



# ଧ୍ୱନି ପ୍ରତିଧ୍ୱନି

The Dhvani Pratidhwani

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

ବାଲେଶ୍ୱର ■ ଗୁରୁବାର ୨୪ ସେପ୍ଟେମ୍ବର ୨୦୨୦ ■ ମୂଲ୍ୟ ଟ. ୨.୦୦ ପଇସା ■ ପୃଷ୍ଠା ସଂଖ୍ୟା-୩୦ ■ Baleshwar ■ THURSDAY 24 SEPTEMBER 2020  
Vol.No. 30 ■ No. 242 ■ 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,

## ସୁସ୍ଥ ହେଲେ ୪୦୫୨ କରୋନା ଆକ୍ରାନ୍ତ

ଭୁବନେଶ୍ୱର, ୨୩।୯ (ନି.ପ୍ର): ରାଜ୍ୟରୁ ଆଜି ୪,୦୫୨ ଜଣ କରୋନା ଆକ୍ରାନ୍ତ ସୁସ୍ଥ ହୋଇଛନ୍ତି । ଏଥି ସହିତ ରାଜ୍ୟରେ କରୋନାକୁ ସୁସ୍ଥ ହୋଇଥିବା ଆକ୍ରାନ୍ତଙ୍କ ସଂଖ୍ୟା ୧ ଲକ୍ଷ ୫୭ ହଜାର ୨୬୫ରେ ପହଞ୍ଚିଛି । ରାଜ୍ୟ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ଓ ପରିବାର କଲ୍ୟାଣ ବିଭାଗ ପକ୍ଷରୁ ଏହି ସୂଚନା ଦିଆଯାଇଛି ।

ରୂପବାଦ ଦିନ ଖୋର୍ଦ୍ଧା ଜିଲ୍ଲାରୁ ସର୍ବାଧିକ ୭୧୬ ଜଣ ଆକ୍ରାନ୍ତ ସୁସ୍ଥ ହୋଇଛନ୍ତି । କଟକ ଜିଲ୍ଲାରୁ ୩୨୮ ଜଣ, ସୁନ୍ଦରଗଡ଼ ଜିଲ୍ଲାରୁ ୧୮୨ ଜଣ, ପୁରୀ ଜିଲ୍ଲାରୁ ୧୮୧ ଜଣ, କନ୍ଧମାରୁ ୧୬୪ ଜଣ, ଯାଜପୁର ଜିଲ୍ଲାରୁ ୧୫୨ ଜଣ, ଝାରସୁଗୁଡ଼ା ଜିଲ୍ଲାରୁ ୧୫୦ ଜଣ, ରାୟଗଡ଼ା ଜିଲ୍ଲାରୁ ୧୪୬ ଜଣ, ମୟୂରଭଞ୍ଜ ଜିଲ୍ଲାରୁ ୧୩୮ ଜଣ, କେନ୍ଦ୍ରାପଡ଼ା ଜିଲ୍ଲାରୁ ୧୨୯ ଜଣ, ସମ୍ବଲପୁର ଜିଲ୍ଲାରୁ ୧୨୮ ଜଣ, ସୁବର୍ଣ୍ଣପୁର ଜିଲ୍ଲାରୁ ୧୨୬ ଜଣ, ଅନୁଗୁଳ ଜିଲ୍ଲାରୁ ୧୨୨ ଜଣ, ନୂଆପଡ଼ା ଜିଲ୍ଲାରୁ ୧୨୧ ଜଣ, ବାଲେଶ୍ୱର ଜିଲ୍ଲାରୁ ୧୧୧ ଜଣ ଓ ନବରଙ୍ଗପୁର ଜିଲ୍ଲାରୁ ୧୦୧ ଜଣ କରୋନା ଆକ୍ରାନ୍ତ ସୁସ୍ଥ ହୋଇଛନ୍ତି । ସେହିପରି ବରଗଡ଼ ଜିଲ୍ଲାରୁ ୯୭ ଜଣ, କେନ୍ଦ୍ରାପୁର ଜିଲ୍ଲାରୁ ୯୧ ଜଣ, କେନ୍ଦୁଝର ଜିଲ୍ଲାରୁ ୮୩ ଜଣ, କଳାହାଣ୍ଡି ୭୯ ପୃଷ୍ଠା ୭

## କରୋନା ମହାମାରୀ ବେଳେ ବଢ଼ିଲା ବିଦ୍ୟୁତ୍ ଦର

ୟୁନିଟ୍ ପିଛା ୨୦ ପଇସା ବୃଦ୍ଧି, ଅକ୍ଟୋବରରୁ ଲାଗୁ ହେବ ନୂଆ ଦର

ଭୁବନେଶ୍ୱର, ୨୩।୯ (ନି.ପ୍ର): ରାଜ୍ୟରେ ବିଦ୍ୟୁତ୍ ଦର ଯୁନିଟ୍ ପିଛା ୨୦ ପଇସା ବୃଦ୍ଧି ପାଇଛି । ରାଜ୍ୟ ବିଦ୍ୟୁତ୍ ନିୟାମକ ଆୟୋଗ (ଓଇଆରସି) ଏହି ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ନିଷ୍ପତ୍ତି ନେଇଛନ୍ତି । ଅକ୍ଟୋବର ପହିଲାରୁ ଏହି ବର୍ଦ୍ଧିତ ଦର ଲାଗୁ ହେବ । ତେବେ ବର୍ଦ୍ଧିତ ଦର କୁଟାରି କ୍ୟୋଡି, ବିପିଏଲ ଉପଭୋକ୍ତା ଏବଂ ଚାଷୀଙ୍କ ପାଇଁ ଲାଗୁ ହେବ ନାହିଁ । ସୂଚନା ଅନୁଯାୟୀ ବିଦ୍ୟୁତ୍ ଦର ୫୦ ଯୁନିଟ୍ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ୨୯ଟଙ୍କା ୭୦ ପଇସାକୁ ବୃଦ୍ଧି ପାଇଥିବା ବେଳେ ୧୦୦ ଯୁନିଟ୍ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ



୩୯ଟଙ୍କା ୬୦ ପଇସା, ୨୫୫ ଯାଏଁ ୪୯ଟଙ୍କା ୫୦ ପଇସା ବୃଦ୍ଧି କରାଯାଇଛି । ସେହିପରି ୩୫୫ ଯୁନିଟ୍ ଯାଏଁ ୪୯ଟଙ୍କା ୫୩ ପଇସା, ୪୫୫ ଯୁନିଟ୍ ଯାଏଁ ୪୯ଟଙ୍କା ୭୮ ପଇସା ଓ ୫୫୫ ଯୁନିଟ୍ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ୫୯ଟଙ୍କା ବୃଦ୍ଧି କରାଯାଇଛି । ତେବେ ମାସିକ ମିନିମମ୍ ଫିକ୍ସଡ୍ ଚାର୍ଜ, ଡିମାଣ୍ଡ ଚାର୍ଜ, ମିଟର ରେଟ୍ ଇତ୍ୟାଦି ଅପରିବର୍ତ୍ତିତ ରହିଛି । ବିଦ୍ୟୁତ୍ ବୃଦ୍ଧି ନେଇ ବିଦ୍ୟୁତ୍ ବିତରକ କମ୍ପାନୀଗୁଡ଼ିକ ବାରମ୍ବାର ଦାବି କରୁଥିଲେ । ଯାହାକୁ ଉପଭୋକ୍ତା ମହାସଂଘ ବିରୋଧ କରିଛି ।

## ଆଇପିଏସ୍ ସ୍ତରରେ ଅଦଳବଦଳ



ଭୁବନେଶ୍ୱର, ୨୩।୯ (ନି.ପ୍ର): ୧୯୮୮ ବ୍ୟାଚର ଆଇପିଏସ୍ ଅଧିକାରୀ ଅରୁଣ କୁମାର ରାୟଙ୍କୁ ଏଡିଜି କମ୍ୟୁନିକେସନ ଭାବରେ ନିଯୁକ୍ତି ମିଳିଛି । ଏହା ପୂର୍ବରୁ ସେ କେନ୍ଦ୍ରୀୟ ଡେପୁଟି ସେକ୍ରେଟର ଥିଲେ । ଏଡିଜି କମ୍ୟୁନିକେସନରେ ଥିବା ୧୯୯୨ ବ୍ୟାଚର ଆଇପିଏସ୍ ଲଲିତ ଦାସଙ୍କୁ ଏଡିଜି ଭାବେ ହେଡକ୍ୱାର୍ଟରକୁ ବଦଳି ହୋଇଛି । ସେହିପରି ୧୯୯୪ ବ୍ୟାଚର ଆଇପିଏସ୍ ଅଧିକାରୀ ଯଶୋବନ୍ତ କେଠୁଆ କେନ୍ଦ୍ରୀୟ ଡେପୁଟି ସେକ୍ରେଟର ଡେରିବା ପରେ ତାଙ୍କୁ ଏଡିଜି ଆଇନ ଶୁଖିଳା ଭାବେ ନିଯୁକ୍ତି ମିଳିଛି । ଏସପିଏସ୍ରେ ରୂପବାଦ ଦିନ ଗୃହ ବିଭାଗ ପକ୍ଷରୁ ବିଜ୍ଞପ୍ତି ପ୍ରକାଶ ପାଇଛି । ବିଜ୍ଞପ୍ତି ଅନୁଯାୟୀ ମୋଟ ୯ ଜଣ ବରିଷ୍ଠ ଆଇପିଏସ୍ ଅଧିକାରୀଙ୍କୁ ବଦଳି କରିଛନ୍ତି । ସେହିପରି ପୁନର୍ଥମ ସଂକ୍ରମିତଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ୨୫୫୪ ଆକ୍ରାନ୍ତ ରହିଛନ୍ତି ।

ହେଡକ୍ୱାର୍ଟର ଥିବା ଦିନେକୋଷ ନିଶ୍ଚଳ ଏସପିଆରସି ନିର୍ଦ୍ଦେଶକ ଭାବେ ଅବସ୍ଥାପିତ ହୋଇଛନ୍ତି । ୧୯୯୬ ବ୍ୟାଚର ଆଇପିଏସ୍ ତଥା ଏସପିଏସ୍ କୁମାର ସିଂଙ୍କୁ ଆଇଜି ଆଧୁନିକୀକରଣ ଓ ଆଇଜି ଆଧୁନିକୀକରଣରେ ଥିବା ୧୯୯୭ ବ୍ୟାଚର ଆଇପିଏସ୍ ରେଖା ଲୋହାଣୀଙ୍କୁ ଏସପିଏସ୍ ଭାବେ ବଦଳି ହୋଇଛି । ସେହିପରି କେନ୍ଦ୍ରୀୟ ଡେପୁଟି ସେକ୍ରେଟର ଡେରିବା ପରେ ୧୯୯୫ ବ୍ୟାଚର ଆଇପିଏସ୍ ରିତୁ ଅରୋରାଙ୍କୁ ଗୃହ ବିଭାଗ ଓଏସଡି ଭାବେ, ଏସପିଆରସି ନିର୍ଦ୍ଦେଶକ ତଥା ୧୯୯୮ ବ୍ୟାଚର ଆଇପିଏସ୍ ରାଜେଶ କୁମାରଙ୍କୁ ଆଇଜି ଏଫଏସଏଲ ଭାବେ ଏବଂ ଡେକାନାଲ ଏସପିଏସ୍ ୨୦୧୩ ବ୍ୟାଚର ଆଇପିଏସ୍ ଅନୁପମା ଜେମ୍ସଙ୍କୁ ଭିଜିଲାନ୍ସ ଏସପିଏସ୍ ଭାବେ ନୂଆ ଦାୟିତ୍ୱ ମିଳିଛି ।

## କରୋନାରେ ଦେଶରେ ଗତ ୨୪ ଘଂଟାରେ

### ୮୩,୩୪୭ ନୂଆ ମାମଲା: ୧,୦୮୫ ଜଣଙ୍କର ମୃତ୍ୟୁ

ଭୁବନେଶ୍ୱର, ୨୩।୯ (ନି.ପ୍ର): ଦେଶରେ ଗତ ୨୪ ଘଂଟା ମଧ୍ୟରେ ୮୩,୩୪୭ ନୂଆ କରୋନା ମାମଲା ରିପୋର୍ଟ ହୋଇଛି । ଗତ ୨୪ ଘଂଟା ମଧ୍ୟରେ ୧,୦୮୫ ଜଣଙ୍କର ମୃତ୍ୟୁ ଘଟିଛି । ଏହା ସହିତ ଦେଶରେ କୋରୋନା ଆକ୍ରାନ୍ତଙ୍କ ସଂଖ୍ୟା ୫,୬୪୬,୦୧୧ ରେ ପହଞ୍ଚିଛି । ଆଜି ସକାଳେ କେନ୍ଦ୍ର ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ମନ୍ତ୍ରଣାଳୟ ଦ୍ୱାରା ପ୍ରକାଶିତ ତଥ୍ୟ ଅନୁଯାୟୀ ସମସ୍ତ ରୋଗୀଙ୍କ ସଂଖ୍ୟା ୯,୬୮,୩୭୭ ଥିବା ବେଳେ ବର୍ତ୍ତମାନ ପୁଣ୍ୟା ୯୦୦୨୦ ଜଣ ମୃତ୍ୟୁ ବରଣ କରିଛନ୍ତି ।

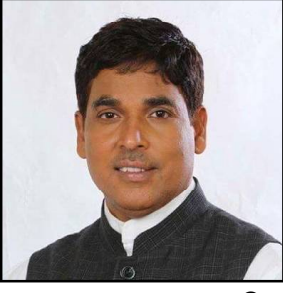
## ଭୁବନେଶ୍ୱରରେ ଆଉ ୩୦୧ ପଜିଟିଭ୍

ଭୁବନେଶ୍ୱର, ୨୩।୯ (ନି.ପ୍ର): ଭୁବନେଶ୍ୱର ସହରରୁ ରୂପବାଦ ଦିନ ଆଉ ୩୦୧ ଜଣ କରୋନା ଆକ୍ରାନ୍ତ ରିପୋର୍ଟ ହୋଇଛନ୍ତି । ସେମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରୁ ୮୩ ଜଣ ସଂରୋଧରୁ ଠାରୁ ହୋଇଥିବା ବେଳେ ୨୧୮ ଜଣ ସ୍ୱାଭାବିକ ସଂକ୍ରମଣରେ ରହିଛନ୍ତି । ଅନ୍ୟପକ୍ଷରେ ଗୋଟିଏ ଦିନରେ ଆଉ ୩୯୨ ଜଣ ଆକ୍ରାନ୍ତ କରୋନାକୁ ସୁସ୍ଥ ହୋଇ ଫେରିଛନ୍ତି । ଭୁବନେଶ୍ୱର ମହାନଗର ନିଗମ (ବିଏମସି) ପକ୍ଷରୁ ଚୁକ୍ତି କରି ଏହି ସୂଚନା ଦିଆଯାଇଛି । ନୂଆ ଆକ୍ରାନ୍ତଙ୍କ ମିଶାଇ ଭୁବନେଶ୍ୱରରେ ଏପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ୧୯୫୪୪ ଆକ୍ରାନ୍ତ ରିପୋର୍ଟ ହୋଇଛନ୍ତି । ସେମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରୁ ୧୫,୭୪୬ ଜଣ ଆକ୍ରାନ୍ତ ସୁସ୍ଥ ହୋଇଥିବା ବେଳେ ବର୍ତ୍ତମାନ ୩୭୧୧ ଜଣ ସକ୍ରିୟ ଆକ୍ରାନ୍ତ ରହିଛନ୍ତି । ବିଏମସିର ସୂଚନା ଅନୁଯାୟୀ ରୂପବାଦ ସଂକ୍ରମଣରୁ ରିପୋର୍ଟ ହୋଇଥିବା ୩୫୫ ଜଣ କରୋନା ଆକ୍ରାନ୍ତଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ପଠିଆରୁ ସର୍ବାଧିକ ୮୮ ଜଣ ରହିଛନ୍ତି । ସେହିପରି ନିଳାଦ୍ରାବିହାରରୁ ୬୬ ଜଣ, ଚନ୍ଦ୍ରଶେଖରପୁରରୁ ୬୬ ଜଣ, ଭୁବନେଶ୍ୱର ଓ କଳିଙ୍ଗନଗରରୁ ୩୩ ଜଣ କରୋନା ଆକ୍ରାନ୍ତଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ୨୫୫୪୪ ଆକ୍ରାନ୍ତ ରହିଛନ୍ତି ।

## ସାର ଯୋଗାଣର ଯାଚ ବ୍ୟବସ୍ଥାକୁ ଅଧିକ କଡ଼ାକଡ଼ି କରିବା ପାଇଁ କୃଷିମନ୍ତ୍ରୀଙ୍କ ନିର୍ଦ୍ଦେଶ

ଏପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ୧୨୩ ଡିଲିଭରୀ ଲାଇସେନ୍ସ ରାଜି, ୯ ଜଣଙ୍କ ବିରୁଦ୍ଧରେ ଏଫଆଇଆର

ଭୁବନେଶ୍ୱର, ୨୩।୯ (ନି.ପ୍ର): ଚଳିତ ଖରିଫ ଋତୁ ନିମନ୍ତେ ଚାଷୀମାନଙ୍କୁ ସାରର ସୁଖମ ଯୋଗାଣ ନିମନ୍ତେ ଯାଚ ବ୍ୟବସ୍ଥାକୁ ଅଧିକ କଡ଼ାକଡ଼ି କରିବା ପାଇଁ କୃଷି ଓ କୃଷକ ସଶକ୍ତିକରଣ, ମତ୍ସ୍ୟ ଓ ପ୍ରାଣୀ ସମ୍ପଦ ବିଭାଗ, ଉଚ୍ଚ ଶିକ୍ଷା ମନ୍ତ୍ରଣାଳୟ ଆଇପିଏସ୍ ନିର୍ଦ୍ଦେଶ ଦେଇଛନ୍ତି । ମନ୍ତ୍ରଣାଳୟ ସାହୁ ବରିଷ୍ଠ କୃଷି ଅଧିକାରୀଙ୍କ ଏକ ଭେଡ଼ିଓ ଆଲ ବୈଠକରେ ସାର ଯୋଗାଣ ସମ୍ପର୍କରେ ସମୀକ୍ଷା କରିବା ଅବସରରେ ରାଜ୍ୟର ସବୁ ଚାଷୀ ଖରିଫ ଋତୁ ନିମନ୍ତେ ଯେପରି ଆବଶ୍ୟକୀୟ ସାର ପାଇପାରିବେ, ସେ ଦିଗରେ



ସମସ୍ତ ପଦକ୍ଷେପ ଗ୍ରହଣ କରିବା ପାଇଁ କହିଥିଲେ । ସାର ବିକ୍ରି ବ୍ୟବସ୍ଥାକୁ ଅଧିକ ସୁବ୍ୟବସ୍ଥିତ କରିବା ସହିତ ଡିଲିଭରୀରେ ଯେପରି ତ୍ରୁଟି ଦରରେ ସାର ବିକ୍ରି କରି ନପାରିବେ ସେଥିନିମନ୍ତେ ପ୍ରତ୍ୟେକ ଉତ୍ତରରେ ଯାଚ ବ୍ୟବସ୍ଥାକୁ ଅଧିକ କଡ଼ାକଡ଼ି କରିବା ସହିତ ଖୁଲାସି ଡିଲିଭରୀମାନଙ୍କ ବିରୁଦ୍ଧରେ

ଆବଶ୍ୟକୀୟ କାର୍ଯ୍ୟାନୁଷ୍ଠାନ ନେବା ପାଇଁ ନିର୍ଦ୍ଦେଶ ଦେଇଥିଲେ । ବୈଠକରେ ତଥ୍ୟ ଅନୁଯାୟୀ ଅବ୍ୟାପକ ରାଜ୍ୟରେ ମୋଟ ୬୮୮୧ ଡିଲିଭରୀ ପଂକ୍ଟକୁ ଯାଚ କରାଯାଇଛି । ଯାଚ ପରେ ଅନିୟମିତତା ଯୋଗୁଁ ୩୭୮୪ ଡିଲିଭରୀ କାରଣ ଦର୍ଶାଏ ନୋଟିସ ଜାରି କରାଯାଇଥିବା ବେଳେ ୧୦୪ ଜଣଙ୍କୁ ସାର ବିକ୍ରି ବନ୍ଦ କରିବା ପାଇଁ ନିର୍ଦ୍ଦେଶ ଦିଆଯାଇଛି । ୨୫୦ ଜଣ ସାର ଡିଲିଭରୀ ଲାଇସେନ୍ସହୀନ ନିଲମ୍ବନ କରାଯାଇଥିବା ବେଳେ ୧୨୩ ଜଣଙ୍କ ଲାଇସେନ୍ସକୁ ରଦ୍ଦ କରାଯାଇଛି । ସେହିପରି ୩୦ ଜଣ ଡିଲିଭରୀ ସାରକୁ ଜବତ କରାଯାଇଛି ଓ ୯ ଜଣ ଡିଲିଭରୀ ବିରୋଧରେ ଏଫଆଇଆର

ଦାୟର କରାଯାଇଛି । ଏତଦ୍ ବ୍ୟତୀତ ୯୯୯ ପ୍ୟାକସ/ଲ୍ୟାମ୍ପସର ସମ୍ପାଦକ/ଏମଡିକୁ ଅନିୟମିତତା ଯୋଗୁଁ କାର୍ଯ୍ୟକୁ ନିଲମ୍ବନ କରାଯାଇଛି । ଏଥିମଧ୍ୟରୁ ବୌଦ୍ଧ ୫ ଜଣ, ସମ୍ବଲପୁରର ୨ ଜଣ ଏବଂ ଦେବଗଡ଼ ଜିଲ୍ଲାର ୨ ଜଣ ଅନ୍ତର୍ଭୁକ୍ତ । ବୈଠକରେ କୃଷି ଓ କୃଷକ ସଶକ୍ତିକରଣ ବିଭାଗର ପ୍ରମୁଖ ଶାସନ ସଚିବ ଡ. ସୌରଭ ଗର୍ଗ ଓ ସ୍ୱଚ୍ଛ ଶାସନ ସଚିବ ଶ୍ରୀ ସୁରେଶ କୁମାର ବରିଷ୍ଠଙ୍କ ସମେତ କୃଷି ଓ ଖାଦ୍ୟ ଉତ୍ପାଦନ ନିର୍ଦ୍ଦେଶକ, ଉପଯୋଗ କୃଷି ନିର୍ଦ୍ଦେଶକ, ମୃତ୍ତିକା ସଂରକ୍ଷଣ ଓ କଳକ୍ଷୟା ଉନ୍ନୟନ ନିର୍ଦ୍ଦେଶକ ଏବଂ ବରିଷ୍ଠ ଅଧିକାରୀମାନେ ଉପସ୍ଥିତ ଥିଲେ ।

## ଭୁବନେଶ୍ୱରରୁ ୧୩୦ ଗ୍ରାମ୍ ବ୍ରାଉନ୍ ସୁଗାର ଜବତ: ୨ ଗିରଫ



ଭୁବନେଶ୍ୱର, ୨୩।୯ (ନି.ପ୍ର): ଭୁବନେଶ୍ୱରରୁ ୧୩୦ ଗ୍ରାମ୍ ବ୍ରାଉନ୍ ସୁଗାର ଜବତ କରାଯିବା ସହ ୨ ଜଣ ନିଖା ବେପାରୀଙ୍କୁ ଗିରଫ କରାଯାଇଛି । ଜବତ ବ୍ରାଉନ୍ ସୁଗାରର ଆନୁମାନିକ ମୂଲ୍ୟ ପ୍ରାୟ ୧୩ ଶ ଟଙ୍କା ହେବ । ରୂପବାଦ ଦିନ ସେଖାଳ ସ୍ୱାଦ ଏବଂ ସହିତ ନଗର ପୋଲିସ୍ ସେସନର ମିଳିତ

ଚିମ୍ତ ତଦାଭ କରି ଏହି ବ୍ରାଉନ୍ ସୁଗାର ଜବତ କରିଛି । ଭୁବନେଶ୍ୱର ଡିପିସି ଉପାଖରେ ଦାଖଲ ହୋଇଥିବା ସୁଗାରରୁ ୧୩୦ ଗ୍ରାମ୍ ବ୍ରାଉନ୍ ସୁଗାର ଜବତ କରାଯାଇଛି । ପ୍ରାୟ ସୂଚନା ଅନୁଯାୟୀ, ସେମାନଙ୍କ ସହାୟତାରେ ଏହି ବ୍ରାଉନ୍ ସୁଗାର ବାଲେଶ୍ୱରରୁ ଭୁବନେଶ୍ୱର ଆଣାଯାଇଥିଲା ।

ଗୋଟିଏ ମୋଟରସାଇକେଲ ଏବଂ ବୁଲ୍ଡି ମୋଟରସାଇକେଲ ଫୋଟ ଜବତ କରାଯାଇଛି । ପ୍ରାୟ ସୂଚନା ଅନୁଯାୟୀ, ସେମାନଙ୍କ ସହାୟତାରେ ଏହି ବ୍ରାଉନ୍ ସୁଗାର ବାଲେଶ୍ୱରରୁ ଭୁବନେଶ୍ୱର ଆଣାଯାଇଥିଲା ।

## ଛତେଇ କର୍ମଚାରୀଙ୍କୁ ପୁନଃନିଯୁକ୍ତି ନେଇ ଶ୍ରମ ମନ୍ତ୍ରୀଙ୍କ ଆଲୋଚନା

ଭୁବନେଶ୍ୱର, ୨୩।୯ (ନି.ପ୍ର): ଶ୍ରମ ଓ କର୍ମଚାରୀ ରାଜ୍ୟବାମା, ଗ୍ରାମ୍ୟ ଉନ୍ନୟନ ମନ୍ତ୍ରୀ ଶ୍ରୀ ପୁଣ୍ୟା ବିହାରୀ ଅଧିକାରୀଙ୍କ କଳିଙ୍ଗ ହର୍ସପିଟାଲ ମ୍ୟାନେଜମେଣ୍ଟ ଏବଂ କର୍ମଚାରୀ ଯୁନିୟନ୍ ମଧ୍ୟରେ ଦରମା ବୃଦ୍ଧି ନେଇ ଉପସ୍ଥିତ ବିବାଦ ଆପୋଷ ରୂପାନ୍ତରଣ ହୋଇଛି । କର୍ମଚାରୀ ଯୁନିୟନ୍ ତରଫରୁ ଦରମା ବୃଦ୍ଧି ନେଇ ଦାବି ହୋଇ ଆସୁଥିଲା । ଏଥି ପାଇଁ ହର୍ସପିଟାଲ ମ୍ୟାନେଜମେଣ୍ଟ ୧୪ ଜଣଙ୍କୁ ଛତେଇ କରିଥିଲା । ଲେବର କୋର୍ଟ ଅର୍ଡର ପାସ କରିବା ପରେ ମ୍ୟାନେଜମେଣ୍ଟ ମାତ୍ର ୪ ଜଣ କର୍ମଚାରୀଙ୍କୁ ପୁନଃନିଯୁକ୍ତି ଦେଇ ଦରମା ବୃଦ୍ଧି କରିଥିବାବେଳେ ଅନ୍ୟ ୧୦ ଜଣ କର୍ମଚାରୀଙ୍କୁ ନିଯୁକ୍ତିରୁ ଘୃତ୍ନିତ କରିଥିଲା ।

## ସ୍ୱଚ୍ଛ ସଚିବ ଅଜୟ ଦାସଙ୍କ ଆୟ ବହିର୍ଭୂତ ସଂପତ୍ତି ଠୁଳ ମାମଲାର ଡିକ୍ରେଟ କରିବ ଇଡି

ଭୁବନେଶ୍ୱର, ୨୩।୯ (ନି.ପ୍ର): ଆୟ ବହିର୍ଭୂତ ସଂପତ୍ତି ଠୁଳ ଅଭିଯୋଗରେ ଗିରଫ ହୋଇଥିବା ରାଜ୍ୟ ଓ ବିପର୍ଯ୍ୟୟ ପ୍ରଶାସନ ବିଭାଗର ସ୍ୱଚ୍ଛ ସଚିବ ଅଜୟ ଦାସଙ୍କ ମାମଲାର ଡିକ୍ରେଟ କରିବ ପ୍ରବର୍ତ୍ତନ ନିର୍ଦ୍ଦେଶାଳୟ (ଇଡି) । ଇଡି ଅଜୟ ଦାସଙ୍କ ଅର୍ଥ ନେଣଦେଣ କାରବାରର ଖୋଜତାଡ଼ କରିବ । ସୂଚନା ଯୋଗ୍ୟ ଯେ, ୯୯ ପୃଷ୍ଠା ୭



ଧର୍ମଶାଳା ବିଧାୟକ ତଥା ରାଜ୍ୟ ବିକ୍ରି କର୍ମଚାରୀ ଦଳ ସଭାପତି ତଥା ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀ ନବୀନ ପଟ୍ଟନାୟକଙ୍କ ବିକ୍ରି କର୍ମଚାରୀ ଦଳର ନୂତନ ରାଜ୍ୟ କର୍ମଚାରୀ ଏବଂ ବିକ୍ରି ସଭାପତି ମାନଙ୍କୁ ନିଯୁକ୍ତି ଦେଇଛନ୍ତି । ସଭାପତିଙ୍କ ଅନୁମୋଦନ ପରେ

## ରାଜ୍ୟରେ ଗତ ୨୪ ଘଂଟାରେ ୪୫,୩୨୧ କରୋନା ନମୁନା ପରୀକ୍ଷା

ଭୁବନେଶ୍ୱର, ୨୩।୯ (ନି.ପ୍ର): ରାଜ୍ୟରେ ୨୪ ଘଂଟାରେ ମୋଟ ୪୫,୩୨୧ କରୋନା ନମୁନା ପରୀକ୍ଷା କରାଯାଇଥିବା ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ଓ ପରିବାର କଲ୍ୟାଣ ବିଭାଗ ପକ୍ଷରୁ ସୂଚନା ଦିଆଯାଇଛି । ବିଭାଗ ପକ୍ଷରୁ ୩୬,୬୦୭ ଆରଟିପିଆରରେ ୮,୫୯୯ ଓ ଟ୍ରୁନଟରେ ୧୧୫୫ କରୋନା ନମୁନା ପରୀକ୍ଷା କରାଯାଇଛି ।

## ରାଜ୍ୟରେ ଆଉ ୧୫ ଜଣଙ୍କର କରୋନାରେ ମୃତ୍ୟୁ: ମୃତ୍ୟୁ ସଂଖ୍ୟା ୭୩୬ ହେଲା

ଭୁବନେଶ୍ୱର, ୨୩।୯ (ନି.ପ୍ର): ଗତ ୨୪ ଘଂଟା ମଧ୍ୟରେ ରାଜ୍ୟରେ ପୁଣି ୧୫ ଜଣ କରୋନା ସଂକ୍ରମିତଙ୍କର ମୃତ୍ୟୁ ଘଟିଛି । ଏହା ଫଳରେ ରାଜ୍ୟରେ କରୋନା ମୃତ୍ୟୁ ସଂଖ୍ୟା ୭୩୬ କୁ ବୃଦ୍ଧି ପାଇଛି । ସେହିପରି ରାଜ୍ୟ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ଓ ପରିବାର କଲ୍ୟାଣ ବିଭାଗ ପକ୍ଷରୁ ସୂଚନା ଦିଆଯାଇଛି । ବିଭାଗ ଦ୍ୱାରା ଦିଆଯାଇଥିବା ସୂଚନା ଅନୁଯାୟୀ ମୃତକ ମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ଖୋର୍ଦ୍ଧା ଜିଲ୍ଲାର ୪ ଜଣ ରହିଥିବା ବେଳେ ପୁରୀ ଓ ମୟୂରଭଞ୍ଜ ଜିଲ୍ଲାର ୨-୨ ଜଣ ଅଛନ୍ତି । ସେହିପରି ବାଲେଶ୍ୱର, କଟକ, କନ୍ଧମାଳ, ମାଲକାନଗିରି, ନୟାଗଡ଼ ଓ ନୂଆପଡ଼ା ଜିଲ୍ଲାରୁ ଜଣେ ଜଣେ ଅଛନ୍ତି । ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ବିଭାଗ ପକ୍ଷରୁ ଦିଆଯାଇଥିବା ସୂଚନା ଅନୁଯାୟୀ ବାଲେଶ୍ୱର ଜିଲ୍ଲାର ଜଣେ ୫୧ ବର୍ଷୀୟ କରୋନା ଆକ୍ରାନ୍ତ ପୁରୁଷ ମୃତ୍ୟୁବରଣ କରିଛନ୍ତି ।



ଭୁବନେଶ୍ୱରର ଜଣେ ୬୨ ବର୍ଷୀୟ ପୁରୁଷ କରୋନା ଆକ୍ରାନ୍ତଙ୍କ ମୃତ୍ୟୁ ଘଟିଛି । ସେ ମଧୁମେହ ଓ ଉଚ୍ଚ ରକ୍ତଚାପରେ ପୀଡ଼ିତ ଥିଲେ । ଭୁବନେଶ୍ୱରର ଜଣେ ୩୫ ବର୍ଷୀୟ ପୁରୁଷ କରୋନା ଆକ୍ରାନ୍ତଙ୍କ ମୃତ୍ୟୁ ଘଟିଛି । ସେ କ୍ରନିକ କିଡନୀ ରୋଗରେ ପୀଡ଼ିତ ଥିଲେ । ଭୁବନେଶ୍ୱରର ଜଣେ ୫୯ ବର୍ଷୀୟ କରୋନା ଆକ୍ରାନ୍ତଙ୍କ ମୃତ୍ୟୁ ଘଟିଛି । ଭୁବନେଶ୍ୱରର ଜଣେ ୫୯ ବର୍ଷୀୟ କରୋନା ଆକ୍ରାନ୍ତଙ୍କ ମୃତ୍ୟୁ ଘଟିଛି । ଭୁବନେଶ୍ୱରର ଜଣେ ୬୨ ବର୍ଷୀୟ କରୋନା ଆକ୍ରାନ୍ତଙ୍କ ମୃତ୍ୟୁ ଘଟିଛି । ଭୁବନେଶ୍ୱରର ଜଣେ ୬୨ ବର୍ଷୀୟ କରୋନା ଆକ୍ରାନ୍ତଙ୍କ ମୃତ୍ୟୁ ଘଟିଛି । ଭୁବନେଶ୍ୱରର ଜଣେ ୬୨ ବର୍ଷୀୟ କରୋନା ଆକ୍ରାନ୍ତଙ୍କ ମୃତ୍ୟୁ ଘଟିଛି । ଭୁବନେଶ୍ୱରର ଜଣେ ୬୨ ବର୍ଷୀୟ କରୋନା ଆକ୍ରାନ୍ତଙ୍କ ମୃତ୍ୟୁ ଘଟିଛି । ଭୁବନେଶ୍ୱରର ଜଣେ ୬୨ ବର୍ଷୀୟ କରୋନା ଆକ୍ରାନ୍ତଙ୍କ ମୃତ୍ୟୁ ଘଟିଛି ।

## ରାଜ୍ୟରେ ବିଭିନ୍ନ ଜିଲ୍ଲାରେ କରୋନା ସ୍ଥିତି

ଭୁବନେଶ୍ୱର, ୨୩।୯ (ନି.ପ୍ର): ଆଜି ଖୋର୍ଦ୍ଧା ଜିଲ୍ଲାରେ ୭୪୭ ଟି ନୂଆ କରୋନା ମାମଲା ରିପୋର୍ଟ ହୋଇଛି । ସେହିପରି କେନ୍ଦ୍ରାପଡ଼ା ଜିଲ୍ଲାରେ କରୋନା ସଂକ୍ରମଣ ବୃଦ୍ଧି ଘଟିଛି । ରାଜ୍ୟ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ଓ ପରିବାର କଲ୍ୟାଣ ବିଭାଗ ଦ୍ୱାରା ଏହି ସୂଚନା ଦିଆଯାଇଛି । ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ବିଭାଗ ପକ୍ଷରୁ ଦିଆଯାଇଥିବା ସୂଚନା ଅନୁଯାୟୀ ଆଜି ସୁଦ୍ଧା ଅନୁଗୁଳ ଜିଲ୍ଲାରେ ୩୦୭୭, ବାଲେଶ୍ୱର ଜିଲ୍ଲାରେ ୬୭୫୪, ବରଗଡ଼ ଜିଲ୍ଲାରେ ୫୫୮୫, ଭଦ୍ରକ ଜିଲ୍ଲାରେ ୪୬୯୨ ଜଣ କରୋନା ଆକ୍ରାନ୍ତ ରିପୋର୍ଟ ହୋଇଛନ୍ତି । ବଲାଙ୍ଗିର ଜିଲ୍ଲାରେ ୩୭୨୫, ବୌଦ୍ଧ ଜିଲ୍ଲାରେ ୧୫୮୧, କଟକ ଜିଲ୍ଲାରେ ୧୭,୭୯୨, ଦେବଗଡ଼ ଜିଲ୍ଲାରେ ୫୩୫, ଡେକାନାଲ ଜିଲ୍ଲାରେ ୯୯୯ ପୃଷ୍ଠା ୭





ଖୁସି ରହିବା ପାଇଁ କୌଣସି ଖିଷ୍ୟ ନାହିଁ ଯେ ଯାହାକୁ ଖାଇବା ମାତ୍ରେ ସାଙ୍ଗେ ସାଙ୍ଗେ ଜୀବନ ହସ ଖୁସିରେ ଭରି ଉଠିବ । ମନୋବିଦ୍ଙ୍କ ଅନୁସାରେ ଖୁସି ଏକ ମାନସିକ ଅବସ୍ଥା ଯାହା କେତୋଟି ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ପ୍ରକ୍ରିୟା ଦ୍ଵାରା ପରିଚାଳିତ ହୋଇଥାଏ । ତେଣୁ ମଣିଷକୁ ସେହି ପ୍ରକ୍ରିୟାଗୁଡ଼ିକୁ ନିଜ ଜୀବନରେ ପ୍ରୟୋଗ କରିବାକୁ ହେବ । ବଡ଼ କଥା ହେଉଛି ଖୁସିର ରିମୋଟ୍ କଣ୍ଟ୍ରୋଲ୍ ନିଜ ହାତରେ ରଖିବାକୁ ହେବ । ଛୋଟ ଛୋଟ ମାନ ଅଭିମାନକୁ ମନରେ ଧରି ରଖିଲେ ଖୁସି ସେହି ଜାଗାକୁ ଆସିବ ନାହିଁ । ବର୍ତ୍ତମାନରେ ବଞ୍ଚିବାର କଳା ଆପଣେଇବାକୁ ହେବ । ନିଜକୁ ସମୟ ଦେବା ସହିତ ନିଜର ତ୍ରୁଟି ସଜାଡ଼ିବାକୁ ପଡ଼ିବ । ଭୁଲ୍ ମାରିବା ଓ କ୍ଷମା କରିବାର କଳା ଶିଖିବାକୁ ହେବ । ଏହି ନିୟମରେ ବଞ୍ଚିବା ଅଭ୍ୟାସ କଲେ ହୁଏତ ଆମ ଜୀବନରେ ଖୁସିର ଠିକଣା ସ୍ଥାୟୀ ହୋଇପାରିବ ।

# ଖୁସି ରହନ୍ତୁ

ଖୁସି ଏପରି ଏକ ଶବ୍ଦ ଯାହାକୁ ଶୁଣିଲା ମାତ୍ରେ ମନରେ ସକାରାତ୍ମକ ଭାବନା ଆସିବା ଆରମ୍ଭ କରିଥାଏ । ଯେତେବେଳେ ଆମ ଜୀବନରେ ଖୁସି ଆସି ସେତେବେଳେ ପ୍ରତ୍ୟେକ କାମ ଆମେ ଦୃଢ଼ଭାବେ ଉତ୍ସାହରେ କରିଥାଉ । କିନ୍ତୁ ବିନା ଖୁସିରେ କାମ ଅତିରିକ୍ତ ବୋଧ ଭଳି ମନେ ହୋଇଥାଏ । କିନ୍ତୁ ବିଗତ କିଛି ମାସର ପରିସ୍ଥିତି ଆମ ସମସ୍ତଙ୍କ ଜୀବନକୁ ଖୁସି ନାମକ ଅଦୃଶ୍ୟ ସଂପର୍କିତ ହରଣ କରିନେଇଛି । ଆମେ ଚାହିଁଲେ ବି ଖୁସି ରହିପାରୁ । କିନ୍ତୁ ଆମକୁ ଯେକୌଣସି ପରିସ୍ଥିତିରେ ଖୁସି ରହିବାକୁ ହେବ । ନିଜ ପାଇଁ ନହେଲେ ମଧ୍ୟ ଆମ ପରିବାର, ସାଙ୍ଗସାଥୀ, ସର୍ବୋପରି ଆମ ସମାଜ ପାଇଁ ଆମକୁ ଖୁସିରେ ରହିବାକୁ ହେବ । ଭାରତୀୟ କବିତା ଖୁବ୍ ସହଜ ନୁହେଁ । ଠିକ୍ କଥା । ମଣିଷ ଜୀବନକୁ ଯେତେଶୀଘ୍ର ଖୁସି ବାଲିଯାଏ ସେତେ ସହଜରେ ଯେଉଁଆସେ ନାହିଁ । ତେବେ ଖୁସିର ରହିବା ପାଇଁ ଅତି କମ୍ରେ ତେଷ୍ଟା ତ କରାଯାଇପାରିବ । ଜୀବନରେ ଯଦି କୌଣସି କାମ ସଠିକ୍ ଉପାୟରେ କରିବାକୁ ହେବ ତେବେ ସିନା ଖୁସିରେ କ'ଣ ଚାହା ହୋଇପାରିବ । ଆମେ ଯେଦି ଭଲ କାମ ତ କରିବାଲି । କିନ୍ତୁ ସେଥିରେ କ'ଣ କେଉଁଠି ଖୁସି ଲୁଚି ରହିଥିଲା ଭଳି ମନେ ହେଉଛି । ଲୋକମାନେ ଖୁସିରେ ବଞ୍ଚିବା ପାଇଁ

ଏବେ ନାନାବିଧ ଉପାୟ ପଛରେ ଧାଇଁଛନ୍ତି । କିନ୍ତୁ ମନୋବିଦ୍ଙ୍କ ଭାଷାରେ ଖୁସି ଆମ ଭିତରେ ହିଁ ଲୁଚି ରହିଛି । ଯାହାକୁ ଲୁଚାଇ ଦେଇଛି ଅବସ୍ଥା, ସଂସ୍କୃତି, ଅଶାନ୍ତିର ବହଳ ଆବରଣ । ଏହି ଆବରଣଗୁଡ଼ିକୁ ଧାରଣ କରି ମନକୁ ସୋଜିପାରିଲେ ଆମ ଜୀବନକୁ ଖୁସି ଫେରି ଆସିବ । ଆମକୁ ମନେ ରଖିବାକୁ ହେବ ଯେ ପରିସ୍ଥିତି ଆଜି ଯେତିକି ନକାରାତ୍ମକ ଅଛି କାଲିକୁ ହୁଏତ ସେହିପରି ନଥିବ ଅବା ଆହୁରି ଖରାପ ହୋଇଯାଇଥିବ । କିନ୍ତୁ ଆମେ ଯଦି ପରିସ୍ଥିତିକୁ ଭୟ କରି ଜୀବନକୁ ଖୁସିକୁ ଦୂରେଇ ଦେବା ତା' ହେଲେ ଆମେ ଅଜାଣତରେ ନିଜ ପ୍ରତି ଅନାୟାସ କରିବା । ଏହି ପ୍ରସଙ୍ଗରେ ଏକ ବିଦେଶୀ ବିଶ୍ଵ ବିଦ୍ୟାଳୟରେ ହୋଇଥିବା ଅଧ୍ୟୟନରେ ଦର୍ଶାଯାଇଛି ଯେ ବର୍ତ୍ତମାନ ସମୟର ଲୋକେ ନିଜ ଜୀବନକୁ ଖୁସିକୁ ବିଦାୟ ଜଣାଇ ପରବର୍ତ୍ତୀ ପିଢ଼ିକୁ ବାଟବଟା କରୁଛନ୍ତି । ଏହି ଅଧ୍ୟୟନକୁ ଏହା ମଧ୍ୟ ଜାଣିବାକୁ ମିଳିଛି ଯେ ପରିବାରର ଯେକୌଣସି ଜଣେ ସଦସ୍ୟ ଅସୁଖୀ ରହିଲେ ପୂର୍ବା ପରିବାର ଲୋକଙ୍କ ମନକୁ ଧାରଣ ଧାରଣ ଖୁସି ହଜିଯିବ । ସେମିତି ଗର୍ଭବତୀ ମହିଳା ହସଖୁସିରେ ଦିନ କାଟିବା ପରିବର୍ତ୍ତେ ବିଷାଦଗ୍ରସ୍ତ ରହିଲେ ଗର୍ଭସ୍ଥ ଶିଶୁର ମାନସିକ ସ୍ଵାସ୍ଥ୍ୟ ପ୍ରଭାବିତ ହେବ । ଅର୍ଥାତ୍ ମଣିଷ ମନକୁ ଖୁସି ବାଲିଗଲେ ସେ ନିଜ ସହିତ ଆହୁରି ଅନେକ ଲୋକକୁ ଦୁଃଖୀ କରିଦେବ ।

ରୁହନ୍ତି । ଯେଉଁ ଦେଶର ଲୋକମାନେ ଅଧିକ ଖୁସି ରହନ୍ତି ସେହି ଦେଶର ଲୋକଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ହୃଦୟାତ୍ମ, ମଧୁମେହ ଏବଂ ଅବସାଦ ଭଳି ସ୍ଵାସ୍ଥ୍ୟ ସମସ୍ୟା ଅତି କମ୍ ଦେଖିବାକୁ ମିଳେ । ଖୁସି ଏକ ମାନସିକ ପ୍ରକ୍ରିୟା । ଶରୀରକୁ ନିର୍ଗତ ହରମୋନ୍ ମଧ୍ୟ ଖୁସି ରହିବା ପାଇଁ କେତେକ୍ଷଣରେ ଦାୟୀ । ମାନସିକ ଉଦ୍‌ବେଗ ଫଳରେ ମଣିଷ ଶରୀରକୁ ସେହି ହରମୋନ୍ ନିଷ୍କାରଣ ଅନେକ କମିଯାଏ । ଫଳରେ ମଣିଷ ଅପେକ୍ଷାକୃତ ଅଧିକ ଉଦାସ ହୋଇଉଠେ । ଜାଣନ୍ତି କି ଯୋଗାସନ ମଣିଷକୁ ଖୁସି ରଖିବାର ବେଶ୍ ସହାୟକ ହୋଇପାରିବ । ଏକଥା ମନୋବିଦ୍ମାନେ ମଧ୍ୟ ଜୋର୍ ଦେଇ କହୁଛନ୍ତି । ଆଧୁନିକ ଚିକିତ୍ସା ବିଜ୍ଞାନ ମଧ୍ୟ ଏହା ସାକାର କରିଛି ଯେ ମଣିଷ ଖୁସିରେ ରହିବାକୁ ଚାହିଁଲେ ଯୋଗର ସହାୟତା ନିଆ ଯାଇପାରିବ । ତେବେ ସବୁ ସବୁ ଯୋଗମୁଦ୍ରା ନୁହେଁ, ବରଂ କେତୋଟି ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ଯୋଗ ମଣିଷକୁ ଖୁସି ରଖିବାରେ ସହାୟକ ହୋଇପାରିବ । ପ୍ରତିଷ୍ଠିତ ଯୋଗଗୁରୁମାନଙ୍କ କହିବା ହେଲା ପ୍ରାଣ ଯୋଗ ଅଭ୍ୟାସ କରିବା ଦ୍ଵାରା ମଣିଷ ମନକୁ ଯାବତୀୟ ଅବସାଦ ଦୂରେଇବା ସହିତ ସେ ଖୁସିରେ ବଞ୍ଚିପାରିବ । ପ୍ରାଣ ଯୋଗ କଳା ସମୟରେ ଶରୀରରେ ଅଗ୍ନି ଏବଂ କମ୍ପନ ଦୁଇଟି ଯାକ ହୋଇଥାଏ

ଯାହାଦ୍ଵାରା ଶରୀରକୁ ପ୍ରାକୃତିକ ଶକ୍ତି ମିଳିଥାଏ । ଏହି ଯୋଗ ଅଭ୍ୟାସ କରିବା ଦ୍ଵାରା ମଣିଷକୁ ସୁଖର ଅନୁଭୂତି ପ୍ରାପ୍ତ ହୋଇଥାଏ । ଫଳରେ ସେ ଖୁସିରେ ରହିବା ଆରମ୍ଭ କରେ । କାରଣ ତା'ର ମନ ଏହି ଯୋଗାଭ୍ୟାସ ଦ୍ଵାରା ପ୍ରସ୍ଫୁଟିତ ହେବାକୁ ଆରମ୍ଭ କରିଥାଏ । ପ୍ରାଣଯୋଗକୁ ଖୁସି ଏବଂ ତାପମୁକ୍ତ ଜୀବନର ମୂଳମନ୍ତ୍ର କୁହାଯାଉଛି । ଏହି ଯୋଗମୁଦ୍ରାକୁ ନିୟମିତ ଅଭ୍ୟାସ କରିବା ଦ୍ଵାରା ସ୍ଵାସ୍ଥ୍ୟ ସମକ୍ଷୀୟ ଅନେକ ସମସ୍ୟା ଦୂର ହେଉଥିବାର ପ୍ରମାଣ ମିଳିଛି । ତେବେ ଉଚ୍ଚ ରକ୍ତଚାପ ରୋଗୀମାନେ ଏହି ମୁଦ୍ରା ଅଭ୍ୟାସ କରିବା ପୂର୍ବରୁ ଚିକିତ୍ସକଙ୍କ ସହିତ ପରାମର୍ଶ କରିନେବା ଉଚିତ । ପ୍ରାଣଯୋଗ କରିବା ଦ୍ଵାରା କେବଳ ମନ ତାପମୁକ୍ତ ରହେ ନାହିଁ । ବରଂ ମନରେ ସକାରାତ୍ମକ ଭାବନା ସୃଷ୍ଟି ହୋଇଥାଏ ଓ ଏକାଗ୍ରତା ବଢ଼ାଇଥାଏ ।

**ଖୁସି ରହିବାର ମସ୍ତକ:** ଖୁସିରେ ବଞ୍ଚିବା ଆମ ଜୀବନର ଏକ ଗୁରୁତ୍ଵପୂର୍ଣ୍ଣ ଅଂଶ । କିନ୍ତୁ ପରିବେଶ ଓ ପାରିପାର୍ଶ୍ଵିକ ପରିସ୍ଥିତି ଆମ ଜୀବନକୁ ଖୁସି ଛଡ଼ାଇ ନେଇଛି । ତଥାପି ଆମକୁ ଖୁସିରେ ରହିବାକୁ ହେବ । କାରଣ ଆମ ଖୁସି ସହିତ ଆହୁରି ଅନେକ ଲୋକଙ୍କ ଖୁସି ଯୋଡ଼ି ହୋଇରହିଛି । ଖୁସି ରହିବାର ମୂଳ ମନ୍ତ୍ର ହେଲା ଖୁସିକୁ ଚୟନ କରିବା ବା ବାଞ୍ଛିବା । ଆମେ ଖୁସିରେ ରହିବାକୁ କି ଦୁଃଖରେ ଏହା ଆମ ବିଚାରଧାରା ଉପରେ ନିର୍ଭର କରେ । ପରିସ୍ଥିତି ସବୁବେଳେ ଆମ ଉଚ୍ଚାନ୍ତୁସାରେ ହୋଇନଥାଏ । ଏଥିପାଇଁ ଦୁଃଖ କରିବା ପରିବର୍ତ୍ତେ ଯେଉଁ ଉତ୍ସୁକ ଖୁସି ମିଳୁଛି ସେହି ଉତ୍ସୁକି ଖୋଜିବା ବରକାର । ନିଜ ମନକୁ ନିର୍ଭେଜିଲା ଖୁସିରେ ଭରି ଦେବାର ଆଉ ଏକ ଉପାୟ ହେଉଛି ଅନ୍ୟ ସହିତ ନିଜକୁ ତୁଳନା କରିବାର ଭାବନାକୁ ବାହାର କରିଦେବା । ଯେଉଁଦିନ ଆପଣ ନିଜକୁ ଅନ୍ୟମାନଙ୍କ ସହିତ ତୁଳନା କରିବା ଛାଡ଼ିଦେବେ ଦେଖିବେ ଆପଣଙ୍କ ଜୀବନକୁ ଧାରଣ ଧାରଣ ଖୁସିର ଆଗମନ ହେବ । ଭୁଲ୍ ମାରିବା ଶିଖନ୍ତୁ । କ୍ଷମା କରିବାର କଳା ମଧ୍ୟ ଆପଣେଇ ନିଅନ୍ତୁ । ଦେଖିବେ ଧୀରେ ଧୀରେ ଆପଣଙ୍କ ଜୀବନରେ ଖୁସିର ଠିକଣା ସ୍ଥାୟୀ ହୋଇଯିବ ।



## ଉତ୍ତସ୍ୟମୟ ଗାଟା ଲୁସ୍ତ୍ର ସଡ଼କ

ଦେଶବିଦେଶରୁ ବହୁ ପର୍ଯ୍ୟଟକ ହିମାଚଳ ପ୍ରଦେଶ ରୁଲି ଆସନ୍ତି । ଏଠାକାର ପ୍ରକୃତିର ସୌନ୍ଦର୍ଯ୍ୟ ଲୋକଙ୍କୁ ଆକର୍ଷିତ କରିଥାଏ । ହେଲେ ଏହି ସ୍ଥାନରେ ଏମିତି କିଛି ଉତ୍ତସ୍ୟମୟ ସ୍ଥାନ ଅଛି ଯାହା ବିଶ୍ଵରେ ଅନେକେ ଜାଣିନାହାନ୍ତି । ସେମିତି ଗୋଟିଏ ସ୍ଥାନ ହେଲା ଗାଟା ଲୁସ୍ତ୍ର । ମୋଟା ଲୁସ୍ତ୍ର ଚକ୍ରାକାର ସଡ଼କ ପାଇଁ ପ୍ରସିଦ୍ଧ । ଗାଟା ଲୁସ୍ତ୍ରରେ ୨୧ଟି ଚକ୍ରାକାର ସଡ଼କ ରହିଛି । ସଡ଼କଟି ସମୁଦ୍ର ପତ୍ତନଠାରୁ ୧୭ ହଜାର ଫୁଟ ଉଚ୍ଚରେ ଅବସ୍ଥିତ । ଏତେ ଉଚ୍ଚତାରେ ଥିବା ପାହାଡ଼ିଆ ରାସ୍ତା ଦେଇ ଯିବାଆସିବା କରିବାକୁ ଲୋକେ ଭୟ କରନ୍ତି । ହେଲେ ମାଲବାହୀ ଟ୍ରକଗୁଡ଼ିକ ଏହି ରାସ୍ତାରେ ଯାଇଥାଏ । ଶୀତଦିନେ ତୁଷାରପାତ ଯୋଗୁଁ ଗାଟା ଲୁସ୍ତ୍ର ସଡ଼କ ବନ୍ଦ ହୋଇଯାଏ । ଏହି ସଡ଼କକୁ ନେଇ ଅନେକ ଉତ୍ତସ୍ୟମୟ କାହାଣୀ ରହିଛି । ଏହି ରାସ୍ତାରେ ଥିବା ଏକ ମନ୍ଦିର ପ୍ରେତାତ୍ମା ଉଦ୍‌ବେଶ୍ୟରେ ସମର୍ପିତ । କୁହାଯାଏ ଯେ ଏହି ସ୍ଥାନରେ ଲୋକମାନେ ପ୍ରେତାତ୍ମା ପାଇଁ ପାଣି ବୋତଲ ରଖି ଯାଇଥାନ୍ତି ।



ଲୋକେ ଏପରି କରିବା ପଛରେ ଏକ କାହାଣୀ ରହିଛି । ୧୯୯୯ ମସିହାର କଥା । ଗୋଟିଏ ଟ୍ରକ ଗୋଟା ଲୁସ୍ତ୍ର ରାସ୍ତାରେ ଯିବାବେଳେ ଖରାପ ହୋଇଯାଇଥିଲା । ଡ୍ରାଇଭର ଓ ହେଲପର ଟ୍ରକ ମରାମତି କରିବାକୁ ବହୁ ଚେଷ୍ଟା କରିଥିଲେ । କିନ୍ତୁ ଟ୍ରକ ଠିକ୍ ହୋଇନଥିଲା । ତୁଷାରପାତ ଯୋଗୁଁ ରାସ୍ତା ବନ୍ଦ ହୋଇ ଯାଇଥିଲା । ପାଖ ଗାଁକୁ ସାହାଯ୍ୟ ମାଗିବାକୁ ଯିବାକୁ ଡ୍ରାଇଭର ଭାବିବା ବେଳକୁ ଅଚାନକ ହେଲପରର ସ୍ଵାସ୍ଥ୍ୟ ଦିଗିଡ଼ି ଯାଇଥିଲା । ବାଧ୍ୟ ହୋଇ ଡ୍ରାଇଭର ଏକା ପାଖ ଗାଁକୁ ଚାଲି ଯାଇଥିଲେ । କିଛି ଦିନ ପରେ ଡ୍ରାଇଭର ଗାଁ ଲୋକଙ୍କୁ ନେଇ ଟ୍ରକ ପାଖକୁ ଆସିଥିଲେ । ହେଲେ ସେତେବେଳକୁ ହେଲପରର ମୃତ୍ୟୁ ହୋଇ ସାରିଥିଲା । ଲୋକମାନେ ହେଲପରର ସେହି ସ୍ଥାନରେ ଅତିମ ସଂସ୍କାର କରିଥିଲେ । ହେଲପର ମରିଥିବା ସ୍ଥାନରେ ଛୋଟ ଘରଟିଏ ତିଆରି କରି ଦେଇଥିଲା । କୁହାଯାଏ ଯେ, ହେଲପରର ଆତ୍ମା ଆଜି ବି ଗାଟା ଲୁସ୍ତ୍ରରେ ପୁରି ରୁଲୁଛି । ଆଜି ବି ଲୋକେ ଗାଟା ଲୁସ୍ତ୍ର ସଡ଼କ ଦେଇ ଯିବା ସମୟରେ ସେହି ଘର ସାମ୍ନାରେ ପାଣି ଏବଂ ଆବଶ୍ୟକ ସାମଗ୍ରୀ ରଖି ଦେଇଯାଆନ୍ତି ।

## କଲାର ବରା

ରେସିପିର ନାମକୁ ପାଠକବନ୍ଧୁ ଅନୁମାନ କରିପାରୁଥିବେ ଯେ ଏହା କଦଳୀ ବରା ହୋଇଥିବ । ଠିକ୍ ଅନୁମାନ କରିଛନ୍ତି । ବଙ୍ଗଳା ଭାଷାରେ କଲାର ଅର୍ଥ କଦଳୀ । କଞ୍ଚା କଦଳୀରେ ବରା ହୋଇଥାଏ । କେହି କେହି ଏହାକୁ କଟକେଟ୍ ନହେଲେ କୋପ୍ରା ମଧ୍ୟ କହିଥାନ୍ତି । କିନ୍ତୁ ବଙ୍ଗଳାରେ ଯେଉଁ କଲାର ବରା ପ୍ରସ୍ତୁତ ହୋଇଥାଏ ତାହା କଞ୍ଚା ନୁହେଁ, ବରଂ ପାଟିଲା କଦଳୀରେ ହୋଇଥାଏ । ବିଶେଷ କରି ଏହାକୁ ଏକ ସ୍ଵାଦୁ ଭାବରେ ଖିଆଯାଇଥାଏ । ବିଦେଶରେ ଯଦିଏ ଏହା ରାଜସ୍ଵ ବାନାନା ଫୁଟର୍ସ ନାଁରେ ପରିଚିତ । କଲାର ବରା ଏକ ସ୍ଵାଦିଷ୍ଟ ଏବଂ ପୁଷ୍ଟିକର ରେସିପି । ଏହାକୁ ପ୍ରସ୍ତୁତ କରିବା ପାଇଁ ପାଟିଲା କଦଳୀ ବରକାର ହୋଇଥାଏ । ଯେଉଁ କଦଳୀ ଅଧିକ ପାଟିଯାଇଥାଏ ଓ ଖାଇବାକୁ ଭଲ ଲାଗେ ନାହିଁ ସେଭଳି କଦଳୀରେ ବାନାନା ଫୁଟର୍ସ ଭଲ ହୋଇଥାଏ । ଯଦିଏ ଏହାକୁ ଡିପ୍ ଫ୍ରାଏ ଅର୍ଥାତ୍ ତେଲରେ ଛଣା ଯାଇଥାଏ ଏଥିରେ କାର୍ବୋହାଇଡ୍ରେଟ୍ ଏବଂ ପ୍ୟାଟ୍ ଅଧିକ ତଥାପି ମଝିରେ ମଝିରେ ଏହାକୁ ଖାଇଲେ ଅସୁସ୍ଥିତା ନାହିଁ । ତେଲରେ ଛାଣିବା ବଦଳରେ ଫ୍ରାଇ ପ୍ୟାନ୍‌ରେ ଅଳ୍ପ ତେଲରେ ମଧ୍ୟ ଏହାକୁ ପ୍ରସ୍ତୁତ କରିହେବ । ଏହାକୁ ପ୍ରସ୍ତୁତ କରିବା ପାଇଁ ପାଟିଲା କଦଳୀ, ଅଟା କିମ୍ବା ମଇଦା, ଚାଉଳ ଚୂନା, ଗୁଡ଼ ଏବଂ ଛାଣିବା ପାଇଁ ରିଫାଇନ ତେଲ ବରକାର ହୋଇଥାଏ ।



ଅଧିକ ପାଟିଲା କଦଳୀ ହୋଇଥିଲେ ଆହୁରି ଭଲ । ଏହାପରେ ସେଥିରେ କୋରା ନଡ଼ିଆ, ଅଟା କିମ୍ବା ମଇଦା, ଚାଉଳ ଚୂନା ଏବଂ ଲୁଣ ମିଶାଇ ଭଲ କରି ଗୋଳାକୁ । ଏଥିରେ ଯେମିତି ଗୁଳା ରହିନଯାଏ ଧାନ ଦେବେ । ଏହାପରେ ଏଥିରେ ଗୁଡ଼ ମିଶାଇଦେ । ଭଲ କରି ହାତରେ ଚକଟି ଏକ ଘୋଳ ପ୍ରସ୍ତୁତ କରିବେ । ଯଦି ଘୋଳ ପତଳା ହୋଇଯାଏ ତେବେ ଆଉ ଟିକେ ମଇଦା ମିଶାଇ ପାରିବେ । ସେହି ଅନୁସାରେ ଆପଣଙ୍କ ଗୁଡ଼ କି ତିନି ମିଶାଇବେ । ଏହା ପରେ କରୋଇରେ ତେଲ ଗରମ କରନ୍ତୁ । ତେଲ ଭଲ କରି ଗରମ ହୋଇଗଲା ପରେ ଆଞ୍ଚ ସିମା କରନ୍ତୁ । ଏହାପରେ ହାତରେ ନହେଲେ ତାମତରେ ଅଳ୍ପ ଅଳ୍ପ ଘୋଳ ନେଇ ଛାଣନ୍ତୁ । ସୁନେଲି ରଙ୍ଗ ହୋଇଗଲେ ତେଲକୁ କାଢ଼ି ଆଣନ୍ତୁ । ଆପଣ ଚାହିଁଲେ ଏହାକୁ ଫ୍ରାଇ ପ୍ୟାନ୍‌ରେ ଅଳ୍ପ ତେଲ ଦେଇ ମଧ୍ୟ ଭାଜିପାରିବେ । ଅଥବା ହେଲା ପରେ ଖାଇବେ । ଆପଣ ଚାହିଁଲେ ଏହାକୁ ଏୟାର ଫ୍ରାଇର୍ କଣ୍ଡେକ୍ଟରେ ମଧ୍ୟ ରୁଟି ଦିନ ରଖିପାରିବେ । ଇଚ୍ଛା ହେଲେ ଆପଣ ଗୁଡ଼ ବଦଳରେ ଚିନି ବ୍ୟବହାର କରିପାରିବେ । ଇଚ୍ଛା ହେଲେ ଗୁଜରାଟି ଗୁଣ୍ଡ ମିଶାଇ ପାରିବେ ।





# ବାର୍ଦ୍ଧକ୍ୟ ଦେବ ସ୍ୱସ୍ଥ ଓ ସୁନ୍ଦର



ବୃଦ୍ଧାବସ୍ଥା ମଣିଷର ଏକ ଅବସ୍ଥା । ଏହି ବୟସ ଆସିଗଲେ ଶାରୀରିକ ଦୁର୍ବଳତା ଏବଂ ରୋଗଗ୍ରସ୍ତ ହେବାର ଆଶଙ୍କା ବଢ଼ିଯାଏ । ବୟସ ବଢ଼ିବା ସହ ମନୋବୈଜ୍ଞାନିକ ସମସ୍ୟା ମଧ୍ୟ ଆକ୍ରାନ୍ତ କରେ । ନିଃସଙ୍ଗତା ଅନୁଭବ କରିବା ସବୁଠାରୁ ବଡ଼ ସମସ୍ୟା ପାଲଟେ । ଏସବୁ ବାଦ ସଠିକ ମାତ୍ରାରେ ପୁଷ୍ଟିକର ଖାଦ୍ୟ ନଖାଇବା ଯୋଗୁ ଦୃଷ୍ଟିହୀନତା, ମେଦବହୁଳତା, ହୃଦରୋଗ, ମଧୁମେହ ସହିତ ଅସ୍ଥି ସୁଖୀରତା ବା ଅସ୍ଥିଓସୋରୋସିସ ଆଦିରେ ଆକ୍ରାନ୍ତ ହେବାର ଆଶଙ୍କା ମଧ୍ୟ ବଢ଼ିଯାଏ । ଅସଲରେ ବାର୍ଦ୍ଧକ୍ୟବସ୍ଥାରେ ଏସବୁ ସମସ୍ୟାର ମୁଖ୍ୟ କାରଣ ହୋଇଥାଏ ଖାଦ୍ୟପେୟ । ହଜମ ନହେବା ଭୟରେ ଅନେକେ ଖାଦ୍ୟ ପ୍ରତି ବିମୁଖ ହୋଇପଡ଼ନ୍ତି । ତେବେ ଖାଦ୍ୟ ଖାଇବାର ସଠିକ୍ ଉପାୟ ଅବଲମ୍ବନ କଲେ ସୁସ୍ଥ ଜୀବନ ଉପଭୋଗ କରିପାରିବେ ।

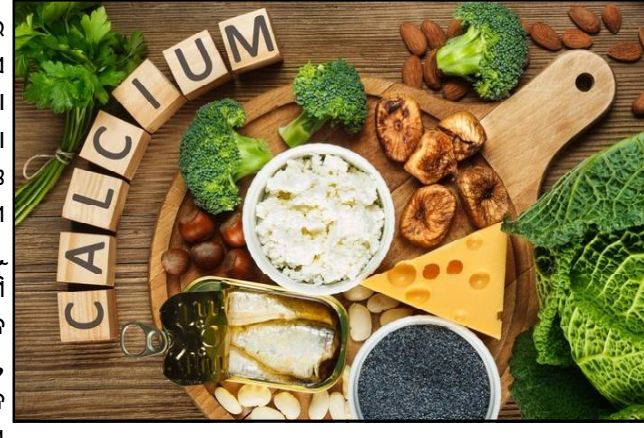
**ପ୍ରୋଟିନ:**

ଶରୀରର ଓଜନ ଅନୁସାରେ ପ୍ରୋଟିନ ଆବଶ୍ୟକ ହୋଇଥାଏ । ଯଦି କୌଣସି ବୃଦ୍ଧ ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କ ଓଜନ ୫୦କିଲୋଗ୍ରାମ ହୁଏ, ତେବେ ସେ ପ୍ରତିଦିନ ୫୦ଗ୍ରାମ ପୁଷ୍ଟିକର ଖାଇବା ଆବଶ୍ୟକ । ଏମିତିରେ ଭୋକ କମ ହେବା ଏବଂ ହଜମଶକ୍ତି ଦୁର୍ବଳ ହୋଇପଡ଼ୁଥିବା ଯୋଗୁ ଏହାଠାରୁ ଅଧିକ ପ୍ରୋଟିନ ଖାଇବା ଠିକ୍ ହୋଇନଥାଏ । ପ୍ରୋଟିନରେ ଭରପୂର ଅଣ୍ଡା, ମାଛ, ଦହି, ପନିର, ଡାଲି ଆଦି ନିଜ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟର ସୁଚି ଅଟନ୍ତି । ତେଣୁ ଖାଇପାରିବେ ।



**କ୍ୟାଲସିୟମ:**

ବୃଦ୍ଧାବସ୍ଥାରେ ହାଡ଼ ଦୁର୍ବଳ ହୋଇ ଅସ୍ଥିଓସୋରୋସିସ ରୋଗର ଆଶଙ୍କା ବଢ଼ିଯାଏ । ଏହା ସାଧାରଣତଃ ୬୫ ବର୍ଷରୁ ଶୁରୁ ହୋଇଥାଏ । ପୁଣି ୫୦ବର୍ଷରୁ ଅଧିକ ବୟସର ମହିଳା, ଯେଉଁମାନେ ଅଧିକାଂଶ ସମୟ ଘରେ ରହିଥାନ୍ତି, ସେମାନଙ୍କର ଭିଟାମିନ-ଡି ଅଭାବ ହୋଇ ଅସ୍ଥିଓସୋରୋସିସ ଆକ୍ରାନ୍ତ କରେ । ଯଦି, ଦହି, ପନିର, ମାଛ ଆଦି କ୍ୟାଲସିୟମର ମୁଖ୍ୟ ଉତ୍ସ । ସକାଳୁ ସୂର୍ଯ୍ୟକିରଣରେ ବସିଲେ ମଧ୍ୟ ଭିଟାମିନ ଡି ମିଳିଥାଏ । ଶରୀର କ୍ୟାଲସିୟମ ଅବଶୋଷଣ ପାଇଁ ଭିଟାମିନ-ଡି ଆବଶ୍ୟକ ।



ବାର୍ଦ୍ଧକ୍ୟାବସ୍ଥାରେ ଫ୍ୟାଟ୍ ହଜମ କରିବା । ତେବେ ଶରୀର ପାଇଁ ଫ୍ୟାଟ୍ ଆବଶ୍ୟକ ଥିବାରୁ ପ୍ରତିଦିନ ଖାଦ୍ୟରେ ୨୦-୧୫ ଗ୍ରାମ ଫ୍ୟାଟ୍ ରହିବା ଆବଶ୍ୟକ । ବୟସାଧିକ୍ୟ ଯୋଗୁ ଅନସ୍ୱାଦୁରେଚିତ ଫ୍ୟାଟ୍ ଥିବା ସୂର୍ଯ୍ୟମୁଖୀ ତେଲ, ଅଳି ତେଲ ଆଦି ବ୍ୟବହାର କରନ୍ତୁ ।

**ଜଳୀୟ ଅଂଶ:**

**TOP WATER-RICH FOODS YOU MUST EAT**

Cucumbers-96%	Watermelon-92%
Carrots-90%	Lettuce-96%
Broccoli-92%	Celery-95%
Watercress-90%	Tomatoes-94%
Spinach-92%	Grapefruit-90%

ପର୍ଯ୍ୟାପ୍ତ ପରିମାଣରେ ପ୍ରାଣି ଏବଂ ଅନ୍ୟ ତରଳ ଖାଦ୍ୟ ଖାଇବା ଆବଶ୍ୟକ । ଶାରୀରିକ ସ୍ଥିତି ଏବଂ ପାଣିପାଗକୁ ଦେଖି ବୃଦ୍ଧାବସ୍ଥାରେ ଅତି କମରେ ୧୫୦୦ ମିଲିଟିରେ ବା ଦେଢ଼ ଲିଟର ଜଳୀୟ ଅଂଶ ପ୍ରତିଦିନ ଗ୍ରହଣ କରିବା ଉଚିତ ବୋଲି କୁହାଯାଇଛି । ପର୍ଯ୍ୟାପ୍ତ ପରିମାଣରେ ପାଣି ପିଇଲେ କୋଷ୍ଠାଠିକ୍ୟ ହୁଏନାହିଁ । ତରଳ ଖାଦ୍ୟଭାବେ ଲସି, ଫଳରସ, ସୁପ ଗ୍ରହଣ କରାଯାଇପାରେ ।

**ଆଇରନ:**

**IRON**

ପ୍ରତିଦିନ ୨୫-୩୦ ମିଲିଗ୍ରାମ ଆଇରନ ବା କୌହସାର ବୃଦ୍ଧାବସ୍ଥାରେ ଆବଶ୍ୟକ । ଯଦି ଏମିତିଆରେ ପାଡ଼ିତ ଥାନ୍ତି, ତେବେ ଆଉ ୧୦ ମିଲିଗ୍ରାମ କୌହସାର ବୃଦ୍ଧାବସ୍ଥାରେ ଆବଶ୍ୟକ । କୌହସାର ଅଭାବରେ ଅନେକାନ୍ତ ଫଳାଫଳ ସମସ୍ୟା ମଧ୍ୟ ଆକ୍ରାନ୍ତ କରିପାରେ । ଗୁଡ଼, ଶର୍କରା, ବାଜରା, ଡାଲି, ପାଳକ ଆଦି କୌହସାରର ପ୍ରମୁଖ ଉତ୍ସ । ଭିଟାମିନ ସି ମୁକ୍ତ ଖାଦ୍ୟ ଖାଇଲେ ଶରୀର ସଠିକ୍ ଭାବେ କୌହସାର ଅବଶୋଷଣ କରିପାରେ । ଭିଟାମିନ ବାର୍ଦ୍ଧକ୍ୟାବସ୍ଥାରେ ଭିଟାମିନ ଶରୀରର ରୋଗ ପ୍ରତିରୋଧକ କ୍ଷମତା ସୁଦୃଢ଼ ରଖେ । ବିଶେଷକରି ବି କମ୍ପଲେକ୍ସ ଭୋକ ବଢ଼ାଇବା ସହ ହଜମକ୍ରିୟା ସୁସ୍ଥ ରଖିଥାଏ । ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ଭିଟାମିନ ଶରୀରର ବିଭିନ୍ନ କ୍ରିୟା ସଠିକ୍ ପରିଚାଳିତ ହେବାରେ ସହାୟକ ହୁଏ ।

**ବାର୍ଦ୍ଧକ୍ୟରେ ସ୍ମୃତି ବିଭ୍ରମ:**

ବୃଦ୍ଧାବସ୍ଥାରେ ନାନାଦି ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ସମସ୍ୟା ସହ ସ୍ମୃତି ବିଭ୍ରମ ବା ସ୍ମରଣ ଶକ୍ତି ହ୍ରାସ ପାଇବା ଆଉ ଏକ ପ୍ରମୁଖ ସମସ୍ୟା । ଆଲଜାଇମର, ଡିମେନସିଆ ଆଦି ବିଶ୍ୱସ୍ତରାୟ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ସଙ୍କଟର ରୂପ ନେଇଛି । ବୟସାଧିକ୍ୟ ସ୍ଥିତିରେ ସହଜ କାମ କରିବାରେ କଷ୍ଟ ଅନୁଭବ କରିବା, ସମସ୍ୟାର ସମାଧାନ କରି ନପାରିବା, ମନସ୍ମୃତି ଏବଂ ବ୍ୟକ୍ତିତ୍ୱରେ ପରବର୍ତ୍ତନ, ଫଟୋ ଚିହ୍ନିବା କଠିନ ହେବା, ନାମ ସହିତ ନୟର ଓ ଠିକଣା ଭୁଲିଯିବା, କେଉଁଠି ଜିନିଷ ରଖି ମନେ ପକାଇ ନପାରିବା ସାମାଜିକ କାର୍ଯ୍ୟରେ ରୁଚି ନରହିବା, ବାହାର କାର୍ଯ୍ୟକଳାପକୁ ଦୂରରେ ଆସିବା ଆଦି ଏପରି ସମସ୍ୟାର ଲକ୍ଷଣ ହୋଇଥାଏ ।

**ଏଥିରୁ ସୁରକ୍ଷିତ ରହିବା ଲାଗି ବିଶେଷଜ୍ଞମାନେ ନିମ୍ନ ପରାମର୍ଶ ଦେଇଛନ୍ତି:**

- ବୟସ ବଢ଼ିବା ସହିତ ମସ୍ତିଷ୍କ ସକ୍ରିୟ ରଖନ୍ତୁ । ନୂଆନୂଆ କଥା ଶିଖିବାର ବେଶ୍ୟା କରନ୍ତୁ । ମଧୁମେହ, ରକ୍ତଚାପ ନିୟନ୍ତ୍ରଣରେ ରଖିବା ଜରୁରୀ ।
- ନିଶାଦ୍ରବ୍ୟଠାରୁ ଦୂରରେ ରହିବା ସହ ଖାଦ୍ୟରେ ଫଳ, ସଜ ପନିପରିବା, ଦ୍ରାବପ୍ରଦ୍ରବ୍ୟ ଆଦି ସାମିଲ କରନ୍ତୁ ।
- ଚେନସନରୁ ଦୂରରେ ରହିଲେ ବଡ଼ତା ବୟସର ରୋଗରୁ ନିଜକୁ ସୁରକ୍ଷିତ ରଖିପାରିବେ । ନିଜ ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ କରନ୍ତୁ । ଅଧିକ ଚିନ୍ତିତ କିମ୍ବା ଶୁଣା ଖାଆନ୍ତୁ ନାହିଁ ।
- ବ୍ୟାୟାମ ସୁଚିତ ସମୟରେ ଆନୁଷ୍ଠାନିକ ରୋଗର ଆଶଙ୍କା କମ୍ କରେ । ନିୟମିତ ବ୍ୟାୟାମ କରିବା ଦ୍ୱାରା ଏହି ରୋଗରୁ ସୁରକ୍ଷିତ ରହିପାରିବେ ।
- ବୟସ ବଢ଼ିଲେ ମଧ୍ୟ ଜୀବନଶୈଳୀ ସକ୍ରିୟ ରଖିବା ଆବଶ୍ୟକ ଶାରୀରିକ ସକ୍ରିୟତା ମସ୍ତିଷ୍କ ଉପରେ ପ୍ରଭାବ ପକାଏ ଏବଂ ଏହାକୁ ସକ୍ରିୟ ରଖେ ।

## ଜେଗକୁ ଭଲ ରଖେ ଭେଣ୍ଟି

ଭେଣ୍ଟି ତରକାରି ଓ ଭେଣ୍ଟିଭଜା ଖାଇବାକୁ ସମସ୍ତେ ଭଲ ପାଇଥାନ୍ତି । ଗଦେଷଣାରୁ ଜଣାପଡ଼ିଛି, ଭେଣ୍ଟିରେ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ସମକ୍ଷୟ ଗୁଣ ଭରପୂର ମାତ୍ରାରେ ରହିଛି । ହେଲେ ଏହାକୁ ଖାଇଥିବା ଲୋକେ ଏନେଇ ସଚେତନ ନୁହଁନ୍ତି । ଆସନ୍ତୁ ଜାଣିବା ଭେଣ୍ଟି ଖାଇଲେ ଆମକୁ କ'ଣ ଫାଇଦା ମିଳିବ ।

- ◆ ଭେଣ୍ଟି ଖାଇଲେ କେଶ ଲମ୍ବା ଓ ମୋଟା ରହିଥାଏ । ପ୍ରତିଦିନ ଭେଣ୍ଟି ଖାଇଲେ ମୁଣ୍ଡରୁ ରୁପି ସମସ୍ୟା ଦୂର ହୋଇଥାଏ । ଲେନ୍ସୁ ମିଶାଇ କେଶରେ ଲଗାନ୍ତୁ ଏହା କେଶ ପାଇଁ ଲାଭଦାୟକ ।
- ◆ ଭେଣ୍ଟିରୁ ପ୍ରୋଟିନ, କ୍ୟାଲସିୟମ, ଫ୍ୟାଟ୍, କାର୍ବୋହାଇଡ୍ରେଟ୍ ମିଳିଥାଏ । ଏହା ଶରୀରପାଇଁ ଲାଭକାରୀ । ଏଥିରୁ ପୋଷକ ତତ୍ତ୍ୱ ମିଳିଥାଏ ।
- ◆ ଏହା ଓଜନ ହ୍ରାସ କରିବା ସହ ଶରୀରର ଚର୍ମକୁ ନୂତନ କରିଦେଇଥାଏ । ଭେଣ୍ଟି ଖାଇଲେ ମାତାମୂଳ କର୍କଟ ଭଳି ରୋଗ ହେବାର ସମ୍ଭାବନା କମ ରହିଥାଏ ।
- ◆ ଭେଣ୍ଟିରୁ ଆଇରନ ମିଳିଥାଏ । ଏହା ଶରୀର ପାଇଁ ଲାଭଦାୟକ । ରକ୍ତରେ ହିମୋଗ୍ଲୋବିନ ଡିଆରି କରିବାରେ ସହାୟକ କରିଥାଏ । ଫଳରେ ଏନେମିଆ ହେବାର ସମ୍ଭାବନା କମ୍ ଥାଏ ।



## କୁକୁର ପୋଷିଲେ ସୁସ୍ଥ ଓ ସୁଖୀ ଜମି



ପୋଷିବା ଦ୍ୱାରା ହୃଦୟାତ ଜନିତ ମୃତ୍ୟୁ ଆଶଙ୍କା ୨୨ ପ୍ରତିଶତ କମିଯାଇଥାଏ ବୋଲି 'ଆନେରିକା ହାର୍ଟ ଆସୋସିଏସନ୍' ପକ୍ଷରୁ କରାଯାଇଥିବା ଏହି ଅଧ୍ୟୟନରେ ଦାବି କରାଯାଇଛି । କେବଳ ହୃଦୟାତ ନୁହେଁ କୁକୁର ପୋଷୁଥିବା ଲୋକମାନଙ୍କ ନିକଟରେ ହୃଦୟ ସମ୍ବନ୍ଧିତ ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ରୋଗ ହେବାର ଆଶଙ୍କା ମଧ୍ୟ କମ ରହିଥାଏ । ପୂର୍ବରୁ କରାଯାଇଥିବା ବିଭିନ୍ନ ଅଧ୍ୟୟନରୁ ଜଣାପଡ଼ିଛି ଏହା ଜଣା ପଡ଼ିଥିଲା ଯେ, କୁକୁର ପୋଷୁଥିବା ଲୋକମାନେ କମ ଉଚ୍ଚ ରକ୍ତଚାପର ଶିକାର ହୋଇଥାନ୍ତି । ସତ୍ୟ କରାଯାଇଥିବା ଅଧ୍ୟୟନରୁ ମିଳିଥିବା ତଥ୍ୟାନୁଯାୟୀ, କୁକୁର ପୋଷିବା ଦ୍ୱାରା ଘରେ ସକାରାତ୍ମକ ପରିବେଶ ପରିବେଶ ସୃଷ୍ଟି ହୋଇଥାଏ । ଯାହା ମଣିଷର ମାନସିକ ସ୍ଥିତିକୁ ସ୍ଥିର ରଖିବାରେ ସହାୟକ ହୋଇଥାଏ ଫଳରେ ହୃଦୟ ସୁସ୍ଥ ରୁହେ । ଏହା ବ୍ୟତୀତ କୁକୁର ପୋଷୁଥିବା ଲୋକମାନେ କୁକୁରକୁ ବୁଲାଇବା ବାହାନାରେ ନିଜ ବ୍ୟକ୍ତିତ୍ୱ ଜୀବନକୁ ସମୟ କାଟିବାକୁ ବାଧ୍ୟ ହୁଅନ୍ତି । ଏହା ଏକ ପ୍ରକାର ଶାରୀରିକ ପରିଶ୍ରମ ହୋଇଥିବାରୁ କୁକୁରକୁ ପ୍ରତ୍ୟେକ ଦିନ ବୁଲାଇବା ବ୍ୟାୟାମ ଭଳି କାର୍ଯ୍ୟ କରିଥାଏ । ଏଣୁ ହୃଦୟାତ ହେବାର ଅନ୍ୟାୟନ କୁକୁର ପୋଷୁଥିବା ଲୋକଙ୍କ ଶରୀରରେ ଆଶଙ୍କା କମ ରହିଥାଏ । ପ୍ରତ୍ୟେକ ଦିନ ପୋଷ୍ୟ ଜୀବକକୁ ଫର୍ମଶରେ ରହିବା ଦ୍ୱାରା ଶରୀରରେ ଏକ ସକାରାତ୍ମକ ପ୍ରଭାବ ସୃଷ୍ଟି ହୋଇଥାଏ ବୋଲି ମଧ୍ୟ ବିଜ୍ଞାନରେ ଦାବି କରାଯାଇଛି ।



## ଫୁଲ ଦେଖି ସୁସ୍ଥ ରହନ୍ତୁ



ସର୍ବେକ୍ଷଣାରୁ ଜଣାପଡ଼ିଛି ଅନ୍ୟ ରାଷ୍ଟ୍ର ବୁଲନାରେ ଆମ ଭାରତୀୟ ପରିବାର ଲୋକେ ନିଜ ବାଲକୋନିରେ ଛୋଟ ଫୁଲବଗିଚାଟିଏ କରିଥାନ୍ତି । ଅବସର ପରେ ଅଧିକାଂଶ ଲୋକଙ୍କର ଫୁଲଗଛ ନିଶା ସ୍ଥଳ ଅଧିକ ବଢ଼ିଥାଏ । ନ୍ୟୁଜିଲାଣ୍ଡର ଏକ ଗବେଷକଙ୍କର ପରୀକ୍ଷା କରି ପ୍ରକାଶ କରିଛନ୍ତି ଯେ ପ୍ରକୃତରେ ଏହି କୁନି ବଗିଚାରେ ପ୍ରତ୍ୟେକ କିଛି ସମୟ ଅତିବାହିତ କରିବା ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ପାଇଁ ଉପକାରୀ । ୬ ହଜାରରୁ ଉର୍ଦ୍ଧ୍ୱ ଭାରତୀୟ ପରିବାର ଏହି ଗବେଷଣାରେ ସାମିଲ ହୋଇଥିଲେ । ରକ୍ତଚେରକାର ଫୁଲ ନିୟମିତ ଦେଖିବାକୁ ଲୋକଙ୍କ ଚିନ୍ତାଧାରା ଭଲ ହେବା ସହ ସମସ୍ୟାକୁ ସାମାଜିକ ଭାବରେ ବିଭିନ୍ନ ରୋଗରୁ ମଧ୍ୟ ପୂର୍ଣ୍ଣ ମିଳେ । ୧୫ରୁ ୨୦ମିନିଟ୍ ଫୁଲଗଛ ନିକଟରେ ଛିଡ଼ା ହେଲେ ସେମାନଙ୍କ ମନ ପ୍ରସ୍ତୁତ ହୋଇଥାଏ । ଫୁଲର ପ୍ରଭାବ ଏତେ ଅଧିକ ଯେ ବିବାହ ପରି ଉତ୍ସବରେ ନବବିବାହିତଙ୍କୁ ପୁଷ୍ଟଗୁଚ୍ଛରେ ମଧ୍ୟ ସାଗତ କରାଯାଏ । ହୃଦୟ ଉପରେ ମଧ୍ୟ ଫୁଲ ଉପର ପ୍ରଭାବ ପକାଇଥିବାର ଗବେଷକଙ୍କ ମତ ।

## ସର୍ତ୍ତ ସହ ମାଗଣାରେ ପିଜା ଦେଉଛି ରେଷ୍ଟୁରାଣ୍ଟ

ଅନେକ ସମୟରେ ଭିନ୍ନ ଭିନ୍ନ ରେଷ୍ଟୁରାଣ୍ଟ ଗ୍ରାହକଙ୍କୁ ନିଜ ଆଡ଼କୁ ଆକର୍ଷିତ କରିବା ପାଇଁ ନିଆରା ଅଫର ଦେଇଥାନ୍ତି । ଏପରି ଏକ ଅଫର ନେଇଆସିଛି ଆମେରିକାର 'ପ' କରି ପିଜା କମ୍ପାନୀ । ତେବେ କମ୍ପାନୀ ଦେଉଥିବା ସର୍ତ୍ତକୁ ମାନିଲେ ମିଳିବ ମାଗଣା ପିଜା । କାର୍ଲିଫର୍ଣ୍ଣିଆର ଏହି କମ୍ପାନୀ ତାର ରେଷ୍ଟୁରାଣ୍ଟକୁ ଆସୁଥିବା ଗ୍ରାହକମାନଙ୍କୁ ଖାଇବା ଟେବୁଲକୁ ଯିବା ପୂର୍ବରୁ ମୋବାଇଲ୍ ରଖିବାକୁ ସର୍ତ୍ତ ରଖିଛି । ଯେଉଁ ଗ୍ରାହକ ରେଷ୍ଟୁରାଣ୍ଟରେ ମୋବାଇଲ୍ ୨୪ ଘଣ୍ଟା ପାଇଁ ରଖିବେ ତାଙ୍କୁ ପରେ ଏକ ପିଜା ଦିଆଯିବ । ସେମାନେ ଚାହିଁଲେ ପିଜା ଖାଇପାରିବେ ନଚେତ ଅନ୍ୟ କାହାକୁ ଦାନ କରିପାରିବେ । ଏହାପରେ ମଧ୍ୟ ଆଉ ଏକ ସର୍ତ୍ତ ରହିଛି ମାଗଣା ପିଜା ପାଇଁ ଆସିବାକୁ ହେଲେ କେଣେ ଗ୍ରାହକଙ୍କୁ ଅତିକମରେ ୪ ଜଣ ଲୋକଙ୍କୁ ନେଇ ରେଷ୍ଟୁରାଣ୍ଟକୁ ଆସିବାକୁ ହେବ । ଏହି ଅଫର ସମ୍ପର୍କରେ ରେଷ୍ଟୁରାଣ୍ଟକୁ ଆସିବାକୁ ହେବ । ଏହି ଅଫର ସମ୍ପର୍କରେ ରେଷ୍ଟୁରାଣ୍ଟର ମାଲିକ କହିଛନ୍ତି ଯେ, ଆଜିକାଲି ଲୋକେ ପରସ୍ପର ମଧ୍ୟରେ କଥା ହେବାକୁ ସମୟ ପାଇନାହାନ୍ତି । ସେମାନେ ମୋବାଇଲ୍ ଫୋନରେ ଅଧିକ ସମୟ ବିନିଯୋଗ କରୁଛନ୍ତି । ତେଣୁ ମୋବାଇଲ୍ ଠାରୁ ଦୂରରେ ରଖିବା ପାଇଁ ଆମେ ଏଭଳି ଅଭିନବ ଯୋଜନା ଆରମ୍ଭ କରିଛୁ ।



## ତା'ର ପ୍ରଭାବ



ଅଧିକ ପରିମାଣରେ ତା' ଓ କଫି ପିଇବା ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ପାଇଁ ହିଟକାରୀ ନୁହେଁ ବୋଲି ବିଶେଷଜ୍ଞଙ୍କ ମତ । ଖାଲିପେଟରେ ତା ପିଇଲେ ତାହା ଆମ ପାଚନ କ୍ରିୟା ଉପରେ କୁପ୍ରଭାବ ପକାଇଥାଏ । ନିକଟରେ କିଛି ସିଦ୍ଧାନ୍ତର ବିଶ୍ୱବିଦ୍ୟାଳୟର ପ୍ରାଧ୍ୟାପକ ଫେଲ୍ଡଲୁର ନିଜ ସହଯୋଗୀଙ୍କ ସହ ଏକ ଗବେଷଣାର ଫଳାଫଳ ଘୋଷଣା କରିଛନ୍ତି । ୨୦୧୫-୨୦୧୮ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଅନୁଧ୍ୟାନ ଚାଲିଥିବାବେଳେ ଏଥିରେ ବୟସ୍କ ପିଢ଼ି ସାମିଲ ହୋଇଥିଲେ । ମୋଟ ୩୬ଜଣ ଲୋକଙ୍କୁ ନିଆରାତ ଏମାନଙ୍କ ଗତିବିଧିକୁ ଅନୁଧ୍ୟାନ କରାଯାଇଥିଲା । ଏଇ ବର୍ତ୍ତନ ଲୋକ ପ୍ରତ୍ୟହ ନାଲି ତା, କଳା ତା', ଓ ଖୁର ତା ପିଇଥିଲେ । ତା' ପିଇବା ଦ୍ୱାରା ଏମାନେ ପୂର୍ଣ୍ଣ ଅନୁଭବ କରୁଥିବାର ଦେଖାଯାଇଥିଲା । ସକାଳ କଳଖୁଆ ଓ ସନ୍ଧ୍ୟାବେଳେ ପ୍ରତ୍ୟହ ତା ପିଇବା ସହ ଏହା ସହ ବିଷ୍ଣୁଟ ମଧ୍ୟ ଖାଇଥାନ୍ତି । ଗୋଟିଏ ଦିନ ତା ନ ପିଇଲେ ସେମାନେ ବିଚ୍ଚିଡ଼ି ହେବା ସହ ଦିନର ଅନ୍ୟ ସମୟରେ ମଧ୍ୟ ଭଲ ଭାବେ ଖାଇନଥିବାର ଦେଖାଯାଇଥିଲା । ଏଣୁ ବିଶେଷଜ୍ଞଙ୍କ ମତରେ ଦିନକୁ ଅଳ୍ପତଃ ଅଳ୍ପତଃ କିଛି କିଛି ତା' ପିଇବା ଆବଶ୍ୟକ ।



ଶ୍ରୀମନ୍ଦିରର ତିନୋଟି ଦ୍ୱାରରେ ରୂପା ଛାଉଣି

ପୁରୀ, ୨୩।୯ (ନି.ପ୍ର): ଶ୍ରୀମନ୍ଦିରର ତିନୋଟି ଦ୍ୱାରକୁ ରୂପା ଛାଉଣି ଓ ଆହାରିତ କରିବା କାର୍ଯ୍ୟ ରୂପା ଦାନ ଠାକୁ ଆରମ୍ଭ ହୋଇଛି। ଆଜି ଶ୍ରୀମନ୍ଦିର କାର୍ଯ୍ୟ ନିର୍ବାହି ଯନ୍ତ୍ରୀ ଆଶିଷ କୁମାର ସୁବ୍ରହ୍ମ୍ୟଙ୍କ ନେତୃତ୍ୱରେ ଏକ ସଂଠକ ଉପାଧ୍ୟକ୍ଷ ଶ୍ରୀମନ୍ଦିର ବେହରଣ ଦ୍ୱାର, କନ୍ୟାବିକ୍ରମ ଦ୍ୱାର ଓ କଳାହୀର ଦ୍ୱାରର ମାପ ନେଇଥିଲେ। ପ୍ରତିକ ଦ୍ୱାରା ଅନ୍ୟାନ୍ୟତମା ତିନି ଦ୍ୱାରର ଭିତର ଅଂଶ ନଷ୍ଟ ହୋଇଯାଇଥିବାରୁ ସେଥିପ୍ରତି ପ୍ରତିକ ସ୍ୱେଚ୍ଛା କାଠିବାର ପରେ ତିନି ଦ୍ୱାର ମରାମତି କରାଯିବା ସହିତ ରୂପା ଆହାରଣ କାର୍ଯ୍ୟ ଆରମ୍ଭ ହେବ ବୋଲି ଜଣାପଡିଛି।

କଟକରେ ୩୩୧ ଜଣଙ୍କଠାରୁ ଜୋରିମାନା: ୪ଟି ଦୋକାନ ସିଲ

ଭୁବନେଶ୍ୱର, ୨୩।୯ (ନି.ପ୍ର.): କମିଶନରେଟ ପୋଲିସ୍ ଗତ ୨୪ ଫୂଦା ମଧ୍ୟରେ ମାଝ ପିଛି ନଥିବା ଅଭିଯୋଗରେ କଟକରେ ୩୩୧ ଜଣଙ୍କ ଠାରୁ ଜୋରିମାନା ଆଦାୟ କରିଛି। ସେହିପରି ସାମାଜିକ ଦୂରତ୍ୱ ନିୟମ ପାଳନ କରି ନଥିବା ଅଭିଯୋଗରେ ୧୩୩୯ ଜଣଙ୍କ ଠାରୁ ଜୋରିମାନା ଆଦାୟ କରାଯାଇଛି। ମୋଟର ଯାନ ଆଇନ୍ ଓ ଓଡିଶା ସହରୀଠକ ପୋଲିସ୍ ଆଇନ୍ ଉଲ୍ଲଙ୍ଘନ କରିଥିବା ୫୧୨ ଜଣଙ୍କ ଠାରୁ ଜୋରିମାନା ଆଦାୟ କରାଯାଇଛି। ଏହି ସମୟ ମଧ୍ୟରେ ୪ଟି ଦୋକାନ ସିଲ କରାଯାଇଛି କଟକ ଡିଭିଓ କ୍ଷେତ୍ରରେ ଏହି ସୁଚନା ଦେଇଛନ୍ତି।

ଆନ୍ତର୍ଜାତିକ ବରିଷ୍ଠ ନାଗରିକ ଦିବସ ପାଇଁ ପ୍ରସ୍ତୁତି

ବାଲେଶ୍ୱର, ୨୩।୯ (ନି.ପ୍ର.): ବାଲେଶ୍ୱର ସହର ସମେତ ସମଗ୍ର ଜିଲ୍ଲାରେ କରୋନା ମହାମାରୀ ଦିନକୁ ଦିନ ଏହାର କାର୍ଯ୍ୟାଳୟ କରିବା ସହିତ ଆକ୍ରାନ୍ତଙ୍କ ସଂଖ୍ୟା ଏବେ ସାଙ୍ଗେ ସାଙ୍ଗେ ହଜାରରେ ପହଞ୍ଚିଯାଇଛି। ବରିଷ୍ଠ ନାଗରିକ ମଞ୍ଚ ବୈଠକରେ ଉଦ୍‌ଦେଶ ପ୍ରକାଶ ପାଇଛି। ଆଜି ପୂର୍ବାହ୍ନରେ ଜିଲ୍ଲା କାର୍ଯ୍ୟାଳୟରେ ଆହୁତ ଏକ କରୁନା ବୈଠକ ସଭାପତି ଦେବଦାସୀ ଷଡ଼ଙ୍ଗାଙ୍କ ଅଧିକାରରେ ଅନୁଷ୍ଠିତ ହୋଇଥିଲା। ଏଥିରେ ଜୁନବର୍ଦ୍ଧିଷ୍ଣ କରୋନା ସଂକ୍ରମଣକୁ ରୋକିବା ଓ ସଂକ୍ରମିତଙ୍କୁ ସୁସ୍ଥ କରାଯିବାକ୍ଷେତ୍ରରେ ଜିଲ୍ଲା ପ୍ରଶାସନ ତଥା ଜିଲ୍ଲାପାଳ କେ. ସୁବର୍ଣ୍ଣନା ରଠଙ୍କୁ ନେତୃତ୍ୱରେ ପରିଚାଳିତ ସମସ୍ତ କରୋନା

ଯୋଜ୍ୟା ପ୍ରତି ମଞ୍ଚ ପକ୍ଷରୁ ସାଧୁବାଦ ଶ୍ରୀମତୀ ଲକ୍ଷ୍ମୀ ଦେବୀ ଆକ୍ରାନ୍ତ ବରିଷ୍ଠ ନାଗରିକ ଦିବସ ଭାବେ ପାଳନ କରାଯାଇଥିବା ତକ୍ତିକ ବର୍ଷ କରୋନା ମହାମାରୀ ଭଳି ବିପଦର ମୁକାବିଲା କରିବା ସକାଶେ କେନ୍ଦ୍ର ଓ ରାଜ୍ୟ ସରକାରଙ୍କ ପକ୍ଷରୁ ଯେଉଁ ସମସ୍ତ କଟକଣା ଓ ପ୍ରତିବନ୍ଧକ ନିୟମ କାର୍ଯ୍ୟ ରହିଛି, ତାହାକୁ ପାଳନ କରିବା ସକାଶେ ଜିଲ୍ଲା ବରିଷ୍ଠ ନାଗରିକ ମଞ୍ଚ ପକ୍ଷରୁ ସହଯୋଗ କରି ଆସୁଥିବା କଥା ବୈଠକରେ ଉପସ୍ଥିତ କର୍ମଚାରୀମାନେ ମତବ୍ୟକ୍ତ କରିଥିଲେ। ତେବେ ଜିଲ୍ଲା ମହକୁମା ସମେତ ଜିଲ୍ଲାର ବିଭିନ୍ନ ବ୍ଲକ୍ ଓ ଆଞ୍ଚଳିକ ସ୍ତରରେ ଥିବା ସମସ୍ତ ବରିଷ୍ଠ ନାଗରିକ ମଞ୍ଚ ସୋପାନିତି

ସୂଚିକ କୋଭିଡ୍-୧୯ ନିୟମ ଓ ସାମାଜିକ ଦୂରତ୍ୱ ରକ୍ଷାକରି ବିଶ୍ୱ ବରିଷ୍ଠ ନାଗରିକ ଦିବସକୁ କରୋନା ମହାମାରୀ ବିରୋଧୀ ଜନସଚେତନତା ଦିବସ ଭାବରେ ନିଜ ନିଜ କ୍ଷେତ୍ରରେ ପାଳନ କରିବାକୁ ମଞ୍ଚ ପକ୍ଷରୁ ପରାମର୍ଶ ଦିଆଯାଇଛି। ଉକ୍ତ ବୈଠକରେ ମଞ୍ଚର ସାଧାରଣ ସଂପାଦକ ଲକ୍ଷ୍ମୀଧର ଦେବେରାଜ ସମେତ ସଂପାଦକ ଦେବେନ୍ଦ୍ରନାଥ ଚୌଧୁରୀ, ବାମୋଦର ନାୟକ, ଦେବନ୍ଦ୍ର ପାଣିଗ୍ରାହୀ, ଆଶୀଷ କୁମାର ଚକ୍ରବର୍ତ୍ତୀ ପ୍ରମୁଖ ଆଲୋଚନାରେ ଅଂଶଗ୍ରହଣ କରିଥିଲେ। କାର୍ଯ୍ୟାଳୟ ସଂଯୋଜକ ମଧୁସୂଦନ ଜେନା ପନ୍ୟବାଦ ଶ୍ରୀମତୀ ଅପରିଚ୍ଛାନ୍ତି।

ଆନ୍ତର୍ଜାତିକ ଯୋଗ ପ୍ରତିଯୋଗିତା ଜୁନିୟର ବର୍ଗରେ ଓଡ଼ିଶାର ଦିବ୍ୟାଶୁ ପ୍ରଥମ

ଭୁବନେଶ୍ୱର, ୨୩।୯ (ନି.ପ୍ର.): ଭୁବନେଶ୍ୱରସ୍ଥିତ ଶିବାନନ୍ଦ ଯୋଗ ଦେବଦା ଏକାଡ଼େମୀ ପକ୍ଷରୁ ଓଡ଼ିଶାରେ ପ୍ରତିଯୋଗିତାରେ ଜୁନିୟର ବର୍ଗରେ ଓଡ଼ିଶାରୁ ଦିବ୍ୟାଶୁ ପ୍ରଥମ, ଆସୀଷ ର ସୁମିତ୍ରା ଦେବି ଦ୍ୱିତୀୟ, ଓଡ଼ିଶାର ସ୍ୱେଦାଶୁ କୁମାର ଦାସ ତୃତୀୟ ସ୍ଥାନ ଅଧିକାର କରିଥିଲେ। ଦେଶର ବିଭିନ୍ନ ସ୍ଥାନରୁ ପ୍ରତିଯୋଗୀ ମାନଙ୍କୁ ଯଥାକ୍ରମେ ୭ ହଜାର, ୪ ହଜାର ଓ ୨ ହଜାର ଅର୍ଥରାଶି ଓ ମାନପତ୍ର ସହ ବିନିୟମ ବିଭାଗର କୃତି ପ୍ରତିଯୋଗୀ ମାନଙ୍କୁ ପ୍ରଥମ, ଦ୍ୱିତୀୟ ଓ ତୃତୀୟ ସ୍ଥାନ ଅଧିକାର କରିଥିବା ପ୍ରତିଯୋଗୀ ମାନଙ୍କୁ ଯଥାକ୍ରମେ ୭ ହଜାର, ୫ ହଜାର ଏବଂ ୩ ହଜାର ଅର୍ଥରାଶି ସହ ମାନପତ୍ର ପ୍ରଦାନ କରାଯାଇ ଏକାଡ଼େମୀ ପକ୍ଷରୁ ସମ୍ବର୍ଦ୍ଧିତ କରାଯାଇଥିଲା।

ଅନେକ କୋଭିଡ୍ ହେଲ୍ଥ ସେଣ୍ଟରରୁ ରୋଗୀନେଇ ଯାଉଥିବା ଗାଡି ଦୁର୍ଘଟଣା

ବାରିପଦା, ୨୩।୯ (ନି.ପ୍ର.): ବାରିପଦା ଲକ୍ଷ୍ମୀପୋଷା ସ୍ଥିତ ଅନେକ କୋଭିଡ୍ ହେଲ୍ଥ ସେଣ୍ଟରରୁ କରୋନା ଚିକିତ୍ସା ପରେ ଡିସଚାର୍ଜ ହୋଇଥିବା ବାକ୍ସିନିପୋଷା ବ୍ଲକ୍ରେ ଜନେକ ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କୁ ନେଇ ଏକ ସ୍ୱତନ୍ତ୍ର ଗାଡି ବାରିପଦାରୁ ବାକ୍ସିନିପୋଷା

ଯାଉଥିବା ବେଳେ କୁଡେଇ ଛକ ନିକଟରେ ଏକ ଗଛକୁ ଧକ୍କା ଦେବା ଫଳରେ ଦୁର୍ଘଟଣାଗ୍ରସ୍ତ ହୋଇଥିବା ରକ୍ଷକ ମିଳିଛି। ଦୁର୍ଘଟଣାରେ ଗାଡି ଭିତରେ ଥିବା କୋଭିଡ୍ ଟ୍ରାଉଭର ର ସେଭଲି କୌଶର୍ଣ୍ଣୀ କ୍ଷତି ହୋଇନଥିବା ବେଳେ ଗାଡି ତୋପା ହୋଇଯାଇଥିବା ଜଣାଯାଇଛି।

ତେବେ ଟ୍ରାଉଭର ମଦ୍ୟପାନ କରି ଗାଡି ଚଳାଉଥିବା ବ୍ୟକ୍ତି ଦୁର୍ଘଟଣା ଘଟିଥିବାର ଘଟଣା ସ୍ଥଳରେ ଉପସ୍ଥିତ କୋଭିଡ୍ ଅଭିଯୋଗ କରୁଥିବା ବେଳେ ଏବାବଦରେ ଟ୍ରାଉଭରଙ୍କ ଆଲକୋହଲିକ ଚେଷ୍ଟା କରାଯିବ ବୋଲି କୁଜିଅଣା ଥାନା ଭାରପ୍ରାପ୍ତ ଅଧିକାରୀ କହିଛନ୍ତି।

ହେଲମେଟ୍ ଓ ମାଙ୍କୁ ଟେକି ବେଳେ କିନ୍ନର ଓ ପୁଲିସ୍ ମୁହାଁମୁହିଁ

ଜଲେଶ୍ୱର, ୨୩।୯ (ନି.ପ୍ର.): ବାଲେଶ୍ୱର ଅମାନିଆମାନଙ୍କ ପ୍ରାୟତଃ ବଡ଼ିବାକୁ ଏସିଏ ନିର୍ଦ୍ଦେଶରେ ପ୍ରତ୍ୟେକ ପୁଲିସ୍ ଉଲ୍ଲଙ୍ଘନ ହେତୁ କୋଭିଡ୍ ୧୯ ସଂକ୍ରମଣ ପ୍ରତିରୋଧ ପାଇଁ ମାଙ୍କୁ ଟେକି ର ନିର୍ଦ୍ଦେଶ ଦିଆଯାଇଛି। ତେଣୁ ଏହାକୁ ଆଧାର କରି ଜଲେଶ୍ୱର ପୁଲିସ୍ ପକ୍ଷରୁ ଆନା ସମ୍ବନ୍ଧରେ ପ୍ରତିଦିନ

ଟେକି ରାକ୍ଷି। ଆଜି ମଧ୍ୟ ପୁଲିସ୍ ପକ୍ଷରୁ ହେଲମେଟ୍ ଓ ମାଙ୍କୁ ଟେକି ଆରମ୍ଭ ହୋଇଥିବା ବେଳେ ୨ ଜଣ କିନ୍ନର ଏକ ସ୍ତ୍ରୀରେ ଗଲାବେଳେ ମାଙ୍କୁ ନ ଥିବାରୁ ପୁଲିସ୍ ଧରପଗଡରେ ଅଟକ ରଖାଯିବ ସହିତ ୫୦୦ଟଙ୍କା ଜୋରିମାନା କରିଥିଲେ। ଫଳରେ ପୁଲିସ୍ ଓ କିନ୍ନର ମଧ୍ୟରେ ବତସା ଓ ମୁହାଁମୁହିଁ ହୋଇଥିଲେ। ସେଥିରେ

ଜଣେ ପୁଲିସ୍ କିନ୍ନର ଉପରକୁ ବାଟି ଉଠାଇବା ଅଭିଯୋଗ ହେବା ପରେ ଜଲେଶ୍ୱର ପ୍ରାୟ ୨୦/୨୨ ଜଣ କିନ୍ନର ଆନା ଆଗରେ ସମ୍ମିଳିତ ହୋଇ ନାରୀବାଜି କରିଥିଲେ। ଆଉଆଇସି ମାନସ କୁମାର ଦେଇ କିନ୍ନରଙ୍କ ନେତ୍ରୀ ରାଶୀ କୁ ଡାକି ଏ ସଂପର୍କରେ ଆଲୋଚନା କରିଥିଲେ। ଫଳରେ ଆନ୍ଦୋଳନ ପ୍ରତ୍ୟାହତ ହୋଇଥିଲା।

। ପ୍ରକାଶକୋଷୀ ଜଲେଶ୍ୱର ଅଂଚଳରେ କରୋନ ଆଇନ୍କୁ ବେଖାତିରୀ କରି ବହୁ ଅମାନିଆ ଯାତାୟାତ କରୁଥିବାର ଦେଖିବାକୁ ମିଳୁଛି। ଫଳରେ ଜଲେଶ୍ୱରରେ କରୋନା ସଂକ୍ରମଣ ଦିନକୁ ଦିନ ବୃଦ୍ଧି ଘଟିବାରେ ଲାଗିଛି। ସରକାର ଏଥିପ୍ରତି କଡ଼ା ପଦକ୍ଷେପ ନେବାକୁ ସାଧାରଣରେ ଦାବି ହେଉଛି।

ଆଜି ଚିହ୍ନଟ ହେଲେ ୧୩୬ ନୂତନ କରୋନା ଆକ୍ରାନ୍ତ

ଭଦ୍ରକ, ୨୩।୯ (ନି.ପ୍ର.): ଭଦ୍ରକ ଜିଲ୍ଲାରୁ ଆଜି ୧୩୬ଜଣ କରୋନା ଆକ୍ରାନ୍ତ ଚିହ୍ନଟ ହୋଇଛନ୍ତି। ମୋଟ ୭୫୫ଜଣ ୮୦୭ଜଣଙ୍କ ନମୁନା ପରୀକ୍ଷା କରାଯିବା ପରେ ଏହି ନୂଆ ଆକ୍ରାନ୍ତଙ୍କ ମିଶର ଆଜି ସୂଚା ମୋଟ ଆକ୍ରାନ୍ତ ୪୯୯୩ ଜଣ ଚିହ୍ନଟ ହୋଇଛନ୍ତି।

ଅନ୍ୟପକ୍ଷରେ ମୋଟ ସୁସ୍ଥ ହୋଇଛନ୍ତି ୩୮୪୨ଜଣ। ଏବେ ଆଜିକାରୁ ଆକ୍ରାନ୍ତ ଅବସ୍ଥା କୋଭିଡ୍ ୧୯ ସଂକ୍ରମଣ ପ୍ରତିରୋଧ ପାଇଁ ମାଙ୍କୁ ଟେକି ର ନିର୍ଦ୍ଦେଶ ଦିଆଯାଇଛି। ତେଣୁ ଏହାକୁ ଆଧାର କରି ଜଲେଶ୍ୱର ପୁଲିସ୍ ପକ୍ଷରୁ ଆନା ସମ୍ବନ୍ଧରେ ପ୍ରତିଦିନ

ଭଦ୍ରକ ପୌରପାଳିକାର ୨ଜଣ, ବନ୍ତ ବ୍ଲକ୍ରେ ୮ଜଣ, ଉଷାରିପୋଖରୀ ବ୍ଲକ୍ରେ ୨୭ଜଣ, ଦାନ୍ତବାଳି ବ୍ଲକ୍ରେ ୧୫ଜଣ, ଦାନ୍ତବାଳି ବ୍ଲକ୍ରେ ୧୫ଜଣ, ଧାମନଗର ବ୍ଲକ୍ରେ ୧୦ଜଣ, ତିହିଡି ବ୍ଲକ୍ରେ ୧୨ଜଣ ଏବଂ ଅନ୍ୟ ଜିଲ୍ଲାରୁ ୫ଜଣ ଆକ୍ରାନ୍ତ ଚିହ୍ନଟ ହୋଇଛନ୍ତି।

ବଡ଼ପାଳ ଜିପିଏଲଏଫ୍ ସଭାପତି-ସମ୍ପାଦିକାଙ୍କ ମନମୁଖୀ କାର୍ଯ୍ୟ: ବିଭିନ୍ନ ଦାବି ନେଇ ଧାରଣାରେ ଏମବିଜେ

ବାଲେଶ୍ୱର, ୨୩।୯ (ନି.ପ୍ର.): ଗ୍ରାମ ପଞ୍ଚାୟତ ସଭାର ସହ ସହାୟିକା କୋଷୀ ମହାସଂଘ (ଜିପିଏଲଏଫ୍)ର ସଭାପତି ଓ ସମ୍ପାଦିକାଙ୍କ ମନମୁଖୀ କାର୍ଯ୍ୟଧାରାରୁ ବିରୋଧ କରି ରେମୁଣା ବ୍ଲକ୍ ବଡ଼ପାଳ ପଞ୍ଚାୟତର ମାଷ୍ଟର ବ୍ଲକ୍ କିପର ଏମବିଜେ ମାନେ ଆଜି

ଜିଲ୍ଲାପାଳଙ୍କ କାର୍ଯ୍ୟାଳୟ ସମ୍ମୁଖରେ ଧାରଣା ଦେଇଥିଲେ। ମହାସଂଘ ସମ୍ପାଦିକା ଓ ସଭାପତିଙ୍କ କାର୍ଯ୍ୟକାଳ ଅବଧି ଶେଷ ହୋଇଥିଲେ ବି ନୂତନ କର୍ମକର୍ତ୍ତା ରୟନ ନ କରିବା, ବର୍ଷ ଚମାମ କୌଶର୍ଣ୍ଣୀ ବୈଠକ ଆୟୋଜନ ନକରି ଏମବିଜେ, ସିଆରପି ଓ ସଭାପତିଙ୍କ ଜାଳ ଦହଣ

କରିଆର ମିଥ୍ୟା ପ୍ରସ୍ତାବ ଗ୍ରହଣ କରିବା, ଜିପିଏଲଏଫ୍ରେ ସଂଗଠନ ଏବଂ ଲିଜିଟାଟିକ ଅଭିଯୋଗ କ୍ରମେ ଆଞ୍ଚଳିକ ମଞ୍ଚକୁ ଚରଣ ଦାୟିତ୍ୱ ଦେବା, ଏମବିଜେ ଓ ସିଆରପିକୁ ୧୨ ମାସ ଧରି ଦରମା ନ ମିଳିବା ଆଦି ଅଭିଯୋଗ ନେଇ ସେମାନେ ଜିଲ୍ଲାପାଳଙ୍କ ଫାଟକ ସମ୍ମୁଖରେ ଧାରଣାରେ

ସହିଥିଲେ। ମହାସଂଘର ସଭାପତି ଓ ସମ୍ପାଦିକାଙ୍କ ବିରୋଧରେ କାର୍ଯ୍ୟାଧାରର ଗ୍ରହଣ ନହେବା ଯାଏଁ ଏହି ଧାରଣା କାର୍ଯ୍ୟ ରହିବ ବୋଲି ଏମବିଜେମାନେ ତେତାଦିନ ଦେଉଥିଲେ। ଖବର ପାଇ ଓଡ଼ିଶା ଜାଗିକା ମିଶନର ବାଲେଶ୍ୱର ଜିଲ୍ଲା ଡିପିଏମ ଜିତେନ୍ଦ୍ର କୁମାର ବିଶ୍ୱାଳ ଧାରଣାରୁ ନିର୍ତ୍ତ ହୋଇଥିଲେ।

ଏମବିଜେକୋରୁ ଦାବିପତ୍ର ଗ୍ରହଣ ସହ ସେମାନଙ୍କୁ ରୁଝାପୁଝା କରିଥିଲେ। ସମ୍ପାଦିକା ଓ ସଭାପତି କରିଥିବା ଅନିୟମିତତା ସମ୍ପର୍କରେ ଚରଣ କରିବା ସହ ସେମାନଙ୍କ ଦାବି ପୂରଣ ନେଇ ଉଚିତ ପଦକ୍ଷେପ ନେବାର ପ୍ରତିଶ୍ରୁତି ଦେବା ପରେ ଏମବିଜେମାନେ ଧାରଣାରୁ ନିର୍ତ୍ତ ହୋଇଥିଲେ।

ମୁନିସିପାଲଟିର ବିଭିନ୍ନ ସମସ୍ୟାନେଇ ବିଜେପିର ବୈଠକ ଓ କେନ୍ଦ୍ରମନ୍ତ୍ରୀଙ୍କ ଦୃଷ୍ଟି ଆକର୍ଷଣ

ଜଲେଶ୍ୱର, ୨୩।୯ (ନି.ପ୍ର.): ମୁନିସିପାଲଟିର ବିଭିନ୍ନ ସ୍ୱାଧୀନ ସମସ୍ୟା ନେଇ ସମାଧାନ ହେଉନଥିବାରୁ ବିଜେପିର ଏକ ବୈଠକରେ ସେ ସବୁ ଆଲୋଚିତ ହୋଇ ସମାଧାନ ଲାଗି ବାଲେଶ୍ୱର ସାଂସଦ ତଥା କେନ୍ଦ୍ର ମନ୍ତ୍ରୀ ପ୍ରତାପଚନ୍ଦ୍ର ଷଡ଼ଙ୍ଗୀଙ୍କୁ ଏକ ଦାବିପତ୍ର ପ୍ରଦାନ କରାଯାଇଛି। ବିଜେପିର ମୁନିସିପାଲଟି ସଭାପତି ଫାଲଗୁନୀ ପାଣିଗ୍ରାହୀଙ୍କ ଅଧ୍ୟକ୍ଷତାରେ

ମଂଗଳଦୀରେ ବିଜେପି କାର୍ଯ୍ୟାଳୟ ଠାରେ ଅନୁଷ୍ଠିତ ହୋଇ ଯାଇଛି। ଆଲୋକ ଦ୍ୟବସ୍ତା, ରାଷ୍ଟ୍ରାପାତ୍ର ସଫେଇ, ସ୍ୱାଧୀନ ଜନନିଷ୍ଠାସନର ଦ୍ୟବସ୍ତା, ଦୈନିକ ଟ୍ରାଫିକ୍ ସମସ୍ୟା ସହିତ ଦୈନିକ ବଜାରକୁ ଏକ ସୁରକ୍ଷିତ ସ୍ଥାନକୁ ନେବାକୁ ବୈଠକରେ ଆଲୋଚନା ହେଉଛି। ଏଥିରେ ସାଂସଦ ପ୍ରତିନିଧି ସାନ୍ତନୁ ପଟ୍ଟନାୟକ, ମିଡିଆ ସଂଯୋଜକ ସ୍ୱତନ୍ତ୍ର ଘୋଷ, ରବିନ୍ଦ୍ର ପାତ୍ର,



ଆଦିତ୍ୟ ନାରାୟଣ ପାତ୍ର, କୁଳ ଦିହାରୀ ଦେ, ସିଦ୍ଧେଶ୍ୱର ପଣ୍ଡା, ଚନ୍ଦନ ଦାସ, ଅନନ୍ତ ଦାସ ପ୍ରମୁଖ ସମସ୍ୟା ସଂପର୍କରେ ସମତର

ଶ୍ରମ ଆଇନ୍ ସଂଶୋଧନ ପୁନଃ କ୍ରୀତଦାସ ପ୍ରଥା ପ୍ରଚଳନ!

ଏଆଇଟିୟୁସି ପକ୍ଷରୁ କେନ୍ଦ୍ର ସରକାରଙ୍କ ନିଷ୍ପତ୍ତିକୁ ବିରୋଧ

ବାଲେଶ୍ୱର, ୨୩।୯ (ନି.ପ୍ର.): କେନ୍ଦ୍ର ସରକାରଙ୍କ ଶ୍ରମ ଆଇନ୍ ସଂଶୋଧନକୁ ଏଆଇଟିୟୁସି ସହବନ୍ଧିତ ନିଷ୍ପତ୍ତି ଓ ଓଡ଼ିଶା ଅଜନଶ୍ରମିକ କର୍ମୀସଂଘ ତିଫେନ୍ଦ୍ର କଣ୍ଟାକୂର୍ବ ଓଡ଼ିଶା ଯୁନିୟନ୍ ୧୩ ନ୍ୟାସନାଲ ହକର ଫେଡେରେଶନ୍ ପକ୍ଷରୁ ମିଳିତ ଭାବେ ଆଜି ପ୍ରତିବାଦ କରାଯାଇଛି। ବାଲେଶ୍ୱର ଜିଲ୍ଲାପାଳଙ୍କ କାର୍ଯ୍ୟାଳୟ ସମ୍ମୁଖରେ ଆୟୋଜିତ ପ୍ରତିବାଦ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମରେ ଏଆଇଟିୟୁସିର ଜାତୀୟ ପରିଷଦ ସଦସ୍ୟ ଜୟନ୍ତ ଦାସ, ତିଫେନ୍ଦ୍ର କଣ୍ଟାକୂର୍ବ ଓଡ଼ିଶା ଯୁନିୟନ୍ ୧୩ ନ୍ୟାସନାଲ ହକର ଫେଡେରେଶନ୍ର ନାରାୟଣ ପାଣିଗ୍ରାହୀ, ଦୁର୍ବଦାସ, ଏସାଙ୍କ ଅଭି ସାହା, ଏଆଇଟିୟୁସିର ରାଜ୍ୟ ପରିଷଦ ସଦସ୍ୟ ପ୍ରତିଭା ପାଲ, ନିଷ୍ଠଳ ଓଡ଼ିଶା ଅଜନଶ୍ରମିକ କର୍ମୀସଂଘ

ବାବଦରେ ସମର୍ପଣ କଲେଣି। କୋଭିଡ୍ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ ପରିବର୍ତ୍ତେ ଗଣତାନ୍ତ୍ରିକ ପଦ୍ଧତିରେ ନିର୍ବାଚିତ ମଧ୍ୟପ୍ରଦେଶ ଓ ରାଜସ୍ଥାନରେ ଶାସକ ଦଳ ବିଧାୟକଙ୍କୁ ଖରିଦ କରି ବିଜେପି ସରକାର ଗଠନରେ ବ୍ୟସ୍ତ ରହି ମଧ୍ୟପ୍ରଦେଶରେ ସମତା ହାତେଇ ସାରିବା ପରେ ସଂସଦକୁ ବିଶ୍ୱାସକୁ ନନେଇ କରୋନା ଆକ୍ରମଣରେ ହତାହତ ହୋଇଛି।

ଦ୍ୟବସ୍ତା ବିପର୍ଯ୍ୟୟ ହୋଇପଡିଥିବା ବେଳେ ଶ୍ରମିକ, କୃଷକ, ଛାତ୍ର, ଯୁବ ଓ ମହିଳାଙ୍କ ଭବିଷ୍ୟତ ଅନ୍ଧାର ମଧ୍ୟକୁ ଚାଲି ଯାଇଛି। ସଂଶୋଧିତ ଶ୍ରମ ଆଇନ୍ ପ୍ରତ୍ୟାହାର ନହେଲେ ଏହି ଜନବିରୋଧୀ ମୋଦି ସରକାର ହତାହତ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଏହି ଆନ୍ଦୋଳନକୁ ଆହୁରି ତେଜିଆନ୍ କରିବାକୁ ବଢ଼ାମାନେ ଜନସାଧାରଣଙ୍କୁ ଆହ୍ୱାନ ଦେଇଥିଲେ। ୪ ଗୋଟି ଶ୍ରମକୋର୍ଟ ଆକ୍ରେ ୪୪ ଗୋଟି ଶ୍ରମ ଆଇନ୍ ସଂଶୋଧନ କରି ଦେଶରେ କ୍ରୀତଦାସ ପ୍ରଥା ପୁନଃପ୍ରଚଳନ ଉଦ୍ଦ୍ୟମକୁ ସରକାର ନିବୃତ୍ତ ନହେଲେ ଆଗାମୀ ଦିନରେ ସର୍ବଭାରତୀୟ ସ୍ତରରେ ଶ୍ରମିକ ଆନ୍ଦୋଳନ ଅଧିକରୁ ଅଧିକ ତୀବ୍ର ହେବ ବୋଲି ସେମାନେ ଚେତାବନା ଦେଇଛନ୍ତି।

ବାବଦରେ ସମର୍ପଣ କଲେଣି। କୋଭିଡ୍ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ ପରିବର୍ତ୍ତେ ଗଣତାନ୍ତ୍ରିକ ପଦ୍ଧତିରେ ନିର୍ବାଚିତ ମଧ୍ୟପ୍ରଦେଶ ଓ ରାଜସ୍ଥାନରେ ଶାସକ ଦଳ ବିଧାୟକଙ୍କୁ ଖରିଦ କରି ବିଜେପି ସରକାର ଗଠନରେ ବ୍ୟସ୍ତ ରହି ମଧ୍ୟପ୍ରଦେଶରେ ସମତା ହାତେଇ ସାରିବା ପରେ ସଂସଦକୁ ବିଶ୍ୱାସକୁ ନନେଇ କରୋନା ଆକ୍ରମଣରେ ହତାହତ ହୋଇଛି।

ଆଶୁ ଆରୋଗ୍ୟ କାମନା କରି ଦୀପ ଦାନ

ବାରିପଦା, ୨୩।୯ (ନି.ପ୍ର.): ମୟୂରଭଞ୍ଜ ବିଜେପିର ପୂର୍ବତନ ଜିଲ୍ଲା ସଭାପତି ଡଃ କୃଷ୍ଣଚନ୍ଦ୍ର ମହାପାତ୍ର କରୋନା ଆକ୍ରାନ୍ତ ହୋଇଛନ୍ତି। ଶ୍ରୀ ମହାପାତ୍ରଙ୍କ ଶରୀର ଅଧିକ ଅସୁସ୍ଥତା ହେବା ଯୋଗୁଁ ସେ ବର୍ତ୍ତମାନ ଭୁବନେଶ୍ୱର ସ୍ଥିତ ଏମ୍ବିଡି ଚିକିତ୍ସାଧାନ ଅଛନ୍ତି। ତାଙ୍କର କରୋନାରୁ ଆଶୁ ଆରୋଗ୍ୟ କାମନା କରି ଜିଲ୍ଲା



ସହିତ ଦୀପଦାନ କରିଛନ୍ତି। ଶ୍ରୀ ମହାପାତ୍ର କରୋନାରୁ ଶୀଘ୍ର ସୁସ୍ଥ ହୋଇ ଘରକୁ ଫେରିଆସିବାକୁ ବୋଲି କର୍ମକର୍ତ୍ତା ମୋଦିଆସକୁ ବୋଲି ନିକଟରେ ପ୍ରାର୍ଥନା କରିଛନ୍ତି। ଏହି କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମରେ କେଶରୀୟ ହିନ୍ଦୁ ବାହିନୀର ଜିଲ୍ଲା ଅଧ୍ୟକ୍ଷ ଦିଲ୍ଲୀପ କୁମାର ଦାସଙ୍କ ନେତୃତ୍ୱରେ ଅଭ୍ୟାସ ଦାମ୍ କାନୁନଗ, ବିଶ୍ୱାସର ଦାସ, ପ୍ରତାପ ଦାସବାବୁ, ସୌମିତ୍ର ଘୋଷ, ସୁବ୍ରତ ମୁଖା, ସୁଧାକର ନାୟକ, ନୟନୀ ବେହେରା, ମିନା ସିଂ, ବବି ଦିଗର, ସୁଜିତ ସାହି, ପ୍ରମିଳା ଶିରି, ପଙ୍କଜ ଦେବେରା, ଅନୁପ ଦେବେରା ପ୍ରମୁଖ ଉପସ୍ଥିତ ରହି ଆଶୁ ଆରୋଗ୍ୟ କାମନା କରିଥିଲେ।

