

ସୁବର୍ଣ୍ଣପୁର ଜିଲ୍ଲାସ୍ତରୀୟ ପୁଟବଳ ଚୂର୍ଣ୍ଣାମୋଚ ଉଦ୍‌ଯାପିତ : ବାଳିକା ବର୍ଗରେ ବିଏମପୁର ବୁକ୍ ଓ ବାଳକ ବର୍ଗରେ ସୋନପୁର ବୁକ୍ ବିଜୟୀ

ଜିଲ୍ଲାସ୍ତରୀୟ ବାଲ୍ୟ ବିବାହ ନିରାକରଣ ସମ୍ପର୍କିତ ସଚେତନତା ଅଭିଯାନ

ସୁବର୍ଣ୍ଣପୁର ,୧୮/୧୦ (ନି.ପ୍ର): ଭୁବନେଶ୍ୱର ଠାରେ ଫିପା ୧୭ ବର୍ଷରୁ କମ ମହିଳା ବିଶ୍ୱକପ ପୁଟବଳ ଚାଳିଥିବା ବେଳେ ସୁବର୍ଣ୍ଣପୁର ଜିଲ୍ଲାରେ ରାଜ୍ୟ ସରକାରଙ୍କ ନିର୍ଦ୍ଦେଶ କ୍ରମେ ଜିଲ୍ଲା ପ୍ରଶାସନ ଓ ଜିଲ୍ଲା ଶିକ୍ଷା ବିଭାଗର ମିଳିତ ସହଯୋଗରେ ୧୭ ବର୍ଷରୁ କମ ଉଚ୍ଚତ ବାଳକ ଓ ବାଳିକା ବର୍ଗରେ ଜିଲ୍ଲାସ୍ତରୀୟ ପୁଟବଳ ଚୂର୍ଣ୍ଣାମୋଚ ସୋନପୁର ଅଞ୍ଚଳ ସ୍ତରୀୟ କ୍ରୀଡା ପତିଆରେ ଆଜି ମହା ପରାଜୟ ହେବେ ଉଦ୍‌ଯାପିତ ହୋଇଛି । ପ୍ରଥମେ ସରକାରୀ ବାଳିକା ହାରସ୍କୁଲ ଛାତ୍ରୀଙ୍କ ଦ୍ୱାରା ବାରେନ୍ତ ଜଗଦଲ୍ ଜି ସଂଗୀତ ନିର୍ଦ୍ଦେଶନା ରେ ହେ ବନ୍ଧୁ ବିବାହ ସ୍ୱାଗତ ସଂଗୀତ ଏବଂ ବିଭିନ୍ନ ଶାବ୍ଦକୁ ଭାଗଣ୍ଡଲ କରି ନିର୍ଦ୍ଦେଶନା ରେ କେନ ରସିଆ ନେଇ ଗଲ୍ଲା ମୋର ସ୍ୱଚ୍ଚର ପର୍ବରା ନୃତ୍ୟ ସଂଗୀତ ପରିବେଷଣକରାଯାଇଥିଲା । ଆଜି ଅତିମ ଦିନରେ ଜିଲ୍ଲା ଶିକ୍ଷା

ଅଧିକାରୀ ଲକ୍ଷ୍ମଣ ଭୋଇଙ୍କ ସଭାପତିତ୍ୱରେ ସୁବର୍ଣ୍ଣପୁର ଜିଲ୍ଲା ପରିଷଦ ଅଧ୍ୟକ୍ଷ ସୁପାରି ଠେଲ ଠାଉଁ ମୁଖ୍ୟ ଅତିଥି ଭାବେ ଯୋଗଦାନ କରି ସ୍ୱରୂପେ କୁସାଗା ସମାଜ ଦେବାକୁ ଓ କ୍ରୀଡା କ୍ଷେତ୍ରରେ ବିକାଶ ହେଲେ ସବୁ କ୍ଷେତ୍ରର ବିକାଶ ଆପେ ହୁଏ ବୋଲି କହିଥିବା ବେଳେ ସମ୍ମାନିତ ଅତିଥି ଭାବେ ଅତିରିକ୍ତ ଜିଲ୍ଲାପାଳ ନିଶି ପୁନମ ମିତ୍ର କ୍ରୀଡା ସମ୍ପର୍କେ ସବୁ କ୍ଷେତ୍ରରେ ଅଭ୍ୟାସ ଓ ଶୁଖିଳା ଇତ୍ୟାଦି କୁରୁହାରୋପ କରି କ୍ରୀଡାରେ ସ୍ତର ନିର୍ଦ୍ଦେଶନା ଦେବାକୁ କ୍ଷେତ୍ରବାସୀଙ୍କୁ ପ୍ରେରଣା ଦେଇଥିଲେ କ୍ଷ ଅନ୍ୟ ଚମ ଅତିଥି ଭାବେ ପୌର ଅଧ୍ୟକ୍ଷା ଡା ମସି ତାମସ୍ୱିତ ନାଏକ, ଜିଲ୍ଲା କ୍ରୀଡା ସଂସଦ ସମ୍ପାଦକ ପିୟୁଷ ପଣ୍ଡା , ଅତିରିକ୍ତ ଶିକ୍ଷା ଅଧିକାରୀ ଡଃ ରମାକାନ୍ତ ଗଡ଼ଡିଆ ଓ ଶ୍ରୀମତୀ ମଞ୍ଜୁଲତା ଭୋଇ, ଜିଲ୍ଲା ଶାରୀରିକ ଶିକ୍ଷା ନିରୀକ୍ଷକ ରୁଦ୍ଧୋଧନ ରାଉତ, ଅତିରିକ୍ତ ଜିଲ୍ଲା ଶାରୀରିକ ଶିକ୍ଷା ନିରୀକ୍ଷକ ସତ୍ୟନାରାୟଣ ତ୍ରିପାଠୀ

ପ୍ରମୁଖ ଯୋଗଦାନ କରି କ୍ଷେତ୍ରବାସୀଙ୍କୁ ପୁରସ୍କୃତ କରି ଥିଲେ । ରାଜ୍ୟ ସରକାରଙ୍କ ତରଫରୁ ଜିଲ୍ଲା ପାଇଁ ‘ପୁଟବଳ ଫର ଅଲ’ ଯୋଜନାରେ ପ୍ରଦତ୍ତ ପୁଟବଳ ସ୍କୁଲ ଶୁକ୍ତିକୁ ଅତିଥି ପ୍ରଦାନ କରିଥିଲେ କ୍ଷ ଫାଇନାଲ ପୁଟବଳ ମ୍ୟାଚ ବାଳିକା ବର୍ଗ ବିନିକା ଭୂକ୍ ଓ ଦାରମହାରାଜପୁର ଭୂକ୍ ମଧ୍ୟରେ ଅନୁଷ୍ଠିତ ହୋଇଥିଲା । ଦାରମହାରାଜପୁର ଭୂକ୍ ୩/୦ ଗୋଲରେ ଚମ୍ପିୟାନ ହୋଇଥିବା ବେଳେ ଠିକ୍ ସେହିପରି ବାଳକ ବର୍ଗରେ ରୁକ୍ମିନୀପାଲି ଭୂକ୍ ଓ ସୋନପୁର ଭୂକ୍ ମଧ୍ୟରୁ ଏହି ଫାଇନାଲ ମ୍ୟାଚ ରେ ରୁକ୍ମିନୀପାଲି ଭୂକ୍ କୁ ସୋନପୁର ଭୂକ୍ ଟ୍ରାଏ ଟ୍ରେକରେ ୪/୩ ଗୋଲ ରେ ପରାସ୍ତ କରି ଫାଇନାଲରେ ଚମ୍ପିୟାନ ହୋଇଛି । ବାଳିକା ବିଭାଗରେ ମ୍ୟାଚ ଅଫ ମ୍ୟାଚ, ପ୍ରିତିମୟୀ ଭୁକ୍, ବେଷ୍ଟ ସ୍କୋରର ଶାନ୍ତି ଲତା ଭୋଇ, ମ୍ୟାଚ ଅଫ ଦି ବିନିକା ଶାନ୍ତିଲତା ଭୋଇ, ବାଳକ

ବିଭାଗରେ ମ୍ୟାଚ ଅଫ ମ୍ୟାଚର ଶ୍ରୀଚମ ବଦଳି କୁ ପୁରସ୍କୃତ କରାଯାଇଥିଲା । କ୍ଷେତ୍ର ପତିଆରେ ବିଭିନ୍ନ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ ପରିଚାଳନା ରେ ପତିଆ ପରିଚାଳକ, କ୍ଷେତ୍ର ଶିକ୍ଷକ ରଘୁନାଥ ଅନାପତି କ୍ଷ ଚତୁରଧାନରେ ଏହି ମ୍ୟାଚ ସବୁକୁ ନଦୀବିଏ ସେଠା ପ୍ରମୋଦ ପୁଟେଲ୍, ସଞ୍ଜୟ ଫଡ଼େସିଂ, ସାନ ଡାକ୍ତା, ଶିକ୍ଷକ ଶ୍ୟାମସୁନ୍ଦର ନାଏକ, ସଞ୍ଜୟ ସାହୁ, ମହମ୍ମଦ କଲିମ୍ କ୍ଷ ସହଯୋଗରେ ପରିଚାଳିତ ହୋଇଥିଲା । ଜିଲ୍ଲା କ୍ରୀଡା ନିରୀକ୍ଷକ ରୁଦ୍ଧୋଧନ ରାଉତ କ୍ଷ ଜଣେ ଶ୍ରେଷ୍ଠ ସଂଗଠକ, କ୍ରୀଡା ନିରୀକ୍ଷକ ଭାବେ ଏହି ମଫ୍ତ ରେ ଓଡ଼ିଶା ସାଧାବିକ ସଂସଦ ସୁବର୍ଣ୍ଣପୁର ଶାଖା ପକ୍ଷରୁ ଅତିଥି ଏତିଏମ ଶ୍ରୀମତୀ ନିଶି ପୁନମ ମିତ୍ର କ୍ଷ ଦ୍ୱାରା ସମର୍ଥିତ କରାଯାଇଥିଲା । ପିଇଟି ସଂଜୀବ ସାହୁ ଓ ସାଧାବିକ ମନୋରଞ୍ଜନ ତ୍ରିପାଠୀ ଫାଇନାଲ କ୍ଷେତ୍ର ଧରା ବିବରଣୀ ପ୍ରଦାନ କରି ସଭା ମଫ୍ତ

କୁ ପରିଚାଳନା ରେ ସହଯୋଗ କରିଥିଲେ । ଆଜି ସମସ୍ତ ଭୂକ୍ ସରଫୁ ପୁଟବଳ ଦଳ, ଜିଲ୍ଲାର ସମସ୍ତ ହାରସ୍କୁଲ ଓ କ୍ଷେତ୍ର ଶିକ୍ଷକ ଯୋଗ ଦେଇଥିଲେ । ଭୂକ୍ କ୍ରୀଡା ସଂପାଦକ କ୍ଷ ଚତୁରଧାନରେ ସମସ୍ତ ଭୂକ୍ ପୁଟବଳ ଟିମ ଜିଲ୍ଲା ସ୍ତରୀୟ ପୁଟବଳ ପ୍ରତିଯୋଗିତା ରେ ଭାଗ ନେଇ ଥିବାରୁ ଭୂକ୍ ସଂପାଦକ ମାନଙ୍କୁ ବିଦ୍ୟାଳୟ କ୍ରୀଡା ସଂପାଦକ ରୁଦ୍ଧୋଧନ ରାଉତ ଧନ୍ୟବାଦ ଅର୍ପଣ କରିଛନ୍ତି । ଏବଂ କ୍ଷେତ୍ର ଆରମ୍ଭ ରୁ ପତିଆ ର ସ୍ବତ୍ୱ ବିଗରେ ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ସହାୟତା କରିଥିବା ରୁ ସୁବର୍ଣ୍ଣପୁର ଏସପି ଶ୍ରୀ ଅମରେଶ ପଣ୍ଡା କ୍ଷ ସମ୍ପର୍କେ ସ୍ବଜ୍ଞ ଭାରତ, ରଘାଲ୍ ଷ୍ଟୋର୍ଟ, ଇନଫିନିଟି, ଭଲିବଲ ଟିମ ଓ ପୌର ପରିଷଦ କର୍ମଚାରୀ କୁ ସଭାରେ କ୍ରିୟା ଶିକ୍ଷାଧିକାରୀ ଓ କ୍ରୀଡା ନିରୀକ୍ଷକ ଧନ୍ୟବାଦ ଓ ଦୃତକ୍ଷତା ଅର୍ପଣ କରି ଭୂୟସ୍ତା ପ୍ରଂଶ୍ନାସା କରିଥିଲେ ।

ବଳାଙ୍ଗିର ,୧୮/୧୦ (ନି.ପ୍ର): ଆଜି ପୂର୍ବାହ୍ନରେ ବଳାଙ୍ଗିର ଜିଲ୍ଲା ପ୍ରଶାସନ ଓ ଜିଲ୍ଲା ସମାଜ କଲ୍ୟାଣ ବିଭାଗ ଆନୁଷ୍ଠାନରେ ଆୟୋଜିତ ଜିଲ୍ଲା ସ୍ତରୀୟ ବାଲ୍ୟ ବିବାହ ନିରାକରଣ ସମ୍ପର୍କିତ ସଚେତନତା ଅଭିଯାନ ଉପକ୍ରମେ ଜିଲ୍ଲାପାଳଙ୍କ କାର୍ଯ୍ୟାଳୟ ପରିସରରୁ ଏକ ସଚେତନତା ରଥ ବାହାରିଥିଲା । ଏହି ସଚେତନତା ରଥକୁ ଜିଲ୍ଲାପାଳ ଚଠକ ରାଣା ସଭୂକ୍ ପତାକା ଦେଖାଇ ଶୁଭାକରଣ କରିଥିଲେ । ସଚେତନତା ରଥ ଅକ୍ଟୋବର ୧୭ ତାରିଖ ଠାରୁ ଅକ୍ଟୋବର ୨୧ ତାରିଖ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଜିଲ୍ଲାର ବିଭିନ୍ନ ଅଠକ ପରିକ୍ରମା କରି ବାଲ୍ୟ ବିବାହ ନିରାକରଣ ଉପରେ ଜନସାଧାରଣଙ୍କୁ ସଚେତନ କରିବା ବାଲ୍ୟ ବିବାହ ନିରାକରଣ

ସଭାଗଣ ସଚେତନତା ସୃଷ୍ଟି ସହ ସେପଡ଼ୁସର ମାସ ୩୦ ତାରିଖରେ ଜିଲ୍ଲାର ପ୍ରତ୍ୟେକ ଫଠାୟତରେ ୧୮ ବର୍ଷରୁ କମ ବାଳକ ବାଳିକା ମାନଙ୍କୁ ନେଇ ବାଳସଭା ଆୟୋଜନ କରାଯାଇ ବାଲ୍ୟ ବିବାହ ମୁକ୍ତ ଗ୍ରାମ ଗଠନ କରିବା ନିମନ୍ତେ ଶପଥ ପାଠ କରାଯାଇଥିଲା ବୋଲି ସଚେତନତା ରଥ ଶୁଭାକରଣ ଅବସରରେ ଜିଲ୍ଲାପାଳ ପ୍ରକାଶ କରିବା ସହ ବାଲ୍ୟ ବିବାହ ଏକ ଅପରାଧ ଏବଂ ଏ ସମ୍ପର୍କରେ ସଚେତନତା ଅଭିଯାନ ଜରିଆରେ ଜନସଚେତନା କରାଯିବ ବୋଲି ସେ ପ୍ରକାଶ କରିଥିଲେ । ସଚେତନତା ରଥ ଶୁଭାକରଣ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମରେ ଜିଲ୍ଲା ସମାଜ କଲ୍ୟାଣ ଅଧିକାରୀ ସକୁଲାନୀ ଦାପ, ଜିଲ୍ଲା ସୂଚନା ଓ ଲୋକ ସମ୍ପର୍କ

ଅଧିକାରୀ ଜୟଦେବ ପାଣିଗ୍ରାହୀ, ଜିଲ୍ଲା ଶିଶୁ ସୁରକ୍ଷା ଅଧିକାରୀ ଲକ୍ଷ୍ମୀ ସିଂ, ଖ୍ରୀନ ସ୍ୱପ୍ନ ସେଠରର ପ୍ରୋଗ୍ରାମ ମେନେଜର ଆଲିଶା ଚକ୍ରବର୍ତ୍ତୀ, ଖ୍ରୀନ ସ୍ୱପ୍ନ ସେଠରର କର୍ମଚାରୀ, ଆରସିଡିଏସ ପୁପରଭାଇକର, ଅଜନବୀଡି କର୍ମୀ, ଏସଏଚଡି ସଦସ୍ୟା, ସମାଜ କଲ୍ୟାଣ ଓ ଜିଲ୍ଲା ଶିଶୁ ସୁରକ୍ଷା ବିଭାଗର କର୍ମଚାରୀ ମାନେ ଉପସ୍ଥିତ ଥିଲେ । ପରେ ସଚେତନତା ରଥ ସହ ଖ୍ରୀନ ସ୍ୱପ୍ନ ସେଠରର କର୍ମଚାରୀ, ଆରସିଡିଏସ ପୁପରଭାଇକର, ଅଜନବୀଡି କର୍ମୀ, ଏସଏଚଡି ସଦସ୍ୟା, ସମାଜ କଲ୍ୟାଣ ଓ ଜିଲ୍ଲା ଶିଶୁ ସୁରକ୍ଷା ବିଭାଗର କର୍ମଚାରୀ ମାନେ ବାଲ୍ୟ ବିବାହ ନିରାକରଣ ସମ୍ପର୍କିତ ପ୍ଲା କାର୍ଡ ଧରି ସହର ପରିକ୍ରମା କରିଥିଲେ ।

ନିଖୁଳ ଓଡ଼ିଶା ମେହେର ସମାଜର ରାଜ୍ୟ କାର୍ଯ୍ୟକାରିଣୀ ବୈଠକ

ନୂଆପଡା ,୧୮/୧୦ (ନି.ପ୍ର): ନିଖୁଳ ଓଡ଼ିଶା ମେହେର ଭୂଇଁଆ ସମାଜର କାର୍ଯ୍ୟକାରିଣୀ କମିଟିର ଏକ ବୈଠକ ଠାରେ ଅନୁଷ୍ଠିତ ହୋଇଯାଇଛି । ସମାଜର ରାଜ୍ୟ ସଭାପତି ବୈଶମ୍ପାୟନ ମେହେରଙ୍କ ସଭାପତିତ୍ୱରେ ଅନୁଷ୍ଠିତ ଏହି ବୈଠକରେ ଆସକ୍ତା ବର୍ଷ ଦରପାଲି ଠାରେ ହେବାକୁ ଥିବା ମେହେର ଭୂଇଁଆ ସମାଜର ରାଷ୍ଟ୍ରୀୟ ମହାସମ୍ମିଳନୀ ଓ ସ୍ୱଭାବକବି ଗଣାଧର ମେହେରଙ୍କ ଶହେ ଚମ ପୁଷ୍ୟ ତିଥି ପକନକୁ ନେଇ ବିଶଦ ଆଲୋଚନା କରାଯାଇଥିଲା । କବିଙ୍କ ପୁଷ୍ୟତିଥିକୁ ଭବ୍ୟ ଭାବରେ ପାଳନ କରାଯିବାକୁ ଥିବା ବେଳେ ଏ ଅବସରରେ ଭାରତର ରାଷ୍ଟ୍ରପତି ତ୍ରୈପଦୀ ମୁର୍ମୁ, ଓଡ଼ିଶାର ରାଜ୍ୟପାଳ ଓ ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀଙ୍କୁ ନିମନ୍ତ୍ରଣ କରାଯିବାକୁ ସମାଜ ତରଫରୁ ନିଷ୍ପତ୍ତି ନିଆଯାଇଥିଲା । ଏହି ସମାବେଶରେ ଗଣାଧର ସାହିତ୍ୟ ଆଲୋଚନା, ପୁସ୍ତକ ମେଳା, ସାଂସ୍କୃତିକ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ, ସମ୍ପର୍କନା ପ୍ରଦାନ, ବାଣିଜ୍ୟ ମେଳା, ହସ୍ତତନ୍ତ ଓ ହସ୍ତଶିଳ୍ପ ପ୍ରଦର୍ଶନ ଆଦି କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ ଆୟୋଜନ ପାଇଁ ସ୍ଥିର କରାଯାଇଛି । ଏଥିସହ ନିକଟରେ ରାଜ୍ୟ ହସ୍ତତନ୍ତ, ହସ୍ତଶିଳ୍ପ ବିକାଶ ଓ ଉନ୍ନୟନ ପରିଷଦ କାର୍ଯ୍ୟକାରୀ ବୋର୍ଡ଼ରେ ପଦ୍ମଶ୍ରୀ ଡ. ବସୁନ୍ଧରା ମେହେରଙ୍କୁ ଉପାଧ୍ୟକ୍ଷ ଓ ବରଗଡ଼ର ପୁଳାନ୍ତ ମେହେର, ସୋନପୁରର ପ୍ରହଲ୍ଲାଦ ମେହେର, କାଳାହାଣ୍ଡିର କଳକର ମେହେରଙ୍କୁ ବୋର୍ଡ଼ ସଦସ୍ୟ ଭାବରେ ମନୋନୀତ କରାଯାଇ ଥିବାରୁ ସମାଜ ତରଫରୁ ରାଜ୍ୟ ସରକାରଙ୍କୁ ଦୃତକ୍ଷତା ଜ୍ଞାପନ କରାଯାଇଥିଲା । ଆଜିକାର ସଭାରେ ମହେନ୍ଦ୍ର କୁମାର ମେହେର, ପ୍ରସନ୍ନ ମେହେର, ସୁଧାଂଗୁଳ ମେହେର, ପୁଣ୍ୟନିଧି ମେହେର, ଗୁରୁପ୍ରସାଦ ମେହେର, ଶିବ ପ୍ରସାଦ ମେହେର, ଗୋପବନ୍ଧୁ ମେହେର, ପ୍ରତାପ ମେହେର, ରାମକୃଷ୍ଣ ମେହେର, ରମାକାନ୍ତ ମେହେର, ପୁଳାନ୍ତ ମେହେର, ମୋତିରାମ ମେହେର, ରାଧା ଚରଣ ମେହେର, ସୁବାସ ମେହେରଙ୍କ ସମେତ ରାଜ୍ୟର ବିଭିନ୍ନ ଜିଲ୍ଲାର ପ୍ରତିନିଧି ମାନେ ଯୋଗ ଦେଇଥିଲେ ।

ଯୁଗ୍ମ ଜନ ଅଭିଯୋଗ ଶୁଣାଣି ଶିବିର

ଝାରସୁଗୁଡ଼ା ,୧୮/୧୦ (ନି.ପ୍ର): ଲକ୍ଷ୍ମଣପୁର ଭୂକ୍ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ ସଭାଗୃହରେ ଅନୁଷ୍ଠିତ ଜିଲ୍ଲାପାଳଙ୍କ ଯୁଗ୍ମ ଜନ ଅଭିଯୋଗ ଶୁଣାଣି ଶିବିରରେ ଆଜି ମୋଟ ୭୫ଗୋଟି ଅଭିଯୋଗ ଶୁଣାଣି ହୋଇଛି । ଏଥି ମଧ୍ୟରୁ ୧୩ଟି ସାମୁହିକ ଓ ୬୨ଟି ବ୍ୟକ୍ତିଗତ । ଚିତ୍ତଳି କାର୍ତ୍ତନ ମଣ୍ଡପ ନିର୍ମାଣ ସଭାଗଣ ପାଣ୍ଠି ଯୋଗଣ , କାମପାଲି ଗ୍ରାମରେ ଉଠା କଳସେତନ କାର୍ଯ୍ୟ , ଉର୍ଥବିଖୋଲରେ ସରକାରୀ କମିରେ ଦୀର୍ଘଦିନରୁ ବସବାସ କରୁଥିବା ଲୋକଙ୍କ ନାଆଁରେ

କମିପଡା , ଅଡ଼ାପଡ଼ା ସ୍ଥିତ କବାହାର ଉଚ୍ଚ ବିଦ୍ୟାଳୟ ରେ ଶିକ୍ଷକ ଓ କିରାଣୀ ନିଯୁକ୍ତି , ପିପିଲିକାଟି ଗ୍ରାମ ଉନ୍ନତିକରଣ , ଭର୍ତ୍ତବାରକ ମୌଜାରେ ସରକାରୀ କମି ଓ ଜଙ୍ଗଲ କମି ଚିହ୍ନଟ ଆଦି ୧୩ଟି ସାମୁହିକ ଅଭିଯୋଗର ଶୁଣାଣି କରାଯାଇଥିଲା । ସେହିପରି ଉଦିରା ଆବାସ ଗୃହ , ଚିକିକ୍ଷା ସଭାଗଣ ଆର୍ଥିକ ସହାୟତା, ରୁକ୍ମି ଅଠକବାସୀଙ୍କୁ ଦଶ ଡିଏମିଲ କମି ଯୋଗଣ, ସେନସନ, କୁଳାଧାର ଗ୍ରାମରେ କମ୍ୟୁନିଟି ସେଠର ନିର୍ମାଣ ସମ୍ପର୍କିତ ୬୨ଟି ବ୍ୟକ୍ତିଗତ ଅଭିଯୋଗ ସମ୍ପର୍କରେ ଶୁଣାଣି କରାଯାଇଥିଲା ।

ଶିବିରରେ ଚିକିକ୍ଷା ସହାୟତା ଦାବଦକୁ ରେଡକ୍ରୁସ ପାଣ୍ଠିରୁ ୧୨କଣ୍ଟାମାତ୍ର ହଜାର ଟଙ୍କା ପ୍ରଦାନ କରାଯାଇଛି । ଅଭିଯୋଗ ସୂକ୍ତିକ ସମ୍ପର୍କରେ ଶୁଣାଣି କରି ସମ୍ପୃକ୍ତ ବିଭାଗର ଅଧିକାରୀ ଏ ଦିଗରେ ଯଥା ଶୀଘ୍ର କାର୍ଯ୍ୟାନୁଷ୍ଠାନ ଗ୍ରହଣ କରିବା, ପୂର୍ବରୁ ଶୁଣାଣି ହୋଇଥିବା ଅଭିଯୋଗଗୁଡ଼ିକ ସମ୍ପର୍କରେ ସମାପ୍ତା କରି ସମାଧାନ ହୋଇ ନଥିବା ଅଭିଯୋଗଗୁଡ଼ିକ ସମ୍ପର୍କରେ ଯଥାଶୀଘ୍ର ପଦକ୍ଷେପ ନେବା ସହ ଅଭିଯୋଗ ଶୁଣାଣି ଓ ସମାଧାନ ଦିଗରେ ଅଧିକାରୀମାନେ ଯତ୍ନବାନ

ହେବାରୁ ଜିଲ୍ଲାପାଳ ନିର୍ଦ୍ଦେଶ ଦେଇଛନ୍ତି । ଜିଲ୍ଲାପାଳ ସରୋଜ କୁମାର ସାମଲଙ୍କ ଅଧ୍ୟକ୍ଷତାରେ ଅନୁଷ୍ଠିତ ଶିବିରରେ ଆରକ୍ଷା ଅଧିକାରୀ ହାରୁଲ ଜୈନ , ଭୂକ୍ ଅଧ୍ୟକ୍ଷା ହୃତେଶ୍ୱରୀ ତିହିରିଆ ଅତିରିକ୍ତ ଜିଲ୍ଲାପାଳ (ରାଜ୍ୟ) ଲଳେଶ୍ୱର ଅମାତ , ଉପ ଜିଲ୍ଲାପାଳ ଦୟାନୀୟ ପାଠୀ, ତେପୁଟି କଲେକ୍ଟର ନିବେଦିତା ପ୍ରଧାନ , ଗୋଷ୍ଠୀ ଉନ୍ନୟନ ଅଧିକାରୀ କଲ୍ୟାଣ କୁମାର ସାହୁ, ଆସିଷ୍ଟାଣ୍ଟ କଲେକ୍ଟର କିଶୋର ସାହୁଙ୍କ ସମେତ ଜିଲ୍ଲା ସ୍ତରୀୟ ଅଧିକାରୀମାନେ ଉପସ୍ଥିତ ଥିଲେ ।

ଗୋକୁଳ ନଗର ସାଂସ୍କୃତିକ ଅନୁଷ୍ଠାନ ପକ୍ଷରୁ ପ୍ରାଚୀନ ସଙ୍ଗୀତ ଧର୍ମା ନାଟ୍ୟ ପରମ୍ପରା ଆରମ୍ଭ ସଂସ୍କୃତି ବଞ୍ଚାଇବାର ପ୍ରୟାସ

ନୂଆପଡ଼ା ,୧୮/୧୦ (ନି.ପ୍ର): ଖଡ଼ିଆଳ ମାଟି ଏକ ଅନନ୍ୟ ଏବଂ ପ୍ରତିଭା ସମ୍ପର୍କିତ ଅଟେ । ନିଜର ଅଭିନୟ, କଳା, ସାହିତ୍ୟ, ସଂସ୍କୃତି, ଏବଂ ପରମ୍ପରା ଦକ୍ଷତା ରଖିବାର ଜଣ ପ୍ରହରୀ ଭାବରେ ଗଢ଼ି ଚୋଲିଛନ୍ତି । ଖଡ଼ିଆଳ ଏବଂ ଏ ସ୍ଥିତି ନିଂ ଏବଂ ଗୋକୁଳ ନଗର ସାଂସ୍କୃତିକ ଅନୁଷ୍ଠାନ ଠାରେ ଆସକ୍ତା କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ ମାସ ଧର୍ମା ନବନୀ ଠାରୁ ଆରମ୍ଭ ହେବ ସଙ୍ଗୀତ ଧର୍ମା ନାଟ୍ୟ ପରମ୍ପରା ଶ୍ରୀକୃଷ୍ଣ ଲିଳା / ରାହାସ ଲାଳା । ରାହାସ ଲାଳା ପାଇଁ ପ୍ରସ୍ତୁତି ବୈଠକ ଅନୁଷ୍ଠିତ ହୋଇଯାଇଛି । ଏହି ଲିଳାଟି ସାତ ଦିନ ଧରି

ଅନୁଷ୍ଠିତ ହୋଇଥାଏ । ଶ୍ରୀକୃଷ୍ଣ ଜନ୍ମ ଲିଳା ଠାରୁ ଆରମ୍ଭ କରି କଂସ ବଧ ଯାଏ ଗାତି ନାଟ୍ୟ ପରିବେଷଣ ହୋଇଥାଏ । ଦୁଇ ବର୍ଷ ଧରି କରୋନା କଟକଣା ଯୋଗୁଁ ରାହାସ ଲାଳା କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ ବନ୍ଦ ରହିଥିଲା ଏଥର ବହୁତ ଯାକ ଯମକ ସହିତ ପାଳନ କରିବା ପାଇଁ କମିଟି ତରଫରୁ ପ୍ରସ୍ତାବ ଗୃହିତ ହୋଇଅଛି । ଏହି ପ୍ରସ୍ତୁତି ବୈଠକ ରେ ଅନୁଷ୍ଠାନ ର ସମସ୍ତ ବୟୋଜ୍ୟେଷ୍ଠ ଓ ଯୁବ କାର୍ଯ୍ୟକର୍ତ୍ତା ସମସ୍ତେ ଅଂଶ ଗ୍ରହଣ କରିଥିଲେ । ରାହାସ ଲାଳା କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମକୁ ତକ୍ତିତ ବର୍ଷ ବହୁ ଆଡ଼କ୍ଷରରେ ପାଳିତ ହେଉଅଛି ।

ଖାଦ୍ୟର ଗୁଣବତ୍ତା ସମ୍ପର୍କରେ ତାଲିମ୍ ଶିବିର

କନ୍ଧମାଳ ,୧୮/୧୦ (ନି.ପ୍ର): କନ୍ଧମାଳ ଜିଲ୍ଲା ରେ ଭାରତ ସରକାରଙ୍କ ସ୍ୱାକ୍ଷୁତିପ୍ରାପ୍ତ କୋଫିସୋନ ସିଲ ପ୍ରାଇଭେଟ ଲିମିଟେଡ୍ ତରଫରୁ ଖାଦ୍ୟ ର ମାନ ଓ ଗୁଣବତ୍ତା ସମ୍ବନ୍ଧରେ ତାଲିମ୍ ଶିବିର ଅନୁଷ୍ଠିତ ହେଉଥିଲା । ସୋମବାର ଦିନ ପୁଲବାଣୀ ଆସଲପଡ଼ା ସୋନପତି ରେସିଡେନ୍ସି ଠାରେ ଖାଦ୍ୟ ତାଲିମ୍ ଶିବିର ରେ ମୁଖ୍ୟ ଅତିଥି ଭାବେ ସାଧାବିକ, ଆଇନକାୀ ତଥା ସମାଜସେବୀ ଅଶୋକ ପରିଡ଼ାୟୋଗ ଦେଇଥିବା ବେଳେ ସମ୍ମାନିତ ଅତିଥି ଭାବେ କନ୍ଧମାଳ ଜିଲ୍ଲା ବଣିକ ସଙ୍ଘ ସଭାପତି ଅଶୋକ ପଟ୍ଟନାୟକ, ପ୍ରତ୍ୟେକ ସତ୍ୟ ଶୁଭମ ଲେଙ୍କା, ଓଡ଼ିଶା ସଂଯୋଜକ ପ୍ରତାପ କିଶୋର ବିଶାଳ, ଜିଲ୍ଲା ସଂଯୋଜକ କୁମା ବିଶାଳ ପ୍ରମୁଖ ଯୋଗଦେଇ ଲୋକଙ୍କୁ ଉନ୍ନତ ମାନର ଖାଦ୍ୟ ଦେବାପାଇଁ ପରାମର୍ଶ ଦେଇଥିଲେ । କନ ସାଧାରଣ ଯେପରି ସୁସ୍ତ ଓ ନିରୋଗ ରହିବେ ତାକୁ ଦୃଷ୍ଟିରେ ରଖି ଖାଦ୍ୟ ପ୍ରସ୍ତୁତ କରିବା ଆବଶ୍ୟକ ବୋଲି କହିଥିଲେ ।

ତଦ୍‌ଧ୍ୟରେ ବ୍ୟକ୍ତିଗତ ଦରଖାସ୍ତ ୧୨ ଗୋଟି ଓ ସାମୁହିକ ଦରଖାସ୍ତ ୭ ଗୋଟି ରହିଛି । ଗ୍ରହଣ ୧୯ ଗୋଟି ଦରଖାସ୍ତ ମଧ୍ୟରୁ ଶିବିରରେ ବିଭିନ୍ନ ମାମଲାର ୩ ଗୋଟି ଅଭିଯୋଗର ରୁଚିତ ସମାଧାନ କରାଯାଇଥିବା ବେଳେ ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ୧୬ ଟି ଆପତି ଅଭିଯୋଗ ଦରଖାସ୍ତକୁ ନିର୍ଦ୍ଦେଶ ସମୟ ମଧ୍ୟରେ ରୁଚିତ ସମାଧାନ ପାଇଁ ସମ୍ପୃକ୍ତ ବିଭିନ୍ନ ବିଭାଗର ବିଭାଗୀୟ ଅଧିକାରୀଙ୍କୁ ପ୍ରଦାନ କରାଯାଇଥିଲା । ଗୋଷ୍ଠୀ ଉନ୍ନୟନ

ଅତଲାପୁରଠାରେ ବିଜେଡିର ଜନସମ୍ପର୍କ ପଦଯାତ୍ରା

ଧର୍ମଶାଳା ,୧୮/୧୦ (ନି.ପ୍ର): ଅକ୍ଟୋବର ୨ ତାରିଖଠାରୁ ବିଜୁ ଜନତା ଦଳ ପକ୍ଷରୁ ଜନସମ୍ପର୍କ ପଦଯାତ୍ରା ଚାଲୁ ରହିଛି । ଏହି ଅବସରରେ ଯାକପୁର ଜିଲ୍ଲା ବରା ନିର୍ବାଚନ ମଣ୍ଡଳୀ ରସୁଲପୁର ଭୂକ୍ରେ ୧୦ ଗୋଟି ଫଠାୟତକୁ ନେଇ ଅତଲାପୁରଠାରେ ବିଜେଡିର ଜନସମ୍ପର୍କ ପଦଯାତ୍ରା ଓ ସାଧାରଣ ସଭା ଅନୁଷ୍ଠିତ ହୋଇଯାଇଛି । ଅତଲାପୁର ଫଠାୟତରୁ ଗୋପିନାଥ ମିସିର ପ୍ରଜଣରୁ ଏକ

ବିଶାଳ ପଦଯାତ୍ରା ବାହାରି ବିଭିନ୍ନ ଖୋଟି ପରିକ୍ରମା କରିଥିଲେ । ଶେଷରେ ୩୬ ନଂ କୋନର ପୂର୍ବତନ ଜିଲ୍ଲା ପରିଷଦ ସଭ୍ୟ ଚତୁରୁଜ ଦ୍ୱିବେଦୀ ସଭାପତିତ୍ୱରେ ଏକ ସାଧାରଣ ସଭା ଅନୁଷ୍ଠିତ ହୋଇଥିଲା । ମୁଖ୍ୟ ଅତିଥିଭାବେ ବରା ବିଧାୟିକା ସୁନ୍ଦରୀ ଦାସ ମୁଖ୍ୟ ଅତିଥିଭାବେ ଯୋଗ ଦେଇ ନବୀନ ପଟ୍ଟନାୟକଙ୍କ ଜନହିତ କାର୍ଯ୍ୟରୁ ନିଜ ବକ୍ତବ୍ୟ ମାଧ୍ୟମରେ ଜନସାଧାରଣଙ୍କୁ ସଚେତନ ବାର୍ତା

ପଂହତାଉଥିଲେ । ଅନ୍ୟତମ ଅତିଥିଭାବେ ରସୁଲପୁର ଭୂକ୍ ଅଧ୍ୟକ୍ଷ ଅରୁଣ କୁମାର ରାଉତ, ରସୁଲପୁର ଭୂକ୍ ଉପାଧ୍ୟକ୍ଷ କନ୍ଧୋ ଦାସ, ବରା ନିର୍ବାଚନ ମଣ୍ଡଳୀ ୨୧ ନଂ କୋନର ଜିଲ୍ଲା ପରିଷଦ ସଭ୍ୟ ଅଶୋକ କୁମାର ସାମଲ, ୩୧ ନଂ କୋନ ଜିଲ୍ଲା ପରିଷଦ ସଭ୍ୟ ବିନୋଦ ମାଝି, ଜିଲ୍ଲା ସାଧାରଣ ସମ୍ପାଦକ ବିଜୟ ଦାସ, ଅତଲାପୁର ସରଫାଟ ଅଲ୍ଲୁସା କସର, ଯୁବ ସାଧାରଣ ସମ୍ପାଦକ

ପ୍ରିୟ କଂଜନ ରାଉତଙ୍କ ସମେତ ୧୦ ଗୋଟି ଫଠାୟତର ସରଫାଟ, ସମିତି ସଭ୍ୟ/ସଭ୍ୟା ପ୍ରମୁଖ ଯୋଗ ଦେଇ ନିଜ ନିଜ ଅଠକର ଉନ୍ନତି ମୁକ୍ତିକ କାର୍ଯ୍ୟ ସମ୍ପର୍କରେ ମତ ପ୍ରକାଶ କରିଥିଲେ । ଅତଲାପୁର ଫଠାୟତର ପୂର୍ବତନ ସରଫାଟ ଶଶିକୃଷ୍ଣଙ୍କ ଦାସ ଧନ୍ୟବାଦ ଅର୍ପଣ କରିଥିଲେ । ଏହି ପଦଯାତ୍ରାରେ ହଜାର ହଜାର ସଂଖ୍ୟାରେ ମହିଳା ଓ ପୁରୁଷଙ୍କ ସମେତ ଦକ୍ଷୀଣ କର୍ମୀ ଯୋଗ ଦେଇ ଥିଲେ ।

ଉଲ୍ଲୁଣ୍ଡା ବୁକ୍ କାର୍ଯ୍ୟାଳୟରେ ଜିଲ୍ଲାପାଳ ଓ ଆରକ୍ଷୀ ଅଧିକାରୀଙ୍କ ଯୁଗ୍ମ ଅଭିଯୋଗ ଶୁଣାଣି ଶିବିର

ସୁବର୍ଣ୍ଣପୁର ,୧୮/୧୦ (ନି.ପ୍ର): ସୁବର୍ଣ୍ଣପୁର ଜିଲ୍ଲାରେ ଭୂକ୍ ସ୍ତରୀୟ ଯୁଗ୍ମ ଅଭିଯୋଗ ଶୁଣାଣି ଆଜି ଉଲ୍ଲୁଣ୍ଡା ଭୂକ୍ ସଭାଗୃହ ଠାରେ ଅନୁଷ୍ଠିତ ହୋଇଯାଇଛି । ସୁବର୍ଣ୍ଣପୁର ଜିଲ୍ଲାପାଳ ଶ୍ରୀମତୀ ଅବୋଲ୍ଲା ସୁନିଲ ନରଓଣେ ଓ ଆରକ୍ଷୀ ଅଧିକାରୀ ଅମରେଶ ପଣ୍ଡା ଏହି ଯୁଗ୍ମ ଅଭିଯୋଗ ଶୁଣାଣି ଶିବିରରେ ଯୋଗଦାନ କରି ଜନସାଧାରଣଙ୍କ ବିଭିନ୍ନ ସମସ୍ୟା ସମ୍ବନ୍ଧିତ ୧୯ ଗୋଟି ଅଭିଯୋଗ ଦରଖାସ୍ତ ଗ୍ରହଣ କରିଥିଲେ ।

ଅଧିକାରୀ, ଉଲ୍ଲୁଣ୍ଡା ହେମସାଗର ଭୋଇଙ୍କ ଚତୁରଧାନରେ ଅନ୍ୟ ଅନୁଷ୍ଠିତ ଯୁଗ୍ମ ଅଭିଯୋଗ ଶୁଣାଣି କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମରେ ଉପ ଜିଲ୍ଲାପାଳ, ଦାରମହାରାଜପୁର ଅଶୋକ କୁମାର ଭୋଇ , ତହସିଲଦାର ବିପିନ୍ କୁମାର ପ୍ରଧାନ, ବିଭିନ୍ନ ଜିଲ୍ଲା ସ୍ତରୀୟ ଅଧିକାରୀ, ଭୂକ୍ ସ୍ତରୀୟ କର୍ମଚାରୀ, ସାଧାବିକ ପ୍ରମୁଖ ଯୋଗଦାନ କରିଥିଲେ । ଏହି ଶିବିରରେ ସରକାରଙ୍କ ସାମାଜିକ ସୁରକ୍ଷା ଯୋଜନାରେ

ଭୂକ୍ ଅନ୍ତର୍ଗତ ୨ ଗୋଟି ଦମ୍ପତି, କୋଟସମଲେଇ ଗ୍ରାମର ପ୍ରଫୁଲ୍ଲ ଦାଶ ଓ ଚନ୍ଦ୍ରକାନ୍ତ ପଟ୍ଟେଲ ଏବଂ ଉଲ୍ଲୁଣ୍ଡା ଗ୍ରା. ପ. ଅନ୍ତର୍ଗତ ଖଲିଆପାଲି ଗ୍ରାମର ଗଜାନନ ପ୍ରଧାନ ଓ ଉର୍ଜିଳା ପ୍ରଧାନ, ପ୍ରତ୍ୟେକ ଦମ୍ପତିଙ୍କୁ ୨ ଲକ୍ଷ ୫୦ ହଜାର ଲେଖାଏଁ ବିଦ୍ୟାଳ ବିବାହ ପ୍ରୋତ୍ସାହନ ଅର୍ଥ ରାଶି ତେଜ୍ ମାଧ୍ୟମରେ ଜିଲ୍ଲାପାଳ ଶ୍ରୀମତୀ ନରଓଣେ ଓ ଆରକ୍ଷୀ ଅଧିକାରୀ ଶ୍ରୀ ପ୍ରଦୀପା ଦେବୀଙ୍କୁ ପ୍ରଦାନ କରିଥିଲେ ।

ଭୂକ୍ ଅନ୍ତର୍ଗତ ୨ ଗୋଟି ଦମ୍ପତି, କୋଟସମଲେଇ ଗ୍ରାମର ପ୍ରଫୁଲ୍ଲ ଦାଶ ଓ ଚନ୍ଦ୍ରକାନ୍ତ ପଟ୍ଟେଲ ଏବଂ ଉଲ୍ଲୁଣ୍ଡା ଗ୍ରା. ପ. ଅନ୍ତର୍ଗତ ଖଲିଆପାଲି ଗ୍ରାମର ଗଜାନନ ପ୍ରଧାନ ଓ ଉର୍ଜିଳା ପ୍ରଧାନ, ପ୍ରତ୍ୟେକ ଦମ୍ପତିଙ୍କୁ ୨ ଲକ୍ଷ ୫୦ ହଜାର ଲେଖାଏଁ ବିଦ୍ୟାଳ ବିବାହ ପ୍ରୋତ୍ସାହନ ଅର୍ଥ ରାଶି ତେଜ୍ ମାଧ୍ୟମରେ ଜିଲ୍ଲାପାଳ ଶ୍ରୀମତୀ ନରଓଣେ ଓ ଆରକ୍ଷୀ ଅଧିକାରୀ ଶ୍ରୀ ପ୍ରଦୀପା ଦେବୀଙ୍କୁ ପ୍ରଦାନ କରିଥିଲେ ।

ଉତ୍କଳ ଯାଦବ ମହାସଭା ପକ୍ଷରୁ ମୁଲୀୟମ ସିଂହଙ୍କ ବିୟୋଗରେ ଶ୍ରଦ୍ଧଞ୍ଜଳି ସଭା

ଧର୍ମଶାଳା ,୧୮/୧୦ (ନି.ପ୍ର): ଜ୍ଞାନୀୟ ନେତା ତଥା ଉଚ୍ଚର ପ୍ରଦେଶର ପୂର୍ବତନ ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀ ମୁଲୀୟମ ସିଂହ ଯାଦବଙ୍କ ବିୟୋଗରେ ଯାକପୁର ଜିଲ୍ଲା ବଡ଼ତଣା ଭୂକ୍ ଉତ୍କଳ ଯାଦବ ମହାସଭା ପକ୍ଷରୁ ଧାଉଡ଼ିଆପଦାଠାରେ ଏକ ଶ୍ରଦ୍ଧଞ୍ଜଳୀ ସଭା ଅନୁଷ୍ଠିତ ହୋଇଯାଇଛି । ଏହି ସଭାରେ ଗନ୍ଧାଧର ଦାସଙ୍କ ସଭାପତିତ୍ୱରେ ଯାକପୁର ଜିଲ୍ଲା ଯାଦବ ମହାସଭାର ସଭାପତି ଗଣେଶ୍ୱର ଦାସ, ଜିଲ୍ଲା ସମ୍ପାଦକ ପ୍ରଭୁଜୁ ପ୍ରସାଦ ଦାସ, ଉପସଭାପତି ଭରତ ଚନ୍ଦ୍ରଦାସ, ସାଧାବିକ ମହେଶ୍ୱର ଦାସ, ଜିଲ୍ଲା କୋଷାଧ୍ୟକ୍ଷ ଗୌତମ ଦାସ, ଧର୍ମଶାଳା ଭୂକ୍ ସଭାପତି ମୁରଲୀ ପାଣ୍ଡବ, ବଡ଼ତଣା ଭୂକ୍ ଉପସଭାପତି ବଟକୃଷ୍ଣ ଦାସ, ଲିଳିନୀ ଦାସ, ଚୈତନ୍ୟ ଦାସ ପ୍ରମୁଖ ଯୋଗ ଦେଇ ପୂର୍ତ୍ତିଦାରଣ କରିଥିଲେ ।

ବେଳପଡ଼ାରେ ବଳାଙ୍ଗିର ଜିଲ୍ଲାପାଳ ଓ ଆରକ୍ଷୀ ଅଧିକାରୀଙ୍କ ମିଳିତ ଜନଶୁଣାଣି

ବଲ୍ଲଭ ପଟ୍ଟନାୟକ, ସିନିଅର କ୍ୱାର୍ଟି ପ୍ରଦ୍ୟୁମ୍ନ ମିଶ୍ର, ଭୁନିୟର କ୍ୱାର୍ଟି ସସ୍ଥିତା ଦାରଲେବଡ଼ିଆ, ପିଉଠ ପ୍ରଭାସିନୀ ବେହେରା, ପିଉଠ ଅନୁରାଧା ସାହୁ, ନିରୋଜ ଭୋଇ, ବିଭିନ୍ନ ଦେବନ୍ଦ୍ର ସେଠ ଓ ଅସିଡ଼ ବେହେରା ଓ ଅନ୍ୟାନ୍ୟ କର୍ମଚାରୀମାନେ ସହଯୋଗ କରିଥିବା ବେଳେ ବେଳପଡ଼ା ଥାନା ଭାରପ୍ରାପ୍ତ ରୁକୁ ମୁଖା ଶାନ୍ତି ଶୁଖିଳା ରକ୍ଷା କରିଥିଲେ । ବେଳପଡ଼ା ଅଠକର ୭୩ଟି ସମସ୍ୟା ସମ୍ପର୍କରେ ଜିଲ୍ଲାପାଳଙ୍କୁ ଅବଗତ କରାଗଲା । ଏହି ସମସ୍ୟାର ସମାଧାନ ପାଇଁ ବିଭିନ୍ନ ବିଭାଗର ଅଧିକାରୀମାନଙ୍କୁ ଜିଲ୍ଲାପାଳ ନିର୍ଦ୍ଦେଶ ଦେଇଛନ୍ତି । ବେଳପଡ଼ା ଭୂକ୍ ପରିସରରେ କାର୍ଯ୍ୟ ସାରି ବେଳପଡ଼ା ଭୂକ୍ ସିହିନୀ ଫଠାୟତକୁ ଯାଇ ସରକାରୀ ଯୋଜନା ଉପରେ ଲୋକଙ୍କୁ ସଚେତନତା କରିଥିଲେ ଏବଂ ବର୍ତ୍ତମାନ ଦାବନ ରତ୍ନ ହୋଇଥିବା ବେଳେ ବାହାର ରାଜ୍ୟକୁ ଦାବନ ନଯାଇ ସରକାରୀ ଯୋଜନାରେ କାର୍ଯ୍ୟକରି ନିଜ ଅଠକରେ ରହିବାକୁ ପରାମର୍ଶ ଦେଇଥିଲେ । ଉପକ୍ଷ ଲୋକ ସୂଚନା ଅଧିକାରୀ ସଞ୍ଜିବ ମହାନ୍ତି ପରିଚାଳନା କରିଥିଲେ ।

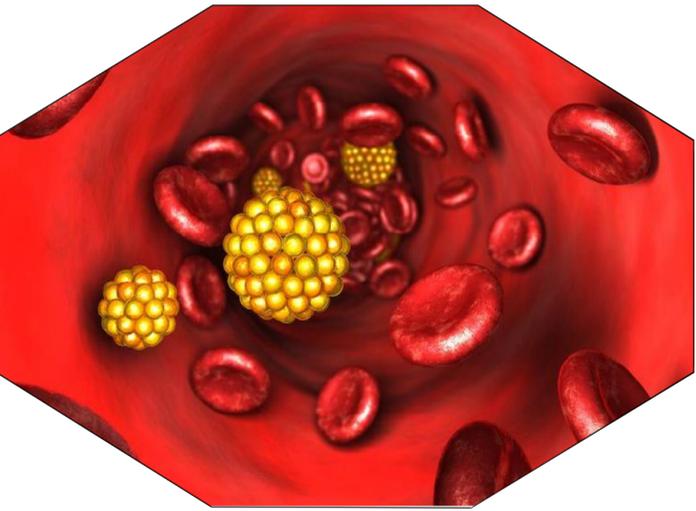
ଭୂକ୍ ଅନ୍ତର୍ଗତ ୨ ଗୋଟି ଦମ୍ପତି, କୋଟସମଲେଇ ଗ୍ରାମର ପ୍ରଫୁଲ୍ଲ ଦାଶ ଓ ଚନ୍ଦ୍ରକାନ୍ତ ପଟ୍ଟେଲ ଏବଂ ଉଲ୍ଲୁଣ୍ଡା ଗ୍ରା. ପ. ଅନ୍ତର୍ଗତ ଖଲିଆପାଲି ଗ୍ରାମର ଗଜାନନ ପ୍ରଧାନ ଓ ଉର୍ଜିଳା ପ୍ରଧାନ, ପ୍ରତ୍ୟେକ ଦମ୍ପତିଙ୍କୁ ୨ ଲକ୍ଷ ୫୦ ହଜାର ଲେଖାଏଁ ବିଦ୍ୟାଳ ବିବାହ ପ୍ରୋତ୍ସାହନ ଅର୍ଥ ରାଶି ତେଜ୍ ମାଧ୍ୟମରେ ଜିଲ୍ଲାପାଳ ଶ୍ରୀମତୀ ନରଓଣେ ଓ ଆରକ୍ଷୀ ଅଧିକାରୀ ଶ୍ରୀ ପ୍ରଦୀପା ଦେବୀ

ଅନ୍ତରୀକ୍ଷ ବିକ୍ଷୟରେ ଭୌତକ ତଥ୍ୟ



ଆପଣ ଜାଣି ଆଶ୍ଚର୍ଯ୍ୟ ହେବେ ଅନ୍ତରୀକ୍ଷରେ ପାଣିର ବିଶାଳ ଭଣ୍ଡାର ଭାବମାନ ଅବସ୍ଥାରେ ଅଛି ଯାହା କି ପୃଥିବୀରେ ଥିବା ସମସ୍ତ ସମୁଦ୍ରରେ ପାଣି ଠାରୁ ଲକ୍ଷ୍ୟାଧିକ ଗୁଣ ଅଧିକ । ଅନ୍ତରୀକ୍ଷକୁ ଯାଉଥିବା ଯାତ୍ରୀଙ୍କର ଗୋଟିଏ ସ୍ୱେଚ୍ଛ ସୂଚକ ଡିଆରୀ କରିବାକୁ ଭାରତୀୟ ମୁଦ୍ରାରେ ଏକ କୋଟି କୋଟିଏ ଲକ୍ଷ ଟଙ୍କା ବରକାର ହୁଏ । ଅନ୍ତରୀକ୍ଷ ଯାତ୍ରୀଙ୍କ ଅନୁସାରେ ସେସବୁରେ ଡେଲିଟିଙ୍ଗର ଧୂଆଁ ଓ ଗରମ ଧାତୁ ପରି ବାସ୍ତା ଥାଏ । ସେସବୁରେ ପ୍ରଥମ ସେଲଫି ୧୯୬୭ରେ ବନ୍ଦୁ ଏଲର୍ଡିନଙ୍କ ଦ୍ୱାରା ନିଆଯାଇଥିଲା ଏହାର ଦାମ ୬ଲକ୍ଷ ଟଙ୍କା । ଏମାନଙ୍କ ମତରେ ସେଠାରେ ଦିନରେ ପହର ଥର ସୂର୍ଯ୍ୟ ଉଦୟ ହୁଅନ୍ତି ଓ ଅସ୍ତ ଯାଆନ୍ତି । ଅଧିକାଂଶ ଅନ୍ତରୀକ୍ଷ ଯାତ୍ରୀ ଅନ୍ତରୀକ୍ଷକୁ ଯାଇ ଦୂର ଉଠି ଲମ୍ବା ହୋଇଯାନ୍ତି । ଆପଣ ଅନ୍ତରୀକ୍ଷରେ କାନ୍ଦି ପାରିବେ ନାହିଁ କାରଣ ସେଠାରେ ଲୁହ ବାହାରେ ନାହିଁ । ଶନିଗ୍ରହଙ୍କ ଚାରିପଟେ ଦେଖାଯାଉଥିବା ବଳୟ ବରଫ, ଧୂଳି ଓ ପଥର ମିଶି ହୋଇଛି । କାରଣ ସେଠାରେ ସୂର୍ଯ୍ୟ ଧଳାଇଲେ ପ୍ରଥମ ସେଲଫି ୧୯୬୭ରେ ଦେଖାଯାଆନ୍ତି । ଅନ୍ତରୀକ୍ଷରେ ଯାତ୍ରୀମାନଙ୍କୁ ବହୁତ ସଂଘର୍ଷ କରିବାକୁ ପଡ଼େ । ସେମାନଙ୍କୁ ଆଖିରେ ପଟି ବାନ୍ଧି ଗୋଟିଏ ବଙ୍କରେ ଶୋଇବାକୁ ପଡ଼େ କାରଣ ସଫ୍ଟିରିବା ବା ଏପଟ ସେପଟ ହୋଇ ବାହେଇ ହେବାର ସମ୍ଭାବନା ଥାଏ । ଆମେରିକାର ଅନ୍ତରୀକ୍ଷ ଯାତ୍ରୀମାନେ ଅନ୍ତରୀକ୍ଷକୁ ନିର୍ବାଚନରେ ସେମାନଙ୍କର ଭୋଟ ଦେଇପାରନ୍ତି । ସେଠାରେ ରହିବା ବେଳେ ଏହି ଯାତ୍ରୀମାନଙ୍କର ନଖ ଛୋଟ ହୋଇଯାଏ । ପୃଥିବୀକୁ ଆକାଶ ନାଳ ରଙ୍ଗ ଦେଖାଯାଏ କିନ୍ତୁ ସେଠାରେ ସେମାନଙ୍କୁ ଆକାଶ କଳା ରଙ୍ଗ ଦେଖାଯାଏ ।

କୋଲେଷ୍ଟେରଲ ବଢ଼ିବା ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ପକ୍ଷେ କ୍ଷତିକାରକ



କୋଲେଷ୍ଟେରଲ ବଢ଼ିବା ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ପାଇଁ ନିଶ୍ଚିତ ଭାବେ କ୍ଷତିକାରକ । ଅଧିକାଂଶ ଭାବେ, ୪୦ ପାଖାପାଖି ବୟସ ହେଲେ କୋଲେଷ୍ଟେରଲ ବଢ଼ିବା କଥା ଚିନ୍ତା କରିବେ । ଏବେ କିନ୍ତୁ ୧୮-୩୫ ବର୍ଷ ବୟସ ମଧ୍ୟରେ ମୁବକମାନଙ୍କଠାରେ ବି କୋଲେଷ୍ଟେରଲ ସମସ୍ୟା ଦେଖାଯାଉଛି । ଏହା ବଢ଼ିଲେ କମ ବୟସରେ ହୃଦ୍‌ଘାତ, ଉଚ୍ଚ ରକ୍ତଚାପ, ଧମନୀ କ୍ଲଙ୍କ ହେବା, ମସ୍ତିଷ୍କାଘାତ ପରି ଘାତକ ରୋଗ ଆକ୍ରମଣ କରିଥାଏ । ଶରୀରରେ କ୍ଷତିକାରକ କୋଲେଷ୍ଟେରଲ ବଢ଼ିବା ସମୟରେ କେତେକ ଲକ୍ଷଣ ଦେଖାଯାଏ । ଏହାକୁ ତୁରନ୍ତ ଚିହ୍ନଟ କରି ସତର୍କ ହୋଇଯିବା ଉଚିତ । ଏପରି ପ୍ରାଣି ଲକ୍ଷଣ ହେଲା-

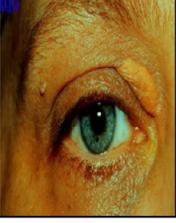
ଧଳସିଲ୍ ଲାଗିବା:

ପୂର୍ବାପେକ୍ଷା କାମ କରିବା ସମୟରେ ଶୀଘ୍ର ଅଳ୍ପସିଲ୍, ଚାଲିବା ଏବଂ ପାହାଚ ଚଢ଼ିବା ସମୟରେ ଶୀଘ୍ର ଅଳ୍ପସିଲ୍, ଚାଲିବା ଏବଂ ପାହାଚ ଚଢ଼ିବା ସମୟରେ ଧଳସିଲ୍ ଲାଗିବା, ହୃତସ୍ପନ୍ଦନ ବଢ଼ିଯିବା, ଖୁବ୍ ଦୁର୍ବଳ ଅନୁଭବ କରିବା ଆଦି କୋଲେଷ୍ଟେରଲ ବଢ଼ିବାର ପ୍ରମୁଖ ଲକ୍ଷଣ ।



ଆଖି ଉପରେ ହଳଦିଆ ଦାଗ:

ଏପରି ଦାଗ କିମ୍ବା ଭାତୁଡ଼ି ପରି ଦେଖାଯିବା ମଧ୍ୟ କୋଲେଷ୍ଟେରଲ ବଢ଼ିବାର ଲକ୍ଷଣ । ରକ୍ତରେ ଫ୍ୟାଟ୍ ପରିମାଣ ବଢ଼ିଲେ ଏହା ହୋଇଥାଏ । କେତେକ କ୍ଷେତ୍ରରେ ଏହା ମଧୁମେହର ବି ଲକ୍ଷଣ ହୋଇପାରେ ।



ପୁରୁଷଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ କ୍ଷମାପେଟିକ୍ ସର୍ଜରୀର ଲୋକପ୍ରିୟତା



କ୍ଷମାପେଟିକ୍ ସର୍ଜରୀର ଆଦର ଯେ କେବଳ ମହିଳାଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ଅଛି, ତା ନୁହେଁ । ବର୍ତ୍ତମାନ ସର୍ବୋତ୍ତମ ଲକ୍ଷ୍ୟପୂର୍ଣ୍ଣ ଯେ ଏଇ ଦୌଡ଼ରେ ପୁରୁଷମାନେ ସବୁଠୁ ଅଧିକ ଆଗରେ । ଏଇ ଚିକିତ୍ସା ମହଙ୍ଗା ହେବା ସତ୍ତ୍ୱେ ଲୋକେ ଏସବୁ କରିବାରେ ଖୁବ୍ ଆଗ୍ରହ ପ୍ରକାଶ କରୁଥିବାର ଦେଖାଯାଉଛି । ବିଶ୍ୱ ପ୍ରମୁଖ ରାଷ୍ଟ୍ରର ପୁରୁଷଙ୍କ ପ୍ରଥମ ସମସ୍ୟା ହେଲା ଅକାଳରେ କେଶ ପାଟିବା ଓ ଖୁବ୍ ମାତ୍ରାରେ ଝୁଙ୍କିବା । ପର୍ବ ଏସବୁର ଦେଖା ଚିକିତ୍ସା କରାଯାଉଥିବା ବେଳେ ଲୋକଙ୍କ ମତ ହେଲା, ଏସବୁ ସମସ୍ୟାପେକ୍ଷ । ଏଣୁ ଶୀଘ୍ର ଉପଚାର ନିମନ୍ତେ; ସେମାନେ ହଜାରହଜାର ଟଙ୍କା ଖର୍ଚ୍ଚ କରି 'ହେୟାର ଟ୍ରାନ୍ସପ୍ଲାଣ୍ଟ' କରାଉଛନ୍ତି । ବିଦେଶୀ ରାଷ୍ଟ୍ରରେ ଏଇ କେଶ ଚିକିତ୍ସା ନିମନ୍ତେ ଲୋକେ ବର୍ଷକୁ ୫-୬ଲକ୍ଷ ଟଙ୍କା ଖର୍ଚ୍ଚ କରିବାକୁ ମନ ଉଠା କରୁନାହାନ୍ତି । ଭାରତରେ ମଧ୍ୟ ନାନା ଧୂଳି ପାଲିର ବ୍ରାଣ୍ଡ 'ହେୟାର ଟ୍ରାନ୍ସପ୍ଲାଣ୍ଟ' ନିମନ୍ତେ ପ୍ରତି ଥର ପିଛା ୨୦-୨୨ ହଜାର ଟଙ୍କା ଦେଇ ନେଇଥିବାର ପ୍ରକାଶ ପଡ଼ିଲା ଶରୀର ସମସ୍ତଙ୍କୁ ପସନ୍ଦ । ଖାଦ୍ୟପାନୀୟ ପ୍ରତି ଲୋକ ବଢ଼ିଲେ ଶରୀରର ଓଜନ ବଢ଼ିବା ସ୍ୱାଭାବିକ । ଓଜନକୁ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ କରିବା ଏତେ ସହଜ ବ୍ୟାପାର ନୁହେଁ । ଅଧିକାଂଶ ଲୋକ ବ୍ୟାୟାମ, କ୍ଷମାପେଟିକ୍ ପ୍ରତି ସକାଶ ରହିନପାରି ଏବେ ଲିପୋସକ୍ସନ କରାଉଛନ୍ତି । ହଲିଉଡ଼ ଓ ବଲିଉଡ଼ କଳାକାରଙ୍କୁ ଦେଖି ଏବେ ସଂଖ୍ୟାଧିକ ଲୋକ ନିଜର 'ସିକ୍ସ ପ୍ୟାକ୍ ଏବ୍' ପିନ୍ଧିବାକୁ ପ୍ରସ୍ତୁତି ଆରମ୍ଭ କରିଛନ୍ତି । ଏଇ ଲିପୋସକ୍ସନ ଅପରେସନ୍ ଦ୍ୱାରା ହି ଶରୀରର ଓଜନ କମ କରାଯିବା ସହ ପିନ୍ଧିବା ସୁବନ୍ଧ କରାଯାଇଥାଏ ।



ବେକ, ମାଡ଼ି, ଯେଟ ଓ ପିଠି ଯନ୍ତ୍ରଣା:

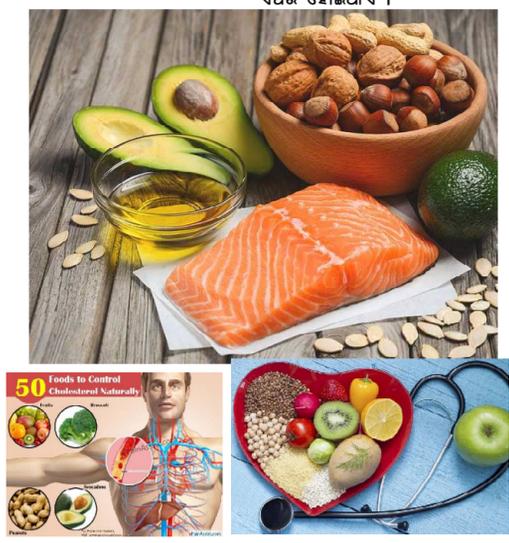
ଏସବୁ ସ୍ଥାନରେ ଯନ୍ତ୍ରଣା ହେଲେ ବସିବା କି ଶୋଇବାରେ ସମସ୍ୟା ହୋଇଥିବ ବୋଲି ଅନେକ ଭାବିନିଅନ୍ତି । ଏହି ଯନ୍ତ୍ରଣା କିନ୍ତୁ କୋଲେଷ୍ଟେରଲ ଯୋଗୁଁ ବି ହୋଇପାରେ । ମାଡ଼ି ଓ ଛାଡ଼ିବ ନିମ୍ନ ଭାଗରେ ଯନ୍ତ୍ରଣା ହୃଦ୍‌ଘାତର ପ୍ରାରମ୍ଭିକ ଲକ୍ଷଣ ହେବା ଆକାଶ କରାଯାଏ ।



ହାତ, ଗୋଡ଼ ଝିମଝିମ ହେବା:

ଅନେକ ଥର ହାତଗୋଡ଼ ଝିମ ଝିମ ହୋଇଯିବାବେଳେ ଦେହସାରା ପିମ୍ପୁଡ଼ି ଚାଲିବା ପରି ଅନୁଭବ ହୋଇଥାଏ । ଏହା ମଧ୍ୟ କୋଲେଷ୍ଟେରଲ ବଢ଼ିବାର ଲକ୍ଷଣ ହୋଇପାରେ । ଧମନୀରେ କୁଳ୍ ହେଲେଯେଉଁ ଅଙ୍ଗଗୁଡ଼ିକ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ରକ୍ତ ପ୍ରବାହ ହୋଇପାରିନାହିଁ, ସେଠାରେ ଏପରି ହୋଇଥାଏ ।

ପରିବାରରେ କାହାକୁ ହୃଦ୍‌ଘାତ କିମ୍ବା କୋଲେଷ୍ଟେରଲ ସମସ୍ୟା ନଥିଲେ ବି ୨୦ବର୍ଷ ବୟସରେ ପ୍ରଥମ କୋଲେଷ୍ଟେରଲ ପରୀକ୍ଷା କରାଇବା ଉଚିତ । ଏହାପରେ ପ୍ରତି ତିନି ବର୍ଷରେ ଥରେ ଏହି ପରୀକ୍ଷା କରାଇବେ । ଖାଦ୍ୟବେକ୍ଷରେ କିଛି ସତର୍କତା ଅବଲମ୍ବନ କଲେ ଏଥିରୁ ସୁରକ୍ଷିତ ରହିପାରିବେ । ଅଖରୋଟ, ବାଦାମ, ପିସ୍ତାରେ ପ୍ରଚୁର ପାଇବର, ଓମେଗା ୩ ଫ୍ୟାଟି ଏସିଡ୍ ଏବଂ ଭିଟାମିନ ରହିଛି ଯାହା କ୍ଷତିକାରକ କୋଲେଷ୍ଟେରଲ କମାଇ ଉପକାରୀ କୋଲେଷ୍ଟେରଲ ବଢ଼ାଇବାରେ ସହାୟକ ହୋଇଥାଏ । ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ବିଶେଷଜ୍ଞଙ୍କ ଅନୁସାରେ, ପ୍ରତିଦିନ ତ୍ରାଏପୁଟିସ୍‌ସରୁ ୮-୧୦ଟି ଖାଇବା ଉଚିତ । ତେବେ ଛଣା ଏବଂ ଲୁଣିଆ ତାଏପୁଟିସ୍ ଖାଇବେ ନାହିଁ । ବାଦାମ, ଅଖରୋଟକୁ ପାଣିରେ ଭିଜାଇବା ଦ୍ୱାରା ଏହାର ଚୋପା ବାହାରିଯାଏ ଏବଂ ଫ୍ୟାଟ କମ ହୋଇ ଏଥିରେ ଭିଟାମିନ ଇ ମାତ୍ରା ବଢ଼ିଥାଏ । ଅଖରୋଟ ଖାଇବାରେ ଆଲର୍ଜି ଥିଲେ ଏହା ଖାଆନ୍ତୁନି । ଶାରୀରିକ ଶ୍ରମ କରୁନଥିବା ମହିଳାମାନେ ଅଧିକ ବାଦାମ ଖାଇବା ମନା । ନିୟମିତ ସକାଳୁ ଖାଲି ପେଟରେ ଚୋପାଛତା ରସୁଣ ଖାଇଲେ କ୍ଷତିକାରକ ଏଲଡିଏଲ କୋଲେଷ୍ଟେରଲ ପରିମାଣ ୧୦୦ ୧୫ ପ୍ରତିଶତ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ କମିଯାଇପାରେ । ଏହା ମଧ୍ୟ ଉଚ୍ଚ ରକ୍ତଚାପକୁ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ କରେ । ପ୍ରତିଦିନ ଗୋଟିଏ ଚାଟିଆ ଓଟସ କିମ୍ବା ୨ପଟ ଓଟସ ତିଆରି ପାର୍ଡିରୁଟି ଖାଇଲେ ଶରୀରକୁ ପର୍ଯ୍ୟପ୍ତ ବିଟା ଗୁଳନ ମିଳେ । ତିନିମାସ ନିୟମିତ ଓଟସ ଖାଇବା ଦ୍ୱାରା ଏଲଡିଏଲ ୫୫ପ୍ରତିଶତ କମିଯାଇପାରେ । ହଜମ ସମସ୍ୟା ଥିଲେ ଏହା ଖାଆନ୍ତୁନି । ସୋୟାବିନ, ବିଭିନ୍ନ ପ୍ରକାର ତାଲି, ରଜାଶୟ ଆଦି ଶରୀରରୁ କ୍ଷତିକାରକ କୋଲେଷ୍ଟେରଲ ବାହାର କରିବାରେ ସକ୍ତକୃତ୍ ସାହାଯ୍ୟ କରନ୍ତି । ସ୍ପ୍ରିକ୍ ଏସିଡ୍ ସମସ୍ୟା ଥିଲେ ଏଗୁଡ଼ିକ କମ୍ ଖାଇବେ ।



କଙ୍କଡ଼ା ଗୋଡ଼ ମସଲା



ସାମଗ୍ରୀ:
କଙ୍କଡ଼ା, ନଡ଼ିଆ କୋରା, ପିଆଜ, ଅଦା, ରସୁଣ, ପୋଷ, ଜୀରା, ଲବଙ୍ଗ, ତାଲଗିରି, ଗୁଜୁରାତି, ଗୋଲମରିଚ, ଧନିଆ ଓ ତେଜପତ୍ର, ଲୁଣ, ହଳଦୀ ଗୁଣ୍ଡ ଓ ଲେମ୍ବୁ ରସ, ତେଲ, ଧନିଆପତ୍ର, କଞ୍ଚାଲଙ୍କା ।

ପ୍ରସ୍ତୁତି ପ୍ରଣାଳୀ:
ଗୋଲମରିଚ, ଧନିଆ ଓ ତେଜପତ୍ରକୁ ଭାଙ୍ଗି ବାଟି ରଖନ୍ତୁ । କରେଇରେ ତେଲ ଗରମ କରି ଗୋଟା ମସଲା ଓ ପିଆଜ କଟା ପକାଇ ଭାଜନ୍ତୁ । ପିଆଜ ଭାଙ୍ଗି ହୋଇଗଲା ପରେ ସେଥିରେ ଲଙ୍କା ଗୁଣ୍ଡ, ହଳଦୀ ଗୁଣ୍ଡ, ଧନିଆପତ୍ର, ଚମାଟୋ, କଞ୍ଚାଲଙ୍କା, ଅଦାରସୁଣ ବଟା ପକାଇ ଭଲ ଭାବେ କଷନ୍ତୁ । ମସଲା ଅଳ୍ପ କଷି ହେବା ପରେ ପ୍ରସ୍ତୁତ ଥିବା ଗୋଟା ମସଲାବଟା ଓ ଲୁଣ ପକାଇ ଭଲଭାବେ ଗୋଳାନ୍ତୁ । ଏହାପରେ ମ୍ୟାରିନେଟ୍ କଙ୍କଡ଼ାକୁ ପକାଇ ଗୋଳାଇ ଘୋଷଣା ଘୋଡ଼ାଇ ଦିଅନ୍ତୁ । କିଛି ସମୟ ପରେ ଘୋଡ଼ଣା ବାହାର କରି ପ୍ରସ୍ତୁତ କଙ୍କଡ଼ା ଗୋଡ଼କୁ ପକାଇ ଗୋଳାନ୍ତୁ ଓ ଅଳ୍ପ ପାଣି ଦେଇ ଘୋଡ଼ଣା ଘୋଡ଼ାଇ ଦିଅନ୍ତୁ । ୨ରୁ ୫ ମିନିଟ୍ ପରେ ଘୋଡ଼ଣା ବାହାର କରି ଧନିଆପତ୍ର ଓ କଞ୍ଚାଲଙ୍କା ପକାଇ ଦୁଲିରୁ ଓହ୍ଲାଇନ୍ତୁ ।

ମୁହଁରେ ଲଗାନ୍ତୁ ପୋଦିନା ଓ ଗୋଲାପ ଜଳର ଫେସ୍ ପ୍ୟାକ୍

ମୁହଁର ଚୂଡ଼ାକୁ ନେଇ ପ୍ରାୟ ସମସ୍ତେ ଚିନ୍ତାରେ ରହନ୍ତି, ବିଶେଷ କରି ମହିଳାମାନେ । ସେଥିପାଇଁ ସେମାନେ ମୁହଁରେ ବିଭିନ୍ନ ପ୍ରକାର ଫେସିଆଲ୍ ଓ ଟ୍ରିଟମେଣ୍ଟ କରିଥା'ନ୍ତି । ତେବେ ସୁନ୍ଦର ଦେଖାଯିବା ପାଇଁ ତଥା ମୁହଁର ଚୂଡ଼ାକୁ ସର୍ବଦା ସଫା ଓ ସୁସ୍ଥ ରଖିବା ପାଇଁ ସବୁବେଳେ ପାଲିର ଯିବାର ଆବଶ୍ୟକତା ନାହିଁ । ଯେଉଁ କାମ ପାଇଁରେ ହୋଇଥାଏ, ତାହା ଆପଣ ଘରେ ବି କରିପାରିବେ । ଆପଣ ଘରେ ସହଜରେ ପୋଦିନା ପତ୍ର ଓ ଗୋଲାପ ଜଳର ଫେସ୍ ପ୍ୟାକ୍ ପ୍ରସ୍ତୁତ କରି ମୁହଁରେ ଲଗାଇ ପାରିବେ । ଏହି ଫେସ୍ ପ୍ୟାକ୍ ଉପଯୋଗ କରି ଆପଣ ତ୍ରାଏ ଝିନ୍ ଓ ଡେଡ୍ ଝିନ୍ ସମସ୍ୟାରୁ ରକ୍ଷା ପାଇପାରିବେ । ତେବେ ଆସନ୍ତୁ ଜାଣିନେବା ଏହି ଫେସ୍ ପ୍ୟାକ୍‌କୁ କେମିତି ତିଆରି କରିବେ ଓ ଏହା ଦ୍ୱାରା ଆମ କ'ଣ ସବୁ ଫାଇଦା ମିଳିଥାଏ ।



ପତ୍ର, ଗୁଣ୍ଡେରିନ୍ ଓ ଗୋଲାପ ଜଳ ନିଅନ୍ତୁ । ପୋଦିନା ପତ୍ରକୁ ଭଲ ଭାବେ ଧୋଇ ଗ୍ରାଭଣ୍ଡ କରି ଦିଅନ୍ତୁ । ଗ୍ରାଭଣ୍ଡ କରିବା ସମୟରେ ହିଁ ଏଥିରେ ଗୋଲାପ ଜଳ ପକାନ୍ତୁ । ପରେ ଏଥିରେ ୨ ଚୁଞ୍ଚା ଗୁଣ୍ଡେରିନ୍ ପକାଇ ମିଶ୍ରଣ ପ୍ରସ୍ତୁତ କରନ୍ତୁ । ଏହି ମିଶ୍ରଣକୁ ମୁହଁରେ ଲଗାଇ ୩୦ ମିନିଟ୍ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ରଖନ୍ତୁ । ପରେ ଧୋଇ ଦିଅନ୍ତୁ ।

ମିଳିଥାଏ ଏହିସବୁ ଲାଭ:

- ଏଥିରେ ଥିବା ଆର୍ବି-ଅକ୍ସିଡାଣ୍ଟ ଯୋଗୁଁ ମୁହଁରେ ରିକଲମ୍ ଦେଖା ଯାଇନଥାଏ । ଏହା ସେଲର ପ୍ରତି-ରାଡିକାଲକୁ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ କରିଥାଏ ।
- ପୁଦିନା ଓ ଗୋଲାପ ଜଳର ଏହି ଫେସ୍ ପ୍ୟାକ୍ ଲଗାଇଲେ ଚୂଡ଼ା ଅଧିକ ଫୁଲି ରହିଥାଏ ।
- ଯଦି ଆପଣ ନିୟମିତ ଭାବରେ ଏହି ମିଶ୍ରଣକୁ ଲଗାଇବେ, ତେବେ ଆପଣଙ୍କର ରୁଣ ସମସ୍ୟା ମଧ୍ୟ ଦୂର ହୋଇଯିବ । ତା'ସହିତ ଝିନ୍ ତ୍ରାଏ ହେବନି ଓ ଝିନ୍‌ର ସେଲଗୁଡ଼ିକ ମଧ୍ୟ ସୁସ୍ଥ ରହିବେ ।

