

ଏହି ସବୁ ପନିପରିବା ଖାଇବା ଦ୍ୱାରା ହୃଦରୋଗକୁ ଦମନ କରାଯାଇପାରେ !

ହୃଦ ରୋଗ ଆକାଶକାଳିକା ସମୟ ପାଇଁ ଏକ ସାଧାରଣ ସମସ୍ୟା ପାଲଟି ଗଲାଣି । କେବଳ ବୟସ୍କ ନହେଁ, ବର୍ତ୍ତମାନ ଯୁବ ବୟସ୍କ ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କ ଭିତରେ ବି ଏବେ ଏହି ରୋଗ ଦେଖିବାକୁ ମିଳୁଛି । ଦୃଷ୍ଟିତ ପରିବେଶ ଓ ବିଷାକ୍ତ ଖାଦ୍ୟ ଏହାର ମୁଖ୍ୟ କାରଣ । ଆମେ ସୁସ୍ୱାଦୁ ଖାଦ୍ୟ ଖାଇଲେ ଏହି ସମସ୍ୟାକୁ ଏଡ଼େଇ ଦେଇ ପାରିବା । ତେବେ, ତାଳକୁ ଜାଣିବା କେଉଁ ସବୁ ଖାଦ୍ୟ ଖାଇଲେ ଆମେ ହୃଦ ରୋଗକୁ ମୁକ୍ତି ପାଇପାରିବା ।



- ◆ ଗାଈର ଖାଇବା ହୃଦ୍‌ପିଣ୍ଡ ପାଇଁ ଖୁବ୍ ଭଲ ହୋଇଥାଏ । ଏଥିରେ ପ୍ରଚୁର ପରିମାଣର କ୍ୟାଲୋରିଅନୁରୂପ ଥାଏ । ଏଥିରେ ଥିବା ଶକ୍ତିଶାଳୀ ଆର୍ଦ୍ର ଅକ୍ସିଡାଣ୍ଟ ହୃଦ ରୋଗୀଙ୍କ ପାଇଁ ଖୁବ୍ ଭଲ ହୋଇଥାଏ ।
- ◆ ବିନାଚି ବାଉଁଶ ଖାଇବା ମଧ୍ୟ ଖୁବ୍ ଉପକାରୀ । ଏଥିରେ ଥିବା ଲାଇକୋପିନ୍ ହୃଦ୍‌ପିଣ୍ଡକୁ ସୁସ୍ଥ ରଖୁଥାଏ ।
- ◆ ଟ୍ରୋକୋଲି ଏକ ଖୁବ୍ ଭଲ ପରିବା । ଏଥିରେ ଥିବା ଭିଟାମିନ୍ ସି ହୃଦ ରୋଗ ଦମନ କରିବା ପାଇଁ ଯଥେଷ୍ଟ ।
- ◆ ଯେତେ ପାଚୁଛନ୍ତି ବିଭିନ୍ନ ପ୍ରକାରର ଶାଗ ଖାଆନ୍ତୁ । ଏହା କେବଳ ହୃଦ ରୋଗ ଦୂରରେ ରଖିବ, ଆହୁରି ଅନେକ ପ୍ରକାର ରୋଗକୁ ଭଲ କରିଥାଏ ।
- ◆ ପିଆଜ ଓ ରସୁଣ ବି ହୃଦ ରୋଗୀଙ୍କ ପାଇଁ ଭଲ ହୋଇଥାଏ । ଆପଣଙ୍କ ହୃଦ ସମସ୍ୟା ଥିଲେ ଏହାକୁ ଭକ୍ଷଣ କରିପାରିବେ ।
- ◆ ଆଳୁରେ ପ୍ରଚୁର ପରିମାଣର ପଟାସିୟମ ଅଛି । ତେଣୁ ଆଳୁ ଖାଇବା ଦ୍ୱାରା ହୃଦ ରୋଗ ସହ ରକ୍ତ ଚାପ ବି ନିୟନ୍ତ୍ରଣରେ ରହିଥାଏ ।

ଅଏଲି ସ୍କିନର ଘରୋଇ ଉପଚାର

ଯେଉଁ ଲୋକଙ୍କର ଫିନ ଅଏଲି ଥାଏ, ସେମାନେ କୌଣସି ସୌନ୍ଦର୍ଯ୍ୟ ଉତ୍ପାଦକ ବ୍ୟବହାର କରିବା ପୂର୍ବରୁ ସାବଧାନତା ଅବଲମ୍ବନ କରିବା ଉଚିତ । କାରଣ ଏହା ଦ୍ୱାରା ଫିନ ବୃଦ୍ଧି ଆଉଁସ ହୋଇପାରେ । ଯଥା: ରକ୍ତ ଉପରେ ପ୍ରଭାବ ପଡ଼ିବ, ବ୍ରଣ, ଦାଗ ଇତ୍ୟାଦି ଦେଖାଦେବ । ଏପରିସ୍ଥିତିରେ ପାଣି ଉତ୍ପାଦ ଜିନିଷ ଓ ଔଷଧୀୟ ସାବୁନ ଉପଯୋଗ କରିବା ପରିବର୍ତ୍ତେ, ଆପଣ ଆପଣଙ୍କ ଚେହେରାକୁ ତେଲ ଓ ବ୍ରଣରୁ ରକ୍ଷା କରିବା ପାଇଁ କରନ୍ତୁ ଘରୋଇ ଉପଚାରର ସାହାଯ୍ୟ ନିଅନ୍ତୁ ।

ହଳଦୀ ମିଶ୍ରଣ: ଗୋଟିଏ ଚାମଚ ହଳଦୀ ଓ ଚନ୍ଦନ ପାଉଁଶର ମିଶ୍ରଣ ତାକୁ ମୁହଁରେ ଲଗାନ୍ତୁ ଓ ୧୫ମିନିଟ୍ ପରେ ଧୋଇଦିଅନ୍ତୁ ।

ଗୋଲାପ ଜଳ ଓ ଚନ୍ଦନ: ଚନ୍ଦନ ପେଷ୍ଟ ସହିତ ଅଳ୍ପ ଗୋଲାପ ଜଳ ମିଶାଇ ପ୍ରତ୍ୟେକ ଦିନ ମୁହଁରେ ଲଗାନ୍ତୁ । ୧୫ମିନିଟ୍ ପରେ ଧୋଇ ଦିଅନ୍ତୁ ।

ଡାଲଚିନି ଓ ଲେମ୍ବୁରସ: ଅଳ୍ପ ଲେମ୍ବୁରସ ସହିତ ଡାଲଚିନି ପାଉଁଶର ମିଶ୍ରଣ ସେଥିରେ ମଧୁ କିଛି ଦୁଧା ମିଶାଇ ଦିଅନ୍ତୁ ଓ ଏକ ପେଷ୍ଟ ପ୍ରସ୍ତୁତ କରନ୍ତୁ । ଏହାକୁ ପ୍ରତ୍ୟେକ ଦିନ ଲଗାଇ ଏକ ଘଣ୍ଟା ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଛାଡ଼ି ଦିଅନ୍ତୁ । ପରେ ମୁହଁ ଧୋଇ ଦିଅନ୍ତୁ ।

ଗୋଲାପ ଜଳ ଓ ମୁଲତାନୀମାଟି: ମୁଲତାନୀ ମାଟିରେ ଗୋଲାପ ଜଳ ଓ ଲେମ୍ବୁରସ ମିଶାଇ ପେଷ୍ଟ ପ୍ରସ୍ତୁତ କରନ୍ତୁ । ଏହି ମିଶ୍ରଣକୁ ସପ୍ତାହରେ ଦୁଇ ବା ତିନିଥର ମୁହଁରେ ଲଗାନ୍ତୁ । ଯେତେବେଳେ ଏହା ଶୁଖିଯିବ ମୁହଁ ଧୋଇ ଦିଅନ୍ତୁ । ଏହା ବ୍ରଣ, ଦାଗକୁ ସଫା କରିବାରେ ସାହାଯ୍ୟ କରିଥାଏ । କାରଣ ଅଏଲି ସ୍କିନ ପାଇଁ ଏସବୁ ହୋଇଥାଏ ।



ଜାଣନ୍ତୁ ବଳକା ଚା' ପତ୍ରିର ଉପକାରिता

ସାଧାରଣତଃ ଚା' ପିଇବାକୁ ସମସ୍ତେ ଭଲ ପାଆନ୍ତି । ତେବେ ଏହା ଅତ୍ୟଧିକ ପିଇବା ଦ୍ୱାରା ଶରୀରପକ୍ଷେ କ୍ଷତି ବୋଲି ତାତ୍ପର୍ଯ୍ୟ ପରାମର୍ଶ ଦେଇଥାଆନ୍ତି । ଅନେକ ଲୋକ ଚା' ବନାଇବା ପରେ ଚା'ପତ୍ରିକୁ ପିଇି ଦେଇଥାଆନ୍ତି । କିନ୍ତୁ ଏହି ଚା'ପତ୍ରିରେ ବି ଅନେକ ଉପକାରିତା ଗୁଣ ରହିଛି । ଚାହା ପତ୍ରିରେ ଆର୍ଦ୍ର ଅକ୍ସିଡାଣ୍ଟ ମିଳିଥାଏ । କେ ? ଖଣି ବି କାରଣରୁ ଯଦି ଖଣିଆ ହୋଇଯାଉଛି ତେବେ ଉକ୍ତ ସ୍ଥାନରେ ଚା' ପତ୍ରିର ଲେପ ଦେଇ ଦେଲେ ଆରାମ ମିଳିଥାଏ ।

ଚାହା ପତ୍ରିର ପାଣି ଏକ ଲାଭଦାୟକ କଣ୍ଠସ୍ୱଚ୍ଛନ୍ନ ହୋଇଥାଏ । ଚାହା ପତ୍ରିକୁ ଧୋଇ ଆଉଥରେ ଫୁଟାଇ ଦିଅନ୍ତୁ । ଏହି ପାଣିରେ କେଶକୁ ଧୁଅନ୍ତୁ । ଦେଖିବେ ଏପରି କିଛି ଦିନ କଲା ପରେ ଆପଣଙ୍କ କେଶ ସାଲନ କରିବ । କେବଳ ଏତିକି ନୁହେଁ, ଚାହା ପତ୍ରିକୁ କାଠରେ ନିର୍ମିତ ହୋଇଥିବା ଆସବାବ ପତ୍ରରେ ବି ବ୍ୟବହାର କରି ପାରିବେ । ଏଥିସହିତ କୁଣ୍ଡରେ ଲଗାଯାଇଥିବା ଗଛରେ ମଝିରେ ମଝିରେ ସାରି ଦେବା ଉଚିତ୍ । ସେଥିପାଇଁ ବଞ୍ଚିଥିବା ଚାହା ପତ୍ରିକୁ କୁଣ୍ଡରେ ପକାଇ ଦିଅନ୍ତୁ । ଏହା ଉପଯୁକ୍ତ ସାରି ଭାବେ କାମ



କରିବ । ପ୍ରସ୍ତୁତ ହୋଇଥିବା ଚାହା ପତ୍ରିକୁ ଆଉ ଥରେ ପାଣିରେ ଫୁଟାନ୍ତୁ । ଏହି ପାଣି ଦ୍ୱାରା ପିଅ ଓ ତେଲ ତରଳ ସଫା କରନ୍ତୁ । ଏପରି କରିବା ଦ୍ୱାରା ତରଳ ଦୁର୍ଗନ୍ଧ ଦୂର ହୋଇଥାଏ ।

ପ୍ରତିଦିନ ଖାଦ୍ୟରେ ଚିକେନ୍ ଏବଂ ମଟର ଖାଇବା ଅର୍ଥାତ୍ ରୋଗକୁ ନିମନ୍ତ୍ରଣ କରିବା

ବର୍ତ୍ତମାନ ସମୟରେ ଲୋକ ଅଧିକ ଆମିଷ ଖାଇବାକୁ ପସନ୍ଦ କରୁଛନ୍ତି । ଚିକେନ୍ ଏବଂ ମଟର ଖାଇବାରେ ନଥିଲେ ପେଟକୁ ଖାଦ୍ୟ ହିଁ ଯାଉନି । ପୂର୍ବ ସମୟରେ ଏଥିରେ ସବୁଜନ ରହୁଥିଲା ସପ୍ତାହରେ ଥରେ କିମ୍ବା ଦୁଇଥର ଲୋକ ଆମିଷ ଭୋଜନ କରୁଥିଲେ କିନ୍ତୁ ଏବେ ପ୍ରତିଦିନ ଭୋଜନରେ ଚିକେନ୍ ଏବଂ ମଟର ସାମିଲ ହେବା ଯେଉଁକି ଅନିବାର୍ଯ୍ୟ । ତେବେ ବଡ଼ ପୁଅଦିଆ ଲାଗୁଥିବା ଏହି ଖାଇବା ଶରୀର ପ୍ରତି ଯେ କେତେ କ୍ଷତିକାରକ ଆପଣ ଜାଣିଛନ୍ତି । ଚିକେନ୍ ଏବଂ ମଟର ଶରୀର ପାଇଁ କ୍ଷତିକାରକ ଯାହାର କାରଣ ରୋଗ ଦାଉଁଜି, କୁକୁଡ଼ାକୁ ଦିଆଯାଇଥିବା ଆଣ୍ଟିବାୟୋଟିକ୍ । ଯେତେବେଳେ ଛେନି, କୁକୁଡ଼ାକୁ ରୋଗ ହୋଇଯାଏ ତାଙ୍କ ଦେହରେ ବ୍ୟାକ୍ଟେରିଆ ଘର କରିଥାନ୍ତି । ଏଥିରୁ ବଞ୍ଚାଇବା ପାଇଁ ତାକୁ ଆଣ୍ଟିବାୟୋଟିକ୍ ଦିଆଯାଏ । କିନ୍ତୁ ଏହି ଆଣ୍ଟିବାୟୋଟିକ୍ ବ୍ୟାକ୍ଟେରିଆ ଉପରେ କୌଣସି ପ୍ରଭାବ ପଡ଼ିନଥାଏ । ଯେତେବେଳେ ଲୋକ



ଏହି ମାଂସକୁ ଖାଇଥାନ୍ତି ତାଙ୍କ ଶରୀରରେ ଏହି ବ୍ୟାକ୍ଟେରିଆ ପ୍ରବେଶ କରେ ଏବଂ ତାଙ୍କ ଉପରେ ଆଣ୍ଟିବାୟୋଟିକ୍ ପ୍ରଭାବ ପଡ଼ିନଥାଏ ।

ହେୟାର ଷ୍ଟ୍ରେଟ୍‌ନିଙ୍ଗ କରିବାର ଘରୋଇ ଉପଚାର



ମହିଳାମାନେ ସବୁବେଳେ ସୁନ୍ଦର ଓ ଭିନ୍ନ ଫଳରେ ରୁଚି ଷ୍ଟ୍ରେଟ୍ ଓ ସାଉନ୍‌ ଦେଖାଯିବା ପାଇଁ ବିଭିନ୍ନ ଉପାୟ ଆପଣାଇଥାନ୍ତି । ଏବେ ବ୍ରେଣ୍ଡରେ ହେୟାର ଷ୍ଟ୍ରେଟ୍‌ନିଙ୍ଗ ଚାଲିଥିବାରୁ ଅଧିକାଂଶ ମହିଳା ଏଥିପାଇଁ ପାଲଟି ଯାଇ ହେୟାର ଷ୍ଟ୍ରେଟ୍‌ନିଙ୍ଗ କରୁଛନ୍ତି । କିନ୍ତୁ ଏଥିପାଇଁ ବହୁ ମାତ୍ରାରେ କେମିକାଲ ବ୍ୟବହାର ହେଉଥିବାରୁ ଅନେକ ମହିଳା ଚାହା କରିବାକୁ ପସନ୍ଦ ମଧ୍ୟ କରିନଥାନ୍ତି । ତେବେ ବିନା କୌଣସି କେମିକାଲ ବ୍ୟବହାରରେ ଘରୋଇ ଜିନିଷ ବ୍ୟବହାର କରି ଘରେ ରହି ବି ହେୟାର ଷ୍ଟ୍ରେଟ୍‌ନିଙ୍ଗ କରି ହେବ । ଏଥିପାଇଁ ପ୍ରଥମେ ଏକ ପାତ୍ରରେ ୫ ରୁ ୬ ଚାମଚ ଦହି ନେବେ । ଏଥିରେ ଗୋଟିଏ ଖଣ୍ଡ ଆଣ୍ଡାକୁ ଭାଙ୍ଗି ସେଥିରେ ପକାଇଦେବେ । ୨ ଚାମଚ ନଡ଼ିଆ ତେଲ, ତୁଳ ଚାମଚ ଜଡ଼ା ତେଲ ଓ ଗୋଟିଏ ଚାମଚ ଲେମ୍ବୁରସକୁ ମିଶାଇ ସେଥିରେ ୨ ରୁ ୩ ଚାମଚ ଲବଣପୁଣ୍ଡା ପକାଇ ଭଲ ଭାବେ ମିଶ୍ରଣ କରିବେ । ୧୦ ମିନିଟ୍ ସମୟ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଏହି ପେଷ୍ଟିକୁ ରଖିବେ । ପରେ ରୁଚିରେ ଏହି ପେଷ୍ଟିକୁ ଲଗାଇ ଅଧଘଣ୍ଟା ସମୟ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଛାଡ଼ିଦେବେ । ରୁଚିକୁ ଭଲ ଭାବେ ସାମାନ୍ କରି ଧୋଇନେଇ ବକାଳରେ ମିଳୁଥିବା ସେରମ ୨ ରୁ ୩ ଚାମଚ ରୁଚିରେ ଲଗାଇବେ । ଏହି ପଦ୍ଧତି ସପ୍ତାହକୁ ଥରେ କରିବା



Hair Straightening At Home

ଗର୍ଭଧାରଣ ଶତ୍ରୁ ଅନିୟନ୍ତ୍ରିତ ମଧୁମେହ

ଆଜିକାଲି ମଧୁମେହ ଏକ ସାଧାରଣ ରୋଗ ହୋଇପଡ଼ିଲାଣି । ଏହି ରୋଗ ପାଇଁ ନା ଅଛି ବୟସର କଟକଣା ନା ଅଛି ଲିଙ୍ଗର ଭେଦଭାବ । ଯାହା ଫଳରେ ବିଭିନ୍ନ ବର୍ଗର ଲୋକମାନେ ଏହି ରୋଗର ଶିକାର ହେଉଛନ୍ତି । ବଂଶାନୁଗତ କାରଣ ହେଉ ଥିବା କାର୍ଯ୍ୟକାରୀରେ ପରିବର୍ତ୍ତନ ଯୋଗୁ ହେଉ ଏହି ରୋଗ କ୍ରମେ ଯୁବବର୍ଗ ମଧ୍ୟରେ ବଢ଼ିବାରେ ଲାଗିଛି । କିନ୍ତୁ ଯଦି ମଧୁମେହ ମହିଳାଙ୍କଠାରେ ଦୀର୍ଘ ସମୟ ଧରି ଅନିୟନ୍ତ୍ରିତ ରୁହେ, ତେବେ ଗର୍ଭଧାରଣରେ ସମସ୍ୟା ଦେଖା ଦେଇପାରେ । ମଧୁମେହ ଚାଳପ-୧ ଏବଂ ଚାଳପ-୨ ରୁ ଉତ୍ପନ୍ନ ହୋଇପାରେ । ଉଭୟ ପରିସ୍ଥିତିରେ ଶରୀରରୁ ଇନସୁଲିନ୍ ଖରାବ ହୋଇଥାଏ, ତେଣୁ ଇନସୁଲିନ୍ ଇଞ୍ଜେକ୍ସନ ମାଧ୍ୟମରେ ଶରୀରରୁ ଇନସୁଲିନ୍ ବାହାରିବା ପାଇଁ ଡାକ୍ତର ଇଞ୍ଜେକ୍ସନ ନେବାକୁ ପରାମର୍ଶ ଦେଇଥାନ୍ତି । ଚାଳପ-୧ ମଧୁମେହ ଶରୀରରେ ଇନସୁଲିନ୍ ଉତ୍ପାଦନ କରୁଥିବା କୋଷିକାଗୁଡ଼ିକୁ ନଷ୍ଟ କରିଦେଇଥାଏ । ଯାହାର ଏକମାତ୍ର ବିକଳ ହେଉଛି ଇଞ୍ଜେକ୍ସନ । ଗର୍ଭଧାରଣ ପାଇଁ ଏହା ହେଉଛି ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ବିପଦପୂର୍ଣ୍ଣ । ଶରୀରରେ ଇନସୁଲିନ୍‌ର ଖରାବ ଆବଶ୍ୟକତାଠାରୁ କମ ଥିବା ବେଳେ ଗର୍ଭଧାରଣ ଉଭୟ ମା' ଏବଂ ଶିଶୁଙ୍କ ପାଇଁ ପ୍ରତିକୂଳ ସାଦ୍ୟ ହୋଇଥାଏ । ଚାଳପ-୨ ମଧୁମେହରେ ଶରୀର ଆବଶ୍ୟକ କରୁଥିବା ରକ୍ତ ଗୁଣ୍ଡକାଳକୁ ଧରି ରଖିପାରିନଥାଏ, ଯାହାଦ୍ୱାରା ଶରୀରରେ ପର୍ଯ୍ୟାପ୍ତ ଇନସୁଲିନ୍ ଉତ୍ପାଦନ ହୋଇ ପାରେନା । କେବଳ ଖାଦ୍ୟ ପାନୀୟରେ ପରିବର୍ତ୍ତନ ଏବଂ ବ୍ୟାୟାମ ଦ୍ୱାରା ଏହା ନିୟନ୍ତ୍ରିତ ହୋଇପାରେ । ଚାଳପ-୨ ମଧୁମେହର କାରଣ ହେଉଛି ଏକ ଜେନେଟିକ୍ ଫ୍ୟାକ୍ଟର । ଚାଳପ-୧ ମଧୁମେହ ଯୁବକମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ଏକ ସାଧାରଣ ଏବଂ ଏହାର ସ୍ଥିତି ସମୟ ସହିତ ବିଗଢ଼ି ଚାଲେ ।

ମହିଳାଙ୍କ କ୍ଷେତ୍ରରେ ବନ୍ଧ୍ୟାତ୍ୱ ବଢ଼ାଏ

ମୋଟାପଣ ଥିବା ମହିଳାମାନଙ୍କ କ୍ଷେତ୍ରରେ ଚାଳପ-୨ ମଧୁମେହର ଆକାଶ ଅଧିକ ଥାଏ, ଏପରିକି ଇନସୁଲିନ୍ ପ୍ରତିରୋଧ ଶକ୍ତି ମଧ୍ୟ ଅଧିକ ଥାଏ । ପଲିସିସ୍ଟିକ୍ ଓଭାରିଆନ୍ ସିଣ୍ଡ୍ରୋମ ଏବଂ ଡିସମେଟାବୋଲିକ୍ ସିଣ୍ଡ୍ରୋମ ଏକ ହେଉଛି ମହିଳାମାନଙ୍କ କ୍ଷେତ୍ରରେ ବନ୍ଧ୍ୟାତ୍ୱ ହେବାର ଦୁର୍ଲଭ ମୁଖ୍ୟ କାରଣ । ପ୍ରିସିପିଟାସ ମହିଳାମାନଙ୍କ ବନ୍ଧ୍ୟାତ୍ୱ ପାଇଁ ଏକ ପରୀକ୍ଷିତ କାରଣରୁ ଦେଖାଯାଇଛି ଯେତେବେଳେ ଯେଉଁ ମହିଳାମାନେ ଇନସୁଲିନ୍ ପ୍ରତିରୋଧ ଶକ୍ତିରେ ଆକ୍ରାନ୍ତ ହୋଇଥାନ୍ତି ସେମାନଙ୍କଠାରେ ପ୍ରିସିପିଟାସ ମିଳିଥାଏ । ଏହା ବିଶେଷତଃ ପୁଅକୁ ମହିଳାଙ୍କ କ୍ଷେତ୍ରରେ ଅଧିକ ଦେଖାଯାଇଥାଏ । ଉଭୟ ମୋଟାପଣ ଏବଂ ପିଲିସିସ୍ଟିକ୍



ଓଭାରିଆନ୍ ସିଣ୍ଡ୍ରୋମ ମଧୁମେହର କାରଣ ହୋଇଥାଏ । ଆଉ ଏକ ବନ୍ଧ୍ୟାତ୍ୱ ପରିସ୍ଥିତି ଚାଳପ-୧ ମଧୁମେହ ସହିତ ଜଡ଼ିତ ହୋଇଥାଏ, ଯାହା ଦ୍ୱାରା ଆପଣଙ୍କର ପ୍ରାକୃତିକ ମେଟାବୋଲିଜିମ୍ କିମ୍ବା ଇନସୁଲିନ୍ କୋଷିକାଗୁଡ଼ିକ ଶରୀରରେ ନଷ୍ଟ ହୋଇଯାଏ । ଏପରି ଏକ ରୋଗୀ ଉକ୍ତ ଗୁଣ୍ଡକାଳରୁ ଦ୍ୱାରା ଆକ୍ରାନ୍ତ ହୋଇଥାଏ, ଯାହାକି ଗର୍ଭାଶୟରେ ପ୍ରତିରୋଧ କ୍ଷମା ଅତ୍ୟଧିକ ଯାଇଥାଏ । ଏହି ସ୍ଥିତିରେ ଗର୍ଭପାତ ହେବାର ସମ୍ଭାବନା ଅଧିକ ଥାଏ । ଫଳରେ ମହିଳାମାନେ ବାରମ୍ବାର ଗର୍ଭଧାରଣ କରିବାରେ ବିଫଳ ହୋଇଥାନ୍ତି ।

ଗ୍ୟାସ୍ ସମସ୍ୟାରୁ କିଭଳି ପାଇବେ ନିଷ୍କାର !

ଆପଣ ଗ୍ୟାସ୍ ସମସ୍ୟା ନେଇ ଚିନ୍ତିତ ଅଛନ୍ତି କି ? ଦୈନିକ ଗ୍ୟାସ୍ ଉତ୍ପାଦନ ହେଉଛି ଏହା ଆପଣଙ୍କୁ ଅସୁବିଧାରେ ପକାଇଛି କି ? ତାହେଲେ ଆପଣଙ୍କ ପାଇଁ ଏହି ଖବର ଜାଣିବା ନିହାତି ଆବଶ୍ୟକ । କେଉଁ କାରଣରୁ ଗ୍ୟାସ୍ ହୋଇଥାଏ ଓ ଏଥିରୁ ଆପଣ କିଭଳି ବର୍ତ୍ତବ । ଗ୍ରେଟର କୋଳାଗ ହସ୍ତିଚାଳ ପୁଷ୍ୟ କୁନିକାଳ୍ ତାଏଟିସିଆନ ଡା. ଦିନିଚା ଉପସାଧାରଣ ଗ୍ୟାସ୍ ଉତ୍ପାଦନ କରିବା ସହ କ'ଣ ଖାଇବା ଦ୍ୱାରା ଏଭଳି ସମସ୍ୟାର ସମ୍ମୁଖୀନ ହେବାକୁ ପଡ଼େ ଏହା ମଧ୍ୟ ଏଠାରେ ଦର୍ଶାଉଛନ୍ତି । କେଉଁ କାରଣରୁ ହୋଇଥାଏ ଗ୍ୟାସ୍ ଭଳି ସମସ୍ୟା ?

ପେଟରେ ହଳଦିଆ ଚାଉଳ ଉତ୍ପାଦନ ହେବାରୁ ଗ୍ୟାସ୍ ଉତ୍ପାଦନ ହେବାରୁ ଗ୍ୟାସ୍ ଭଳି ଅସୁବିଧା ବଢ଼ିବାରୁ ଲାଗେ । ଏହି ସମସ୍ୟା ଲଗାତାର ବଦଳିଯିବା ଯୋଗୁଁ ବଢ଼ିବାରୁ ଲାଗିଥାଏ । ଏହାଛଡ଼ା ମସଲାଯୁକ୍ତ ଖାଦ୍ୟ କିମ୍ବା ମେଢ଼ ବହୁଳ କନିଷ୍ଠ ଖାଦ୍ୟ ଯେପରିକି ଶିଶିକା, କୋଡିକି କନିଷ୍ଠ ଖାଦ୍ୟ ଖାଇଲେ ମଧ୍ୟ ଏହି ଗ୍ୟାସ୍ ସମସ୍ୟା ବଢ଼ିବାରୁ ଲାଗେ ।

■ ଅଧିକାଂଶ ଖାଦ୍ୟ ଖାଇବା ହେତୁ ଏହି ଗ୍ୟାସ୍ ଉତ୍ପାଦନ ହୋଇଥାଏ, ଏଥିଯୋଗୁଁ ବାରମ୍ବାର ଗ୍ୟାସ୍ ସମସ୍ୟା ଉତ୍ପାଦନ ହୋଇଥାଏ ।

■ ରାତିରେ ଚେରି ରାତି ଯାଏଁ ଚାହିଁବା ଏବଂ ସକାଳେ ଚେରି ଯାଏଁ ଶୋଇବା ହେତୁ ଗ୍ୟାସ୍ ହୋଇଥାଏ ।

■ ଅତ୍ୟଧିକ ଚିତ୍ତା ଏବଂ କ୍ରୋଧ ଯୋଗୁଁ ପାଚନକ୍ରିୟାରେ ଏନ୍‌ଜାଇମର କମ୍‌କମ୍ ହୋଇଥାଏ, ଏହାଦ୍ୱାରା ମଧ୍ୟ ଗ୍ୟାସ୍ ସମସ୍ୟା ବଢ଼ିଥାଏ ।

■ ଲଗାତାର ଗୋଟିଏ ସ୍ଥାନରେ ବସି କାର୍ ୧୫୫ କରିବା ଦ୍ୱାରା ହଳଦିଆ ଯାତ୍ରା ସମ୍ପର୍କ ନହୋଇପାରିବା କାରଣରୁ ମଧ୍ୟ ଗ୍ୟାସ୍ ହୋଇଥାଏ ।

ଗଣତନ୍ତ୍ର ଓ ଆଦର୍ଶ ଛାତ୍ରନେତାଙ୍କ... (ପୃଷ୍ଠା-୪ର ଅବଶିଷ୍ଟାଣ) ଚେତେ ବି ପ୍ରକାର “ଗ” ର ନିଷ୍ପତ୍ତି ଭାବେ ଏବଂ ପ୍ରକାର “ଘ” ର କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମରେ କିଛିଟା ତୁଟି କେଉଁଠି ନା କେଉଁଠି ଦାୟା ତ ନିଶ୍ଚିତ। ସବୁଠାରୁ ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ପ୍ରସଙ୍ଗ ହେଉଛି ଏହି ଚାରୋଟି ପ୍ରକାରର ଛାତ୍ର ସଂଗଠନ ମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରୁ କିଛି ସଂଗଠନ ନିଜ ମୁଖ୍ୟବନ୍ଧରେ ଅଣଭାଗନେତୃତ୍ୱ ବୋଲି ନିଜକୁ ଘୋଷଣା କରୁଥିଲେ ହେଁ ସର୍ବିଷ୍ଟ ରାଜନୈତିକ ଭାବରେ ପରିଚାଳିତ। ଚେଷ୍ଟା ଭବିଷ୍ୟତରେ ନେତା ହେବା ପାଇଁ ଯିଏ ଏହି ଛାତ୍ର ସଂଗଠନ ମାନଙ୍କୁ ଆସିଆଏ, ସଂଗଠନରେ ଅଧିକ କ୍ଷମତାଶାଳୀ ହେବା ପାଇଁ ନିଜ ପଦକେତୁ ଖର୍ଚ୍ଚ କରି ହେଉ ଅଥବା ନିଜସ୍ୱ ସଂଗଠନ ନିର୍ମାଣ କରିଥାଏ। ସଂଗଠନିକ କ୍ଷମତା ପାଇଁ ପରେ ଏହାର ଦୁରୁପଯୋଗ କରି ସଂଗଠନର କାର୍ଯ୍ୟକର୍ତ୍ତା ମାନଙ୍କୁ ନିଜ ସ୍ୱାର୍ଥ ପାଇଁ ବ୍ୟବହାର କରେ। ଏହା ହିଁ ଛାତ୍ର ସଂଗଠନ ମାନଙ୍କରେ ଏବଂ ଛାତ୍ର ରାଜନୀତିରେ ହେଉଥିବା ବିଶ୍ୱାସନୀୟ ପ୍ରମୁଖ କାରଣ। ବର୍ତ୍ତମାନ ଓଡ଼ିଶାରେ ହେବାକୁ ଥିବା ପଂଚାୟତ ନିର୍ବାଚନରେ ଅଧିକାଂଶ ପ୍ରାର୍ଥୀପତ୍ର ଦାଖଲ କରିଛନ୍ତି ପି.ଏଚ୍.ଡି. ବି.ଟେକ୍ ଭଗବତି ପାଏ ଆଉଟ। ମର୍ଯ୍ୟାଦା ତଥା ସମ୍ମାନ ହରାଇ ସାରିଥିବା ସରପଞ୍ଚ ପ୍ରାର୍ଥୀତୁଳୁ ମଧ୍ୟ ସ୍ୱୀକାର କରିଛନ୍ତି ଶିକ୍ଷିତ ଯୁବପିଠି। ଏଥିଯୋଗୁଁ ମର୍ଯ୍ୟାଦା ହରାଇ ସାରିଥିବା ଦୁଶମୂଳ ପ୍ରଭାସ ପଂଚାୟତ ନିର୍ବାଚନ ଫେରି ପାଇଛି ଯଶ ଗୌରବ। ଚେତେ ଏହି ଶିକ୍ଷିତ ମାନେ କ୍ୟାମ୍ପସରୁ ବାହାରି ସାମାଜିକ କ୍ଷତରେ ମନ ବଳାଇଲେ କେମିତି? ସବୁ ଏଇ ଛାତ୍ର ରାଜନୀତି ମାଧ୍ୟମରେ ପ୍ରକ୍ଷିଣ କାରଣରୁ। ଚେଷ୍ଟା ଛାତ୍ର ରାଜନୀତିରେ ଥିବା ସବୁ ଆଦର୍ଶକୁ ସଫା କରିବା ନିହାତି ଆବଶ୍ୟକ। ସେ ଆଦର୍ଶକୁ ସଫା କରିବାର ଦାୟିତ୍ୱ କେବଳ ଛାତ୍ର ମାନଙ୍କର ନୁହେଁ ବରଂ ସମଗ୍ର ଶିକ୍ଷା ପରିବାରର। “ଶିକ୍ଷା ଜୀବନ ପାଇଁ ଏବଂ ଜୀବନ ରାଷ୍ଟ୍ର ପାଇଁ” ଏହି ମନ୍ତବ୍ୟ ଛାତ୍ରମାନଙ୍କୁ କରାଇ ଛାତ୍ର ରାଜନୀତିର ଶୁଦ୍ଧୀକରଣ କରିପାରିଲେ ହିଁ ଗଣତନ୍ତ୍ର ଆଦର୍ଶ ଛାତ୍ରନେତାଙ୍କ ପରିଭାଷା ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ଭୂମିକା ନିର୍ବାହ କରିବା ସହିତ ବକାୟ ରହିପାରିବ “ଛାତ୍ରଶକ୍ତି ରାଷ୍ଟ୍ରଶକ୍ତି” ଧ୍ୟେୟବାକ୍ୟର ସାଥୀକତା। (ମୋ)୮୦୯୩୨୯୮୭୨୪

ବାଲିଆପାଳରେ ବିଭିନ୍ନ ସ୍ଥାନରେ ୭୨ତମ ସାଧାରଣତନ୍ତ୍ର ଦିବସ ପାଳିତ ବାଲିଆପାଳ, ୨୭/୦୧ (ନି.ପ୍ର):ବାଲିଆପାଳରେ ବିଭିନ୍ନ ସ୍ଥାନରେ ୭୨ ତମ ସାଧାରଣତନ୍ତ୍ର ଦିବସ ପାଳିତ ହୋଇଯାଇଛି । ବାଲିଆପାଳ ତହସିଲ ପରିସରରେ ତହସିଲଦାର ଦାସକ କୁମାର ଦାସ କାତାୟ ପତକା ଉତ୍ତୋଳନ କରିଥିଲେ। ବାଲିଆପାଳରୁ ପରିସରରେ ବିଡିଓ ଲଳିତ ସୋରେଙ୍କ,ବାଲିଆପାଳ ଥାନା ପରିସରରେ ଆଇଆଇଏ ପର୍ଶୁରାମ ସାହୁ,ସି.ପୁଲିଆ ଯୁକ୍ତି ଯୁଗ୍ମ ପରି ସରରେ ବୁକଶିକ୍ଷାଅଧିକାରୀ ସୁଧାଂଶୁ ଜେନା, କ୍ରିଡା କଲେଜରେ କଲେଜ ପରିଚାଳନା କମିଟି ସଭାପତି ଡଃ ଅଦିତ ପାତ୍ର, ସୁବର୍ଣ୍ଣରେଖା ଯୁବକ୍ରୀଡା ସଂସଦ ପରିସରରେ ବାଲିଆପାଳ ସରପ ମଧୁସୂଦନ ବାରିକ, ବାଲିଆପାଳ କଳାକାର ସଂଘ ପକ୍ଷରୁ ଅନୁଷ୍ଠିତ ପତାକା ଉତ୍ତୋଳନ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମରେ ସଭାପତି ଡା.ତେଶୁର ପ୍ରଧାନ,ମିଡିଆ ଫୋରମ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମରେ ସଭାପତି ପ୍ରତାପ କୁମାର ପାତ୍ର,ସୁବର୍ଣ୍ଣରେଖା ହାଇସ୍କୁଲରେ ପ୍ରଧାନ ଶିକ୍ଷକ ସଞ୍ଜୟ କୁମାର ଜେନା, ସୁନାଗୁଡ଼ ହାଇସ୍କୁଲରେ ପ୍ରଧାନଶିକ୍ଷକ ନିରଞ୍ଜନ ପ୍ରଧାନ, କୁମାରୀ ନୋଡାଲ ସ୍କୁଲରେ ପ୍ରଧାନ ଶିକ୍ଷକ ବିଶ୍ୱମ୍ଭର ପାତ୍ର ପ୍ରମୁଖ ପତକା ଉତ୍ତୋଳନ କରିଥିଲେ ।

ପ୍ରଥମ ପୃଷ୍ଠାର ଅବଶିଷ୍ଟାଣ ... ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀଙ୍କ କୋଭିଡ.... ସଚେତନତା କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ କାରି ରଖିବା ପାଇଁ ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀ ପରାମର୍ଶ ଦେଇଥିଲେ । ଜନସାଧାରଣ ଯେପରି କୋଭିଡ ପୁରୁଣା ନିୟମାବଳୀ ଠିକ୍ ଭାବରେ ପାଳନ କରନ୍ତି, ସେଥିପ୍ରତି ବିଶେଷ ଯତ୍ନବାନ ହେବା ପାଇଁ ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀ ପୋଲିସକୁ ପରାମର୍ଶ ଦେଇଥିଲେ । ସେହିପରି ପୃଥକ ବାସରେ ଘରେ ରହି ଚିକିତ୍ସିତ ହେଉଥିବା ରୋଗୀ ମାନଙ୍କର ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ଅବସ୍ଥା ସଂପର୍କରେ ରାପିଡ୍ ରେସପନ୍ସ ଟିମ୍ ଓ କ୍ଷେତ୍ର କର୍ମଚାରୀ ମାନେ ଠିକ୍ ଭାବରେ ତଦାରଖ କରିବା ପାଇଁ ମଧ୍ୟ ପରାମର୍ଶ ଦେଇଥିଲେ । ବର୍ତ୍ତମାନ ପରିସ୍ଥିତିରେ ଆଡ଼କ୍ସିଟ ନ ହୋଇ କୋଭିଡ ପୁରୁଣା ନିୟମାବଳୀକୁ ସଠିକ୍ ଭାବରେ ପାଳନ କରିବା ପାଇଁ ଜନସାଧାରଣଙ୍କୁ ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀ ପରାମର୍ଶ ଦେଇଥିଲେ । ଉନ୍ନତ କର୍ମଚାରୀ ତଥା ସ୍ୱତନ୍ତ୍ର ରିଲିଫ କର୍ମଚାରୀ ପ୍ରତ୍ୟେକ ଜଣେ କୋଭିଡ ନିୟମାବଳୀର ପରିପାଳନ ନିମନ୍ତେ ପ୍ରତ୍ୟାସନ ନେଇଥିବା ବିଭିନ୍ନ ପଦକ୍ଷେପ ସଂପର୍କରେ ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀଙ୍କୁ ଅବଗତ କରାଇଥିଲେ । ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ବିଭାଗର ଅତିରିକ୍ତ ମୁଖ୍ୟ ଶାସନ ସଚିବ ଆର୍ .କେ ଶର୍ମା ରାଜ୍ୟରେ କୋଭିଡ ସ୍ଥିତି ସଂପର୍କରେ ଏକ ବିଶ୍ୱତ୍ ଚିତ୍ର ଉପସ୍ଥାପନ କରିଥିଲେ । ରାଜ୍ୟରେ ଦୈନିକ ଟେଷ୍ଟ ୬୫ ହଜାରରୁ ୭୦ ହଜାର ରହିଥିବା ବେଳେ, ପଲିଟିଭିଟି ହାର ୧୧.୪ ପ୍ରତିଶତ ରହିଛି । ଯାହାକି କାତାୟ ହାର ଠାରୁ କମ୍ ଅଟେ । ଯାକପୁର, ବାଲେଶ୍ୱର, କଟକ, ସୁନ୍ଦରଗଡ଼ ଓ ଖୋର୍ଦ୍ଧାରେ ପଲିଟିଭିଟି ହାର ତୁଳନାତ୍ମକ ଭାବେ ଅଧିକ ଅଛି ବୋଲି ସେ ସୂଚନା ଦେଇଥିଲେ । ସେହିପରି ଚିକାକରଣ ସ୍ଥିତି ମଧ୍ୟ ସତରାକ୍ଷକରେ ରହିଛି ବୋଲି ଶ୍ରୀ ଶର୍ମା ସୂଚନା ଦେଇଥିଲେ । ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀଙ୍କ ସଚିବ (୫-ଟି) ଭି.କେ. ପାଣିଆନ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମକୁ ପରିଚାଳନା କରିଥିଲେ । ଅନ୍ୟମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ଭୁବନେଶ୍ୱର ଓ କଟକ ମୁନିସିପାଲ କମିଶନର ଏବଂ ଖୋର୍ଦ୍ଧା ଓ ରାୟଗଡ଼ାର ଜିଲ୍ଲାପାଳ ମାନେ ସେମାନଙ୍କ ଅଂଚଳର ପରିସ୍ଥିତି ସଂପର୍କରେ ବୈଠକରେ ଉପସ୍ଥାପନ କରିଥିଲେ । ୭୩ତମ ରାଜ୍ୟସ୍ତରୀୟ ସାଧାରଣତନ୍ତ୍ର ... ପୋଲିସ କମିଶନର ସୌମେନ୍ଦ୍ର ପ୍ରିୟଦର୍ଶୀ ରାଜ୍ୟପାଳଙ୍କୁ ସ୍ୱାଗତ କଲେ ମଂଚ ନିକଟକୁ ପାଞ୍ଚୋଟି ନେଇଥିଲେ । ରାଜ୍ୟପାଳ ପ୍ରଫେସର ଗଣେଶ ଲାଲ ୮.୩୦ ମିନିଟ୍ ସମୟରେ କାତାୟ ପତାକା ଉତ୍ତୋଳନ କରିଥିଲେ । ରାଜ୍ୟ ପୋଲିସ ବ୍ୟାଞ୍ଚ ଦ୍ୱାରା କାତାୟ ସଂଗୀତ ବାଦନ ପରେ ସାମା ପୁରୁଣା ବାହିନୀ, କେନ୍ଦ୍ରୀୟ ରିଜର୍ଭ ପୋଲିସ, ଏସ୍.ଏସ୍. ବାଟାଲିୟନ୍, ଏସ୍.ଓ.ଜି, ଅଗ୍ନିଶମ ବାହିନୀ, ଓଡ଼ିଶା ବିପର୍ଯ୍ୟୟ ଭୂଚିତ କାର୍ଯ୍ୟନିର୍ବାହୀ ଦଳ ଏବଂ ପୋଲିସ୍ ବ୍ୟାଞ୍ଚଠାରୁ ରାଜ୍ୟପାଳ ଅଭିବାଦନ ଗ୍ରହଣ କରିଥିଲେ । ଏହି ସଂକ୍ଷିପ୍ତ ଉତ୍ସବରେ ସୁପ୍ରତୀୟ ୧୦ଟି ଦଳ ପାଞ୍ଚୋଟି ରେ ଭାଗ ନେଇଥିଲେ । ରୋହିତ ବର୍ମା, ଏ.ଏସ୍.ପି. (ୟୁ.ଟି), ଅନୁଗୋଳ ପ୍ୟାରେଡ୍ ପରିଚାଳନା କରିଥିଲେ । ୫୦ ଜଣ କୋଭିଡ୍ ଯୋଦ୍ଧା, କ୍ୟାପିଟାଲ୍ ହସ୍ପିଟାଲ୍ ନ ୨୫ ଜଣ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟକର୍ମୀ, ଭୁବନେଶ୍ୱର ମହାନଗର ନିଗମର ୨୫ ଜଣ ସଫେଇ କର୍ମଚାରୀଙ୍କ ସମେତ ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀଙ୍କ ସଚିବ (୫ ‘ଟି’) ଭି.କେ. ପାଣିଆନ, ରାଜ୍ୟ ପ୍ରଶାସନର ବରିଷ୍ଠ ଅଧିକାରୀସୁଦ୍ଧା, ସୁନ୍ଦରୀ ଓ ଲୋକସଂପର୍କ ବିଭାଗର ପ୍ରମୁଖ ଶାସନ ସଚିବ ବିଶ୍ୱପଦ ସେଠା ଏବଂ ନିର୍ଦ୍ଦେଶକ ଉତ୍ତରୀଣି ତ୍ରିପାଠୀ ପ୍ରମୁଖ ସାଧାରଣତନ୍ତ୍ର ଦିବସ ଉତ୍ସବରେ ଉପସ୍ଥିତ ଥିଲେ । ଆଜିର କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମକୁ ଶ୍ରୀମତୀ ସୁବେଦା ପ୍ରିୟଦର୍ଶିନୀ, ସହନିର୍ଦ୍ଦେଶକ (କ୍ଷେତ୍ର) ଏବଂ ଡ. ମୃତ୍ୟୁଂଜୟ ରଥ ସଂଯୋଜନା କରିଥିଲେ । ସଂଶୟ ଦୂର କଲା କେନ୍ଦ୍ର, ୨୦୦୭ରେ.... ମୋଦିଙ୍କ ଘୋଷଣା ପରେ କାରୁଆରୀ ୩୧୦ ଦେଶରେ ୧୫୦୦ ୧୮ ବର୍ଷ ବର୍ତ୍ତରେ ଥିବା ପିଲାମାନଙ୍କ ଚିକାକରଣ କରାଯାଇଛି । ସେହିପରି କାରୁଆରୀ ୧୦୦୦ ୬୦ ବର୍ଷରୁ ଅଧିକ ବୟସ୍କ ଓ ବହୁବିଧି ରୋଗରେ ପୀଡ଼ିତ ଲୋକଙ୍କୁ ବୁଝାଇ ତୋକ୍ ଦେବା ଆରମ୍ଭ କରାଯାଇଛି । ତାତ୍ପର୍ୟ କରାଯାଇଥିବା ସେମାନେ ଚିକାକ ବୁଝାଇ ତୋକ୍ ବା ପ୍ରତିକ୍ଷେପମୂଳକ ତୋକ୍ ନେଇପାରିବେ । କରୋନା ରକ୍ଷଣାୟୋଗୀଙ୍କୁ ମଧ୍ୟ ଚିକାକ ବୁଝାଇ ତୋକ୍ ଦିଆଯାଇଛି । ସୂଚନାଯୋଗ୍ୟ, ଦେଶରେ ବର୍ତ୍ତମାନ ୧୫୦୦ ୧୮ ବର୍ଷ ବର୍ତ୍ତରୁ ଭାରତ ବାୟୋଟେକ ପ୍ରସ୍ତୁତ କରିଥିବା କୋଭାକ୍ସିନ ଚିକା ଦିଆଯାଇଛି । କାରଣ ଅକ୍ଟୋବର ମାସରେ ସବୁଜେକୁ ଏକପର୍ତ୍ତ କମିଟି କୋଭାକ୍ସିନକୁ ୨୦୦ ୧୮ ବର୍ଷ ବର୍ତ୍ତର ପିଲାମାନଙ୍କୁ ଦେବାକୁ ସୁପାରିସ କରିଛି । ଏହାକୁ ଆଧାର କରି ଭାରତ ସରକାର କୋଭାକ୍ସିନକୁ ହିଁ ବ୍ୟବହାର ପାଇଁ ଅନୁମତି ଦେଇ ପାରନ୍ତି । ମୁହିଁ ଖୋଲିଲେ ପ୍ରସାଦ.... ରାଜ୍ୟରେ ମୁଖ୍ୟ ଟେକି ଚାଲି ପାରୁ ନାହାନ୍ତି । ସବୁ ସୁବିଧା ସୁଯୋଗରୁ ବଂଚିତ ହୋଇଛନ୍ତି । ଏଭଳି ସମୟରେ ଆମେ କଂଗ୍ରେସର ନେତାମାନେ ଏକାଠି ହୋଇ ଦଳକୁ କେମିତି ପୁଣି ଉଠାଇ ହେବ, ସେ କଥା ଚିନ୍ତା କରିବା ଉଚିତ୍ । କିଏ ନିର୍ବାଚନ ଲଢ଼ିବ ସେ ନେଇ ଚିନ୍ତା ପିସିସି ସଭାପତି ଦିଅନ୍ତି । ନିର୍ବାଚନ ପରିଚାଳନା କରିବା ଦାୟିତ୍ୱ ହେଉଛି ପିସିସିଙ୍କର । ସେଥିରେ ତାଙ୍କର କୌଣସି ଭୂମିକା ନାହିଁ । ପଂଚାୟତ ନିର୍ବାଚନ ଲାଗି କଂଗ୍ରେସ ଭବନର ଜଣେ କର୍ମୀଙ୍କୁ ଚିକେଟ ଦେଇ ମୋ ପାଖକୁ ପଠା ଯାଇଥିଲେ ବି ମୁଁ ନିର୍ବାଚନ ମଞ୍ଚଳା ଦାୟିତ୍ୱ ବୁଝୁ ନଥିବାରୁ ଚିକେଟ ନେବାକୁ ମନା କରିଥିଲି ବୋଲି କହିଛନ୍ତି ପ୍ରସାଦ ହରିଚନ୍ଦନ । ଜେଲ ଗଲେ କୋଟିପତି.... ଓ ଆଗଲପୁର ବୁକରେ ଥିବା କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମରେ ଏହି ଚତୁଃ କରାଯାଇଥିଲା । ଚତୁଃ ବେଳେ ତାଙ୍କର ୧ କୋଟି ୩୨ ଲକ୍ଷ ଟଙ୍କାର ସ୍ୱାଧୀନ ଅସ୍ତ୍ରାଧୀନ ସଂପତ୍ତି ଥିବା ଜଣାପଡ଼ିଥିଲା । ଆମ ସଂପର୍କରେ ସଠିକ ତଥ୍ୟ ଦେଖାଇ ନ ପାରିବାରୁ, ଭିଜିଲାନ୍ସ ପ୍ରଫୁଲ୍ଲ ଓ ତାଙ୍କ ସାଙ୍ଗ ନାଁରେ ମାମଲା ରୁକୁ କରିଥିଲା । ପ୍ରଫୁଲ୍ଲଙ୍କୁ ଗିରଫ କରି କୋର୍ଟ ଚାଲାଇ କରାଯାଇଥିବା ବେଳେ ଜାମିନ ନା ମଂକୁର ହେବାରୁ ତାଙ୍କୁ ଜେଲ ଯିବାକୁ ପଡିଛି ।

ବେଆଇନ ଚିକ୍ଷାଦେରି, ପାଣି ନିଷ୍ଠାସନର ବାଧକ ସାଜିବ

ଲକ୍ଷକେଶ୍ୱର, ୨୭/୦୧ (ନି.ପ୍ର): ବାଲେଶ୍ୱର ଜିଲ୍ଲା ବାଲିଆପାଳ ବ୍ଲକ ଅନ୍ତର୍ଗତ କାଳସିମୁଳି, କମ୍ପାଗାଉ ବଳଙ୍ଗତକ,ତାଉଳାପତି, ଇତ୍ୟାଦି ଗ୍ରାମ ଦେଇ ପ୍ରବାହିତ ହେଉଥିବା ହଂସକରା, ପ୍ରଦା, ଓ ଖୋଳା ନଦୀ କଡ଼ରେ ବେଆଇନ ଭାବେ ଚିକ୍ଷାଦେରି ଖୋଳା ଯାଉଛି । କିଛି ବ୍ୟକ୍ତିଗତ ଜାଗାରେ ଖୋଳୁଥିବା ବେଳେ ଅଧିକାଂଶ ସରକାରୀ ଜାଗା କବର ଦଖଲ କରି ଖୋଳା ଚାଲିଛି । ବିଶେଷ କରି ନଦୀ ତରଣା ବହୁତ ତରତା ଥିବାରୁ ସେ ତରଣା କୁ ବେଆଇନ ଭାବେ ଦଖଲ କରି କେତେକ ନ୍ୟସ୍ତ ସ୍ୱାର୍ଥ ଗୋଷ୍ଠି ଘେରି ଖୋଳିବାରେ ଲାଗିପଡିଛନ୍ତି । ଯାହାଫଳରେ ବନ୍ୟା ଜଳ ନିଷ୍ଠାସନ ହୋଇ ନ ପାରି କମ୍ପାଗାଉ, କାଳସିମୁଳି, ବଳଙ୍ଗତକ, ଗିହ୍ନାଗଡ଼ିଆ, ବାରମଣିଆ ଇତ୍ୟାଦି ଗ୍ରାମର ହଜାର ହଜାର ହେକ୍ଟର ଚାଷ ଜମି ନଷ୍ଟ ହେବ ବୋଲି ଲୋକେ ଅଭିଯୋଗ କରିଛନ୍ତି । ଏ ଅଞ୍ଚଳର ଶହ ଶହ ଚାଷୀ ସ୍ୱାମୀୟ ପ୍ରଶାସନ ବାଲିଆପାଳ ତହସିଲଦାରଙ୍କୁ ଲିଖିତ ଅଭିଯୋଗ କରିବା ସହିତ ବାରମ୍ବାର ଅଭିଯୋଗ କରିଥିଲେ ହେଁ କିଛି ସୁଫଳ ମିଳୁନି । ବାଲିଆପାଳ ବ୍ଲକର ଭାତ ହାଣ୍ଡି କହୁଥିବା ଏଇ ଅଞ୍ଚଳରେ ଚାଷ ଜମିରେ ଧାନ ଚାଷ ନଷ୍ଟ ହେଲେ ବାଷା ମାନଙ୍କ ସହ ସାଧାରଣ ଲୋକ ବନ୍ଧୁ ଅସୁବିଧାର ସମ୍ମୁଖୀନ ହେବେ । ନଦୀ ଆଖେ ଆଖେ ସବୁଜିତ ହେବା ସହିତ ଅଣସଂସାରିଆ ହେବାରେ ଲାଗିଛି । ରାଜସ୍ୱ ବିଭାଗ କୌଣସି କାର୍ଯ୍ୟାନୁଷ୍ଠାନ ଗ୍ରହଣ ନ କରିବା ସାଧାରଣରେ ସମେତ ସୃଷ୍ଟି କରୁଛି । ଚେତେ ଏଇ ବେଆଇନ ଚିକ୍ଷାଦେରି ଖୋଳା ବନ୍ଦ କର ନ ଗଲେ ଚାଷୀମାନେ ରାଜରାସ୍ତାକୁ ଓହ୍ଲାଇବା ସହିତ ବାଲିଆପାଳ ତହସିଲ ଅଫିସ୍ ସମ୍ମୁଖରେ ଧାରଣା ଦେବେ ବୋଲି କୃଷକ ନେତା ନିରଞ୍ଜନ ରାଉତ, ଅଦିତ୍ ବାଗ, ସାରଦା ଗିରି, ରବୀନ୍ଦ୍ର ପାତ୍ର, କାମ ମାଝୀ, କାର୍ତ୍ତିକ ସେଠି, ହରିପଦ ରଣା, ନୀଳ କଣ୍ଠ ମଞ୍ଜଳ, ପ୍ରମୁଖ ଚେତାବନୀ ଦେଇଛନ୍ତି । ଏ ବାବଦରେ ବାଲିଆପାଳ ତହସିଲଦାର ଦାସକ କୁମାର ଦାସଙ୍କୁ ପଚାରିବାରୁ ସେ କହିଲେ ମୋ ପାଖରେ କିଛି ଅଭିଯୋଗ ନାହିଁ । ଅଭିଯୋଗ ଆସିଲେ କାର୍ଯ୍ୟାନୁଷ୍ଠାନ ଗ୍ରହଣ କରାଯିବ ।

ଗୋଲକ ନାରାୟଣ ହାଇସ୍କୁଲରେ ଚକ୍ଷୁ ପରୀକ୍ଷା

ବସ୍ତା, ୨୭/୦୧ (ନି.ପ୍ର): ବସ୍ତା ବ୍ଲକ ଅଧିକାରୀ ଦେପତା ପ୍ରାଥମିକ ବିଦ୍ୟାଳୟ ପରିସରରେ ଇତିଦା ଗୋଲକ ନାରାୟଣ ହାଇସ୍କୁଲ ପୁରାତନ ଛାତ୍ରସଂସଦ ପକ୍ଷରୁ ରୁଧିର ମାଗଣା ଚକ୍ଷୁ ପରୀକ୍ଷା ଶିବିର ଅନୁଷ୍ଠିତ ହୋଇଯାଇଛି । ବିନା ମୂଲ୍ୟରେ ଚକ୍ଷୁ ପରୀକ୍ଷା କରିବା ସହିତ ଆବଶ୍ୟକ ସୁଲେ ଚକ୍ଷୁମା ଦେବାର ବ୍ୟବସ୍ଥା କରାଯାଇଅଛି । ଚେତେ ବିନାଶୁକ୍ତ ଛାତ୍ର ଛାତ୍ରୀ ଚିକିତ୍ସା ଯୋଗାଇବା ସହିତ ବୟସ୍କ, ଗରିବ ବିନମକୁରିଆ ମାନେ ବିଶେଷ ଉପକୃତ ହେବା ସହିତ ଆଖି ଯଶଶାନ୍ତ ଉପସମା ପାଇଁ ଅପରେଶନ ବ୍ୟବସ୍ଥା ଅଞ୍ଚ ଶୁକ୍ଳରେ ପାଇପାରିବେ ବୋଲି ପୁରାତନ ସଂସଦ ପକ୍ଷରୁ ଏକ ପ୍ରେସ ବିଠୁଟିରେ ପ୍ରକାଶ କରିଛନ୍ତି । ଦେବଦତ୍ତ ରାୟ ପୁଟବଲ୍ ଚକ୍ଷୁମେଖ ଉଦ୍ୟୋଗିତ: ବନଦୁର୍ଗା କୁଳ୍ ଚାମ୍ପିୟନ୍

ପ୍ରଶାସନିକ ଉଦାସୀନତା ଯୋଗୁଁ ଜଳେଶ୍ୱର ପୌରପାଳିକା ଅଧ୍ୟକ୍ଷ ପଦବୀ ସଂରକ୍ଷଣରୁ ବଂଚିତ

ଜଳେଶ୍ୱର ୨୭/୦୧ (ନି.ପ୍ର): ଦୀର୍ଘ ୫୭ ବର୍ଷ ଧରି ପ୍ରଶାସନାତ୍ମକ ଉଦାସୀନତା ଓ ରାଜନୈତିକ ଉଦ୍ଦୀର୍ଘତା ଉପାତ୍ତ ବାଲେଶ୍ୱର ଜିଲ୍ଲାର ଉପାତ୍ତ ଜଳେଶ୍ୱର ପୌରପାଳିକାର ଅଧ୍ୟକ୍ଷ ପଦବୀ ଅନୁସୂଚିତ ବର୍ଗର ଲୋକଙ୍କ ଲାଗି ସଂରକ୍ଷିତ ହୋଇ ପାରିନାହିଁ । ଫଳରେ ପୌରପାଳିକାରେ ବଦଳାଏ କରି ଆସୁଥିବା ଅନୁସୂଚିତ ଲୋକେ ସାମ୍ବିଧାନିକ ଅଧିକାରକୁ ବଂଚିତ ହୋଇ ଆସୁଥିବାର ଆଜି ଗୁରୁବାର ଏକ ସମାଦବାତା ସମ୍ମିଳନୀରେ ଆଲୋଚନା ସମାପନା ପଂଚ ପକ୍ଷରୁ ଅଭିଯୋଗ କରାଯାଇଛି । ଉପାତ୍ତ ଜଳେଶ୍ୱରର ବିକାଶ ଲାଗି ୧୯୬୪ ମସିହାରେ ଜଳେଶ୍ୱରକୁ ବିକ୍ଷାପିତ କ୍ଷେତ୍ର ପରିଷଦ ଓ ୨୦୧୩ରୁ ପୌରପାଳିକାଭାବେ ଘୋଷଣା ହେବା ସହିତ କାର୍ଯ୍ୟକାରୀ ହୋଇ



ଆସୁଛି । ୫୭ବର୍ଷ ମଧ୍ୟରେ ୯ଜଣ ନିର୍ବାଚିତ ପ୍ରତିନିଧି ଅଧ୍ୟକ୍ଷ ପଦବୀ ମଞ୍ଚନ କରିପାରିଲେଣି । ଏଥିରୁ ୮ଜଣ ସାଧାରଣ ବର୍ଗର ହୋଇଥିବା ବେଳେ ଜଣେ ଅନୁସୂଚିତ ଜନଜାତି ମହିଳା ରହିଥିଲେ । ସେହିପରି ସାଧାରଣ ବର୍ଗଙ୍କ ମଧ୍ୟରୁ ଜଣେ ମହିଳାମଧ୍ୟ ଅଧ୍ୟକ୍ଷା ପଦବୀ ମଞ୍ଚନ କରିଛନ୍ତି । ସାମ୍ବିଧାନିକ ବିଧିବ୍ୟବସ୍ଥା ଅନୁଯାୟୀ ଅନୁସୂଚିତ ଜାତି ପକ୍ଷରୁ ସଂରକ୍ଷଣ ବ୍ୟବସ୍ଥା ହେବାକୁ ଥିବା ବେଳେ ଅଦ୍ୟାବଧି ହୋଇନଥିବାରୁ ସମଗ୍ର ମଂଚ ପକ୍ଷରୁ

ହେଉଥିବା ବେଳେ ଜଳେଶ୍ୱର ପୌରପାଳିକା ସେଥିରୁ ବଂଚିତ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ ପ୍ରସ୍ତୁତ ପାରିଛନ୍ତି । ଏ ସମ୍ପର୍କରେ ଆଲୋଚନା ସମାପନା ପକ୍ଷରୁ ଅନୁଶୋକ କୁମାର ଜେନା ଗତ ୨୮-୧୨-୧୧ରେ ଜିଲ୍ଲାପାଳ ଓ ୧୮-୧-୨୨ରେ ରାଜ୍ୟ ସରକାରଙ୍କ ସହରାଞ୍ଚଳ ବିକାଶ ତଥା ପୌରପାଳିକାର ନିର୍ଦ୍ଦେଶକଙ୍କ ଦୃଷ୍ଟି ଆକର୍ଷଣ କରିଛନ୍ତି । ପ୍ରକାଶଯୋଗ୍ୟ ଅତିତରେ ମହେଶ୍ୱର ଦେହେରା, ସତ୍ୟବାଣୀ ସାମଲ, ଜଗନ୍ନାଥ ଗୋଷ୍ଠାୟତ, ଅକ୍ଷୟ କୁମାର ପାତ୍ର, ପାଦନ କୁମାର ସାମଲ, ଗଣେଶ ମାତଳି ଓ ଗୌରାଂଶୁକର ମାତଳି ପୃଥକ ପୃଥକ ଉକ୍ତ କର୍ତ୍ତୃପକ୍ଷଙ୍କ ଦୃଷ୍ଟି ଆକର୍ଷଣ କରିଛନ୍ତି । ଆଜିର ବୈଠକରେ ଅନୁଶୋକ କୁମାର ଜେନା, ସୁବ୍ରତ ଦେବୀ, ଜଗନ୍ନାଥ ଗୋଷ୍ଠାୟତ, ଗଣେଶ ଚନ୍ଦ୍ର ମାତଳି ପ୍ରମୁଖ ଉପସ୍ଥିତ ଥିଲେ ।

ଖୋର୍ଦ୍ଧା ବିଜେବି ହାଇସ୍କୁଲରେ ବକ୍ସିଜଗନ୍ନାଥ ଶ୍ରୀକ୍ଷ ଦିବସ ପାଳନ ଖୋର୍ଦ୍ଧା, ୨୭/୦୧ (ନି.ପ୍ର): ସ୍ୱର୍ଗତ ବକ୍ସି ଜଗନ୍ନାଥ ବିଦ୍ୟାଳୟ ମହାପାତ୍ର ଭ୍ରମରବର ରାୟ ଶ୍ରୀକ୍ଷ ଦିବସ ପାଳନ କରାଯାଇଥିଲା । ତାଙ୍କ ପ୍ରତିମୂର୍ତ୍ତି ଉପରେ ପୁଷ୍ପ ମାଳ ପ୍ରଦାନ କରାଯାଇ, ପାଠକଦାସ ଓ ପାଠକ ସଂଗ୍ରାମ ସେନାପତିଙ୍କ ଗୁଣ ଗାନ କରାଯାଇଥିଲା । ତାଙ୍କ ନାମ ଅନୁସାରେ ଖୋର୍ଦ୍ଧା ବକ୍ସି ଜଗନ୍ନାଥ ନାମ ଅନୁସାରେ ହାଇସ୍କୁଲ ନାମ କରଣ କରାଯାଇଥିଲା । ଏହି ଉତ୍ସବରେ ଖୋର୍ଦ୍ଧା ଶ୍ରୀଯୁକ୍ତ କିତୁ ମିତ୍ର ବିଧାୟକ, ଖୋର୍ଦ୍ଧା, ଜିଲ୍ଲା ପାଳ ସଂଗ୍ରାମ କେଶରୀ ମହାପାତ୍ର, ଖୋର୍ଦ୍ଧା, ଯୋଗ ଦେଇଥିଲେ ।

ସାଧାରଣତନ୍ତ୍ର ଦିବସ ପାଳିତ

ଲକ୍ଷକେଶ୍ୱର, ୨୭/୦୧ (ନି.ପ୍ର): ଲକ୍ଷକେଶ୍ୱର ପ୍ରେସକ୍ଲବ ପକ୍ଷରୁ ସାଧାରଣତନ୍ତ୍ର ଦିବସ ପାଳିତ ହୋଇଯାଇଛି । ବିଶିଷ୍ଟ ସମାଜସେବୀ ଭାନୁ ଚରଣ ପାତ୍ର କାତାୟ ପତାକା ଉତ୍ତୋଳନ କରି ସମାଜ ସଂସ୍କାର କ୍ଷେତ୍ରରେ ସାମାଜିକ ମାନଙ୍କର ଭୂମିକା ସ୍ୱାଧୀନତା ଆନ୍ଦୋଳନ ଭଳି ବୋଲି କହିଥିଲେ । ସାମାଜିକ ରବିରଂଜନ ତ୍ରିପାଠୀଙ୍କ ପରିଚାଳନାରେ ଅନୁଷ୍ଠିତ ଏଇ ପତାକା ଉତ୍ତୋଳନ ରେ ସାମାଜିକ ସୁବଳ ଚନ୍ଦ୍ର ଦାସ, ଗ୍ରାମ ମୁଖ୍ୟ ଅକ୍ଷୟ କୁମାର ପାତ୍ର, ବିଶ୍ୱନାଥ ଜେନା, ମାନସ ଦାସ, ଘନଶ୍ୟାମ ପଟ୍ଟାୟତ, ସୁବାଷ ବେହେରା ପ୍ରମୁଖ ଉପସ୍ଥିତ ଥିଲେ । ଏହାବ୍ୟତୀତ ବଣିଆଡିହା ପଞ୍ଚାୟତ ଅଫିସ୍, ସଚିନ୍ଦ୍ର କୁମାର ଉଚ୍ଚ ବିଦ୍ୟାଳୟରେ ସରକାରଙ୍କ କୋଭିଡ ନିୟମ ଅନୁଯାୟୀ ପତାକା ଉତ୍ତୋଳନ କରାଯାଇଥିଲା । ସାଉଡି



ଗ୍ରାମ ହନୁମାନ ମନ୍ଦିର ଛକ ଠାରେ ଜିଲ୍ଲା ବିକ୍ତ ଜନତା ଦଳ ଏସ ସି ସେକ୍ଟର ସଭାପତି ପ୍ରଫେସର ଶତ୍ରୁଘ୍ନ ମଲ୍ଲିକ ପତାକା ଉତ୍ତୋଳନ କରି ସ୍ୱାଧୀନତା ସଂଗ୍ରାମୀ ମାନଙ୍କୁ

ମନେ ପକାଇଥିଲେ । ହରିହର ପଟ୍ଟାୟତ, ବିମଳ ଲୋଚନ ମଲ୍ଲିକ, ଚରଣୀସେନ ମଲ୍ଲିକ, ଶମ୍ଭୁନାଥ ପଟ୍ଟାୟତ, ଅପୃତ ପକ୍ଷରେ ପ୍ରମୁଖ ଉପସ୍ଥିତ ଥିଲେ । ତାଙ୍କୁ ବାରମ୍ବାର ଫୋନ କରାଯାଇଥିଲେ ମଧ୍ୟ ସେ ଫୋନ୍ରେ କୌଣସି ଉତ୍ତର ନ ଦେବାରୁ ମହାସଂଘ କ୍ଷୁବ୍ଧ ହୋଇଛି । ସମସ୍ୟାର ସମାଧାନ ଲାଗି ସୁମଧୁର ସ୍ୱରରେ ମୁନି ସଙ୍ଗୀତ ଗାନ କରିଥିଲେ । ପୁନିରାଜୀ ସୁମତୀ ଓହ୍ଲାଇବେ ବୋଲି ଜଣାଯାଇଛି । ଛକାପଞ୍ଚା ଲାଗି ରହିଥିବାରୁ ଆସନ୍ତା ଦିନରେ ଛତୁଆ ବନ୍ଧନା ନେଇ ବହୁକଳା ଶୁଣିବାକୁ ମିଳୁଛି ।

ବିଡିଓଙ୍କ ପ୍ରତିଶ୍ରୁତି ପାଣିର ଗାର : ସୁକ୍ଷ୍ମସହାୟିକା ମହାସଂଘ ନ୍ୟାୟରୁ ବଂଚିତ

ଜଳେଶ୍ୱର, ୨୭/୦୧ (ନି.ପ୍ର): ଜଳେଶ୍ୱର ବ୍ଲକ ଅଂଚଳରେ ଅଂଗାସଂଘି କେନ୍ଦ୍ର ପ୍ରତିଷ୍ଠା କରୁଥିବା ବନ୍ଧନ ନେଇ ଉପସ୍ଥିତ ସମସ୍ୟାର ସମାଧାନ ଆଜି ହେବ ବୋଲି ଗୋଷ୍ଠି ଉନ୍ନତ ଅଧିକାରୀ ମହାସଂଘ କେନ୍ଦ୍ରର ପ୍ରତିଶ୍ରୁତି ପାଣିରଗାର ପାଳିତ । ଫଳରେ ମହାସଂଘ ପକ୍ଷରୁ ପୁଣି ଆନ୍ଦୋଳନ ହେବାର ସୂଚନା ମିଳିଛି । ଘଟଣାରୁ

ପ୍ରକାଶ, ଜଳେଶ୍ୱର ବ୍ଲକ ଅଧିକାରୀ ୩୩୭ ଓ ପୌରପାଳିକା ଅଧିକାରୀ ୪୩୮ଟି ଅଂଗନାଘାଟି କେନ୍ଦ୍ର ଥିବା ବେଳେ ଏଥିରୁ ୨୫ଟି ପଂଚାୟତକୁ ଭୋଗରାଉର କାଳିମାତା ସ୍ୱୟମ୍ ସହାୟକ ଗୋଷ୍ଠି ଓ ଜଳେଶ୍ୱରର ସୁବର୍ଣ୍ଣ ମହାସଂଘ ୧୦ ପଂଚାୟତ ଓ ୧୭ଟି ଖୁର୍ଦ୍ଧା କ୍ଷେତ୍ର ଆନ୍ଦୋଳନ ଆସୁଥିଲା । କିନ୍ତୁ ସୁବର୍ଣ୍ଣ ମହାସଂଘର ଆଖ୍ୟତ୍ରିଣ ଅର୍ଚ୍ଚିବିବାଦ ଯୋଗୁଁ

ଘଟଣାସୂଚକ ନିଆଁସିଦ୍ଧା ବିଡିଓ ଅଶ୍ୱିନୀ କୁମାର ଦାସ ଆନ୍ଦୋଳନକାରୀଙ୍କୁ ୨୭ ତାରିଖରେ ସମସ୍ୟାର ସମାଧାନ କରି ଦେ ବୋଲି ପ୍ରତିଶ୍ରୁତି ଦେଇଥିଲେ । ଆଜି ମହାସଂଘର କର୍ମକର୍ତ୍ତା ଓ ୩୫ଟି ସ୍ୱୟମ୍ ସହାୟକ ଗୋଷ୍ଠୀ ସଭାପତି କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମକୁ ଆସିଥିବା ବେଳେ ଗୋଷ୍ଠୀ ଉନ୍ନତ ଅଧିକାରୀ ନ

ଥିଲେ । ତାଙ୍କୁ ବାରମ୍ବାର ଫୋନ କରାଯାଇଥିଲେ ମଧ୍ୟ ସେ ଫୋନ୍ରେ କୌଣସି ଉତ୍ତର ନ ଦେବାରୁ ମହାସଂଘ କ୍ଷୁବ୍ଧ ହୋଇଛି । ସମସ୍ୟାର ସମାଧାନ ଲାଗି ସୁମଧୁର ସ୍ୱରରେ ମୁନି ସଙ୍ଗୀତ ଗାନ କରିଥିଲେ । ପୁନିରାଜୀ ସୁମତୀ ଓହ୍ଲାଇବେ ବୋଲି ଜଣାଯାଇଛି । ଛକାପଞ୍ଚା ଲାଗି ରହିଥିବାରୁ ଆସନ୍ତା ଦିନରେ ଛତୁଆ ବନ୍ଧନା ନେଇ ବହୁକଳା ଶୁଣିବାକୁ ମିଳୁଛି ।

ଉଦ୍ଦିଷ୍ଟିଆବାଡ଼ ପଂଚାୟତର ସମିତିସଭା ପ୍ରାର୍ଥନାକୁ ନେଇ ଚର୍ଚ୍ଚା

ନାଳଗିରି, ୨୭/୦୧ (ନି.ପ୍ର): ଆଗାମୀ ତ୍ରୀତ୍ରିତୀୟ ପଂଚାୟତ ନିର୍ବାଚନ ପରିପ୍ରେକ୍ଷାରେ ନାଳଗିରି ବ୍ଲକର ବିଭିନ୍ନ ପଂଚାୟତରେ ଭିନ୍ନ ଭିନ୍ନ ପଦବୀ ପାଇଁ ଅନେକ ନୂଆ ମୁହଁ ସହିତ ବହୁ ଶିକ୍ଷିତ ପ୍ରାର୍ଥୀପତ୍ର ଦାଖଲ କରିଥିବା ବେଳେ ଭଉଁରିଆବାଡ଼ ଗ୍ରା.ପ.ରେ ସମିତିସଭା ପ୍ରାର୍ଥନା ଭାବେ ଜଣାଶୁଣା ପରୋପକାରୀ ତଥା ଚିକିତ୍ସାବ୍ୟାକ୍ଷର ଅବସରପ୍ରାପ୍ତ ମୁଖ୍ୟ ମହାପ୍ରବନ୍ଧକ ମଦନମୋହନ ମାଝୀଙ୍କ ସ୍ତ୍ରୀ ଶୁଭଲକ୍ଷ୍ମୀ ମାଝୀ

ନିର୍ବାଚନରେ ଛିଡ଼ା ହେବା ଘଟଣା ପଂଚାୟତବାସୀଙ୍କୁ ଅଧିକ ପ୍ରଭାବିତ କରିଛି । ଶୁଭଲକ୍ଷ୍ମୀ ଜଣେ ସରଳ ଶାନ୍ତ, ପ୍ରକୃତିର ମଣିଷିତ ହୋଇଥିବା ବେଳେ ତାଙ୍କ ଶୁଶ୍ରୁ ଯତ୍ନରେ ମାଝୀ ଉଚ୍ଚ ପଂଚାୟତର ବେଶ ଜଣାଶୁଣା ରାଜନେତା ଥିଲେ । ତାଙ୍କ ଶୁଶ୍ରୁକ ମାତି ଆଦର୍ଶକୁ ପାଥେୟ କରି ମୁଁ ବି ଶୁଶ୍ରୁକ ଭଳି ଆଦିବାସୀ ଭାବ ଉତ୍ତୋଳନ ସେବା କରିବା ସହିତ ଉଚ୍ଚ ପଂଚାୟତର ଜନସାଧାରଣଙ୍କ ସେବା କରିବା ପାଇଁ ରାଜନୀତିରେ ପାଦ ଦେଇଛି

ବାଲି ଶୁଭଲକ୍ଷ୍ମୀ କହିଛନ୍ତି । ତାଙ୍କର ସ୍ୱାମୀ ଜଣେ ଉଚ୍ଚ ପଦବୀରେ ଚାକିରିରୁ ଅବସର ନେଇଥିବାବେଳେ ରାଜନୀତିକୁ ନିଜର ଜୀବିକା ଭାବେ ଲକ୍ଷ ନ ରଖି ଲୋକମାନଙ୍କର ସେବା କରିବାର ମୂଳଲକ୍ଷ୍ୟ ନେଇ ନିର୍ବାଚନକୁ ହେଉଥିବା ଶୁଭଲକ୍ଷ୍ମୀ କହିଛନ୍ତି । ବିକେଟି ସମର୍ଥୀତ ଶୁଭଲକ୍ଷ୍ମୀ ନିର୍ବାଚନ ମଇଦାନ ରେ ଛିଡ଼ାହୋଇଥିବା ନେଇ ବିରୋଧୀ ଦଳ ମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ଏକ ପ୍ରକାର ଛନକା ଦେଖିବାକୁ ମିଳିଛି ।

ହାତୀଆଡିହା ଶିବମୁନି ଯୋଗାଣମର ୨୫ ତମ ବାର୍ଷିକ ଅଧିବେଶନ

ରୁପସା, ୨୭/୦୧ (ନି.ପ୍ର): ହାତୀଆଡିହା ଶିବମୁନି ଯୋଗାଣ କେନ୍ଦ୍ରର ୨୫ତମ ବାର୍ଷିକ ଅଧିବେଶନ ,ଜିଲ୍ଲା ପ୍ରତୀକ ସଙ୍ଗଠନ ମନ୍ତ୍ରୀ ଯୋଗା ଚିରଞ୍ଜନ ମୁନିଙ୍କ ସଭାପତିତ୍ୱରେ ପାଳିତ ହୋଇଯାଇଛି । ପ୍ରଥମେ ସେ ବିଶ୍ୱର କଲ୍ୟାଣ ପାଇଁ ସତ୍ୟ ପତାକା ଉତ୍ତୋଳନ କରିଥିଲେ । ମୁଖ୍ୟ ବକ୍ତା ଥିଲେ ଆଶ୍ରମର ବରିଷ୍ଠ ଯୋଗ ସାଧକ ଯୋଗୀ ପରମାନନ୍ଦ ମୁନି । ମୁଖ୍ୟ ଅତିଥି ଥିଲେ ବ୍ରହ୍ମଜ୍ଞାନୀ ସାଂଥୀ ଭିକାରୀ ଚରଣ ମୁନି । ବାର୍ଷିକ ବିବରଣୀ ପାଠ କରିଥିଲେ ସ୍ୟାଦକ, ଆଶ୍ରମର ଯୋଗଶିକ୍ଷକ ଯୋଗୀ ରାମଚନ୍ଦ୍ର ବେହେରା । ମୁନି ସଙ୍ଗୀତ ଗାନ କରିଥିଲେ, କଣ୍ଠଶିଳ୍ପୀ ଯୋଗଶିକ୍ଷକୀ ମଞ୍ଜୁଲତା ବେହେରା । ଉପସ୍ଥିତ ଥିଲେ- ଉପାଧ୍ୟକ୍ଷା ମୁନିରାଜୀ କନକଲତା ମହାପାତ୍ର, ବିମଳା ଲେଙ୍କା, ଦାସତୀ ମହାଳାକ, ସେ ଅତି ସୁମଧୁର ସ୍ୱରରେ ମୁନି ସଙ୍ଗୀତ ଗାନ କରିଥିଲେ । ମୁନିରାଜୀ

