

ଧ୍ୱନି ପ୍ରତିଧ୍ୱନି

The Dhvani Pratidhwani

website : www.dhwanipratidhwani.net

email: pratidhwani.dhwani@gmail.com

ବାଲେଶ୍ୱର ■ ଦୁଧିବାର ୦୫ ଏପ୍ରିଲ ୨୦୨୩ ■ ମୂଲ୍ୟ ଟ. ୨.୦୦ ପଇସା ■ ପୃଷ୍ଠା ୮-୧୦ ■ Baleshwar ■ WEDNESDAY 05 APRIL 2023
Vol.No. 34 ■ No. 89 ■ Price :Rs.2.00 (8 pages) ■ R.N.I. Registered No. 52528/91 ■ Postal Registered No. Balasore(Odisha)/005/2019

ଅସରନ୍ତି ଶୁଭେଚ୍ଛା ସହ...

ସାଗରିକା

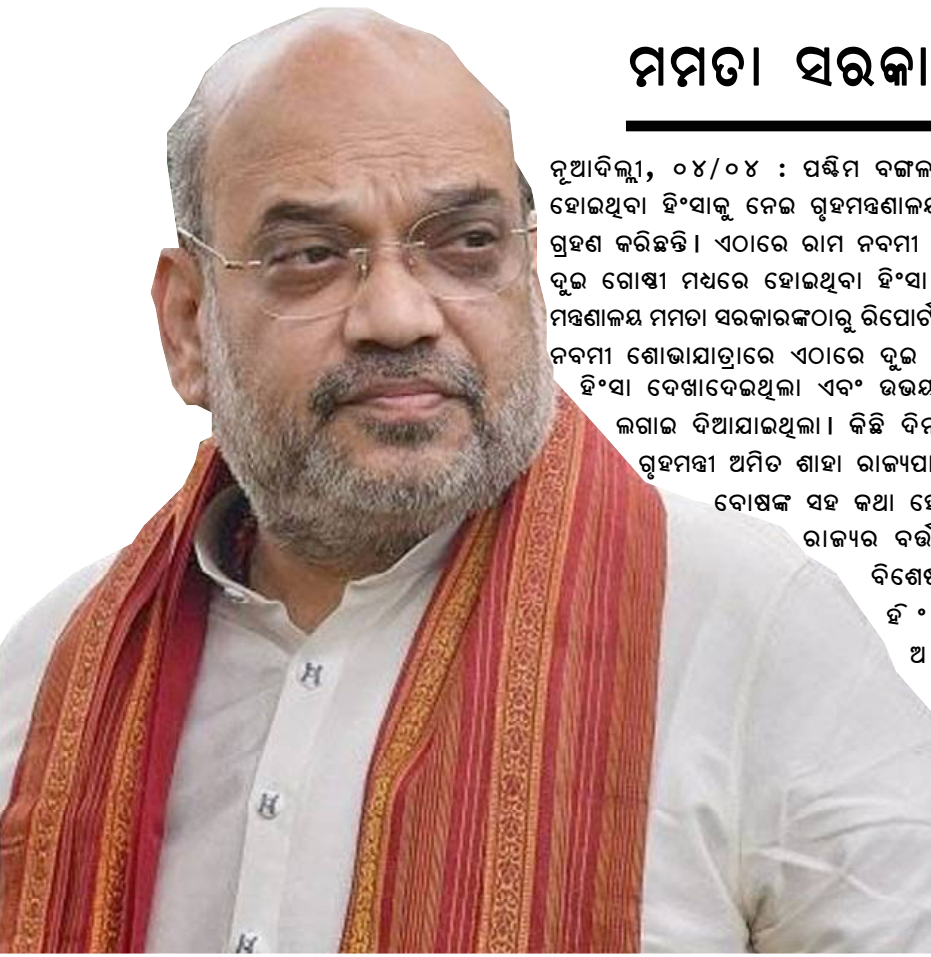
ଯୋଗାଯୋଗ କରନ୍ତୁ :

ମୁଖ୍ୟ ସମ୍ପାଦକ ସାଗରିକା

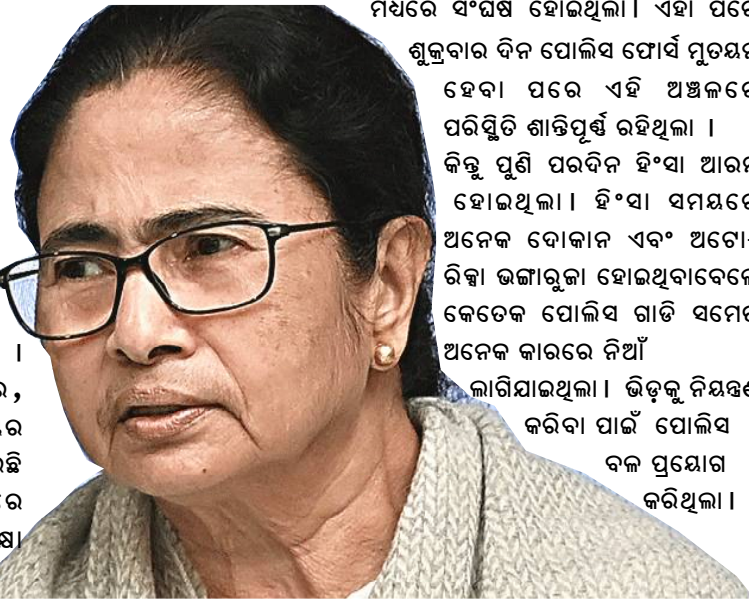
ଜେଲ ରୋଡ, ବାଲେଶ୍ୱର-୭୫୬୦୦୧

ପଶ୍ଚିମବଙ୍ଗ ହିଂସାକାଣ୍ଡକୁ ନେଇ ଆନ୍ଧ୍ରମୋଡରେ ଗୃହମନ୍ତ୍ରଣାଳୟ

ମମତା ସରକାରଙ୍କଠାରୁ ମାଗିଲେ ରିପୋର୍ଟ



ନୂଆଦିଲ୍ଲୀ, ୦୪/୦୪ : ପଶ୍ଚିମ ବଙ୍ଗଳାରେ ହୋଇଥିବା ହିଂସାକୁ ନେଇ ଗୃହମନ୍ତ୍ରଣାଳୟ କାର୍ଯ୍ୟାନୁଷ୍ଠାନ ଗ୍ରହଣ କରିଛନ୍ତି । ଏଠାରେ ରାମ ନବମୀ ଶୋଭାଯାତ୍ରାରେ ଦୁଇ ଗୋଷ୍ଠୀ ମଧ୍ୟରେ ହୋଇଥିବା ହିଂସା ସମ୍ପର୍କରେ ଗୃହ ମନ୍ତ୍ରଣାଳୟ ମମତା ସରକାରଙ୍କଠାରୁ ରିପୋର୍ଟ ମାଗିଛନ୍ତି । ରାମ ନବମୀ ଶୋଭାଯାତ୍ରାରେ ଏଠାରେ ଦୁଇ ଗୋଷ୍ଠୀ ମଧ୍ୟରେ ହିଂସା ଦେଖାଦେଇଥିଲା ଏବଂ ଉଭୟ ପାର୍ଶ୍ୱରୁ ନିର୍ଦ୍ଦାୟୀ ଲଗାଇ ଦିଆଯାଇଥିଲା । କିଛି ଦିନ ପୂର୍ବରୁ କେନ୍ଦ୍ର ଗୃହମନ୍ତ୍ରଣା ଅନିତ ଶାହା ରାଜ୍ୟପାଳ ବିଜି ଆନନ୍ଦ ବୋଷଙ୍କ ସହ କଥା ହୋଇଥିଲେ ଏବଂ ରାଜ୍ୟର ବର୍ତ୍ତମାନର ସ୍ଥିତିକୁ ବିଶେଷ କରି ହାତ୍ତା ହିଂସା କାଣ୍ଡରେ ଅନୁଧ୍ୟାନ କରାଯିବ । ସୂଚନାଦ୍ୱାରା, ଗୃହ ମନ୍ତ୍ରଣାଳୟର ଚିଠିରେ କୁହାଯାଇଛି ଯେ, ବଙ୍ଗଳାରେ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ ସ୍ୱରକ୍ଷା



ଅଭାବ ଦେଖାଦେଇଛି ? ବିଶେଷକରି ଏକ ସମୟରେ ଯେତେବେଳେ ରାମନବମୀ ଏବଂ ମୁସଲମାନମାନେ ରମଜାନ ପାଇଁ ଉପବାସ କରୁଛନ୍ତି । ସୂତ୍ର ଏହା ମଧ୍ୟ କହିଛି ଯେ, ପୋଲିସର କାର୍ଯ୍ୟାନୁଷ୍ଠାନ ଠିକ୍ ସମୟରେ ହୋଇଥିବାବେଳେ କେବଳ ବଙ୍ଗଳା ଏବଂ ବିହାରରେ କାର୍ଯ୍ୟାନୁଷ୍ଠାନ ଅଭାବ ଦେଖାଯାଇଛି । ଗୁରୁବାର (ମାର୍ଚ୍ଚ ୩୦) ହାତ୍ତା ସହରର ଶିବପୁର ଅଞ୍ଚଳରେ ରାମନବମୀ ଶୋଭାଯାତ୍ରାରେ ଦୁଇ ଗୋଷ୍ଠୀ ମଧ୍ୟରେ ସଂଘର୍ଷ ହୋଇଥିଲା । ଏହା ପରେ ଶୁକ୍ରବାର ଦିନ ପୋଲିସ ଫୋର୍ସ ମୁତୟନ ହେବା ପରେ ଏହି ଅଞ୍ଚଳରେ ପରିସ୍ଥିତି ଶାନ୍ତିପୂର୍ଣ୍ଣ ରହିଥିଲା । କିନ୍ତୁ ପୁଣି ପରଦିନ ହିଂସା ଆରମ୍ଭ ହୋଇଥିଲା । ହିଂସା ସମୟରେ ଅନେକ ଦୋକାନ ଏବଂ ଅଟୋ-ରିକ୍ଷା ଭଙ୍ଗାଗୁଡ଼ା ହୋଇଥିବାବେଳେ କେତେକ ପୋଲିସ ଗାଡ଼ି ସମେତ ଅନେକ କାରରେ ନିର୍ଦ୍ଦାୟୀ ଲାଗିଯାଇଥିଲା । ଭିଡ଼କୁ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ କରିବା ପାଇଁ ପୋଲିସ ବଳ ପ୍ରୟୋଗ କରିଥିଲା ।

ପରଲୋକରେ ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକ ଗୁରୁ ସ୍ୱାମୀ ଅସୀମାନନ୍ଦ ସରସ୍ୱତୀ ମହାରାଜ

ଭୁବନେଶ୍ୱର, ୦୪/୦୪ (ନି.ପ୍ର) : ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକ ଜଗତରୁ ଆସିଛି ଏକ ବଡ଼ ଦୁଃଖ ଖବର । ରାଜ୍ୟର ଜଣେ ବିଶିଷ୍ଟ ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକ ଗୁରୁଙ୍କ ପରଲୋକ ଘଟିଛି । ୮୮ ବର୍ଷ ବୟସରେ ସ୍ୱାମୀ ଅସୀମାନନ୍ଦ ସରସ୍ୱତୀ ମହାରାଜଙ୍କ ପରଲୋକ ଘଟିଛି । କଟକ ଜିଲ୍ଲା ତହତା ସ୍ଥିତ ରାମ ମନ୍ଦିରରେ ପରିସରରେ ଆଜି ସକାଳେ ତାଙ୍କର ମୃତ୍ୟୁ ଘଟିଥିବା ଜଣାପଡ଼ିଛି । ଏହି ଖବର ତାଙ୍କର ଅଗଣିତ ଶିଷ୍ୟ ଓ ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକ ଜଗତ ସହ ଜଡ଼ିତ ବ୍ୟକ୍ତିବିଶେଷଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ଶୋକର ଲହରୀ ଖେଳାଇ ଯାଇଛି । ତେବେ ଦୀର୍ଘଦିନ ଧରି ସ୍ୱାମୀ ଅସୀମାନନ୍ଦ ବାର୍ଷିକ୍ୟକ୍ରମ ରୋଗରେ ଆକ୍ରାନ୍ତ ଥିଲେ । ଅସୀମାନନ୍ଦ ସ୍ୱାମୀ ନିଗମାନନ୍ଦ ସରସ୍ୱତୀଙ୍କ ଆଦର୍ଶରେ ଅନୁପ୍ରାଣୀତ ହୋଇଥିଲେ । ସେ ଶଙ୍କରାଚାର୍ଯ୍ୟଙ୍କ ଠାରୁ ସନ୍ନ୍ୟାସ ଦକ୍ଷା ଗ୍ରହଣ କରିଥିଲେ । ସେ ଏକାଧିକ ଅନୁଷ୍ଠାନ ସହିତ ଜଡ଼ିତ ହେବା ସହ 'ଅସୀମାନନ୍ଦ' ନାମକ ଏକ ଲୋକପ୍ରିୟ ପତ୍ରିକା ପ୍ରକାଶ କରୁଥିଲେ ।



୮ରୁ ପୁଣି ବର୍ଷା: ଦୁଇ ଦିନରେ ୨ରୁ ୪ ଡିଗ୍ରୀ ବଢ଼ିବ ପାରଦ



ଭୁବନେଶ୍ୱର, ୦୪/୦୪ (ନି.ପ୍ର) : ରାଜ୍ୟରେ କମିଲା ବର୍ଷା ଓ ବଡ଼ିଲା ତାପମାତ୍ରା । ଆସନ୍ତା ଦୁଇ ଦିନରେ ୨ରୁ ୪ ଡିଗ୍ରୀ ବଢ଼ିଯିବ ପାରଦ । ୮ ତାରିଖରୁ ପୁଣି ବର୍ଷା ବଢ଼ିବ ବୋଲି ଅନୁମାନ କରାଯାଇଛି । ଏନେଇ ୧୨ ଜିଲ୍ଲାରେ କାଳଦେବିଶାଖା ଆକର୍ଷଣ କରିଛି ପାଣିପାଗ ବିଭାଗ । ଅନ୍ୟପଟେ ଆଜିଠାରୁ ରାଜ୍ୟର ବିଭିନ୍ନ ସ୍ଥାନରେ ତାପମାତ୍ରା ବୃଦ୍ଧି ପାଇବ । ଅପରାହ୍ନ ବେଳକୁ ଉପକୂଳ ଓଡ଼ିଶାର କିଛି ଅଞ୍ଚଳରେ ହାଲୁକା ବର୍ଷା ସମ୍ଭାବନା ଥିବା ବେଳେ ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ସ୍ଥାନରେ ଆସନ୍ତା ୬ ତାରିଖ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ପାଗ ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ଶୁଖିଲା ଓ ଖରାଟିଆ ରହିବ । ରାଜ୍ୟର ତାପମାତ୍ରା ଏହି ସମୟରେ ୨ରୁ ୪ ଡିଗ୍ରୀ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ବୃଦ୍ଧି ପାଇବ ବୋଲି ଆଞ୍ଚଳିକ ପାଣିପାଗ ବିଜ୍ଞାନ କେନ୍ଦ୍ର ପକ୍ଷରୁ ସୂଚନା ଦିଆଯାଇଛି ।

ନାଟୋର ନୂଆ ସଦସ୍ୟ ହେଲା ଫିନଲ୍ୟାଣ୍ଡ

ଭୁବେଶ୍ୱର, ୦୪/୦୪ : ନର୍ଥ ଆଟଲାଣ୍ଟିକ ଟ୍ରିଟି ଅର୍ଗାନାଇଜେସନ ବା ନାଟୋରେ ଫିନଲ୍ୟାଣ୍ଡ ନୂଆ ସଦସ୍ୟ ଭାବେ ଯୋଗଦେଇଛି । ଫିନଲ୍ୟାଣ୍ଡ ଏହି ନିଲଦ୍ୱାରା ଏକାଧିକରେ ସାମିଲ ହୋଇଥିବା ୩୧ ତମ ଦେଶ ହୋଇଛି । ନାଟୋର ସେକ୍ରେଟାରୀ ଜେନେରାଲ କେନ୍ଦ୍ର ଷ୍ଟୋଲଟେନବର୍ଗ ଫିନଲ୍ୟାଣ୍ଡ ବିଧିବଦ୍ଧ ଭାବେ ନାଟୋର ସଦସ୍ୟ ହୋଇଥିବା ନେଇ ଘୋଷଣା କରିଛନ୍ତି । ଅନ୍ୟ ପକ୍ଷରେ ଫିନଲ୍ୟାଣ୍ଡ ନାଟୋର ସଦସ୍ୟ ହେବାକୁ ନେଇ କେତେକ ପ୍ରତିରୋଧୀ ପ୍ରକାଶ କରିଛନ୍ତି ମଧ୍ୟ ।

୩ ଦିନିଆ ଜାପାନ ଗସ୍ତରେ ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀ

ଓଡ଼ିଶାରେ ହେବ ନିଷ୍ପନ୍ନ ଷ୍ଟିଲର ମେଗାପ୍ଲାଣ୍ଟ

ଭୁବନେଶ୍ୱର, ୦୪/୦୪ (ନି.ପ୍ର) : ଓଡ଼ିଶାର ସର୍ବବୃହତ ଲକ୍ଷ୍ୟତ କାରଖାନା ସ୍ଥାପନ କରିବ ଜାପାନୀ କମ୍ପାନି ତଥା ବିଶ୍ୱର ତତ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ବୃହତ୍ତମ ଷ୍ଟିଲ କମ୍ପାନି ନିଷ୍ପନ୍ନ ଷ୍ଟିଲ । ଏହି ଲକ୍ଷ୍ୟତ ପ୍ରକଳ୍ପର କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ ୩୦ ନିୟୁତ ଟନ ରହିବ । ମଙ୍ଗଳବାରଦିନ ଟୋକିଓଠାରେ ନିଷ୍ପନ୍ନ ଷ୍ଟିଲର ସଭାପତି ଉଚ୍ଚି ହାସିମୋତୋଙ୍କୁ ଭେଟିବା ପରେ ଏହି ସୂଚନା ଦେଇଛନ୍ତି ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀ ନବୀନ ପଟ୍ଟନାୟକ । ଏହା ଏକ ଗ୍ରୀନଫିଲ୍ଡ ପ୍ରକଳ୍ପ (ପରିବେଶ ଅନୁକୂଳ) ହେବ ବୋଲି ସେ କହିଛନ୍ତି । ଏହି ପ୍ରକଳ୍ପ ମାଧ୍ୟମରେ ଓଡ଼ିଶାକୁ ବିପୁଳ ପରିମାଣର



କମ୍ପାନି ହେଉଛି ଆର୍ସେଲର ମିଡନ ଓ ନିଷ୍ପନ୍ନ ଷ୍ଟିଲ ମଧ୍ୟରେ ଏକ ଯୁଗ୍ମ ଉଦ୍ୟୋଗ । ଏହି ପ୍ରକଳ୍ପରେ ୫୦ ହଜାର କୋଟି ଟଙ୍କାର ନିବେଶ କରାଯିବ । ସେହିପରି ଜଗତସିଂହପୁରରେ ବି ଏକପ୍ରକାର ସାତ ନିୟୁତ ଟନ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ ଗ୍ରହଣ କରିବ ବୋଲି ପ୍ରକାଶ ରହିଛି ।

ମୁକ୍ତଶ୍ୱର ମନ୍ଦିରରେ ଓଡ଼ିଶୀ ନୃତ୍ୟଶିଳ୍ପୀଙ୍କୁ ମାଡ଼ : ସେବାୟତ ଗିରଫ

ଭୁବନେଶ୍ୱର, ୦୪/୦୪ (ନି.ପ୍ର) : ପୁରୁଣା ଭୁବନେଶ୍ୱର ସ୍ଥିତ ମୁକ୍ତଶ୍ୱର ମନ୍ଦିରରେ ଓଡ଼ିଶୀ ନୃତ୍ୟଶିଳ୍ପୀଙ୍କୁ ମାଡ଼ ମାରିବା ଅଭିଯୋଗ ହୋଇଛି । ଏହି ମାମଲାରେ ଉଚ୍ଚ ମନ୍ଦିରର ଜଣେ ସେବାୟତ କୁ ଗିରଫ କରାଯାଇ ଲିଙ୍ଗରାଜ ଥାନା ପୋଲିସ୍ । ଭୁବନେଶ୍ୱରର ଏକାଗ୍ରତା ଡ୍ୟାନ୍ସ ଫାଉଣ୍ଡେସନର ପ୍ରତିଷ୍ଠାପକ ସମ୍ପର୍କୀୟ ଥାନାରେ ହୋଇଥିବା ଅଭିଯୋଗ ଅନୁସାରେ ପ୍ରତ୍ୟାଶା ବାରିକ ଓ ସେମାନଙ୍କ ନୃତ୍ୟ ଦଳ ଏକାଗ୍ରତା ନୃତ୍ୟମନ୍ଦିର ପରିସରରେ ଏପ୍ରିଲ ୩ ତାରିଖ ସକାଳୁ ଫଟୋଗ୍ରାଫି କରୁଥିଲେ । ଏହି ସମୟରେ ସେବାୟତ ମୁକ୍ତଶ୍ୱର ବଡ଼ ଓ ତାଙ୍କ ସହଯୋଗୀ ନୃତ୍ୟଶିଳ୍ପୀଙ୍କୁ ମନ୍ଦିରରେ ଆକ୍ରମଣ କରିଥିଲେ ।

ମନ୍ତ୍ରୀଙ୍କ ସହ ରୁକ୍ମିଭିତ୍ତିକ ଶିକ୍ଷକ ସଂଘର ଆଲୋଚନା

ବିଜ୍ଞପ୍ତି ପ୍ରକାଶ ପାଇବା ପରେ ସ୍ଥଗିତ ହେବ ଆନ୍ଦୋଳନ



ଭୁବନେଶ୍ୱର, ୦୪/୦୪ (ନି.ପ୍ର) : ଗତ ଶନିବାରରୁ ଲୋକସଭା ପିଏମଜିରେ ଆରମ୍ଭରେ ବସିଥିବା ରୁକ୍ମିଭିତ୍ତିକ ଶିକ୍ଷକମାନେ ଆଜି ଆନ୍ଦୋଳନରୁ ହଟିଯାଇଛନ୍ତି । ଆଜି ରୁକ୍ମିଭିତ୍ତିକ ଶିକ୍ଷକ

ଅର୍ଥର ବାହାରିବ । ସେପଟେ ଆଲୋଚନା ପରେ ରୁକ୍ମିଭିତ୍ତିକ ଶିକ୍ଷକ ସଂଘ ପକ୍ଷରୁ କୁହାଯାଇଛି ଯେ ସଂଖ୍ୟା ସୁଦ୍ଧା ଅର୍ଥର ବାହାରିବା ନେଇ ପ୍ରତିଶ୍ରୁତି ମିଳିଛି । ତେବେ ବିଧିବଦ୍ଧ ଭାବେ ବିଜ୍ଞପ୍ତି ପ୍ରକାଶ ପାଇବା ପରେ ଆନ୍ଦୋଳନ ସ୍ଥଗିତ ରଖାଯିବ । ଠିକା ନିୟୁତ ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟ ନେଇ ଗତବର୍ଷ ଅକ୍ଟୋବର ୧୫ ତାରିଖରେ ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀ ଘୋଷଣା କରିଥିଲେ । ଏହାରି ଭିତରେ ବିଭିନ୍ନ ବିଭାଗ ଏହାକୁ କାର୍ଯ୍ୟକାରୀ କରିଥିବା ବେଳେ ଗଣଶିକ୍ଷା ବିଭାଗ କାର୍ଯ୍ୟକାରୀ ପ୍ରତିବାଦରେ ରାଜରାସ୍ତାକୁ ଓଲଟାଇ ସଂଘ ୨୦୧୬ରୁ ୨୦୨୨ ଯାଏଁ ହଜାର ହଜାର ହାଇଲ୍ଡଲ ସିଟି ଶିକ୍ଷକ ଆନ୍ଦୋଳନରେ ଯୋଗ ଦେଇଛନ୍ତି । ସଂଘର କହିବା କଥା, ନିକଟରେ ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀ ରୁକ୍ମିଭିତ୍ତିକ ପ୍ରଥମ ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟ ନେଇ ଘୋଷଣା କରିଥିଲେ । ଏହାପରେ ସାଧାରଣ ଓ ପ୍ରଶାସନିକ ବିଭାଗ ପକ୍ଷରୁ ଏକ ବିଜ୍ଞପ୍ତି ଜାରି କରାଯାଇଥିଲା । ଯେଉଁଥିରେ ରୁକ୍ମିଭିତ୍ତିକ ପଦବିକୁ ନିୟମିତ କରି ୬ଟି ଇନିସିଟିଭ ପ୍ରକାର କରିବା ପାଇଁ ଉଲ୍ଲେଖ ରହିଥିଲା । ମାତ୍ର ଏହି ଆଦେଶକୁ ବିଦ୍ୟାଳୟ ଓ ଗଣଶିକ୍ଷା ବିଭାଗ କାର୍ଯ୍ୟକାରୀ କରୁନଥିବା ନେଇ ସଂଘ ଅଭିଯୋଗ କରିଛି । ଫଳରେ ୧୮ହଜାର ହାଇଲ୍ଡଲ ନିୟମିତ ହେବାରୁ ବଞ୍ଚିତ ହୋଇଛନ୍ତି ।

ବିଲଡରଙ୍କୁ ଆଶ୍ୱସ୍ତି: ରେରା' ବିଜ୍ଞପ୍ତି ଉପରେ ଲାଗିଲା ହାଇକୋର୍ଟ ଅଙ୍କୁଶ

ଭୁବନେଶ୍ୱର, ୦୪/୦୪ : ବିଲଡରଙ୍କୁ ଆଶ୍ୱସ୍ତି । ପ୍ରୋକେକ୍ଟର ରେଜିଷ୍ଟ୍ରେସନ ଫି ବୃଦ୍ଧି ନେଇ ରେରା ଯେଉଁ ବିଜ୍ଞପ୍ତି ଜାରି କରିଥିଲା ତାହା ଉପରେ ଲାଗିଛି ହାଇକୋର୍ଟଙ୍କ ଅଙ୍କୁଶ । ଯଦି ବି ବର୍ଷିତ ହାରରେ ଫି ଆବାସ କରାଯାଏ, ତେବେ ବି ଏକ ସ୍ୱତନ୍ତ୍ର ପୁଅପୁଅ ଆକାରରେ ଜମା କରିବାକୁ ନିର୍ଦ୍ଦେଶ ଦେଇଛନ୍ତି ହାଇକୋର୍ଟ । ଆବେଦନ ଆଧାରରେ ଜବାବ ଦାଖଲ କରିବାକୁ ମଧ୍ୟ ରାଜ୍ୟ ସରକାର ଏବଂ ରେରାକୁ ନୋଟିସ ଜାରି କରିଛନ୍ତି ହାଇକୋର୍ଟ । ୬ ସପ୍ତାହ ପରେ ମାମଲାର ପରବର୍ତ୍ତୀ ଶୁଣାଣି ହେବ । ସୂଚନା ଆଉଟି, ୮ଟିରୁ ଅଧିକ ପୁଅ ନିର୍ମାଣ ହେଉଥିବା ପ୍ରୋକେକ୍ଟର ଗୁଡ଼ିକର ପଞ୍ଜିକରଣ ଉପରେ ଫି ବୃଦ୍ଧିକୁ ବିରୋଧ କରି ବିଲଡର ମହାସଂଘ ବା କ୍ଲେଡ଼ାଇର ଆବେଦନକୁ ଗ୍ରହଣ କରି ହାଇକୋର୍ଟ ଏହି ନିର୍ଦ୍ଦେଶ ଦେଇଛନ୍ତି । ପ୍ରୋକେକ୍ଟର ରେଜିଷ୍ଟ୍ରେସନ ପ୍ରସଙ୍ଗରେ ରେରା'ର କ୍ଷମତା ନଥିବା ଫି' ବର୍ତ୍ତ ମିତର ମିଲ ୧୦୦ ଟଙ୍କା ବଦଳରେ ୨୦୦ ଟଙ୍କାକୁ ବୃଦ୍ଧି କରାଯାଇଥିବା ନେଇ ଗତ ବର୍ଷ



କୁଲାଇ ୨୮ ତାରିଖରେ ରେରା' ପକ୍ଷରୁ ବିଜ୍ଞପ୍ତି ଜାରି କରାଯାଇଥିଲା । ଫି' ନିର୍ଦ୍ଦେଶ ପ୍ରସଙ୍ଗରେ ରେରା'ର କ୍ଷମତା ନଥିବା ଫି' ବର୍ତ୍ତ ମିତର ମିଲ ୧୦୦ ଟଙ୍କା ବଦଳରେ ୨୦୦ ଟଙ୍କାକୁ ବୃଦ୍ଧି କରାଯାଇଥିବା ନେଇ ଗତ ବର୍ଷ ବିଲଡର ମହାସଂଘ

ଜାଣନ୍ତୁ ମାଟି କପରେ ତା' ପିଇବା ଫାଇଦା

ଅଧିକାଂଶ ଲୋକଙ୍କ ତା'ରୁ ଆରମ୍ଭ ହୋଇଥାଏ ନୂଆ ସକାଳ । ଅର୍ଥସ ବା କୌଣସି କାମରୁ ଅଧିକ ଯାଇଥିବା କହି ଲୋକଙ୍କ ପାଇଁ ତା' ଏକଜି ତୁଳ୍ କ ଭଳି କାମ କରେ ତ ଆଉ କାହାର ପାଟିର ସ୍ୱାଦ ବଦଳାଇ ଦିଏ । ଯଦି ଏହି ତା' ମାଟି କପରେ ଥାଏ ତେବେ ତା'ର ମଜା ଟିକେ ନିଆରା । କାଚ, ସେରାମିକ, ମେଟାଲ ବା ଡିସ୍ପୋଜାଲ କପ୍ ବଦଳରେ ଅନେକ ଲୋକେ ମାଟି କପରେ ତା' ପିଇବାକୁ ପସନ୍ଦ କରିଥାନ୍ତି । ଏହି ଇକୋଫ୍ରେଣ୍ଡଲି ମାଟି କପରେ ତା' ପିଇବା ଦ୍ୱାରା ସ୍ୱାଦ ବଢ଼ିବା ସହ ଏହାର ଅନେକ ଫାଇଦା ମଧ୍ୟ ରହିଛି । ତେବେ ଆସନ୍ତୁ ଜାଣିବା ଏ ବିଷୟରେ...

- ◆ ମାଟି କପରେ ଗରମ ତା' ପିଇବା କ୍ଷମା ମାଟିର ସୁନ୍ଦର ବାସ୍ନା ବାହାରିଥାଏ । ଏହି ବାସ୍ନା ମନକୁ ବେଶ ଆକର୍ଷିତ କରିଦେଇଥାଏ । ଅବସାଦରେ ଥିବା ଲୋକଙ୍କ ମନ ପ୍ରଫୁଲ୍ଲିତ ହୋଇଯାଏ ।
- ◆ ମାଟି କପ୍ ପୁରାପୁରୀ ହାଇଜେନିକ ହୋଇଥାଏ । ଏଥିରେ ଜୀବାଣୁ ବ୍ୟାପିବା ସମ୍ଭବନା ବହୁ କମ । କାଚ ଗ୍ଲାସ୍ ଅପେକ୍ଷା ମାଟି କପରେ ତା' ପିଇବା ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ପାଇଁ ହିତକର । ମାଟି କପ ବର୍ତ୍ତମାନ ଫାକ୍ତମଣ୍ଡଳ ମଧ୍ୟ ଦୂରେଇ ରଖିଥାଏ ।
- ◆ ମାଟି ପାତ୍ରରେ ଯେଉଁ ପୁଷ୍ଟି ତରୁ ରହିଥାଏ, ତାହା ଆମ ଶରୀରର ହାତ ପାଇଁ ଲାଭଦାୟକ । ମାଟିରେ କ୍ୟାଲସିଅମ ଭରପୁର ମାତ୍ରାରେ ରହିଥାଏ । ତେଣୁ ଏଥିରେ ତା' ପିଇବା ଦ୍ୱାରା ଆମ ଶରୀରକୁ କିଛି ନା କିଛି ମାତ୍ରାରେ କ୍ୟାଲସିଅମ ମିଳିଥାଏ, ଯାହା ଦ୍ୱାରା ଆମ ହାତ ମଜବୁତ ହୁଏ ।
- ◆ ମାଟି କପରେ ତା' ପିଇଲେ ହଜମ ଶକ୍ତି ମଧ୍ୟ ବଢ଼ିଥାଏ । ମାଟିରେ ତିଆରି କପରେ କୌଣସି



ପାର୍ଶ୍ୱ ପ୍ରତିକ୍ରିୟା ବା ଖରାପ ଜୀବାଣୁ ନଥାଏ । ଅନ୍ୟ ଡିସ୍ପୋଜାଲ କପ୍ ବଦଳରେ ଏହା ଅଧିକ ହିତକର । ଡିସ୍ପୋଜାଲ କପରେ ଗରମ ତା' ପିଇବା ଦ୍ୱାରା ଏଥିରେ ଥିବା ଏସିଡ୍ ପେଟକୁ ଯାଇ ଆମ ଅନ୍ତନଳୀରେ ଜମା ହୋଇଯାଏ । ଫଳରେ ପେଟ ଖରାପ ହେବା ସହ କ୍ୟାନ୍ସର ଭଳି ମାରାତ୍ମକ ରୋଗର ବିପଦ ରହିଥାଏ ।

- ◆ ମଣିଷ ଶରୀରରେ ଆସିତି ହେବା ଫଳରେ ହଜମ ପ୍ରକ୍ରିୟା ସହଜିତ ଅନେକ ସମସ୍ୟା ଉତ୍ପନ୍ନ ହୋଇଥାଏ । ମାଟି ପାତ୍ରରେ କ୍ଷୟିତ ଗୁଣ ଭରପୁର ମାତ୍ରାରେ ଥାଏ । ତେଣୁ ମାଟି ପାତ୍ରରେ ତା' ପିଇବା ଦ୍ୱାରା ପେଟ ଜନିତ ସମସ୍ୟା କମ ହେବା ସହ ପେଟ ପୋଡ଼ା ଜଳା ମଧ୍ୟ ହୁଏ ନାହିଁ ।
- ◆ ପୂର୍ବେ ଗାଁ ଗହଳିରେ କେବଳ ମାଟି ପାତ୍ରର ବ୍ୟବହାର କରାଯାଉଥିଲା, ଏବେ ସହରରେ ମଧ୍ୟ ଏହାର ଡିମାଣ୍ଡ ବଢ଼ିଗଲାଣି । ତା' ପିଇବା ପାଇଁ ଅଧିକାଂଶ ମାଟି କପର ବ୍ୟବହାର କରୁଛନ୍ତି । ବିଶେଷକରି କରୋନା କାଳରେ ସୁରକ୍ଷିତ ଓ ହାଇଜେନିକ ରହିବା ପାଇଁ ଏଥିରେ ତା' ପିଇବା ପାଇଁ ଅଧିକାଂଶ ପସନ୍ଦ କରନ୍ତି । ଏହାଦ୍ୱାରା ଫାକ୍ତମଣ୍ଡଳ ବ୍ୟାପିବା ଆଶଙ୍କା କମ ରହିଥାଏ ।

ବିଟ୍, ଗାଜର ଓ ସେଓରେ ରହିଛି ଅନେକ ଉପକାରୀ ଗୁଣ

ଆଇରଏଚ୍ ଆଜିକାଲି ସମୟ ପାଇଁ ଏକ ସାଧାରଣ ରୋଗ । ଏହି ସମସ୍ୟା ଥିଲେ ଧୀରେ ଧୀରେ ଅନ୍ୟ ସମସ୍ୟା ସବୁ ମଧ୍ୟ ଉତ୍ପନ୍ନିପାରେ । ଯଦି ଆପଣଙ୍କୁ ବାରମ୍ବାର ଅକ୍ୱାପଣ, ମୁଣ୍ଡ ବୁଲାଇବା, ଓଜନ ବଢ଼ିବା ଏବଂ ମାଂସପେଶୀ ଦୁର୍ବଳ ଲାଗିବା ଭଳି ସମସ୍ୟା ଅନୁଭବ ହେଉଛି ତେବେ ଆପଣଙ୍କର ଆଇରଏଚ୍ ଥାଇପାରେ ବୋଲି ଧରିନିଅନ୍ତୁ । ଏଭଳି ସମୟରେ ଫାଇବରଯୁକ୍ତ ଖାଦ୍ୟ ଖାଇବା ଦ୍ୱାରା ଏହି ରୋଗରୁ ମୁକ୍ତି ମିଳିପାରିବ । ଆଇରଏଚ୍ ଭଳି ସମସ୍ୟାକୁ ନିଠାଠାକୁ ଦୂରେଇବା ପାଇଁ ନିୟମିତ ଗାଜର ଖାଇବା । ଏଥିରେ ଆଣ୍ଟିଅକ୍ସିଡେଣ୍ଟ ଏବଂ ବିଟରେ କେରୋଟିନ୍ ତରୁ ଥାଏ, ଯାହା ଆଇରଏଚ୍ ନିୟନ୍ତ୍ରିତ କରିଥାଏ । ତେଣୁ ପ୍ରତିଦିନ ଗୋଟିଏ ଲେଖାଏ ଗାଜର ଖାଇଲେ ଆଇରଏଚ୍ ମୁକ୍ତି ମିଳିବ । ଏଥିରେ ଆଇରଏଚ୍ ପାଇଁ ବହୁତ ଭଲ ହୋଇଥାଏ । ଯଦି ଆପଣ ୨୦ ଦିନ ଲଗାତାର ଗାଜର ଖାଇବେ ତେବେ ଆପଣଙ୍କ ଆଇରଏଚ୍ ସମସ୍ୟା କମିଯିବ । ସେଓରେ ପେକ୍ଟିନ୍ ଏବଂ ଫାଇବର ଥାଏ, ଯାହା ଶରୀରର ବିଷାକ୍ତ ପଦାର୍ଥକୁ ବାହାର କରିବାରେ ସଫଳ ହୋଇଥାଏ । ଦିନରେ ଗୋଟିଏ ବିଟ୍ ମଧ୍ୟ ଖାଇବାକୁ ଚେଷ୍ଟା କରନ୍ତୁ । ଏଥିରେ ଆଇରଏଚ୍ କମ କରିବାର ତରୁ ଥାଏ । ଏହାକୁ ଖାଇଲେ ରମ୍ପୁନ୍ ସିଷ୍ଟମ ଶକ୍ତିଶାଳୀ ଏବଂ ଆଇରଏଚ୍ ହରମୋନ୍ ନିୟନ୍ତ୍ରିତ ହୋଇଥାଏ ।



କ୍ଷତିକାରକ ବ୍ୟାକ୍ଟେରିଆକୁ ନଷ୍ଟକରେ ବ୍ରୋକଲି

ନିକଟରେ କରାଯାଇଥିବା ଏକ ଗବେଷଣା ଅନୁସାରେ ବ୍ରୋକଲିରେ ଏପରି ଏକ ତରୁ ରହିଛି ଯାହା ବ୍ୟାକ୍ଟେରିଆକୁ ନଷ୍ଟ କରିଥାଏ । ଏହି ବ୍ୟାକ୍ଟେରିଆ ପେଟରେ କ୍ୟାନ୍ସର ସୃଷ୍ଟି କରିଥାଏ । ପେଟରେ କ୍ୟାନ୍ସର ଏକ କାରଣ ହେଉଛି ହେଲିକୋବାକ୍ଟେର କ୍ୟାନ୍ସର ବ୍ୟାକ୍ଟେରିଆ । ଏହି ବ୍ୟାକ୍ଟେରିଆକୁ ନଷ୍ଟ କରିବାରେ ବ୍ରୋକଲିର ସେବନ ଲାଭପ୍ରଦ ହେବ । ବ୍ରୋକଲି ଏକ ଏପରି ଆଣ୍ଟିବାୟୋଟିକ ଯାହା ବହୁତ ମଜ୍ଜା । ବ୍ରୋକଲି କ୍ଷତିକାରକ ବ୍ୟାକ୍ଟେରିଆକୁ ନଷ୍ଟ କରିବା ସହିତ ଲାଭକାରୀ ବ୍ୟାକ୍ଟେରିଆକୁ ଉତ୍ପନ୍ନ କରିଥାଏ । ଜୀବ ହାପିକ୍ୟୁ ମୁନିଭର୍ସିଟିର ବିଶେଷଜ୍ଞ ଓ ଫ୍ରେଜ୍ ନ୍ୟାସନାଲ ସାଇଣ୍ଟିଫିକ ରିସର୍ଚ୍ଚ ସେଣ୍ଟରର ବିଶେଷଜ୍ଞ ଟମ୍ପକ୍ କହିବାନୁସାରେ ଏହି କ୍ଷତିକାରକ ବ୍ୟାକ୍ଟେରିଆ ଯୋଗୁଁ ଶରୀରରେ ଯେଉଁ ଫାକ୍ତମଣ୍ଡଳ ହେଉଛି ବ୍ରୋକଲି ତାକୁ ଦୂର କରିପାରିବ ।



ପିଲାଙ୍କ ଦାନ୍ତ ଉଠୁଥିଲେ ସତେତନ ହୁଅନ୍ତୁ

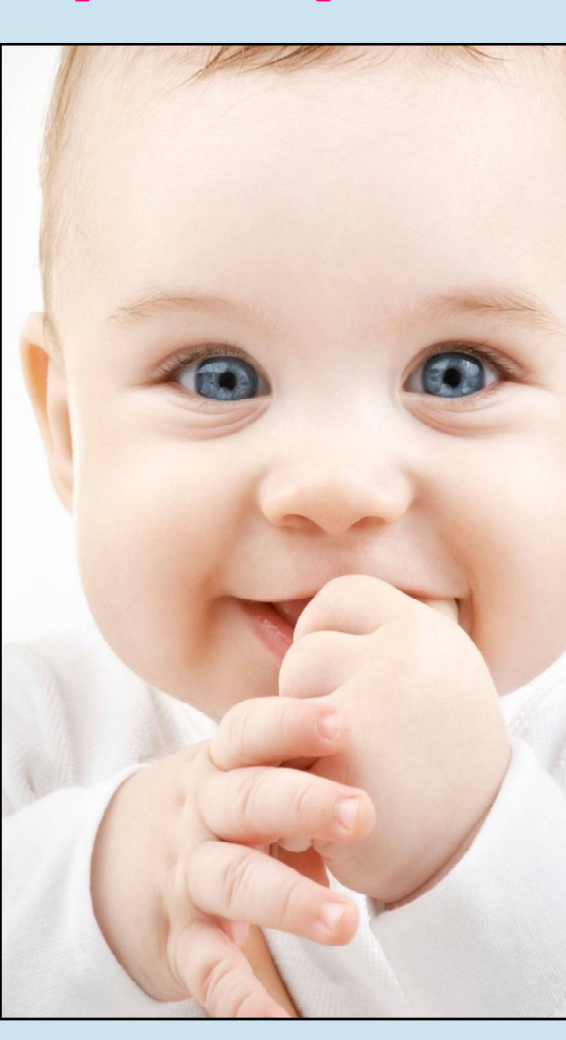


ଦେଉ ବର୍ଷ ଦୁଇବର୍ଷରେ ପିଲାଙ୍କ ଦାନ୍ତ ଉଠେ । ଦାନ୍ତ ଉଠିବା ସମୟରେ ପିଲାଟି ଆଗରେ ଏଣ୍ଟିବ୍ୟାକ୍ଟିଭ୍ ଜିନିଷ ଯାହା ପଡ଼ିଥାଏ ତାକୁ ଉଠାଇ ସେ ପାଟିରେ ପୁରାଏ । କାରଣ ତା'ମାଟି ସେହି ସମୟରେ ସୁକେଇ ହୁଏ । କିଛି ଜିନିଷ କାମୁଡ଼ିବା ଦ୍ୱାରା ମାଟି ଘୋରି ହୋଇ ଦାନ୍ତ ପତଳୁ ବାହାରି ଥାଏ । ତେଣୁ ଏହି ସମୟରେ ମା'କୁ ଟିକେ ସତେତନ ହେବାକୁ ପଡ଼େ । ପିଲା ଯେପରି ପାଟିରେ ଏଣ୍ଟିବ୍ୟାକ୍ଟିଭ୍ ନ ପୁରାଇ ସେ ପ୍ରତି ସତେକ୍ତ ରହିବାକୁ ପଡ଼ିବ । ଏହାଦ୍ୱାରା ପିଲାକୁ ବିଭିନ୍ନ ରୋଗ ଫାକ୍ତମଣ୍ଡଳ କରିବାର ସମ୍ଭାବନା ଥାଏ । ତେଣୁ ଏହି ସମୟରେ ପିଲାକୁ ଗୋଟାଫଳ କାମୁଡ଼ିବାକୁ ଦିଅନ୍ତୁ ଏବଂ ଗୋଟିଏ ଛୋଟ ସଫୁଡ଼ି ତା' ହାତରେ ଧରାଇ ଦିଅନ୍ତୁ । ଏହାକୁ ସେ ଚୋବାଇବା ଦ୍ୱାରା ଦାନ୍ତ ଅକ୍ଷତି ଭିତରେ ବାହାରକୁ ବାହାରି ଥାଏ । ଏହି ଦାନ୍ତ ମଜବୁତ୍ ହେବା ସହ ଶୀଘ୍ର ଦାନ୍ତ ପଡ଼ିବ ନାହିଁ ।

ଶିଶୁର ଉଜ୍ଜ୍ୱଳ ଦୂତା

ପ୍ରତ୍ୟେକ ମହିଳାଙ୍କ ଜୀବନରେ ମା' ହେବା ଏକ ସୁରକ୍ଷାୟ ମୁହୂର୍ତ୍ତ । ମାତୃତ୍ୱ ହିଁ ନାରୀ ଜୀବନର ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣତା ଆଣିଦିଏ । ଅଧିକାଂଶ ମା' ତାହାନ୍ତି ସେମାନଙ୍କ ଶିଶୁର ରଜା ସଫା ଏବଂ ତା'ର ଦୂତା ଉଜ୍ଜ୍ୱଳ ହେଉ । ତେବେ ଶିଶୁର ରଜା କିପରି ଉଜ୍ଜ୍ୱଳ ହେବ ତାହା ଅଧିକାଂଶ ମା' ଜାଣନ୍ତିନି । ଏନେଇ କିଛି ଚିନ୍ତା....

- ଶିଶୁର ଦୂତାକୁ ଅଧିକ ସଫା କରିବା ପାଇଁ ସବୁଠାରୁ ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ଚିନ୍ତା ହେଉଛି ହୃଦ୍ ଅଧିକ ମସାବୁ । ଏହା ଏକ ପୁରୁଣା ପଦ୍ଧତି ଏବଂ ଅନେକ ପିଢ଼ି ହେବ ଚାଲି ଆସିଛି । ପ୍ରତିଦିନ ଶିଶୁର ଦୂତାକୁ ଉଷ୍ମ ପେଲର ମସାବୁ କରିବା ଉଚିତ୍ ।
- ଶିଶୁର ଦୂତା ଅନ୍ୟମାନଙ୍କ ତୁଳନାରେ ୧୦ଗୁଣ ଅଧିକ ସମ୍ବେଦନଶୀଳ ତେଣୁ ସେମାନଙ୍କ କ୍ଷେତ୍ରରେ କିଛି ବଡ଼ି ପ୍ୟାକ୍ ଆୟୁ୍ୟ କରିପାରିବେ ଯାହା ପ୍ରକୃତରେ ବ୍ୟାଧିରୋଧକ ହୋଇଥିବ । ସମସ୍ତଙ୍କର ଥରେ ଆପଣଙ୍କ ଶିଶୁର ଶରୀରରେ ବଡ଼ିପ୍ୟାକ୍ ଆୟୁ୍ୟ କରନ୍ତୁ । ବଡ଼ିପ୍ୟାକ୍ କିଣିବା ପରିବର୍ତ୍ତେ ଆପଣ ହଳଦୀ, ଦୁଗ୍ଧ ଏବଂ ଚନ୍ଦନ ଗୁଣ୍ଡ ମିଶାଇ ପ୍ୟାକ୍ ପ୍ରସ୍ତୁତ କରିପାରିବେ । ଏହି ପ୍ୟାକ୍ ଦୂତାରେ ଭଲଭାବେ ମାରନ୍ତୁ ଏବଂ ଅଳ୍ପ ଦିନରେ ଶିଶୁ ଦୂତାର ଉଜ୍ଜ୍ୱଳତା ବୃଦ୍ଧି କରାଯାଏ ।
- ସ୍ତନ୍ ଶବ୍ଦକୁ ନେଇ ଆଦୌ କନପ୍ୟୁକ୍ ହୁଅନ୍ତୁନି । ଏହା କୌଣସି ଅର୍ଡ଼ିନାରୀ ସ୍ତନ୍ ଚୁହେଁ ଯାହା ଆପଣ ସବୁ ସ୍ତାନରେ ପାଇପାରିବେ । ଏହାକୁ ଆପଣ ବେସନ, ଦୁଗ୍ଧ, ଗୋଲାପ ଜଳ ଏବଂ ହଳଦୀ ମିଶାଇ ପ୍ରସ୍ତୁତ କରିପାରିବେ । ଏହି ସ୍ତନ୍ ସୁଅ ଏବଂ ଶିଶୁର ଦୂତାରେ କୌଣସି କ୍ଷତି ନପହଞ୍ଚାଇ ଦୂତାର ଉଜ୍ଜ୍ୱଳତା ବୃଦ୍ଧି କରିଥାଏ ।
- ଶିଶୁର ଦୂତାକୁ ଆଦୌ ଶୁଷ୍କ ହେବାକୁ ଦିଅନ୍ତୁନି । ମାକେଟରେ ଉପଲବ୍ଧ ହେଉଥିବା ବେଦି ମସୃଣରାଜିଜ୍ଜ କ୍ରିମ ଆୟୁ୍ୟ କରନ୍ତୁ । ଶିଶୁ ପାଇଁ ବେଶ୍



ପ୍ରକୃତ କିଣିବାବେଳେ ଆପଣଙ୍କୁ ଟିକେ ଅଧିକ ଯତ୍ନଶୀଳ ହେବାକୁ ପଡ଼ିବ । ଯଦି ଆପଣ ଜାଣିପାରୁନାହାନ୍ତି କେଉଁଠି ଆପଣଙ୍କ ପାଇଁ ଠିକ୍ ତେବେ କୌଣସି ଚର୍ମାଚାର୍ଯ୍ୟ ଲୋକଙ୍କୁ ଉପଦେଶ ନିଅନ୍ତୁ ।

କାମରେ ବାଧା ଏବଂ ଖରାପ ନିଜର ଦୂର କରେ କଳା ଶୋରିଷ

ସମସ୍ତେ ଜୀବନରେ ଅଗ୍ରଗତି କରି ଚଳା, ଧନ ଏବଂ ଶୌରବ ଲାଭ କରିବାକୁ ଚେଷ୍ଟା କରନ୍ତି । ଏଥିପାଇଁ ସେ କଠିନ ପରିଶ୍ରମ କରନ୍ତି, କିନ୍ତୁ ଅନେକ କାରଣରୁ ସେ ଅଗ୍ରଗତି କରିବାକୁ ସକ୍ଷମ ହୋଇପାରନ୍ତିନି । ଏହା ପଛର କାରଣ ହେଉଛି, ଅନେକ ପ୍ରକାରର ତ୍ରୁଟି ଏବଂ ମଧ୍ୟ ଆଖି ହୋଇପାରେ । ଏପରି ପରିସ୍ଥିତିରେ, ଆଜି ଆମେ ଖାଦ୍ୟରେ ବ୍ୟବହୃତ କଳା ସୋରିଷର ପ୍ରତିକାର ବିଷୟରେ ସୂଚନା ଦେବୁ । କଳା ସୋରିଷର ପ୍ରତିକାରଗୁଡ଼ିକ ଅତି ସଠିକ୍ ଭାବରେ ବିବେଚନା କରାଯାଇଛି । ଏହି ପ୍ରତିକାରଗୁଡ଼ିକ କରିବା ଦ୍ୱାରା ଖରାପ ନିଜର ଚାଲିଯାଏ ଏବଂ ଘରେ ପୁଷ୍ଟି, ଶାନ୍ତି ଏବଂ ସମୃଦ୍ଧତା ବୃଦ୍ଧି ପାଏ । ଯଦି ଆପଣ ଭାଗ୍ୟର ସମର୍ଥନ ପାଇ ନାହାନ୍ତି, ତେବେ ଶୋରିଷରୁ ଭାଗ୍ୟକୁ ଗ୍ରହଣ କରିବା ପାଇଁ ଏକ ପାତ୍ରରେ ପାଣି ଭର୍ତ୍ତି କରନ୍ତୁ ଏବଂ ସେଥିରେ କଳା ସୋରିଷ ମଞ୍ଜି ରଖନ୍ତୁ । ଏହା ପରେ ଏହି ପାଣିରେ ସ୍ନାନ କରନ୍ତୁ । ଏହା କରିବା ଦ୍ୱାରା, ଭାଗ୍ୟ ଗ୍ରହଣ ହୁଏ ଏବଂ ଭାଗ୍ୟର ସମର୍ଥନ ପାଇବା ଆରମ୍ଭ କରେ । ବ୍ୟକ୍ତି ଜୀବନରେ କଠିନ ପରିଶ୍ରମ କରେ, କିନ୍ତୁ କିଛି ତାର ଫଳାଫଳ ପାଏ ନାହିଁ । ତାଙ୍କ ଦ୍ୱାରା କରାଯାଇଥିବା କାର୍ଯ୍ୟ ହଠାତ୍ ଖରାପ ହେବାକୁ ଲାଗେ ଏବଂ କାର୍ଯ୍ୟରେ ବାଧା ଉତ୍ପନ୍ନିଥାଏ । ଏଭଳି ପରିସ୍ଥିତିରେ ଗୁରୁତାର ଦିନ କଳା ସୋରିଷ ଅର୍ଥାତ୍ ସୋରିଷ ବାନ କରନ୍ତୁ । ଆପଣଙ୍କ ଘରେ କିମ୍ବା ସଦସ୍ୟଙ୍କ ଉପରେ ଯଦି କେହି ଖରାପ ନିଜର ପକାଇଛନ୍ତି, ତେବେ ସୋରିଷ ମଞ୍ଜି, ସାଗୋଟି ଲାଲ୍ ଲଙ୍କା ଏବଂ ଲୁଣ ସେହି ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କ ମୁଣ୍ଡରେ ସତ ଥର ଗୁର୍ଣ୍ଣନ କରି କୁଳଙ୍ଗ ନିଆଁରେ ପକାଇ ଦିଅନ୍ତୁ । ଆପଣ ଏହି ପ୍ରତିକାରକୁ ବାମ ହାତରେ କରିବା ଉଚିତ୍ । କଳା ସୋରିଷର ଏହି ପ୍ରତିକାର ଖରାପ ନିଜରୁ ରକ୍ଷା କରିବାରେ ସାହାଯ୍ୟ ହୋଇଥାଏ ।



ପୂର୍ବେ ମହିଳାମାନଙ୍କୁ ଘରୁ କେଉଁଆଡ଼େ ଯିବାକୁ ଅନୁମତି ମିଳୁନଥିଲା । କିନ୍ତୁ ବର୍ତ୍ତମାନ ମହିଳାମାନଙ୍କ ଦାୟିତ୍ୱ ବଢ଼ିଯାଇଛି । ଘର ହେଉ ଅବା ବାହାର ସମସ୍ତ ସ୍ଥାନରେ ମହିଳାଙ୍କ ବେଶୀ କାର୍ଯ୍ୟ କରିବାକୁ ପ୍ରସ୍ତୁତି । ଘର ସହିତ ବାହାର କାର୍ଯ୍ୟର ଦାୟିତ୍ୱ ସୁରୁଖୁରୁ ଭାବେ ତୁଲାଇବା ସହ ପୁନଶ୍ଚ ଆଉ ଏକ ପ୍ରଭାତ ପାଇଁ ପ୍ରସ୍ତୁତ ହେବାପାଇଁ ମହିଳାଙ୍କୁ ପ୍ରଚୁର ଶକ୍ତି ପ୍ରଦାୟୀ ଖାଦ୍ୟ ଖାଇବା ଆବଶ୍ୟକ । ତେବେ ଜାଣନ୍ତୁ ଖାଦ୍ୟ ପଦାର୍ଥରେ କେଉଁକେଉଁ ତାପପ୍ରସ୍ତ ସାମିଲ କରିବା ଆବଶ୍ୟକ ।

ମହିଳାଙ୍କ ପାଇଁ ଶକ୍ତିଦାୟୀ

ଡିୟରି ଫଳ: ଡିୟରି ଫଳ ପେଟ ପାଇଁ ଖୁବ୍ ଉପାଦାୟୀ ହୋଇଥାଏ । ପେଟ ସମ୍ବନ୍ଧିତ ସମସ୍ତ ସମସ୍ୟା କମିଯାଏ । ଏହା ସହ ଶରୀରକୁ ତୃପ୍ତ ଶକ୍ତି ମଧ୍ୟ ମିଳିଥାଏ । ତେଣୁ ସକାଳୁ ପ୍ରତିଦିନ ଏହାକୁ ଖାଇବା ଆବଶ୍ୟକ । ଡିୟରି ଫଳ ଖାଇବା ପାଇଁ ରାତିରେ ୧କପ୍ ପାଣିରେ ୨ଟି ଡିୟରି ଫଳ ଭିଜାଇ ରଖି ସକାଳୁ ପାଣିକୁ ପିଇବା ସହ ତାକୁ ଖାଇବା ଆବଶ୍ୟକ । ଚାହିଁଲେ ତା' କିମ୍ବା ଦୁଗ୍ଧରେ ମିଶାଇ ସେବନ କରିପାରିବେ । କିସମିତ୍: ଯେଉଁ ମହିଳାଙ୍କ ଶରୀରରେ କମ୍ ପରିମାଣରେ ଆଇରନ୍ ରହିଥାଏ ଏହା ମହୋଷ୍ଠ୍ୟା ରୂପେ କାର୍ଯ୍ୟ କରିଥାଏ । ଏଥିପାଇଁ ରାତିରେ ଅଳ୍ପ ପାଣିରେ ୧୦ଟି କିସମିତ୍ ଭିଜାଇ ରଖି ସକାଳୁ ଏହାକୁ ଖାଇବା ଆବଶ୍ୟକ । ଏଥିରେ ଅଳ୍ପ ମେଥିଲୋନା ଭିଜାଇ ଖାଇଲେ ମଧ୍ୟ ସୁପକ୍ ମିଳିଥାଏ । ଗୋଟେ ଗ୍ଲାସ୍ ପାଣିରେ ୧୦ଟି କିସମିତ୍ ରଖି ପାଣିକୁ ଅଧା କରିଦେବା ଆବଶ୍ୟକ । ଏହାକୁ ଏକ କାଚପାତ୍ରରେ କାଢ଼ି ଗୁଡ଼ି ମିଶାଇ ସେବନ କଲେ ମଧ୍ୟ ଚଳିବ । କିନ୍ତୁ ଏହାକୁ ଥରେ ଦୁହେଁ ଦିନରେ ୨-୩ ଥର ଏପରି କରିବା ଆବଶ୍ୟକ ହୋଇଥାଏ । ଶୁଖିଲାପୁଫ ଫଳ: ୨ଟି ଶୁଖିଲା ପୁଫ ଫଳ ସକାଳୁ ଖାଇବା ଦ୍ୱାରା ପେଟ ଜନିତ ନାନାକି ସମସ୍ୟା ଦୂର ହୋଇଥାଏ । ଏଥିରେ ପ୍ରଚୁର ପରିମାଣରେ ଫାଇବର ରହିଥାଏ ଯାହା ଶରୀରକୁ ସୁସ୍ଥ ରଖିଥାଏ । ଏଥିରେ ପ୍ରଚୁର ପରିମାଣରେ ହିତକାରୀ ବ୍ୟାକ୍ଟେରିଆ ରହିଥାଏ ଯାହା ଶରୀରକୁ ସୁସ୍ଥ ରଖିଥାଏ । ଏଥିରେ ପ୍ରଚୁର ପରିମାଣରେ ହିତକାରୀ ବ୍ୟାକ୍ଟେରିଆ ରହିଥାଏ ଯାହା ଶରୀରକୁ ଶକ୍ତି ପ୍ରଦାନ କରିଥାଏ । ଏହାକୁ ଖାଇବା ଦ୍ୱାରା ପେଟର ଭାରିପଣ ହ୍ରାସପାଏ ଓ ଦିନ ସାରା ଆରାମପ୍ରଦ ରହିଥାଏ । ଫଳରେ ଶରୀରରେ ପ୍ରଚୁର ପରିମାଣରେ ଶକ୍ତି ସରଣ ହୋଇଥାଏ ।



ପାଦର ଚିହ୍ନ, ରଙ୍ଗ, ଆକାର କହିବ ଆପଣଙ୍କ ଭବିଷ୍ୟତ: କିଏ ହେବ ଧନୀ, କିଏ ହେବ ଗରିବ

ମଣିଷର ହାତ, ଗୋଡ଼, ମୁହଁ, ଆଖି, ନାକର ଆକାରକୁ ଜ୍ୟୋତିଷ ଶାସ୍ତ୍ରରେ ଭବିଷ୍ୟତ ବିଷୟରେ ବହୁତ କିଛି ସୂଚନା ମିଳିଥାଏ । ତେବେ ପାଦର ମଧ୍ୟ ଜଣକ ବିଷୟରେ ଅନେକ ତଥ୍ୟ ଜାଣି ହୋଇଥାଏ । ପାଦରେ ଥିବା ଏପରି କିଛି ଚିହ୍ନକୁ ଅତ୍ୟନ୍ତ ଶୁଭ ଭାବେ ବିବେଚନା କରାଯାଇଥାଏ । ପାଦକୁ ଠିକ୍ ରଖି ଧନ ଓ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ସହିତ ଜଡ଼ିତ ସମସ୍ୟାକୁ ଠିକ୍ କରାଯାଇ ପାରିବ ବୋଲି କୁହାଯାଇଥାଏ ।

ପାଦ ଓ ହାତର ସମ୍ପର୍କ ଧନ ଓ ସ୍ୱାମର୍ଥ୍ୟ ସହିତ ଜଡ଼ିତ ଥାଏ । ଜ୍ୟୋତିଷ ଶାସ୍ତ୍ର ଅନୁସାରେ, ପାଦକୁ ଜଣେ ବ୍ୟକ୍ତିର ଯାତ୍ରା ବିଷୟରେ ମଧ୍ୟ ଜଣାପଡ଼ିଥାଏ । ହାତରେ ରହିଥିବା ଚିହ୍ନକୁ ସାଧାରଣ କୁହାଯାଉଥିବା ବେଳେ ପାଦର ଚିହ୍ନର ବିଶେଷ ମହତ୍ତ୍ୱ ରହିଥାଏ । ଲମ୍ବା ପାଦକୁ ମୁଖ୍ୟତଃ ପ୍ରତୀକ କୁହାଯାଇଥାଏ । ମାତ୍ର ଲମ୍ବା ପାଦ ଥିବା ବ୍ୟକ୍ତିମାନେ ଜୀବନରେ ଅନେକ ସଫଳତା ହାସଲ କରୁଥିବା ଦେଖାଯାଇଛି । ଆବଶ୍ୟକତାକୁ ଛୋଟ ପାଦ ଥିବା ଲୋକମାନେ ମାନସିକ ଚିନ୍ତାରେ ବୁଡ଼ି ରୁହନ୍ତି । ସେମାନେ ଅନେକ ସଂଘର୍ଷ କରିବା ପରେ ସଫଳତାର ସ୍ୱାଦ ଚାଖିଥାନ୍ତି । ପାଦ ନିକଟରେ ରହିଥିବା



ଆଙ୍ଗୁଳିର ରେଖା ଭଲ ଥିଲେ ବହୁତ ଲାଭ ମିଳିଥାଏ । ଯଦି ପାଦର ଗୋଟିଏ ଆଙ୍ଗୁଳି ପାଖ ଆଙ୍ଗୁଳି ଠାରୁ ଛୋଟ ହୋଇଥାଏ, ତେବେ ବ୍ୟକ୍ତି ବଡ଼ ଭାଗ୍ୟଶାଳୀ ହୋଇଥାନ୍ତି । ଯଦି ପାଦର ସବୁଠାରୁ ଛୋଟ ଆଙ୍ଗୁଳିର ନଖ ବହୁତ ଛୋଟ ତେବେ ଜଣେ ଜୀବନରେ ବହୁତ ମୁର୍ଦ୍ଧଳ ସମୟ ଦେଇ ଗତି କରିଥାଏ । ଯଦି ସବୁଠାରୁ ଛୋଟ ଆଙ୍ଗୁଳି ଲମ୍ବା ହୋଇଥାଏ ତେବେ ଜଣକ ପାଖରେ ଅର୍ଥର ଅଭାବ ରହିନଥାଏ । ଯଦି ପାଦର ଆଙ୍ଗୁଳିଗୁଡ଼ିକ ତେଜିମେଡ଼ି ହୋଇଥାନ୍ତି ତେବେ ବ୍ୟକ୍ତିକ

ଭାଗ୍ୟରେ ଦୁର୍ଭାଗ୍ୟ ବିବାହ ଯୋଗ ରହିଥାଏ । ପାଦର ଆଧୁକ ବଡ଼ ହୋଇଥିଲେ ଏହାକୁ ବାମାମାର ପ୍ରତୀକ ଭାବେ ଗ୍ରହଣ କରାଯାଇଥାଏ । ଯଦି ପାଦର ଆଙ୍ଗୁଳିରୁ ଏକ ସିଧା ରେଖା ଚଳୁଥିଲେ ତେବେ ବ୍ୟକ୍ତି ବୁଦ୍ଧିମାନ ହୋଇଥାଏ । ଯେତେ କମ ରେଖା ଥାଏ ଜଣେ ସେତେ ଅଧିକ ଭାଗ୍ୟବାନ ହେବ । ପାଦରେ ଅଧିକ ରେଖା ଥିଲେ ଜଣକୁ ଜୀବନରେ ଅଧିକ ଜାଲରେ ପଡ଼ିବାକୁ ହୋଇଥାଏ । ଏପରି ଲୋକମାନେ ବହୁତ ପ୍ରୟାସ ପରେ

ମଧ୍ୟ ସାଧନ ଯୋଗାଡ଼ କରିବାରେ ଅସମର୍ଥ ହୋଇଥାନ୍ତି । ପାଦରେ ଶଙ୍ଖ ବା ଚକ୍ର ରହିଥିଲେ ତାହାକୁ ଅତ୍ୟନ୍ତ ଦୁର୍ଲ୍ଲଭ ଓ ମହାପୁରୁଷଙ୍କ ପାଦ ବୋଲି ଗ୍ରହଣ କରାଯାଇଥାଏ । ଏପରି ଲୋକମାନେ ଜୀବନରେ ବଡ଼ ସଫଳତା ହାସଲ କରିଥାନ୍ତି । ପାଦର ରଙ୍ଗ ହାଲୁକା ଗୋଲାପୀ ବା ଧଳା ରହିଥିଲେ ବ୍ୟକ୍ତି ସର୍ବଦା ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟବାନ ରହିଥାଏ । ପାଦର ରଙ୍ଗ ହଳଦିଆ ହୋଇଥିଲେ ବ୍ୟକ୍ତି ଖରାପ ଦାମ୍ପତ୍ୟ ଜୀବନରେ ସାମ୍ନା କରିଥାନ୍ତି । ସେ ସର୍ବଦା ନିଜ ପାର୍ଟିନରଙ୍କ ସହିତ ଝଗଡ଼ା କରିଥାନ୍ତି ।

ନୂଆ ଜୋଡ଼ା ଡବ୍‌ରେ କାହିଁକି ଥାଏ ଛୋଟ ଧଳା ପୁଡ଼ିଆ: ଜାଣନ୍ତୁ କାରଣ

ଘରକୁ ଯେତେବେଳେ କିଛି ନୂଆ ଇଲେକଟ୍ରୋନିକ ଆଇଟମ କିଣା ବ୍ୟାଗ ଜୋଡ଼ା କିଣା ହୋଇ ଆସିଥାଏ ସେଥିରେ ଏକ ଧଳା ଛୋଟ ପ୍ୟାକେଟ ଦେଖିବାକୁ ମିଳିଥାଏ । ଏହାକୁ ଦେଖି ଆମେ ଭାବି ଥାଉ ହିଁ ଏମିତି କିଛି କାରଣ ପାଇଁ ଏଥିରେ ଅଛି । ହେଲେ ଏହି ପ୍ୟାକେଟ ଏକ ଜରୁରୀ ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟ ନେଇ ନୂଆ ଜିନିଷରେ ଦିଆଯାଇଥାଏ । ଆପଣ ଜାଣିଛନ୍ତି କି ଏହା ପଛରେ ଥିବା କାରଣ କଣ ? ଯଦି ଆପଣ କେବେ ଏହି ପ୍ୟାକେଟକୁ ହାତରେ ଖର୍ଚ୍ଚ କରିଥିବେ ଜାଣନ୍ତୁ ଏଥିରେ ଯେମିତି ଛୋଟ ଛୋଟ ମାଲି ଅଛି । ତେବେ ତାହା ହେଉଛି ଛୋଟ ଛୋଟ ମୋତି ପରି ସିଲିକା କେଳ । ବାୟୁରେ ଥିବା ଓଦାପଣକୁ ଟାଣିବାର କ୍ଷମତା ରଖିଥାଏ ସିଲିକା କେଳ । ଏହି କ୍ଷମତା ପାଇଁ ନୂଆ ପ୍ରଦକ୍ଷଣ କରାଯାଇ ଏହାକୁ ଦିଆଯାଇଥାଏ । ତେବେ ଏହା ପଛରେ କଣ ରହିଛି କାରଣ ? କହିବାକୁ ଗଲେ ଜୋଡ଼ା ଟିଆରି ଠାରୁ ଆରମ୍ଭ କରି ଷ୍ଟୋରରେ ରଖିବା ଏବଂ ବିକ୍ରି ହେବା ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ତାହା ଗୋଟିଏ ଡବ୍‌ରେ ବନ୍ଦ ହୋଇ ରହିଥାଏ । ତେବେ ଏତେ ସମୟ ଧରି ଯଦି ଗୋଟିଏ ବନ୍ଦ ଡବ୍‌ରେ ଜିନିଷ ରୁହେ ଏବଂ ବାୟୁରେ ଥିବା ଓଦା କରଣକୁ ଖରାପ ହୋଇଯାଏ । କାରଣ ଓଦାପଣ ପାଇଁ ବ୍ୟାକ୍ଟେରିଆ ଲାଗିଯାଆନ୍ତି । ଫଳରେ ଜିନିଷ ବା ଜୋଡ଼ାକୁ ଦୁର୍ଗନ୍ଧ ଆସିଥାଏ । ଏପରି ହେବା ଦ୍ୱାରା ପ୍ରଦକ୍ଷଣ ଖରାପ ହୋଇପାରେ ଯାହାଫଳରେ ଦୋକାନୀଙ୍କୁ ଏହାର କ୍ଷତି ସହିବାକୁ ପଡ଼ିବ । ସିଲିକାକେଳ ଏହି କାରଣ ପାଇଁ ନୂଆ ପ୍ୟାକେଟରେ ଦିଆଯାଏ ।



ଶାରୀରିକ ସମ୍ପର୍କ ଦ୍ୱାରା ରକ୍ତଚାପ, ହାର୍ଟ ଆଟାକ ଓ ହୃଦରୋଗ ହ୍ରାସ ପାଇବ, ଆୟୁଷ ବଢ଼ିବ, ମନୋବଳ ଦୃଢ଼ ହେବ: ରିସର୍ଚ୍ଚ



ସାପମାନେ ବି କରିଥାନ୍ତି 'ସୁଇସାଇଡ୍'

ଆମ ପୃଥିବୀ ପୃଷ୍ଠରେ ଅନେକ ପ୍ରକାରର ଜୀବଜନ୍ତୁ, ସରୀସୃପ, ବୃକ୍ଷଲତା ରହିଛନ୍ତି । ତେବେ ଅନେକ ସମୟରେ ବୃକ୍ଷଲତା ଓ ସରୀସୃପକୁ ନେଇ ନୂଆ ନୂଆ ରିସର୍ଚ୍ଚ ତଥ୍ୟ ସାମ୍ନାକୁ ଆସିଥାଏ । ତେବେ ଆପଣମାନେ ଜାଣନ୍ତି ସାପମାନେ ମଧ୍ୟ ସୁଇସାଇଡ୍ କରିଥାନ୍ତି । ଅନେକ ଲୋକ ଏନେକ ଅଜ୍ଞାତ ଆଖାଡ଼ି । ତେବେ ଏକଥା ସତ ବୋଲି ରିସର୍ଚ୍ଚ ରିପୋର୍ଟରୁ ଖୁଲାସା ହୋଇଛି । ସାଧାରଣ ଭାବେ ମଣିଷମାନେ ଅନେକ ସମୟରେ କଠିନ ପରିସ୍ଥିତିକୁ ସାମ୍ନା କରି ନପାରି ଆତ୍ମହତ୍ୟା କରିଥାନ୍ତି । ଅତ୍ୟୁତ ଭାବେ ସାପମାନେ ମଧ୍ୟ ଆତ୍ମହତ୍ୟା କରୁଥିବାର ନେଇ ଅତୀତରେ କରାଯାଇଥିବା ଏକ ରିସର୍ଚ୍ଚରୁ ଜଣାପଡ଼ିଥିଲା । ତେବେ ଏହି ଖବରକୁ ନେଇ ପ୍ରଥମେ ଗବେଷକମାନେ ବୁଝିପାରୁ ନଥିଲେ । ଗୋଟିଏ ବିଷାକ୍ତ ସାପ ଆତ୍ମହତ୍ୟା କରିଥିବା ନେଇ ଅଷ୍ଟ୍ରେଲିଆର ରିସର୍ଚ୍ଚକମାନେ ଖବର ଦେଇଥିଲେ । ତେବେ ଜଣାପଡ଼ିଥିଲା ଯେ, ଆତ୍ମହତ୍ୟା କରିଥିବା ବିଷାକ୍ତ ସାପର ନାମ ହେଉଛି ଟ୍ରି ଭାଇନ । ତାହା ସାଧାରଣ ଭାବେ ଅଷ୍ଟ୍ରେଲିଆରେ ଦେଖାଯାଇଥାଏ । କେବଳ ସହରରେ ରହୁଥିବା ମୈତ୍ର ହେଉନ ନାମକ ଜଣେ ସାପ ଧରାଳି ଏହି ଘଟଣାକୁ ଦେଖିଥିଲେ । ହେଉନ ଏକ ଫ୍ରେସ୍‌ବାଉଟରେ ଏହା ଭଲଖୁଣି କରିଥିଲେ ଯେ, ଜଣେ ମହିଳାଙ୍କ ଘର ବାହାରେ ଏକ ଟ୍ରି ଭାଇନ ସାପ ଥିବା ସେ ଖବର ପାଇଥିଲେ । ମାତ୍ର ମହିଳାଙ୍କ ସ୍ତନରୁ ମୃତାବକ ସାପଟି ବୁଲି ଘଣ୍ଟା ଧରି ଗୋଟିଏ ସ୍ତାନରେ ପଡ଼ି ରହିଥିଲା । ସେ ସାପଟି ପାଖକୁ ଯାଇ ଦେଖିଲେ ଯେ, ସାପଟି ନିଜ ପାଟିରେ ବେକକୁ ବଦାଉ ଦେଇଥିଲା । ଫଳରେ ତା'ର ମୃତ୍ୟୁ ଘଟିଥିଲା । ସାପଟି ଏଭଳି ଅବସ୍ଥାରେ ମୃତ୍ୟୁବରଣ କରିବା ହେଉନଙ୍କୁ ସନ୍ଦେହରେ ପକାଇ ଦେଇଥିଲା । ତେଣୁ ସେ ଏହାର ସତ୍ୟାସତ୍ୟ ଜାଣିବା ପାଇଁ ସାପଟିକୁ ପରୀକ୍ଷାଗାରକୁ ନେଇ ପରୀକ୍ଷା କରାଉଥିଲେ । ସାପଟିର ବିଷ ନିଜ ଶରୀରରେ ପହଞ୍ଚିବା ଦ୍ୱାରା ତା'ର ମୃତ୍ୟୁ ହୋଇଥିବା ପରୀକ୍ଷାକୁ ସ୍ପଷ୍ଟ ହୋଇଥିଲା ।



ହେଉଛି ପ୍ରଥମ ଘଟଣା । ଏଥିସହିତ ରିସର୍ଚ୍ଚକାରୀମାନେ ଜଣେ ରୋଗୀର ହେଉନରେ କିପରି ପକିବିକୁ ମୃତ୍ୟୁ ଉତ୍ତାପିତ କରାଯିବ ସେ କ୍ଷେତ୍ରରେ ମଧ୍ୟ ସଫଳତା ହାସଲ କରିଛନ୍ତି ।

ଶୀତଦିନରେ ସେବନ କରନ୍ତୁ ନାହିଁ ଏହି ୪ଟି ଖାଦ୍ୟ; ନଚେତ ହୋଇପାରେ ହୃଦଘାତ ଆଶଙ୍କା

ପ୍ରତ୍ୟେକ ବ୍ୟକ୍ତିର ରୋଗପ୍ରତିରୋଧକ ଶକ୍ତି ବେଳେ ବେଳେ ଦୁର୍ବଳ ହୋଇଯାଏ । ଫଳରେ ଅତି ସହଜରେ ବିଭିନ୍ନ ପ୍ରକାର ଶରୀରରେ ପ୍ରବେଶ କରିଥାଏ । ତେଣୁ ଏହି ମୌସୁମୀ ପରିବର୍ତ୍ତନରେ ଆପଣମାନେ ନିଜ ଖାଦ୍ୟପେୟ ପ୍ରତି ଅଧିକ ଯତ୍ନବାନ ହେବା ସହ ଶରୀର ପ୍ରତି ଧ୍ୟାନ ରଖିବା ଆବଶ୍ୟକ । ତେବେ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ବିଶେଷଜ୍ଞମାନଙ୍କ ମତରେ ଏହି ଶୀତରତ୍ନରେ ଏପରି କିଛି ଖାଦ୍ୟ ଅଛି ଯାହାକୁ ସେବନ କରିବା ଅନୁଚିତ୍ । ଆପଣମାନେ ଯଦି ସେହି ଖାଦ୍ୟ ସେବନ କରନ୍ତି ତେବେ ହୃଦଘାତ ପରି ସମସ୍ୟା ଉତ୍ପତ୍ତିବାର ଅନେକ ସମ୍ଭାବନା ରହିଛି । ବର୍ତ୍ତମାନ ଆସନ୍ତୁ ଜାଣିବା ସେହି ୪ଟି ଖାଦ୍ୟ ବିଷୟରେ...

- ରେଡମିଟ୍ (ଲାଲମିଂସ): ଲାଲ ମିଂସ ସେବନ କରିବା ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ପକ୍ଷେ କ୍ଷତିକାରକ ହୋଇଥାଏ । କାରଣ ଏଥିରେ ପ୍ରଚଣ୍ଡ ପିମାଣର ସେଲ୍‌ରେଟ୍ ଫ୍ୟାଟ୍ ଏବଂ କୋଲେଷ୍ଟ୍ରଲ ରହିଥାଏ ଯାହାକି ହୃଦଘାତ ପରି ସମସ୍ୟା ସୃଷ୍ଟି କରେ । ତେଣୁ ଶୀତଦିନରେ ରେଡମିଟ୍ ସେବନ କରିବା ଉଚିତ ନୁହେଁ ।
- ଫାଷ୍ଟ ଫୁଡ୍: ଆପଣମାନେ ଫାଷ୍ଟ ଫୁଡ୍ ସେବନ ଠାରୁ ଦୂରରେ ରହିବା ଆବଶ୍ୟକ । କାରଣ ଶୀତଦିନରେ ଶରୀରକୁ କମ ଝାଳ ନିର୍ଗତ ହୁଏ ଏବଂ ଶରୀର ଅଳ୍ପଶୁଆ ଲାଗିଥାଏ । ଫଳରେ ଆମ ଖାଦ୍ୟ ଶାସ୍ତ୍ର ହଜମ ହୋଇନଥାଏ । ଏପରି ସ୍ଥିତିରେ ତେଲ ମସଲା କାଟିୟ ଖାଦ୍ୟ କିମ୍ବା ଫାଷ୍ଟ ଫୁଡ୍ ସେବନ କଲେ ଏହା ଶରୀରରେ କୋଲେଷ୍ଟ୍ରଲ ମାତ୍ରାକୁ ବଢ଼ାଇ ଦେଇଥାଏ । ଫଳରେ ଏହାକୁ ସେବନ କରିବା ଦ୍ୱାରା ମେଦବହୁଳତା ଏବଂ ହୃଦଘାତ ପରି ସମସ୍ୟା ସୃଷ୍ଟି ହୋଇଥାଏ । ତେଣୁ ଏପରି ଖାଦ୍ୟଠାରୁ ଦୂରରେ ରୁହନ୍ତୁ ।
- ତେଲ କାଟିୟ ଖାଦ୍ୟ: ଅନେକ ଲୋକ ତେଲ କାଟିୟ ଖାଦ୍ୟ ଅର୍ଥାତ୍ ଛଣାଛଣି ଖାଦ୍ୟ ଖାଇବାକୁ ପସନ୍ଦ



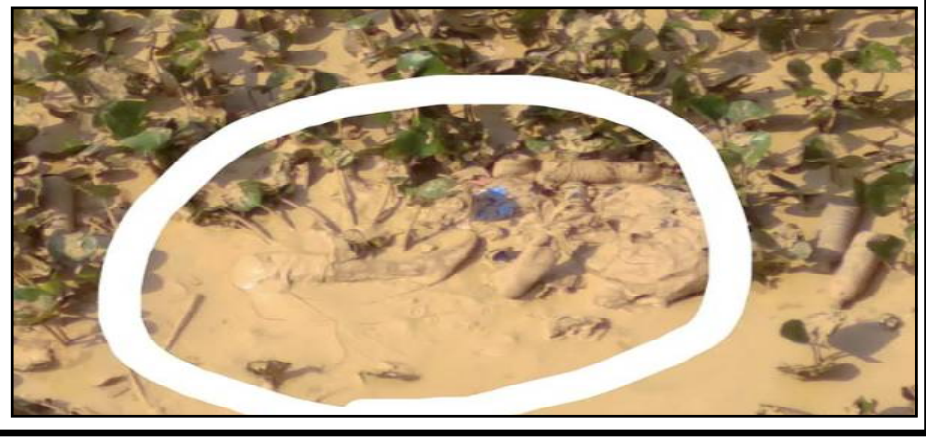
କରିଥାନ୍ତି । କିନ୍ତୁ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ବିଶେଷଜ୍ଞମାନଙ୍କ ମତରେ ଏପରି ଖାଦ୍ୟ ଖାଇବା ଶରୀର ପ୍ରତି ବିପଦ ଆମ୍ଭମାନଙ୍କୁ । କାରଣ ଏହି ତେଲ କାଟିୟ ଖାଦ୍ୟ ଶରୀରରେ କୋଲେଷ୍ଟ୍ରଲ ମାତ୍ରାକୁ ବଢ଼ାଇବାରେ ସାହାଯ୍ୟ କରେ । ଫଳରେ ଶରୀରରେ ବିଭିନ୍ନ ପ୍ରକାର ରୋଗ ଦେଇଥାଏ । ତେଣୁ ଏହିପରି ଖାଦ୍ୟଠାରୁ ଦୂରରେ ରୁହନ୍ତୁ ।

- ମିଠା କାଟିୟ ଖାଦ୍ୟ: ମିଠା କାଟିୟ ଖାଦ୍ୟ ଯେପରି ଚାହା, କଫି ଚକୋଲେଟ୍, ସେସ୍‌ସି ଆଦି ଖାଦ୍ୟ ଖାଇବାକୁ ଅନେକ ଲୋକେ ପସନ୍ଦ କରୁଥିବା ବେଳେ ଏହା ଶରୀରରେ କୋଲେଷ୍ଟ୍ରଲ ମାତ୍ରା ବୃଦ୍ଧି କରିବାରେ ସାହାଯ୍ୟକରେ ଫଳରେ ହୃଦଘାତ ହେବାର ଅନେକ ସମ୍ଭାବନା ଥାଏ । ତେଣୁ ମିଠାକାଟିୟ ଖାଦ୍ୟଠାରୁ ଦୂରରେ ରହିବା ଆବଶ୍ୟକ ।

ରେଳଖାଇ ପଙ୍କରେ ଅଜଣା ଶବ : ଉଦ୍ଧାର ଲାଗି ପ୍ରୟାସ

କଳେଶ୍ୱର ୪/୪(ନିପ୍ର) : ଖତରପୁରରୁ ଉଦ୍ଧୃତ ଶବ ରେଳ ଲାଇନ୍ ନିର୍ମାଣ ହେଉଥିବାବେଳେ ବିଭିନ୍ନ ସ୍ଥାନରେ ରେଳ ଡିଆରି ଚାଲିଛି । କଳେଶ୍ୱର ନୂଆବଜାର ଉତ୍ତରପାଳ ନିକଟ ସହିତ ପାଠାରେ ପୋଲ ନିର୍ମାଣ ହେଉଥିବା ସ୍ଥାନରେ ଥିବା ପଙ୍କରେ ଏକ ଅଜଣା ଶବ

ପୋତି ରହିଥିବା ଦେଖିବାକୁ ମିଳିଛି । ଶବଟି ସଂପୂର୍ଣ୍ଣ ପଙ୍କରେ ପୋତି ଯାଇଥିବା ବେଳେ ଏହାର ଗୋଟ ଉପରକୁ ରହିଥିବା ସ୍ଥାନରେ ଦେଖି କିଆରିକୁ ଖବର ଦେଇଥିଲେ ଆଜି ଅପରାହ୍ନରେ ଆରପିଏଫ୍ ଓ କିଆରି ଘଟଣାସ୍ଥଳରେ ପହଞ୍ଚି ଶବ ଉଦ୍ଧାର ଲାଗି ପ୍ରୟାସ ଜାରି ରଖିଛନ୍ତି ।



କଳେଶ୍ୱର ଯୁବ ମଞ୍ଚର ରକ୍ତଦାନ ଶିବିର : ୯୩ ଯୁନିଟ୍ ସଂଗୃହୀତ

କଳେଶ୍ୱର ୪/୪(ନିପ୍ର) : କଳେଶ୍ୱର ଯୁବ ମଞ୍ଚ ପକ୍ଷରୁ ବଡ଼ନାଭୀରାଜ ମନ୍ଦିର ସମ୍ମିଳନୀ କକ୍ଷରେ ଏକ ରକ୍ତଦାନ ଶିବିର ଅନୁଷ୍ଠିତ ହୋଇଛି । ଏହାକୁ ପୌଳପାଳ ପ୍ରତାପ କୁମାର ପ୍ରଧାନ ଉଦ୍ଘାଟନ କରିଥିଲେ । ଅତିଥିଭାବେ ବରିଷ୍ଠ ଶିକ୍ଷାବିତ୍ ବିଷ୍ଣୁପଦ ମହାନ୍ତି, ସୁଭ୍ରାତ୍ ସେଖର ଦାସ ମହାପାତ୍ର, ଲାୟନ୍ କ୍ଲବ୍ ସଭାପତି ଜିତାରାମ ଦେ, ବିବେକ ଜେନ, ଜିଲା ରକ୍ତଦାତା ସଂଘର ସଭାପତି କମଳ ଚକ୍ରବର୍ତ୍ତୀ ଓ କାଉନ୍ସିଲର



ରମନ ଦାସ ଯୋଗ ଦେଇଥିଲେ । ଆୟୋଜିତ ସଭାରେ ଯୁବ ମଞ୍ଚର ସଭାପତି ରାଜେଶ କୁମାର ଠକର ଅଧ୍ୟକ୍ଷତା କରିଥିବା ବେଳେ ସଂପାଦକ ଗୋପାଳ କୃଷ୍ଣ କଟକା ସ୍ୱାଗତ ଓ କୋଷାଧ୍ୟକ୍ଷ ମୋଲଚରା ଲାଡ଼ା ସଂଯୋଜନା କରିଥିଲେ । ଏଥିରେ ମୋଟ ୯୩ ଯୁନିଟ୍ ରକ୍ତ ସଂଗୃହୀତ ହୋଇଥିବା ବେଳେ ରକ୍ତା ଉଦ୍ଧାରର ତାତ୍କାଳିନ ନିୟମାବଳୀ

ଯୋଗ ଦେଇଥିଲେ । ଅନ୍ୟମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ସାଥକ ସାହୁ, ପ୍ରଶାନ୍ତ ପ୍ରଧାନ, ସରୋଜ ପ୍ରଧାନ, ରାଜେଶ ଦତ୍ତ, ପ୍ରକାଶ ଠାକୁର, ନିଖିଳ ରାଠୋର, ସୁକୁ ପ୍ରସାଦ ସାମନ୍ତ ଦାସ, ବିନୋଦ ସାହୁ, ଅନୁପ କର, ରାଜେଶ ଅଗ୍ରୱାଲ, ସୁକୁ ଦତ୍ତ ଦାସମହାପାତ୍ର, ରାମନାରାୟଣ ଦାସ, ମନୋଜ ପ୍ରଧାନ, ସୁଜିତ ଦାସ, ମନିଷ ରାଜମଣିଆ, ଅଧିର ଗିରି, ନୟନ ଦତ୍ତପ୍ରମୁଖ ପରିଚାଳନା କରିଥିଲେ ।

ନୀଳଗିରି ଶିକ୍ଷା ବିଭାଗରେ ପୁଲ୍ଲୀପୁଲ୍ଲୀ ନକଲି ସାର୍ଟିଫିକେଟ : ଛାତ୍ରଛାତ୍ରୀଙ୍କ ଭାଗ୍ୟକୁ ନେଇ ଖେଳ ଖେଳୁଛି ବିଭାଗ

ନୀଳଗିରି - ୪/୪ ରା. ୧୫.୩୦ ବିଭିନ୍ନ ସ୍ଥାନରେ ଏବେ ନକଲି ସାର୍ଟିଫିକେଟ ଧାରାଳକ ଧରପତ୍ର ଚାଲିଥିବା ବେଳେ ବାଲେଶ୍ୱର ନୀଳଗିରି ଶିକ୍ଷା ଜିଲ୍ଲାରେ ନକଲି ସାର୍ଟିଫିକେଟ ଧାରୀ କିଛି ଶିକ୍ଷକ / ଶିକ୍ଷୟିତ୍ରୀଙ୍କ ସାର୍ଟିଫିକେଟ ସୂଚନା ଆଇନ ଅଧିକାର ବଳରେ ହସ୍ତଗତ ହୋଇଛି । ଏଭଳି କାଳ ଶିକ୍ଷକ ନିଯୁକ୍ତି ଫଳରେ ପ୍ରକୃତ ଶିକ୍ଷାର ଅବସ୍ଥା ହୋଇଥିବା ବେଳେ ବହୁ ମେଧାବୀ ଛକିରି ପାଇବାକୁ ବଞ୍ଚିତ ହେଉଛନ୍ତି । ସୂଚନା ଅନୁଯାୟୀ ପୂର୍ବରୁ ଗଣଶିକ୍ଷକ ଭାବେ ନିଯୁକ୍ତି ପାଇଥିବା କିଛି ଶିକ୍ଷକ ମାଧ୍ୟମିକ ସାର୍ଟିଫିକେଟ ଦେଇ ଛକିରି କରିଥିଲେ । ପରବର୍ତ୍ତୀ ସମୟରେ ରାଜ୍ୟ ସରକାର +୨ ବାଧ୍ୟତାମୂଳକ ବୋଲି ଘୋଷଣା

ପରେ ନୀଳଗିରିର କିଛି ଅଂଚଳର ଶିକ୍ଷକ ଏହି ସାର୍ଟିଫିକେଟ ହାସଲ ପାଇଁ ଆପ୍ରାଣେ ଚେଷ୍ଟା କରିଥିଲେ । ପରେ କିଛି ଶିକ୍ଷକ ୨୦୧୩ ମସିହା ବେତନତା ଜବାହାର ନବଦୋୟ ବିଦ୍ୟାଳୟରେ ପରୀକ୍ଷା ଦେବା ପାଇଁ ଏଡ଼ମିଶନ ମଧ୍ୟ ହୋଇ ଫେଲ ହୋଇଥିଲେ । ମାତ୍ର ସରକାରଙ୍କ ଗାଇଡ଼ଲାଇନକୁ ପରିପୂର୍ଣ୍ଣ କରିବା ପାଇଁ ଅସାଧୁ ଉପାୟ ଅବଲମ୍ବନ କରି ପର୍ଯ୍ୟବସ୍ତା ରାଜ୍ୟର ସୋନାରପୁର ସ୍ଥିତ ରାମକୃଷ୍ଣ ମିଶନ ବିଦ୍ୟାଳୟରୁ ନକଲି ସାର୍ଟିଫିକେଟ ହାସଲ କରି ବିଭାଗକୁ ଦେଇଥିଲେ । ଯାହା ସେହି ଶିକ୍ଷାବର୍ଷର ସାର୍ଟିଫିକେଟ ଥିଲା । ଏକ ଶିକ୍ଷାବର୍ଷର ଗୋଟିଏ ସ୍ଥାନରେ ଫେଲ ହୋଇଥିବା ବେଳେ ଅନ୍ୟ ଅନୁଷ୍ଠାନର କି ପରି ପାସ

ସାର୍ଟିଫିକେଟ ପାଇପାରେ ତାହା ତଦତ୍ତ ସାପେକ୍ଷ । ଉକ୍ତ ଘଟଣା ଲୋକଲୋଚନକୁ ଆସିବା ପରେ ସୂଚନା ଆଇନ ଅଧିକାର ବଳରେ ଉକ୍ତ ତଥ୍ୟ ପଢ଼ାକୁ ଆସିଥିଲା । ଏହିଭଳି ଚିନିକଣ ଶିକ୍ଷକ / ଶିକ୍ଷୟିତ୍ରୀ ନୀଳଗିରି ଶିକ୍ଷା ଜିଲ୍ଲାରେ ମିଳିଥିବା ବେଳେ ଉକ୍ତ ଚିନିକଣ ଶିକ୍ଷକ ଏବେ ମଧ୍ୟ କାର୍ଯ୍ୟରେ ଅଛନ୍ତି । ଯେଉଁମାନେକି ଦୀର୍ଘ ବର୍ଷ ଧରି ସରକାରୀ ତହବିଲକୁ ଏବେ ମଧ୍ୟ କାର୍ଯ୍ୟରେ ଅଛନ୍ତି । ଯେଉଁମାନେକି ଦୀର୍ଘ ବର୍ଷ ଧରି ସରକାରୀ ତହବିଲକୁ କୋଟି କୋଟି ଟଙ୍କା ଆନୁସାରେ କରିଥିବା କଣାଯାଇଛି । ଉକ୍ତ ଚିନିକଣ ଏବେ ନୀଳଗିରି ଦୁଇଟି ଅଂଳାପାଳ ପ୍ରାଥମିକ ବିଦ୍ୟାଳୟର ଶିକ୍ଷୟିତ୍ରୀ ଦେବକୀ ଦେବହୋତା, ଗୋରାସାହି ପ୍ରାଥମିକ

ବିଦ୍ୟାଳୟର ଶିକ୍ଷକ ଗୋବିନ୍ଦ ସାହୁ, ଉଷାନେତ୍ରି ପ୍ରାଥମିକ ବିଦ୍ୟାଳୟର ଶିକ୍ଷୟିତ୍ରୀ ତରୁଲତା ଦେବହୋତା । ଉକ୍ତ ଚିନିକଣ ଶିକ୍ଷକ ଶିକ୍ଷୟିତ୍ରୀ ମଧ୍ୟରୁ ଦେବକୀ ଦେବହୋତାଙ୍କର ସାର୍ଟିଫିକେଟ ଯାଂଚ କରାଯାଇ ବାଲେଶ୍ୱର ଜିଲ୍ଲା ଶିକ୍ଷାଧିକାରୀଙ୍କୁ ପ୍ରଦାନ କରାଯାଇଥିବା କଥା ନୀଳଗିରି ବି.ଉ.ଓ. ସ୍ୱିଗ୍ସ ପଞ୍ଚା ପ୍ରକାଶ କରିଥିବା ବେଳେ ଅନ୍ୟ ୨ ଜଣ ଶିକ୍ଷକ / ଶିକ୍ଷୟିତ୍ରୀଙ୍କ ସାର୍ଟିଫିକେଟକୁ ଯାଂଚ କରାଯିବ ବୋଲି କହିଛନ୍ତି । ତେବେ ପ୍ରକୃତରେ ଉକ୍ତ ଦୁଇଜଣ ଏହି ଚିନିକଣ ଶିକ୍ଷକ ଶିକ୍ଷୟିତ୍ରୀଙ୍କ ସାର୍ଟିଫିକେଟ ଦେଇ ଛକିରି କରିଛନ୍ତି ନା ଆଉ କେତେ ଶିକ୍ଷକ ଶିକ୍ଷୟିତ୍ରୀ ଏହିଭଳି କାଳ ସାର୍ଟିଫିକେଟ ଦେଇ ଛକିରି କରିଛନ୍ତି ତାହା ତଦତ୍ତ ସାପେକ୍ଷ ।

ନଦୀରେ ଗାଧୋଇବା ବେଳେ ପାଣିରେ ବୁଡ଼ି ୩ ମୃତ ୨ ଗୁରୁତର

ଉଦ୍ଧୃତ ୪/୪/୨୩ ୫ଜଣ ଛାତ୍ର ଯାଙ୍ଗ ହୋଇ ନଦୀକୁ ଗାଧୋଇବା ପାଇଁ ଯାଇଥିଲେ । ବିଧିର ବିଧାନ ଥିଲା ଅଲଗା । ଗାଧୋଇବା ବେଳେ ସମସ୍ତ ୫ ଜଣ ଛାତ୍ର କୌଣସି କାରଣରୁ ବୁଡ଼ି ଗଲେ । ଏହି ପରି ଅଭୟ ଘଟଣା ଉଦ୍ଧୃତ କିଲ୍ଲା ଦେଇ ପ୍ରସାରିତ ନାଲିଆ ନଦୀରେ । ୫ଜଣ ଛାତ୍ର ବୁଡ଼ି ଗଲେ ଏବେ ନେଇ ଖବର ପାଇ ଅଗ୍ନିଶମ ଦାସିନୀ ଘଟଣା ସ୍ଥଳରେ ପହଞ୍ଚି ସେମାନଙ୍କୁ



ଗୁରୁତର ଅବସ୍ଥାରେ ଉଦ୍ଧାର କରିଥିଲେ । ପରେ ସେଠାରେ ପ୍ରାଥମିକ ଚିକିତ୍ସା ପରେ ସମସ୍ତଙ୍କୁ ସରକାରୀ ଅବସ୍ଥାରେ ଉଦ୍ଧୃତ କିଲ୍ଲା ମୁଖ୍ୟ ଚିକିତ୍ସାଳୟକୁ ସ୍ଥାନାନ୍ତରିତ କରାଯାଇଥିଲା । ଉଦ୍ଧୃତ କିଲ୍ଲା ଗ୍ରାମାଞ୍ଚଳ ଥାନା ଅନ୍ତର୍ଗତ ଲାଲୁଡ଼ି ଅଞ୍ଚଳରେ ଘଟିଛି ଏହି ପରି ଅଭୟ । ସୂଚନା ଅନୁଯାୟୀ ଗ୍ରାମାଞ୍ଚଳ ଥାନା ଅଧିକାରୀଙ୍କୁ ଅଞ୍ଚଳର ୫ଜଣ ସାଙ୍ଗ

ଗାଧୋଇବା ବେଳେ ବୁଡ଼ି ଯାଇଥିଲେ । ଦୁଇ ଜଣ ଉଦ୍ଧାର ହୋଇଥିବା ବେଳେ ୩ ଜଣ ବୁଡ଼ି ଯାଇଥିଲେ । ସ୍ଥାନୀୟ ଲୋକେ ଉଦ୍ଧାର କରି ଉଦ୍ଧୃତ ମେଡିକାଲକୁ ଆଣିଥିବା ବେଳେ ୩ ଜଣଙ୍କୁ ମୃତ ଘୋଷଣା କରିଛନ୍ତି । ଉଦ୍ଧୃତ ବିଧାୟକ ଓ ବୁଦ୍ଧ ଅଧ୍ୟକ୍ଷା ମେଡିକାଲରେ ପହଞ୍ଚିଛନ୍ତି । ମୃତକ ହେଉଛନ୍ତି ପ୍ରଣୟ କେଳା, ସୁଚି ରଞ୍ଜନ ସାହୁ ଓ ରଜତ ଜେନା । ସମସ୍ତେ ଚରମା ମହାବିଦ୍ୟାଳୟର ଛାତ୍ର ବୋଲି ସୂଚନା ମିଳିଛି ।

ସିଏସଆର୍ ଏବଂ ପରିବେଶ ପଦକ୍ଷେପ ପାଇଁ ସେଲ୍, ରାଉରକେଲା ଇତ୍ୟାଦି କାରଖାନାର ସମ୍ମାନଜନକ ଗ୍ରୋ କେୟାର ପୁରସ୍କାର ଲାଭ

ରାଉରକେଲା ୪/୪(ନିପ୍ର) : ରାଉରକେଲା ଉଦ୍ଧାର କାରଖାନା (ଆରଏସପି) ସମ୍ମାନଜନକ ଗ୍ରୋ କେୟାର ଇଣ୍ଡିଆ ସିଏସଆର୍ ଶିକ୍ଷା ପୁରସ୍କାର ୨୦୨୨ ଏବଂ ଗ୍ରୋ କେୟାର ପରିବେଶ ଉନ୍ନତତା ପୁରସ୍କାର ୨୦୨୨ରେ ସ୍ୱର୍ଣ୍ଣ ପୁରସ୍କାର ଲାଭ କରିଛି । ଏହି ପୁରସ୍କାର ନୂଆଦିଲ୍ଲୀରେ ଏପ୍ରିଲ ୩ ତାରିଖରେ ଅନୁଷ୍ଠିତ ଏକ ବର୍ଷାଦିନ ଉତ୍ସବରେ ପ୍ରଦାନ କରାଯାଇଥିଲା । ସହର ପ୍ରଶାସନ ଓ ସିଏସଆର୍ ବିଭାଗର ସିଦ୍ଧିଧର, ଶ୍ରୀ ଅକ୍ଷୟ କୁମାର ନାୟକ ଏବଂ ପରିବେଶ ଉତ୍ତରାଧିକାରୀ ବିଭାଗର କିଏମ ଇନ୍-ଚାର୍ଜ, ଶ୍ରୀ ପି ବି ଦାଶ ଆରଏସପି ପକ୍ଷରୁ ଏହି ପୁରସ୍କାର ଗ୍ରହଣ କରିଥିଲେ । ଏହି କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମରେ ମାନ୍ୟବର ଉଦ୍ଧାର ଏବଂ ଗ୍ରାମ୍ୟ ଉନ୍ନୟନ ରାଷ୍ଟ୍ରମନ୍ତ୍ରୀ ଶ୍ରୀ ପ୍ରତାପ ସିଂ କୁଲକେରୀ ମୁଖ୍ୟ ଅତିଥି ଭାବରେ ଯୋଗ ଦେଇଥିଲେ । ଏହି ଅବସରରେ କାର୍ଯ୍ୟ ବିଭାଗର ପ୍ରଶାସନ ପ୍ରାଧିକାରଣର ଭାରପ୍ରାପ୍ତ ସଦସ୍ୟ ସଚିବ ତଥା ପ୍ରଧାନମନ୍ତ୍ରୀଙ୍କ ଉପଦେଶ ଶ୍ରୀ କମଳ କିଶୋର ମଧ୍ୟ ଉପସ୍ଥିତ ଥିଲେ । ଉଲ୍ଲେଖଯୋଗ୍ୟ ଯେ ପରିବେଶ, ବୃତ୍ତିଗତ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ଏବଂ ସୁରକ୍ଷା, ମାନବ ସମ୍ବଳ ତଥା ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ବିଷୟାବଳୀ ଯଥା ସମ୍ଭବ୍ୟ ବିପଦ ପ୍ରବନ୍ଧନ, ସୂଚନା-ଶାଳକ କୌଶଳ / ପ୍ରକଳ୍ପ, କର୍ମଚାରୀଙ୍କ ନୈତିକତା ଏବଂ ପରିବେଶ



ସହାୟ ଶ୍ରେଣୀରେ ସଂଗଠନର ଆଦର୍ଶ ପ୍ରଦର୍ଶନକୁ ଗ୍ରୋ କେୟାର ଇଣ୍ଡିଆ ସ୍ୱୀକୃତି ପ୍ରଦାନ କରିଥାଏ । ଗାନ ହାଉସ ଗାଏ ନିର୍ଦ୍ଦିଶନ ହ୍ରାସ, ସର୍ବାଧିକ କଠିନ ବର୍ଷାବନ୍ଧୁ ପରିଚାଳନା, ସବୁଜ ବିକାଶ, ଶୂନ୍ୟ ତରଳ ନିଷ୍କାସନ ଦିଗରେ ପ୍ରୟାସ ତଥା ପରିବେଶ ବାୟୁ ଗୁଣବତ୍ତାରେ ଉନ୍ନତ ପରି ପରିବେଶ ପରିଚାଳନା ତଥା ନିରନ୍ତର ବିକାଶ ଶ୍ରେଣୀରେ ଏହାର ନିରବଚ୍ଛିନ୍ନ ପ୍ରୟାସ ପାଇଁ ଆରଏସପିକୁ ଗ୍ରୋ କେୟାର ପରିବେଶ ଉନ୍ନତତା ପୁରସ୍କାର ୨୦୨୨ ପ୍ରଦାନ କରାଯାଇଥିଲା । ସହାୟକ ବନ୍ଧି, ଆଦର୍ଶ ଉଦ୍ଧାର ଗ୍ରାମ, ପୁନର୍ବସତି କଲୋନୀ ଏବଂ ପାଣ୍ଠିକର ବୁଦ୍ଧି ସହିତ ସମାଜର ବଞ୍ଚିତ ବର୍ଗର ପିଲାମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ଶିକ୍ଷାକୁ ପ୍ରୋତ୍ସାହିତ କରିବା ପାଇଁ ଆରଏସପି ସିଏସଆର୍ ଦ୍ୱାରା ନିଆଯାଇଥିବା ବିଭିନ୍ନ କାର୍ଯ୍ୟାଳୟ ଗ୍ରୋ କେୟାର ଇଣ୍ଡିଆ ସିଏସଆର୍ ଶିକ୍ଷା ପୁରସ୍କାର ୨୦୨୨ ବର୍ଷରେ ସ୍ୱର୍ଣ୍ଣ ପୁରସ୍କାର ହାସଲକରି ସମାଜକ ହୋଇଛି ।

ଉଦ୍ଧୃତ କିଲ୍ଲା ରକ୍ତଦାତା ପବର୍ତ୍ତକ ସଂଘର ବୈଠକ : ମହମ୍ମଦ ଅବ୍ଦୁଲ୍ ବାରୀଙ୍କୁ ସମ୍ବର୍ଦ୍ଧନା

ଉଦ୍ଧୃତ ୪/୪(ନିପ୍ର) : ସେବା ମଣ୍ଡଳର ପରମ ଧର୍ମ ତ୍ୟାଗପୂର୍ବକ ଭାବେ ମାଧ୍ୟମରେ ନିଃସ୍ୱାର୍ଥପୂର୍ବକ ସେବାରେ ମଣ୍ଡଳ କାବନକୁ ତର୍କିତାର୍ଥ କରିଥାଏ । ୨୦୦୬ ମସିହାରୁ ଉଦ୍ଧୃତ କିଲ୍ଲା ରକ୍ତଦାତା ଓ ପ୍ରବର୍ତ୍ତକ ସଂଘରେ ସଭାପତି ଭାବେ ଦାୟିତ୍ୱ ସମ୍ପନ୍ନ କରି କାର୍ଯ୍ୟରୁ ବିଶ୍ରାମ ନେଇଥିବା ଜାତୀୟ ସର୍ବଭାବନା ରାଷ୍ଟ୍ରପତି ପୁରସ୍କାର ପ୍ରାପ୍ତ ମହମ୍ମଦ ଅବ୍ଦୁଲ୍ ବାରୀଙ୍କ ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟରେ ଏକ ସମ୍ବର୍ଦ୍ଧନା ସଭା ଉଦ୍ଧୃତ କିଲ୍ଲା



ବାରୀଙ୍କର ମାର୍ଗଦର୍ଶନ ସମ୍ବନ୍ଧରେ ଆଲୋଚନା ପାତ୍ର କରିଥିଲେ । ବୁଦ୍ଧି ବ୍ୟାଙ୍କ ଅଧିକାରୀଙ୍କ ବିମଳା ମିଶ୍ର ୨୦୨୨-୨୩ରେ ସର୍ବାଧିକ ରାହିଦାର ୧୬୦୦୦ରୁ ଅଧିକ ଯୁନିଟ୍ ରକ୍ତ ସେବାରେ ଶିବିରରୁ ସଂଗୃହୀତ ସମ୍ବନ୍ଧରେ ତଥ୍ୟ ପ୍ରଦାନ କରିଥିବା ବେଳେ ମୁଖ୍ୟ ଅତିଥି କିଲ୍ଲାଚିକିତ୍ସା ମୁଖ୍ୟ ଅଧିକାରୀ ଡାଃ ସତ୍ୟଜିତ ପାତ୍ର ସଂଘର ଅଧିକାରୀ ସ୍ୱରୂପ ଅନାମ୍ୟ ଆବଶ୍ୟକତାକୁ ପୂରଣ କରିବାକୁ ପ୍ରତିଶ୍ରୁତି ଦେଇଥିଲେ । ଆଗାମୀ ଦିନରେ ଶତ ପ୍ରତିଶତ ରହିବା ପୂର୍ବରୁ ପାଇଁ ଭିନ୍ନ ଭିନ୍ନ ସଂଗଠନର ପ୍ରତିନିଧି ଅକ୍ଷୟ ନାୟକ, ସୀତାକାନ୍ତ ଦାସ, ହରିକୁଲ୍ଲା ଖାନ, ଅବଦୁଲ୍ ହୁସେନ୍ ଖାନ, ସୁଭଲ୍ ଦାସ, ରମାକାନ୍ତ ଦାସ, ତାଃ ପ୍ରତାପ ନାୟକ, ଧୀରେନ୍ଦ୍ର ସାହୁ, ଫାରୁକ୍ ଭାଇ, ଉତ୍ତମଣି ପଣ୍ଡା, ମାଳତୀ ଲତା ସାହୁ ଭଗ୍ୟାଣୀ ସୁଚିତ୍ରି ମତବ୍ୟକ୍ତ କରିଥିଲେ । ଦୀର୍ଘଦିନ ଧରି ରକ୍ତଦାତା ପରାମର୍ଶଦାତା ସଂଘର ଉଦ୍ୟମ, ସ୍ୱେଚ୍ଛାସେବୀ ମାନଙ୍କର ଉତ୍ସର୍ଗାତ୍ମକ ମନୋଭାବ ଏବଂ ଶିବିର ପରିଚାଳନା କାର୍ଯ୍ୟପାଇଁ ଉଦ୍ଧୃତ କିଲ୍ଲା ଏବେ ରକ୍ତ ସଂଗ୍ରହ ଶ୍ରେଣୀରେ ଏକ ସୁବିଧା ଜନକ ସ୍ଥିତିରେ ପହଞ୍ଚିବାକୁ ସଭାପତି ଡାଃ ନାୟକ ସତ୍ୟଜିତ ପ୍ରକାଶ କରିବା ସହ ଆଗାମୀ ଦିନରେ ଉକ୍ତ ଅଭାବକୁ କୌଣସି ରୋଗୀଙ୍କର କାବନ ହାନି ନହେବା ପାଇଁ ସଂଘ ପ୍ରତିଜ୍ଞାବଦ୍ଧ ବୋଲି ମତବ୍ୟକ୍ତ କରିଥିଲେ ।

ଶିକ୍ଷୟିତ୍ରୀ ବଦଳି ନେଇ ସ୍କୁଲରେ ତାଲା ପକାଇଲେ ଅଭିଭାବକ

ନୀଳଗିରି ୪/୪(ନିପ୍ର) : ବାଲେଶ୍ୱର ଜିଲ୍ଲା ନୀଳଗିରି ବ୍ଲକ୍ କଳାକାଦି ନୋଡାଲ ବିଦ୍ୟାଳୟରେ କିଛି ଶିକ୍ଷୟିତ୍ରୀଙ୍କ ବଦଳିକୁ ନେଇ ଅଭିଭାବକ ଦେଖାଦେଇଛନ୍ତି । ଫଳରେ ବିଦ୍ୟାଳୟରେ ତାଲା ପକାଇଛନ୍ତି ଅଭିଭାବକ ଓ କର୍ମଚି ସଦସ୍ୟ । ଉକ୍ତ ବିଦ୍ୟାଳୟରେ ପ୍ରଥମରୁ ଅଷ୍ଟମ ଶ୍ରେଣୀ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ପିଲା ପାଠ ପଢ଼ୁଥିବାବେଳେ ଆବଶ୍ୟକ ସଂଖ୍ୟକ ଶିକ୍ଷକ ନାହାଁନ୍ତି । ମାତ୍ର ଦୁର୍ଭାଗ୍ୟ ଯେ ଉକ୍ତ ବିଦ୍ୟାଳୟରୁ କିଛି ଶିକ୍ଷୟିତ୍ରୀଙ୍କୁ ଅନ୍ୟତ୍ର ବଦଳି ଘଟଣା ଅଭିଭାବକ ଓ ପରିଚାଳନା କର୍ମଚି ଖବର ପାଇବା ପରେ ମଙ୍ଗଳବାର ସ୍କୁଲ ଗେଟ୍ରେ ତାଲା ପକାଇ ଦେଇଥିଲେ । ଶିକ୍ଷୟିତ୍ରୀଙ୍କ ବଦଳିକୁ ରଦ୍ଦ କରାଯାଇ କିଛି ତାଙ୍କ ପ୍ରତିବଦ୍ଧରେ ଅନ୍ୟ ଶିକ୍ଷକ / ଶିକ୍ଷୟିତ୍ରୀଙ୍କୁ ନିଯୁକ୍ତ କରାଯାଏ ସେ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ତାଲା ବନ୍ଦ ରହିବ ବୋଲି କର୍ମଚି ସଦସ୍ୟ ଓ ଅଭିଭାବକ ମାନେ ଅତ୍ତ୍ୱ ବସିଛନ୍ତି । ଫଳରେ ଛାତ୍ରଛାତ୍ରୀମାନେ ପାଠ ପଢ଼ାକୁ ବଞ୍ଚିତ ହୋଇଥିବା ବେଳେ ଅନ୍ୟ ଶିକ୍ଷକ ଶିକ୍ଷୟିତ୍ରୀ ସ୍କୁଲ ବାହାରେ ବସି ରହିଥିବା ଦେଖିବାକୁ ମିଳିଥିଲା । ଯେ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ସମସ୍ୟାର ସମାଧାନ କରା ନ ଯାଇଛି ସେ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ତାଲା ଦେବା ସହ ଆଗକୁ ଉନ୍ନତ ପଦେ ବୋଲି କର୍ମଚି ଓ ଅଭିଭାବକମାନେ ନୀଳଗିରି ବି.ଉ.ଓ.ଫାଠାରେ ଅଭିଯୋଗ କରିଛନ୍ତି ।

ଯୁବ ଆଇନଜୀବିକ ସମସ୍ୟା ନେଇ ରାଜ୍ୟପାଳଙ୍କୁ ଛଦପା ଦାବି ପତ୍ର ପ୍ରଦାନ

କଟକ ୪/୪(ନିପ୍ର) : ଆଜି ଯୁବ ଆଇନଜୀବିକ ବିଭିନ୍ନ ସମସ୍ୟା ନେଇ ଆଇନଜୀବି ବିଦ୍ୟାଳୋକ ମହାପାତ୍ରଙ୍କ ନେତୃତ୍ୱରେ ଏକ ପ୍ରତିନିଧି ମଣ୍ଡଳୀ ଓଡ଼ିଶାର ରାଜ୍ୟପାଳ ଗଣେଶୀ ଲାଲଙ୍କୁ ଭେଟି ଏକ ଛଦପା ଦାବି ପତ୍ର ପ୍ରଦାନ କରାଯାଇଛି । ଓଡ଼ିଶାରେ ଯୁବ ଆଇନଜୀବି ନାନାଦି ସମସ୍ୟା ଭୋଗ କରୁଛନ୍ତି ହେଲେ ଏଥି ପ୍ରତି କେହି ବୃଷ୍ଟି ଦେହନାହାଁନ୍ତି ଯାହାର ଆଶୁ ସମାଧାନ ପାଇଁ ମାନ୍ୟବର ସୂଚନାସୁଯାୟୀ, ୧୦ବର୍ଷରୁ କମ୍ କରାଯାଇଥିଲା । ଉକ୍ତ ପ୍ରତିନିଧି ମଣ୍ଡଳୀରେ ସୁମତ୍ତ ମଲ୍ଲିକ, ପ୍ରତିଷ୍ଠା ତିନୁରା, ଆଇନଜୀବିମାନଙ୍କ ପାଇଁ କେଳା, ସିଏ ଦାସ, ବ୍ରଜ ନନ୍ଦ, ସିଦ୍ଧାନ୍ତ କେଳା, ସ୍ୱାଗତ ପ୍ରଧାନ, ଆଶୁ ପ୍ରଦେଶ ଓ ଦିଲ୍ଲୀ ଭଳି



ଅନେକ ରାଜ୍ୟରେ ଖାରପେଟର ବ୍ୟବସ୍ଥା ଥିବା ବେଳେ ଓଡ଼ିଶାରେ ତାହା ନାହିଁ । ଗମନାଗମନ ପାଇଁ ପାସ୍ ପ୍ରଦାନ କରିବା, ମହିଳା ଆଇନଜୀବିକ ପାଇଁ ବିଶ୍ରାମ କକ୍ଷ, ରାଜ୍ୟର ପ୍ରତ୍ୟେକ କୋର୍ଟରେ ଉନ୍ନତପାଠର ଲାଇଭ୍ରେଟା ପ୍ରତିଷ୍ଠା, ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷ ଜ୍ଞାନ ଆହରଣ ପାଇଁ ଶିକ୍ଷାନୁଷ୍ଠାନମାନଙ୍କରେ ଉତ୍ତମସ୍ତରୀୟ ସୁବିଧା ପ୍ରଦାନ କରିବା, ଯୁବ ଆଇନଜୀବିମାନଙ୍କ ପାଇଁ ବାସସ୍ଥାନ ଓ ବୀମା ରାଜ୍ୟପାଳ ପ୍ରତିଶ୍ରୁତି ଦେଇଛନ୍ତି । ସୂଚନାସୁଯାୟୀ, ୧୦ବର୍ଷରୁ କମ୍ କରାଯାଇଥିଲା । ଉକ୍ତ ପ୍ରତିନିଧି ମଣ୍ଡଳୀରେ ସୁମତ୍ତ ମଲ୍ଲିକ, ପ୍ରତିଷ୍ଠା ତିନୁରା, ଆଇନଜୀବିମାନଙ୍କ ପାଇଁ କେଳା, ସିଏ ଦାସ, ବ୍ରଜ ନନ୍ଦ, ସିଦ୍ଧାନ୍ତ କେଳା, ସ୍ୱାଗତ ପ୍ରଧାନ, ଆଶୁ ପ୍ରଦେଶ ଓ ଦିଲ୍ଲୀ ଭଳି

ଉତ୍ତର ବାଲେଶ୍ୱରର ବହୁ ମୋବାଇଲ୍ ଟାଣ୍ଡାରରୁ ବ୍ୟାଚେରୀ ଚୋରୀ

ଡେମୁରିଆ ଟାଣ୍ଡାରରୁ ଚୋରୀ ବୋଲେଇ ସହ ଜଣେ ଅକେ : ୫ ଫେରାର

କଳେଶ୍ୱର ୪/୪(ନିପ୍ର) : ଗତ କିଛିମାସ ଧରି ସମଗ୍ର ଉତ୍ତର ବାଲେଶ୍ୱରରେ ବିଭିନ୍ନ କମ୍ପାନୀର ମୋବାଇଲ୍ ଟାଣ୍ଡାରରୁ ବ୍ୟାଚେରୀ ଚୋରୀ ହୋଇ ଆସୁଛି । ବିଭିନ୍ନ ବକ୍ଷ ବ୍ୟବସ୍ଥା ଅନୁସରଣ କରାଯାଉଥିଲେ ମଧ୍ୟ ରୋଗୀଯାତ୍ରୀ ପାଇଁ ଗତ ସୋମବାର ବିକଳିତ ରାତିରେ ଡେମୁରିଆ ସ୍ଥିତ ଟାଣ୍ଡାରରୁ ବ୍ୟାଚେରୀ ଚୋରୀ ହେଲେ କଳେଶ୍ୱର କମ୍ପାନୀର ଟାଣ୍ଡାରରୁ ବ୍ୟାଚେରୀ ଚୋରୀ ହୋଇଛି । ଗତ କିଛି ଦିନ ମଧ୍ୟରେ ରାଜଘାଟ, ହାତୀଗଡ଼, କଳେଶ୍ୱର କମ୍ପାନୀର ଟାଣ୍ଡାରରୁ ବ୍ୟାଚେରୀ ଚୋରୀ ହୋଇଛି । ଏଥିପାଇଁ କମ୍ପାନୀର କେତେକ ବୈଷୟିକ କର୍ମଚାରୀ ଏଥିପାଇଁ ସତର୍କ ଥିଲେ । ଗତ ସୋମବାର ବିକଳିତ ରାତିରେ କଳେଶ୍ୱର-ତନ୍ଦନେଶ୍ୱର ୫୭ ରାଜ୍ୟ ରାଜପଥ ନିକଟ ଡେମୁରିଆଠାରେ ଏକ ଟାଣ୍ଡାରରୁ ବ୍ୟାଚେରୀ ଚୋରୀ ହୋଇଛି ।

ଦୁର୍ଭଗିନୀ ସହ ଖବରା ପ୍ରସ୍ତୁତ କରିଥିଲେ । କିନ୍ତୁ ବ୍ୟାଚେରୀ କାହାଙ୍କୁ ବେଳେ ବୈଷୟିକ କର୍ମଚାରୀ ମାନେ ଏକ ସେନେକ୍ସ ଯୋଡ଼ିଥିଲେ ତାଙ୍କୁ ନିକଟରେ ଖବର ପହଞ୍ଚିଥିଲେ । ଫଳରେ ସେମାନେ ସ୍ଥାନୀୟ ଟାଣ୍ଡାର ଚୋରୀଗଣଙ୍କୁ ଜଣାଇବାକୁ ନିକଟକୁ କମ୍ପାନୀରୁ କାନ୍ଦୁ କରିଥିଲେ । ଦୁର୍ଭଗିନୀ ଖବି ପକାଇଥିଲେ ହେଁ ରାଷ୍ଟ୍ରାଧିକାରୀ ଥିବା ବୋଲେଇ ଓ ବ୍ୟାଚେରୀ ଚୋରୀ କରୁଥିବା ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କୁ କାନ୍ଦୁ କରିଥିଲେ । ଏ ଘଟଣା ସଂପର୍କରେ କଳେଶ୍ୱର ଆଇଆରସିଏ ହସ୍ତାନ୍ତର କରିଥିଲେ । କିନ୍ତୁ ଆଜି କେତେକ ସାଧ୍ୟାଦିକ ଏ ସଂପର୍କରେ କଳେଶ୍ୱର ଆଇଆରସିଏ ଦୃଷ୍ଟି ଆକର୍ଷଣ କରିଥିଲେ ମଧ୍ୟ ତାଙ୍କ ନିକଟରେ ଖବର ନ ଥିବା କହିଛନ୍ତି ।