିଲେ କିନ୍ତୁ ରାଜ୍ୟସରକାର ଏହାକୁ ବନ୍ଦ କରି ରଖିବନ୍ତୁ ପ୍ରତି ପ୍ରତୀକ୍ଷା କରିଛନ୍ତି ବୋଲି ବିଜେପି ରାଜ୍ୟ ସାଧାରଣ ସଂପାଦକ ଶ୍ରୀ ଗୋଲକ ମହାପାତ୍ର ଅଭିଯୋଗ କରିଛନ୍ତି । ବିଶ୍ୱସ୍ତାସ୍ୟ କଲ୍ୟାଣ ଯୋଜନାରେ ସମସ୍ତ ସରକାରୀ ହସ୍ପିଟାଲ ସହ ୨୦୮ ସ୍ୱୀକୃତିପ୍ରାପ୍ତ ବେସରକାରୀ ହସ୍ପିଟାଲରେ ଚିକିତ୍ସା ସୁବିଧା ମିଳିବ ଯୋଗୁଁ ରାଜ୍ୟସରକାର ଦୃଢ଼ୋକ୍ତି ଦେଇଥିଲେ । କିନ୍ତୁ ବିଧାନସଭା ଉଚ୍ଚରୁ ଶ୍ୱଷ୍ଟ ଜଣାପଡୁଛି ଯେ, ବିଶ୍ୱ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ କଲ୍ୟାଣ ଯୋଜନା ସୁବିଧା ମିଳିଥିବା ସ୍ୱୀକୃତିପ୍ରାପ୍ତ ବେସରକାରୀ ହସ୍ପିଟାଲ ସଂଖ୍ୟା କ୍ରମାଗତ ଭାବେ ହ୍ରାସ ପାଉଛି । ୧୮ ନଭେମ୍ବର ୨୦୧୯ରେ ସ୍ୱୀକୃତିପ୍ରାପ୍ତ ବେସରକାରୀ ହସ୍ପିଟାଲ ସଂଖ୍ୟା ୧୯୬ ଥିବାବେଳେ ୧୬ ଫେବୃଆରୀ ୨୦୨୦ ସୁଦ୍ଧା ଏହା କମି ୧୮୦ ରେ ପହଂଚିଛି । କିନ୍ତୁ ପ୍ରତ୍ୟାରୋପଣ, ନ୍ୟୁରୋ ସର୍ଜରୀ, ଅର୍ଥୋ ସର୍ଜରୀ ଆଦି ଗୁରୁତର ଅପରେସନ କରିବା ଲାଗି ବିଶ୍ୱ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ କଲ୍ୟାଣ ଯୋଜନାରେ ଯେଉଁ ଅର୍ଥ ବ୍ୟବସ୍ଥା ହୋଇଛି ସେହି ଅର୍ଥରେ ସର୍ଜରୀ କରିବା ଅସମ୍ଭବ । ବିଏସକେଫ୍ରେଇରେ ହିପ୍ ରିପ୍ରେସମେଣ୍ଟରେ ପ୍ରତ୍ୟାରୋପଣ ଖର୍ଚ୍ଚ ୩୭ ହଜାର ଏବଂ ପ୍ରତ୍ୟାରୋପଣ ସାମଗ୍ରୀର ଖର୍ଚ୍ଚ ପାଇଁ ୬୦ ହଜାର ଟଙ୍କା ରଖାଯାଇଛି । କିନ୍ତୁ ହିପ୍ ରିପ୍ରେସମେଣ୍ଟରେ ସର୍ଜନିମ୍ନ ମୂଲ୍ୟ ହେଉଛି ୮୦ ହଜାର ଟଙ୍କା । ସେଭଳି ଗାଇନିଙ୍ଗ, ଉଏନଟି ଓ ସର୍ଜରୀ ପାଇଁ ରୋଗୀମାନଙ୍କୁ ସରକାରୀ ଡାକ୍ତରଖାନାରୁ ରେଫେରାଲ ଆଣିବାକୁ ପଡିବ ଯାହା ସାଧାରଣ ରୋଗୀଟିଏ ପକ୍ଷରେ ଅସମ୍ଭବ । ଯଦି ରାଜ୍ୟସରକାର ଅର୍ଥାଭାବରେ ସମ୍ମୁଖୀନ ହେଉଛନ୍ତି ତେବେ ଆୟୁଷ୍ମାନ ଭାରତ ଯୋଜନାରେ ଯୋଡିହେବା ପାଇଁ ଶ୍ରୀ ମହାପାତ୍ର ଅନୁରୋଧ କରିଛନ୍ତି । ଆୟୁଷ୍ମାନ ଭାରତ ଯୋଜନାରେ ସାରା ଦେଶରେ ୨୦ ହଜାର ହସ୍ପିଟାଲରେ ଗଭିର ଲୋକଙ୍କୁ ଉପର ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟସେବା ଯୋଗାଇ ଦିଆଯାଇଛି । ଦେଶର ସେବାଗଣ ସି ପ୍ରାକ୍ତରେ ଥିଲେ ବି ସାଧାରଣ ଲୋକଟିଏ ଚିକିତ୍ସିତ ହୋଇପାରିବ । ବିଶ୍ୱ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ କଲ୍ୟାଣ ଯୋଜନା ରେ ୭୦ ଲକ୍ଷ ପରିବାରକୁ ପିପିଲି ବିଜ୍ଞାପିତ ଅଂଚଳ ପରିଷଦ (ଏନଏସି) ଅନ୍ତର୍ଗତ ୧୩ ନ ଖୁର୍ଦ୍ଧୁ ଜଣେ କରୋନା ପଜିଟିଭ୍ ଚିହ୍ନଟ ହେବା ପରେ ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ଅଂଚଳକୁ କରାଯାଇଛି । ସେହିପରି କୃଷ୍ଣପ୍ରସାଦ କଳୁକ୍ତ ଦିଶା କରୁଛନ୍ତି ଜିଲ୍ଲାପାଳ ବଳଞ୍ଜ ଝିହ । ସେହିଭଳି ହେଲା କରୋନା ଆକ୍ରାନ୍ତ ଚିହ୍ନଟ ହେବା ପରେ ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ଅଂଚଳକୁ ମଧ୍ୟ କଂଟେନମେଣ୍ଟ ଜୋନ୍ ଘୋଷଣା କରାଯାଇଛି । ଅନୁରୂପ ଭାବେ ପିପିଲି ବିଜ୍ଞାପିତ ଅଂଚଳ ପରିଷଦ (ଏନଏସି) ଅନ୍ତର୍ଗତ ୧୩ ନ ଖୁର୍ଦ୍ଧୁ ଜଣେ କରୋନା ପଜିଟିଭ୍ ଚିହ୍ନଟ ହେବା ପରେ ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ଅଂଚଳକୁ କରାଯାଇଛି । ସେହିପରି କୃଷ୍ଣପ୍ରସାଦ କଳୁକ୍ତ ଦିଶା କରୁଛନ୍ତି ଜିଲ୍ଲାପାଳ ବଳଞ୍ଜ ଝିହ । ସେହିଭଳି ହେଲା କରୋନା ଆକ୍ରାନ୍ତ ଚିହ୍ନଟ ହେବା ପରେ ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ଅ

ପ୍ରଥମ ପୃଷ୍ଠା

ଚିହ୍ନଟ ହେଲେ ନୂଆ ଆଉ ୨୫ ଆକ୍ରାନ୍ତ : ମୋଟ ଆକ୍ରିଭ ୧୦୧

ଭଦ୍ରକ,୨୮ (ନି.ପ୍ର): ପୁଣି ନୂଆ ୨୫ କରୋନା ଆକ୍ରାନ୍ତ ଭଦ୍ରକ ଜିଲ୍ଲାରୁ ଚିହ୍ନଟ ହୋଇଛନ୍ତି । ଫଳରେ ଜିଲ୍ଲାର ମୋଟ ଆକ୍ରାନ୍ତ ସଂଖ୍ୟା ୬୫୨ ହୋଇଛି । ଜିଲ୍ଲାରୁ ମୋଟ ୧୯ ହଜାର ୧୪୯ ନମୁନା ପରୀକ୍ଷା ପରେ ଏହି ସଂଖ୍ୟାର ପରିଚିତ୍ ଚିହ୍ନଟ ହୋଇଛନ୍ତି । ସେହିଭଳି ମୋଟ ୫୪୯ଜଣ ସ୍ୱପ୍ନ ହୋଇସାରିଛନ୍ତି । ଯାହା ଫଳରେ ଏବେ ମୋଟ ଆକ୍ରିଭ କେଶ ଆଉ ୧୦୧ ରହିଛି । ୨୫ ନୂତନ ଆକ୍ରାନ୍ତଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ୬ଜଣ କ୍ୱାରେଷାଇନ ସେକ୍ଟରରୁ ହୋଇଥିବା ବେଳେ ୧୯ଜଣ ଲୋକାଳ କଣ୍ଟ୍ରୋଲ ଚିହ୍ନଟମାନେ ହେଲେ ତିହିତି ରୁକ୍ ସିହେହା ଟିଏମସି ସେକ୍ଟରରୁ ଜଣେ, ତିହିତି ବାଳିକା ଉଚ୍ଚ ବିଦ୍ୟାଳୟ ଟିଏମସିରୁ ଜଣେ,

ଜୟ ଜଗନ୍ନାଥ ଗୃପ ପକ୍ଷରୁ ସ୍ୱେଚ୍ଛାକୃତ ରକ୍ତଦାନ ଶିବିର,୫୦ ଯୁନିଟ ରକ୍ତ ସଂଗ୍ରହ

ଧର୍ମଶାଳା,୨୮ (ନି.ପ୍ର): ଯାଜପୁର ଜିଲା ରସୁଲପୁର ରୁକ ରାଉତରାପୁର ଫଂଡାୟଟ କୁଖପାଟଣା ଗ୍ରାମର ସ୍ୱର୍ଗତ ଦେବାଶିଷ ଦାଶ(ହାସି)ଙ୍କ ୧ମ ବାର୍ଷିକ ଶ୍ରାଦ୍ଧ ଉତ୍ସବ ଅବସରରେ ଏକ ସ୍ୱେଚ୍ଛାକୃତ ରକ୍ତଦାନ ଶିବିର ଅନୁଷ୍ଠିତ ହୋଇଯାଇଛି । ଜୟ ଜଗନ୍ନାଥ ଗୃପ ଓଡ଼ିଶା ଚାରିଦେବୁଲ ଟ୍ରଷ୍ଟ ତରଫରୁ ଏହି ରାକ୍ତଦାନ ଶିବିର କୁଖପାଟଣା ଦଶ;ନ ଉଚ୍ଚ ବିଦ୍ୟାଳୟ ପରିସରରେ ଆୟୋଜିତ ହୋଇଥିଲା । ଏହି ରାକ୍ତଦାନ ଶିବିରରେ ମୋଟ ୫୦ୟୁନିଟ ରକ୍ତ ସଂଗ୍ରହ କରାଯାଇଥିଲା । ଜିଲା ରେଡକ୍ରସର ଅଭିଜ୍ଞ ଡାକ୍ତର ଯୋଗ ଦେଇ ରକ୍ତ ସଂଗ୍ରହ କରିଥିଲେ । ଜଗନ୍ନାଥ ଗୃପର ପ୍ରତିଷ୍ଠାନତା ଶିବ ଶଙ୍କର ଦାଶ,ସଭାପତି ଧନଞ୍ଜୟ ମିଶ୍ର,ଧର୍ମଶାଳା ଥାନା ଅଧିକାରୀ ସରୋଜ କୁମାର ସାହୁ,ରାଉତରାପୁର ସରଫଂଟ କୈଳାସ ସାହୁ,ଡାକ୍ତର ସଂଜୀବ କୁମାର ପ୍ରଧାନ,ରାଜ କିଶୋର ଦାସ, ଚିନ୍ମୟ ଦାଶ, ସତ୍ୟେଶ ସାହୁ, ରୁକୁନା ଦାସ, ଗୋଲଡେନ ହାର୍ଟ ଗୃପର ସଭାପତି ତ୍ରିଲୋକ୍ୟ ପୂର୍ଣ୍ଣ, ସୁନୀଲ ପୂର୍ଣ୍ଣ, ପ୍ରଶାନ୍ତ ସାହୁ ପ୍ରମୁଖ ଉପସ୍ଥିତ ରହି ରକ୍ତଦାତାମାନଙ୍କୁ ଉତ୍ସାହିତ କରିଥିଲେ । କରୋନା ନିୟମକୁ ମାନି ସାମାଜିକ ଦୂରତାକୁ ଧ୍ୟାନ ଦେବା ସହ ମାତ୍ର ପିନ୍ଧିବା ସହ ସମସ୍ତଙ୍କ ସାନିଟାଇଜେସନ କରାଯିବା ପରେ ରକ୍ତ ସଂଗ୍ରହ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ ଆରମ୍ଭ ହୋଇଥିଲା ।

ରାମ ମନ୍ଦିର ଭଳି ଦେଖା ଯିବ ଅଯୋଧ୍ୟା ରେଳ ଷ୍ଟେସନ

ରୂଆଦିଲ୍ଲୀ,୨୮ (ନି.ପ୍ର): ପ୍ରକ୍ୱ ଶ୍ରୀରାମଙ୍କ ନଗରୀ ଅଯୋଧ୍ୟାକୁ ସକାରକା ପାଇଁ ରେଳ ମନ୍ତ୍ରଶାଳୟ ମଧ୍ୟ ତାର ପ୍ରୟାସ ଜାରୀ ରଖିଛି । ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକ ନଗରୀ ଅଯୋଧ୍ୟାର ରେଳ ଷ୍ଟେସନକୁ ରାମ ମନ୍ଦିର ଭଳି କରା ଯିବାର ଯୋଜନା ନେଇ ରେଳ ମନ୍ତ୍ରଶାଳୟ କାମ ଆରମ୍ଭ କରିଛି । ଏହି ପ୍ରକଳ୍ପରେ ମୋଟ ୧୦୪.୭୭ କୋଟି ଟଙ୍କା ଖର୍ଚ୍ଚ ହେବ । ଏହାର କାମ ଆରମ୍ଭା କୁନ ମାସ ପୂର୍ଣ୍ଣା ଶେଷ ହେବା ଉତ୍ତରମଧ୍ୟ ରେଳଦାଈର ମହାପ୍ରବନ୍ଧକ ରାଜୀବ ଚୌଧୁରୀ ରବିବାର ଦିନ ଏହି ସୂଚନା ଦେଇଛନ୍ତି । ସେ କହିଛନ୍ତି ଯେ ରାମଙ୍କ ପବିତ୍ର ତରଣଧ୍ୱଜାରେ ପୁଣୋଜିତ ଅଯୋଧ୍ୟା ନଗରୀର ଅଲୌକିକ ମହତ୍ୱ ରହିଛି । ଭବିଷ୍ୟତରେ ଏହି ନଗରୀର ମହତ୍ୱକୁ ଆଖି ଆଗରେ ରଖି ରେଳଦାଈ ଏହି ପ୍ରକଳ୍ପ ହାତକୁ ନେଇଛି ।

ଶସ୍ୟ ବୀମା ପଞ୍ଜିକରଣ ଅବଧି ବୃଦ୍ଧି କରିବାକୁ କେନ୍ଦ୍ର ସରକାରରୁ ପ୍ରସ୍ତାବ ଦିଅନ୍ତୁ ରାଜ୍ୟ ସରକାର:ପ୍ରଦୀପ ପୁରୋହିତ

ଭୁବନେଶ୍ୱର,୨୮ (ନି.ପ୍ର): ପ୍ରଧାନମନ୍ତ୍ରୀ ଶସ୍ୟ ବୀମା ପଞ୍ଜିକରଣର ଅବଧି ଚଳିତ ଅଗଷ୍ଟ ମାସ ୩୧ ତାରିଖ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ବୃଦ୍ଧି କରିବା ପାଇଁ କେନ୍ଦ୍ର ସରକାରକୁ ରାଜ୍ୟ ସରକାର ପ୍ରସ୍ତାବ ଦେବା ପାଇଁ ବିଜେପି କୃଷକ ମୋର୍ଚ୍ଚା ରାଜ୍ୟ ସଭାପତି ଓ ପୂର୍ବତନ ବିଧାୟକ ଶ୍ରୀ ପ୍ରଦୀପ ପୁରୋହିତ ରାଜ୍ୟ କୃଷିମନ୍ତ୍ରୀଙ୍କ ଠାରେ ଦାବୀ କରିଛନ୍ତି । କେନ୍ଦ୍ର ସରକାର ନିଜ ତରଫରୁ ଗତ ୩୧ ତାରିଖରେ ରାଜ୍ୟ ସରକାରମାନଙ୍କୁ ପତ୍ର ଲେଖି ଏହି ସମସ୍ତ ସୀମାକୁ ଚଳିତ ମାସ ୫ ତାରିଖ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ବୃଦ୍ଧି କରିଛନ୍ତି । ଏହି ଅବସରରେ ଶ୍ରୀ ପୁରୋହିତ କେନ୍ଦ୍ର କୃଷିମନ୍ତ୍ରୀ ଶ୍ରୀ ନରେନ୍ଦ୍ର ସିଂ ଚୌମାର ଏବଂ କେନ୍ଦ୍ରମନ୍ତ୍ରୀ ଶ୍ରୀ

ପଞ୍ଚାୟତ କୁରିଗାଁ ଗ୍ରାମରୁ ଜଣେ, ବଡ଼ ରୁକ ବସଡିଆ ପଞ୍ଚାୟତ କଟିଶା ଗ୍ରାମରୁ ୨ଜଣ, ଭଦ୍ରକ ରୁକ କୋଡବରୁଆଁ ପଞ୍ଚାୟତ ପଲୀ ଗ୍ରାମରୁ ଜଣେ, ଅର୍ଦ୍ଧପାଳ ପଞ୍ଚାୟତ ଭକ୍ତିଚନ୍ଦ୍ରପୁର ଗ୍ରାମରୁ ଜଣେ, ଅର୍ଦ୍ଧପାଳ ଗ୍ରାମରୁ ଜଣେ ଚିହ୍ନଟ ହୋଇଛନ୍ତି । ଅନ୍ୟପକ୍ଷରେ ଧାମନଗର ରୁକ ଖପରପଦା ଗ୍ରାମର ଜଣେ ଆକ୍ରାନ୍ତ ଭୁବନେଶ୍ୱର ଉତ୍କଳ ହସ୍ପିଟାଲରେ ଚିହ୍ନଟ ହୋଇଥିବା ବେଳେ ଭଦ୍ରକ ରୁକ ଗୋରାମାଟି ଚୋରଶପଦା ଗ୍ରାମର ଜଣେ ଏବଂ ତିହିତି ରୁକ କୁବେରୀ ବାରିକପୁର ଗ୍ରାମର ଜଣେ କଟକ ଏସ୍‌ସିବି ମେଡିକାଲରେ ଚିହ୍ନଟ ହୋଇଛନ୍ତି । ଏହାପରେ ଜିଲ୍ଲାପାଳ ଡ. ଜ୍ଞାନ ଦାସ ଭଦ୍ରକ ରୁକର ଗୋରାମାଟି

ବିଜେଡ଼ି ନେତା ସୁପର ଷ୍ଟ୍ରେଡର : କଂଗ୍ରେସ

ଭୁବନେଶ୍ୱର ,୨୮ (ନି.ପ୍ର): ବିଜେଡ଼ି ନେତା ହେଉଛନ୍ତି ସୁପର ଷ୍ଟ୍ରେଡର । ବିଜେଡିର ନେତା ମାନେ ବିଭିନ୍ନ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମରେ ଯୋଗ ଦେଇ କୋଭିଡ୍ କଟକଣାର ,ଉଲ୍ଟ୍ରାଫନ କରୁଛନ୍ତି ବୋଲି ରବିବାର କଂଗ୍ରେସ ଉଦ୍ଦନ ରେ ଅନୁଷ୍ଠିତ ସାାଧାଦିକ ସମ୍ମିଳନୀରେ ଅଭିଯୋଗ କରିଛନ୍ତି ପୂର୍ବତନ ବିଧାୟକ ତଥା ବରିଷ୍ଠ କଂଗ୍ରେସ ନେତା ଦେବାଶିଷ ପଟ୍ଟନାୟକ । ସେ କହିଛନ୍ତି ଯେ ଗତ ଭୁଲାଇ ମାସ ୨୫ ତାରିଖ,୨୯ ତାରିଖ ଓ ୩୧ ତାରିଖ ଦିନ ଦାକିରେ ନିନୋଟି ଉପଡ୍ରୋଲ ପକ୍ଷ ଉଦ୍‌ଯାତନ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମରେ ଶତାଧିକ ଲୋକଙ୍କୁ ନେଇ ବାଙ୍କୀ ନିର୍ବାଚନ ମଣ୍ଡଳୀର ପୂର୍ବତନ ବିଧାୟକ ପ୍ରଭାତ କୁମାର ତ୍ରିପାଠୀ ଯୋଗଦେଇଥିଲେ । ତା ପୂର୍ବରୁ

ବିଜେଡି ଦଳୀୟ କାର୍ଯ୍ୟାଳୟରେ ବାଙ୍କି ବିଧାୟକ ଦେବୀ ରଞ୍ଜନ ତ୍ରିପାଠୀଙ୍କ ନେତୃତ୍ୱରେ କୋଭିଡ ନିୟମ କାରୁନ ଉ ଉଲ୍‌ଫନ କରି ରକ୍ତଦାନ ଶିବିର ଏବଂ ଜନୁସିନ ପାଳନ କରାଯାଇଥିଲା । ଲକ୍ ଡାଉନ୍ ସମୟରେ ବାଙ୍କି ନିର୍ବାଚନ ମଣ୍ଡଳୀର ସରକାରୀ ଦଳର ବିଧାୟକ ଏବଂ ପୂର୍ବତନ ବିଧାୟକ ସରକାରୀ ନିୟମକୁ ବାରଘାର ଉଲ୍‌ଫନ କରୁଛନ୍ତି । ତଳିଆ ଅର୍ପିସରଙ୍କ ସମେତ ବାଙ୍କିର ପ୍ରଶାସନ,ପୋଲିସ ଏବଂ ଜିଲ୍ଲା ପ୍ରଶାସନ ସବୁ କାଣିଶୁଣି ନିରବ ପ୍ରତ୍ତ୍ୟା ସାଙ୍କି ତାଙ୍କୁ ସାହାଯ୍ୟ କରୁଛନ୍ତି । ଏହା ଦୁଃଖ ଓ ପରିତାପର ବିଷୟ । ମହାମାରୀ ସମୟରେ କରୋନା ଯୋଦ୍ଧା ସାାଧାଦିକଙ୍କୁ ୫୦ ଲକ୍ଷ ଟଙ୍କାର

ବଳବତର ଥିବା କଞ୍ଚେନମେଞ୍ଚକୋନ କଟକଣାକୁ ୧୪ ଦିନ ପାଇଁ ବୃଦ୍ଧି କରିଛନ୍ତି । ସେହିଭଳି ଭଦ୍ରକ ପୌରପାଳିକାର କୁଆଁସ ମଙ୍ଗଳାମନ୍ଦିର ନିକଟ ଅଞ୍ଚଳ, ଫେକର କାର୍ଯ୍ୟାଳୟ ଅଞ୍ଚଳ, ପୁରୁଣାବଜାର ବାବୁସାହି, ୯ ନଂ ଓ୍ୱାର୍ଡର ପିଡକୁଡି କଲୋନୀ, ଚରମ୍ପା ମିଶନ ସ୍କୁଲ ଅଞ୍ଚଳ, ଅପର୍ଲିବିନ୍ଧା, ବଡ଼ ରୁକର କଟିଶା ଗ୍ରାମକୁ କଞ୍ଚେନମେଞ୍ଚକୋନ ଘୋଷଣା କରାଯାଇଛି । ସେହିପରି କଞ୍ଚେନମେଞ୍ଚ ଥିବା ବାସୁଦେବପୁର ରୁକର ଭୁଲିଆ ହାଇସ୍କୁଲ ଓ ଧାମନଗର ରୁକର କେଠାଠାର କଲେଜକୁ କଞ୍ଚେନମେଞ୍ଚ କଟକଣା ପ୍ରତ୍ୟାହାର କରି ନିଆଯାଇଛି ।

ସହାୟତା ଦେବାକୁ ଶ୍ରୀ ପଟ୍ଟନାୟକ ଦାବି କରିଛନ୍ତି । ଏହାସହ କଂଗ୍ରେସ ବିଧାୟକ ସୁରେଶ ରାଉତରାୟ ବିରୋଧରେ ଯଦି କେସ ହେଇପାରୁଛି, ବିଜେପି ନେତାଙ୍କ ବିରୋଧରେ ହେଉଛି, ତାହେଲେ ବିଜେଡି ବିଧାୟକ ବିରୋଧରେ କାହିଁକି କେସ୍ ହେଲା ନାହିଁ ?ଏବଂ ବିଜେଡି ବିଧାୟକ କଣ ଆଇନରୁ ଉର୍ଦ୍ଧ୍ୱରେ କି ? ସରକାରୀ ଦଳର ବିଧାୟକ ଏବଂ ପୂର୍ବତନ ବିଧାୟକ କଟକଣା ଭାଲୁଛନ୍ତି,ତାଙ୍କ ପାଇଁ କିଛି ଅଲଗା ନିୟମ ଅଛି କି ? ବୋଲି ପ୍ରଶ୍ନ କରିଛନ୍ତି । ଏହି ସାାଧାଦିକ ସମ୍ମିଳନୀରେ ଅନ୍ୟମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ କଂଗ୍ରେସ ନେତା ମନୋରଞ୍ଜନ ଦାଶ,ବିଶ୍ୱ ରଞ୍ଜନ ଦାଶ ଓ ଦୀପକ କୁମାର ମହାପାତ୍ର ଉପସ୍ଥିତ ଥିଲେ ।

କାର୍ଯ୍ୟକ୍ଷମ ହେଲା ସଦେଇପାଲି-ବଲାଙ୍ଗିର ୨୨୦ କେ.ଭି. ଲାଇନ ଟିମ୍‌ଡ୍ରାକ୍ ପାଇଁ ବଧେଇ ଜଣେଇଲେ ଶକ୍ତି ମନ୍ତ୍ରୀ

ଭୁବନେଶ୍ୱର,୨୮ (ନି.ପ୍ର) : ଦୀର୍ଘନିର ଧରି ଧିମେଇ ଯାଇଥିବା ସଦେଇପାଲି ସର୍ବଞ୍ଚେସନରୁ ପିଟିସିଆରଏଲ ବଲାଙ୍ଗିର ସର୍ବଞ୍ଚେସନ ୨୨୦ କେ.ଭି. ଲାଇନ ଗତ ଶୁକ୍ରବାର କାର୍ଯ୍ୟକ୍ଷମ ହୋଇଛି । ଶକ୍ତିମନ୍ତ୍ରୀ କ୍ୟାପ୍‌ସେନ୍ ବିଦ୍ୟ ଶଙ୍କର ମିଶ୍ର ଯୁଦ୍ଧକାଳୀନ ଭିତିରେ କରାଯାଇଥିବା ଏହି କାର୍ଯ୍ୟ ପାଇଁ ନିୟୋଜିତ ସମସ୍ତ ଅଧିକାରୀ, କର୍ମଚାରୀମାନଙ୍କୁ ଟିମ୍‌ଡ୍ରାକ୍ ପାଇଁ ବଧେଇ ଜଣାଇଛନ୍ତି । ଏହା କାର୍ଯ୍ୟକ୍ଷମ ହେବା ପରେ ପୂର୍ଣ୍ଣମ ଓଡ଼ିଶାର କୋଭିଡ଼, ସୋନପୁର, ବୌଦ୍ଧ, କଳାହାଣ୍ଡି ଓ ରୂଆପଡ଼ା ଜିଲ୍ଲାର ବିଦ୍ୟୁତ ସେବାରେ ଉନ୍ନତି ଆସିବ । ଫଳରେ ସ୍ଥିର ବିଦ୍ୟୁତ ସେବା ଉପଲବ୍ଧ ହେବା ସହ ଉନ୍ନତ ମାନର ଶକ୍ତି ଯୋଗାଇ ଦିଆଯାଇ ପାରିବ । ଏହି ନିର୍ମାଣ କାର୍ଯ୍ୟକୁ ନିକଟରେ ତ୍ୱରାନ୍ୱିତ କରିବା ପାଇଁ ଶକ୍ତିମନ୍ତ୍ରୀଙ୍କ ପରାମର୍ଶ କ୍ରମେ ସ୍ୱତନ୍ତ୍ର ଟିମ୍ ଗଠନ କରାଯାଇ ଯାହାସବୁ ସମସ୍ୟା ରହିଥିଲା ତାକୁ ସମାଧାନ ପାଇଁ ଉତ୍ତରରେ ପଦକ୍ଷେପ ଗ୍ରହଣ କରାଯାଇଥିଲା । ଏହି ଅଂଚଳରେ କ୍ରମାଗତ ଭାବେ ଅତ୍ୟଧିକ ଆୟୋଜନ କରି ନିୟମିତ କାର୍ଯ୍ୟ ଅନୁଗତିର ସମୀକ୍ଷା କରିଛନ୍ତି । ବିଶେଷ ଭାବେ ଆବଶ୍ୟକ ଗଛକଟା ପାଇଁ ଜଙ୍ଗଲ ବିଭାଗ ଅନୁମତି ନିମନ୍ତେ ସେ ଡିଏଫଓ ଏବଂ ସମ୍ପୃକ୍ତ ଜିଲ୍ଲାର ଜିଲ୍ଲାପାଳ ଓ ଆରକ୍ଷା ଅଧିକ୍ଷକ ମାନଙ୍କ ସହ ଉର୍ଦ୍ଧ୍ୱଆଳ ବୈଠକ କରି ସମସ୍ୟାର ସମାଧାନ ପାଇଁ ପଦକ୍ଷେପ ନେଇଥିଲେ ।କୋଭିଡ଼-ଲକ୍ ଡାଉନ ସମୟରେ କାର୍ଯ୍ୟ ଯେପରି ଅଟକି ନଯାଏ ସେଥିପାଇଁ ସେ ବିୈଧାନିକ କଟକଣା ମାନି କାର୍ଯ୍ୟକୁ ତାଲୁ ରଖିବା ନିମନ୍ତେ ବ୍ୟବସ୍ଥା କରାଯାଇଛି । ଅଧିକ ଶ୍ରମିକ କାର୍ଯ୍ୟରେ ନିୟୋଜନ କରିବା ପାଇଁ ନିୟୋଜିତ ନିର୍ମାଣକାରୀ ସଂସ୍ଥାଗୁଡ଼ିକୁ ସେ ନିର୍ଦ୍ଦେଶ ଦେଇଥିଲେ । ଏଥି ସହିତ ପ୍ରତ୍ରେକ କାର୍ଯ୍ୟର ଫଟୋ ପଠାଇବାକୁ ସେ କାର୍ଯ୍ୟ ତାବଦରଖ କରୁଥିବା

ଅଧିକାରୀ ମାନଙ୍କୁ ପରାମର୍ଶ ଦେଇଥିଲେ । କାର୍ଯ୍ୟଧାରାର ନିରନ୍ତର ତଦାରଖ ସହ ଅଗ୍ରଗତି ସମ୍ପର୍କରେ ସେ ଅବଗତ ହେଉଥିଲେ । ନିକଟରେ ଆତତରେ ଶକ୍ତି କ୍ଷେତ୍ରକୁ ଅଧିକ କାର୍ଯ୍ୟବକ୍ଷ କରି ବା ପାଇଁ ବି ଭି ନ୍ୱ ଡି ଭି ଜ ନ୍ରେ ପ୍ର କଳ୍ପ ଗୁ ଡ୍ ବି କୁ କାର୍ଯ୍ୟକାରୀ କରାଯାଇଛି । ତନ୍ମଧ୍ୟରେ ଉପକୂଳବର୍ତୀ ୯ଟି ଜିଲ୍ଲାରେ ବାତ୍ୟା ପ୍ରତିରୋଧ ବିଦ୍ୟୁତ ବ୍ୟବସ୍ଥା, ସୌରଶକ୍ତି, ସୌରଶକ୍ତି ଉତ୍ପାଦନ, ଲକ୍ଷ୍ମୀପୁରଠାରେ ୨୦ ଏମଭିଏ, ଯୋଡ଼ାଠାରେ ୧୬୦ ଏମଭିଏ, ବାନ୍ଦବାଲିଠାରେ ୨୦ ଏମଭିଏ ଟ୍ରାନ୍ସଫରମର ସ୍ଥାପନ ଅଟଭୂତି । ଶକ୍ତି ମନ୍ତ୍ରୀ କ୍ୟାପ୍‌ଟେନ୍ ମିଶ୍ର ଲକ୍ ଡାଉନ୍ ସମୟରେ ଏହି ସଫଳତା ପାଇଁ ଶକ୍ତି ବିଭାଗ ପ୍ରମୁଖ ଶାସନ ସଚିବ ନିକୁଞ୍ଜ ବିହାରୀ ଧଳ, ଓପିଟିସିଏଲର ଅଧକ୍ଷ ସୌରଭ ଗର୍ଗ୍‌କୁ ବିଶେଷ ଧନ୍ୟବାଦ ପ୍ରଦାନ କରିଥିଲେ ।

ସୋମବାର,୦୩ ଅଗଷ୍ଟ ୨୦୨୦

ପ୍ରଥମ ପୃଷ୍ଠାର ଅବଶିଷ୍ଟାଂଶ... ଆସନ୍ତା ୪ରୁ ...

ଏହି ନିଷ୍ପତି ନେଇଛି । ଅପରପକ୍ଷରେ ମାତ୍ରିକ୍ ପରୀକ୍ଷାରେ ଫଳ ଶୁନ୍ୟ ହୋଇଥିବା ୩୧ ଟି ବିଦ୍ୟାଳୟଗୁଡ଼ିକର ପ୍ରଧାନ ଶିକ୍ଷକମାନଙ୍କ ସହ ଗଣଶିକ୍ଷା ମନ୍ତ୍ରୀ କଥା ହେବେ ବୋଲି ସୂଚନା ମିଳିଛି । ଆଗାମୀ ଦୁଇ ଦିନ ଭିତରେ +୨ ରେ ନାମଲେଖା ପାଇଁ ବିଜ୍ଞପ୍ତି ପ୍ରକାଶ ପାଇବ ବୋଲି ବିଦ୍ୟାଳୟ ଓ ଗଣଶିକ୍ଷା ମନ୍ତ୍ରୀ ସମୀନ ରଞ୍ଜନ ଦାଶ ସୂଚନା ଦେଇଛନ୍ତି ।

ପର୍ଶୁମବଜାରେ ଲକ୍ ...

ହାଓଡ଼ା ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଯିବ ନାହିଁ । ୦୬୭୦୩ ହାଓଡ଼ା -ସିକନ୍ଦରାବାଦ ଫଳକନୁମା ସ୍ୱେସିଆଲ ଏକ୍ସପ୍ରେସ ୫, ୮, ୧୬, ୧୭, ୨୩, ୨୪ ଓ ୩୧ ଅଗଷ୍ଟ ୨୦୨୦ ତାରିଖ ମାନଙ୍କରେ ହାଓଡ଼ା ପରିବର୍ତ୍ତେ ଭୁବନେଶ୍ୱରକୁ ଛାଡିବ ଏବଂ ସେହି ତାରିଖ ଗୁଡିକରେ ସହା ହାଓଡ଼ାଠାରୁ ଭୁବନେଶ୍ୱର ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ବାତିଲ ରହିବ ।ଭୁବନେଶ୍ୱରକୁ ଛାଡୁଥିବା ୦୨୮୦୧ ଭୁବନେଶ୍ୱର -ରୂଆଦିଲ୍ଲୀ ସ୍ୱେସିଆଲ ପୁରୁଷୋତମ ଏକ୍ସପ୍ରେସ ଓ ରୂଆଦିଲ୍ଲୀରୁ ଆସୁଥିବା ୦୨୮୦୨ ରୂଆଦିଲ୍ଲୀ -ଭୁବନେଶ୍ୱର ସ୍ୱେସିଆଲ ପୁରୁଷୋତମ ଏକ୍ସପ୍ରେସ ୪, ୭, ୧୫, ୧୬, ୨୨, ୨୩ ଓ ୩୦ ରେ ଉଭୟ ଦିଗରୁ ପୁରୁଲିଆ ଓ ହିଜଲୀ ଠାରେ ରହିଶି କରିବ ନାହିଁ । ଭୁବନେଶ୍ୱରରୁ ଛାଡୁଥିବା ୦୨୮୨୩ ଭୁବନେଶ୍ୱର-ରୂଆଦିଲ୍ଲୀ ସ୍ୱେସିଆଲ ରାଜଧାନୀ ଏକ୍ସପ୍ରେସ ୫, ୮, ୧୬, ୧୭, ୨୩, ୨୪ ଓ ୩୧ଅଗଷ୍ଟ , ୨୦୨୦ ରେ ଏବଂ ରୂଆଦିଲ୍ଲୀରୁ ଆସୁଥିବା ୦୨୮୨୪ ରୂଆଦିଲ୍ଲୀ -ଭୁବନେଶ୍ୱର ସ୍ୱେସିଆଲ ରାଜଧାନୀ ଏକ୍ସପ୍ରେସ ୪, ୭, ୧୫, ୧୬, ୨୨, ୨୩ ଓ ୩୦ ଅଗଷ୍ଟ , ୨୦୨୦ରେ ଉଭୟ ଦିଗରୁ ହିଜଲୀ ରହିଶି କରିବ ନାହିଁ ।ସିଆଲବାରୁ ଆସୁଥିବା ୦୨୨୦୧ ସିଆଲବା (କୋଲକାତା)- ଭୁବନେଶ୍ୱର ଦୂରନ୍ତ ସ୍ୱେସିଆଲ ଏକ୍ସପ୍ରେସ୍ ୧୭, ୨୪ ଓ ୩୧ ଅଗଷ୍ଟରେ ଏବଂ ଭୁବନେଶ୍ୱର ଛାଡୁଥିବା ୦୨୨୦୨ ଭୁବନେଶ୍ୱର-ସିଆଲବା ଦୂରନ୍ତ ସ୍ୱେସିଆଲ ଏକ୍ସପ୍ରେସ ୧୫ ଓ ୨୨ ଅଗଷ୍ଟରେ ଉଭୟ ଦିଗରୁ ଖଡ଼ଗପୁର ଠାରେ ରହିଶି କରିବ ନାହିଁ ବୋଲି ରେଳବାର ପକ୍ଷରୁ ସୂଚନା ଦିଆଯାଇଛି ।

ପ୍ରଧାନମନ୍ତ୍ରୀ ଫସଲବୀମା...

କାର୍ଯ୍ୟାନୁଷ୍ଠାନ ଗ୍ରହଣ କରିବେ । ଏହି ସମୟସୀମା ବୃଦ୍ଧି ହେବା ଦ୍ୱାରା ରାଜ୍ୟର ଚାଷୀମାନେ ବହୁଳ ଭାବରେ ଉପକୃତ ହେବେ ବୋଲି ମନ୍ତ୍ରୀ ଶ୍ରୀ ସାହିଁ ଆଶାପ୍ରକାଶ କରିବା ସହ ଯେହିଁ ଚାଷୀମାନେ ବୀମା କରାଇ ପାରିନାହାନ୍ତି ସେମାନେ ଏହାର ସୁଯୋଗ ନେବାକୁ ପରାମର୍ଶ ଦେଇଛନ୍ତି । ଫସଲବୀମା ସମୟସୀମା ବୃଦ୍ଧି ପାଇବା ପରେ ଆଜି ପୂର୍ବାହ୍ନରେ କୃଷି ଓ କୃଷକ ସଶକ୍ତିକରଣ ବଜାରର ପ୍ରମୁଖ ଶାସନ ସଚିବ, ସମବାୟ ବିଭାଗର ଶାସନ ସଚିବ, କୃଷି ଏବଂ ଖାଦ୍ୟ ଉତ୍ପାଦନ ନିର୍ଦ୍ଦେଶକ, ନିବନ୍ଧକ ସମବାୟ ସମିତି ସମୂହ, ଡି.ଆର.ସି.ଏସ୍, ଏ.ଆର.ସି.ଏସ୍, କେନ୍ଦ୍ରୀୟ ସମବାୟ ବ୍ୟାଙ୍କର ସିଇଓ ଏବଂ ମୁଖ୍ୟ ଜିଲ୍ଲା କୃଷି ଅଧିକାରୀମାନଙ୍କ ସହିତ ଭର୍ଚୁଆଲ ବୈଠକ ଅନୁଷ୍ଠିତ ହୋଇ ଏକ ସ୍ୱତନ୍ତ୍ର ଅଭିଯାନ କରିଆରେ ରାଜ୍ୟରେ ବୀମାଭୁକ୍ତ ହୋଇନଥିବା ଚାଷୀମାନଙ୍କୁ ବର୍ଦ୍ଧିତ ସମୟସୀମା ମଧ୍ୟରେ ବୀମାଭୁକ୍ତ କରିବା ଦିଗରେ ଆବଶ୍ୟକୀୟ କାର୍ଯ୍ୟ ଗ୍ରହଣ କରିବା ଦିଗରେ ଆଲୋଚନା ହୋଇଥିଲା ।

ଗୋଟିଏ ଦିନରେ ଆଉ...

ଜଣ କରୋନା ଆକ୍ରାନ୍ତ ଚିହ୍ନଟ ହୋଇଛନ୍ତି । ସେହିପରି କୋରାପୁଟ ଜିଲ୍ଲାରେ ୧୨ ଜଣ, ମାଲକାନଗିରି ଜିଲ୍ଲାରେ ୨୪ , ମୟୂରଭଞ୍ଜ ଜିଲ୍ଲାରେ ୧, ନବରଙ୍ଗପୁରରେ ୨,, ନୟାଗଡ ଜିଲ୍ଲାରେ ୮, ରୂଆପଡା ଜିଲ୍ଲାରେ ୭, ପୁରୀ ଜିଲ୍ଲାରେ ୬୫ , ରାୟଗଡା ଜିଲ୍ଲାରେ ୧୯୭, ସମ୍ବଲପୁର ଜିଲ୍ଲାରେ ୫୧, ସୋନପୁର ଜିଲ୍ଲାରେ ୨ ତଥା ସୁନ୍ଦରଗଡ ଜିଲ୍ଲାରେ ୭୬ ଜଣ କରୋନା ଆକ୍ରାନ୍ତ ଚିହ୍ନଟ ହୋଇଛନ୍ତି । ଗଡକାଳି ମଧ୍ୟରାତ୍ରି ପୁଣା ଓଡ଼ିଶାରେ ୫,୪୩,୩୧୯ ଟି ନମୁନା କୋଭିଡ୍ -୧୯ ପରୀକ୍ଷା କରାଯାଇଛି । ବର୍ତ୍ତମାନ ପୁଣା ସମୁଦାୟ ୩୪,୯୧୩ ଜଣ ପାରିଚିତ୍ ଚିହ୍ନଟ ହୋଇଛନ୍ତି । ୨୧,୨୭୩ ଜଣ ରୋଗୀ ସଂପୂର୍ଣ୍ଣ ସ୍ୱସ୍ଥ ହୋଇ ଥିବା ବେଳେ ୧୯୭୭ ଜଣ କୋଭିଡ୍-୧୯ ରୋଗୀଙ୍କର ମୃତ୍ୟୁ ହୋଇଛି । ବର୍ତ୍ତମାନ ସକ୍ରିୟ ଥିବା ସଂକ୍ରମିତଙ୍କ ସଂଖ୍ୟା ୧୩,୪୦୪ ରହିଛି । ଅନ୍ୟପକ୍ଷରେ ୧୩,୪୦୪ ଜଣ ହସ୍ପିଟାଲ ଆଇସୋଲେସନ୍ ରେ ରହିଛନ୍ତି

୬ ତାରିଖ...

ଆସନ୍ତା ୫ ତାରିଖରେ ସମ୍ବଲପୁର,ଦେବଗଡ଼, ସୁନ୍ଦରଗଡ଼, ଝାରସୁଗୁଡ଼ା, ବରଗଡ଼ ଏବଂ କେନ୍ଦୁଝର ଜିଲ୍ଲାରେ ପ୍ରବଳକୁ ଅତିପ୍ରବଳ ଏବଂ କଟକ, ତେଜାନାଳ, ଅନୁଗୁଳ ଏବଂ ସମ୍ବଲପୁରରେ ପ୍ରବଳ ବର୍ଷା ହୋଇପାରେ । ୬ ତାରିଖରେ ବରଗଡ଼, ଦେବଗଡ଼ ଏବଂ ସୁନ୍ଦରଗଡ଼ରେ ପ୍ରବଳ ବର୍ଷା ହେବାର ସମ୍ଭାବନା ରହିଛି । ସେଥିପାଇଁ ଉପରୋକ୍ତ ଜିଲ୍ଲାଗୁଡ଼ିକ ପାଇଁ ପାଣିପାଗ ବିଭାଗ ଯେଲୋ ଖାର୍ଟିଂ କାରି କରିଛି ।

ଚଣ୍ଡିଗଡ଼ରେ ହସ୍ପିଟାଲରୁ ...

ଯାଂଚ – ଜିଏମସିଏଚ ୩୨ ରେ ରବିବାର ଦିନ କରୋନା ରୋଗୀ ଆତୁହତ୍ୟା କରିବା ପରେ ତାଙ୍କୁ ନେଇ ହସ୍ପିଟାଲରେ ଭର୍ତ୍ତି କରିଥିବା ୪ ଜଣ ସୁରକ୍ଷାକର୍ମୀଙ୍କୁ ଯାଂଚ ପରେ ଏକାନ୍ତବାସରେ ରହିବା ପାଇଁ ପଠାଇ ଦିଆଯାଇଛି । କାରଣ ସେମାନେ ଯେତେବେଳେ କରୋନା ରୋଗୀକୁ ନେଇ ହସ୍ପିଟାଲକୁ ଯାଇଥିଲେ ସେତେବେଳେ ଷ୍ଟୋରୁ, ପିପିର କିଂ ଆଦି ପିନ୍ଧି ନଥିଲେ ।

କୃଷି କାର୍ଯ୍ୟାଳୟରେ ଜନୈକ କର୍ମଚାରୀଙ୍କ କରୋନା ପଜେଟିଭ୍ ଚିହ୍ନଟ । କାର୍ଯ୍ୟାଳୟ ସିଲ୍

ନୀଳଗିରି,୨୮ (ନି.ପ୍ର) : ପହଂଚି କାର୍ଯ୍ୟାଳୟକୁ ଦେଇଥିବା ଜଣାପଡିଛି । ସୂଚନା ନୀଳଗିରି କୃଷି ଅଧିକାରୀ ସାନିଟାଇଜେସନ କରିବା ସହିତ ଆଉକି କର୍ମଚାରୀ(ପିଅନ) ଜଣଙ୍କ କାର୍ଯ୍ୟାଳୟରେ କଣେ ଅପରାହ୍ ୫ ଟାରୁ ୭୨ ଫଂଫା କର୍ମଚାରୀ(ପିଅନ) ପଜେଟିଭ ପଜେଟିଭ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ କାର୍ଯ୍ୟାଳୟକୁ ସିଲ କରିଛନ୍ତି । ଅପରପକ୍ଷରେ ନିଜେ କରିବାକୁ ପଡିବ ପରେ କର୍ମଚାରୀଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ କଣିଛନ୍ତି । ଅପରପକ୍ଷରେ କୃଷି କାର୍ଯ୍ୟାଳୟର ସମସ୍ତ କର୍ମଚାରୀଙ୍କୁ ହୋମ କ୍ୱାରେନଟାଇନ ରେ ରହିବାକୁ ଉପଜିଲ୍ଲାପାଳ ନିର୍ଦ୍ଦେଶ ଜଣାପଡିଛି ।

ଜାତୀୟ ଶିକ୍ଷାନୀତି ବାତିଲ୍ ଦାବିରେ ଏ.ଆଇ.ଏସ୍.ଏଫ୍.ର ପ୍ରତିବାଦ

ଭୁବନେଶ୍ୱର,୨୮ (ନି.ପ୍ର) : ଜେନା କହିଛନ୍ତି ଶିକ୍ଷାର କେନ୍ଦ୍ରୀକରଣ,ଧର୍ଯାଭିମୁଖୀକରଣ, ବ୍ୟବସାୟୀକରଣ ଓ ସାମ୍ପ୍ରଦାୟିକରଣ ପାଇଁ ମାର୍ଗ ପ୍ରଣୟ କରିଛି ।ଯଯଭବଶିକ୍ଷା କ୍ଷେତ୍ରରେ ସର୍ବୋଚ୍ଚ ସଂସ୍ଥାମାନଙ୍କୁ ଭାଙ୍ଗି କେବଳ ଗୋଟିଏ ସଂସ୍ଥା ଏଚ୍.ଇ.ସି.ଆଇ ଗଠନ କରି ଅଧକ୍ଷ ଦରେ ପ୍ରଧାନମନ୍ତ୍ରୀ ଓ ସମୁଦାୟ ୧୨ଜଣିଆ କମିଟିରେ ମାତ୍ର ଦୁଇଜଣ ଶିକ୍ଷା ଗବେଷକ ରହିବାର ନିଷ୍ପତି ଉଚ୍ଚଶିକ୍ଷାକୁ ଧ୍ୱଂସାଭିମୁଖୀ କରାଇବ । ୧୦୦ଟି ବିଦେଶୀ ବିଶ୍ୱବିଦ୍ୟାଳୟ ଭାରତରେ ଶାଖାଖୋଲିବା ନିଷ୍ପତି ଓ ଅନ୍ ଲାଇନ୍ ଶିକ୍ଷାକୁ ପ୍ରାଧାନ୍ୟ ଦିଆଯିବ ନିଷ୍ପତି ଶିକ୍ଷାକୁ ସଂପୂର୍ଣ୍ଣ ସରକାରଙ୍କ କର୍ପୌରେଟ୍ ପ୍ରମେ ଖଣ୍ଡ କଣାପଡୁଥିବା ଏଫର ଶିକ୍ଷାନୁଷ୍ଠାନମାନଙ୍କୁ ଫାଇନାନ୍ସିଆଲ୍ ଅଟୋନୋମି ଦିଆଯିବା ଅର୍ଥ ଡିଂ ରାଜ୍ୟ ସଭାନେତ୍ରୀ ସଙ୍ଘମିତ୍ରା

ଓଏମସିକୁ ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀଙ୍କ ପ୍ରଶଂସା

ଭୁବନେଶ୍ୱର,୨୮ (ନି.ପ୍ର) : ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀ ନବୀନ ପଟ୍ଟନାୟକ କୋଭିଡ୍-୧୯ ସ୍ଥିତିରେ କାର୍ଯ୍ୟ କରୁଥିବା ନିକର କର୍ମଚାରୀମାନଙ୍କ ପାଇଁ ରାଜ୍ୟର ୪ଟି ସ୍ଥାନ ଯଥା ଭୁବନେଶ୍ୱର, ବୈତାଳୀ, ବକ୍ସିଶ କଳାପାଣି ଓ ଗଞ୍ଜମାର୍କନଠାରେ ନିକସ୍ କୋଭିଡ୍ କେୟାର ହୋମ୍ ପ୍ରତିଷ୍ଠା କରିସିବାକୁ ଓଡ଼ିଶା ଖଣି ନିଗମ (ଓ.ଏମ୍.ସି)କୁ ପ୍ରଶଂସା କରିଛନ୍ତି । ଏହି କୋଭିଡ୍ କେୟାର ହୋମଗୁଡ଼ିକ ସକ୍ରିତ୍/ପରିଚିତ୍ ଚିହ୍ନଟ ରୋଗୀମାନଙ୍କୁ ଘରୋଇ ପ୍ରଥକବାସ ପୁରୁିଆ ସହିତ ରହିବା ବ୍ୟବସ୍ଥା ଯୋଗାଇଦେଇ ମହାମାରୀ ମୁକାବିଲାରେ ଓଡ଼ିଶାର ସଂଗ୍ରାମକୁ ସୁଦୃଢ଼ କରିବ ବୋଲି ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀ କହିଛନ୍ତି ।

