

ସଖାବଟରେ ନୂତନ ବିବାହ ମଣ୍ଡପ ଉଦଘାଟନ

କେନ୍ଦ୍ରାପଡ଼ା, ୧୦।୧୨ (ନି.ପ୍ର): କେନ୍ଦ୍ରାପଡ଼ା ଜିଲ୍ଲାର ଅନ୍ୟତମ ପର୍ଯ୍ୟଟନ ସ୍ଥଳୀ ଗୁପ୍ତକ୍ଷେତ୍ର ସଖାବଟ ଠାରେ ନବ ନିର୍ମିତ ବିବାହ ବେଦୀକୁ ଜନ ସାଧାରଣଙ୍କ ବ୍ୟବହାର ଉପଲକ୍ଷେ ଲୋକାର୍ପଣ କରାଯାଇଛି । ଏହି କ୍ଷେତ୍ରରେ ବର୍ଷକ ବିଭିନ୍ନ ସମୟରେ ବିବାହ କାର୍ଯ୍ୟ ଅନୁଷ୍ଠିତ ହୋଇ ଆସୁଛି । ଭିତ୍ତିଭୂମି ଅଭାବ ସହିତ ବିଭିନ୍ନ ପ୍ରକାର ଅସୁବିଧା ଲାଗି ରହିଥିବାରୁ ଏଠାକୁ ଆସୁଥିବା ଶ୍ରଦ୍ଧାଳୁ ମାନେ ହଇରାଣ

ହଇକଟ ହେଉଥିଲେ । ଏହାକୁ ଲକ୍ଷ୍ୟକରି ଜଳ ସଂପଦ ବିଭାଗର ଅବସରପ୍ରାପ୍ତ ପୁଷ୍ପା ଯନ୍ତାଙ୍କ ପ୍ରୟତ୍ନ ଚନ୍ଦ୍ର ଚୈଧୁରୀଙ୍କ ଆର୍ଥିକ ସହାୟତା ରେ ନିର୍ମାଣ କରାଯାଇଛି । ୧ ଲକ୍ଷ ୪୦ ହଜାର ଟଙ୍କା ବ୍ୟୟରେ ନିର୍ମିତ ଏହି ବେଦୀକୁ ଶ୍ରୀ ଚୈଧୁରୀ ଉଦଘାଟନ କରିଥିଲେ । ସଖାବଟ ଉନ୍ନୟନ ପରିଷଦର ସଭାପତି ନିରଞ୍ଜନ ସାହୁ, ସଭ୍ୟ ବିଲିପ ବିଶ୍ୱାଳ ଇ ସମେତ ସ୍ଥାନୀୟ ଗ୍ରାମବାସୀ ବହୁ ସଂଖ୍ୟାରେ ଯୋଗ ଦେଇଥିଲେ ।

ଆଇନ ସେବା ପ୍ରାଧିକରଣ ପକ୍ଷରୁ ମାନବ ଅଧିକାର ଦିବସ ପାଳିତ

କେନ୍ଦ୍ରାପଡ଼ା, ୧୦।୧୨ (ନି.ପ୍ର): ଜିଲ୍ଲା ଆଇନ ସେବା ପ୍ରାଧିକରଣ ପକ୍ଷରୁ ମାନବ ଅଧିକାର ଦିବସ ପାଳନ କରାଯାଇଛି । କୋଭିଡ କଟକଣାକୁ ଦୃଷ୍ଟିରେ ରଖି ଅନଲାଇନ ଫର୍ମାଟରେ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ ପାଳିତ ହୋଇଥିଲା । ପ୍ରାଧିକରଣ ଓ ଅଧ୍ୟକ୍ଷ ତଥା ଜିଲ୍ଲା ଚୈରାଫଳ ବାସୁଦେବ ପଣ୍ଡାଙ୍କ ଦ୍ୱାବଧାନ ଉପ ଅନୁଷ୍ଠିତ ଏହି

କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମରେ ପ୍ରାଧିକରଣର ସଚିବ ମଳୟ କୁମାର ପ୍ରଧାନ ପୁଷ୍ପାବତ୍ତା ଭାବେ ଯୋଗଦେଇ ମାନବ ଅଧିକାର ସମ୍ବନ୍ଧୀୟ ନିର୍ଦ୍ଦେଶନାମା କୁ ଅବଗତ କରାଇଥିଲେ । କରୋନା କଟକଣା ହେତୁ ଗୁଗୁଲମିଟ୍ ଅନଲାଇନ ରେ ଏହି ସଚେତନତା କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ ଅନୁଷ୍ଠିତ ହୋଇଥିଲା ।

ବ୍ରହ୍ମପୁର ପୋଲିସର କାର୍ଯ୍ୟାନୁଷ୍ଠାନ: ୧ ଲକ୍ଷ ୨୧ ହଜାର ୮୦୦ ଟଙ୍କା ଜୋରିମାନା ଆଦାୟ

ଗଞ୍ଜାମ, ୧୦।୧୨ (ନି.ପ୍ର): ବ୍ରହ୍ମପୁର ପୋଲିସ ଜିଲ୍ଲା ପକ୍ଷରୁ ଗତ ୯ ତାରିଖ ସକାଳ ୬ଟା ୦୧ ରୁ ୧୦ ତାରିଖ ସକାଳ ୬ଟା ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ୨୪ ଘଂଟା ମଧ୍ୟରେ କୋଭିଡ୍ କଟକଣା ଉଲ୍ଲଙ୍ଘନକାରୀ, ବେପାରୀ ଗାଡି ଚାଳକ ଓ ବେଆଇନ ନବ ଚାଲକର ଉପରେ କଡ଼ା କାର୍ଯ୍ୟାନୁଷ୍ଠାନ ଗ୍ରହଣ କରାଯାଇଛି । ପୋଲିସର ସୂଚନା ଅନୁଯାୟୀ, ଗ୍ରାଉଣ୍ଡ ନିୟମ ଉଲ୍ଲଙ୍ଘନ କରିଥିବା ବେପାରୀ ଗାଡି ଚାଳକ ୨୧୯ ଜଣଙ୍କ ଚାଲାଣ କଟାଯାଇଛି । ସେମାନଙ୍କ ନିକଟରୁ ଜୋରିମାନା ୩୩୬୯୯ ଓ ୧୯୫୨୦ ହଜାର ୫୦୦

ଟଙ୍କା ଆଦାୟ କରାଯାଇଛି । ମାଝ ବ୍ୟବହାର କରୁନଥିବା ବ୍ୟକ୍ତି ବିଶେଷଙ୍କ ନିକଟରୁ ୯୮୦୦ ଟଙ୍କା । ଏବଂ ସାମାଜିକ ଦୂରତା ଉଲ୍ଲଙ୍ଘନକାରୀଙ୍କ ନିକଟରୁ ୨୫୦୦ ଟଙ୍କା ଆଦାୟ କରାଯାଇଛି । ଏହିପରି ଜୋରିମାନା ବାବଦକୁ ମୋଟ ୧ ଲକ୍ଷ ୨୧ ହଜାର ୮୦୦ ଟଙ୍କା ଆଦାୟ କରାଯାଇଛି । ଏହା ବ୍ୟତୀତ ବିଭିନ୍ନ ସ୍ଥାନରେ ଚଢ଼ୁଇ କରି ୨୪.୮ ଲିଟର ମଦ ଜବତ କରିଛି ପୋଲିସ । ପୃଥକ୍ ପୃଥକ୍ ମାମଲାରେ ୨ ଜଣଙ୍କୁ ଗିରଫ କରିଛି । ବିଭିନ୍ନ ଥାନାରେ ୨ଟି ଏଡାଲୀ ବାୟର୍ ହୋଇଛି ।

ଲାଲୁ ପ୍ରସାଦ ଜେନା ହେଲେ ଜିଲ୍ଲା ଯୁବ ବିଜେଡି ସଂପାଦକ

କେନ୍ଦ୍ରାପଡ଼ା, ୧୦।୧୨ (ନି.ପ୍ର): କେନ୍ଦ୍ରାପଡ଼ା ଜିଲ୍ଲା ଯୁବ ବିଜେଡି ସଂପାଦକ ଭାବେ ଯୁବନେତା ଲାଲୁ ପ୍ରସାଦ ଜେନାଙ୍କୁ ନୂତନ ନିଯୁକ୍ତି ଦିଆଯାଇଛି । ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀ ତଥା ବିଜେଡି ସଭାପତି ନବୀନ ପଟ୍ଟନାୟକଙ୍କ ଅନୁମୋଦନ କ୍ରମେ ଶ୍ରୀ ଜେନାଙ୍କୁ ନିଯୁକ୍ତି ଦିଆ ଯାଇଥିବା ଜଣାପଡିଛି । ଶ୍ରୀ ଜେନା ପୂର୍ବରୁ ବିଜେଡିର ଜଣେ ସକ୍ରିୟ କାର୍ଯ୍ୟକର୍ତ୍ତା ଭାବେ କାମକରି ନିଜର ଦକ୍ଷତା ପ୍ରତିପାଦନ କରିଥିଲେ । ନିର୍ବାଚନରେ ତାଙ୍କର କାର୍ଯ୍ୟଦକ୍ଷତା ଦେଖି ତାଙ୍କୁ ପ୍ରଶଂସା କରାଯିବା ସହ ଏହି ନିଯୁକ୍ତି ମିଳିଥିବାରୁ ତାଙ୍କୁ ମାନବ୍ୟର ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀ, ସଂସଦ, ବିଧାୟକ ଏବଂ ଜିଲ୍ଲାର ସମସ୍ତ କର୍ମଚାରୀଙ୍କୁ କୃତଜ୍ଞତା ଜଣାଇଛନ୍ତି ।

ବର୍ଦ୍ଧିତ ବିଦ୍ୟୁତ ବିଲ୍ ପ୍ରତ୍ୟାହାର ଦାବି ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀଙ୍କ ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟରେ ବିତିଓଙ୍କୁ ଆପର ଦାବିପତ୍ର ପ୍ରଦାନ

ଭୁବନ, ୧୦।୧୨ (ନି.ପ୍ର): ବର୍ଦ୍ଧିତ ବିଦ୍ୟୁତ ବିଲ୍ ପ୍ରତ୍ୟାହାର ଦାବିରେ ଆପ୍ ତରଫରୁ ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀଙ୍କ ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟରେ ଦାବିପତ୍ର ପ୍ରଦାନ କରାଯାଇଛି । କାମାକ୍ଷାନଗର ନିର୍ବାଚନ ମଣ୍ଡଳୀ ଅଧ୍ୟକ୍ଷ ତଥା ଅବସରପ୍ରାପ୍ତ ସୈନିକ ମହେଶ୍ୱର ମହାନ୍ତି ଙ୍କ ନେତୃତ୍ୱରେ ଭୁବନ ବସଷ୍ଟାଣ୍ଡ ଠାରେ ଜନସାଧାରଣଙ୍କୁ ବର୍ଦ୍ଧିତ ବିଦ୍ୟୁତ ବିଲ୍ ସଂପର୍କରେ ଅବଗତ କରାଇବା ସହ ଚାଟା

ପାଖର କମ୍ପାନୀ ଓଡିଶାକୁ ବିଦ୍ୟୁତ ବିଲ୍ ବିଲ୍ଲୀରେ ୨୦୦ ଯୁନିଟ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ମାଗଣାରେ ଦେଉଥିବା ବେଳେ ଓଡିଶାରେ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ଷେତ୍ର ହେଉଛି ଆଉ ଏହି କ୍ଷତିପୂରଣ ଉପଭୋକ୍ତା ମାନେ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ଷେତ୍ର ଦେବେ ବୋଲି ଜିଲ୍ଲା ଆବାହକ ପଙ୍କଜ ନାୟକ ଜନସାଧାରଣଙ୍କୁ ଅବଗତ କରାଇବା ସହ ଲିଫ୍ଲେଟ ବଣ୍ଟନ କରିଥିଲେ । ପରେ ଜିଲ୍ଲା ସମ୍ପାଦକ ଆଇନକାରୀ ପ୍ରକାଶ ଚନ୍ଦ୍ର ରାଉତ, ଜିଲ୍ଲା କୋଷାଧ୍ୟକ୍ଷ ଚକ୍ରଧର

ତୁନଟି ହାଇସ୍କୁଲରେ କାନ୍ତକବିଙ୍କ ୧୩୩ତମ ଜୟନ୍ତୀ ପାଳିତ

ଭଦ୍ରକ, ୧୦।୧୨ (ନି.ପ୍ର): ଚରମ୍ପା ସାହିତ୍ୟ ସଂସ୍କୃତି ମ ଆନୁକୁଲ୍ୟରେ କାନ୍ତକବି ଲକ୍ଷ୍ମୀକାନ୍ତ ମହାପାତ୍ରଙ୍କ ‘୧୩୩ତମ ରାଜ୍ୟ ସ୍ତରୀୟ ଜୟନ୍ତୀ’ ସମାରୋହ ତୁନଟି ହାଇସ୍କୁଲ ପରିସରରେ ଅନୁଷ୍ଠିତ ହୋଇଯାଇଛି । ଏହି ସମାରୋହରେ ପ୍ରଥମ ଅଧିବେଦନ ‘କବିତା ପଠୋତ୍ସବ’ର ସଭାପତି ସଦାନନ୍ଦ ସାହୁଙ୍କ ପୌରୋହିତ୍ୟରେ ଅନୁଷ୍ଠିତ ହୋଇଥିଲା । ବିଦ୍ୟାଳୟର ଶିକ୍ଷୟିତ୍ରୀ ସାଲକଣ୍ଠା ନାୟକ ସ୍ୱାଗତ ଭାଷଣ ଦେଇ ମନ୍ତ୍ର ଆହ୍ୱାନ କରିଥିଲେ । ରବିନ୍ଦ୍ର କୁମାର ବେଉରିଆ ମୁଖ୍ୟଅତିଥି, ମହେନ୍ଦ୍ର ବାରିକ ମୁଖ୍ୟବକ୍ତା ଭୁବନମୋହନ ମହାନ୍ତି ଏବଂ ରବି କୁମାର ମହାନ୍ତି, ସନ୍ତୋଷ ଆଚାର୍ଯ୍ୟ ସମ୍ମାନିତ ଅତିଥିଭାବେ ଯୋଗାଦନକରି କାନ୍ତକବିଙ୍କ ଅମର ସାହିତ୍ୟକୃତିକୁ ସମୀକ୍ଷା କରିଥିଲେ । ପରେପରେ ଉକ୍ତ ସଭାରେ ମହେନ୍ଦ୍ର ନାଥ ମହାପାତ୍ର କାନ୍ତକବିଙ୍କ ସ୍ମରଣରେ ‘ସବୁଥିକୁ ବଂଚିତକରି’ ସଂଗୀତ ଗାନ

କରିଥିଲେ । ଉପସ୍ଥିତ ନାରାୟଣ ଚନ୍ଦ୍ର ପ୍ରଧାନ ସମେତ କବି, କବୟିତ୍ରୀ, ଗାଳ୍ପିକ, ବ୍ୟଙ୍ଗସାହିତ୍ୟିକମାନେ ସେମାନଙ୍କ କାନ୍ତକବିଙ୍କ ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟରେ ସ୍ମରଣିତ କବିତା ପାଠ କରିଥିଲେ । ଚରମ୍ପା ସାହିତ୍ୟ ସଂସ୍କୃତି ମଠର ସଭ୍ୟ କଲ୍ୟାଣ କୁମାର ଲେଙ୍କା ସଭାସଦବର୍ଗଙ୍କୁ ଧନ୍ୟବାଦ ଅର୍ପଣ କରିଥିଲେ । ଦ୍ୱିତୀୟ ଅଧିବେଶନ ପ୍ରାରମ୍ଭରେ ଶୁଭଭଂଜନ ପରେ ବିଦ୍ୟାଳୟର କ୍ଷାତ୍ରୀଗଣ ‘ବନ୍ଦେ ଉତ୍କଳ ଜନନୀ’ ଗାନ କରିଥିଲେ । ଏହି ଲୋକାର୍ପଣ ଉତ୍ସବରେ ମଠର ସଭାପତି ଅଧିବକ୍ତା ନିରାକାର ଜେନେକ ପୌରୋହିତ୍ୟରେ ଅନୁଷ୍ଠିତ ହୋଇଥିଲା । ଚ. ସୁବର୍ଣନ ଫତନାୟକ ମୁଖ୍ୟଅତିଥି, ଡ. ରାମଚନ୍ଦ୍ର ପଣ୍ଡା ମୁଖ୍ୟବକ୍ତା ଓ ଅଧ୍ୟକ୍ଷ କୁପାସିନ୍ଧୁ ନାୟକ ସମ୍ମାନିତ ବକ୍ତାଭାବେ ଯୋଗଦାନ କରିଥିଲେ । ଗଗନବିହାରୀ ରାଉତ ଅତିଥି ପରିଚୟ ଓ ସ୍ୱାଗତ ଭାଷଣ ପ୍ରଦାନ କରିଥିଲା ବେଳେ ମଠ ସମ୍ପାଦକ

ଉମାକାନ୍ତ ନାୟକ ବିବରଣୀ ପ୍ରଦାନ କରିଥିଲେ । ଏହି ଅବସରରେ ପ୍ରାବନ୍ଧିକ ଅମରେଶ ବିଶ୍ୱାଳଙ୍କ ୨୫୫ ପୃଷ୍ଠକ ‘ମନକା ବାଟ’ ଓ ‘ବିଶ୍ୱ ଗବାକ୍ଷରେ ଭାରତ’ ଏବଂ ଗାନ୍ଧିକା ରେଶ୍ମିତା ନାୟକଙ୍କ ଗଳ୍ପ ପୁସ୍ତକ ‘ଅକ୍ସିଡି କଥା’ ସଭାରେ ଉନ୍ମୋଚିତ ହୋଇଥିଲା । ଡ. ରାମଚନ୍ଦ୍ର ପଣ୍ଡା, ଗଗନବିହାରୀ ରାଉତ, କୁପାସିନ୍ଧୁ ନାୟକ ଉକ୍ତ ପୁସ୍ତକ ଗୁଡିକୁ ସମୀକ୍ଷା କରିଥିଲେ । ପ୍ରାବନ୍ଧିକ ଅମରେଶ ବିଶ୍ୱାଳଙ୍କୁ ମାନପତ୍ର ଓ ଉତ୍ତରୀୟ ପ୍ରଦାନ କରାଯାଇ ସମ୍ବର୍ଦ୍ଧିତ କରାଯାଇଥିଲା । ବିଦ୍ୟାଳୟର ପ୍ରଧାନଶିକ୍ଷକ ପ୍ରଭାକର ଖଟ୍ଟୁଆ ସମସ୍ତଙ୍କୁ ଧନ୍ୟବାଦ ଅର୍ପଣ କରିଥିଲେ । ବିଦ୍ୟାଳୟର ପ୍ରତିଷ୍ଠାତା ଓ ମ ସାହିତ୍ୟର ସଭ୍ୟ ରତ୍ନକର ସାମଲ ଓ ସମସ୍ତ ଶିକ୍ଷକ ଶିକ୍ଷୟିତ୍ରୀ ସଭା ପରିଚାଳନା କରିବାରେ ସହାୟତା କରିଥିଲେ ।

କାର୍ ସହ ୨୬ କେଜି ଗଞ୍ଜେଇ ଜବତ: ୩ ଗିରଫ

କନ୍ୟାପୁର, ୧୦।୧୨ (ନି.ପ୍ର): କନ୍ୟାପୁର ଚାନ୍ଦନ ପୋଲିସ ଗଞ୍ଜେଇ ଚାଲାଣ ବେଳେ ଚଢ଼ଇ କରିଛି । କାର୍ ଯୋଗେ ଚାଲାଣ ହେଉଥିବା ୨୬ କେଜି ୨ ଶହ ଗ୍ରାମ ଗଞ୍ଜେଇ ଜବତ କରିବା ସହ ଘଟଣାରେ ୩ ଜଣଙ୍କୁ ଗିରଫ କରିଛି । ଗିରଫ ଅଭିଯୁକ୍ତ ମାନେ ହେଲେ ଉତ୍ତର ପ୍ରଦେଶର ରାଜେନ୍ଦ୍ର ପ୍ରତାପ ସିଂ (୩୭), କୁଳଦୀପ ସିଂ (୧୯) ଓ ମାନ ସିଂ (୩୪) । ପୋଲିସ ପୁତୁରୁ ପ୍ରକାଶ ଯେ, ପୋଲିସ ପେଡ୍ରୋଲିଂ କରୁଥିବା ବେଳେ ସତ୍ୟାଗ୍ରହୀ ନିକଟରେ ଏକ କାର୍ କୁ ଅଟକାଇ ଯାତ୍ କରିଥିଲା । କନ୍ୟାପୁର ଦେଇ ଉତ୍ତର ପ୍ରଦେଶ ଗଞ୍ଜେଇ ଚାଲାଣ ହେଉଥିବା ବେଳେ ପୋଲିସ କୋଣସି ସୂତ୍ରରୁ ଜ୍ଞବର ପାଇ ଚଢ଼ୁଇ କରିଥିଲା । ଯାତ୍ ବେଳେ କାର୍ ରୁ ୨୬ କେଜି ୨ ଶହ ଗ୍ରାମ ଗଞ୍ଜେଇ ଜବତ ହୋଇଥିଲା । ଗଞ୍ଜେଇ ସହ କାର୍ ନି ଯୁପି ମମା ବିଜେ ୯୭୧୮ ଓ ଅଭିଯୁକ୍ତ ମାନଙ୍କ ନିକଟରୁ ନଗଦ ୬୨ ହଜାର ୫ ଶହ ଟଙ୍କା ଜବତ କରିଛି ପୋଲିସ । ଚାନ୍ଦନ ଥାନା ପୋଲିସ ସଂସ୍ଥାକ୍ରମେ ୩୪୯/୨୦ ରେ ଏକ ମାମଲା ଗୁରୁ କରି ଗିରଫ ତିନି ଅଭିଯୁକ୍ତଙ୍କୁ କୋର୍ଟଚାଲାଣ କରିଛି ।

ବେଆଇନ ବାଲି ବୋହେଇ ଟ୍ରକ ଯାତ କଲା ଚଢ଼ୁସିଲ

କେନ୍ଦ୍ରାପଡ଼ା, ୧୦।୧୨ (ନି.ପ୍ର): କେନ୍ଦ୍ରାପଡ଼ା ଚଢ଼ୁସିଲ ପକ୍ଷରୁ ବାଲି ବୋହେଇ ହୋଇଥିବା ଟ୍ରକ ଗୁଡିକୁ ଯାତ କରାଯିବା ସହ ଏହାର କାବଳପତ୍ର ଚଳଣି କରାଯାଇ ଥିଲା । ଗୁରୁବାର ବାଲି ବୋହେଇ ହୋଇଥିବା ହାଇଡ୍ରୋ ଗୁଡିକୁ ମହିପାଳରେ ଅଟକାଯାଇ ଏହାର କାବଳପତ୍ର ଯାତ କରାଯାଇ ଥିଲା । କେନ୍ଦ୍ରାପଡ଼ା ଜିଲ୍ଲାରେ ବାଲି ଚୋରା ଚାଲାଣ କ୍ରମରେ ବାଲି ଥିବାକୁ କେତେକ ଟ୍ରକ ମାଲିକ ନଦୀପାଠା ରୁ ବାଲି ଉଠାଇ ବିନା କାବଳପତ୍ର ରେ ବିକ୍ରି କରି ପ୍ରଚୁର ଲାଭବାନ ହେବା ସହ କୋଟି କୋଟି ଟଙ୍କାର ରାଜସ୍ୱ ହାନୀ ଘଟୁଥିବା ଅଭିଯୋଗ ହୋଇ ଆସୁଛି । ଜିଲ୍ଲାରେ ବାଲି ସେିରାତ ନିଲମ ବାଟିଲ ହୋଇଥିବାରୁ ଏହି ବାଲି ଚୋରା ଚାଲାଣକାରୀ ମାନେ ଏହି ମଜକାରେ ପ୍ରଚୁର ଲାଭବାନ ହେଉଥିବା ଦେଖା ଦେଇଛି । ତେବେ ଆଜି କେନ୍ଦ୍ରାପଡ଼ା ଚଢ଼ୁସିଲ ପକ୍ଷରୁ ବାଲି ଟ୍ରକ ଗୁଡିକର ଖିଲପର୍ମ ଯାତ କରାଯାଇ ଥିବା କେନ୍ଦ୍ରାପଡ଼ା ଚଢ଼ୁସିଲଦାନ ହେମଲତା ବାହାଲିଆ ସୂଚନା ଦେଇଛନ୍ତି ।

କେନ୍ଦୁଝର, ୧୦।୧୨ (ନି.ପ୍ର): କେନ୍ଦୁଝର ଜିଲ୍ଲାରେ ଜଙ୍ଗଲ ହାତୀଙ୍କର ଉପଦ୍ରବ ଅଧିକାର ନାମ ଧରୁନାହିଁ । ଏହି ହାତୀପଲ ଲୋକଙ୍କର ଆଖିରୁ ନିଦ ହଜାଇ ଦେଇଛି । ସାଧାରଣ ଲୋକଙ୍କର ଧନ କାବନ ଏକ ପ୍ରକାର ଅସୁରକ୍ଷିତ ହୋଇ ପଡିଛି । ବନ ବିଭାଗ ମଧ୍ୟ ହାତୀ ପଲକୁ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ କରିବାରେ ସଫଳ ହୋଇ ପାରୁନାହିଁ । ଲୋକଙ୍କ ଭିତରେ ଏହାକୁ ନେଇ ଅସନ୍ତୋଷ ପୁଞ୍ଜି ବାଣିବାରେ ଲାଗିଛି । ଏବେ ସୁନର୍ବାର ବାଲିବନ୍ଧ ପରେଷ୍ଟ ଅଠକରେ ହାତୀପଲଙ୍କ ଉପଦ୍ରବ ଆରମ୍ଭ ହୋଇଛି । ବାଲିବନ୍ଧ ପରେଷ୍ଟ ଅଠକର ଲକ୍ଷ୍ମୀପଣି ବିଟ ଏ ଅଶୁକା ଜଙ୍ଗଲରେ ଭୁଲ ବିନ ହେବ ମୟୂରଭଞ୍ଜ ଅଠକରୁ ବାଲି ଆସିଥିବା ୨୨ ଡିକିଆ ହାତୀ ପଲ

ଆସୁନ କମାଉଛନ୍ତି । ଅଶୁକା ଜଙ୍ଗଲ ପାଖରେ ଅରଡେଇ ନଦୀ ବୋହି ଯାଉଥିବା ବେଳେ, ସେମାନଙ୍କ ପାର୍ଶ୍ୱ ସାଧ୍ୟ ଓ ପାନୀୟ ର ଅଭାବ ରହୁ ନଥିବାରୁ ହାତୀ ପଲ ଯାଇ ନଥିବା ବନ ବିଭାଗ ପଲରେ ୫ ଟି ଭୂଆ ହାତୀ ରହିଥିବା ଫରେଷ୍ଟର ଖରେଶ୍ୱର ବାରିକ ସୂଚନା ଦେଇଛନ୍ତି । ରାତ୍ରରେ ହାତୀପଲ ଗାଁ ଭିତରକୁ ପଶି ଉପାତ କରୁଛନ୍ତି । ଗତ ୨ ଦିନ ମଧ୍ୟରେ ରେ ହାତୀ ପଲ ଅଶୁକା ଜଙ୍ଗଲ ପାଖ ବଳଭଦ୍ରପୁର ରେ ୪ ଟି ଘର ଭାଙ୍ଗିଥିବା ବେଳେ, ନଦୀ କୂଳରେ ଥିବା ଗ୍ରାମବାସୀଙ୍କର ପରିପରିବା ଚାଷ ସର୍ପଣ୍ଡି ଉଜାଡି ଦେଇଛନ୍ତି । ସେହିପରି ନିକଟସ୍ଥ ପାର୍ବତୀପୁରରେ ଦାଶରଥ

ମୁଖାଙ୍କର ଘର ମଧ୍ୟ ହାତୀପଲ ଭାଙ୍ଗି ଦେଇଛି । ବଳଭଦ୍ରପୁରରେ ଘର ଭାଙ୍ଗିବା ନେଇ କ୍ଷତିଗ୍ରସ୍ତ ଖରେଶ୍ୱର ଚକ୍ରା, ଲକ୍ଷ୍ମୀଧର ମାଝୀ, ଗଣେଶ ମାଝୀ, ଜିତୁ ମାଝୀ ପ୍ରମୁଖ ଅଭିଯୋଗ କରିଛନ୍ତି । ଜଙ୍ଗଲ ପାଖରେ ଗ୍ରାମବାସୀଙ୍କର ଗହଳି ଲାଗି ରହିଥିବାରୁ ଓ ପାଟିବୁଝ କରୁଥିବାରୁ ଜଙ୍ଗଲ ଭିତରେ ହାତୀପଲ ଭରସ୍ତ ଚଳୁଥିବା ଦେଖାଯାଇଛି । ଜଙ୍ଗଲ ବିଭାଗର କର୍ମଚାରୀ ଜରି ରହିଥିବା କହୁଛନ୍ତି । କିନ୍ତୁ ଏ ପରେ ହାତୀପଲ ଲୋକଙ୍କର ଫସଲ ଉଜାଡିବା ସହ ଘରଦ୍ୱାର ଭାଙ୍ଗୁଥିବା ବେଳେ ଲୋକଙ୍କ ପାର୍ଶ୍ୱ ଆଠକରେ କାରଣ ହୋଇଛନ୍ତି । କିନ୍ତୁ ଲୋକଙ୍କୁ ପୁରସ୍କା ଦେବାରେ ବନ ବିଭାଗ ବିଫଳ ହେଉଥିବା ଜଳ ଜଳ ହୋଇ ଦେଖାଯାଇଛି ।

ଉଚ୍ଚଶିପ୍ର ହୋଇ ଦେବା ନିଜର ସ୍ତ୍ରୀ ଭାମେ ଉପରେ ଆକ୍ରମଣ କରିଥିଲା । ସାମାଜିକ ଦ୍ୱାରା ଆକ୍ରମଣର ଶିକାର ହେବା ପରେ ଭାମେ ମୁଁହରେ ଗଢାଇ କ୍ଷତ ହୋଇଛି । ତେବେ ଦେବା କଦାପି ଆଜି ଭୋର ସମୟରେ ନିଜ ଘର ଭିତରେ ବେକରେ

ପାରିବାରିକ କଳହରୁ ସ୍ୱାମୀର ଆତ୍ମହତ୍ୟା

ମାଲକାନଗିରି, ୧୦।୧୨ (ନି.ପ୍ର): ମାଲକାନଗିରି ଜିଲ୍ଲା କାଲିମେଳା ବ୍ଲକ ଅନ୍ତର୍ଗତ ତେଲେରାଇ ଫଟାୟତ ର ଉର୍ଦ୍ଦାଗୁଡ଼ା ଗ୍ରାମରେ ଘଟି ଯାଇଛି ଏକ ଅଭାବନୀୟ ଘଟଣା । ଜଣେ ଦେବା କଦାପି ମାମଳା ଜଣେ ଆଦିବାସୀ ବ୍ୟକ୍ତି ନିଜ

ସ୍ୱାକ୍ ମରଣାନ୍ତକ ଆକ୍ରମଣ କରି ନିଜେ ଆଜି ଘର ଭିତରେ ବେକରେ ଫାଶୀ ଲଗାଇ ଆତ୍ମହତ୍ୟା କରିଥିବା ଜଣାପଡିଛି । ସୂଚନା ଅନୁସାରେ ଗଡକାଲି ଘରରେ କୋଣସି କାରଣରୁ ସ୍ୱାମୀ ଓ ସ୍ତ୍ରୀ ମଧ୍ୟରେ ଝଗଡ଼ା ଲାଗିଥିଲା । ଏଥିରେ

ଉଚ୍ଚଶିପ୍ର ହୋଇ ଦେବା ନିଜର ସ୍ତ୍ରୀ ଭାମେ ଉପରେ ଆକ୍ରମଣ କରିଥିଲା । ସାମାଜିକ ଦ୍ୱାରା ଆକ୍ରମଣର ଶିକାର ହେବା ପରେ ଭାମେ ମୁଁହରେ ଗଢାଇ କ୍ଷତ ହୋଇଛି । ତେବେ ଦେବା କଦାପି ଆଜି ଭୋର ସମୟରେ ନିଜ ଘର ଭିତରେ ବେକରେ

ଗଞ୍ଜାମ ଜିଲ୍ଲାରେ ନୂଆ ଫ କରୋନା ପଜିଟିଭ୍ ଚିହ୍ନଟ ଗଞ୍ଜାମ, ୧୦ ଡିସେମ୍ବର (ହି.ସ.)- ଗଞ୍ଜାମ ଜିଲ୍ଲାରେ ଆଜି ନୂଆ ୮ ଜଣ କରୋନା ପଜିଟିଭ୍ ଚିହ୍ନଟ ହୋଇଛନ୍ତି । ଗିପୋର୍ଟ ପଜିଟିଭ୍ ଆସିବା ପରେ ଗୁରୁତର ଆକ୍ରାନ୍ତଙ୍କୁ କୋଭିଡ୍ ହସ୍ପିଟାଲରେ ଭର୍ତ୍ତି କରାଯାଇଛି । ସେହିପରି ସାମାନ୍ୟ ଆକ୍ରାନ୍ତଙ୍କୁ ହୋମ ଆଇସୋଲେସନରେ ରହିବାକୁ ପରାମର୍ଶ ଦିଆଯାଇଛି । ଏଥିସହ ଜିଲ୍ଲାରେ ମୋଟ ଆକ୍ରାନ୍ତଙ୍କ ସଂଖ୍ୟା ୨୧,୭୦୨ କୁ ବୃଦ୍ଧି ପାଇଛି । ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ଜିଲ୍ଲାରେ କରୋନାଜନିତ ମୃତ୍ୟୁ ସଂଖ୍ୟା ୨୫୩ ରହିଛି

ଫେଙ୍କଣ୍ଡରେ ଫାୟାରମାଙ୍କି



ସୁସ୍ଥ ସ୍ଵଚ୍ଛ ରହିବା ସହ ଅଶାନ୍ତି ଓ ଆର୍ଥିକ ଅନାଟନକୁ ଦୂରରେ ରହିବା ପାଇଁ ପ୍ରତ୍ୟେକ ବର୍ଷର ଲୋକ ଚାହୁଁଥାନ୍ତି । ହିନ୍ଦୁ ଧର୍ମାବଲମ୍ବୀମାନେ ଏଥି ନିମନ୍ତେ ପୂଜାପାଠ କରିବା ସହ ବର୍ତ୍ତମାନ ସମୟରେ ଅଧିକାଂଶ ବାସୁଶାସ୍ତ୍ର ଓ ଫେଙ୍କଣ୍ଡକୁ କିନିଷ ଏବେ ବ୍ୟବହାରରେ ତଥା ଅନ ଲାଭନରେ ଉପଲବ୍ଧ ହେଉଛି । ତୀନ ମାନ୍ୟତା ଅନୁସାରେ 'ଫାୟାର ମାଙ୍କି' ଘରେ ସକାରାତ୍ମକ ଶକ୍ତି ବୃଦ୍ଧି କରିବା ସହ ଅଶାନ୍ତିକୁ ମଧ୍ୟ ଦୂରରେ ରଖେ । -ଫାୟାର ମାଙ୍କି ଯେ କୌଣସି ରୂପରେ ଜଣେ ବ୍ୟକ୍ତି ନିଜ ପାଖରେ ରଖିପାରିବେ । ଯେପରି ଲକେଟ୍, ବ୍ରେସଲେଟ୍, ମୁଦିଭାବେ, ତେବେ ଏହା ହଳଦା ରଙ୍ଗର ହେବା ନିତାନ୍ତ ଆବଶ୍ୟକ । ଘରର କୌଣସି ପ୍ରାନ୍ତରେ ସାଜସଜ୍ଜା ସାମଗ୍ରୀ ଭାବେ ମଧ୍ୟ ରଖି ହେବ, କିନ୍ତୁ ବାରମ୍ବାର ଏହି ଫାୟାର ମାଙ୍କିର ସ୍ଥାନ ପରିବର୍ତ୍ତନ କଲେ ତାହା ଘର ସ୍ଵଚ୍ଛତା ମଧ୍ୟରେ କଳି ଆରମ୍ଭ କରେ । ବୈଠକଖାନା ହେଉ କିମ୍ବା ଡାକିନି ହଲ, ତାହାର କାନ୍ଥରେ ଫାୟାର ମାଙ୍କିର ଚିତ୍ର ଚାଲିବା ଶୁଭଫଳ ପ୍ରଦାନ କରେ । ନିଜ ସ୍ଵାର୍ଗପୋନ ବ୍ୟାଙ୍କ କକ୍ଷରେ ମଧ୍ୟ ଫାୟାର ମାଙ୍କି ଚିତ୍ର ଥିବା କକ୍ଷର ବ୍ୟବହାର କରିହେବ । ଏବେ ଅଧିକାଂଶ ଲୋକ ଏକ ପକ୍ଷରେ ବ୍ୟବହାର କରୁଥିବାର ଦେଖାଯାଉଛି । ଘରୁ ନିକରାତ୍ମକ ଶକ୍ତି ଦୂର କରିବାର ଅନ୍ୟତମ ଉପାୟ ହେଉଛି ଘରର ପ୍ରତ୍ୟେକ କକ୍ଷର ଝରକା କାଚରେ ତିଆରି କରିବା । ଏପରି ହେବା ଦ୍ଵାରା ପୂର୍ଣ୍ଣବିକିରଣ ପ୍ରତ୍ୟେକ ସ୍ଥାନକୁ ବିଚ୍ଛୁରିତ ହୋଇପଡ଼େ । କାଚ ଝରକା ବନ୍ଦ ରହିଲେ ମଧ୍ୟ ପୂର୍ଣ୍ଣ ବିକିରଣ ଘର ଭିତରକୁ ପଥରବେଶ କରେ । ଗୋଟିଏ ବାଲି ପାଣିରେ ୪-୫ବଡ଼ ଚାମଚ ଲୁଣ ପକାଇ ଘର ପୋଛନ୍ତୁ । ଲୁଣକୁ ଶୁଖି ଶୁଖି ଭାବେ ଗ୍ରହଣ କରାଯାଇଥିବା ସହ ଏହା ଘରେ ସକାରାତ୍ମକ ଶକ୍ତିର ଉତ୍ପନ୍ନ କରେ ।

ସ୍ଵାର୍ଗ ମାଙ୍କିକୋଗାର୍ଡେନ

ଏକ ପରିପରିବା ଖାଇବା ସହରୀ କାବନରେ ଏବେ ପ୍ରାୟତଃ ସମ୍ଭବ ହେଉନାହିଁ । ଏପରି ସ୍ଥିତିରେ ଛୋଟଛୋଟପତ୍ର ବା ଶାଗଜାତୀୟ ଖାଦ୍ୟସାମଗ୍ରୀ ହାତପାଆନ୍ତାରେ ପାଇବାକୁ ନିଶ୍ଚୟ ଲଜ୍ଜା ହେବ । ସ୍ଵାଭବେ ଆଇଓ ଏପରି ଏକ ମାଟିପତ୍ର ସ୍ଵାର୍ଗ ବଗିଚା ପ୍ରସ୍ତୁତ କରିଛି ଯାହା ପସନ୍ଦର ଶାଗ ବା ପତ୍ରଜାତୀୟ ଖାଦ୍ୟ ଦେଇପାରିବ । ଏହି ସ୍ଵାର୍ଗ ଗାର୍ଡେନ ଲାଗି କେବଳ ପାଣି, ଯୋଗ୍ୟ ତରଳ ଏବଂ ଆଲୋକ ଦରକାର । ସାଧାରଣ ବଗିଚା ଆବଶ୍ୟକ କରୁଥିବା ଜଳର ମାତ୍ର ୨ ପ୍ରତିଶତ ଥରେ ଲାଗିଥାଏ ଏବଂ ଏହାର ଗନ୍ଧ ତିନିଗୁଣ ଅଧିକ ଦେଖିବାକୁ ପଡ଼େ ।



ଜାଣି ରଖନ୍ତୁ

■ ଗ୍ରୀଷ୍ମ ମଋତୁକୁ ଅଧିକ ସମୟ ରଖିବା ଲାଗି ଚାହୁଁଥିଲେ ଏହାକୁ ଏୟାର ଟାଇମ କଣ୍ଟେନରରେ ପୁରାଇ ଫୁଲରେ ରଖନ୍ତୁ ।
 ■ ଯଦି ଆପଣ ବ୍ୟସ୍ତ ଥିବାରୁ ବିଦୁର କୌଣସି ରେସିପି ପ୍ରସ୍ତୁତ କରି ପାରୁନାହାନ୍ତି, ତେବେ ପୁରୁ ଫାଙ୍କ ସମୟରେ ବିଦୁକୁ କାଟନ୍ତୁ । କଟା ବିଦୁକୁ ପ୍ୟାକେଟ୍ ବ୍ୟାଗରେ ପୁରାଇ



ଫୁଲରେ ରଖନ୍ତୁ ।
 ■ ଦୋସି ଓ ଟ୍ରୋକଲି ଭଳି ପରିବାକୁ ଅଳ୍ପ ଓଦା ପେପର କିମ୍ବା ଟାପ୍ଲେଟ୍ରେ ଗୁଡ଼ାଇ ରଖିଲେ ତାହା ବେଶି ସମୟ ସୁରକ୍ଷିତ ରହିପାରିବ ।
 ■ ଆଳୁ, ଗାଜର, ମୂଳା, ବବିଟ ଭଳି ପରିବାକୁ ବେଶି ସମୟ ରଖିବାକୁ ଚାହୁଁଥିଲେ ଏକ ପାତ୍ରରେ ପାଣି ନେଇ ସେଥିରେ କଟା ପରିବା ରଖନ୍ତୁ । ହେଲେ ପାତ୍ରଟିକୁ ଡାକିବାକୁ ଭୁଲନ୍ତୁ ନାହିଁ ।

ରତ୍ନ ଅନୁସାରେ ଭତ୍ତାପ

କର୍ମ ପିଲାବେଳେ ଅଭ୍ୟସ୍ତ ଥିଲେ ବି ଖରାଦିନେ ଆପାତତଃ କମ୍ ଗରମ ଏବଂ ଶୀତଦିନେ ଗରମ କର୍ମ ପିଲାବଦ୍ଧ ଭଲ ଲାଗେ । ହେଲେ କପରେ କର୍ମ ରଖି କୌଣସି କାମ କରୁନାହାନ୍ତୁ ଏହା ଯଦି ଅଧିକ ଅଳ୍ପ ହୋଇଯାଏ, ପିଲାବଦ୍ଧ ଭଲ ହୁଏନି । ତଳିତଦର୍ଶ ଏୟାର ପକ୍ଷରୁ ଜାଣି ଟେକନୋଲୋଜି ବ୍ୟବହାର କରାଯାଇ ଏପରି ଏକ ସେରାମିକ୍ କମ୍ ପ୍ରସ୍ତୁତ କରାଯାଇଛି ଯାହା ଚାଲି ସଫଳପୂର୍ଣ୍ଣ କୋଷ୍ଠର ସହାୟତାରେ କର୍ମ ପିଲା ଭପସ୍ତୁତ ଚାପପାତ୍ରରେ ରଖିପାରିବ । ଅନୌପଚିତ ଏବଂ ବିଦ୍ୟୁତ୍ ଉପକରଣରେ ସଜିତ ସ୍ଫେନଲେସ୍ ସ୍ଫିଲର କପ ଉପରେ ସେରାମିକ୍ ଆବରଣ ଦିଆଯାଇଛି । କପର ତଳେ ଥିବା ବ୍ୟାଟେରି ଚାପପାତ୍ର ପରିଚାଳନା କରିଥାଏ । ଏ କମ୍ ଦ୍ଵାରା ନିଜ ପସନ୍ଦର ଚାପପାତ୍ରା ସେଟ୍ କରିବାକୁ ପଡ଼େ ।



ଶୁଦ୍ଧ ଅମ୍ଳଜାନ ଯୋଗାଉଥିବା ଯନ୍ତ୍ର

ବାୟୁ ପ୍ରତ୍ୟେକ ଅନେକ ଶିଳ୍ପ ସମୂହ ଦେଖିବାକୁ ଏକ ମୁଖ୍ୟ ସମସ୍ୟା ପେଟ୍ରୋଲ-ଡିଜେଲ ଚାଳିତ ଯାନ-ବାହାନର ଅଧିକ ବ୍ୟବହାର ପରିସ୍ଥିତିକୁ ଆହୁରି ଦିଗାହୁଛି । ବ୍ୟକ୍ତିଗତାତ୍ମକ ପାର୍ଲି ପ୍ରତ୍ୟେକ ବାୟୁକୁ ଶୁଦ୍ଧ କରିବା ପ୍ରତ୍ୟେକ ସର୍ବତ୍ର ଚାଲିଛି । ଏଥିପାଇଁ ରୂପା ରୂପା ଯନ୍ତ୍ର ବାହାରିଛି । ଏବେ ଏକ ଜର୍ମାନୀୟ ଉତ୍ପାଦନ ଫର୍ମ୍ ପକ୍ଷରୁ ଏକ ଅଭିନବ ଯନ୍ତ୍ର ବିକଶିତ କରାଯାଇଛି । 'ଡ୍ରିପେକସ' ଭାବେ ନାମିତ ଏହି ଛୋଟିଆ ଯନ୍ତ୍ରକୁ ମୁହଁରେ ଲଗାଇ, ବ୍ୟବହାର କରାଯାଇପାରିବ । ଏହା ଭିତରେ ଖଜାଯାଇଛି, କାବନ୍ ଉଦ୍ଭିଦକ କୋଷ୍ଠ ଭର୍ତ୍ତି କାଟ୍ରିକ୍ । ପତ୍ର ପ୍ରାକୃତିକ ଭାବେ ଅଜ୍ଞାନକାମୁ ଶୋଷି, ଶୁଦ୍ଧ ଅମ୍ଳଜାନ ଛାଡ଼ିଥାଏ । 'ଡ୍ରିପେକସ' ଠିକ୍ ପତ୍ର ଭଳି କାର୍ଯ୍ୟ କରିବ । ଏହା ଦ୍ଵାରା ଶୁଦ୍ଧ ଅମ୍ଳଜାନ ଶରୀରକୁ ଯିବ । ଏହି କଲେକ୍ଟୋରିକସ ଯନ୍ତ୍ରକୁ ଅଧ ଘଣ୍ଟା ଚାଲି କରି, ତଦିଶ ଘଣ୍ଟା ବ୍ୟବହାର କରିହେବ । କାଟ୍ରିକ୍ ପୁରୁଣା ହୋଇଗଲେ, ବଦଳାଇହେବ ।

ଶୀତରେ ମସଲା ଚା'ର



ଶୀତଦିନେ ଅଣ୍ଡା, ଲୁଗା, କାଶ, ଛିକ ଏବଂ କଫ ଭଳି ସମସ୍ୟା ଉପସ୍ଥାପିତ ହୋଇଥାଏ । ଯଦିଓ ଏସବୁ ସାଧାରଣ କଥା; କିନ୍ତୁ ଏଥିପାଇଁ ରକ୍ଷାକରେ । ଏହି ଅନେକ କଷ୍ଟ ଉଠାଇବାକୁ ପଡ଼େ । ଊଷଧ ସେବନ ପରେ ବି ଅନେକ ରାଗ ସେବନ ଦ୍ଵାରା ସମୟରେ ଏହି ସଂକ୍ରାମକ ରୋଗ ଭଲ ହୋଇନଥାଏ । ଏଥିପାଇଁ କିଛି ଶୀତ ଚା' ନ ଘରୋଇ ଉପଚାର ଗ୍ରହଣ କରାଯାଇଥାଏ । ଯେମିତି ମସଲା ଚା' । ଦେଖାଯାଉଥିବା ପରିବର୍ତ୍ତିତ ପାଣିପାଗ ସାଙ୍ଗକୁ ଛୋଟଛୋଟ ସ୍ଵାସ୍ଵାଗତ ସମସ୍ୟାକୁ ରକ୍ଷା କରିବାର ଏହା ଏକ ରାମବାଣ ମହୋଷ୍ଠି । ଲବଙ୍ଗ, ଅବା, ଗୁଜୁରାତି, ମଧ୍ୟ ଅନେକ ଗୋଳମରିଚ ଏବଂ ତୁଳସୀ ପତ୍ରକୁ ଏକ ପ୍ୟାନରେ ଚାପି ଏବଂ ପାଣି ସହ ପର୍ଲ ମା' ଶ ରେ ସେ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ପୁଟାନ୍ତୁ, ଯେଯାଏ ପାଣି ଅଧା କପ ହୋଇଛି । ଚା'ର ସ୍ଵାଦ ଉପଶମ ମିଳିଥାଏ ।

ମେରୁଦଣ୍ଡ ଯନ୍ତ୍ର

ମେରୁଦଣ୍ଡ ଯନ୍ତ୍ର ଏକ ମାଗାତ୍ମକ ରୋଗ । ସିଟି ଭାନ୍, ଏମବିଆପିଆର ଆଦି ପରୀକ୍ଷା ଦ୍ଵାରା ଏହି ରୋଗ ଚିହ୍ନିତ ହୁଏ । ମେରୁଦଣ୍ଡରେ କଷ୍ଟ ହେବା ସାଧାରଣ ଲକ୍ଷଣ । ଯନ୍ତ୍ର କାବାଣ୍ଡ ମେରୁଦଣ୍ଡର ଅଧିକ ସୁସ୍ଥିତି କରାଏ । ରୋଗ ପ୍ରତିରୋଧକ ଶକ୍ତି କମ୍ ଥିବାବେଳେ ମଣିଷକୁ ଆକ୍ରାନ୍ତ କରିଥାଏ । ଏହି କାବାଣ୍ଡ ରକ୍ଷାରେ ରହି ନାନା ସମସ୍ୟା ସୃଷ୍ଟି କରାଏ । ମେରୁଦଣ୍ଡ ଅଧିକ ସଂକ୍ରମିତ ହେଲେ ସ୍ଵାୟତ୍ତ ସମସ୍ୟା ହୁଏ । ଚିକିତ୍ସା କରାଯାଉଥିବା ମେରୁଦଣ୍ଡ ସବୁ ଦିନପାଇଁ ବିକୃତ ହୋଇଯାଇପାରେ । ବାରମ୍ବାର କେମୋଥେରାପି ଦ୍ଵାରା ଏହା ଚିକିତ୍ସା କରାଯାଇଛି । ଏହି ଚିକିତ୍ସା ପ୍ରକ୍ରିୟା ଅଧିକାଂଶ ସରକାରୀ ଚିକିତ୍ସାଳୟରେ ମାଗଣାରେ ମିଳୁଛି । ଠିକ୍ ସମୟରେ ଚିକିତ୍ସା କଲେ, ରୋଗକୁ ସଂପୂର୍ଣ୍ଣ ମୁକ୍ତି ପାଇବା ସମ୍ଭବ ।

ଶୀତରେ ସାବନା କରାଏ....

ଖରାଦିନ ତୁଳନାରେ ଶୀତଦିନେ ବିଭିନ୍ନ ଟ୍ରିପ୍‌ମେଣ୍ଟର ଅଧିକ ଆବଶ୍ୟକତା ଥାଏ । ଏ ସମୟରେ ତୁଚ୍ଚରେ ଶୁଷ୍କତା ବଢ଼ିଯାଏ । ଫଳରେ ଚେହେରାର ପ୍ରାକୃତିକ ମଲ୍‌ଷରାଜକର ନଷ୍ଟ ହୋଇଯାଏ । ଏମିତିରେ କିଛି ବିଭିନ୍ନ ପ୍ରତ୍ୟେକ ଏବଂ ଘରୋଇ ଉପାୟ ଚେହେରାର ସୌନ୍ଦର୍ଯ୍ୟ ନଷ୍ଟ କରିବା ସହ ତାକୁ ସାବନା କରିଦିଏ । ଜାଣନ୍ତୁ ସେଗୁଡ଼ିକ କିଷୟରେ...

ବେକିଂ ସୋଡ଼ା: ଏମିତି କିଛି ବିଭିନ୍ନ ଟ୍ରିପ୍‌ମେଣ୍ଟ ରହିଛି, ଯେଉଁଥିରେ ବେକିଂ ସୋଡ଼ାର ବ୍ୟବହାର କରାଯାଏ । ଯଦି ଶୀତ ଦୂରର ଉତ୍ତମତା ବୃଦ୍ଧି କରିବାକୁ ଚାହୁଁଛନ୍ତି, ତେବେ ବେକିଂ ସୋଡ଼ା ବେଶ୍ ଫାଇଦା ଦେଇଥାଏ । କିନ୍ତୁ ମନେରଖିବେ ଖରାଦିନ ବ୍ୟତୀତ ଶୀତଦିନେ ଏହାର ବ୍ୟବହାର ହାନିକାରକ ସାବ୍ୟସ୍ତ ହୋଇପାରେ । ଏହାଦ୍ଵାରା ତୁଚ୍ଚରେ କଳାବାର ପଡ଼ିବା ସହ ସାବନାପଣ ବଢ଼ିଯାଏ ।
 ଲେମ୍ବୁ: ଯେକୌଣସି ଘରୋଇ ଫେଣ୍ଟପାଲ୍ ଡିଆରି କରନ୍ତୁ, ସେଥିରେ ଲେମ୍ବୁର ବ୍ୟବହାର ଅବଶ୍ୟକ ହୋଇଥାଏ । ଏଥିରେ ସାଲ୍‌ଟ୍ରିକ୍ ଏସିଡ୍ ପ୍ରଭୃତ ମାତ୍ରାରେ ଥାଏ, ଯାହା ତୁଚ୍ଚରେ ଟେକ୍‌ମେଣ୍ଟ ଦୂରରେ ଶୁଷ୍କ କରିଥାଏ । କିନ୍ତୁ ଶୀତଦିନେ ଏହାକୁ ବ୍ୟବହାର କରିବା ଦ୍ଵାରା ତୁଚ୍ଚ ଶୁଷ୍କତା ବୃଦ୍ଧି ପାଇଥାଏ । ତରୁସହିତ ଉତ୍ତମତା ହ୍ରାସ ପାଏ ।
 ଫୁଦିନା: ତୁଚ୍ଚର ଉତ୍ତମତା ବୃଦ୍ଧିରେ ଫୁଦିନାର ଉପଯୋଗ କୌଣସି ଗୁଣରେ କମ ନୁହେଁ । କିନ୍ତୁ ଶୀତଦିନେ ଏହାକୁ ବିଭିନ୍ନ ପ୍ୟାକ୍ ଭାବେ ବ୍ୟବହୃତ କରୁଥିଲେ ସାବଧାନ ହୋଇଯାଆନ୍ତା । ଏହାଦ୍ଵାରା ତୁଚ୍ଚରେ କଳାବାର ବଢ଼ିଯାଏ । ଯେହେତୁ ଏଥିରେ ମେଲ୍‌ଲାଇ ମାତ୍ରା ଅଧିକ ଥାଏ, ତାହା ଚେହେରାର ନମନାୟତା ହ୍ରାସ କରେ । ସିରକା: ସିରକାର ବ୍ୟବହାର ମଧ୍ୟ ଅନେକ



ହୋଇଯାଆନ୍ତା । ଏହାଦ୍ଵାରା ତୁଚ୍ଚରେ କଳାବାର ବଢ଼ିଯାଏ । ଯେହେତୁ ଏଥିରେ ମେଲ୍‌ଲାଇ ମାତ୍ରା ଅଧିକ ଥାଏ, ତାହା ଚେହେରାର ନମନାୟତା ହ୍ରାସ କରେ । ସିରକା: ସିରକାର ବ୍ୟବହାର ମଧ୍ୟ ଅନେକ



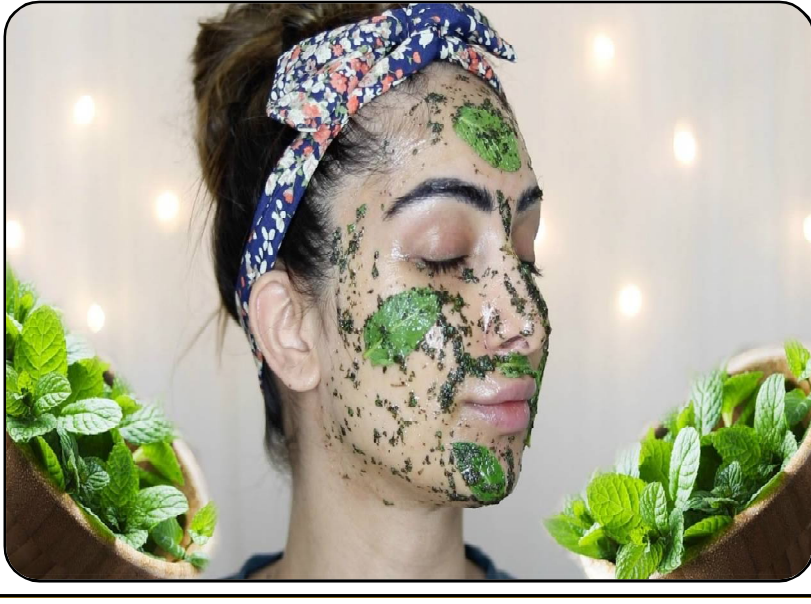
ଘରୋଇ ଫେଣ୍ଟପାଲ୍‌କରେ ହୋଇଥାଏ । ଖରାଦିନେ ଏହାର ବ୍ୟବହାର ସବୁଠୁ ଉତ୍ତମ । ଶୀତରେ ଏହାକୁ ବ୍ୟବହାର କଲେ ଚେହେରାର ଟେକ୍ ଅଂଶ ହ୍ରାସ ପାଏ ଏବଂ ସାବନା ଦେଖାଯାଏ ।



ପୁଦିନା କେବଳ ଖାଦ୍ୟର ସାଦ ବଜାଇ ନଥାଏ ବରଂ ଏଥିରେ ଭରି ରହିଥିବା ଉପାଦାନ ସୌନ୍ଦର୍ଯ୍ୟ ବୃଦ୍ଧି ଲାଗି ବି ବରଦାନ ସ୍ରବଣ....
 ପୋଦିନାକୁ ଏକ ସୌନ୍ଦର୍ଯ୍ୟ ବୃଦ୍ଧିକାରୀ ଉପାଦାନ ଭାବେ ବହୁ ପୁରୁଣା ଦିନରୁ ବ୍ୟବହାର କରାଯାଇଆସୁଅଛି । ଏଥିରେ ଥିବା ବିଭିନ୍ନ ତରୁ ତୃତୀ ଏବଂ କେଶର ସୁନ୍ଦରତାକୁ ବଜାଇଥାଏ । ଆମକୁ ଜାଣିବା ଏହାର ବ୍ୟବହାର ସମ୍ପର୍କରେ...

■ ଚାକ୍‌ହେଉଁ ଦୂର କରିବାରେ ପୁଦିନା ପତ୍ର ବେଶ୍ ଉପକାରୀ । ଯଦି ଆପଣଙ୍କର ଏହି ସମସ୍ୟା ରହିଛି ତେବେ କିଛି ପୁଦିନା ପତ୍ରକୁ ଅଳ୍ପ ପାଣିରେ ଭଲ ଭାବେ ପୁଟେଇ ଦିଅନ୍ତୁ । ଏହି ପତ୍ରକୁ ଭଲଭାବେ ବାଟି ସେଥିରେ ଅଳ୍ପ ହଳଦୀଗୁଣ୍ଡ ମିଶାଇ ମୁହଁରେ ଲଗାନ୍ତୁ । ଆଲୁକି ଟିପ ସାହାଯ୍ୟରେ ଧୀରେଧୀରେ ଚାକ୍‌ହେଉଁ ଥିବା ସ୍ଥାନକୁ ରଗଡନ୍ତୁ । ଅଳ୍ପ ସମୟ ରଖିବା ପରେ ଅଣ୍ଡା ପାଣିରେ ମୁହଁ ଧୋଇ ଦିଅନ୍ତୁ । ପୁଦିନା ପତ୍ରରେ ଆଣ୍ଟିବାୟୋଟିକ୍‌ସ ଓ ଚର୍ମ ଉପକାରୀ ମାତ୍ରାରେ ରହିଛି । ତେଣୁ ଏହାର ପେଷ୍ଟକୁ ଫେସପ୍ୟାକ୍ ଭାବେ ଲଗାଇବା ଦ୍ଵାରା ତୁଣ୍ଡ ଏବଂ କଳାବାର ଆଦି ଦୂର ହୋଇଥାଏ ।
 ■ କେଶ ପାଇଁ ପୁଦିନାପତ୍ର ମଧ୍ୟ ଲାଭଦାୟକ । ପୁଦିନା ପତ୍ରକୁ ୨୦ ମିନିଟ୍ ପାଣିରେ ସିଝାନ୍ତୁ । ଉକ୍ତ ପାଣିକୁ ଅଣ୍ଡା କରି କେଶ ମୂଳ ବା ଖାଲୁକୁ ଅଗ ଯାଏ ଲଗାଇ ଧୀରେ ଧୀରେ ମସାକ କରନ୍ତୁ । ୧୦ମିନିଟ୍ ରଖିବା ପରେ ଅଣ୍ଡା ପାଣିରେ ଧୋଇ ଦିଅନ୍ତୁ ।

ଉପକାରୀ ପୁଦିନା ପତ୍ର



■ ପୁଦିନା ପତ୍ର ବଡ଼ାରେ ହଳଦୀଗୁଣ୍ଡ ଏବଂ ରୋଜମାଟିର ମିଶ୍ରଣ ପ୍ୟାକ୍ ପ୍ରସ୍ତୁତ କରନ୍ତୁ । ଏହାକୁ ମୁହଁରେ ଲଗାଇ ୧୫ମିନିଟ୍ ରଖିବା ପରେ ପାଣିରେ ଧୋଇ ଦିଅନ୍ତୁ । ଏପରି କରିବା ଦ୍ଵାରା ଆପଣଙ୍କ ସ୍କିନ୍ ଟୋନ ବଢ଼ିବ ଏବଂ ପୂର୍ବପେକ୍ଷା ଅଧିକ ଗୋରା ଲାଗିବ । ରିଜକ୍ କିମ୍ବା ଫାଇନ୍ ଲାଇନ୍ ଭଳି ସ୍କିନ୍ ଏକ ସମସ୍ୟା ଦୂର କରିବାରେ ମଧ୍ୟ ଏହା ବେଶ୍ ସାହାଯ୍ୟ କରିଥାଏ । କିଛି ପୁଦିନା ପତ୍ରକୁ ପାଣିରେ ସିଝାଇ ଦିଅନ୍ତୁ । ପତ୍ରକୁ ଛାଣି ଅଲଗା କରି ଦିଅନ୍ତୁ । ଏହି ପାଣିକୁ ମୁହଁରେ ଲଗାଇ କିଛି ସମୟ ରଖିବା ପରେ ପାଣିରେ ଧୋଇ ଦିଅନ୍ତୁ । ପ୍ରତିଦିନ ଏପରି କରନ୍ତୁ ଉପକୃତ ହେବେ ।

