

ମା ଦେବୀ ସର୍ବଭୂତେଷୁ.....

ନିରପେକ୍ଷ ଦୈନିକ ସମ୍ବାଦପତ୍ର

ଧ୍ୱନି ପ୍ରତିଧ୍ୱନି

The Dhvani Pratidhwani

website : www.dhwanipratidhwani.net
email: pratidhwani.dhwani@gmail.com

ବାଲେଶ୍ୱର ■ ଉଦ୍‌ବିବାର ୬ ସେପ୍ଟେମ୍ବର ୨୦୨୦ ■ ମୂଲ୍ୟ ଟ. ୨.୦୦ ପତ୍ରାଂଶୁ ■ ପୃଷ୍ଠା ୯-୩୦-୩୧ ■ Baleshwar ■ SUNDAY 6 SEPTEMBER 2020
Vol.No. 30 ■ No. 226 ■ Price :Rs.2.00 (8 pages) ■ R.N.I. Registered No. 52528/91 ■ Postal Registered No. Balasore(Odisha)/005/2019

SAI SADHANA SCIENCE HIGHER SECONDARY SCHOOL, UDALA
A Fully +2 Science Residential College
Dibyasingpur, Udala,
Dist: Mayurbhanj

2nd Admission is going on
SUMMER COURSE:- 2nd Batch Admission
Starts from: Dt.19.03.2020 and Class Starts From:- 2nd April (Thursday)
ଏହି SUMMER COURSE FEE କେବଳ ମାତ୍ର ୪୦୦୦ଟଙ୍କା ରେ ଖାଇବା, ରହିବା ଓ ପଢ଼ିବା ର ସୁବ୍ୟବସ୍ଥା ରହିଛି ।
For better development of students are taught by highly and well experienced faculties.
Contact No: 9437294587, 9438232419, 9437443950,

୧୨ ଜିଲ୍ଲାକୁ ଯେଲୋ ଓଡ଼ିଆ
ଭୁବନେଶ୍ୱର, ୫୯ (ନି.ପ୍ର): ଆପଣ ୨୪ ଘଣ୍ଟା ମଧ୍ୟରେ ରାଜ୍ୟର କିଛି ଜିଲ୍ଲାରେ ବହୁପାଠ ସହ ବର୍ଷା ହେବାର ସମ୍ଭାବନା ରହିଛି । ଏଥିନେଇ ଭୁବନେଶ୍ୱର ସ୍ଥିତ ଆଞ୍ଚଳିକ ପାଣିପାଗ ବିଜ୍ଞାନ କେନ୍ଦ୍ର ୧୨ ଟି ଜିଲ୍ଲାକୁ ଯେଲୋ ଓଡ଼ିଆ କରିଛି । ଏହି ଜିଲ୍ଲା ଗୁଡ଼ିକ ହେଲା କୋରାପୁଟ, ମାଲକାନଗିରି, ନବରଙ୍ଗପୁର, ବଲାଙ୍ଗୀର, ନୂଆପଡ଼ା, କଳାହାଣ୍ଡି, କନ୍ଧମାଳ, ସୁନ୍ଦରଗଡ଼, ବରଗଡ଼, ଝାରସୁଗୁଡ଼ା, କେନ୍ଦୁଝର ଓ ମୟୂରଭଞ୍ଜ । ସମସ୍ତ ଜିଲ୍ଲାର ଗୋଟିଏ ପୁରୁଣି ସ୍ଥାନରେ ସାଧାରଣତଃ ମଧ୍ୟମ ଧରଣର ବର୍ଷା ସହ ବହୁପାଠ ହେବା ନେଇ ପାଣିପାଗ ବିଭାଗ ପୂର୍ବନିର୍ଦ୍ଧାରଣ କରିଛି । ସେହିପରି ନବରଙ୍ଗପୁର ଓ କୋରାପୁଟ ଜିଲ୍ଲାରେ ପ୍ରବଳ ବର୍ଷା ହେବାର ପାଖାପାଖି ୧ କୋଟି ଲୋଟ ପାଣିପାଗ ବିଭାଗ ସତର୍କ ସୂଚନା ଜାରି କରିଛି ।

ରାଜ୍ୟ ବିଜେପିର ପ୍ରଥମ କାର୍ଯ୍ୟକାରୀତା ବୈଠକ ଆଗାମୀ ଦିନରେ ଓଡ଼ିଶାରେ ବିଜେପି ସରକାର ଗଠନ କରିବ: ଜେ.ପି. ନଡ଼ା



ଭୁବନେଶ୍ୱର, ୫୯ (ନି.ପ୍ର): ଓଡ଼ିଶାରେ ଦୀର୍ଘ ସମୟ ରାଜନୈତିକ ଲଢେଇ ପରେ ବିଜେପିକୁ ପୁଣ୍ୟ ବିରୋଧୀ ଦଳର ମାନ୍ୟତା ମିଳିଛି । ଗତ ୨୦୧୯ ଲୋକସଭା ନିର୍ବାଚନରେ ବିଜେପି ସପକ୍ଷରେ ପଡ଼ିଛି । ୩୩ ଟି ଅନୁସୂଚିତ ଜାତି ଜନଜାତିର

ନିର୍ଦ୍ଧାରିତାବେଳେ ୨୦୧୯ ରେ ଏହା ୩୨ ପ୍ରତିଶତକୁ ବୃଦ୍ଧି ପାଇଛି । ଆଗାମୀ ଦିନରେ ଆମେ ୫୦ ପ୍ରତିଶତ ଭୋଟ ହାସଲ କରି ଓଡ଼ିଶାରେ ବିଜେପି ସରକାର ଗଠନ କରିବାର ସଂକଳ୍ପ ନେବା ବୋଲି ବିଜେପିର ପ୍ରଥମ ରାଜ୍ୟ କାର୍ଯ୍ୟକାରୀତା ବୈଠକରେ ଦିଲ୍ଲୀରୁ ଭିଡ଼ିଓ କନଫରେନ୍ସ ମାଧ୍ୟମରେ

ପ୍ରଶଂସା କରିଛନ୍ତି । କରୋନାକୁ ଏବେ ଦେଶରେ ୭୪. ୩୦ ପ୍ରତିଶତ ରୋଗୀ ସୁସ୍ଥ ହେଉଛନ୍ତି । ଏହା ନିଶ୍ଚିତ ଭାବେ ଆଶ୍ୱସ୍ତ୍ୟ ପ୍ରଦାନ କରିଛି ବୋଲି ଶ୍ରୀ ନଡ଼ା କହିଛନ୍ତି । ଜାତୀୟ ଶିକ୍ଷାନୀତି -୨୦୨୦ ଭାରତର ଭାଗ୍ୟ ବଦଳାଇଦେବ । କେହି ବି କଣେ ଶିକ୍ଷାରୁ ବଞ୍ଚିତ ନହେବେ ସେ ନେଇ ବ୍ୟବସ୍ଥା କରାଯାଇଛି । ଓଡ଼ିଶା ସରକାର ଏକ ଟାକ୍‌ଫୋର୍ସ ଗଠନ କରି କାର୍ଯ୍ୟ କରନ୍ତୁ । ବିଜେପି କାର୍ଯ୍ୟକାରୀତାରେ ଏହାପରେ ସାଧାରଣ ଜନତାଙ୍କୁ ଅବଗତ କରାଇବେ । ବିଜେପି କାର୍ଯ୍ୟକାରୀତାରେ ଆହୁରିତର ପ୍ୟାକେଜ, ଭିଡ଼ିଓ ମି ପାର୍ଟି, ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷ ଶ୍ରମିକମାନଙ୍କୁ ବୋକାଗରୀ ଦେବା ଆଦି କାର୍ଯ୍ୟରେ ନିଜକୁ

ସ୍ୱାମୀ ଅନୁଭବଙ୍କ ନାମରେ ନିର୍ଯାତନା ଅଭିଯୋଗ ଆଣି ଅଦାଲତରେ ଦ୍ୱାରସ୍ଥ ହେଲେ ପତ୍ନୀ ବର୍ଷା: ଶୁଶାଣୀ ଚରଣ



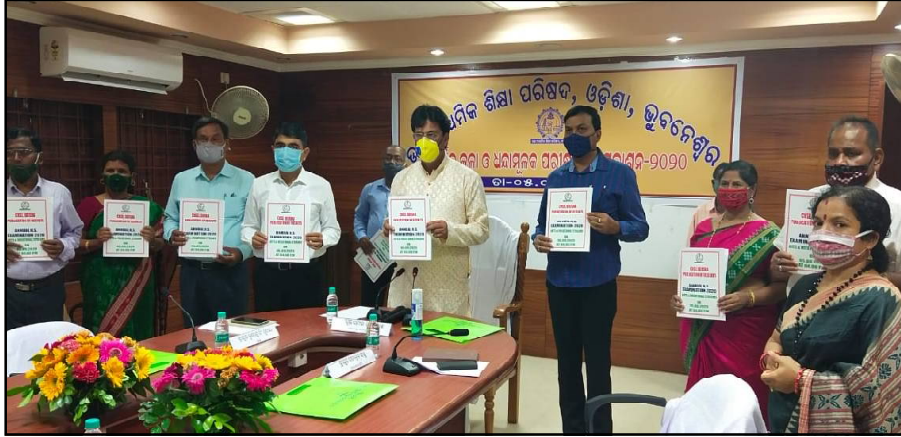
କଟକ, ୫୯ (ନି.ପ୍ର): ଓଲିଭର ପୁସ୍ତକଖାନା ତଥା ବିଜେଡ଼ି ସଂସଦ ଅନୁଭବ ମହାନ୍ତିଙ୍କ ନାମରେ ନିର୍ଯାତନା ଅଭିଯୋଗ ଆଣି ଅଦାଲତର ଦ୍ୱାରସ୍ଥ ହୋଇଛନ୍ତି ପତ୍ନୀ ତଥା ଓଲିଭର ପୁସ୍ତକଖାନା ଅଭିନେତ୍ରୀ ବର୍ଷା ପ୍ରିୟଦର୍ଶିନୀ । ସେ କଟକ ଏସଡିଜେଏମ ଅଦାଲତରେ ସ୍ୱାମୀ ଅନୁଭବଙ୍କ ନାମରେ ନିର୍ଯାତନା ଅଭିଯୋଗ ଆଣିବା ସହ ଭରଣପୋଷଣ ବାବଦରେ ଅର୍ଥ ଦାବି କରିଛନ୍ତି । ଅନୁଭବଙ୍କ ବିରୋଧରେ ଘରୋଇ ହିଂସା ସହ ମାନସିକ ନିର୍ଯାତନା ଅଭିଯୋଗ ଆଣିଛନ୍ତି ପତ୍ନୀ ବର୍ଷା । କେବଳ ସେତିକି ନୁହେଁ, ବର୍ଷା ପ୍ରିୟଦର୍ଶିନୀ ଅନୁଭବଙ୍କ ବିରୋଧରେ ଶାରୀରିକ ନିର୍ଯାତନାର ଅଭିଯୋଗ ଆଣିବା ସହ ସୁରକ୍ଷା ମଧ୍ୟ ଚାହଁଛନ୍ତି । ଅନ୍ୟପକ୍ଷରେ ଏ କେବଳ ସଂସଦ ଅନୁଭବ ମହାନ୍ତି କହିଛନ୍ତି ଯେ ତାଙ୍କୁ ଏଯାବତ କୌଣସି ଲିଗାଳ ନୋଟିସ୍ ମିଳିନାହିଁ ।

ରାଜ୍ୟରେ ବିଭିନ୍ନ ଜିଲ୍ଲାରେ କରୋନା ସ୍ଥିତି

ଭୁବନେଶ୍ୱର, ୫୯ (ନି.ପ୍ର): ଆଜି ଖୋର୍ଦ୍ଧା ଜିଲ୍ଲାରେ ୮୬୮ଟି ନୂଆ କରୋନା ମାମଲା ସାମନାକୁ ଆସିବା ପରେ ଜିଲ୍ଲାରେ କରୋନା ସଂକ୍ରମିତଙ୍କ ସଂଖ୍ୟା ବଢ଼ି ୨୦୬୧୮ ହୋଇଛି । ରାଜ୍ୟ ସ୍ତରୀୟ ଓ ପରିବାର କଲ୍ୟାଣ ବିଭାଗ ଦ୍ୱାରା ଏହି ସୂଚନା ଦିଆ ଯାଇଛି । ସାମ୍ବଲ ବିଭାଗ ପକ୍ଷରୁ ଦିଆ ଯାଇଥିବା ସୂଚନା ଅନୁସାରେ ଆଜି

ପ୍ରକାଶ ପାଇଲା ଯୁକ୍ତ ୨ କଳା ରେଜଲ୍ଡ: ପାସ୍ ହାର ୭୭.୫୭%

ଭୁବନେଶ୍ୱର, ୫୯ (ନି.ପ୍ର): ଯୁକ୍ତ ୨ କଳା ଓ ଧର୍ମାତ୍ମକ ଶିକ୍ଷା ପରୀକ୍ଷା ଫଳ ପ୍ରକାଶ ପାଇଛି । ଚଳିତ ବର୍ଷ ଯୁକ୍ତ ୨ କଳା ପରୀକ୍ଷାରେ ସମୁଦାୟ ୬୭.୫୭ ପ୍ରତିଶତ ଛାତ୍ରଛାତ୍ରୀ ପାସ କରିଛନ୍ତି । ଗତ ବର୍ଷ ଭଳି ଚଳିତ ଥର ମଧ୍ୟ ଛାତ୍ରଙ୍କ ଭୁଲନାରେ ଛାତ୍ରୀମାନେ ଭଲ ପ୍ରଦର୍ଶନ କରିଛନ୍ତି । ଶନିବାର ଅପରାହ୍ନରେ ଉଚ୍ଚ ମାଧ୍ୟମିକ ଶିକ୍ଷା ପରିଷଦ କାର୍ଯ୍ୟାଳୟ ଠାରେ ବିଦ୍ୟାଳୟ ଓ ଗଣଶିକ୍ଷା ମନ୍ତ୍ରୀ ସମୀପ ବଂଜନ ଦାଶ ପରୀକ୍ଷା ଫଳ ପୂର୍ଣ୍ଣ ପ୍ରକାଶ କରିଛନ୍ତି । ଚଳିତ ବର୍ଷ ୨ ଲକ୍ଷ ୧୯ ହଜାର ୭୧୬ ଜଣ ଛାତ୍ରଛାତ୍ରୀ ଯୁକ୍ତ ୨ କଳା ପରୀକ୍ଷା ଦେଇଥିଲେ । ଏଥିରୁ ୧



ଲକ୍ଷ ୪୮ ହଜାର ୪୫୨ ଜଣ ଛାତ୍ରଛାତ୍ରୀ ପାସ କରିଛନ୍ତି । ମୋଟ ୯୬ ହଜାର ୯୨୧ ଜଣ ଛାତ୍ରଙ୍କ ମଧ୍ୟରୁ ୫୭.୫୭ ପ୍ରତିଶତ ଅର୍ଥାତ୍ ୫୫ ହଜାର ୭୫୬ ଜଣ ପାସ କରିଛନ୍ତି । ୧ ଲକ୍ଷ ୨୨ ହଜାର ୭୯୫ ଜଣ ଛାତ୍ରୀଙ୍କ ମଧ୍ୟରୁ ୭୫.୪୮ ପ୍ରତିଶତ ଅର୍ଥାତ୍ ୯୨ ହଜାର ୬୮୬ ଜଣ ପାସ କରିଛନ୍ତି । ପ୍ରଥମ ଶ୍ରେଣୀରେ ୨୨ ହଜାର ୧୯୬ ଜଣ, ଦ୍ୱିତୀୟ ଶ୍ରେଣୀରେ ୨୬ ହଜାର ୨୭ ଜଣ ଓ ତୃତୀୟ ଶ୍ରେଣୀରେ ୧ ଲକ୍ଷ ୧୦୧ ଜଣ ଛାତ୍ରଛାତ୍ରୀ ପାସ କରିଛନ୍ତି । ବରଗଡ଼ ଜିଲ୍ଲାରୁ ସର୍ବାଧିକ ୭୬.୬୩ ପ୍ରତିଶତ ଓ ନବରଙ୍ଗପୁର ଜିଲ୍ଲାରୁ ସର୍ବନିମ୍ନ ୪୪.୬୭ ପ୍ରତିଶତ ପିଲା

ଗୁରୁ ଦିବସରେ ଶିକ୍ଷକମାନଙ୍କୁ ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀଙ୍କ ଶୁଭେଚ୍ଛା



ଭୁବନେଶ୍ୱର, ୫୯ (ନି.ପ୍ର): ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀ ନବୀନ ପଟ୍ଟନାୟକ ପ୍ରତିଷ୍ଠିତ ଶିକ୍ଷକ, ବିଦ୍ୱାନ, ଦାର୍ଶନିକ ଏବଂ ପୂର୍ବତନ ରାଷ୍ଟ୍ରପତି ଡ. ରାଧାକ୍ରିଷ୍ଣନଙ୍କ ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟରେ ତାଙ୍କ ଜନ୍ମଦିନ ତଥା ସର୍ବତ୍ର ପାଳିତ 'ଗୁରୁ ଦିବସ' ଅବସରରେ ତାଙ୍କୁ ଶ୍ରଦ୍ଧାଞ୍ଜଳି ଅର୍ପଣ କରିଛନ୍ତି । ସେ ମଧ୍ୟ ଶିଶୁକିଶୋରମାନଙ୍କ ପରିପାଳନ ସହ ସେମାନଙ୍କୁ ଭବିଷ୍ୟତ ପାଇଁ ପ୍ରସ୍ତୁତ କରି ସମାଜ ନିମନ୍ତେ ଅବଦାନ ରଖିବାର ପ୍ରମୁଖ ଭୂମିକା ପ୍ରଦାନ କରୁଥିବାରୁ ଶିକ୍ଷକମାନଙ୍କୁ ହାର୍ଦ୍ଦିକ ଶୁଭେଚ୍ଛା ଜ୍ଞାପନ କରିଛନ୍ତି ।

ଓଡ଼ିଶାରୁ ଗୁଜରାଟ ଯାଉଥିବା ବସ ଛତିଶଗଡ଼ରେ ଦୁର୍ଘଟଣାଗ୍ରସ୍ତ: ୮ ମୃତ

ଭୁବନେଶ୍ୱର, ୫୯ (ନି.ପ୍ର): ଗଞ୍ଜାମରୁ ଗୁଜରାଟକୁ ଯାଉଥିବା ଏକ ବସ ଛତିଶଗଡ଼ର ରାଜଧାନୀ ରାୟପୁର ନିକଟରେ ଦୁର୍ଘଟଣାଗ୍ରସ୍ତ ହୋଇଛି । ଏହି ଦୁର୍ଘଟଣାରେ ୮ ଜଣଙ୍କର ମୃତ୍ୟୁ ଘଟିଥିବା ବେଳେ ୫୯ ଜଣ ସୁରକ୍ଷିତ ଥିବା ଜଣା ପଡ଼ିଛି । ମିଳିଥିବା ସୂଚନା ଅନୁଯାୟୀ, ଛତିଶଗଡ଼ର ରାୟପୁର ନିକଟବର୍ତ୍ତୀ ଛେଡ଼ିରେ ଗଞ୍ଜାମରୁ ଗୁଜରାଟକୁ ଯାଉଥିବା ବସ ଏକ ଗ୍ରଜ୍ ସହ ମୁହାଁମୁହିଁ ଧକ୍କା



ହୋଇଥିଲା । ଏହାପରେ ଘଟଣାସ୍ଥଳରେ ୬ ଜଣଙ୍କର ପ୍ରାଣହାନି ଘଟିଥିଲା ପରେ ଆଉ ଦୁଇ ଜଣ ଡାକ୍ତରଖାନାରେ ପ୍ରାଣ ହରାଇଛନ୍ତି । ପୋଲିସ୍ ଡିଡି ଦ୍ୱିତ କରି ମୋଟ ୮ ଜଣ ପ୍ରାଣ ହରାଇଥିବା ନେଇ ସୂଚନା ଦେଇଛନ୍ତି । ସମସ୍ତ ମୃତକ ଗଞ୍ଜାମ ଜିଲ୍ଲାର ବାସିନ୍ଦା ଓ ସେମାନେ ଗୁଜରାଟର ପୁର ଯାଉଥିଲେ । ଆହତମାନଙ୍କୁ ନିକଟସ୍ଥ ଆୟତ୍ତକର୍ମ ହସ୍ପିଟାଲରେ ଭର୍ତ୍ତି କରାଯାଇଛି ।

ପଶ୍ଚିମବଙ୍ଗରେ ଲକ୍ ଡାଉନ୍ ପାଇଁ ୫ ଟ୍ରେନ୍ ବାଟିଲ୍

ଭୁବନେଶ୍ୱର, ୫୯ (ନି.ପ୍ର): ପଶ୍ଚିମବଙ୍ଗ ରାଜ୍ୟରେ ସେପ୍ଟେମ୍ବର ୦୭, ୧୧ ଓ ୧୨ ତାରିଖରେ ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ଲକ୍ ଡାଉନ୍ ହେଉଥିବାରୁ ୫ ଟି ଟ୍ରେନ୍ ବାଟିଲ୍ କରାଯାଇଥିବା ବେଳେ ୨ ଟି ଟ୍ରେନ୍ ଆଞ୍ଚିକ ବାଟିଲ୍ ହୋଇଛି । ୨ ଟି ଟ୍ରେନ୍ ର ରହଣି ପ୍ରତ୍ୟାହାର କରାଯାଇଛି । ପୂର୍ବତନ ରେଳପଥର ପୁରୀ ଅନୁଯାୟୀ ସେପ୍ଟେମ୍ବର ୧୧ ଓ ୧୨ ତାରିଖ ଦିନ ହାଉଡ଼ାକୁ ଛାଡ଼ୁଥିବା ୦୨୨୪୫ ହାଉଡ଼ା-ଯଶୋବନ୍ତପୁର ଦୂରତ୍ୱ ସେସିଆଲକୁ ବାଟିଲ୍ କରାଯିବ । ସେପ୍ଟେମ୍ବର ୧୦, ୧୧ ଓ ୧୨ ତାରିଖ ଦିନ ଯଶୋବନ୍ତପୁରରୁ ଛାଡ଼ୁଥିବା ୦୨୨୪୬ ଯଶୋବନ୍ତପୁର-ହାଉଡ଼ା ଦୂରତ୍ୱ ସେସିଆଲକୁ ବାଟିଲ୍ କରାଯିବ । ସେପ୍ଟେମ୍ବର ୭ ଓ ୧୧ ତାରିଖ ଦିନ ସିଆଲବାବୁ ଛାଡ଼ୁଥିବା ୦୨୨୦୧

ରାଜ୍ୟରେ ଆଉ ୭ ଜଣଙ୍କର କରୋନାରେ ମୃତ୍ୟୁ: ମୃତ୍ୟୁ ସଂଖ୍ୟା ୫୩୮ ହେଲା

ଭୁବନେଶ୍ୱର, ୫୯ (ନି.ପ୍ର): ଗତ ୨୪ ଘଣ୍ଟା ମଧ୍ୟରେ ରାଜ୍ୟରେ ପୁଣି ୭ ଜଣ କରୋନା ସଂକ୍ରମିତଙ୍କର ମୃତ୍ୟୁ ଘଟିଛି । ଏହା ପରେ ରାଜ୍ୟରେ କରୋନା ମୃତ୍ୟୁ ସଂଖ୍ୟା ୫୩୮ କୁ ବୃଦ୍ଧି ପାଇଛି ବୋଲି ରାଜ୍ୟ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ଓ ପରିବାର କଲ୍ୟାଣ ବିଭାଗ ସମ୍ବଲୁ ସୂଚନା ଦିଆଯାଇଛି । ବିଭାଗ ଦ୍ୱାରା ଦିଆ ଯାଇଥିବା ସୂଚନା ଅନୁସାରେ ମୃତକ ମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ଖୋର୍ଦ୍ଧା ଜିଲ୍ଲାର ଦୁଇ ଜଣ ହୋଇଥିବା ବେଳେ ଗଞ୍ଜାମ, ବଲାଙ୍ଗୀର, କଟକ, ମାଲକାନଗିରି, ସୁନ୍ଦରଗଡ଼ ଜିଲ୍ଲାର ଜଣେ-ଜଣ ଅଛନ୍ତି । ସାମ୍ବଲ ବିଭାଗ ପକ୍ଷରୁ ଦିଆ ଯାଇଥିବା ସୂଚନା ଅନୁସାରେ ଭୁବନେଶ୍ୱରର ଜଣେ ୭୦ ବର୍ଷୀୟ କରୋନା ଆକ୍ରାନ୍ତ ପୁରୁଷ ମୃତ୍ୟୁବରଣ କରିଛନ୍ତି । ବଲାଙ୍ଗୀର ଜିଲ୍ଲାର ଜଣେ ୭୮ ବର୍ଷୀୟା କରୋନା ସଂକ୍ରମିତ



ପୁରୁଷଙ୍କର ମୃତ୍ୟୁ ଘଟିଛି । ସେ ମଧୁମେହ ଓ ଉଚ୍ଚ ରକ୍ତଚାପ ଓ ଅନ୍ୟ ରୋଗରେ ପୀଡ଼ିତ ଥିଲେ । କଟକ ଜିଲ୍ଲାର ଜଣେ ୬୧ ବର୍ଷୀୟ ପୁରୁଷ କରୋନା ଆକ୍ରାନ୍ତ ମୃତ୍ୟୁବରଣ କରିଛନ୍ତି । ସେ ତାଳବେଟିସରେ ପୀଡ଼ିତ ଥିଲେ । ଗଞ୍ଜାମ ଜିଲ୍ଲାର ଜଣେ ୭୬ ବର୍ଷୀୟା ପୁରୁଷ କରୋନା ଆକ୍ରାନ୍ତଙ୍କ ମଧ୍ୟ ମୃତ୍ୟୁ ଘଟିଥିବା ବିଭାଗ ପକ୍ଷରୁ ସୂଚନା ଦିଆ ଯାଇଛି । ସେ ମଧୁମେହରେ ପୀଡ଼ିତ ଥିଲେ । ଖୋର୍ଦ୍ଧା ଜିଲ୍ଲାର ଜଣେ ୫୯ ବର୍ଷୀୟ ପୁରୁଷ କରୋନା ଆକ୍ରାନ୍ତଙ୍କ ମୃତ୍ୟୁ ଘଟିଥିବା ବିଭାଗ ପକ୍ଷରୁ ସୂଚନା ଦିଆ ଯାଇଛି । ସୁନ୍ଦରଗଡ଼ ଜିଲ୍ଲାର ଜଣେ ୧୩ ବର୍ଷୀୟ ବାଳକର କରୋନା ଆକ୍ରାନ୍ତଙ୍କ ମୃତ୍ୟୁ ଘଟିଛି । ଖୋର୍ଦ୍ଧା ଜିଲ୍ଲାର ଜଣେ ୬୮ ବର୍ଷୀୟ ପୁରୁଷ କରୋନା ଆକ୍ରାନ୍ତଙ୍କ ମୃତ୍ୟୁ ଘଟିଛି । ସେ ମଧୁମେହରେ ପୀଡ଼ିତ ଥିଲେ ।

ମହେନ୍ଦ୍ରଗିରିର ବିକାଶ ପାଇଁ କେନ୍ଦ୍ରକୁ ପ୍ରସ୍ତାବ ଦେବାକୁ ରାଜ୍ୟ ସରକାରଙ୍କୁ ଅନୁରୋଧ କଲେ କେନ୍ଦ୍ରମନ୍ତ୍ରୀ ଧର୍ମେନ୍ଦ୍ର

ନୂଆଦିଲ୍ଲୀ/ ଭୁବନେଶ୍ୱର, ୫୯ (ନି.ପ୍ର): ଭାରତ ସରକାରଙ୍କ ସ୍ୱଦେଶ ଦର୍ଶନ ଯୋଜନାର ରାମାୟଣ ସର୍ବିଟ୍ ଅଧୀନରେ ମହେନ୍ଦ୍ରଗିରିର ବିକାଶ ପାଇଁ କେନ୍ଦ୍ର ପର୍ଯ୍ୟଟନ ଓ ସଂସ୍କୃତି ମନ୍ତ୍ରାଳୟକୁ ସହଯୋଗ କରିବା ସହ ରାଜ୍ୟ ପର୍ଯ୍ୟଟନ ଓ ସଂସ୍କୃତି ବିଭାଗକୁ ଏଥିପାଇଁ ପ୍ରସ୍ତାବ ଦେବାକୁ ନିର୍ଦ୍ଦେଶ ଦେବା ପାଇଁ ପତ୍ର ଲେଖି ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀଙ୍କ ହସ୍ତକ୍ଷେପ ଲୋଡ଼ିଛନ୍ତି କେନ୍ଦ୍ରମନ୍ତ୍ରୀ ଧର୍ମେନ୍ଦ୍ର ପ୍ରଧାନ । ଶ୍ରୀ ପ୍ରଧାନ ପତ୍ରରେ ଉଲ୍ଲେଖ କରିଛନ୍ତି ଯେ ଭାରତ ସରକାରଙ୍କ ଏହି ବିଭାଗୀୟ ମନ୍ତ୍ରାଳୟ ପକ୍ଷରୁ ପୂର୍ବରୁ ସ୍ୱଦେଶ ଦର୍ଶନ ଯୋଜନାରେ ରାମାୟଣ ସର୍ବିଟ୍ ଅଧୀନରେ ମହେନ୍ଦ୍ରଗିରିର ବିକାଶ ପାଇଁ ପ୍ରସ୍ତାବ ଦେବା ପାଇଁ ଓଡ଼ିଶା ସରକାରଙ୍କୁ ଅନୁରୋଧ କରାଯାଇଥିଲା । ମାତ୍ର ରାଜ୍ୟ ସରକାର ଏପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ବିଭାଗୀୟ ମନ୍ତ୍ରାଳୟକୁ ଏହି ପ୍ରସ୍ତାବ ପଠାଇନଥିବା ଶ୍ରୀ ପ୍ରଧାନ ପତ୍ରରେ ଉଲ୍ଲେଖ କରିଛନ୍ତି । ଭାରତ ସରକାରଙ୍କ ପର୍ଯ୍ୟଟନ ଓ ସଂସ୍କୃତି ମନ୍ତ୍ରାଳୟ ସ୍ୱଦେଶ ଦର୍ଶନ ଯୋଜନାରେ ପର୍ଯ୍ୟଟନ ସୁବିଧାକୁ ବିକଶିତ କରିବା ପାଇଁ ଓଡ଼ିଶାର ବିଭିନ୍ନ ସ୍ଥାନକୁ ଚିହ୍ନିତ କରିଛି । ଓଡ଼ିଶାରେ ଥିବା ପର୍ଯ୍ୟଟନସ୍ଥଳୀ ଯଥା ରାମାୟଣ ସର୍ବିଟ୍ ଅଧୀନରେ ମହେନ୍ଦ୍ରଗିରି, ଭୂଷା ସର୍ବିଟ୍ ଅଧୀନରେ ପୁରୀ ଏବଂ ଉପକୂଳ ସର୍ବିଟ୍ ଅଧୀନରେ ଗୋପାଳପୁର, ବରକୁଳ, ସାତପଡ଼ା ଓ ଖମ୍ବପଡ଼ା ଭଳି ସ୍ଥାନକୁ ଚିହ୍ନିତ କରାଯାଇଛି । ୨୦୧୬-୧୭ ଆର୍ଥିକ ବର୍ଷରେ କେନ୍ଦ୍ର ପର୍ଯ୍ୟଟନ ଓ ସଂସ୍କୃତି

ମନ୍ତ୍ରାଳୟ ସ୍ୱଦେଶ ଦର୍ଶନ ଯୋଜନାରେ ଉପକୂଳ ସର୍ବିଟ୍ ଅଧୀନରେ ଗୋପାଳପୁର, ବରକୁଳ, ସାତପଡ଼ା ଓ ଖମ୍ବପଡ଼ାର ବିକାଶ ପାଇଁ ୧୦.୮୨ କୋଟି ଟଙ୍କା ମଞ୍ଜୁର କରିଥିଲା । ଶ୍ରୀ ପ୍ରଧାନ ପତ୍ରରେ ଉଲ୍ଲେଖ କରିଛନ୍ତି ମହେନ୍ଦ୍ରଗିରି ପୂର୍ବସାଗରେ ଅବସ୍ଥିତ ଏବଂ ଏହା ମହେନ୍ଦ୍ରଗିରି ପର୍ବତ ଭାବରେ ରାମାୟଣର କଥାବସ୍ତୁ ସହ ଜଡ଼ିତ । କୁହାଯାଏ ଯେତେବେଳେ ଭଗବାନ ରାମ ଭଗବାନ ଶିବଙ୍କ ଧନୁକୁ ଡାକିଥିଲେ ପଶ୍ଚିମାମ ମହେନ୍ଦ୍ରଗିରି ପର୍ବତ ଉପରେ ଚପସାଧି ଦିଗିଥିଲେ । ମହେନ୍ଦ୍ରଗିରିରେ ଧାର୍ମିକ ଗୁରୁତ୍ୱ ଥିବା ହେତୁ ଏଠାରେ ସାମାଜିକ-ସାଂସ୍କୃତିକ ପର୍ଯ୍ୟଟନର ବିକାଶ ପାଇଁ ଆନେକ ସମ୍ଭାବନା ରହିଛି ।



ମହେନ୍ଦ୍ରଗିରିରେ ପର୍ଯ୍ୟଟନ ସ୍ଥଳର ବିକାଶ ହେଲେ ସ୍ଥାନୀୟ ଅଞ୍ଚଳରେ ଅର୍ଥକ ନିୟୁତ୍ତି ସୃଷ୍ଟି ହେବ ଏବଂ ଅର୍ଥନୈତିକ ବିକାଶ ମଧ୍ୟ ଦ୍ରବୀଭୂତ କରିବ । ତେଣୁ ଏହି ପ୍ରସଙ୍ଗରେ ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀଙ୍କ ବ୍ୟକ୍ତିଗତ ହସ୍ତକ୍ଷେପ କରି କେନ୍ଦ୍ର ପର୍ଯ୍ୟଟନ ଓ ସଂସ୍କୃତି ଅନୁରୋଧ କରିଛନ୍ତି । ବିଭାଗକୁ ସହଯୋଗ କରିବା ସହ ସ୍ୱଦେଶ ଦର୍ଶନ ଯୋଜନାରେ ରାମାୟଣ ସର୍ବିଟ୍ ଅଧୀନରେ ମହେନ୍ଦ୍ରଗିରିର ଉନ୍ନତି ପାଇଁ ନିର୍ଦ୍ଦେଶ ଦେବାକୁ ଶ୍ରୀ ପ୍ରଧାନ ଅନୁରୋଧ କରିଛନ୍ତି ।

ବିବିଧ

ଦେଶ ବିଦେଶର ଜଣାଅଜଣା

ବର୍ଷା

ଧୂଳି ପ୍ରତିଧୂଳି

ବର୍ଷାଦିନେ ପିଲା ଓଦା ହେଲେ



ବର୍ଷାରେ ଭିଜିବା ବା ଓଦା ହେବା ପୂର୍ବରୁ ପିଲାଟି ଦେହରେ କ୍ଲର, ନିମୋନିଆ ଥିଲେ ଏହା ଅତ୍ୟନ୍ତ ଚିତ୍ତଜନକ ହୋଇଥାଏ । କାରଣ ପରବର୍ତ୍ତୀ ସମୟରେ ପିଲାଟିର ଦେହ ଅଧିକ ଖରାପ ହେବାର ଆଶଙ୍କା ରହିଥାଏ । ସତର୍କତା ଅବଲମ୍ବନ କଲେ ବର୍ଷାରୁ ପିଲାମାନଙ୍କ ପାଇଁ ନିର୍ଭୀକ ଭାବେ ଖୁସି ଓ ଆନନ୍ଦର ରତ୍ନ ହେବ ।

କେତେକ କ୍ଷେତ୍ରରେ ବାପା-ମା' ମାନେ ଭିଜିଲା ପରେ ସାଫ୍ଟପ୍ୟାଣ୍ଟ ଖୋଲି ପିଲାଟିକୁ ଗାଧୋଇ ଦେବାକୁ ଉଚିତ ମନେ କରିଥାନ୍ତି କିନ୍ତୁ ଏହା ପିଲାଟିର ଶରୀର ପାଇଁ ଘାତକ ହୋଇପାରେ । ସହଜେ ପିଲାଟି ବର୍ଷାରେ ଚିତ୍ତି ଓଦା କରୁଥିବା ଅବସ୍ଥାକୁ ପୁଣି ଗାଧୁଆ ପାଣି ନିର୍ମୂଳ ଭାବରେ ସେମାନଙ୍କ ଶରୀର ପାଇଁ କ୍ଷତିକାରକ ସାଦୃଶ୍ୟ ହୋଇଥାଏ । ଏପରି କ୍ଷେତ୍ରରେ ପିଲାଟିକୁ କ୍ଲର ହେବାର ଆଶଙ୍କା ବି ରହିଥାଏ । ସେହିପରି ପିଲାଟିକୁ ପୁଟାପାଣି କିମ୍ବା ଭଲ ଭାବେ ବିଶୋଧିତ ହୋଇଥିବା ପାଣି ପିଇବାକୁ ଦିଅନ୍ତୁ । ବର୍ଷାଦିନେ ପିଲାମାନଙ୍କ ପାଇଁ ପୁଟା ସୁଶାତକ ପାଣି ସାଧୁ ପାଇଁ ଖୁବ୍ ଭଲ । ପିଲାଟି ବର୍ଷାଦିନେ ଯେପରି ନ ଭିଜିବ ସେଥିପ୍ରତି ସତର୍କ ଦୃଷ୍ଟି ଦେଇ ପିଲାଟିକୁ



ସଚେତନ କରାନ୍ତୁ । ବର୍ଷାଦିନେ ପିଲାମାନେ ଘରେ ନବସି ବନ୍ଦ ଓଦା ହୋଇ ଖେଳିବାକୁ ଭଲ ପାଆନ୍ତି । କେତେକ ପିଲା ଫୁଟବଲ ବା ବୋକ୍ସାବୋକ୍ସି, ଡଙ୍ଗାଭସା ନହେଲେ ଗୋଡ଼ରେ ପାଣି ପୁଅକୁ ଠେଲିଠାଲି ମଜା ଦେବାକୁ ବେଶ୍ ଖୁସି ପାଆନ୍ତି କିନ୍ତୁ ଏହା ସେହି ପିଲାମାନଙ୍କ ପାଇଁ ଆଦୌ ଭଲ ନୁହେଁ । ପିଲାମାନେ ବର୍ଷାଦିନେ ବାହାରେ ଖେଳିବା ମାନେ ନିର୍ଭୀକ ଭାବରେ ସେମାନଙ୍କର ଶରୀର ସହ ହାତ ମଧ୍ୟ ଅପରିଷ୍କାର ହୋଇଥାଏ । ତେଣୁ ପିଲାଟି ବାହାରୁ ଆସିବା ପରେ ତାକୁ ଭଲ ସାବୁନରେ ହାତ ଓ ପାଦ ଧୋଇବା ପାଇଁ ଦିଅନ୍ତୁ । ଖାଇବା ପୂର୍ବରୁ ନିର୍ମୂଳ ଭାବରେ ହାତ ଓ ନଖକୁ ଯେପରି ପରିଷ୍କାର କରିଥାଏ ସେଥିପ୍ରତି କେବଳ ଘରର ଗୁରୁଜନଙ୍କ ସହିତ ବାପା-ମା'ଙ୍କ ସଚେତନ ଭୂମିକା ଜରୁରୀ । ବର୍ଷା ଦିନେ ପିଲାଟିର ନଖ ଭଲ ଭାବରେ ସଫା ପୁରା ରଖନ୍ତୁ । ନିୟମିତ ବ୍ୟବଧାନରେ ନଖ କାଟନ୍ତୁ ଓ ନଖ ଭିତର ମଳିକୁ ଏଣୁ ତେଣୁ କୁହନ୍ତୁ ବା ସେପ୍ଟିସିନ୍ରେ ସଫା ନକରି ଭଲ ତୁଳାରେ ପରିଷ୍କାର କରନ୍ତୁ । ପିଲାଟିର ନଖ ଭିତରେ ଜୀବାଣୁ ଜମି ରହି ତା'ର ଯେତେ ଭିତରକୁ ଯିବାର ଆଶଙ୍କା ରହିଥାଏ, ଯାହାଦ୍ଵାରା ପିଲାଟିର ଯେତେ ରୋଗ ବି ଦେଖାଯାଏ । ବର୍ଷାଦିନେ ମଶାମା ଟାଣି ଖୋଲିବା ଅଭ୍ୟାସ ସବୁଠାରୁ ଭଲ । ମଶା ଧୂଆଁ ଅପେକ୍ଷା ଏହା ଏକ ଭଲ ଅଭ୍ୟାସ । ପ୍ରତି ଦିନ ବର୍ଷାରେ ଥରେ ପିଲାଟିକୁ ଚାନ୍ଦିଏବ୍ ଟାକା ଦିଅନ୍ତୁ । ବର୍ଷା ଦିନଟି ପିଲାମାନଙ୍କ ପାଇଁ ଖୁସିବାସିର ରତ୍ନ ହୋଇଥିଲେ ବି ବାସ୍ତବରେ ଏହି ରତ୍ନଟି ପିଲାମାନଙ୍କ ପାଇଁ କେତେକ ସମସ୍ୟା ଓ ଯନ୍ତ୍ରଣାକୁ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ କରିଥାଏ । ବର୍ଷା ଦିନେ ବର୍ଷାର ପ୍ରଥମ ଅସରା ପିଲାଙ୍କ ମୁଣ୍ଡରେ ପଡ଼ିଥାଏ । ବର୍ଷାଦିନେ ଜଳବାୟୁରେ ଆର୍ଦ୍ରତା ରହୁଥିବାରୁ ପିଲାମାନଙ୍କୁ ଅଣ୍ଟା ଧରିବା ସହିତ ଚର୍ମ ସମସ୍ୟା

ସମସ୍ୟା ବି ଦେଖାଯାଇଥାଏ । ବର୍ଷାଦିନେ ଓଦା ହେବା ସମୟରେ ପିଲାଙ୍କ ଦେହରେ ଥିବା କୌଣସି ଘା' ସିଧାସଳଖ ଭାବେ ବର୍ଷାରେ ଚିତ୍ତିଲେ ବା ବ୍ୟାଣ୍ଡେଜ ବି ଚିତ୍ତିଲେ ତାହା ସୋମନଙ୍କ ଘା'କୁ ଫୁଲୁମଣ କରିବାର ସମ୍ଭାବନା ଥାଏ । ସେ କ୍ଷେତ୍ରରେ ତୁରନ୍ତ ଉଷ୍ମ ପାଣିରେ ତେଲ୍ ଚିକେ ପକାଇ ଘା' ସ୍ଥାନଟିକୁ ସଫା କରିଦେବା ଭଲ ବା ବେଶି ଭିଜିନଥିଲେ ବିଶୋଧିତ ଗଳରେ ସଫା କରିପାରେ । ବର୍ଷାର ଧାରା ପିଲାମାନଙ୍କ ଆଖି ଉପରେ ମାଡ଼ ହେବା ଦ୍ଵାରା ପିଲାଙ୍କୁ ମଜା ଲାଗୁଥିଲେ ବି ପରବର୍ତ୍ତୀ ସମୟରେ ଏହା ତୋଳାକୁ ଲାଲ କରିବା ସହ ଆଖିରୁ ପାଣି ବୋହିବା, ଲେଜରା ପୃଷ୍ଠି ହୋଇଥାଏ । ଏଭଳି କ୍ଷେତ୍ରରେ ପିଲାଟିକୁ ଚକ୍ଷୁ ବିଶେଷଜ୍ଞଙ୍କ ନିକଟକୁ ନେବାକୁ ହୋଇଥାଏ । କୌଣସି କାରଣରୁ ଅଳ୍ପ ପରିମାଣର ଭିଜିଗଲେ ସଙ୍ଗେ ସଙ୍ଗେ ପିଲାଟିକୁ ପୋଛାପୋଛି କରି ସଫାପୁରୁରା ଲୁଗାପତା ପିନ୍ଧିବାକୁ ଦିଅନ୍ତୁ । ଏଭଳି କ୍ଷେତ୍ରରେ ବିଶେଷ ଅସୁବିଧା ହୋଇନଥାଏ । ତେବେ ଅଧିକ ସମୟ ବା ବାରମ୍ବାର ଭିଜିବା ଦ୍ଵାରା ନିର୍ଭୀକ ଭାବେ ପିଲାଟିର ଦେହ ଖରାପ କରିଥାଏ । ବର୍ଷାରେ ଭିଜିବା ବା ଓଦା ହେବା ପୂର୍ବରୁ ପିଲାଟି ଦେହରେ କ୍ଲର, ନିମୋନିଆ ଥିଲେ ଏହା ଅତ୍ୟନ୍ତ ଚିତ୍ତଜନକ ହୋଇଥାଏ । କାରଣ ପରବର୍ତ୍ତୀ ସମୟରେ ପିଲାଟିର ଦେହ ଅଧିକ ଖରାପ ହେବାର ଆଶଙ୍କା ରହିଥାଏ । ବର୍ଷାରତ୍ନକୁ ପ୍ରାକୃତିକ ଦୃଷ୍ଟିକୋଣରୁ ସୁନ୍ଦର ରତ୍ନ ଭାବରେ ବିବେଚନା କରାଯାଏ । ସତର୍କତା ଅବଲମ୍ବନ କଲେ ବର୍ଷାରୁ ପିଲାମାନଙ୍କ ପାଇଁ ନିର୍ଭୀକ ଭାବେ ଖୁସି ଓ ଆନନ୍ଦର ରତ୍ନ ହେବ ।



ତ୍ରେଣ୍ଡରେ ଓଡ଼ିଆ ଟି-ଶାର୍ଟ

ସମୟ ସହ ଯୁବପିଢ଼ିଙ୍କ ଫ୍ୟାଶନ ଷ୍ଟେଟମେଣ୍ଟ ସବୁବେଳେ ବଦଳିଥାଏ । ଠିକ୍ ଯେମିତି ବର୍ତ୍ତମାନ ଅନେକ ଯୁବତୀଯୁବକ ମେସେଜ୍ ଟି-ଶାର୍ଟ ପିନ୍ଧିବାକୁ ବେଶ୍ ପସନ୍ଦ କରୁଥିବା ଦେଖିବାକୁ ମିଳୁଛି । ଆଉ ଏମିତିରେ ଏବେ ନିଜ ମାତୃଭାଷା ଓଡ଼ିଆରେ କିଛି ଢଗ ଢମାଳି ଲେଖାଥିବା ଟି-ଶାର୍ଟ ସେମାନଙ୍କ ଲାଗି ପାଲଟିଛି ଲାଟେଷ୍ଟ ଟ୍ରେଣ୍ଡ...

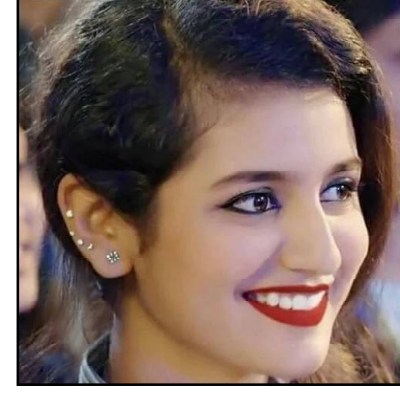


ମଣିଷ ଯେତେ ଭଲ ଶିଖିତ ହୋଇଥାଉ ନା କାର୍ଯ୍ୟକ୍ଷେତ୍ର, ନିଜ ଆଞ୍ଚଳିକ ଭାଷା ପ୍ରତି ଥିବା ମୋହ କେବେ କମେନି । ବୋଧହୁଏ ସେଥିପାଇଁ ବର୍ତ୍ତମାନ ଓଡ଼ିଆ ମେସେଜ୍ ଥିବା ଟି-ଶାର୍ଟ ଯୁବପିଢ଼ିଙ୍କ ଲାଗି ପାଲଟିଛି ଲାଟେଷ୍ଟ ଟ୍ରେଣ୍ଡ । ବିଶେଷ କରି ଟି-ଶାର୍ଟ ଉପରେ ଆମେ ଓଡ଼ିଆ ଭାରି ବଢ଼ିଆ, ଗୋଟେ ଖୁସି ଆଉ, ନୋକାଲ ଟୋକା, ଖାଣ୍ଟି କଟକିଆ, ଆପଣମାନେ ଖୁସି

ତ, ଭାରି କିପିଆ, ଦୂରରୁ ନମସ୍କାର, ଫୁଁ ନଥବଲେ ତ କିଛି ହବନି ଆଉ ଭଲି ଲେଖା ଲୋକଙ୍କ ଦୃଷ୍ଟି ଆକର୍ଷଣ କରୁଛି । ଆଉ ଏହି ଓଡ଼ିଆ ମେସେଜ୍ ଟି-ଶାର୍ଟ ପ୍ରସ୍ତୁତ କରିବାର ଅଭିନବ ପ୍ରୟାସ କରିଛନ୍ତି କଟକର କେତେକ ଯୁବପିଢ଼ି । କେବଳ ଆମ ରାଜ୍ୟ ନୁହେଁ ରାଜ୍ୟ ବାହାରେ ରହୁଥିବା ପ୍ରବାସୀ ଓଡ଼ିଆ ମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ବି ଏହାର ଡିମାଣ୍ଡ ବଢ଼ୁଥିବାର ଦେଖିବାକୁ ମିଳୁଛି । ଯାହାକୁ ଖୁସିଆରରେ ରଖି ଗ୍ରାହକଙ୍କ ପାଖରେ ଅଧିକ ଅଧିକ ଏଭଳି ଟି-ଶାର୍ଟ ସହଜରେ ପହଞ୍ଚାଇବା ଲାଗି ଏହାର ଏକ ଡ୍ରେବିଂସ୍ଟ୍ରାଟେଜି ମଧ୍ୟ ଖୋଲାଯାଇଛି । ଦିନକୁ ଦିନ ଏହି ଓଡ଼ିଆ ଲୋକପ୍ରିୟତା ବଢ଼ୁଥିବାର ଦେଖିବାକୁ ମିଳୁଛି ।

ପାର୍ଲରରେ ପ୍ରିୟା

ପ୍ରିୟା ପ୍ରକାଶ ଖୁସିକର । ଆଖି ମାରିବା ପାଇଁ ସେ ବେଶ୍ ଚର୍ଚ୍ଚିତ । ନିଜ ଆଖିର ଯାତ୍ରାରେ ରାଜ୍ୟରାଜି ଖାର ପାଲଟି ଯାଇଥିଲେ ପ୍ରିୟା । ଏବେ ଏହି ଅଭିନେତ୍ରୀ କାଟାୟ ସ୍ତରରେ ବେଶ୍ ପରିଚିତ । ସେଦିନର ସେହି ଆଖିମାରି ଭିତ୍ତି ଓ ଆଜିବି ଦର୍ଶକଙ୍କ ମନରେ ରହିଯାଇଛି । ଏହାପରେ ପ୍ରିୟା ସମୟ ସମୟରେ ସୋସିଆଲ ମିଡ଼ିଆରେ ତାଙ୍କ ପ୍ରଶଂସକଙ୍କ ପାଇଁ କିଛି ଭିଡ଼ିଓ ଅପଲୋଡ କରିଆଣି । ଯେଉଁଥିରେ ତାଙ୍କ ଦ୍ୟାୟ ଓ ଏକ୍ସପ୍ରେସନକୁ ଖୁବ୍ ପ୍ରଶଂସା କରାଯାଏ । ନିକଟରେ ସେ ନିଜ ଇନଷ୍ଟାଗ୍ରାମରେ ଏକ ଭିଡ଼ିଓ ଶେୟାର କରିଛନ୍ତି । ଯାହା ପୁଣିଥରେ ଚର୍ଚ୍ଚାକୁ ଆସିଛି । ଏହି ଭିଡ଼ିଓରେ ସେ ଏକ ପାର୍ଲରରେ ବସିଥିବା ଦେଖାଯାଇଛି । ଆଉ ସେଠାରେ ସେ ତାଙ୍କୁ ଯାତ୍ରା ଦେଖାଇଛନ୍ତି । ସେଠାରେ ସେ କେଶ କାଟିବାକୁ ବସିଥିବା ବେଳେ ବୋଉ ହୋଇଯାଇ ସେ ତାଙ୍କର ଆଖିର ଯାତ୍ରା ଦେଖାଇ ଏହାର ଭିଡ଼ିଓ ପ୍ରସ୍ତୁତ କରୁଛନ୍ତି । ତେବେ କରୋନା ଭାରତର ସଂକ୍ରମଣକୁ ଦୃଷ୍ଟିରେ ରଖି ସେ ପିପିଲ କିଟ୍ ପିନ୍ଧି ବସିଥିବା ଦେଖାଯାଇଛି । ଆଉ ପ୍ରିୟାଙ୍କର ଏଭଳି ଅଯାକ ତାଙ୍କ ପ୍ରଶଂସକଙ୍କୁ ବେଶ୍ ପସନ୍ଦ ଆସିଛି ।



୫ ବର୍ଷ ପରେ ଫେରିବେ ବିପାଶା



କାନ୍ଧର ସାମ୍ରାଜ୍ୟ କରିବାକୁ ପଡ଼ିଥିଲା ବୋଲି ସେ ତାଙ୍କୁ ତାଙ୍କ ଫ୍ୟାନ୍‌ମାନଙ୍କୁ ଜଣାଇଛନ୍ତି । 'ଡେଜର୍ଟର ଯତ୍ନ'ର ପ୍ରଯୋଗନରେ ବ୍ୟସ୍ତ ଥିବା ବିପାଶା ନିଜର ଅତୀତକୁ ମନେ ପକାଇଛନ୍ତି । କ୍ୟାରିୟର ଆରମ୍ଭ ସମୟରେ ତାଙ୍କୁ ଯୌନଶୋଷଣର ଶିକାର ହେବାକୁ ପଡ଼ିଥିଲା । ଖରାପ ବ୍ୟବହାର ସହି ପାରୁ ନଥିଲେ ସେ । ଜଣେ ଲୋକପ୍ରିୟ ଫିଲ୍ମନିର୍ମାତା ତାଙ୍କ ସହ ଅସଭ୍ୟ ବ୍ୟବହାର କରିଥିଲେ । ତାଙ୍କ ସହ ବିପାଶା ଏକ ଚଳଚ୍ଚିତ୍ରରେ କାମ କରିବାକୁ ହିଁ ଭାରିଥିଲେ । ଏପରି ସୁଲେ ସେ ଏକଦା ଘରକୁ ଫେରିବା ପରେ ତାଙ୍କୁ ଏକ ମେସେଜ ମିଳିଥିଲା । ସେଥିରେ ଲେଖାଥିଲା 'ତୁମ ହସକୁ ମନେ ପକାଇଛି' । ଏହା ପଢ଼ି ବିପାଶାଙ୍କୁ ଅଜବ ଲାଗିଥିଲା । ହେଲେ ସେ ଏହାକୁ ଅଣଦେଖା କରିଥିଲେ । କିଛିଦିନ ପରେ ପୁଣି ଥରେ ନିର୍ମାତା ଜଣଙ୍କୁ ତାଙ୍କୁ ସମାନ ମେସେଜ୍ ପଠାଇଥିଲେ । ବିପାଶା

କାନ୍ଧର ସାମ୍ରାଜ୍ୟ କରିବାକୁ ପଡ଼ିଥିଲା ବୋଲି ସେ ତାଙ୍କୁ ତାଙ୍କ ଫ୍ୟାନ୍‌ମାନଙ୍କୁ ଜଣାଇଛନ୍ତି । 'ଡେଜର୍ଟର ଯତ୍ନ'ର ପ୍ରଯୋଗନରେ ବ୍ୟସ୍ତ ଥିବା ବିପାଶା ନିଜର ଅତୀତକୁ ମନେ ପକାଇଛନ୍ତି । କ୍ୟାରିୟର ଆରମ୍ଭ ସମୟରେ ତାଙ୍କୁ ଯୌନଶୋଷଣର ଶିକାର ହେବାକୁ ପଡ଼ିଥିଲା । ଖରାପ ବ୍ୟବହାର ସହି ପାରୁ ନଥିଲେ ସେ । ଜଣେ ଲୋକପ୍ରିୟ ଫିଲ୍ମନିର୍ମାତା ତାଙ୍କ ସହ ଅସଭ୍ୟ ବ୍ୟବହାର କରିଥିଲେ । ତାଙ୍କ ସହ ବିପାଶା ଏକ ଚଳଚ୍ଚିତ୍ରରେ କାମ କରିବାକୁ ହିଁ ଭାରିଥିଲେ । ଏପରି ସୁଲେ ସେ ଏକଦା ଘରକୁ ଫେରିବା ପରେ ତାଙ୍କୁ ଏକ ମେସେଜ ମିଳିଥିଲା । ସେଥିରେ ଲେଖାଥିଲା 'ତୁମ ହସକୁ ମନେ ପକାଇଛି' । ଏହା ପଢ଼ି ବିପାଶାଙ୍କୁ ଅଜବ ଲାଗିଥିଲା । ହେଲେ ସେ ଏହାକୁ ଅଣଦେଖା କରିଥିଲେ । କିଛିଦିନ ପରେ ପୁଣି ଥରେ ନିର୍ମାତା ଜଣଙ୍କୁ ତାଙ୍କୁ ସମାନ ମେସେଜ୍ ପଠାଇଥିଲେ । ବିପାଶା ଏଥିରେ ରାଗିଯାଇ ଫିଲ୍ମ ପାଇଁ ନେଇଥିବା ଟଙ୍କା ଫେରାଇ ଦେବାକୁ ତାଙ୍କ ସେକ୍ରେଟେରୀଙ୍କୁ କହିଥିଲେ । ଏପରିକି ସେ ନିର୍ମାତାଙ୍କ ସହ କାମ କରିବାକୁ ଚାହୁଁ ନଥିବା ରୋକ୍‌ଓକ୍ ଶୁଣାଇ ଦେଇଥିଲେ । ଏହା ଜାଣିବା ପରେ ନିର୍ମାତା ଜଣଙ୍କ ଟଙ୍କା ଫେରାଇବା ଦରକାର ନାହିଁ ବୋଲି କହିଥିଲେ । ସେବେଠାରୁ ତାଙ୍କ ପାଖକୁ ଆଉ ଖରାପ ମେସେଜ୍ ଆସି ନଥିବା ବିପାଶା କହିଛନ୍ତି ।

ବ୍ୟୁଟି ପ୍ରତ୍ୟକ୍ ବ୍ୟବହାର କରୁଥିଲେ

ଆଜିର ଯୁବପିଢ଼ି ସୁନ୍ଦର ଏବଂ ଆକର୍ଷଣୀୟ ଲୁକ୍ ପାଇଁ ବିଭିନ୍ନ ପ୍ରକାର ଉପାୟ ଆପଣେଇବାକୁ ପଛାଇ ନାହାନ୍ତି । ବିଶେଷ କରି ସେମାନେ ବିଭିନ୍ନ ପ୍ରକାର ବୌଦ୍ଧିକ ପ୍ରସାଧନ ବା ବ୍ୟୁଟି ପ୍ରତ୍ୟକ୍ ବ୍ୟବହାର କରୁଥିବା ଦେଖିବାକୁ ମିଳୁଛି । ହେଲେ ଏସବୁ ଅପରପକ୍ଷେ ବିଭିନ୍ନ ସ୍ଵାସ୍ଥ୍ୟ ସମସ୍ୟାର କାରଣ ସାଜୁଛି, ସେ ଦିଗରେ ସେମାନେ ସଚେତନ ନାହାନ୍ତି...

◆ ଯୁବପିଢ଼ିଙ୍କର ସାଧାରଣତଃ ଅନ୍ୟତ୍ର ସୁନ୍ଦର ଏବଂ ଆକର୍ଷଣୀୟ ଦେଖାଯିବାକୁ ନିେ ଏକ ପ୍ରତିଯୋଗିତାମୂଳକ ଭାବନା ରହିଥାଏ । ତେଣୁ ସେମାନେ ଅନ୍ୟଠାରୁ ଅଧିକ ଗୋରା ହେବା ନିଶ୍ଚାରେ ବିଭିନ୍ନ କମ୍ପାନୀର ଫେୟାରନେସ୍ କ୍ରିମ୍, ସ୍କିନ୍, ସିର ଆଦି ବ୍ୟବହାର କରୁଥିବା ଦେଖିବାକୁ ମିଳୁଛି । ହେଲେ ଇନ୍‌ଷ୍ଟାଣ୍ଟ ଫେୟାରନେସ୍ ଦେଉଥିବା ଏହି କ୍ରିମ୍‌ଗୁଡ଼ିକରେ ବ୍ୟବହାର କରାଯାଉଥିବା ମର୍କ୍ୟୁରୀ, ହାଇଡ୍ରୋକ୍ଵିନିନ୍, ଭଲି ବିଭିନ୍ନ ରାସାୟନିକ ପଦାର୍ଥ ପରବର୍ତ୍ତୀ ସମୟରେ ତୃତୀୟ ହାରି ପହଞ୍ଚାଇଥାଏ । କେବଳ ଏତିକି ନୁହେଁ, କେତେକ ଫେୟାରନେସ୍ କ୍ରିମ୍‌ରେ ଏକ୍ସିଡିଂ ଭଲି ରୋଗର ଔଷଧରେ ବ୍ୟବହୃତ ଷ୍ଟିରଏଡ୍‌ର ଯଥେଷ୍ଟ ଅଧିକ ମାତ୍ରା ଷ୍ଟିରଏଡ୍ ମଧ୍ୟ ବ୍ୟବହାର କରାଯାଉଥିବା ଜଣାଯାଇଛି । ଅଷ୍ଟ୍ରେଲିଆନ୍ ପବ୍ଲିକ୍ ହିଟାଲ୍ ପକ୍ଷରୁ ହୋଇଥିବା ଏକ ଗବେଷଣାରୁ ଜଣାପଡ଼ିଛି ଯେ, ଏଭଳି କ୍ରିମ୍ ଅନେକଙ୍କଠାରେ ବ୍ରଣ, ଲାଲ୍ ଦାଗ କଳା ଦାଗ, ଷ୍ଟ୍ରେପ୍‌ଟୋକୋକ୍ସି ଭଳି ସମସ୍ୟା ସୃଷ୍ଟି କରିଛି ।



ଅଧିକାଂଶ ଯୁବପିଢ଼ିଙ୍କର ଲିପ୍‌ସ୍ଟିକ୍‌ରେ ମିଶା ଯାଉଥିବା ଲେଡ୍ ବା ସାଧା ଶରୀର ପାଇଁ ହାନିକାରକ । ◆ ପରଫେକ୍ଟ ଲୁକ୍ ପାଇଁ ବର୍ତ୍ତମାନ ଯୁବତୀଯୁବକ ବିଭିନ୍ନ ପ୍ରକାର ହେୟାର କିଟ୍, ଷ୍ଟ୍ରେପିନ୍, କଲରିଂ ପ୍ରତି ମଧ୍ୟ ଅଧିକ ଗୁରୁତ୍ଵ ଦେଉଥିବା ଦେଖିବାକୁ ମିଳୁଛି । ହେଲେ ଏସବୁ କରିବା ଲାଗି ବ୍ୟବହାର ହେଉଥିବା ପ୍ରତ୍ୟେକ ଥିବା କ୍ଷତିକାରକ କେମିକାଲ୍ ପରବର୍ତ୍ତୀ ସମୟରେ କେଶ ଝଡ଼ିବା, ପାଚିବା ସହ ଚର୍ମାପଣ ଭଳି ସମସ୍ୟାର କାରଣ ସାଜୁଛି । ◆ ସେହିପରି ଯୁବତୀମାନେ ନିଜ ଆଉଟ୍‌ଫିଟ୍ ସହିତ ମ୍ୟାଟ୍ କଲରର ନେଲପେଣ୍ଡ ଲଗାଇବା କିମ୍ବା ଏଥିରେ ଡେକୋରେଟିଭ୍ ନେଲ୍ ଆର୍ଟ୍ ଡିଜାଇନ୍ କରିବା ଲାଗି ସେମାନେ ଖୁବ୍ ପସନ୍ଦ କରିଥାନ୍ତି । ହେଲେ ଷ୍ଟ୍ରେପିଟୋକୋକ୍ସି ଯୁନିଭର୍ସିଟି ଆଣ୍ଡ୍ ବି କ୍ୟାନ୍ସର ପ୍ରିଭେନ୍ସନ୍ ଇନ୍‌ଷ୍ଟିଚ୍ୟୁଟ୍ ଅଫ୍ କାଲିଫର୍ନିଆର ପ୍ରଫେସର୍ ଡା. ଥୁ କ୍ଲାର୍କ୍ କହିବା ଅନୁଯାୟୀ, କେତେକ ନେଲପେଣ୍ଡରେ ବ୍ୟବହାର କରାଯାଉଥିବା ଚଲୋଫିନ, ଫର୍ମାଲିଡିହାଇଡ୍, ବାରବୁଟାଲ୍ ଆଲେଟ୍ ଭଳି ଚିନୋଟି ବିଷାକ୍ତ ରାସାୟନିକ ରହିଛି, ଯାହା କି କ୍ୟାନ୍ସରର ଆଶଙ୍କା ସୃଷ୍ଟି କରିବା ସହିତ ପ୍ରଜନନ କ୍ଷମତା ମଧ୍ୟ ହ୍ରାସ କରିଥାଏ ।

ଅକ୍ଳାପଣକୁ ଦୂରେଇବାର ସରଳ ଉପାୟ

ସାମାନ୍ୟ କାମ କରି ଥିଲା ଲାଗିଲେ କିମ୍ବା କୌଣସି କାମ କରିବାକୁ ଆଗ୍ରହ ନ ଥାଏଲେ, ବିଶେଷଜ୍ଞ ପରାମର୍ଶ ନେବା ପୂର୍ବରୁ ନିଜ ଦୈନନ୍ଦିନ ଜୀବନଶୈଳୀରେ ସାମାନ୍ୟ ପରିବର୍ତ୍ତନ କରନ୍ତୁ । ହୋଇପାରେ, ସେହି ନିୟମ ଆପଣଙ୍କୁ ଏକ ସୁସ୍ଥ ଜୀବନଶୈଳୀ ପ୍ରଦାନ କରିବାରେ ସହାୟକ ହେବ ।

◆ କର୍ମଜୀବୀ ଲୋକେ ଘରୁ କାର୍ଯ୍ୟାଳୟ ଓ ସେହିପରି କାର୍ଯ୍ୟାଳୟରୁ ଘରକୁ ଆସିବାରେ ପୂରା ସପ୍ତାହ ଅତିବାହିତ କରନ୍ତି । ଆଜିକାଲି ଚ' ଅଧିକାଂଶ ଲୋକ ଘରୁ ଗୋଡ଼ କାଢ଼ି ଶାତରାପ ନିୟନ୍ତ୍ରିତ କାରରେ ବସି କାର୍ଯ୍ୟାଳୟରେ ବସି ସନ୍ଧ୍ୟାରେ ବାହାରିଥାନ୍ତି । ଏମାନେ ସୂର୍ଯ୍ୟକିରଣ ସଂସ୍ପର୍ଶରେ ଆସିବା ପାଇଁ ଚାହୁଁଛନ୍ତି । ଯାହା କାରଣରୁ ଭିତାମିନ ଡି ଅଭାବରେ ଆକ୍ରାନ୍ତ ହେବା ସହ ଖୁବ ଶୀଘ୍ର ପ୍ରକୃ ମଧ୍ୟ ଯାଇଥାନ୍ତି । ନିକଟରେ ହୋଇଥିବା ଏକ ସର୍ବେକ୍ଷଣରୁ ଜଣାପଡ଼ିଛି ଯେ, ଭିତାମିନ ଡିର ଅଭାବ ହେଲେ ମଧ୍ୟ ଶରୀରର ଶକ୍ତି କ୍ରମଶଃ ହ୍ରାସ ପାଇଥାଏ । ଏଣୁ ଦୈନିକ ସକାଳବେଳା ଛାତ୍ର ଉପରେ ନତେଜ ସୂର୍ଯ୍ୟକିରଣ ପଡୁଥିବା ସ୍ଥାନରେ ଚଳାଚଳ କରିବା ଉଚିତ । ପାଖାପାଖି ଅଷ୍ଟା ରାଷ୍ଟ୍ରଗୁଡ଼ିକର ଲୋକେ ଏହି ଭିତାମିନ ଡି' ଅଭାବରୁ ରକ୍ଷା ପାଇବା ନିମନ୍ତେ ନିୟମିତ ଭାବେ ଡାକ୍ତରଙ୍କ ପରାମର୍ଶରେ



ଭିତାମିନ ଡି ଯୋଗକରଣ ଥିବା ଔଷଧ ସେବନ କରିଥାନ୍ତି ।
◆ ଏହା ସହ ନିଜ ଖାଦ୍ୟ ଓ ପାନୀୟ ପ୍ରତି ସତର୍କ ରୁହନ୍ତୁ । ଯଦିବା ଆପଣଙ୍କୁ ବାହାର ରେଷ୍ଟୋରାଁ ଖାଦ୍ୟ ପସନ୍ଦ, ତେବେ ପରିପରିବା ତରକାରି ଅର୍ଚ୍ଚନା ଦେବାକୁ ପ୍ରାଧାନ୍ୟ ଦେବା ଆବଶ୍ୟକ । ପାଣି ଆବଶ୍ୟକ ପରିମାଣରେ ପିଇବା କରନ୍ତୁ, ଯେପରି ଶରୀରରେ ଜଳାଭାବ ସମସ୍ୟା ନହୁଏ ।
◆ ଅଧିକ ମାନସିକ ଚାପରେ ରହିଲେ ମଧ୍ୟ ଯେ କୌଣସି କାମ କରିବାକୁ ଆଗ୍ରହ ଆସିନଥାଏ । ଯେତେ ବଡ଼ ଅନୁରୋଧ ପରିସ୍ଥିତିରେ ମଧ୍ୟ ଭାବିବା ଉଚିତ ଯେ ସମୟ ଅନୁସାରେ ସବୁ ଠିକ ହୋଇଯିବ ।

ଫାଷ୍ଟ ଫ୍ୟାସନ

ଗତ ଏକ ଦଶନ୍ଧିରୁ ଅଧିକ ସମୟ ହେବ ରେଡିମେଡ୍ ଡ୍ରେସର ଡ୍ରେସ୍ ଯୋଗୁ ଆମେ ପୁରୁଣା ଷ୍ଟାଇଲକୁ ଭୁଲିଗଲେଣି । ପୁରୁରୁ ଡ୍ରେସ ଡିଆରି ପିନ୍ଧିବାର ପ୍ରଚଳନ ଥିଲା । କିନ୍ତୁ ଫ୍ୟାସନ ଦୁନିଆରେ ଷ୍ଟାଇଲ ସମୟ ଅନୁସାରେ ପୁଣି ଫେରିଆସି । ପୁଣି ଥରେ କଷ୍ଟମାଉଜତ ଫ୍ୟାସନ ଡ୍ରେସ୍ ଫେରୁଛି । ତେଣୁ ଏବେ ଝିଅ ଓ ମହିଳାମାନେ ଡ୍ରେସ ଡିଆରି କରି ପିନ୍ଧିବାକୁ ପସନ୍ଦ କରୁଛନ୍ତି । ପୁଣିଥରେ କମ ସମୟ ମଧ୍ୟରେ ରେଡିମେଡ୍ ଫ୍ୟାସନ ଯାହାକୁ ଆମେ ଫାଷ୍ଟ ଫ୍ୟାସନ ବୋଲି କହୁ ଚା' ସାମନାରେ କଷ୍ଟମାଉଜତ ଫ୍ୟାସନ ନିଜର ସ୍ଥାନ ତିଆରି କରିସାରିଲାଣି ।



ଫାଷ୍ଟ ଫ୍ୟାସନର ଲୋକପ୍ରିୟତା:
ରେଡିମେଡ୍ ଡ୍ରେସସବୁ ଫ୍ୟାସନ ଦୁନିଆରେ ଫାଷ୍ଟ ଫ୍ୟାସନ ବୋଲି କୁହାଯାଏ । ଫାଷ୍ଟ ଫ୍ୟାସନକୁ ଡିସିପୋଜେବଲ ଫ୍ୟାସନ ମଧ୍ୟ କୁହାଯାଏ । ଏହା କରିଆରେ ଦୁନିଆରେ ଥିବା ହିଟ୍ ଡିଜାଇନରସବୁ ସାଧାରଣ ଲୋକମାନଙ୍କ ପାଖରେ ପହଞ୍ଚାଇ ଯାଇଥାଏ । ସେଥିପାଇଁ ବଡ଼ ଆକାରରେ ଏହାର ଉତ୍ପାଦନ ମଧ୍ୟ ହୋଇଥାଏ ଓ ଏହାର ଦାମ ଉପରେ ମଧ୍ୟ ଗୁରୁତ୍ୱ ଦିଆଯାଏ । ଏହି କାରଣରୁ ମତର୍ଷ ଡ୍ରେସ୍ ଅଧିକାଂଶ ଅଧିକ ଲୋକମାନଙ୍କ ପାଖକୁ ଶୀଘ୍ର ପହଞ୍ଚିଥାଏ । ଫାଷ୍ଟ ଫ୍ୟାସନ ବା ପପୁଲାର ଫ୍ୟାସନ୍ ଷ୍ଟାଇଲିଶ ଦେଖାଯିବା ପାଇଁ ଏକ ଶକ୍ତି ଓ ସୁନ୍ଦର ବିକଳ । ସେଥିପାଇଁ କମ୍ପ୍ୟୁଟର ଉତ୍ପାଦନ ବେଳେ ବେଳେ ଅଧିକ ହୋଇଯାଏ ଓ ସେଇ ମଧ୍ୟ ହୋଇପାରେ ନାହିଁ ।
ଫ୍ୟାସନ ଇଣ୍ଡଷ୍ଟ୍ରିରେ ପରିବର୍ତ୍ତନ:
ଲକ୍ଷ୍ୟ ସମୟ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଫାଷ୍ଟ ଫ୍ୟାସନର ଡ୍ରେସ୍ ଚାଲିବା ପରେ ଏବେ କଷ୍ଟମାଉଜତ ବା ସିଲେକ୍ଟ କରି ଡ୍ରେସ ପିନ୍ଧିବାର ଫ୍ୟାସନ ଫେରୁଛି । ଫାଷ୍ଟ ଫ୍ୟାସନ ନ ଦୂରା ନଷ୍ଟ ହେଉଥିବା କମ୍ପ୍ୟୁଟର ବା ସାମଗ୍ରୀକୁ କମ୍ କରିବା ପାଇଁ ଆଜିକାଲି ଫ୍ୟାସନ ଇଣ୍ଡଷ୍ଟ୍ରିରେ କଷ୍ଟମାଉଜତ ଫ୍ୟାସନର ପ୍ରଚଳନ ବୃଦ୍ଧି ପାଇଛି । ଏବେ ଅନେକ କମ୍ପାନୀ ନିଜ ଗ୍ରାହକମାନଙ୍କୁ ଚାକର ଆବଶ୍ୟକତା ଅନୁସାରେ ଡ୍ରେସସବୁ କଷ୍ଟମାଉଜତ କରି ଦେଉଥିବାର ଦେଖାଦେଇଛି । ବର୍ତ୍ତମାନ କଷ୍ଟମାଉଜତ ପ୍ରକ୍ରେମ ଟି ସାର୍ଟର ଏବେ ଚାହିଦା ବଢୁଛି । ଏବେ ଅନେକ କମ୍ପାନୀ ଗ୍ରାହକମାନଙ୍କ ପସନ୍ଦ କରୁଛନ୍ତି । ତେଣୁ ପ୍ରାକୃତିକ ସଂଖ୍ୟାଧର ବରଦାଦିକୁ ହ୍ରାସ କରିବା ପାଇଁ ଫ୍ୟାସନ ଇଣ୍ଡଷ୍ଟ୍ରିରେ ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟ ଫ୍ରେଣ୍ଡଲୀ ଓ କଷ୍ଟମାଉଜତ ଉପାୟକୁ ଫଳା କରୁଛନ୍ତି ।

ଲୋ ବ୍ଲଡ ପ୍ରେସର



ଲୋ ବ୍ଲଡ ପ୍ରେସର ବା ନିମ୍ନ ରକ୍ତ ଚାପ, ଅକ୍ଟିଭ୍ ମଣ୍ଡିଷ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ପହଞ୍ଚିବାକୁ ବାଧା ଦେଇଥାଏ । କେବଳ ଅକ୍ଟିଭ୍ ନୁହେଁ ଅନ୍ୟ ଯୋଗ୍ୟ ଚକ୍ର ମଧ୍ୟ ମଣ୍ଡିଷ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ପହଞ୍ଚିପାରେ ନାହିଁ । ବ୍ଲଡ ପ୍ରେସରକୁ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟର ଭାଷାରେ ହାଇପୋଟେନ୍ସନ୍ କୁହାଯାଏ । ବ୍ଲଡ ପ୍ରେସର କୌଣସି ବେମାରୀ ନୁହେଁ । କିନ୍ତୁ ଶରୀରରେ ସୃଷ୍ଟି ହୋଇଥିବା ଅନ୍ୟ ଗମ୍ଭୀର ବେମାରୀର ସଙ୍କେତ । ଏପରି ସ୍ଥିତିରେ ଶରୀରରେ ରକ୍ତ ପ୍ରବାହ ସାମାନ୍ୟରୁ କମ୍ ହୋଇଥାଏ ତେବେ ନିମ୍ନ ରକ୍ତଚାପ ବା ଲୋ-ବ୍ଲଡ ପ୍ରେସର କୁହାଯାଏ । ଏଥିରେ ହୃଦୟ, କିଡନୀ, ପୁସ୍ତପୁସ୍ତ ଓ ମଣ୍ଡିଷ ଆଖିକ ଭାବରେ ବା ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ଭାବରେ କାମ କରିବା ମଧ୍ୟ ବନ୍ଦ କରିଦେଇପାରେ । ଯଦି କୌଣସି ଔଷଧ ପାଇଁ ଲୋ ବ୍ଲଡ ପ୍ରେସର ରହୁଛି ତେବେ ଡାକ୍ତରଙ୍କ ପରାମର୍ଶ ନେଇ ସେ ଔଷଧର ପରିମାଣ କମ କରିବା ବା ବନ୍ଦ କରିଦେବା ଉଚିତ । ଯୋଗ୍ୟ ଚକ୍ର ପାଇଁ ଭବପୂର୍ଣ୍ଣ ଖାଦ୍ୟ ଖାଇବା ଉଚିତ । ଅଳଗା- ଅଳଗା ଫଳ, ପରିବା, ଶସ୍ୟ, କମ ଫ୍ୟାଟ ଥିବା ମାମୁ ଓ ମାଛକୁ ଭୋଜନ କରିବା ଉଚିତ । ଖାଦ୍ୟକୁ ଆଳୁ, ଭାତ ଓ ଡ୍ରୁଟ ପରି ଅଧିକ କାର୍ବୋହାଇଡ୍ରେଟ ଥିବା ଖାଦ୍ୟ ପଦାର୍ଥର ପ୍ରୟୋଗ କମ କରନ୍ତୁ । ସୋଡ଼ି କରିବା ଅନୁଚିତ, ସକ୍ରିୟ ରହି ଅଧିକ ଝାଳ ବାହାରିବା ପରି କାମ କରିବା ଉଚିତ ନୁହେଁ । ଅଧିକ ଖରାରେ ବାହାରକୁ ନାହିଁ ଓ ପର୍ଯ୍ୟାପ୍ତ ମାତ୍ରାରେ ଲୁଣ ଖାଇବା ଉଚିତ ଓ ଅଧିକ ଚେରସନ ନେବା ଉଚିତ ନୁହେଁ । ଏହା ଉପରେ ଗୁରୁତ୍ୱ ଦେଲେ ଲୋ ବିପିରୁ ରକ୍ଷା ପାଇପାରିବେ ।
ଉପଚାର: ବ୍ଲଡ ପ୍ରେସର ଲୋ ହେଲେ- ୧ ଭୂରକ ବସିଯାଆନ୍ତୁ ବା ଶୋଇ ପଡନ୍ତୁ । ହାତ ମୁଠା ବନ୍ଦ କରନ୍ତୁ ଓ ଖୋଲନ୍ତୁ । ଗୋଡ଼ ହଲ୍ଲୀ(୨) ଲୁଣ ଓ ଚିନି ମିଶ୍ରିତ ପାଣି ଓ ବା ପିଅନ୍ତୁ । ଗୋଡ଼ ତଳେ ଦୁଇଟି ଚକିଆ ଦେଇ ଶୁଅନ୍ତୁ । (୩) ଯେଉଁ ଲୋକମାନେ ପ୍ରଥମରୁ ଉଚ୍ଚ ରକ୍ତଚାପ ଔଷଧ ଖାଇଛନ୍ତି, ସେମାନେ ଔଷଧ ଖାଇଛନ୍ତି । ସେମାନେ ଔଷଧ ଖାଇବା ବନ୍ଦ କରନ୍ତୁ । (୪) ଅତି କମ୍ରେ ଥାଠ ଗୁଣ୍ଡାପାଣି ଓ ଲୁସ ଉଦ୍ୟାଦି ପ୍ରତ୍ୟେକ ଦିନ ପିଅନ୍ତୁ ।

ସାଲାତ ଖାଇଥିଲେ...

ଖାଦ୍ୟ ବିଶେଷଜ୍ଞଙ୍କ ମତରେ, ନିୟମିତ ଭାବେ ଦୃଢ଼ହର ଓ ରାତ୍ରି ଭୋଜନ ପୂର୍ବରୁ ସାଲାତ ଖାଇବା ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ଉପରେ ଉତ୍ତମ ପ୍ରଭାବ ପକାଇଥାଏ । ଅନେକ ବର୍ଷ ପୂର୍ବେ ଇଉରୋପ ଓ ଆମେରିକାର ଧନିକ ଗୋଷ୍ଠୀର ଲୋକେ ହିଁ ସାଲାତ ଖାଇଥିଲେ । ସେ ସମୟରେ କେବଳ ଭୋଜ ସାଲାତ ଉପଲବ୍ଧ ଥିଲା । ଆଜିର ସମୟରେ କିନ୍ତୁ ଉଭୟ ଭୋଜ, ନନଭୋଜ ଓ ଫୁଟ୍ ସାଲାତ ମଧ୍ୟ ମିଳୁଛି । ଗତ ବର୍ଷ ନଭେମ୍ବରରେ ହୋଇଥିବା ଏକ ସର୍ବେକ୍ଷଣ ଅନୁସାରେ, ବିଶ୍ୱର ପ୍ରାୟ ୮୦% ଲୋକ ସାଲାତ ଖାଇବାର ସଠିକ ପ୍ରଣାଳୀ ଜାଣିନଥିବାର ସ୍ପଷ୍ଟ ହୋଇଛି ।



ସବୁବେଳେ ସତେଜ କଟା ହୋଇଥିବା ପରିପରିବା ଓ ଫଳର ସାଲାତ ଖାଇବା ଉଚିତ । ରେଷ୍ଟୋରାଁରେ ସାଲାତ ବରାଦ କରୁଥିଲେ, ତାହା ସତେଜ କି ନୁହେଁ, ତାହା ପରଖିନେବା କରନ୍ତୁ । ପୂର୍ବରୁ ସାଲାତ କାଟି କରି ରଖାଗଲେ, ତାହାର ଯୋଗ୍ୟତା ନଷ୍ଟ ହୋଇଯାଏ । ଫଳ ସାଲାତକୁ ସପ୍ତାହରେ ଅନ୍ତତଃ ୩-୪ଥର ଖାଇବା ଉଚିତ । ବିଭିନ୍ନ ପ୍ରକାର ଫଳକୁ ମିଶାଇ ସେଥିରେ କଳା ଲୁଣ ମିଶାଇ ଖାଇଲେ ହୃଦୟ କ୍ଷମତା ବଢ଼ାଯାଏ । ଏହି ସାଲାତକୁ ଦୃଢ଼ହର ଭୋଜନ ପୂର୍ବରୁ ଆପଣ ଖାଇଲେ ତାହାର ଶରୀର ଉପରେ ଭଲ ପ୍ରଭାବ ପଡ଼େ । ଦୃଢ଼ହର କିମ୍ବା ରାତ୍ରିଭୋଜନ ସାଥରେ ସାଲାତ ନଖାଇ ବରଂ କିଛି ସମୟ ପୂର୍ବରୁ ଖାଇବା ଉଚିତ । ସାଲାତରେ ମାୟୋନିସ ଓ ଟମାଟୋ ସସ ଇତ୍ୟାଦି ମିଶାଇଲେ ତାହାର ଯୋଗ୍ୟତା ନଷ୍ଟ ହୋଇଥାଏ । କେବଳ ଭେଣ୍ଟୁ ରସ, କଳା ଲୁଣ ଓ ଦହି ମିଶାଇ ସାଲାତ ଖାଇବା ଭଲ ।

ଅକାଳରେ କେଶ ଧଳା ହେବା ପଛର କାରଣ

■ ପ୍ରଥମ କଥା ହେଲା, ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷର ସ୍ତର ବିନକୃତ ବଢ଼ିବାରେ ଲାଗିଛି । ଖାଦ୍ୟପାନୀୟ ବାବଦରେ ଯେତେ ସତର୍କ ହେଲେ ମଧ୍ୟ ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷର ଲୁପ୍ତଭାବକୁ ଆମେ ବଳିପାରୁନାହିଁ । ଗାଢ଼ି ମଟର ଧୂଆଁ ସହ ଅପମିଶ୍ରିତ ଖାଦ୍ୟପାନୀୟ କାରଣରୁ ମଧ୍ୟ ଅକାଳରେ କେଶ ପାରିଆସି ବୋଲି ପରୀକ୍ଷା କରାଯାଇଛି ।
■ ଯୁବପିଢ଼ିଙ୍କର କେଶ ପାରିବା ପଛର କାରଣ ହେଲା ସେମାନଙ୍କ ମାନସିକ ଚିନ୍ତା । କାମର ଚାପ ସହ ପରିବାରର ଦାୟିତ୍ୱ ବଢ଼ିଲେ ମଧ୍ୟ କେଶ ଉପରେ ପ୍ରଥମେ ପ୍ରଭାବ ପଡ଼େ । କେଶ ଦୂର୍ବଳ ହେବା ସହ ଝୁଡ଼ିଥାଏ ମଧ୍ୟ ।
■ ପର୍ଯ୍ୟାପ୍ତ ପରିମାଣରେ ନିଦ ନ ହେବା ଅନ୍ୟତମ ମୁଖ୍ୟ କାରଣ ବୋଲି ବିଶେଷଜ୍ଞ କହିଛନ୍ତି ଏହା କାରଣରୁ କେଶ ପାରିବା ସହ ଖୁବ ମାତ୍ରାରେ ଝୁଡ଼ିଥାଏ । ସକାଳ ଜଳଖିଆ ନକରିବା, ପରିପରିବା ଉଦ୍ୟାଦି ନ ଖାଇବା କାରଣରୁ କେଶ ଉପରେ ଏସବୁର ଲୁପ୍ତଭାବ ପଡ଼ିଥାଏ ।
■ ପ୍ରତ୍ୟହ ଗୁଗୁଳାତ ଦ୍ରବ୍ୟ ଖାଇବା ସହ ଆବଶ୍ୟକ ପରିମାଣରେ ପାଣି ପିଅନ୍ତୁ । ପାଣି ପିଇଲେ ତାହା କେଶ ପାଇଁ ଉତ୍ତମ ପ୍ରାକୃତିକ ମଧ୍ୟରୋଧକ ଭାବେ କାମ କରେ । ଏସବୁ ସହ ଅଁଳା ଫଳ ନତେଜ ରସକୁ ନିଜ ଡାଏଟରେ ସାମିଲ କରନ୍ତୁ ।
■ ପ୍ରତ୍ୟହ ନିଜ କେଶରେ ତେଲ ମାଲିସ କରିବା ସହ ସପ୍ତାହକୁ ଥରୁଟିଏ କେଶକୁ ବାମ୍ପ ଦେବା ଉଚିତ ।
■ ସେସାବାଦା, କାକୁ ଉଦ୍ୟାଦି ଗ୍ରୀଷ୍ମପ୍ରଦ ଖାଇଲେ ମଧ୍ୟ ଅକାଳପକ୍ୱତା ରକ୍ଷା ମିଳେ ।

ଏବେ ବିଦ୍ୟାଳୟ ଯାଉଥିବା ୧୪-୧୫ ବର୍ଷ ବୟସର ପିଲାଙ୍କର ମଧ୍ୟ କେଶ ଧଳା ଅକାଳରେ ହେଉଛି । ବିଶେଷଜ୍ଞଙ୍କ ମତରେ, ଏହା ପଛରେ ବିଭିନ୍ନ କାରଣମାନ, ରହିଛି ।



ଦୃତା ଭାଙ୍ଗି ଦୂରେଇବାର ଉପାୟ

ନାନା ଦାମୀ କମ୍ପାନୀର ଲୁଗା ଲୁଗା ପାର୍ଲରରେ ଉପଚାର କରିବା ପୂର୍ବରୁ ପ୍ରଥମେ ନିଜ ସୌନ୍ଦର୍ଯ୍ୟ ଚର୍ଚ୍ଚା ନିମନ୍ତେ ଘରେ ପ୍ରସ୍ତୁତି କରନ୍ତୁ । ୩୦ ପାଇଁ ହେଲା ପରେ ମହିଳାଙ୍କ ମୁଖ୍ୟ ସମସ୍ୟା ହେଉଛି ଦୃତାରେ ଭାଙ୍ଗି ପଡ଼ିବା । ଏଥି ନିମନ୍ତେ କେତୋଟି ଘରୋଇ ଉପଚାର କରିବା କରନ୍ତୁ ।
ଭିତାମିନ ଏ ଓ ଇ ଯୁକ୍ତ କଦଳୀ ଫଳଟି ଆମ ଦୃତା ଉପରେ ଖୁବ ଭଲ ପ୍ରଭାବ ପକାଇଥାଏ । ପାଟିଲା କଦଳୀକୁ ଭଲଭାବେ ଚକଟି ସେଥିରେ ୧ଟାମଟ ମହୁ ଓ ଗୋଲାପ ଜଳ ମିଶାଇ ପ୍ୟାକ ଡିଆରି କରନ୍ତୁ । ଏବେ ସେହି ପ୍ୟାକକୁ ଦୃତାରେ ଲଗାଉ ୩୦ମିନିଟ୍ ପରେ ଧୋଇନେବେ । ସପ୍ତାହକୁ ଥରୁଟିଏ ଏହି ପ୍ୟାକ ଲଗାଇଲେ ତାହାର ପ୍ରଭାବ ପଡ଼େ ।
କର୍ମ ସ୍ୱର୍ଣ୍ଣ ଦୃତା ପାଇଁ ଏକ ଉତ୍ତମ ସ୍ତବ ହୋଇଥିବା ବେଳେ ତାହା ଦୃତାକୁ ମୃତକୋଷିକା ବାହାର କରିଦିଏ । ଦୃତାର ଭାଙ୍ଗି ଦୂରେଇବା ନିମନ୍ତେ କର୍ମ ସ୍ତବ ୧ଟାମଟରେ ନଡ଼ିଆ ତେଲ ଅଳ୍ପ ମିଶାଇ ତାହା ଦୃତାରେ ଓ ହାତ, ପାଦରେ ଲଗାଉ ୧୫ମିନିଟ୍ ପରେ ମାଲିସ କରି ଧୋଇନେବେ । ପ୍ରତି ୨ଦିନରେ ଥରେ ଏହି ପ୍ୟାକ ଲଗାଇଲେ ଭଲ ମିଳେ ।



ମେଦବହୁଳତା ଦୂରକରେ ଗଧ କ୍ଷୀର

ଲିଟରର ପିନ୍ଧା ୭ ହଜାର ଟଙ୍କା:
ଏବେ ପିଲାଙ୍କୁ ଗଧ କ୍ଷୀର ପିଇବାକୁ ଦିଆଯିବ । ଏହାଦ୍ୱାରା ଶରୀରର ରୋଗ ପ୍ରତିରୋଧକ ଶକ୍ତି ବୃଦ୍ଧି ହେବା ସହିତ ସ୍ମୃତିଶକ୍ତି ବି ପ୍ରସ୍ତର ହେବ । ଏହାକୁ ନିୟମିତ ପିଇଲେ କର୍ମ, ମେଦବହୁଳତା ଏବଂ ଆଲର୍ଜି ପୂର୍ଣ୍ଣ ମିଳିପାରିବ ବୋଲି କୁହାଯାଉଛି । ହରିୟାଶୀର ହିସାବରେ ଥିବା କାଟାମ ଅଳ୍ପ ଅନୁସନ୍ଧାନ କେନ୍ଦ୍ର (ଏନ୍ଆର୍ସିଇ) ପକ୍ଷରୁ ଗଧ କ୍ଷୀର ବିକ୍ରି ପାଇଁ ଷ୍ଟଲ ସ୍ଥାପନ କରାଯିବାରୁ ନିଷ୍ପତ୍ତି ଗ୍ରହଣ କରାଯାଇଛି । ହଲାରନୀ ପ୍ରକାଶିତ ମାଲ ଗଧକ୍ଷୀର କ୍ଷୀର ସଂଗ୍ରହ କରାଯାଇ ଏହାକୁ ଥି ଲିଟର ଏବଂ ଲିଟର ପଲିପ୍ୟାକ ତଥା ବୋତଲରେ ବିକ୍ରି କରାଯିବ । ଏହାର ଦାମ ଲିଟର ପିନ୍ଧା ୭ ହଜାର ଟଙ୍କା ରହିବ । ଏନେର କେନ୍ଦ୍ରୀୟ ମଲ୍ଟି ଅନୁସନ୍ଧାନ କେନ୍ଦ୍ର ଏବଂ କାଟାମ ଦୁଗୁ ଗବେଷଣା ସଂସ୍ଥାନର ବିଶେଷଜ୍ଞଙ୍କ ସହଯୋଗ ଲୋଡ଼ା ଯାଇଛି । ଗାଈ କ୍ଷୀର ଭଳି ଗଧ କ୍ଷୀରର ମଧ୍ୟ ବିକ୍ରି କରାଯିବ ବୋଲି ଏହି ପ୍ରକଳ୍ପରେ କାମ କରୁଥିବା ଏନ୍ଆର୍ସିଇ ବରିଷ୍ଠ ଗବେଷକ ପ୍ରଫେସର ଡ. ଅନୁରାଧା ଭରଦ୍ୱାଜ ସୂଚନା ଦେଇଛନ୍ତି ।



