

ଲଙ୍ଗ୍ ସ୍ୱର୍ଣ୍ଣ ଟ୍ରେସ୍

ଲଙ୍ଗ୍ ସ୍ୱର୍ଣ୍ଣ ଟ୍ରେସ୍ରେ ରହିଛି । ଏଥିନିକ୍ ଏବଂ କାଳୁଆଲ୍ ଉଭୟ ଆଉଟଫିଟ୍ ସହିତ ଲଙ୍ଗ୍ ସ୍ୱର୍ଣ୍ଣ ପିନ୍ଧିପାରିବେ । ଏଥିରେ ଏକ ଫ୍ୟୁଜନ କମ୍ପିନେସନ ମଧ୍ୟ ବନେଇ ପାରିବେ । କଲରଫୁଲ୍, ଫ୍ଲୋର, ଫ୍ଲୋରାଲ୍ ଏବଂ ଡବଲ୍ ସାଇଡେଡ୍ ସ୍ୱର୍ଣ୍ଣ ଖୁବ୍ ଝାଲିକି ଲାଗିଥାଏ ।



ସିକନ୍ ଅନୁସାରେ ଝାଲି ବନାନ୍ତୁ:

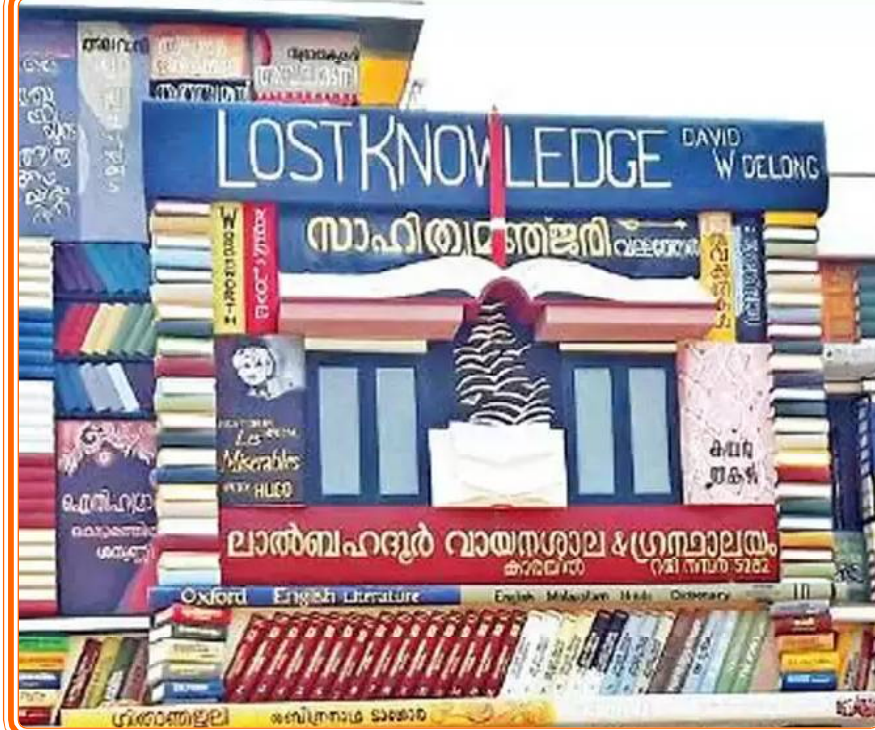
- ◆ ଉଷ୍ଣ- ଷ୍ଟେସର୍ସ ଲୁଗା ପାଇଁ ମ୍ୟାଟ୍ରି ଟ୍ରେସ୍ ବା କୁର୍ତ୍ତା ସହିତ ଟିମ୍ ଅପ୍ କରାଯାଉଥିବା ଲଙ୍ଗ୍ ସ୍ୱର୍ଣ୍ଣ । ଏଥିରେ ଆପଣ ପରଫେକ୍ଟ ଫ୍ୟୁଜନ୍ ଲୁଗା ପାଇପାରିବେ । କ୍ଲସ୍ ଟପ୍ ଏବଂ ଷ୍ଟର୍ଟ୍ ସହିତ ପିନ୍ଧନ୍ତୁ । ପାଳାକୋ ପିନ୍ଧୁଥିଲେ ହାଲ-ଲୋ କିମ୍ବା ଫୁଷ୍ ଓପନ୍ ଲଙ୍ଗ୍ ସ୍ୱର୍ଣ୍ଣ ଲେୟାରିଙ୍ଗ୍ ଭଳି ଅପସର୍ବ ହେବ ।
- ◆ ପାର୍ଟିରେ ସ୍ୱିମ୍ ସର୍ଟ୍ ଟ୍ରେସ୍ ପିନ୍ଧିବାକୁ ଚାହୁଁଥିଲେ, ଲଙ୍ଗ୍ ସ୍ୱର୍ଣ୍ଣ କାମରେ ଆସିଥାଏ । ସେହିପରି ହର୍ସ୍ ପ୍ୟାକ୍, ସର୍ଟ୍ ଷ୍ଟର୍ଟ୍ ସହିତ ମଧ୍ୟ ପେୟାର କରାଯାଉଛି ।
- ◆ ବଡ଼ିକନ୍ ଟ୍ରେସ୍, ଟି ସାର୍ଟ୍, ସର୍ଟ୍ ଏବଂ ଜମ୍ପସ୍ୱେଟ୍ରେ ଲଙ୍ଗ୍ ସ୍ୱର୍ଣ୍ଣ ଟ୍ରାପ୍ କରନ୍ତୁ । ଯଦି ଆପଣଙ୍କ ଉଚ୍ଚତା ଛୋଟ ତା'ହେଲେ ଟିକା କରିବାର ନାହିଁ, ସର୍ଟ୍ ସହିତ ଏହାକୁ ପିନ୍ଧିପାରିବେ । ତା' ସହିତ ହାଲ୍ ହିଲ୍ ପିନ୍ଧିବାକୁ ଭୁଲିବେ ନାହିଁ । ହେୟାର ଝାଲିକରେ ଅପର ବନ୍ଦ ବନାନ୍ତୁ । ଏଥିରେ ଆପଣ ଲମ୍ବା ଦେଖାଯିବେ ।
- ◆ କାଳୁଆଲ୍ ଲୁଗା ପାଇଁ ସର୍ଟ୍ ସହିତ ଲଙ୍ଗ୍ ସ୍ୱର୍ଣ୍ଣ ଟିମ୍ ଅପ୍ କରନ୍ତୁ । ଏହାକୁ ଆପଣ ବିଡ୍ ଫ୍ରିୟର ରୂପେ ମଧ୍ୟ ପିନ୍ଧିପାରିବେ । ସେମି ଫର୍ମାଲ୍ ଲୁଗା ପାଇଁ ଜିନ୍ ଏବଂ କୁର୍ତ୍ତା ସହିତ ପିନ୍ଧିପାରିବେ । ସାଲ୍ଡାୟାର କମିକ୍ ଏବଂ ଗାଉନରେ ଲଙ୍ଗ୍ ଫ୍ଲୋର୍ କଲର୍ଡ୍ ସ୍ୱର୍ଣ୍ଣ କମ୍ପିନେସନ୍ ସ୍ୱତନ୍ତ୍ର ଅବସରରେ କ୍ଲାସି ଲୁଗା ଦେଇଥାଏ ।



◆ ଏହା ସହିତ ଲଙ୍ଗ୍ ଟେଡ୍ ପେଣ୍ଟେଡ୍ ଭଳି ମାରିଥାଏ । ଯଦି ବଡ଼ିକନ୍ ଟ୍ରେସ୍ ସହିତ ଲଙ୍ଗ୍ ସ୍ୱର୍ଣ୍ଣ ପିନ୍ଧୁଛନ୍ତି, ତୋକର କିମ୍ବା ଟ୍ରାଉସର ଲୁପ୍‌ଲାଇନ୍ କ୍ୟାରି କରନ୍ତୁ । ସର୍ଟ୍ ଏବଂ ଅପ୍ ସୋଲ୍ଡର ଟପ୍ରେ ତୋକର ଏବଂ ନେକପିସ୍ ସୁନ୍ଦର ଲାଗିଥାଏ । ଚାହିଁଲେ କେବଳ ଝାଲି ଷ୍ଟେଟମେଣ୍ଟ ଉତ୍ତରାରିକ୍ ମଧ୍ୟ ପିନ୍ଧିପାରିବେ ।

◆ ପାର୍ଟି ଏବଂ ଆଉଟ୍‌ରିଙ୍ଗରେ ବ୍ରାଉନ୍ କଲରର ସ୍ୱର୍ଣ୍ଣ ନିଅନ୍ତୁ । ଅରେଞ୍ଜ ସେଡ୍ ଟ୍ରେସ୍ରେ ରହିଛି । ପ୍ରିଣ୍ଟେଡ୍ ଏବଂ ଟେକ୍ସ୍ ସ୍ୱର୍ଣ୍ଣ ପିନ୍ଧିପାରିବେ । ନାଇଟ୍ ପାର୍ଟି ପାଇଁ ମେଟାଲିକ୍ କଲର ଭଳି ମାରିଥାଏ ।

ବହି ଆକର୍ ପାଠାଗାର



ସବୁ ପାଠାଗାରରେ ବହି ଆକର୍ ଥାଏ ସତ ହେଲେ ଖୁବ୍ କମ୍ ପାଠାଗାର ବିଶାଳ ବହି ଆକରେ ନିର୍ମିତ ହୋଇଥିବାର ଭ୍ରମ ସୃଷ୍ଟି କରେ । କେବଳ କାନ୍ଥର କିଲ୍ଲା କାନ୍ଥାୟିକରେ ରହିଛି ଏପରି ଏକ ସର୍ବସାଧାରଣ ପାଠାଗାର । 'ଲାଇ ବାହାଦୂର ଶାସ୍ତ୍ରୀ ବନ୍ଦନଶାଳା ଆଣ୍ଡ ଗ୍ରନ୍ଥାଳୟ' ନାମକ ଉଚ୍ଚ ପାଠାଗାର ଅଲୀକା ଚାରିପଟେ ୪୦୦ଟି (ପୁସ୍ତକ ମଲାୟମ୍ ଭାଷାର) ପୁସ୍ତକ ପ୍ରକ୍ଷେପ ଶୋଭା ପାଉଛି । ପାଠାଗାରର ଉଚ୍ଚତା ମଧ୍ୟ ରୋଚକ । ରାଜ୍ୟବ୍ୟାପୀ 'ଗ୍ରନ୍ଥାଳୟ ବ୍ୟାନ୍' ପାଠାଗାର । ସେହି କାରଣକୁ କେବଳରେ ରହିଛି ୮,୫୦୦ରୁ ଅଧୋକଳ କାଳରେ ୧୯୬୭ ମସିହାରେ ଏହାର ଲୋକପଣ ହୋଇଥିଲା । ପ୍ରାୟ ଏକ ଦଶନ୍ଧି ପୂର୍ବରୁ ରାଜ୍ୟର ନିର୍ମାଣ ପାଇଁ ପୁରୁଣା ପାଠାଗାର କୋଠାକୁ ଭାଙ୍ଗି ଦିଆଯିବା ପରେ କିଛି ବର୍ଷ ଉଡ଼ି । ପରେ ପାଠକଙ୍କୁ ସେବା ଯୋଗାଇ ଦିଆଯାଇଥିଲା । ପରେ ୪୦ ଲକ୍ଷ ଟଙ୍କାର ପାଣ୍ଠି ସଂଗ୍ରହ କରି ଏହି ନୂଆ କୋଠାର ପରିକଳ୍ପନା କରାଗଲା । ସୁପରି କେଶୋରୀ ଭୋଗାଳ ଡିଜାଇନରେ ନିର୍ମାଣ ପରେ ଗତ ବର୍ଷ ଏହାର ଉଦ୍ଘାଟନ କରାଯାଇଛି । କେବଳ ପରମ୍ପରା ଓ ପାଠାଗାର ମଧ୍ୟରେ ସମ୍ପର୍କ ଖୁବ୍ ଘନିଷ୍ଠ । ସେହି କାରଣକୁ କେବଳରେ ରହିଛି ୮,୫୦୦ରୁ ଅଧୋକଳ କାଳରେ ୧୯୬୭ ମସିହାରେ ଏହାର ଲୋକପଣ ହୋଇଥିଲା । ପ୍ରାୟ ଏକ ଦଶନ୍ଧି ପୂର୍ବରୁ ରାଜ୍ୟର ନିର୍ମାଣ ପାଇଁ ପୁରୁଣା ପାଠାଗାର କୋଠାକୁ ଭାଙ୍ଗି ଦିଆଯିବା ପରେ କିଛି ବର୍ଷ ଉଡ଼ି । ପରେ ପାଠକଙ୍କୁ ସେବା ଯୋଗାଇ ଦିଆଯାଇଥିଲା । ପରେ ୪୦ ଲକ୍ଷ ଟଙ୍କାର ପାଣ୍ଠି ସଂଗ୍ରହ କରି ଏହି ନୂଆ କୋଠାର ପରିକଳ୍ପନା କରାଗଲା । ସୁପରି କେଶୋରୀ ଭୋଗାଳ ଡିଜାଇନରେ ନିର୍ମାଣ ପରେ ଗତ ବର୍ଷ ଏହାର ଉଦ୍ଘାଟନ କରାଯାଇଛି । କେବଳ ପରମ୍ପରା ଓ ପାଠାଗାର ମଧ୍ୟରେ ସମ୍ପର୍କ ଖୁବ୍ ଘନିଷ୍ଠ । ସେହି କାରଣକୁ କେବଳରେ ରହିଛି ୮,୫୦୦ରୁ ଅଧୋକଳ କାଳରେ ୧୯୬୭ ମସିହାରେ ଏହାର ଲୋକପଣ ହୋଇଥିଲା ।

ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ଟିପ୍ପଣୀ

କୋଷ୍ଠକାଠିନ୍ୟ ରକ୍ଷା ପାଇବା ପାଇଁ ଶାନ୍ତ୍ୟାବାଦରେ ସତେଜ ରହନ୍ତୁ । ଦିନରେ ଦୁଇ ଥର ଫଳ, ତିନିଟି ଚାରି ଥର ପନିପରିବା ଖାଆନ୍ତୁ । ଅମୃତଭଣ୍ଡା, ସେଓ, କଦଳୀ, ପିଜୁଳି, କମଳା, ନାସପାତି ଓ ତାଳିନ୍ଦ ଖାଆନ୍ତୁ । ସେଓ, ପିଜୁଳି ଓ ନାସପାତି ଚୋପା ନ ଛଡ଼ାଇ ଖାଆନ୍ତୁ । ପାଳଙ୍ଗ, ବଧୂଆ, କୋଶଳା, ଖଡ଼ା ଓ ମେଥି ଶାଗ ଖାଆନ୍ତୁ । ବିନ୍ଦୁ, ମଟର ଛୁଇଁ, ବନ୍ଧାକୋବି, ଆଳୁ, ମୂଳ, ଗାଜର, କଞ୍ଚା ଅମୃତଭଣ୍ଡା, କଞ୍ଚା କଦଳୀ କୋଷ୍ଠକାଠିନ୍ୟ ସମସ୍ୟା ଦୂର କରେ । ପ୍ରତି ଦିନ ଦୁଇ ଥର ତାଳି ଖାଆନ୍ତୁ । ଅକାଣ୍ଡିଆ ଚାଉଳର ଭାତ, ଅପା ରୁଟି, ଦଲିଆ, ସୁଜି ଆଦି ଉପକାରୀ । ଫଳ ରସ, ମଇଦା ରୁଟି ପରଦା, ବିଷୁର, ପାଣ୍ଡା, ନୁହୁଲସ, ନାନ ଖାଆନ୍ତୁ ନାହିଁ । ନିୟମିତ ଔଷଧୀୟ ଲାଗୁକାଟିକ୍ ଖାଆନ୍ତୁ ନାହିଁ । ଉଦ୍‌ବଗୁଳ ଖାଇପାରିବେ । ରାତିରେ ୧୦-୧୫ଟି କଳା କିସମିସ ବା ୩-୪ଟି ଶୁଖିଲା ତିମିରି ଉଷୁମ ପାଣିରେ ବତୁରାନ୍ତୁ । ସକାଳେ ପାଣି ସହ ଭଲ ଭାବେ ଚୋବାଇଖାଆନ୍ତୁ । ସର୍ବଦା ଖାଦ୍ୟ ଧୀରେ ଚୋବାଇ ଚୋବାଇ ଖାଆନ୍ତୁ । ୮-୧୦ ଗ୍ଲାସ୍ ପାଣି ପିଅନ୍ତୁ । ଉଷୁମ ଲେଣୁ ପାଣି ପରିବା ସୁସ୍ଥ ପିଅନ୍ତୁ । ଉଷୁମ ଲେଣୁ ପାଣି ଓ ପରିବା ସୁସ୍ଥ ପିଅନ୍ତୁ । ଦୈନିକ ବ୍ୟାୟାମ କରନ୍ତୁ ।

ମିସନ୍ ନ୍ୟୁଟ୍ରିସନ୍

କରୋନା ସଙ୍କଟର ଏହି ସମୟରେ ଅନେକ ବଳିଭଡ଼ ସେଲିବ୍ରିଟି ପାଇଁ ଆଗେଇ ଆସୁଛନ୍ତି । ସୋନୁ ସୁଦ୍, ଅକ୍ଷୟ କୁମାର ପ୍ରମୁଖ ଏ ଉଲ୍ଲେଖନୀୟ କାମ କରିଥିବାବେଳେ ସେହି ଚାଲିକାରେ ଏବେ କଳାକାର ସାମିଲ ହୋଇଛନ୍ତି । ସେ ହେଉଛନ୍ତି ଜ୍ୟାକଲିନ୍ ଫର୍ଣ୍ଣାଣ୍ଡିଜ୍ । ଅଗଷ୍ଟ ୧୧ ରେ ତାଙ୍କ ଅବସରରେ ମହାରାଷ୍ଟ୍ର ୨ଟି ଗାଁ ପାଥରଟି ବର୍ଷ ପାଇଁ ପୋଷ୍ୟ ଭାବେ ଗୃହଣ ନିଷ୍ପତ୍ତି ନେଇଛନ୍ତି । ପୃଷ୍ଠହୀନତାର ଏହି ଦୁଇ ଗାଁର ଲୋକଙ୍କୁ ସେ ଯୋଗାଇଦେବେ । ଏ ସମ୍ପର୍କରେ କିଛି ଦିନ ହେଲା ମୁଁ କରୁଥିଲି । କରୋନା ସର୍ବନିମ୍ନ ଆବଶ୍ୟକତା କରୁଛନ୍ତି । ଏହି ପ୍ରକଳ୍ପ ୧୫,୫୦୦ ଜଣଙ୍କର ବାର୍ଷିକ ପୃଷ୍ଠହୀନତାର ଶିକାର ସେମାନଙ୍କ ପାଇଁ ସଚେତନତାପୂର୍ଣ୍ଣକ ହେବ । ନବଜାତକଙ୍କ ଯତ୍ନ ନେବାକୁ ବିଭିନ୍ନ ସୂଚନା ଦିଆଯିବା ସହ ସହାୟତା ଭାବେ ୨୦ ପରିବାରର ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟାବସ୍ଥା ଉପରେ ପୃଷ୍ଠହୀନତାରୁ ରକ୍ଷା ପାଇବା ଲାଗି ସେମାନଙ୍କୁ କରାଯିବ । ସେହିପରି ୨୦ କିଟେନ୍ ଗାଡେଟ୍ ଚାର୍ଜେଟ୍ ରହିଥିବା ସେ କହିଛନ୍ତି । ଆଗକୁ ଲକ୍ଷ୍ୟ ରାଜ ଆନନ୍ଦଙ୍କ 'ଆବାକ୍'ରେ ମିଳିବ । ସେଥିରେ ତାଙ୍କ ସହ ଜନ ଆତ୍ମାସକ୍ତି କରିବେ । ଏହା ଜନ୍-ଜ୍ୟାକଲିନ୍ ଯୋଡ଼ିବ ହେବ । ସେମାନେ 'ହାଉସଫୁଲ୍-୨' ୨'ରେ କାମ କରିସାରିଛନ୍ତି ।



ଲୋକଙ୍କ ସହାୟତା କ୍ଷେତ୍ରରେ ଆଉ କଣେ ଅଭିନେତ୍ରୀ ଜନ୍ମଦିନ ଏବଂ ସକ୍ଷମତା ୩ କରିବାକୁ ଜ୍ୟାକଲିନ୍ ଶିକାର ହୋଇଥିବା ଶାନ୍ତ୍ୟାବାଦୀ ଜ୍ୟାକଲିନ୍ କହିଛନ୍ତି, ଏକଥା ତିକା ଯୋଗୁ ବହୁ ଲୋକ ପୁରଣ ପାଇଁ ସଂଘର୍ଷ ଅନୁସାରେ ମୁଁ ପ୍ରାୟ ନେବି । ପିଲାଙ୍କ ସହ ଲୋକଙ୍କର ଚିହ୍ନଟ କରାଯିବ । କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ ଅନୁସାରେ ୧୫୦ ମହିଳାଙ୍କୁ କରାଯିବ । ପ୍ରାଥମିକ ନିକର ରଖାଯିବ । ସାହାଯ୍ୟ କରାଯିବାକୁ ଜ୍ୟାକଲିନ୍ଙ୍କୁ ଦେଖିବାକୁ ଶୁଣ୍ଠି ସେୟାର ଟୁଟାସ ଫିଲ୍ମ 'ରେସ୍-

ପଥର ଉପରେ ରୋଷେଇ !

ମୁସଲିମ୍ ଅନ୍ତର୍ଗତ ଭାୟଖଲାର ନଦୀ ସମ୍ପର୍କରେ ଖଣେ ପାଦକ । ସେ ହାଉସ୍‌ବାଦର ମୂଳ ବାସିନ୍ଦା । ସେ 'ହାଜୀ ଭାଇ ପଥର କେ ସନମ୍' ନାମରେ ପରିଚିତ । କାରଣ ସେ ପଥର ଉପରେ ହିଁ ରୋଷେଇ କରନ୍ତି । ରୋଷେଇରେ କୌଣସି ବାସନ୍ତ-ରୁସନ ବ୍ୟବହାର କରନ୍ତି ନାହିଁ । ତାଙ୍କ ପାଖରେ ସାତଟି ପଥର ସ୍ଲାବ୍ ଅଛି । ପ୍ରତିଦିନ ଦୈନିକ ଓ ପ୍ରସ୍ତୁ ଯଥାକ୍ରମେ ଦୁଇ ଏବଂ ଅକ୍ଟେଡ୍ ଫୁଟ୍; ଓକନ ପରାଶ କିଲୋଗ୍ରାମ୍ । କୁକୁଡ଼ା ମାଂସ, ମାଛ ମେଣ୍ଡା ଓ ଛେଳି ମାଂସ ଆଦି ପାଇଁ ଅଲଗା ଅଲଗା ପଥର । ସେଗୁଡ଼ିକ ସହଜ ଆରବରୁ ଆମଦାନି କରିଛନ୍ତି । ଏକ ଲୁହା ଝାଣ୍ଡୁ



ଉପରେ ପଥର ସ୍ଲାବ୍ ରଖି, ସେ କୋଇଲା ଆଞ୍ଚରେ ରାନ୍ଧନ୍ତି । ନଦୀସକ୍ ଦ୍ୱାରା ପ୍ରସ୍ତୁତ ସମସ୍ତ ଖାଦ୍ୟର ନାମ ପୂର୍ବରୁ 'ପଥର' ଉପରେ ଲାଗେ; ଯଥା- 'ପଥର କା ମୁଗି', 'ପଥର କା କୋରମା' । ନଦୀ ସ ଏକଦା ସାହରା ଆରବରେ କାମ କରୁଥିଲେ । ସେଠାରେ ଆରବୀ ବେଦୁନନାନଙ୍କଠାରୁ ପଥର ଉପରେ ରନ୍ଧନ ପଦ୍ଧତି ଶିଖିଥିଲେ । ଭାରତ ଫେରିବା ପରେ ଏହି ନିଆରା ବ୍ୟବସାୟ ଆରମ୍ଭ କରିଥିଲେ ।



ବଫାଲୋ ଜଂପ୍

କାନାଡ଼ା ଅନ୍ତର୍ଗତ ଦକ୍ଷିଣ ଆଲବର୍ଟାର ଏକ ସ୍ଥାନର ନାମ 'ହେଡ୍-ସ୍ୱାସ୍‌-ଇନ ବଫାଲୋ ଜଂପ୍' । ରକ୍ତି ପର୍ବତ ପାଦଦେଶରେ ଅବସ୍ଥିତ ଏହି ସ୍ଥାନକୁ ୧୯୮୧ରେ ବିଶ୍ୱ ଐତିହ୍ୟର ମାନ୍ୟତା ମିଳିଥିଲା । ଏଠାରେ ଦେଖିବାକୁ ମିଳେ ଗୋଟିଏ ବଡ଼ କୁଦ, ଆଦିମ ଅଧିବାସୀଙ୍କର ଏକ ଶିବିରର ଧ୍ୱଂସାବଶେଷ, ବହୁ ସଂଖ୍ୟକ ଗନ୍ଧକ ବା ବଣ ମଇଁଷି ବା ଆମେରିକାନ୍ ବାଇସନ୍ କଳାକ ଏବଂ କିଛି ସଂକୀର୍ଣ୍ଣ ପାଦ- ଚଳା ରାସ୍ତା । ପ୍ରାୟ ଛଅ ହଜାର ବର୍ଷ ଧରି ଏଠାରେ ଗନ୍ଧକ ଶିକାର କରାଯାଇଥିଲା । ଗନ୍ଧକମାନଙ୍କର ପ୍ରକୃତି ବାବଦରେ ଆଦିମ ଅଧିବାସୀମାନେ ଭଲ ଭାବେ ଅବଗତ ଥିଲେ । ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ପଥ ଦେଇ ଗନ୍ଧକ ପଲକୁ ଏହି ସ୍ଥାନକୁ ଚଢ଼ିଆଣାଯାଇଥିଲା । 'ହେଡ୍-ସ୍ୱାସ୍‌-ଇନ ବଫାଲୋ ଜଂପ୍'ରେ ପହଞ୍ଚିବା ପରେ ସେମାନଙ୍କ ପକ୍ଷୀମାନଙ୍କର ସମସ୍ତ ବାଟ ବନ୍ଦ ହୋଇଯାଇଥିଲା । ଅଧିକାଂଶ ବନ୍ଧା-ଚକଟାରେ ମରୁଥିଲେ । ଯେଉଁତଳ ବର୍ତ୍ତିଯାଇଥିଲେ, ସଙ୍ଗେସଙ୍ଗେ ମାରିଦିଆଯାଉଥିଲା । ମାଂସ, ଚର୍ମ ଓ ଶିଙ୍ଗ ପାଇଁ ହିଁ ଶିକାର କରାଯାଉଥିଲା । ପଢ଼ିରୁଥିଲା କେବଳ କଳାକ ।



କୁହାଯାଏ ପ୍ରତି ବର୍ଷ ମାଉଷ ଏଭେରେଷ୍ଟ ଅଭିଯାନରେ ଯେତେକଣ ସାମିଲ ହୁଅନ୍ତି ତା'ଠାରୁ କମ୍ ଲୋକଙ୍କର ପାଦ ପଡ଼ିଥାଏ ଏହି ଗୁମ୍ଫାରେ । କାରଣ ଏଭେରେଷ୍ଟଠାରୁ ଆହୁରି ଦୁର୍ଗମ ଏହି ଗୁମ୍ଫା । ଭିଏତନାମ ଓ ଲାଓସ ସୀମାରେ ଅବସ୍ଥିତ ଏହି ଗୁମ୍ଫାର ନାଁ ହା' ସଂ ଟୁ' ବା ଟୁ' ଗୁମ୍ଫା ହେଉଛି ପୃଥିବୀର ସର୍ବବୃହତ ଗୁମ୍ଫା । ଭିଏତନାମର କୋୟା' ବିନ ପ୍ରଦେଶରେ ହୋଇ ହା କେ ବା' ଜାତୀୟ ଉଦ୍ୟାନରେ ଏହି ଦୁନପଥର ବା ଲାଇମ୍‌ଷୋନର ଗୁମ୍ଫାର ବୟସ ୨୦ଲୁ ୫୦ ଲକ୍ଷ ବର୍ଷ । ଦୀର୍ଘଦିନ ଧରି ଲୋକଲୋଚନର ଆହୁଆଳରେ ଥିବା ଏହି ଗୁମ୍ଫାକୁ ୧୯୯୧ ମସିହାରେ ଆବିଷ୍କାର କରିଥିଲେ ଜଣେ ସ୍ଥାନୀୟ କୃଷକ । ହୋ ହାନ ନାମକ ସେହି କୃଷକ ଦୁଷ୍ଟାପ୍ୟ କଢ଼ିବୁଟି ସନ୍ଧାନରେ ଗଭୀରର ଜଙ୍ଗଲ ମଧ୍ୟରେ ବୁଲୁଥିଲେ । ଅତୀତ ବୃଷି ଆରମ୍ଭ ହୋଇଥିବାରୁ ଆଶ୍ରୟ ସନ୍ଧାନ କଲା ବେଳେ ଦେଖିବାକୁ ପାଇଥିଲେ ଏହି ଗୁମ୍ଫା । ଗୁମ୍ଫା ଭିତରୁ ଜଳ ପ୍ରବାହିତ ହେଉଥିବାର ଶବ୍ଦ ବାରି ସେ ଆଗେଇ ଯାଇଥିଲେ । ଗୁମ୍ଫା ଭିତରେ ପ୍ରବେଶ କରି ସେ ଆଶ୍ଚର୍ଯ୍ୟ ହୋଇଯାଇଥିଲେ । କାରଣ ସେତେବେଳେ ଗୁମ୍ଫା ଭିତରେ ମେଘ ଜମିଥିଲା । ଗୁମ୍ଫା ଭିତର ଥିଲା ଅତି ଦୁର୍ଗମ । ଏହାର ୧୮ ବର୍ଷ ପରେ ପୁଣିଥରେ ଶିକାର କରିବାକୁ ଯାଇ ସେ ଏହି ଗୁମ୍ଫାର ସନ୍ଧାନ ପାଇଥିଲେ । ଏହି ବ୍ୟକ୍ତିକୁ ଜରିଆରେ ହିଁ ସାରା ବିଶ୍ୱବାସୀ ଜାଣିବାକୁ ପାଇଥିଲେ ଦୁର୍ନିଆର ଏହି ସର୍ବବୃହତ ଗୁମ୍ଫା ବିଷୟରେ । ବ୍ରିଟିଶ୍ ଗୁମ୍ଫା ବିସର୍ତ୍ତ ଅଭିଯାନୀମାନେ ଭିଏତନାମର ଏହି ଗୁମ୍ଫାରେ ୨୦୦୯ ମସିହାରେ ଅନୁସନ୍ଧାନ ଚଳାଇଥିଲେ । ସେମାନେ ଗୁମ୍ଫା ଭିତରେ ଏକ ବିଶାଳ ଲାଇମ୍‌ଷୋନର ପ୍ରସ୍ତର ଖଣ୍ଡ ଆବିଷ୍କାର କରିଥିଲେ । ଏହାର ନାମକରଣ କରାଯାଇଥିଲା ଗ୍ରେଟ୍ ଥ୍ରାଲ୍ ଅଫ୍ ଭିଏତନାମ । ଏହି ଗୁମ୍ଫା ପ୍ରାୟ ୬୬୦ ଫୁଟ୍ ଉଚ୍ଚ । ତରଫୁ ପ୍ରାୟ ୪୯୦ ଫୁଟ୍ । ୯ କିମି ଦୈର୍ଘ୍ୟ ବିଶିଷ୍ଟ ଏହି ଗୁମ୍ଫାଟିର ଛାତରେ ଦୁଇଟି ବିଶାଳ ଗହୁର ଅଛି ଯାହା ମଧ୍ୟ ଦେଇ ଗୁମ୍ଫା ମଧ୍ୟକୁ ସୂର୍ଯ୍ୟାଲୋକ ପ୍ରବେଶ କରିଥାଏ । ଗୁମ୍ଫା ମଧ୍ୟରେ ଉଦ୍ଭିଦର ବଂଶଦିଣ୍ଡର ହୋଇପାରିଛି । ୨୦୧୧ ମସିହାରେ ଜଣାପଡ଼ିଲା ଏହି ଗୁମ୍ଫାଟି

ଗୁମ୍ଫା ଭିତରେ ସୃଷ୍ଟି ହୁଏ ମେଘ !

ଭିଏତନାମର ଆଉ ଗୋଟିଏ ଗୁମ୍ଫା ସହିତ ସଂଯୁକ୍ତ । ବାହ୍ୟ ଜଗତରୁ ବିଚ୍ଛନ୍ନ ଏହି ଗୁମ୍ଫା ଏହି ଗୁମ୍ଫାର ନିକଟ ପାଣିପାଗ ଚଳୁ ଅଛି । ଗୁମ୍ଫାର 'ଆକାଶ'ରେ ତିଆରି ହୁଏ ମେଘ । ନିଜ ନିୟମ ଅନୁସାରେ ଚାଲେ ଗୁମ୍ଫା ଜୀବନ । ଭିତରେ ଛୋଟ ନଦୀ ପ୍ରବାହିତ ହେଉଥିବାରୁ ଜଳୀୟ ବାଷ୍ପର ଅଭାବ ହୁଏନାହିଁ । ଫଳରେ ମେଘ ତିଆରି ହେବାର ସବୁ ଉପାଦାନ ମହଜୁଦ ଥାଏ ଏହି ଗୁମ୍ଫାରେ । ଏହା ମଧ୍ୟକୁ ସାମିତ ସଂଖ୍ୟକ ପର୍ଯ୍ୟଟକ ଯିବାର ଅନୁମତି ଅଛି । ପରିବେଶବିଦ୍‌ମାନେ କୁହନ୍ତି ଏହି ଗୁମ୍ଫାକୁ ପର୍ଯ୍ୟଟନସ୍ଥଳୀ ଭାବେ ଘୋଷଣା କରାଯିବା ପରଠାରୁ ପ୍ରକୃତିର ଏହି ଅନୁଜ୍ୟ ସଂପଦ ଉପରେ ବିପଦର ବାଦଳ ଘନେଇ ଆସିଛି ।



ମହିଳାଙ୍କ କଟିବାତ ବା ଆଧରା ରୋଗ



ଆମ ଘରେ କାମବାନରେ ସାହାଯ୍ୟ କରୁଥିବା ଚମ୍ପାବତୀ କେଜାଣି କାହିଁକି ଆମକୁ ନକଣାଇ ଦୁଇଗାରି ଦିନ ଆସିଲା ନାହିଁ । ଘରେ ତା' ସହ ମୁଁ କିଛି ସମସ୍ୟା କାଟିଥାଏ । ଦୀର୍ଘଦିନ ଧରି ତାକୁ ନଦେଖିବାକୁ ଖବର ନେବାକୁ ଜାଣିଲି ଯେ, ତାର ଅଧିକାର ସମସ୍ୟା କଟିକ ହୋଇଯାଇଛି । ସପ୍ତାହ ପରେ ସେ ଆସି ତାର ଯନ୍ତ୍ରଣା ସବୁ ମୋତେ ଗପି ଚାଲିଲା । ମୁଁ ତାକୁ କହିଲି 'ମୁଁ ଜଣେ ସ୍ତ୍ରୀ ଓ ପୁଅପୁଅ ରୋଗ ବିଶେଷଜ୍ଞ ହେଲେ ମଧ୍ୟ ଏ ସମ୍ବନ୍ଧରେ ସବିଶେଷ ଜାଣିଛି, ତୁମେ ମୋତେ ପୂର୍ବରୁ

କ'ଣ ପାଇଁ ଜଣାଇ ନଥିଲୁ ?' ଦେହର କଫ ଓ ଗୋଡ଼ର ପଛପଟେ ଥିବା ସାୟାଟିକ୍ ସ୍ତ୍ରୀୟ ଦୁର୍ବଳ ହୋଇ ବିକା ହେଲେ, କଟିବାତ ବା ଅଧିକାର ରୋଗ ଆରମ୍ଭ ହୋଇଥାଏ । କଟିଦେଶରେ ଯନ୍ତ୍ରଣା ହେବା ଦ୍ୱାରା ଅଧିକାର, କଟିଶୂଳ ଏବଂ କଟିବାତ ରୋଗ ସୃଷ୍ଟି ହୋଇଥାଏ । ସାଧାରଣତଃ ଏହାକୁ ଅଧିକାର ରକ୍ତ ପଶିବା ଏବଂ ବାୟୁ ଅବକିରା ବୋଲି କୁହାଯାଏ । ଶାରୀରିକ ପରିଶ୍ରମ କରୁଥିବା, ଗ୍ରାମଜନ ଜୀବନ ଓ କର୍ମଜୀବୀ ମହିଳାମାନେ ଅଧିକାର ଏହି ଯନ୍ତ୍ରଣାର ଶିକାର ହୋଇଥାନ୍ତି ।

କାରଣ: ଅଧିକାର ରୋଗ ହେବାର କୌଣସି ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ସମୟ ନଥାଏ । ଓଜନିଆ ଜିନିଷ ଚେକିଲେ, ଶରୀରର ବଳଠାରୁ ଅଧିକ ପରିଶ୍ରମ କରିବା, ବହୁ ସମୟ ଧରି ଅଧିକାରୀ ଚୋକିରେ ବସିବା, ଯାନବାହନରେ ଯା'ଆସ କରିବା, ଅସଫଳ ରାସ୍ତାରେ ଗାଡି ଚଳାଇବା, କୁଅକୁ ପାଣି କାଢିବା ଇତ୍ୟାଦି ଅଧିକାର ରୋଗର ମୁଖ୍ୟ କାରଣ । ଏହା ବ୍ୟତୀତ କୋଷ୍ଠକାଠିନ୍ୟ, ମେରୁହାତରେ ଯନ୍ତ୍ରଣାରୋଗ, ମେରୁହାତର ସ୍ତ୍ରୀୟ ବିଦ୍ୟୁତ୍ ଇତ୍ୟାଦି ଏହି ରୋଗର କାରଣ । ମୋଟା ସ୍ତ୍ରୀ ଲୋକ ଏବଂ ସନ୍ତାନର ଜନନୀ ଏହି ଅଧିକାର ରୋଗରେ ଅଧିକ ଆକ୍ରାନ୍ତ ହୋଇଥାଆନ୍ତି । ଏହା ଏକ ବାତଜନିତ ବ୍ୟାଧି । ରୋଗ ନିର୍ଣ୍ଣୟ ଏକଦେ ବାହା ଏହି ରୋଗ ନିରୂପଣ କରାଯାଇଥାଏ ।

ଲକ୍ଷଣ: ଅଧିକାର ରୋଗରେ ଯନ୍ତ୍ରଣା ବେଳେବେଳେ ମହିଳାଙ୍କ ପାଇଁ ଚାତୁରତା ହୋଇଥାଏ । ପଳରେ ମହିଳା ଜଣକ ଦୈନିକ କାର୍ଯ୍ୟ କରିବାକୁ ସକ୍ଷମ ହୋଇପାରେ ନାହିଁ । ରୋଗୀ ନର୍ତ୍ତ କରି କୌଣସି କାର୍ଯ୍ୟ କରିପାରେ ନାହିଁ । ଏପରିକି ଶୋଇବା, ନିଶ୍ୱାସ ମାରିବା, କଥା କହିବା, ହସିବା, କାଣିବା ଇତ୍ୟାଦିରେ ବହୁ କଷ୍ଟ ଅନୁଭବ କରିଥାଏ । ଗୋଟି ଝିନ ଝିନ ଲାଗିବା, ପାଦ ବଧୂର ଲାଗିବା ଇତ୍ୟାଦି ଏହାର ଲକ୍ଷଣ । ସାଧାରଣତଃ ମହିଳାମାନେ ଏହି ରୋଗର ଶିକାର ହୋଇଥାନ୍ତି ।

ଚିକିତ୍ସା: ରୋଗୀ ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ବିଶ୍ରାମ ନେବା ସହ ଅଧିକାର ଗରମ ପାଣି ଚିପୁଡି ସେକ ଦେବା ଆବଶ୍ୟକ । ଘର ଓଜାଲବା ଏବଂ ଘର ପୋଛିବା ବେଳେ ସାଧାରଣତଃ ସହ କରିବେ । ଚିକିତ୍ସା ଭଲ ଲାଗିଲେ ଫିଜିଓଥେରାପି କରିବେ । ଏଥିସହିତ ପେଟର କରି ଶୋଇ ଗୋଟିଏ ଗୋଟକୁ ସିଧାକରି ଉପରକୁ ଉଠାଇବେ ଏବଂ ଅନ୍ୟ ଗୋଟକୁ ସେହିପରି କରିବେ । ମୁଣ୍ଡ ଓ କାନ୍ଧକୁ ଏକାବେଳେକେ ଉପରକୁ ଉଠାଇବେ ଏବଂ ତଳକୁ କରିବେ । ଚିତ୍ ହୋଇ ଶୋଇବେ । ଦୁଇ ଗୋଟକୁ ଆଖି ପାଖରୁ ଭାଙ୍ଗି ଛାଡିଲେ ଲଗାଇବେ ଏବଂ ସିଧା କରିବେ । ଏପରି ବ୍ୟାୟାମ, ପତି ବାନ୍ଧିବା ଏବଂ ଔଷଧ ଖାଇବା ଦ୍ୱାରା ଅଧିକାରୀ ଭଲ ହୋଇଥାଏ । ବେଳେବେଳେ କେତେକଜଣଙ୍କର ଅଧିକାର ଅସ୍ତ୍ରୋପଚାର ଦରକାର ହୋଇଥାଏ । ତେବେ ପ୍ରାଥମିକ ଅବସ୍ଥାରେ ମହିଳାମାନେ ଡାକ୍ତରୀ ପରାମର୍ଶ ନେଲେ ଓ ଘରେ କାର୍ଯ୍ୟ କରୁଥିବାବେଳେ ବା କାର୍ଯ୍ୟ ସମୟରେ ଏହି ସତର୍କତା ଅବଲମ୍ବନ କଲେ ସେମାନଙ୍କ ପାଇଁ ଏହା ଯନ୍ତ୍ରଣାକାରକ ହୋଇନଥାଏ ।

ମିଠା ଖାଇବା ମାମଲାରେ ପୁରୁଷଙ୍କଠାରୁ ଆଗରେ ମହିଳା

ଅଧିକାରୀ ଲୋକ ଏହା ଭଲ ଭାବେ ଜାଣନ୍ତି ଯେ, ଅଧିକ ଚିନି କିମ୍ବା ମିଠା ଖାଇବା ସେମାନଙ୍କ ଶରୀର ଉପରେ ଖରାପ ପ୍ରଭାବ ପକାଇଥାଏ । ଏହାସତ୍ତ୍ୱେ ବହୁତ କମ୍ ଲୋକ ମିଠା ଠାରୁ ନିଜକୁ ଦୂରେଇ ପାରିନଥାନ୍ତି । ଗୋଟିଏ ପଡେ ଫଳ, ପରିପରିବା, ଦୁଗୁଜାତ ସାମଗ୍ରୀରେ ମିଠା ଅଂଶ ରହିଥିଲେ ବେଳେ ଆମେମାନେ ଅନ୍ୟ ମିଠା, ମିଠା ପାନୀୟ ଆଦିର ବ୍ୟବହାର କରି ଶରୀରରେ ମିଠା ମାତ୍ରାକୁ ବଢାଇଥାଉ । କୁହାଯାଏ ମହିଳାମାନେ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ପ୍ରତି ଅଧିକ ସଚେତନ ଥିବାରୁ ମିଠା ଠାରୁ ଦୂରେଇ ରୁହନ୍ତି । ମାତ୍ର ଏକ ସର୍ଭେରୁ ଜଣାପଡିଛି ଯେ, ମିଠା ଖାଇବା ମାମଲାରେ ପୁରୁଷଙ୍କ ଠାରୁ ତେଜ ଆଗରେ ଅଛନ୍ତି ମହିଳା ।

ଇଣ୍ଡିଆନ୍ କାଉନସିଲ୍ ଅଫ୍ ମେଡିକାଲ ରିସର୍ଚ୍ଚ ଏବଂ ଏନ୍‌ଆଇଏନ୍‌ ହାଇଡ୍ରୋଲିକ ପକ୍ଷରୁ ଦେଶର ୭ଟି ପ୍ରମୁଖ ସହରରେ ଏକ ସର୍ଭେ କରାଯାଇଥିଲା । ସର୍ଭେରୁ ଜଣାପଡିଛି ଯେ, ଏହି ମହାନଗରରେ ଚିନିର ହାରାହାରି ବ୍ୟବହାର ପ୍ରତି ମୁଣ୍ଡ ପିଛା ୧୯.୫ ଗ୍ରାମ ରହିଛି । ପୁରୁଷ ମାନେ ପ୍ରତିଦିନ ହାରାହାରି ୧୮.୭ ଗ୍ରାମ ଚିନି ପ୍ରତିଦିନ ସେବନ କରୁଥିଲେ ବେଳେ ମହିଳାମାନଙ୍କ ସେତୁରେ ଏହା ୨୦.୨ ଗ୍ରାମ । ଅନ୍ୟ ମେଟ୍ରୋ ସହର ଦୁଇନାରେ ମୁମ୍ବାଇରେ ହାରାହାରି ଦୈନିକ ଚିନି ବ୍ୟବହାର ପରିମାଣ ହେଉଛି ୨୬.୭ ଗ୍ରାମ । ଅହମ୍ମଦାବାଦରେ ଏହା ୨୫.୯ ଗ୍ରାମ, ଦିଲ୍ଲୀରେ ୨୩.୨ ଗ୍ରାମ ପ୍ରତିଦିନ । ସର୍ଭେରୁ ଜଣାପଡିଛି ଯେ, ଛୋଟପିଲା ନୁହେଁ ବୟସ୍କମାନେ ମଧ୍ୟ ସବୁଠୁ ଅଧିକ ମିଠା ସେବନ କରୁଛନ୍ତି ।



ଅତ୍ୟାଧୁନିକ ବାଇଓନିକ୍ ଚେୟାର

ବ୍ୟସ୍ତବହୁଳ ଜୀବନରେ ବିଭିନ୍ନ କାମ ନିମନ୍ତେ ଆମକୁ ଯା ଆସ କରିବାକୁ ପଡିଥାଏ । କେତେକ ପିରସ୍ଥିତିରେ ଆମେ ପହଞ୍ଚିବା ପରେ ବସିବା ପାଇଁ ସ୍ଥାନଟିଏ ପାଇନଥାଉ । ଅଧିକ ସମୟ ଛିଡା ହେଲେ ଅଧିକାଂଶ ସହ ଗୋଟ ମଧ୍ୟ ବିକା ହୁଏ । ଏକ ସମସ୍ୟାର ସମାଧାନ କରିଛନ୍ତି କାନାଡାର ଜର୍ଜିନିୟର ବକ । ଏଭଳି ଏକ ଚେୟାର୍ ଡିଜାଇନ୍ କରିଛନ୍ତି, ଯାହାକୁ ଆମେ ପୋଷାକ ଭଳି ପିନ୍ଧିପାରିବା । ଏହାର ନାମ 'ବାଇଓନିକ୍ ଲେନ୍ ଚେୟାର୍' ବିଆୟାଉଛି । ଫୋଲ୍ଡିଂ କରି ନିଜ ବ୍ୟାଗ୍‌ରେ ରଖିପାରିବା ସହ ଆବଶ୍ୟକ ସମୟରେ ଏହି ଚେୟାରକୁ ପିନ୍ଧିପାରିବେ । ଏହି ଚେୟାର୍ ମୂଲ୍ୟ ୯ ହଜାର ଟଙ୍କାରୁ ଆରମ୍ଭ ହୋଇଥିବା ପ୍ରକାଶ ।



ଅନେକ ରୋଗର ମହୌଷଧୀ ଏହି ଗଛର ପତ୍ର



କର୍ଣ୍ଣଆ ବା ତେଜୁଳି ଗଛର ପତ୍ର ଦ୍ୱାରା ତୃତୀୟ ଘଟକମାନଙ୍କର ରୋଗକୁ ରୋକା ଯାଇପାରିବ ଏବଂ ଏହାର ଲକ୍ଷଣରୁ ମଧ୍ୟ ମୁକ୍ତି ମିଳି ପାରିବ । ତେଜୁଳି ଗଛର ପତ୍ରରେ ଭିଟାମିନ ସି ଭରପୁର

ମାତ୍ରାରେ ରହିଥାଏ । ଯାହା ଦ୍ୱାରା କୌଣସି ସୂକ୍ଷ୍ମଜୀବୀ ସଂକ୍ରମଣରୁ ଶରୀରକୁ ରକ୍ଷା କରାଯାଇପାରିବ । ତେଜୁଳି ପତ୍ରରୁ ରସ ବାହାର କରି ଘା ରେ ଲଗାଇବା ଦ୍ୱାରା ତାହା ଶୀଘ୍ର ଶୁଖି ଯାଇ ଚୁଆ କୋଷିକା ମଧ୍ୟ ପ୍ରସ୍ତୁତ କରିଥାଏ । ତେଜୁଳି ପତ୍ର ସେବନ କରିବା ଦ୍ୱାରା ଶରୀରରେ ରକ୍ତ ଶର୍କରା ସ୍ତର ନିୟନ୍ତ୍ରଣ ରହିବା ଦ୍ୱାରା ମଧୁମେହ ଭଳି ରୋଗ ନିୟନ୍ତ୍ରିତ ରହେ । ସାଧାରଣତଃ ବାତମାଳି ଓ ନଖ ଦୁର୍ବଳ ହେବା ସହ ଅକ୍ଷୁପଣ ଭଳି ଲକ୍ଷଣ ଦେଖିବାକୁ ମିଳେ । ତେଜୁଳି ପତ୍ରକୁ ଚୋବାଇବା ଦ୍ୱାରା ଏହି ସମସ୍ୟା ଦୂର ହୋଇଥାଏ । କାରଣ ତେଜୁଳି ପତ୍ରରେ ଏକ ପ୍ରକାର ଏସିଡ୍ ଥାଏ, ଯାହା ଆଣ୍ଟି-ଓକ୍ସିଡିଟିଭ୍ ଭିଟାମିନ୍ ଭଳି କାର୍ଯ୍ୟ କରେ । ଶରୀରରେ ଆକ୍ସିଜନ୍ ଓ ପାଦ ଫୁଲିବା ଭଳି ସମସ୍ୟା ଦେଖା ଦେଲେ, ତେଜୁଳି ପତ୍ରର ରସକୁ ବ୍ୟବହାର କରି ଏହାକୁ ଦୂର କରି ପାରିବେ । ଏହା ପ୍ରକାଶକୁ ଅଧିକ ଶକ୍ତିଶାଳୀ କରିବା ପାଇଁ ଏଥିରେ ଅନୁତ ଭଣ୍ଡା, କୁଣ୍ଡା ଓ ପାଣି ମିଶାଇ ପାରିବେ, କିନ୍ତୁ ଧାନ ରଖିବେ ଯେ, କୁଣ୍ଡା ମାତ୍ରା ଯେପରି କମ୍ ରୁହେ ।

ଡେଣାଥିବା ବିମାନଯାତ୍ରୀ



ଏମିତି ଜଣେ ସହଯାତ୍ରୀକୁ ବିମାନରେ ବେଶ୍ ଅନ୍ୟ ଯାତ୍ରୀମାନେ ଆଶ୍ଚର୍ଯ୍ୟ ହେବା ସହ ହସିହସି ବେଦମ୍ ହୋଇଥିଲେ । ଅସଲରେ ଅହମ୍ମଦାବାଦରୁ ଜୟପୁର ଯାଉଥିବା ଗୋ ଏୟାର ବିମାନରେ ଦୁଇଟି ପାଦ ପଶିଯାଇଥିଲେ । ବିମାନ ଭଡାଣ ଆରମ୍ଭ କରିବା ପୂର୍ବରୁ ପାଦ ଦୁଇଟିକୁ କ୍ୟାବିନ୍ ଭିତରେ ବେଶ୍ କର୍ମଚାରୀ ଏବଂ ଯାତ୍ରୀମାନେ ଆଶ୍ଚର୍ଯ୍ୟ ହୋଇଯାଇଥିଲା । ପରେ ବହୁତ କଷ୍ଟରେ ତାଙ୍କୁ ବାହାର କରାଯାଇଥିଲେ । ପରେ ବହୁତ ବିମାନ ପ୍ରାୟ ଅଧିକାଂଶ ବିକଳରେ ଜୟପୁର ପହଞ୍ଚିଥିଲା । ତେବେ ଧାର୍ଯ୍ୟ ସମୟରେ ଏହା ଭଡାଣ କରିଥିଲା ବୋଲି ଗୋ ଏୟାର କର୍ତ୍ତୃପକ୍ଷ କହିଥିଲେ ।

ହିତକାରୀ ସେଓ

ସେଓରେ ଭରପୁର ମାତ୍ରାରେ ପୋଷକ ତତ୍ତ୍ୱ ରହିଥାଏ । ଏହାର ଦ୍ୱାଦଶ ମିଠା ହୋଇଥିବାରୁ ଅଧିକାରୀ ଲୋକ ଏହା ଖାଇବାକୁ ପସନ୍ଦ କରିଥାନ୍ତି । ସାଧାରଣତଃ ଲୋକ ସବୁଜ ସେଓ ପରିବର୍ତ୍ତେ ଲାଲ ସେଓ ଖାଇବାକୁ ଅଧିକ ପସନ୍ଦ କରନ୍ତି । ବିଶେଷଜ୍ଞଙ୍କ ମତରେ ଲାଲ ସେଓ ପରିବର୍ତ୍ତେ ସବୁଜ ସେଓ ଶରୀର ପାଇଁ ଅଧିକ ଲାଭଦାୟକ । କାରଣ ଏଥିରେ ଭରପୁର ମାତ୍ରାରେ ଆଇରନ୍, ପୋଟାସିୟମ୍, କ୍ୟାଲସିୟମ ଏବଂ ଆଣ୍ଟି-ଅକ୍ସିଡାଣ୍ଟ ତତ୍ତ୍ୱ ରହିଛି ।

ଲାଲ ସେଓ ଅପେକ୍ଷା ସବୁଜ ସେଓରେ ଅଧିକ ମାତ୍ରାରେ ପାଇବର ଓ କମ୍ ମାତ୍ରାରେ ଶର୍କରା ରହିଥିବାରୁ ଏହା ମଧୁମେହ ରୋଗୀଙ୍କ ପାଇଁ ଲାଭଦାୟକ । ଏକ ଗବେଷଣାରୁ ଜଣାପଡିଛି, ସବୁଜ ସେଓରେ ସବୁଜ ସେଓ ନିୟମିତ ସେବନ କରିବା ଦ୍ୱାରା କର୍କଟ ରୋଗ ହେବାର ଆଶଙ୍କା କମ୍ ଥାଏ । ସବୁଜ ସେଓ ଏଭଳି ପୋଷକ ତତ୍ତ୍ୱ ରହିଥାଏ, ଯାହା କୋଲେଷ୍ଟେରୋଲ ସ୍ତରକୁ କମ୍ କରେ ।

ଏଥିରେ ଥିବା ଫ୍ଲୁବୋନଏବ୍ ହୃଦୟାତ୍ ଜନିତ ରୋଗକୁ କମ୍ କରୁଥିବାର ବିଶେଷଜ୍ଞଙ୍କ ମତ । ସବୁଜ ସେଓରେ ଆଣ୍ଟି-ଅକ୍ସିଡାଣ୍ଟ ଭରପୁର ମାତ୍ରାରେ ରହିଥାଏ । ଏହାକୁ ନିୟମିତ ସେବନ କରିବା ଦ୍ୱାରା ଚେହେରାରେ ଚମକ ଥାଏ । ବୈଜ୍ଞାନିକ ମତ ଅନୁଯାୟୀ ନିୟମିତ ଭାବରେ ସବୁଜ ସେଓ ଖାଇବା ଦ୍ୱାରା ରକ୍ତ ବିଶୁଦ୍ଧ ହେବା ସହ ସ୍ତୋକ ହେବାର ଆଶଙ୍କା କମ୍ ଥାଏ । ସବୁଜ ସେଓରେ ଭିଟାମିନ୍ ଏ, କ୍ୟାଲସିୟମ୍, ଫୋଲିକ୍ ଓ ଅନେକ ପୋଷକ ତତ୍ତ୍ୱ ରହିଛି ଏହାକୁ ନିୟମିତ ସେବନ କରିବା ଦ୍ୱାରା ହାତ ଜନିତ ସମସ୍ୟା ଏବଂ ଅଣ୍ଡିଓ ପୋରୋସିଟିଭ୍ ଭଳି ରୋଗ ହେବାର ଆଶଙ୍କା କମ୍ ଥାଏ । ନିୟମିତ ସବୁଜ ସେଓ ଖାଇବା ଦ୍ୱାରା ଆଖି ଜ୍ୟୋତି ଦୂର୍ବ ହୋଇଥାଏ ଏବଂ ମାନସିକ ଚିନ୍ତା ମଧ୍ୟ କମ୍ ହେଉଥିବାର ପ୍ରକାଶ । ଏହାକୁ ନିୟମିତ ସେବନ ଦ୍ୱାରା ଶରୀରରେ ଥିବା ବିଷାକ୍ତ ପଦାର୍ଥର ବାହାରି ଯାଇଥାଏ । ଏହା ସହ ରୋଗ ପ୍ରତିରୋଧକ ପ୍ରକ୍ରିୟା ସଠିକ୍ ରହିଥାଏ ।



ବିମାନ ଯାତ୍ରା ପୂର୍ବରୁ ଖାଆନ୍ତୁ ନାହିଁ ଏହି ଖାଦ୍ୟ

ବିମାନ ଯାତ୍ରା ପୂର୍ବରୁ ଖାଦ୍ୟ ପାନୀୟ ପ୍ରତି ଯତ୍ନବାନ ହେବା ଉଚିତ୍ । ଏହା ଦ୍ୱାରା ଯାତ୍ରା ସଫଳ ହୋଇଥାଏ । ବିମାନ ଯାତ୍ରା ବେଳେ କେଉଁ ଖାଦ୍ୟ ଖାଇବା ଅନୁଚିତ, ସେ ସମ୍ପର୍କିତ ତଥ୍ୟ:

- ତେଲଯୁକ୍ତ ଖାଦ୍ୟ:** କିଛି ଲୋକ ବିମାନରେ ଯାତ୍ରା କରିବା ପୂର୍ବରୁ ଚିପ ବା ସ୍ନାକ୍ ଖାଦ୍ୟ ଖାଇଥାନ୍ତି । ଏହା ଦ୍ୱାରା ଏସିଡିଟି ଭଳି ସମସ୍ୟା ସୃଷ୍ଟି ହୋଇଥାଏ ।
- କଫି:** ବିମାନ ଯାତ୍ରା ପୂର୍ବରୁ କଫି ପିଅନ୍ତୁ ନାହିଁ । ମୁଣ୍ଡ ବିକା ହେବା ଭଳି ସମସ୍ୟା ଦେଖା ଦେଇଥାଏ ।
- ଆଲକହଲ:** ବିମାନ ଯାତ୍ରା ପୂର୍ବରୁ ଆଲକହଲ ସେବନ କରିବା ହାନିକାରକ ହୋଇପାରେ । ରାଜମା, ଚଣା: ଏହା ସହଜରେ ହଜମ ହୋଇ ନଥାଏ । ତେଣୁ ପେଟରେ ଗ୍ୟାସ ଜନିତ ସମସ୍ୟା ହେବାର ଯଥେଷ୍ଟ ଆଶଙ୍କା ଥାଏ ।
- ସେଓ:** ଏମିତିରେ ସେଓ ଖାଇବା ଶରୀର ପାଇଁ ଲାଭଦାୟକ ହୋଇଥାଏ । କିନ୍ତୁ ବିମାନ ଯାତ୍ରା ବେଳେ ସେଓ ନ ଖାଇବା ଭଲ ।
- ଆମିଷ କାଚୀୟ ଖାଦ୍ୟ:** ବିମାନ ଯାତ୍ରା ପୂର୍ବରୁ ଲୋକେ ଆମିଷ ଖାଇଥାନ୍ତି । ଏହା ହଜମ ହୋଇନଥାଏ । ଶରୀର ଖରାପ ହେବାର ମୁଖ୍ୟ କାରଣ ହୋଇଥାଏ ।
- ଡ୍ରୋକୋଲି:** ବିମାନ ଯାତ୍ରା ପୂର୍ବରୁ ଫୁଲକୋଟି, ବନ୍ଧାକୋଟି ଏବଂ ଡ୍ରୋକୋଲି ଆଦି ନ ଖାଇବା ଭଲ ।
- ବୋଲୁଡ୍ରିକ୍:** ଏହା ଶରୀର ପାଇଁ କ୍ଷତିକାରକ ହୋଇଥାଏ । ବିମାନ ଯାତ୍ରା ବେଳେ ଏହାକୁ ସେବନ କରିବା ଦ୍ୱାରା ଗ୍ୟାସ ଏବଂ ଛାତି ଜଳା ପୋଡା ହେବା ଭଳି ସମସ୍ୟା ଦେଖା ଦେଇଥାଏ ।
- ସ୍ୱାଇସି ପୂର୍ବ:** ଅଧିକ ମସଲା ଯୁକ୍ତ ଖାଦ୍ୟ ବିଭିନ୍ନ ରୋଗର କାରଣ ହୋଇଥାଏ । ତେଣୁ ବିମାନ ଯାତ୍ରା ପୂର୍ବରୁ ଏହି ଖାଦ୍ୟଠାରୁ ଦୂରରେ ରହିବା ଭଲ ।

ରକ୍ତ ପରିବର୍ତ୍ତନ ସମୟରେ ମଶାଙ୍କ ଉପଦ୍ରବ୍ୟ ବଢି ଯାଇଥାଏ । ମଶା କାମୁଡିବା ଦ୍ୱାରା କୁଣ୍ଡେଇ ହେବା ସହ ତୃତୀୟ ଲାଲ୍ ପଡିବା ଭଳି ଲକ୍ଷଣ ଦେଖିବାକୁ ମିଳେ । ଏହା ଦ୍ୱାରା ତେଜୁ ଏବଂ ଚିକନଗୁନିୟା ଭଳି ରୋଗ ହେବାର ସମ୍ଭାବନା ରହିଥାଏ । ଯଦି ମଶା ଉପଦ୍ରବ୍ୟ ରକ୍ଷା ପାଇବାକୁ ଚାହୁଁଛନ୍ତି, ତେବେ ଏହି ଘରୋଇ ଉପଚାର ଆପଣଙ୍କ ଆପଣଙ୍କ ହାତ ପାଆନ୍ତାରେ ଅତି ସହଜରେ ମିଳିପାରିବ ।



ରସୁଣ: ରସୁଣର କଟା ଗଛରେ ମଶା ପାଖ ମାତ୍ରି ନାହିଁ । ରସୁଣକୁ ଛୋଟ ଛୋଟ କରି କାଟି ପାଣିରେ ଫୁଟାଇ ଦିଅନ୍ତୁ । ପରେ ଏହି ପାଣିକୁ ଘର ସାରା ଛିଞ୍ଚିଦିଅନ୍ତୁ ।

ଲେମ୍ବୁ: ନଡିଆ ତେଲରେ ଲେମ୍ବୁ ରସ ମିଶାଇ ଶରୀରରେ ମାଲିସ କରନ୍ତୁ । ଏହା ଦ୍ୱାରା ମଶା କାମୁଡିବା ରକ୍ଷା ପାଇ ପାରିବେ । ଲେମ୍ବୁକୁ ଅଧା କାଟି ତାହା ଉପରେ ଲଦକ ରଖିଲେ ମଶା ଘରେ ହେବେ ନାହିଁ ।

କର୍ପୂର: ମଶା ଉପଦ୍ରବ୍ୟ ମୁକ୍ତି ପାଇଁ ଆପଣ କର୍ପୂର ବ୍ୟବହାର କରି ପାରିବେ । ଘରେ କର୍ପୂର ଜଳାଇ ରଖିବା ଦ୍ୱାରା ମଶା ଆସିବେ ନାହିଁ । କର୍ପୂରର ଗନ୍ଧକୁ ମଶାମାନେ ସହ୍ୟ କରିପାରନ୍ତି ନାହିଁ ।

ଲିମ୍: ଲିମ୍ ବ୍ୟବହାର କରି ମଶାକୁ ଦୂର କରାଯାଇପାରିବ । ନଡିଆ ତେଲରେ ଲିମ୍ ପତ୍ର ମିଶାଇ ଶରୀରରେ ମାଲିସ କରିବା ଦ୍ୱାରା ମଶା କାମୁଡିବାରୁ ମୁକ୍ତି ମିଳେ ।

ତୁଳସୀ: ତୁଳସୀ ପତ୍ର ଘରେ ରଖିବା ଦ୍ୱାରା ମଶା ଘରକୁ ଆସନ୍ତି ନାହିଁ ।

ପୁଦିନା: ଗଛରେ ମଶା ଘରେ ରହେ ନାହିଁ ।

ବନ୍ଦୀକରଣରେ ବିହନ ବୋମା....

(ପୃଷ୍ଠା-୪ ର ଅବଶିଷ୍ଟାଣ)

ପାଖାପାଖି ୧୦୦ ଗଜ ଲଗାଇବା ପାଇଁ ବହୁତ ସମୟ ଲାଗିଥାଏ, ମାତ୍ର ବହୁତ କମ ସମୟରେ ୧୦୦୦ ବାଜ ପିଣ୍ଡୁଳା ବା ବିହନ ବୋମା ତିଆରି ହୋଇପାରେ । ବିହନ ବୋମା ଗୁଡ଼ିକ ପ୍ରାୟ ୪୫ ଦିନ ମଧ୍ୟରେ ମାଟି ସହିତ ମିଶି ମଞ୍ଜିକୁ ଛୋଟ ଛୋଟ ଗଜ ବାହାରିଥାଏ । ଏପରିକି ଆମେ ବିହନ ବୋମା ପକ୍ଷରେ ସେତିକି ମଞ୍ଜି ରୁଣ୍ଡ, ତାହାର ପ୍ରାୟ ୯୫ ପ୍ରତିଶତ ମଞ୍ଜିକୁ ଗଜ ବାହାରିଥାଏ ।

ବିହନ ବୋମା ବ୍ୟବହାର ସମ୍ବନ୍ଧରେ ବିଭିନ୍ନ ରାଜ୍ୟର ଅନୁଭୂତି:

ଆମ ଦେଶର ଅନେକ ଗୁଡ଼ିଏ ରାଜ୍ୟ ବିହନ ବୋମା ସହାୟତାରେ ବନ୍ଦୀକରଣ କରି ଉପକୃତ ହେଉଛନ୍ତି । ଯେମିତି ତେନ୍ତାଇରେ ୨୦୧୭ ମସିହାରେ ହୋଇଥିବା ବାତ୍ୟା 'ବରଧା' ପାଖାପାଖି ୧ ଲକ୍ଷ ଗଜକୁ ପୁଲୁକୁ ଉପାଡ଼ି ଭାଙ୍ଗି ଦେଇଥିଲା ଏବଂ ତାପରେ ବହୁତ ଗୁଡ଼ିଏ ବେସରକାରୀ ଫର୍ମ୍ଲା ବେନ୍ଦୁଲିଏ ବହୁଜିମା ଫେରାଇ ଆଣିବା ପାଇଁ ଅଂଟା ଭିଡ଼ିଥିଲେ । ବିଭିନ୍ନ ଫର୍ମ୍ଲା ମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରୁ 'ଥୁବାକମ' ନାମକ ବେସରକାରୀ ଫର୍ମ୍ଲା ବିହନ ବୋମାକୁ ବନ୍ଦୀକରଣର ଏକ ମାଧ୍ୟମ ଭାବରେ ଉପଯୋଗ କରି ସଫଳତା ପାଇଥିଲେ । ସେମାନେ କେବଳ ମଞ୍ଜିକୁ ନେଇ ମାଟି ଓ ଗୋବର ଖତ ସହ ମିଶାଇ ଗୋଟିଏ ବୋମା ବନାଇଥିଲେ, ଯେଉଁଥିରେ ମାଟି ଏବଂ ଖତ ମଞ୍ଜିକୁ ଦୂରକୁ ଉଡ଼ିନଥିବା ବା ପଶୁ ପକ୍ଷୀ ମାଛଭାଦ ବା ପାଇଁ ସୁରକ୍ଷା ଦେଉଥିଲା । ଏବେ ଏବେ ତେଲେଙ୍ଗାନା ସରକାର ଉତ୍କଳ ଜଙ୍ଗଲର ପୁନଃରୁଦ୍ଧି ପାଇଁ ତୁନ ଓ ଆର୍ବିପିଆଲ ଇଟେଲିଜେନ୍ସ କୌଶଳ ବ୍ୟବହାର କରି ବିହନ ବୋମା ପ୍ରୟୋଗ କରିବା ପାଇଁ ଯାଉଛନ୍ତି । ଏହାଦ୍ୱାରା ପ୍ରତ୍ୟେକ ଦିନ ପ୍ରାୟ ୧ ଲକ୍ଷ ବିହନ ବୋମା ନିକ୍ଷେପ କରାଯାଇପାରିବ । ହରିୟାନାର ବନ ବିଭାଗ ମଧ୍ୟ ଆଇ.ଆଇ.ଟି., କାନପୁର ଦ୍ୱାରା ନିର୍ମିତ ହୁନ ମାଧ୍ୟମରେ ବିହନ ବୋମା ବର୍ଷାକରି ଆରବଜା ପର୍ବତ ଶ୍ରେଣୀର ଦୁର୍ଗମ ଅଂଚଳରେ ଜଙ୍ଗଲ ସମ୍ପଦକୁ ବୃଦ୍ଧି କରିବା ପାଇଁ ପଦକ୍ଷେପ ନେଉଛନ୍ତି । ଏହି ହୁନ ମାଧ୍ୟମରେ ବିହନ ବୋମା ପକ୍ଷରେ ଦିନକୁ ୨୦,୦୦୦ ରୁ ୩୦,୦୦୦ ମଞ୍ଜି ରୁଣ୍ଡଗଢାଯାଇପାରିବ । ମହାରାଷ୍ଟ୍ରରେ ବିକାଶ ମହାଜନ ନାମକ ଜଣେ ବ୍ୟବସାୟୀଙ୍କ ଦ୍ୱାରା ପ୍ରତିଷ୍ଠିତ ଏକ ପ୍ରକୃତି ପ୍ରେମୀ ଗୋଷ୍ଠୀ ମହାରାଷ୍ଟ୍ର ସାରା ବିହନ ବୋମା ପ୍ରସ୍ତୁତି ଓ ବ୍ୟବହାରରେ ସକ୍ରିୟ ଅଛନ୍ତି ଏବଂ ସହରାଂଚଳରେ ବାସ କରୁଥିବା ଛାତ୍ରା ଛାତ୍ର ଓ ଲୋକ ମାନଙ୍କୁ ଏହା ତିଆରି କରିବାର ପ୍ରଶିକ୍ଷଣ ଦେଉଛନ୍ତି ବୋଲି ନିଜେ ତାଙ୍କର ଇଂତରନେତ ରୁନ ମାଧ୍ୟମରେ ପ୍ରକାଶ କରିଛନ୍ତି । ଏହା ଦ୍ୱାରା ଲୋକମାନେ ନିଜ ଘର ତାରିପାଖେ ସୁଜିମାମୟ ପରିବେଶ ସୃଷ୍ଟି କରି ପାରୁଛନ୍ତି । ଓଡ଼ିଶାରେ ମଧ୍ୟ ବୈତରଣୀ ଜନସିଏଟିଲ ନାମକ ଏକ ବେସରକାରୀ ଫର୍ମ୍ଲା ଔଷଧୀୟ ବୃକ୍ଷର ଅବିଭକ୍ତି ପାଇଁ ୨୦୧୫ ମସିହା ଠାରୁ ପ୍ରତ୍ୟେକ ବର୍ଷ କିଛି କିଛି ବିହନ ବୋମା ବ୍ୟବହାର କରି ଆସୁଛନ୍ତି । ଏବର୍ଷ ବିଶ୍ୱ ହସ୍ତା ବିଦ୍ୟରେ ଓଡ଼ିଶା ସରକାରଙ୍କ ଆଠଗଡ଼ ବନଖଣ୍ଡ ହାତୀ-ମଣିଷ ଫର୍ଷଟ କମ କରିବା ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟରେ ହାତୀ ମାନଙ୍କୁ ଭବିଷ୍ୟତରେ ସ୍ଥାୟୀ ଯୋଗାଇବାପାଇଁ ବାଣିଜ୍ୟ ମଞ୍ଜିରେ ନିର୍ମିତ ବିହନ ବୋମାର ଉପଯୋଗ କରିଛନ୍ତି । ଆଗାମୀ ଦିନ ମାନଙ୍କରେ ଆମ ଓଡ଼ିଶା ସରକାର ମଧ୍ୟ ବନ୍ଦୀକରଣରେ ବିହନ ବୋମା ପକ୍ଷକୁ ପ୍ରାଧାନ୍ୟ ଦେଇ ଆପଣାଇଲେ ଜଙ୍ଗଲ ସମ୍ପଦର ଦୃଷ୍ଟି ହେବାସହିତ ବିପୁଳ ପରିମାଣର ରାଜସ୍ୱ ବ୍ୟୟ ହୋଇପାରିବ ।

ବନ ଗବେଷକ, ଓ.ୟୁ.ଏ.ଟି.
ମୋ: ୮୦୧୮୧୮୧୨୮

ଜଟଣରେ ଜମି ମାଲିକଙ୍କୁ ତୁରନ୍ତ ଜମି ଫେରାଇବା ପାଇଁ ଦାବି

ଭୁବନେଶ୍ୱର, ୨୦।୮ (ନି.ପ୍ର): ୨୦୧୨ ମସିହାରେ ସେଟଲମେଣ୍ଟ ଅଫିସରଙ୍କ ଭୁଲ ନିଷ୍ପତି ଯୋଗୁଁ ଜଟଣୀ ମ୍ୟୁନିସିପାଲିଟି ତଥା ବେରୁଆଁ, ବାଇରଙ୍ଗ, ନିରଞ୍ଜନପୁର, ବୁଢ଼ାପଡ଼ା, ଉଁଅସ, ହରିରାଜପୁର, କନ୍ଧିଆ, କୁରିଆରୀ, ବଅଙ୍ଗ, ରଥପୁର, କଟଣୀ, କୁସୁମାଟି, ଛଣପର, ଓଗରପୁଆଁ, ରାମଚନ୍ଦ୍ରପୁରର ୧ ଲକ୍ଷ ୭୨ ହଜାର ଲୋକଙ୍କର ନିଜସ୍ୱ ଘରବାଟି ତିହ, ବିଲ ଜଗନ୍ନାଥଙ୍କ ଜମିରେ ପଡ଼ିଶତ ହୋଇଯାଇଛି । ସେଥିପାଇଁ ଏଥୁ ଅଂଚଳର ସାଧାରଣ ଜନତା ଜମି ଖର୍ଚ୍ଚ କି ବିକ୍ରୀ କରିପାରୁ ନାହାନ୍ତି । ଏହି ଜମିଜମାର ଅଧିକ ମାଲିକଙ୍କୁ ନିଜର ଭୁଂସଂପତ୍ତି ଫେରାଇ ଦିଆଯାଇ ବୋଲି ଜଟଣୀ ବିଧାୟକ ତଥା ବରିଷ୍ଠ କଂଗ୍ରେସ ନେତା ଶ୍ରୀ ସୁରେଶ କୁମାର ରାଉତରାୟ ଏକ ସାଧାରଣ ସମ୍ମିଳନୀରେ ଦାବି କରିଛନ୍ତି । ଏହି

ପ୍ରଥମ ପୃଷ୍ଠାର ଅବଶିଷ୍ଟାଣ....

ଗଣଶିକ୍ଷା ବିଭାଗରେ ବ୍ୟାପକ...

କରି ମାର୍ଚ୍ଚ ୭ ତାରିଖ ଦିନ ଜିଲ୍ଲା ଶିକ୍ଷା ଅଧିକାରୀଙ୍କୁ ରିପୋର୍ଟ ଦେଲେ । କିନ୍ତୁ ଏହି ରିପୋର୍ଟ ରାଜ୍ୟ ନେତାଙ୍କ ଅଫିସରଙ୍କ ପାଖକୁ ଗଲା ନାହିଁ । ପ୍ରଥମ ତଦନ୍ତ ରିପୋର୍ଟକୁ ତପେଇ ଦେବା ଯୋଗୁଁ ରାଜ୍ୟ ନେତାଙ୍କ ଅଫିସର ପୁନଃ ତଦନ୍ତ କରିବା ପାଇଁ ୧୭ ଜୁନ ୨୦୨୦ରେ ନିର୍ଦ୍ଦେଶ ଦେଇଛନ୍ତି । ଏଥିରୁ ସ୍ପଷ୍ଟ ହେଲା, ମଣ୍ଡଳ ଶିକ୍ଷା ଅଧିକାରୀ ଘଟଣାକୁ ଚପାଇ ଦେବା ପାଇଁ ଅପରୋପନ କରିଛନ୍ତି । ଏହି ଘଟଣାରେ ଫର୍ମ୍ଲାଟିଭା ଅଧିକାରୀଙ୍କ ବିରୁଦ୍ଧରେ କାର୍ଯ୍ୟକାରୀ କାର୍ଯ୍ୟାନୁଷ୍ଠାନ ଗ୍ରହଣ କରାଯାଇ ନାହିଁ ବୋଲି ସେ ପ୍ରଶ୍ନ କରିଛନ୍ତି । ସେହିପରି ମାହାଙ୍ଗା ବୁକରେ ଥିବା ଗୋକନ ହାଉସ୍‌ଲର ଜମି ପଟ୍ଟାକୁ ମିଥ୍ୟା ଦର୍ଶାଯାଇ ସେଠାରେ ସରକାରୀ ବିଦ୍ୟାଳୟ ପାଇଁ ଅନୁମତି ଅଣାଯାଇଛି । ଗତ ୨୦୧୫ରେ ଗୋକନ ହାଉସ୍‌ଲରୁ ରାଜ୍ୟ ସରକାର ଗ୍ରାମ୍ୟତ ପ୍ରଦାନ କରିଥିଲେ । ସେଠାରେ ଭାବେ ବିଦ୍ୟାଳୟ ନିର୍ମାଣ ହେଉଥିବା ନେଇ ଉପମାଧ୍ୟମିକ ଶିକ୍ଷା ନିର୍ଦ୍ଦେଶାଳୟ ପକ୍ଷରୁ କାରଣ ଦର୍ଶାଏ ନୋଟିସ ପଠାଯାଇଥିଲା । ଜିଲ୍ଲା ଶିକ୍ଷା ଅଧିକାରୀ ଗତ ୨୩ ଜୁଲାଇ ୨୦୧୬ ମସିହାରେ ବିଦ୍ୟାଳୟର ପୁର ନ-୧୧୭୮ ଖାତା ନ- ୮୬୮ ଗୋକନ ମୌଜାର ବୋଲି ଦର୍ଶାଇଥିଲେ । କିନ୍ତୁ ବାସ୍ତବରେ ଏହି ପୁରରେ କୌଣସି ଗୋକନ ହାଉସ୍‌ଲ ନିର୍ମାଣ ହୋଇନାହିଁ । ଏହି ଜାଲ ପଟ୍ଟାରେ ସେକ୍ସଟୋରୀ ଗୋକନ ସ୍କୁଲ ଲେଖାଯାଇଛି କିନ୍ତୁ ପୁର ଉପରେ ଏକ ଫର୍ମାଟ ଗୋଦାମ ଘର ରହିଛି ଏବଂ ଏହା ଏକ ଘରୋଇ ଜମି । ଏପରି ଏକ ମିଥ୍ୟା ଓ ଜାଲ ପଟ୍ଟା ଦେଇ ସ୍କୁଲକୁ ମଂଜୁରୀ ଦିଆଯାଇଛି । ଏହି ଘଟଣାର ନିରପେକ୍ଷ ତଦନ୍ତ କରାଯାଇ ଅଭିଯୁକ୍ତଙ୍କ ବିରୁଦ୍ଧରେ ବିଦ୍ୟାଳୟ ଏବଂ ଗଣଶିକ୍ଷା ବିଭାଗ ଓ ଶିକ୍ଷା ମନ୍ତ୍ରୀ ଦୁଇଜଣ କାର୍ଯ୍ୟାନୁଷ୍ଠାନ ନେବାକୁ ଶ୍ରୀ ପ୍ରଧାନ ଦାବୀ କରିଛନ୍ତି । ଆଗାମୀ ଦିନରେ ବିଜେପି ରାଜ୍ୟସରକାରଙ୍କ ସମକ୍ଷ ବିଭାଗରେ ହୋଇଥିବା ବ୍ୟାପକ ଦୁର୍ଗମ ଏବଂ ଯୋଗାଣ ପର୍ଯ୍ୟାୟ କରିବ । ଶିକ୍ଷାମନ୍ତ୍ରୀ ଦୁଇଜଣ ଏହି ସବୁ ଘଟଣାର ତଦନ୍ତ ନିର୍ଦ୍ଦେଶ ଦିଅନ୍ତୁ । ଦୁର୍ଗମ କରିଥିବା ଦୋଷୀଙ୍କ ବିରୁଦ୍ଧରେ ଦୃଢ଼ କାର୍ଯ୍ୟାନୁଷ୍ଠାନ ନିଆନଗଲେ ଆଗାମୀ ଦିନରେ ବିଜେପି ପକ୍ଷରୁ ତାହୁ ଆନ୍ଦୋଳନ କରାଯିବ ବୋଲି ଶ୍ରୀ ପ୍ରଧାନ ଚେତାବନୀ ଦେଇଛନ୍ତି । ଏହି ସାଧାରଣ ସମ୍ମିଳନୀରେ ରାଜ୍ୟ ମୁଖପାତ୍ର ଜମାବାଜ ପଟ୍ଟନାୟକ ଉପସ୍ଥିତ ଥିଲେ ।

ରାଜ୍ୟର ଦୁର୍ଗମ...

ଓଡ଼ିଶାର ୧୬ଟି ଜିଲ୍ଲାର ୩୨୯୧ ଗ୍ରାମ ଫର୍ମାଟରୁ ବିଶ୍ୱର ସର୍ବବୃହତ ଗ୍ରାମୀଣ ବ୍ରତ୍ୟାୟ ଫର୍ମାଟ ପ୍ରକଳ୍ପ ଭାରତନେତୃ କରିଆରେ ଅପବିତ୍ରୀକୃତ ଫାଇବର୍ କେବୁଲ ସହ ଯୋଡ଼ା ହୋଇଛି । ଏହାଦ୍ୱାରା ଏହି ଗ୍ରାମାଂଚଳର ଲୋକମାନେ ହାଇ ସ୍ପିଡ଼ ଇଂତରନେତର ସୁବିଧା ପାଇପାରିବେ । ସେହିପରି ୬୫୦ରୁ ଉର୍ଦ୍ଧ୍ୱ ଇଣ୍ଡିଆ ପୋଷ୍ଟ ପେଟେଟ ବ୍ୟାଙ୍କ କେବଳ ଓଡ଼ିଶାର ଦୁର୍ଗମ ଅଂଚଳର ଲୋକମାନଙ୍କୁ ବ୍ୟାଙ୍କ ସୁବିଧା ଯୋଗାଇନାହିଁ ବରଂ ଏହା ସମଗ୍ର ରାଜ୍ୟରେ ସାମାଜିକ ଓ ଅର୍ଥନୈତିକ କାର୍ଯ୍ୟକୁ ମଧ୍ୟ ଦ୍ୱାରାନ୍ତ କରିବା ଦିଗରେ କାମ କରୁଛି । ପ୍ରଧାନମନ୍ତ୍ରୀ ମୋଦିଙ୍କ 'ଡିଜିଟାଲ ଇଣ୍ଡିଆ' ପଦକ୍ଷେପ ପାଇବର୍ଦ୍ଧୀ ଶାସନର ଯୁଗ ଆରମ୍ଭ କରିବା ସହ ସରକାରଙ୍କୁ ଲୋକଙ୍କ ନିକଟରେ ଅଧିକ ଉଚ୍ଚତରାୟ କରିଛି । ଏହାସହ ୧୩୦ କୋଟି ଭାରତୀୟଙ୍କୁ ନାବନଶ୍ୱେଳିତ କରିବର୍ଦ୍ଧୀ କରିବାରେ ବଡ଼ ଭୂମିକା ଗ୍ରହଣ କରିପାରିଛି । ଲୋକଙ୍କ ନାବନଶ୍ୱେଳିତ ସୁବିଧା ଯୋଗାଇବା ସହ ଜନସେବା ବିତରଣ କାମକୁ ମଧ୍ୟ ଦ୍ୱାରାନ୍ତ କରିଛି । ଏହାସହ ଡିଜିଟାଲ ଟେକ୍ନୋଲୋଜି ମାଧ୍ୟମରେ ଦୁର୍ଗମକୁ ରୋକିବା ଏବଂ ବିଶେଷତଃ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ସେବା, ଶିକ୍ଷା ପ୍ରଦାନ କରିବା ଭଳି ଅନେକ କ୍ଷେତ୍ରରେ ଏକଟିଏ ଶତାଧାର ଭାରତ ନିର୍ମାଣ କରିବା ଦିଗରେ ଅଗ୍ରସର ହେଉଛି । ବିଶ୍ୱ କରୋନା ପରବର୍ତ୍ତୀ ସମୟରେ ଡିଜିଟାଲ ଇଣ୍ଡିଆ ରେମ୍-ଟେକ୍ସ ଭାବେ ଉଭା ହେବ । ପ୍ରଧାନମନ୍ତ୍ରୀ ମୋଦିଙ୍କ ଦୂରଦୃଷ୍ଟି ଏବଂ କେନ୍ଦ୍ର ଟେଲିକମ୍ ଓ ଆଇଟି ମନ୍ତ୍ରୀ ରବିଶଙ୍କର ପ୍ରସାଦଙ୍କ ଉଦ୍ୟମ ଆମ୍ଭନିଭର ଭାରତ ପାଇଁ ଡିଜିଟାଲ ନବଯୁଗର ଏକ ଜଠା ପ୍ରସ୍ତୁତ କରିବା ସହ ପ୍ରତ୍ୟେକ ରାଜ୍ୟକୁ ସୁବିଧା ଯୋଗାଇ ବୋଲି ଶ୍ରୀ ପ୍ରଧାନ ଦ୍ୱିଟ କରି କହିଛନ୍ତି ।

ସ୍ୱଚ୍ଛ ସର୍ବେକ୍ଷଣରେ...

ଅଧିକାରରେ ଓଡ଼ିଶାର ୬ଟି ସହର-ପାରିବାସ, ବଡ଼ବିଲ୍, ତେଜନାଳ, ରାଜଗାଙ୍ଗପୁର, ବ୍ୟାସନଗର ଓ ଚୌଦ୍ୱାରକୁ ୫୦ ହଜାର-୧ ଲକ୍ଷ ଜନସଂଖ୍ୟା ବିଶିଷ୍ଟ ପର୍ଯ୍ୟାୟରେ ପୂର୍ବାଂଚଳର ଶ୍ରେଷ୍ଠ ୨୦ଟି ସହର ମଧ୍ୟରୁ ମନୋନୀତ କରାଯାଇଛି ।

ତେଲେଙ୍ଗାନାରେ ଗତ ୨୪...

୨୪ ଘଂଟାରେ ୧,୧୯୫ କରୋନା ରୋଗୀ ଚିକିତ୍ସା ପରେ ହସ୍ପିଟାଲକୁ ଡିସଚାର୍ଜ ହୋଇଛନ୍ତି, ଏବେ ସୁଦ୍ଧା ସମୁଦାୟ ୭୫,୧୮୬ ରୋଗୀ ହସ୍ପିଟାଲକୁ ଡିସଚାର୍ଜ ହୋଇଛନ୍ତି । ବର୍ତ୍ତମାନ ସୁଦ୍ଧା ରାଜ୍ୟରେ ୨୧,୫୦୯ ସକ୍ରିୟ ମାମଲା ରହିଛି । ଯେଉଁଥିରୁ କି ୧୫,୦୭୬ ଅଲଗାଠୁଁ ଅଛନ୍ତି । ତୁଟନ କରୋନା ବୁଲେଟିନ ଅନୁସାରେ ୩୯୫ ନୂଆ ମାମଲା ଆସିଛି । ୧୬୯ ନୂଆ ମାମଲା ଗଂଗାରେଡ଼ି ଜିଲ୍ଲା, ୧୦୫ ମେଡ଼କଲ ଏବଂ ୧୦୧ ମାମଲା କରିମନଗରକୁ ସାମନାକୁ ଆସିଛି ।

ପ୍ରଶାନ୍ତ ଭୂଷଣଙ୍କ ସପକ୍ଷରେ ଆଲୋଚନାଚକ୍ର

ବାଲେଶ୍ୱର, ୨୦।୮ (ନି.ପ୍ର): ପୂର୍ବରୁ ଜିଲ୍ଲା ଛାତ୍ର କଂଗ୍ରେସର ସଭାପତି ଭାବେ ସୁତାରୁ ରୁପେ ଦାୟିତ୍ୱ ତୁଲାଇଥିବା ଛାତ୍ରନେତା ରଂଜନ କୁମାର ଦାସଙ୍କୁ ଏବେ ବାଲେଶ୍ୱର ଜିଲ୍ଲା ଯୁବ କଂଗ୍ରେସର ସଭାପତି ଭାବେ ନିଯୁକ୍ତି ଦିଆଯାଇଛି । ରାଜ୍ୟ ଯୁବ କଂଗ୍ରେସର ସଭାପତି ସ୍ୱତନ୍ତ୍ର ଭାବେ ଲେଙ୍କା ଓଡ଼ିଶାର ୩୦ ଗୋଟି ଜିଲ୍ଲା ପାଇଁ ସଭାପତି ନିଯୁକ୍ତ କରିଥିବା ବେଳେ ବାଲେଶ୍ୱର ପାଇଁ ରଂଜନ କୁମାର ଦାସଙ୍କୁ ଏହି ଦାୟିତ୍ୱ ଅର୍ପଣ କରିଛନ୍ତି । ରଂଜନ ଦାସଙ୍କ ନୂଆ ଦାୟିତ୍ୱ ଗ୍ରହଣକୁ ନେଇ ବାଲେଶ୍ୱର ଜିଲ୍ଲାର ଯୁବ କଂଗ୍ରେସ କର୍ମୀମାନେ ବେଶ୍ ଉତ୍ସାହିତ ଥିବା ଜଣାପଡ଼ିଛି । ନୂଆ ସଭାପତିଙ୍କୁ ସେମାନେ ପୁଷ୍ପଗୁଚ୍ଛ ଦେଇ ସାଗର କରୁଥିବା ଦେଖିବାକୁ ମିଳିଛି । ତେବେ ତାଙ୍କୁ ଏହି ଦାୟିତ୍ୱ ମିଳିଥିବା ଯୋଗୁଁ ସେ ଯୁବ କଂଗ୍ରେସର ରାଜ୍ୟ ସଭାପତି ସ୍ୱତନ୍ତ୍ର ଭାବେ ଲେଙ୍କାଙ୍କ ସମେତ ପିଏସି ସଭାପତି ନିରଂଜନ ପଟ୍ଟନାୟକ ଓ ବାଲେଶ୍ୱରର କଂଗ୍ରେସ ନେତା ନବକୋପାଳି ପଟ୍ଟନାୟକଙ୍କୁ କୃତଜ୍ଞତା ଜଣାଇଛନ୍ତି । ତାଙ୍କ ସାଂଗଠନିକ ସକ୍ଷତା ଉପରେ ସମସ୍ତ ନେତାଙ୍କ ଆପ୍ତା ପ୍ରକଟ ତାଙ୍କୁ କାର୍ଯ୍ୟ କରିବାକୁ ଅଧିକ ଉତ୍ସାହିତ କରିଛି ବୋଲି ଶ୍ରୀ ଦାସ କହିଛନ୍ତି । ଆଗାମୀ ଦିନରେ ଯୁବଶକ୍ତିକୁ ଏକତ୍ରିତ କରି ଫର୍ମାଟରୁ ଆଗକୁ ନେବା ସହିତ ବେକାର ଯୁବକର ଯୁବତୀଙ୍କ ପାଇଁ ଉଦ୍ଦିଷ୍ଟ ସରକାରୀ ବ୍ୟବସ୍ଥାକୁ ଉପଯୋଗ କରିବାକୁ ଲକ୍ଷ୍ୟ ରଖୁଥିବା ସେ ପ୍ରକାଶ କରିଛନ୍ତି । ଏମିତିକି ଯୁବ ଗୋଷ୍ଠୀଙ୍କ ସାଥୀରକ୍ଷା ପାଇଁ ଆବଶ୍ୟକ ସୁକ୍ଷେପ ସେ ଆନ୍ଦୋଳନ କରିବାକୁ ପଛାଇବେ ନାହିଁ ବୋଲି ଶ୍ରୀ ଦାସ ସୂଚନା ଦେଇଛନ୍ତି ।



ଅବଦୁଲ ରଫିକ୍, ଉତ୍କଳ ମହାନ୍ତି, ସେକ୍ ଆକବରଉଦ୍ଦିନ୍, ଅଶୋକ ବନ୍ତାମାନେ ପ୍ରକାଶ କରିଥିଲେ । ବିଭିନ୍ନ ସାମାଜିକ ସଂଗଠନର ପ୍ରତିନିଧିଭାବେ ଆଇନକାରୀ ଭାଗବତ ପ୍ରତିହାରୀ, ସେଖ

ରଂଜନ କୁମାର ଦାସ ବାଲେଶ୍ୱର ଜିଲ୍ଲା ଯୁବ କଂଗ୍ରେସର ସଭାପତି

ଦିନା ତ୍ରେନ୍‌ରେ ରାଷ୍ଟ୍ରା ନିର୍ମାଣକୁ ନେଇ ଅସନ୍ତୋଷ: ଜିଲ୍ଲାପାଳଙ୍କଠାରେ ରୂପସାବାସୀଙ୍କ ଫେରାଦ

ବାଲେଶ୍ୱର, ୨୦।୮ (ନି.ପ୍ର): ପୂର୍ବ ବିଭାଗ ପକ୍ଷରୁ ଦିନା ତ୍ରେନ୍‌ରେ ହେଉଥିବା ରାଷ୍ଟ୍ରା ନିର୍ମାଣକୁ ନେଇ ଜିଲ୍ଲାପାଳଙ୍କଠାରେ ଆଜି ଆପଣେ ଉଠାଇଛନ୍ତି ସଦର ଦୁକର ଅନ୍ତର୍ଗତ କର୍ମିପଦା ଅଞ୍ଚଳର ଲୋକେ । କର୍ମିପଦା ପଞ୍ଚାୟତର ରୂପସା ରେଳ ସେକ୍ସନଠାରୁ ବସ୍ତୁଷ୍ଟ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ରାଷ୍ଟ୍ରା ନିର୍ମାଣ କାର୍ଯ୍ୟ ଏବେ ପୂର୍ବ ବିଭାଗ ପକ୍ଷରୁ ଜାରି ରହିଛି । ରାଷ୍ଟ୍ରା ସହ ତ୍ରେନ୍‌ ନିର୍ମାଣ ପାଇଁ ଏକ୍ସପେକ୍ଟେସନ ଥିଲେ ବି ପୂର୍ବ ବିଭାଗର ପରାମର୍ଶକ୍ରମେ ଠିକାଦାର ଜଣକ ଏହାକୁ ଉଲ୍ଲଙ୍ଘନ ପୂର୍ବକ କେବଳ ରାଷ୍ଟ୍ରା ନିର୍ମାଣ କରି ଚାଲିଥିବା ଗ୍ରାମବାସୀମାନେ ଅଭିଯୋଗ ଉଠାଇଛନ୍ତି । ଗତ ସାମାନ୍ୟ ବର୍ଷରେ ବର୍ଷାପାଣି ଅଧିକ ରହିବା ଫଳରେ ରାଷ୍ଟ୍ରାପାର୍ଶ୍ୱ ଘର ଲୋକଙ୍କୁ ଆଶ୍ଚ୍ୟ ପାଣିରେ ପଶି



ଯା'ଆସ କରିବାକୁ ପଡୁଛି । ଏହାକୁ ସ୍ଥାନୀୟ ଲୋକେ ବିରୋଧ କରିଥିଲେ ବି ତ୍ରେନ୍‌ ନିର୍ମାଣ ପରିବର୍ତ୍ତେ ଠିକାଦାର ଲୋକଙ୍କୁ ନାଲିଆଖି ଦେଖାଇଥିବା ସେମାନେ ପ୍ରକାଶ କରିଛନ୍ତି । ଏ ବାବଦରେ ପୂର୍ବ ବିଭାଗ, ସ୍ଥାନୀୟ ଆରଇ ଓ ଏସପିପିଓଙ୍କୁ ଜଣାଇବା ପରେ ବି କିଛି ସୁଫଳ ନମିଳିବା ଯୋଗୁଁ

ଶେଷରେ ସେମାନେ ଜିଲ୍ଲା ପ୍ରଶାସନର ଦୃଷ୍ଟି ଆକର୍ଷଣ କରିବାକୁ ଆସିଥିବା କହିଛନ୍ତି । ରାଷ୍ଟ୍ରା ନିର୍ମାଣ ସହ ତ୍ରେନ୍‌ କାର୍ଯ୍ୟ ପାଇଁ ସେମାନେ ଜିଲ୍ଲାପାଳଙ୍କଠାରେ ଗୁହାରି କରିଛନ୍ତି । ନବୁଦା ଆଗାମୀ ଦିନରେ ରାଷ୍ଟ୍ରା ପାର୍ଶ୍ୱ ପରିବାରମାନେ ଜିଲ୍ଲାପାଳଙ୍କ ଅଫିସ ସମ୍ମୁଖରେ ଅନଶନରେ ବସିବେ ବୋଲି ଚେତାବନୀ ଦେଇଛନ୍ତି । ଏହି ପରିପ୍ରେକ୍ଷାରେ ଏକ ଦାବିପତ୍ର ସେମାନେ ଅତିରିକ୍ତ ଜିଲ୍ଲାପାଳଙ୍କୁ ପ୍ରଦାନ କରିଛନ୍ତି । ଦାବିପତ୍ର ପ୍ରଦାନ ବେଳେ ମନୋବଂଜନ ନାୟକଙ୍କ ସମେତ ରବାହୁ ପଣ୍ଡିତ, ପ୍ରଦୀପ କୁମାର ଜେନା, ମାୟାଧର ସାହୁ, କମଳାକାନ୍ତ ସାହୁ ପ୍ରମୁଖ ଉପସ୍ଥିତ ଥିଲେ ।

ରାଜ୍ୟରେ ବିଭିନ୍ନ ଜିଲ୍ଲାରେ କରୋନା ସ୍ଥିତି

ଭୁବନେଶ୍ୱର, ୨୦।୮ (ନି.ପ୍ର): ଆଜି ଗଂଜାମ ଜିଲ୍ଲାରେ ୨୨୬ କରୋନା ମାମଲା ସାମନାକୁ ଆସିବା ପରେ ଏହି ଜିଲ୍ଲା କରୋନା ସଂକ୍ରମଣ ମାମଲାରେ ସବୁଠାରେ ଆଗରେ ରହିଛି । ଜିଲ୍ଲାରେ କରୋନା ଆକ୍ରାନ୍ତଙ୍କ ସଂଖ୍ୟା ବଡ଼ି ୧୫୭୬୪ ରେ ପହଞ୍ଚିଛି । ରାଜା ସାମୁଏ ଓ ପରିବାର କଲ୍ୟାଣ ବିଭାଗ ଦ୍ୱାରା ଏହି ସୂଚନା ଦିଆ ଯାଇଛି । ସାମୁଏ ବିଭାଗ ପକ୍ଷରୁ ଦିଆ ଯାଇଥିବା ସୂଚନା ଅନୁସାରେ

ଆକ୍ରାନ୍ତ ଚିହ୍ନ ହୋଇଛନ୍ତି । ଯାକପୁର ଜିଲ୍ଲାରେ ୨୩୭୯, ଝାରସୁଗୁଡ଼ା ଜିଲ୍ଲାରେ ୬୩୩, କଳାହାଣ୍ଡି ଜିଲ୍ଲାରେ ୯୪୬, କନ୍ଧମାଳ ୧୬୫୩, କେନ୍ଦ୍ରାପଡ଼ା ଜିଲ୍ଲାରେ ୯୬୨, କେନ୍ଦ୍ରସର ଜିଲ୍ଲାରେ ୧୩୭୦, ଖୋର୍ଦ୍ଧା ଜିଲ୍ଲାରେ ୧୦୩୭୦ ଜଣ କରୋନା ଆକ୍ରାନ୍ତ ଚିହ୍ନ ହୋଇଛନ୍ତି । କୋରାପୁଟ ଜିଲ୍ଲାରେ ୨୨୧୭, ମାଲକାନଗିରି ଜିଲ୍ଲାରେ ୧୫୩୧, ମୟୂରଭଞ୍ଜ ଜିଲ୍ଲାରେ ୧୬୫୪. ନବରଙ୍ଗପୁର

ଜିଲ୍ଲାରେ ୫୯୯ ଜଣ କରୋନା ଆକ୍ରାନ୍ତ ଚିହ୍ନ ହୋଇ ଯାରିଥିବା ସାମୁଏ ବିଭାଗ ପକ୍ଷରୁ ସୂଚନା ଦିଆ ଯାଇଛି । ନୟାଗଡ଼ ଜିଲ୍ଲାରେ ୧୮୮୩, ନୂଆପଡ଼ା ଜିଲ୍ଲାରେ ୩୦୦, ପୁରୀ ଜିଲ୍ଲାରେ ୨୨୩୯, ରାୟଗଡ଼ା ଜିଲ୍ଲାରେ ୨୬୨, ସମ୍ବଲପୁର ଜିଲ୍ଲାରେ ୧୬୭୭, ସୁବର୍ଣ୍ଣପୁର ଜିଲ୍ଲାରେ ୪୧୨୭ ଓ ସୁନ୍ଦରଗଡ଼ ଜିଲ୍ଲାରେ ୩୫୭୮ ଜଣ କରୋନା ଆକ୍ରାନ୍ତ ଚିହ୍ନ ହୋଇଛନ୍ତି ।

କରୋନା ରୋଗୀ ସୁସ୍ଥ ହୋଇଛନ୍ତି ଏବଂ ୧୯୭୩ ଜଣଙ୍କର ବିଭିନ୍ନ ହସ୍ପିଟାଲରେ ଚିକିତ୍ସା ଚାଲିଛି । ଏବେ ସୁଦ୍ଧା ୧୮ ଜଣ ରୋଗୀ ମୃତ୍ୟୁବରଣ କରିଛନ୍ତି । ନାଗାଲାଣ୍ଡରେ ୩୮ ନୂଆ କରୋନା ରୋଗୀ ଚିହ୍ନ ହୋଇଛନ୍ତି । ମୋଟ ରୋଗୀଙ୍କ ସଂଖ୍ୟା ୩୫୫୮ ହୋଇଛି । ରାଜ୍ୟରେ ୧୭୦୬ ଜଣ ସୁସ୍ଥ ହୋଇଛନ୍ତି । ଗତ ୨୪ ଘଂଟାରେ ୪୨ ଜଣ ରୋଗୀ ସୁସ୍ଥ ହୋଇଛନ୍ତି ଏବଂ ୧୮୩୮ ଜଣ ରୋଗୀ ବିଭିନ୍ନ ହସ୍ପିଟାଲରେ ଚିକିତ୍ସା ହେଉଛନ୍ତି । ୭ ଜଣ ରୋଗୀଙ୍କର ମୃତ୍ୟୁ ହୋଇଛି । ଅରୁଣାଚଳ ପ୍ରଦେଶରେ ୭୫ ନୂଆ ରୋଗୀ ଚିହ୍ନ ହୋଇଛନ୍ତି । ମୋଟ ରୋଗୀଙ୍କ ସଂଖ୍ୟା ୨୯୫୦ ହୋଇଛି । ୨୦୨୨ ଜଣ ସୁସ୍ଥ ହୋଇଛନ୍ତି । ଗତ ୨୪ ଘଂଟାରେ ୭୩ ଜଣ ରୋଗୀ ସୁସ୍ଥ ହୋଇଛନ୍ତି ଏବଂ ୯୨୩ ଜଣ ରୋଗୀଙ୍କ ବିଭିନ୍ନ ହସ୍ପିଟାଲରେ ଚିକିତ୍ସା ଚାଲି ରହିଛି । ଏବେ ସୁଦ୍ଧା ୫ ଜଣଙ୍କର ମୃତ୍ୟୁ ହୋଇଛି । ମେଘାଳୟରେ ୭୮ ନୂଆ ରୋଗୀ ଚିହ୍ନ ହୋଇଛନ୍ତି ।

