

କର୍ତ୍ତା

ଧୂମ ପତ୍ର

ଥାଲାସେମିଆ



ରୋଗୀ ଜଣାପଡ଼ି ନାହିଁ। କେତେକ ଲୋକଙ୍କ ଠାରେ ରକ୍ତହୀନତା ଭଳି ଲକ୍ଷଣ ପ୍ରକାଶ ପାଏ। ଥାଲାସେମିଆ ଉତ୍ତରାଫ୍ରିକା ରୋଗର ମାତୃ ଥାଲାସେମିଆ ମେଜରଠାରୁ କମ ଓ ଥାଲାସେମିଆ ମାଇନର ଠାରୁ ଅଧିକ। ରୋଗର ପ୍ରାଥମିକ ଅବସ୍ଥାରେ ରକ୍ତହୀନତା, ଦୁର୍ବଳ, ଅସ୍ଥି, ବିକଳାଙ୍ଗ ବା ଶରୀର ବୃଦ୍ଧିରେ ବ୍ୟତିକ୍ରମ, କାମଳ, ଅଣ୍ଡା,

ନେବାକୁ ପଡ଼ୁଥିବା ବେଳେ ମାଇନର ରୋଗୀଙ୍କୁ ଫଳିକ ଏସିଡ୍ ସହିତ ବିଭିନ୍ନ ପ୍ରକାର ଭିଟାମିନ ଖାଇବାକୁ ଦିଆଯାଏ। ଏହା ଏକ ଦୀର୍ଘକାଳୀନ ଚିକିତ୍ସା ପଦ୍ଧତି। ସେହିପରି, ଉତ୍ତରାଫ୍ରିକା ରୋଗୀଙ୍କୁ ବର୍ଷକୁ ଦୁଇଥର ରକ୍ତ ନେବାକୁ ପଡ଼େ। ତାତ୍ପର୍ୟକ ପରାମର୍ଶ ଅନୁସାରେ ଉପଯୁକ୍ତ ସମୟ ବ୍ୟବଧାନରେ ରକ୍ତଗ୍ରହଣ, ହିମୋପ୍ଲୋବିନ



ପରିମାଣକୁ ଠିକ ରଖିବା, ନିୟମିତ ଛାଡ଼ି, ଯତ୍ନ ଅଧିକ ପରୀକ୍ଷା କରାଇବା ଏହି ରୋଗୀଙ୍କ ପାଇଁ ନିହାତି ଆବଶ୍ୟକ।

ଥାଲାସେମିଆ ଏକ ବ୍ୟାଧିରତ ରକ୍ତକମିତ ରୋଗ। ରକ୍ତ ଦ୍ୱାରା ଗୋଟିଏ ପିଢ଼ିରୁ ଅନ୍ୟ ପିଢ଼ିକୁ ଏହି ରୋଗ ଆସେ। ଆମ ଶରୀରରେ ଲୋହିତ ରକ୍ତ କଣିକା ସାଧାରଣତଃ ଶହେ କୋଟିଏ ଦିନ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ସକ୍ରିୟ ରହିପାରେ। ମାତ୍ର ରକ୍ତ କଣିକାରେ ଅଫଗତି ଯୋଗୁ ତାହା ଶୀଘ୍ର ନଷ୍ଟ ହୋଇଯାଏ ଓ ରକ୍ତ ଶୂନ୍ୟତା ଦେଖାଯାଏ, ଏହା ଥାଲାସେମିଆ। ଏହି ରୋଗ ସାଧାରଣତଃ ଚିକିତ୍ସା ପ୍ରକାର, ଥାଲାସେମିଆ ମେଜର, ଥାଲାସେମିଆ ମାଇନର ଓ ଥାଲାସେମିଆ ଉତ୍ତରାଫ୍ରିକା। ଥାଲାସେମିଆ ମେଜର ସବୁଠାରୁ ଭୟଙ୍କର। ଉଭୟ ବାପା, ମାଆଙ୍କର ଥାଲାସେମିଆ ଜିନ୍ ଥିଲେ, ପିଲାଠାରେ ଏହି ରୋଗ ଦେଖାଯିବା ଆଶଙ୍କା ଅଧିକ। ଥାଲାସେମିଆ ମାଇନର ରୋଗୀ ସାଧାରଣ ଲୋକଙ୍କ ପରି ସୁସ୍ଥ ଦେଖାଯାଆନ୍ତି। ଏମାନେ ଥାଲାସେମିଆ

କୁର, ଭୋକ ନଲାଗିବା, ସବୁଜାବଳେ ସଂକ୍ରାମକ ରୋଗରେ ପୀଡ଼ିତ ହେବାପରି ଲକ୍ଷଣ ଦେଖିବାକୁ ମିଳେ। ହିମୋପ୍ଲୋବିନ ପରୀକ୍ଷା ଦ୍ୱାରା ରୋଗ ଚିହ୍ନଟ ହୁଏ। ରୋଗର ପ୍ରକାର ଭେଦ ଅନୁସାରେ ଚିକିତ୍ସା କରାଯାଏ। ସାଧାରଣତଃ ଥାଲାସେମିଆ ମେଜର ରୋଗୀଙ୍କୁ ପ୍ରତିମାସରେ ରକ୍ତ



ଘରେ ନିୟ ବୃକ୍ଷ ଲଗାଇବା ଶୁଭ



ହିନ୍ଦୁଧର୍ମରେ ବୃକ୍ଷକୁ ଖୁବ ମହତ୍ୱ ଦିଆଯାଇଥାଏ। ତେବେ ଶାସ୍ତ୍ରରେ କେତେକ ବୃକ୍ଷ ଘର ପାଇଁ ଅଶୁଭ ହୋଇଥାଏ ଏବଂ ଆଉ କେତେକ ଶୁଭଫଳ ପ୍ରଦାନ କରିଥାନ୍ତି। ବାୟୁ ଶାସ୍ତ୍ରରେ କେତେକ ବୃକ୍ଷମାନଙ୍କର ଉଲ୍ଲେଖ ରହିଛି, ଯାହା ଦୋଷ ନିବାରକ ମଧ୍ୟ ହୋଇଥାଏ। ଘରେ ନିୟ ବୃକ୍ଷ ଲଗାଇବା ଶୁଭ ନା ଅଶୁଭ! ଅନେକ ଲୋକ ମନେ କରିଥାଆନ୍ତି ଯେ ନିୟ ପିତା, ଏଣୁ ଏହାକୁ ଘରେ ଲଗାଇବା ଅଶୁଭ। କିନ୍ତୁ ପ୍ରକୃତରେ ତାହା ଠିକ ନୁହେଁ। ବର୍ତ୍ତମାନ ଘରେ ନିୟ ବୃକ୍ଷ ଲଗାଇବା ଖୁବ ଶୁଭ। ଏହାଦ୍ୱାରା ଘରେ ସକାରାତ୍ମକ ଶକ୍ତି ମିଳିଥାଏ ଏବଂ କଲ୍ୟାଣକାରୀ ପରିବେଶ ସୃଷ୍ଟି ହୋଇଥାଏ।

ଦାନ୍ତ ପାଇଁ ଖରାପ

- ମିଠା କାଚଆମ୍ବ ଖାଦ୍ୟ-ପାନୀୟ, ଅମ୍ଳମୂଳକ ଫଳ ଦାନ୍ତ ପାଇଁ ଖରାପ। ଏସବୁ ଖାଇବାକୁ ଚାହୁଁଥିଲେ, ଖାଦ୍ୟ ସହ ଖାଇପାରିବେ। ଏହାଦ୍ୱାରା ଦାନ୍ତ ସୁରକ୍ଷିତ ରହେ।
- ଖାଦ୍ୟ କିମ୍ବା କମଳା, ଅଳ୍ପ ଭଲ ଅମ୍ଳମୂଳକ ଫଳଖାଇବା ପରେ ବ୍ରସ କଲେ ଦୁଇ ଷ୍ଟି ଘଟେ। ଏହା ଦ୍ୱାରା ମାଟ୍ଟି ଚାରିପଟେ ଥିବା କୋମଳ ଆବରଣ ନଷ୍ଟହୁଏ। ଦାନ୍ତ ମୂଳରେ ଖାଦ୍ୟ ରୁକ୍ଷ ହୁଏ କମେ। ଏଥିରୁ କ୍ଷାନ୍ତ ରହନ୍ତୁ।
- ବିଷ୍ଣୁଟ, ପ୍ୟାକେଟ ଖାଦ୍ୟ ଖାଇବା ଦାନ୍ତ ପାଇଁ ଭଲ ନୁହେଁ। ଖାଇବା ପରେ ଭଲଭାବେ ମୁଖ ଧୋଇବା ଦାନ୍ତ ପାଇଁ ଉପକାରୀ। ଏହା ଦାନ୍ତକୁ ଧଳା କରାଏ।



ବିଷ୍ଣୁଟ ଖାଆନ୍ତୁ ନାହିଁ।
- ବାହା, କଫି ସୋଡ଼ା ପାନ ଦ୍ୱାରା ଦାନ୍ତରେ ଦାଗ ପଡ଼େ। ତୁନ ଓ ଖଇର ଦାନ୍ତକୁ ନଷ୍ଟ କରନ୍ତି। ଏଥିପ୍ରତି ସାବଧାନତା ଜରୁରୀ। ନିୟମିତ ବ୍ୟବଧାନରେ ପାଣି ପିଇବା ଦ୍ୱାରା ଦାନ୍ତ ଦାଗ କମେ। ଦାଗ ଛଡ଼ାଇବା ପାଇଁ ବେକିଂ ସୋଡ଼ା ବ୍ୟବହାର କରନ୍ତୁ। ଏହା ଦାନ୍ତକୁ ଧଳା କରାଏ।



୨୮ ବର୍ଷ ହେଲା ଛଳନା!

ଫଟୋରେ ଦେଖନ୍ତୁ, ମାଡ଼ିଗୁରୁ ସତ୍ୟବାନ ବର୍ଷ ବୟସ୍କା କାର୍ମନେନ୍ କିମ୍ବେନଙ୍କୁ। ଅଠେଇଶ ବର୍ଷ ତଳେ ସେ ଦୃଷ୍ଟି ଶକ୍ତି ହରାଇଥିବା, ଘୋଷଣା କରିଥିଲେ। ତତ୍ତ୍ୱ ବିଶେଷଜ୍ଞମାନେ ଚିକିତ୍ସା କରିବାକୁ ଚେଷ୍ଟା କରିଥିଲେ। ହେଲେ, କିଛି ଜଣାପଡ଼ି ନଥିଲା। ପ୍ରଥମରୁ ହିଁ ସେ ପରୀକ୍ଷାରେ ଅସହଯୋଗ କରିଥିଲେ। ତାଙ୍କ ଅବସ୍ଥାକୁ ନେଇ ହଠାତ୍ କେହି, କିଛି ସନ୍ଦେହ କରିନଥିଲେ। ଏବେ ଏତେବର୍ଷ ପରେ ସେ କହୁଛନ୍ତି, ତାଙ୍କର କିଛି ହୋଇ ନଥିଲା। ସେ ପୂର୍ବରୁ ଯେମିତି ଦେଖିପାରୁଥିଲେ, ଏବେ ବି ସେମିତି ଦେଖିପାରୁଛନ୍ତି। କୌଣସି ସମୟରେ ସେ ଦୃଷ୍ଟି ଶକ୍ତି ହରାଇ ନଥିଲେ। ଅର୍ଥାତ୍ ବାସ୍ତବ ଜୀବନରେ ଜୀବନ୍ତ ଅଭିନୟ ଦ୍ୱାରା ନିଜର ଅବସ୍ଥାକୁ କାର୍ମନେନ୍ ଲୁଚାଇ ରଖିବାରେ ସଫଳ ହୋଇପାରିଥିଲେ। ତେବେ କାହିଁକି? ତାଙ୍କ ଭାଷାରେ ମୋତେ ଲୋକଙ୍କୁ ସ୍ୱାଗତ କରିବାକୁ ବିରକ୍ତ ଲାଗେ। ତେଣୁ ଅନ୍ଧାର ଛଳନା କରୁଥିଲି। କେତେ ଅଜବ ମହିଳା ଭାବିଲେ।

ପାଗଳାମି ହେଲା ସଜା

ଆଜିକାଲି ସୁସ୍ଥ ରହିବା ପାଇଁ ଆମେମାନେ କିଛି ବି କରିବା ପାଇଁ ପ୍ରସ୍ତୁତ ହୋଇ ଯାଉଛୁ। ଏମିତି ଜଣେ ବ୍ୟକ୍ତି ଅଛନ୍ତି ଯିଏ ନିଜକୁ ସୁସ୍ଥ ରଖିବା ପାଇଁ ଯୋଗ କରିବା ସହ ମେଟାଲ ପ୍ଲେଟ, ଛୁଟି ଓ ବ୍ଲେଡ୍ ଗିଳି ଦେଇଥିଲେ। ୫୨ ବର୍ଷୀୟ ଶୈଲେନ୍ଦ୍ର ସିଂ ନାମକ ବ୍ୟକ୍ତି ୯ ବର୍ଷ ପୂର୍ବରୁ କରିଥିବା ଏପରି ଏକ ପାଗଳାମି ତାଙ୍କୁ ହସିପିଟାଲର ଦ୍ୱାର ଦେଖାଇଛି। ତିନିମାସ ଅନୁଭବ କରିବାରୁ ତାଙ୍କର ଅସ୍ତ୍ରୋପଚାର କରାଗଲା। ଅସ୍ତ୍ରୋପଚାର କରିବା ପରେ ତାଙ୍କ ପେଟରୁ ମେଟାଲ ପ୍ଲେଟ, ଛୁଟି ଓ ବ୍ଲେଡ୍ ବାହାରିଥିଲା। ଯୋଗକୁ ଭିନ୍ନ ରୂପ ଦେବା ପାଇଁ ଏପରି କରିଥିବା କଥା କୁହନ୍ତି ଶୈଲେନ୍ଦ୍ର।

କ୍ଷୀର-ମହୁ ପାନୀୟର ଉପକାରिता



ଉତ୍ତମ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ନିମନ୍ତେ ୬ ରୁ ୭ ଘଣ୍ଟା ଶୋଇବା ସହ ଦୈନନ୍ଦିନ ଖାଦ୍ୟପାନୀୟ ମଧ୍ୟ ପ୍ରଭାବ ପକାଇଥାଏ। ସେଥିପାଇଁ ପ୍ରତ୍ୟେକ ନିଜ ଖାଦ୍ୟପେୟରେ ଧ୍ୟାନ ଦେବା ଜରୁରୀ ଅଟେ। ପ୍ରତ୍ୟେକ ଦିନ ଶୋଇବାର ଘଟଣା ପୂର୍ବରୁ ଉଷୁମ କ୍ଷୀର ୧ ଗିଲାସରେ ୧ ଚାମଚ ମହୁ ମିଶାଇ ପିଇବା ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ପାଇଁ ଉପକାରୀ। ଏହି ପାନୀୟରେ ଆମିନୋ ଏସିଡ୍ ଥିବାରୁ ରାତିରେ ଏହାକୁ ପିଇଲେ ଭଲ ନିଦ ହୋଇଥାଏ। ଖିରାରେ ଭିଟାମିନ ଏ ଓ ମହୁରେ ଭିଟାମିନ ଇ ଥିବାରୁ ମହିଳାମାନେ ଏହାକୁ ପ୍ରତ୍ୟେକ ଦିନ ପିଇଲେ ବନ୍ଧ୍ୟାତ୍ୱ ରୋଗ ଆଶଙ୍କା କମେ। କ୍ଷୀର-ମହୁ ପାନୀୟରେ ଆଣ୍ଟିଅକ୍ସିଡାଣ୍ଟ ଥିବାରୁ ଯୁବତୀମାନେ ଏହି ପାନୀୟ ନିୟମିତ ପିଇଲେ ସେମାନଙ୍କ ଦ୍ୱାରା ବୟସର ଛାପ ପଡ଼େନାହିଁ। କ୍ୟାଲସିୟମ ଏହି ପାନୀୟରେ ପର୍ଯ୍ୟାପ୍ତ ପରିମାଣରେ ଥିବାରୁ ମାଂସପେଶୀ ଶକ୍ତ ହୋଇଥାଏ। କ୍ଷୀରରେ ପ୍ରୋଟିନ ରହିଥିବାରୁ ପ୍ରତ୍ୟେକ ପିଇଲେ ଶରୀରର କାର୍ଯ୍ୟ ଧକ୍ଷଣତା ଶକ୍ତି ବୃଦ୍ଧିହୁଏ ବୋଲି ବିଶେଷଜ୍ଞଙ୍କ ମତ। କ୍ଷୀର ଓ ମହୁରେ ପାଇବର ଥିବା କାରଣରୁ ଏହାକୁ ମିଶାଇ ପିଇଲେ ହଜମ ଭଲ ହୋଇଥାଏ।

ଅମ୍ଳ ସମସ୍ୟା



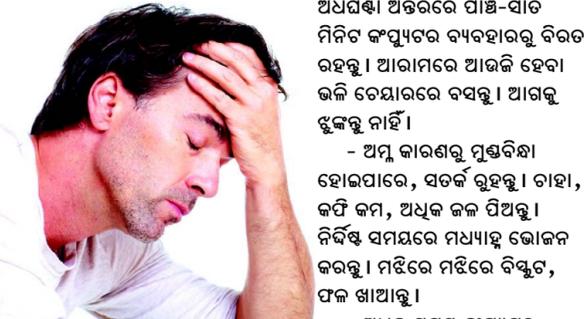
ମିଳିକି ବା ଖାଦ୍ୟ ମଝିରେ ପାଟି ଲା କଦଳୀର ଖାଆନ୍ତୁ। ଏହାର ପତାସିନ୍ଧମ ଉପାଦାନ ଅମ୍ଳ ହେବା କିମ୍ବା ଛାତି ଜଳାପୋଡ଼ା ହେବାକୁ ବିଏନାହିଁ। କିଛି ରୁକ୍ଷ ପତ୍ରକୁ ପାଣିରେ ଫୁଟାଇ ପିଅନ୍ତୁ। କିଛି ସମୟପରେ ଆରାମ ଅନୁଭବ କରିବେ। ପଇଡ଼ା ପାଣି ମଧ୍ୟ ଅମ୍ଳ ସମସ୍ୟା ରୋକିଥାଏ। ଏହାମଧ୍ୟ ପାକସ୍ଥଳୀକୁ ସୁସ୍ଥ ରଖେ। ଅଣ୍ଡା କ୍ଷୀର ସେବନ କରନ୍ତୁ, ଅମ୍ଳପୀଡ଼ା ଉପଶମ ହେବ। କ୍ଷୀରରେ ଥିବା କାଲସିୟମ ଓ ଲାକ୍ଟୋସ୍ ସୁଖ ଅମ୍ଳ ଦୂର କରିବାକୁ ସକ୍ଷମ। ଖାଇବା ପରେ ପାନମଧୁରୀର, ଗୁଜୁରାତି ଚୋବାନ୍ତୁ। ଅମ୍ଳ ହେବ ନାହିଁ।

ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ପାଇଁ ସୁନିଦ୍ରା-ଅଦା



ବଲିଉଡ୍ ଅଭିନେତ୍ରୀ ଅଦା ଶର୍ମାଙ୍କ ସୁନ୍ଦର ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ରହସ୍ୟ ଜାଣନ୍ତୁ। ତାଙ୍କ ମତରେ ଶରୀର ପାଇଁ ଗାଢ଼ ନିଦ୍ରା ଅତି ଜରୁରୀ। ଏହା ଦ୍ୱାରା ଶରୀରକୁ ବିଶ୍ରାମ ମିଳେ। ଫୁର୍ତ୍ତି ଓ ସତେଜ ଲାଗେ। ସାରା ଦିନ ଯେତେ କାମ କଲେବି ହାଲିଆ ଲାଗେନାହିଁ। ତାପ ଦୂର ପାଇଁ ଗଭୀର ନିଦ୍ରାହିଁ ଏକମାତ୍ର ବିକଳ୍ପ। ଜଣେ ଅଭିନେତ୍ରୀ ପାଇଁ ଏସବୁ ଅବଶ୍ୟକ କଷ୍ଟ।

ମୁଣ୍ଡ ବିନ୍ଧୁଥିଲେ...



ଅଧଘଣ୍ଟା ଅନ୍ତରେ ପାଞ୍ଚ-ଘାତ ମିନିଟ୍ କମ୍ପ୍ୟୁଟର ବ୍ୟବହାରକୁ ବିରତ ରହନ୍ତୁ। ଆରାମରେ ଆଉଁଶି ହେବା ଭଲ ଚେୟାରରେ ବସନ୍ତୁ। ଆଗକୁ ଝୁଙ୍କନ୍ତୁ ନାହିଁ।
- ଅମ୍ଳ କାରଣରୁ ମୁଣ୍ଡବିନ୍ଧା ହୋଇପାରେ, ସତର୍କ ରୁହନ୍ତୁ। ବାହା, କଫି କମ, ଅଧିକ ଜଳ ପିଅନ୍ତୁ। ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ସମୟରେ ମଧ୍ୟାହ୍ନ ଭୋଜନ କରନ୍ତୁ। ମଝିରେ ମଝିରେ ବିଷ୍ଣୁଟ, ଫଳ ଖାଆନ୍ତୁ।
- ଅଧିକ ସମୟ କମ୍ପ୍ୟୁଟର ଡ୍ରାମାରେ ଚାହିଁ କାମ କରିବା ଦ୍ୱାରା ମୁଣ୍ଡ ବିନ୍ଧା। କାମ କରୁଥିବା ବେଳେ ମଝିରେ ମଝିରେ ଆଖି ବନ୍ଦ ରଖି ବସନ୍ତୁ। କମ୍ପ୍ୟୁଟର ଡ୍ରାମା ସାମାନ୍ୟ ତଳ ମୁହଁ ରଖନ୍ତୁ।
- ଚେୟାରରୁ ମଝିରେ ମଝିରେ ଉଠି ସହକର୍ମୀଙ୍କ ସହ ବାର୍ତ୍ତାଳାପ କରନ୍ତୁ ହସନ୍ତୁ, ହାଲୁକା ଲାଗିବ। ମୁଣ୍ଡ ବିନ୍ଧିବ ନାହିଁ।
- ମୁଣ୍ଡ ବିନ୍ଧା ଏକ ସାଧାରଣ ସମସ୍ୟା। ଘର କାମ ସାଙ୍ଗକୁ କାର୍ଯ୍ୟାଳୟର ତାପ ଏହି ସମସ୍ୟାକୁ ଦୃଶ୍ୟମାନ କରେ। ଘର ହେଉ କି କାର୍ଯ୍ୟାଳୟ, ସମୟ ଓ ଯୋଜନା ଅନୁସାରେ କାମ କରନ୍ତୁ। ନିନକକୁ ଚାପମୁକ୍ତ ରଖନ୍ତୁ।
- ଏକାଦିକ୍ରମେ ଅଧିକ ସମୟ କମ୍ପ୍ୟୁଟର ସମ୍ମୁଖରେ ବସନ୍ତୁ ନାହିଁ। ପ୍ରତି

ଚଇତି ଘୋଡ଼ା କାହିଁକି ନଚାଯାଏ ?

ପ୍ରଭୁ ରାମଚନ୍ଦ୍ର ବସବାସ କରିବାକୁ ଯିବା ସମୟରେ ତାଙ୍କୁ ଯେଉଁ ଧୀରମାନେ ବା ବାସ ରାଜା ତଳାରେ ବସାଇ ସରସ୍ୱତୀ ନଦୀ ପାର କରିଥିଲେ, ରାମଚନ୍ଦ୍ର ତାଙ୍କୁ ପୁରନ୍ଦର ସ୍ୱରୂପ ଘୋଡ଼ା ପ୍ରଦାନ କରିଥିଲେ। ସେହିଦିନଠାରୁ କେଉଟମାନେ ଘୋଡ଼ାର ରୂପ ନିର୍ମାଣ କରି ପୂଜା କରି ଆସୁଛନ୍ତି। କେଉଟମାନେ ବାଉଁଶ ବଣରେ ଘୋଡ଼ାର ପାଦହୀନ ଦେହ ବେକ ଆକାରର ଗୋଟିଏ ଆଗ ତିଆରି କରି ତା' ଉପରେ ଲୁଗା ଆଦି ଘୋଡ଼ାନ୍ତି। ବେକ ଉପରେ ଘୋଡ଼ାମୁହଁ ପରି ଚିତ୍ରିତ ମୁଖାଟିଏ ଲଗାନ୍ତି। ଉକ୍ତ ଚଇତି ଘୋଡ଼ାର ପିଠିରେ ଗୋଟିଏ କଣାଥାଏ। ସେହି କଣାବାଟେ ବ୍ୟକ୍ତି ଅଣ୍ଡା ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ପଶି



ଲୁମ୍ପି ଉପରେ ଠିଆ ହୁଏ ଓ ଘୋଡ଼ା ରୂପରେ ଆଗକୁ ଓ ପଛକୁ ଡୋରି ଲଟକାଯାଏ। ମନୁଷ୍ୟର ଅଂଗଠାରୁ ନିମ୍ନ ଅଂଶ ଘୋଡ଼ା ଉପରେ ବସିବା ପରି ଅନୁମିତ ହୁଏ। ତାପରେ ଘୋଡ଼ା ନାଟିବାର ଅଭିନୟ ହୁଏ। କେଉଟମାନେ ଏପର୍ବ ଉପଲକ୍ଷେ ଚଢ଼େଇଆ ଓ ଚଢ଼େୟାଣୀ ବେଶ ହୋଇ ନାଚନ୍ତି।

- ଚକଲେଟର ଏତିଅକ୍ସିଡାଣ୍ଟ ଉପାଦାନ କମ ବୟସରେ ତୃତୀୟ ଶିଥିଳ ହେବାକୁ ବିଏନାହିଁ। ତୃତୀୟ ନିୟମିତ ଚକଲେଟ ମାଲିସ କଲେ ବୟସ ରେଖା ପଡ଼ିବ, ତୃତୀୟ ଲୋଚକାକୋଡା ହେବା ବିକସିତହୁଏ।



ତୃତୀୟ ପାଇଁ ଚକଲେଟ୍

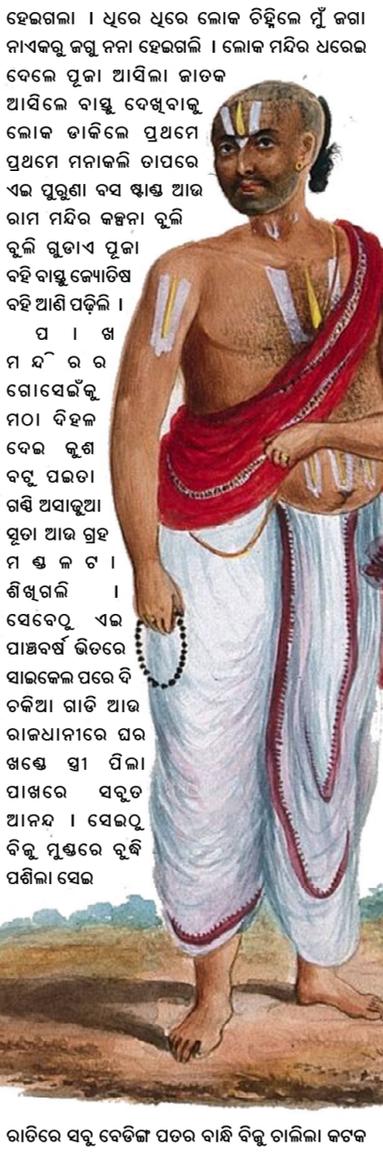
- ଉଷୁମ ପାଣିରେ ଦୁଇ କପ ଚକଲେଟ୍, ଦୁଇ ଚାମଚ ମହୁ ଓ ଅଧ କପ ତରଳ ସାବୁନ ଫେଣ୍ଡୁ। ଏହି ମିଶ୍ରଣକୁ ଦେହରେ ଲଗାଇ ପରମ ମିନିଟ୍ ପରେ ଅଣ୍ଡା ଜଳରେ ସ୍ନାନ କରନ୍ତୁ। ଏହା ଦ୍ୱାରା ତୃତୀୟ ଅଧିକ ସମୟ ଅଣ୍ଡା ଓ ଆର୍ଡ୍ରରେଇ ରୁକ୍ଷ ଲାଗେନାହିଁ।
- ଚକଲେଟ୍ ଉଷୁମ କରି ଦେହ, ବେକ ପିଠିରେ ଲଗାନ୍ତୁ। ତୃତୀୟ ନରମ ରହିବ।
- ଫେସ୍ ମାସକ ଭାବେ ବ୍ୟବହାର କରନ୍ତୁ। ତିନିଶ୍ରା ଗ୍ରାମ ଓ ଜନନ ଚକଲେଟ୍ ଚକଲାନ୍ତୁ। ଅଣ୍ଡା ହେବା ପରେ ଅଲିଭ୍ ତେଲ ଫେଣ୍ଡୁ ମୁହଁରେ ଲଗାନ୍ତୁ। ଦଶ ମିନିଟ୍ ପରେ ଉଷୁମ ପାଣିରେ ଧୁଅନ୍ତୁ।

ବାସ୍ତୁ ଦୋଷ

ସିଦ୍ଧେଶ୍ୱର ତ୍ରିପାଠୀ

ଛୋଟିଆ ଗାଁ ମଦନପୁର, ଗାଁରେ ଷାଠିଏ କି... ବାସ୍ତୁ ଦୋଷ ବିଷୟରେ ପଢନ୍ତୁ

ଘାଣ୍ଟି ଗୋକେଳ ହେଉଥାଏ ବାସ୍ତୁଦୋଷ ହାତୁକାର ପୂଜା... ବାସ୍ତୁ ଦୋଷ ବିଷୟରେ ପଢନ୍ତୁ



ହେଉଗଲା । ଧିରେ ଧିରେ ଲୋକ ଚିହ୍ନିଲେ ମୁଁ ଜଗା... ବାସ୍ତୁ ଦୋଷ ବିଷୟରେ ପଢନ୍ତୁ

ବାସ୍ତୁ ଦୋଷ ବିଷୟରେ ପଢନ୍ତୁ... ବାସ୍ତୁ ଦୋଷ ବିଷୟରେ ପଢନ୍ତୁ



ମନ ମଶାଣିରେ ଜୀବନ୍ତ ଗବ

ମନୁଷ୍ୟ ମନର ମଶାଣିକୁ ଅଧିକ ପାଲଟାଇ... ମନ ମଶାଣିରେ ଜୀବନ୍ତ ଗବ ବିଷୟରେ ପଢନ୍ତୁ

ଲଳିତ ମୋହନ ମିଶ୍ର



ଆକାଶ ତଳେ ବସିଗଲା ମାନିନୀ । କୋକିଳେ ଅକାଠି... ମନ ମଶାଣିରେ ଜୀବନ୍ତ ଗବ ବିଷୟରେ ପଢନ୍ତୁ

ମାନିନୀ ଆଗ ଅପେକ୍ଷା । ସେଇ ଶାନ୍ତତା ପାଇଁ ସେ ଦିନେ ନିଜର ପାଠ ପଢା... ମନ ମଶାଣିରେ ଜୀବନ୍ତ ଗବ ବିଷୟରେ ପଢନ୍ତୁ

ପାଖେ ପାଖେ ରୁହନ୍ତି ଦିନ ସାରା । ରାତିରେ ମାନିନୀକୁ... ମନ ମଶାଣିରେ ଜୀବନ୍ତ ଗବ ବିଷୟରେ ପଢନ୍ତୁ

କରିବେ ? କିଏ ନେବେ ଝିଅର ପୁରସ୍କା ଓ ଦାୟିତ୍ୱ ?... ମନ ମଶାଣିରେ ଜୀବନ୍ତ ଗବ ବିଷୟରେ ପଢନ୍ତୁ

ମୟୂରଭଞ୍ଜକୁ ସ୍ୱତନ୍ତ୍ର ରାଜ୍ୟ ଗଠନ ଦାବିରେ ଜାହିରା ପୀଠରେ ପୂଜାର୍ଚ୍ଚନା

ଦାବିପତ୍ର, ୩୦/୦୭ (ନି.ପ୍ର): ମାଘଆର୍ମୀର ରାଜ୍ୟ ସଭାପତି ସୁକୁଳାଳ ମାରାଣିକ ଆହ୍ୱାନ କ୍ରମେ ମୟୂରଭଞ୍ଜ ଆଦିବାସୀ ମାନଙ୍କର ବିଭିନ୍ନ ଧର୍ମୀୟ ସ୍ଥାନ ଜାହିରାପୀଠ ମାନଙ୍କରେ ପୂଜାର୍ଚ୍ଚନା କରାଯାଇ ମୟୂରଭଞ୍ଜକୁ ସ୍ୱତନ୍ତ୍ର ରାଜ୍ୟ ଗଠନ ଦାବିରେ ଚାଲିଥିବା ଆନ୍ଦୋଳନ ପାଇଁ ପ୍ରାର୍ଥନା କରାଯାଉଥିବା ପରିପ୍ରେକ୍ଷାରେ ଆଜି ଶୁକ୍ଳଆପଦା ବୁଦ୍ଧ ଅନ୍ତର୍ଗତ ଶଂଖାଶୋଳ ଗ୍ରାମ ଜାହିରାପୀଠରେ ମାରାବୁରୁ ଏବଂ ଜାହେର ଆୟତ୍ତ ପ୍ରାର୍ଥନା କରାଯିବା ସହିତ ପୂଜାର୍ଚ୍ଚନା କରାଯାଇଛି । ଏହି ପୂଜା ଦ୍ୱାରା ଲୋକ ମାନଙ୍କୁ ଜାଗ୍ରତ

ସଚେତନ ଓ ସଂଗଠିତ କରାଯାଇଛି । ଆଜିର କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ ସପନ ମୁର୍ମୁ ଓ ଶୁକ୍ଳଆପଦା ବୁଦ୍ଧ ସଭାପତି କିରଣ ମାରାଣି କ ତତ୍ତ୍ୱାବଧାନରେ ଗ୍ରାମର ମାଝୀ ଓ ନାୟକଙ୍କ ବାବା ବାବୁ ସଭେନ ପୂଜା କରିଥିବା ବେଳେ ଗଡ଼େଡ଼ ବାବା ଜଗ ମୁର୍ମୁ, ଜଗ ମାଝୀବାବା ମହା ସଭେନ, ପାରାଦିକ ବାବା ଜିତରାୟ ସଭେନ ଓ ଗ୍ରାମର ଶତାଧିକ ଗ୍ରାମବାସୀ ପୂଜାର୍ଚ୍ଚନା ରେ ସହଯୋଗ କରିଥିଲେ । ଉକ୍ତ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମରେ ମାଘଆର୍ମୀ ରାଜ୍ୟ ସଭାପତି ସୁକୁଳାଳ ମାରାଣି, କୃଷ୍ଣ ବୁଦ୍ଧ, ରାମ ସଭେନ, ହରି ସିଂ, ହରିଶ ମୁର୍ମୁ ପ୍ରମୁଖ ସାମିଲ ଥିଲେ ।



ସମାଜ କଲ୍ୟାଣ ବିକାଶ ପରିଷଦର ଜରୁରୀ ବୈଠକ ବସ୍ତାରେ କବିତା ଆସରର ଶ୍ରାବଣୀ ସନ୍ଧ୍ୟା

୫ ସୂତ୍ରୀ ଦାବି ନେଇ କର୍ତ୍ତୃପକ୍ଷଙ୍କ ସହ ହେବ ଆଲୋଚନା : ଆନ୍ଦୋଳନାତ୍ମକପନ୍ଥା ହେବ ଶେଷ ଅସ୍ତ

କଳେଶ୍ୱର ୩୦/୭(ନି.ପ୍ର): ୫ ଦିନୀ ଦାବି ନେଇ ଆଜି ସମାଜ କଲ୍ୟାଣ ବିକାଶ ପରିଷଦର ଏକ ଜରୁରୀ ବୈଠକ ନୂଆବଜାରସ୍ଥିତ ଇଂଳଶ୍ରୀ ଭବନ ପରି ସରରେ ଅନୁଷ୍ଠିତ ହୋଇ ଯାଇଛି । ଦାବିଦିନ ଧରି ଚାଲି ଆସୁଥିବା ଦାବି ନେଇ କର୍ତ୍ତୃପକ୍ଷମାନଙ୍କ ସହ ବନ୍ଧୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ଆଲୋଚନା ହେବ । ଅନ୍ୟଥା ଆନ୍ଦୋଳନାତ୍ମକପନ୍ଥା ଗ୍ରହଣ ହେବ ବୋଲି ସିଦ୍ଧାନ୍ତ ନିଆଯାଇଛି ।



ଆନ୍ଦୋଳିତ ବୈଠକରେ ପରିଷଦର ଅଧ୍ୟକ୍ଷ ରଘୁନାଥ ମହାନ୍ତି ଅଧ୍ୟକ୍ଷତା କରି ଦୀର୍ଘ ୧୦ ବର୍ଷ ଧରି ପରିଷଦ ଜନସାଧାରଣଙ୍କ ବହୁ ସମସ୍ୟା ସମାଧାନ ନିମନ୍ତେ ସଫଳ ହୋଇଛି । କଳେଶ୍ୱର ରେଳ ଷ୍ଟେସନର ବିକାଶ, ରେଳ ଯାତ୍ରୀଙ୍କ ସମସ୍ୟା ଦୂର, ୬୦୦୦ ଜାତୀୟ ରାଜପଥର ଝିଲି ରୋଡ଼ ମରାମତି, ଜିଲ୍ଲେ ଉଚ୍ଚତର ଡାକ୍ତରଖାନାରେ କେତେକ ସମସ୍ୟା ଦୂର ଇତ୍ୟାଦି ଜନହିତକର କାର୍ଯ୍ୟ କରାଯାଇଥିବା ବେଳେ କଳେଶ୍ୱରକୁ ଜିଲ୍ଲା ଘୋଷଣା, ଉତ୍କଳ ଏକ୍ସପ୍ରେସର ଡାକ୍ତର ଟ୍ରେନର ରହଣୀ, ରେଳ ଷ୍ଟେସନ ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣରେ କବି ଦାନକୃଷ୍ଣ ପ୍ରତିମୂର୍ତ୍ତି ସ୍ଥାପନ, ଜିଲ୍ଲେ ଉଚ୍ଚତର ଗୋଷ୍ଠି ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟକେନ୍ଦ୍ରରେ ରୋଗୀଙ୍କ

ଲାଗି ସମସ୍ତ ସୁବିଧା ଓ ମହିଳା ସଶକ୍ତିକରଣ ଦ୍ୱାରା ଆଂଚଳିକ ବିକାଶ ଭଳି ୫ ସୂତ୍ରୀ ଦାବି ସଂପର୍କରେ ସଦସ୍ୟମାନଙ୍କ ଦାବିକୁ ସେ ଗ୍ରହଣ କରିଥିଲେ । ରାଜ୍ୟ ଓ କେନ୍ଦ୍ର ସରକାରଙ୍କ ପ୍ରତିନିଧି ଓ କର୍ମଚର୍ଚ୍ଚୀ ମାନଙ୍କ ସହ ଆଲୋଚନା ମାଧ୍ୟମରେ ଦାବି ପୂରଣ ଲାଗି ସେ ସୂଚନା ଦେବା ସହ ଚାହା ନ ହେଲେ ଆନ୍ଦୋଳନାତ୍ମକ ପନ୍ଥା ଗ୍ରହଣ କରାଯିବ ବୋଲି ଶ୍ରୀ ମହାନ୍ତି ସୂଚନା ଦେଇଛନ୍ତି । ଆଲୋଚନାରେ କଳେଶ୍ୱର ରେଳ ଷ୍ଟେସନରେ ଗାଡି ଟ୍ରେନର ଅପ୍ ରେଳ ଗୁଡିକ ରହଣୀ ଥିବା ବେଳେ ଡାକ୍ତର ରେଳ ରହଣୀ ନ ହେବା ରେଳବାଇ ନିତା ନିୟମକୁ

ଉଲଙ୍ଘନ ବୋଲି ସେ କହିଛନ୍ତି । ନିକଟରେ ଏ ସଂପର୍କରେ ପରିଷଦ ପକ୍ଷରୁ ମହାନ୍ତି ସହ ବିଧା ଆଲୋଚନା ହେବ ବୋଲି ସେ ପ୍ରକାଶ କରିଛନ୍ତି । ପରିଷଦ ପକ୍ଷରୁ ଦାନକୃଷ୍ଣଙ୍କ ପ୍ରତିମୂର୍ତ୍ତି ସ୍ଥାପନ ନେଇ ବିବାଦୀୟ ପରିସ୍ଥିତି ଉପୁଜିଥିବା ବେଳେ ଷ୍ଟେସନ ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣରେ ସ୍ଥାପନ ହେବା ସଂପର୍କରେ ଆଲୋଚନା ହୋଇଛି । ଉଚ୍ଚତର ବାଲେଶ୍ୱର ଓ ପଶ୍ଚିମବଂଗର ବହୁ ରୋଗୀ ଜିଲ୍ଲେ ଉଚ୍ଚତର ହସ୍ପିଟାଲକୁ ପ୍ରତିଦିନ ଚିକିତ୍ସାଲାଗି ଆସୁଥିବାକୁ ଅଧିକ ଡାକ୍ତର ଓ ବିଭାଗୀୟ ଡାକ୍ତର ନିଯୁକ୍ତି ଓ ସେବାନେତ

ସଦସ୍ୟମାନେ ବହୁ ତଥ୍ୟ ରଖିଥିଲେ । ସମଗ୍ର ଦେଶରେ ସ୍ୱାଧିନତା ପରଠାରୁ ସଂଘର୍ଷିତମାନ ଘୋଷଣା ହୋଇନଥିବାରୁ ଆସନ୍ତା ଦିନରେ କଳେଶ୍ୱରକୁ ଜିଲ୍ଲା ଘୋଷଣାର ବିଭିନ୍ନ ଦିଗ ସଂପର୍କରେ ଆଲୋଚନା ହୋଇଥିଲା । ଏବଂ ଦାବି ସଂପର୍କରେ ସ୍ଥାନୀୟ କର୍ତ୍ତୃପକ୍ଷ, ବିଧାୟକ ତଥା ମହାନ୍ତି ସହ ଆଲୋଚନା ହେବାଲାଗି ଏକ କମିଟି ଗଠନ ହେବା ଅଧ୍ୟକ୍ଷଙ୍କ ପ୍ରସ୍ତାବ ସର୍ବସମ୍ମତକ୍ରମେ ଘାଟିତ ହୋଇଥିଲା । କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମରେ କାର୍ଯ୍ୟକାରୀ ସଭାପତି ତ. ରମାକାନ୍ତ ଇଂ ସଂଯୋଜନା

କରିଥିବା ବେଳେ ସଂପାଦକ ଆରଜ୍ଜିତା ରାମଚନ୍ଦ୍ର କେନା ସୂଚନା ଓ ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟାଞ୍ଚନା କରିଥିଲେ । ଏଥିରେ ବଶିକ ସଂଘ ସଭାପତି ସୁଧର ମହାନ୍ତି ପରିଷଦର କବିତା ସଦସ୍ୟ ରାମଚନ୍ଦ୍ର ସାହୁ, ଜିତରାମ ଦେ, ଶରତଚନ୍ଦ୍ର ପରିଡା, ବନମାଳି ଧଳ, ଡ. ଅଜିତ୍ ମହାନ୍ତି, ସିଦ୍ଧେଶ୍ୱର ପଣ୍ଡା, ରବିନ୍ଦ୍ର ସେନାପତି, ସତ୍ୟନାରାୟଣ ଦାସ, ରବିନ୍ଦ୍ର ପାତ୍ର, ବିନୋଦ ମହାନ୍ତି, ସଂଗ୍ରାମ ପରିଡା, ଆଦିତ୍ୟ ନାରାୟଣ ପାତ୍ର, ଅବନୀ ଚାନ୍ଦ, ଦୁର୍ଗେଶ୍ୱର ଗିରି ପ୍ରମୁଖ ଆଲୋଚନାରେ ଭାଗ ନେଇଥିଲେ ।



କଷ୍ଟ, ୩୦/୦୭ (ନି.ପ୍ର): ବସ୍ତା ସାହିତ୍ୟ ସଂସ୍କୃତି କଳା ପରିଷଦ ତରଫରୁ ୭୧ ତମ ସାହିତ୍ୟ ସଭା 'ଶ୍ରାବଣୀ ସନ୍ଧ୍ୟା' ନାମରେ ପାଳିତ ହୋଇଯାଇଛି । ପରିଷଦର ସ୍ୱାସ୍ଥୀ ସଭାପତି ବିଶିଷ୍ଟ ଉତ୍କଳ କଳାତ ପାଣିଗ୍ରହୀଙ୍କ ଅଧ୍ୟକ୍ଷତାରେ ଅନୁଷ୍ଠିତ

ଏହି କବିତା ଆସରର କବିମାନେ ବର୍ଷ ଉପରେ ଆଧାରିତ ସ୍ମରଣିତ କବିତାମାନ ପାଠ କରିଥିଲେ । ପ୍ରାଚୀନ କବି ମାନଙ୍କର ରଚନାରେ ଆଜିର ସାମାଜିକ ଜୀବନର ପ୍ରାସଙ୍ଗିକତା ଉପରେ ଆଲୋଚନା ହୋଇଥିଲା । ଅନ୍ୟମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ କୁମ୍ଭର ଇଂଜନ ଗିରି, ରଜନୀକାନ୍ତ ବାରିକ, ଅରୁଣ କୁମାର ଦାସ, ଜଗନ୍ନାଥ ଗିରି, ନମିତା ଦାସ ଓ ଶ୍ୟାମା ପ୍ରସାଦ ବେହେରା ପ୍ରମୁଖ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମରେ ଭାଗ ନେଇଥିଲେ । ସଂପାଦକ ବିକ୍ରମ କୁମାର ପରିଡା ଧନ୍ୟବାଦ ଅର୍ପଣ କରିଥିଲେ ।

ରକ୍ତଦାନ ଶିବିର : ୫୫ ଯୁନିଟ୍ ରକ୍ତ ସଂଗୃହୀତ

କଳେଶ୍ୱର ୩୦/୭(ନି.ପ୍ର): କଳେଶ୍ୱର ଥାନା ଅନ୍ତର୍ଗତ ଦେବକୁମାର ଠାରେ ଅବସ୍ଥିତ ଏନଏ କମ୍ୟୁଟର ଶିକ୍ଷାକେନ୍ଦ୍ର ଜରିଆରେ ଏକ ରକ୍ତଦାନ ଶିବିର ଚଳାଯାଇଛି । ପରିଷଦର ଅନୁଷ୍ଠିତ ହୋଇ ଯାଇଛି । ଉଷାକର ସମ୍ପାଦକ ଡ. ଅଜିତ୍ କୁମାର ମହାନ୍ତି, ଡା. ତାରାକାନ୍ତ ନନ୍ଦ ଓ ଶିକ୍ଷାକେନ୍ଦ୍ରର ଉପଦେଷ୍ଟା ତଥା କଳେଶ୍ୱର ଓଷା ନ ସଭାପତି ସୁକୁମାର ମିଶ୍ର ମିଳିତଭାବେ ଉଦ୍ଘାଟନ କରିଥିଲେ । ଶିକ୍ଷାକେନ୍ଦ୍ରର ମୁଖ୍ୟ ପରିଚାଳକ ସାଗର କୁମାର ପଟ୍ଟନାୟକ ଓ

ପରେଶ କୁମାର ଗିରିଙ୍କ ମିଳିତ ପ୍ରଚେଷ୍ଟାରେ ଏହି ରକ୍ତଦାନ ଶିବିର ଅନୁଷ୍ଠିତ ହୋଇଥିଲା । ଅମିତ୍ ଗିରି, ଦେବକୁମାର ପ୍ରଧାନ, ମାନସ ପ୍ରଧାନ, ପାର୍ଥ ଅଧିକାରୀ, ରଘୁକର ଜେନା, ଶୁଭପ୍ରିତା ଦାସ, ଧରଣୀ ରଣା, ସରୋଜ ପ୍ରଧାନ, ପ୍ରିୟଙ୍କା ଗିରି କୋସ୍ତା ମତ୍ତ୍ୱ, ପୂଜା ଜେନା, ପ୍ରଭାସିନୀ ସାହୁ, ଅର୍ପିତା ବାରିକ, ଦିପ୍ତିମୟ ବାରିକ, ସୁଦର୍ଶନ ଗିରି, ସୁଧର ନାୟକ, ଶଂକର ଅଧିକାରୀ, ରବିନ୍ଦ୍ର ପ୍ରଧାନ, ଜଳଧର କାମିକା, ଦିଶାମ୍ବରୀ ରାଣା ପ୍ରମୁଖ ସହଯୋଗ କରିଥିଲେ ।

୮ମାସ ପରେ ଓ ଚୁକ୍ତି ବାତିଲ ପରେ ଚେତିଲେ ଠିକାଦାର: ବର୍ଷା ଭାଲୁଛି, ରାସ୍ତା ମରାମତି ଚାଲିଛି

ଖରବାର, ୩୦/୦୭ (ନି.ପ୍ର): ବାଲେଶ୍ୱର ଜିଲ୍ଲା ଖରବାର ବୁଦ୍ଧରେ ଗ୍ରାମ୍ୟ ଉନ୍ନୟନ ବିଭାଗ ଅଧୀନରେ ଛୋଟ ପ୍ରଧାନମନ୍ତ୍ରୀ ରାସ୍ତା ମରାମତି



ପାଇଁ ଚୁକ୍ତି କରିଥିବା ଠିକାଦାର ଚୁକ୍ତି ରାଜିନାମାର ୧୧ମାସ ପରେ ଏବେ କିଛି ରାସ୍ତା ମରାମତି ଆରମ୍ଭ କରିଛନ୍ତି । ଗୋଟିଏ ପଟେ ମୁଖ୍ୟ ଧାରରେ ବର୍ଷା ଚାଲିଥିବା ବେଳେ ଅନ୍ୟ ପଟେ ଠିକ ଖତିକି ବେଳେ ଠିକାଦାର କ ରାସ୍ତା ଆରମ୍ଭ କୁ ନେଇ ରାସ୍ତା ସଂଲଗ୍ନ ଗ୍ରାମ ଗୁଡ଼ିକର ଅଧିବାସୀ ମାନେ ତୀବ୍ର ଅସନ୍ତୋଷ ପ୍ରକାଶ କରିଛନ୍ତି । ବର୍ଷା ସମୟରେ ଏଭଳି ରାସ୍ତା ନିର୍ବାଣକୁ ବନ୍ଦ କରାଯିବାକୁ ବିଭିନ୍ନ ମହଲରେ ଦାବା ହୋଇଛି । ୨୦୨୨ ମସିହା ଅଗଷ୍ଟ ମାସରେ (ପାଞ୍ଚକେଳ ନୟର ଓଆର ୦୨-ପି ଏମଜି ଏସ୍) ଚୁକ୍ତି

ପିଏମ ୧୨) ଖରବାର ବୁଦ୍ଧର ଛୋଟ ପ୍ରଧାନମନ୍ତ୍ରୀ ସତ୍ତ୍ୱରେ ମରାମତି ପାଇଁ ପାଖାପାଖି ୨କୋଟି ଟଙ୍କା ପ୍ରଦାନ କରାଯାଇଥିଲା । ଏଥି ବାରମ୍ବାର ବିଭାଗୀୟ ଚିଠି ପରେ ମଧ୍ୟ ଠିକାଦାର ସକାଳ ନହେବା ଅଭିଯୋଗରେ ନିର୍ବାହୀ ମନ୍ତ୍ରୀ କୁଳାଦି ୧୦ତାରିଖରେ ମରାମତି ହେବାକୁ ଥିବା ଶ୍ରଦ୍ଧାରେ ରାସ୍ତାର ଚୁକ୍ତି ବାତିଲ କରିଥିଲେ । ଘଟଣାକ୍ରମେ ଚୁକ୍ତି ବାତିଲ ପରେ ଠିକାଦାର ଝଡ଼ିନ ତଳେ ମହତୀପୁର-ସୁଖିରା ରାସ୍ତାର ମରାମତି କାର୍ଯ୍ୟ ଆରମ୍ଭ କରିଛନ୍ତି । ଏଭଳି ବର୍ଷାରେ ମରାମତି କାର୍ଯ୍ୟକୁ ନେଇ ରାସ୍ତା ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ଅସ୍ଥାବଳରେ, ନୂଆସାହି, ପୁରପଡା, ସୁଖିରା, ଖାତିଗୋଣ୍ଡି, ଅଳିପୁର, ତ୍ରିଲୋଚନପୁର ଇତ୍ୟାଦି ଗ୍ରାମର ବାସିନ୍ଦା ମାନେ ତୀବ୍ର ପ୍ରତିକ୍ରିୟା କରିଛନ୍ତି । ଏ ସମ୍ପର୍କରେ ନିର୍ବାହୀ ମନ୍ତ୍ରୀ ଜ୍ୟୋତି ପ୍ରକାଶ ସାମଲଙ୍କୁ ଯୋଗାଯୋଗ କରିବାରେ ଚୁକ୍ତି ବାତିଲ ପରେ ଯାହା କାର୍ଯ୍ୟ କଲେ ବି ବିଲ ଠିକାଦାରଙ୍କୁ ମିଳିବ ନାହିଁ ବୋଲି କହିଛନ୍ତି । ଠିକାଦାର ଲକ୍ଷ୍ମୀଧର ପାତ୍ରଙ୍କୁ ପଚାରିବାରେ କିଛି ରାସ୍ତା ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ପରେ ମଧ୍ୟ ନିର୍ବାହୀ ମନ୍ତ୍ରୀ ଆକ୍ରୋଶ ମନୋଭାବ ରଖି ବିଲ ପୈଠ କରୁନଥିବାରୁ ଅନାନ୍ୟ କାର୍ଯ୍ୟ ଠିକଭାବେ କରାଯାଇ ପାରୁନାହିଁ ବୋଲି ଠିକାଦାର ଲକ୍ଷ୍ମୀଧର ପାତ୍ର କହିଛନ୍ତି ।

ପ୍ରଶ୍ନର କରୁଛନ୍ତି । ଯେଉଁ ଯୋଜନା ମାଧ୍ୟମରେ ପ୍ରତି ପଞ୍ଚାୟତ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ ଶାସକ ଦଳ ବିରୋଧୀ ଆଠଟି ପଞ୍ଚାୟତର ସରପଞ୍ଚ ଓ ସମିତି ସଭ୍ୟଙ୍କୁ ନେଇ ବୈଠକ ଅନୁଷ୍ଠିତ ହୋଇଥିଲା । ଏହି ବୈଠକରେ ଆଗାମୀ ସାଧାରଣ ନିର୍ବାଚନକୁ ଦୃଷ୍ଟିରେ ରଖି ବିରୋଧୀ ସରପଞ୍ଚ କାର୍ଯ୍ୟ କରୁଥିବା ବେଳେ ଏହି ବିରୋଧୀ ପଞ୍ଚାୟତ ମାନଙ୍କରେ ଏହି ଯୋଜନା କାର୍ଯ୍ୟକୁ ଦଳୀୟ ଭିତ୍ତିରେ ଖର୍ଚ୍ଚ କରିବାକୁ ପ୍ରଶ୍ନାବଳି ସଜବାଜ ହେଉଥିବା ଅଭିଯୋଗ ରେ ଆଠ ପଞ୍ଚାୟତ ସରପଞ୍ଚ ଓ ସମିତି ସଭ୍ୟ ବୈଠକରେ ନିଜ ନିଜର ମୁକ୍ତି ଉପସ୍ଥାପନା କରିଥିବା ଦେଖିବାକୁ ମିଳିଛି । ସରକାର ଲୋକକଲ୍ପ ଟିକସ ଟଙ୍କାରେ ଏହି ଯୋଜନା ପ୍ରସ୍ତୁତ କରିବା ଓ ପଞ୍ଚାୟତ ରାଜ ନିର୍ଦ୍ଦେଶନାମା

'ମୋ ଓଡ଼ିଶା ନବୀନ ଓଡ଼ିଶା' ପାଇଁ ବସ୍ତାରେ ବିରୋଧୀ ସରପଞ୍ଚଙ୍କ ମେଳି



ବସ୍ତା, ୩୦/୦୭ (ନି.ପ୍ର): ବସ୍ତା ବୁଦ୍ଧ ବରୁଣଗଡ଼ିଆ ପଞ୍ଚାୟତ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ ଶାସକ ଦଳ ବିରୋଧୀ ଆଠଟି ପଞ୍ଚାୟତର ସରପଞ୍ଚ ଓ ସମିତି ସଭ୍ୟଙ୍କୁ ନେଇ ବୈଠକ ଅନୁଷ୍ଠିତ ହୋଇଥିଲା । ଏହି ବୈଠକରେ ଆଗାମୀ ସାଧାରଣ ନିର୍ବାଚନକୁ ଦୃଷ୍ଟିରେ ରଖି ବିରୋଧୀ ସରପଞ୍ଚ କାର୍ଯ୍ୟ କରୁଥିବା ବେଳେ ଏହି ବିରୋଧୀ ପଞ୍ଚାୟତ ମାନଙ୍କରେ ଏହି ଯୋଜନା କାର୍ଯ୍ୟକୁ ଦଳୀୟ ଭିତ୍ତିରେ ଖର୍ଚ୍ଚ କରିବାକୁ ପ୍ରଶ୍ନାବଳି ସଜବାଜ ହେଉଥିବା ଅଭିଯୋଗ ରେ ଆଠ ପଞ୍ଚାୟତ ସରପଞ୍ଚ ଓ ସମିତି ସଭ୍ୟ ବୈଠକରେ ନିଜ ନିଜର ମୁକ୍ତି ଉପସ୍ଥାପନା କରିଥିବା ଦେଖିବାକୁ ମିଳିଛି । ସରକାର ଲୋକକଲ୍ପ ଟିକସ ଟଙ୍କାରେ ଏହି ଯୋଜନା ପ୍ରସ୍ତୁତ କରିବା ଓ ପଞ୍ଚାୟତ ରାଜ ନିର୍ଦ୍ଦେଶନାମା

ଅନୁସରଣ ନକରି ସରପଞ୍ଚ ଓ ସମିତି ସଭ୍ୟଙ୍କୁ ଗୁରୁତ୍ୱ ନଦେଇ ଦଳୀୟ ଭିତ୍ତି ରେ ନିର୍ବାଚନୀ ପ୍ରଦାନ ପ୍ରସାର କରୁଛନ୍ତି । ଏହି କର୍ମ ବିରୋଧୀ ବ୍ୟବସ୍ଥା ବିରୋଧରେ ସରକାର ଓ ପ୍ରଶାସନ ବିରୋଧରେ କୋର୍ଟ ରେ ମାମଲା ଚଳୁ କରିବାକୁ ନିଷ୍ପତ୍ତି ନେଇଥିବା ନବରୀ ସରପଞ୍ଚ ଡା. ନରେନ୍ଦ୍ର ସିଂହ ପ୍ରକାଶ କରିଛନ୍ତି । ଏହି ବୈଠକରେ କମିନଗରାର ରାଧା ବଲୁଜ ମଣ୍ଡଳ ଓ ଅମିତା ମିଳିତାସ, ପୁରୁରାର ରାଧାକୃଷ୍ଣ ଦେହେରା ଓ ସଞ୍ଜୟ ଜେନା, ମୁକୁନ୍ଦସିଂହ ଅମିତ୍ ବିଶ୍ୱାଳ, ସିଂଲାର ବିପିନ ବିହାରୀ ବିଶ୍ୱାଳ, ତାତଦା ର ପ୍ରଭାତ କୁମାର ଦାସ, ରିତାବାଣି ବସ୍ତାପାଟ, ପାଇଁଶକୁଳା ର ବିହୁବାଳା ସେନାପତି, ସୁମିତ୍ରା ପାତ୍ର, ବରୁଣଗଡ଼ିଆର କରୁଣାକର ମଲ୍ଲିକ, ରମାକାନ୍ତ ସେଠି ପ୍ରମୁଖ ସରପଞ୍ଚ ଓ ସମିତି ସଭ୍ୟ ଉପସ୍ଥିତ ଥିଲେ ।

ପୁଣି ଅକ ଓକାୟତି ଗ୍ୟାଙ୍ଗକୁ ବାନ୍ଧିଲା ଖଲ୍ଲିକୋଟ ପୁଲିସ

ଖଲ୍ଲିକୋଟ, ୩୦/୦୭ (ନି.ପ୍ର): ଗଞ୍ଜାମ ଜିଲ୍ଲା ଖଲ୍ଲିକୋଟ ଓ କୋଦଳା ପୁଲିସ ମିଳିତ ଭାବେ ଚଢ଼ୁତ କରି ୪ ଜଣିଆ କୁଖ୍ୟାତ ଡକ୍ଟର ଗ୍ୟାଙ୍ଗକୁ କାର୍ଯ୍ୟ କରିଛି । ୪ ଜଣଙ୍କୁ ଗିରଫ କରି କୋର୍ଟ ଚାଲାଣ କରାଯାଇଥିବା ସହ ସେମାନଙ୍କୁ ବନ୍ଧୁକ, ଖଣ୍ଡା, ବୋମା ଓ ବାଜୁକ ଜବତ ହୋଇଛି । ଅଭିଯୁକ୍ତମାନେ ହେଲେ, ଖଲ୍ଲିକୋଟ ଥାନା ଖୋଳାପଲ୍ଲୀର ବଳରାମ ପରିଡ଼ା (୨୫), କେନ୍ଦ୍ରପୁରର ପ୍ରଶାନ୍ତ କୁମାର ସାହି (୨୩), କୋଦଳା ଥାନା ଦଣ୍ଡେଶ୍ୱର ରୋଡ଼ର ବିଜୁ ମାହୁ (୧୯) ଓ ଖଲ୍ଲିକୋଟ ଥାନା ଚୋଟାଗାଁର ନେହରୁ ପାହାନ (୨୩) । ଏହି ଗ୍ୟାଙ୍ଗ ଭୁବନେଶ୍ୱର, ଝାରସୁଗୁଡ଼ା, କୋଦଳା ଓ ଖଲ୍ଲିକୋଟ ସମେତ ଓଡ଼ିଶାର ବିଭିନ୍ନ ଥାନା ଜଳାକାରେ ଉପସ୍ଥିତ ହତ୍ୟା, ହତ୍ୟା ଧମକ, ରାହାଜାରି ଓ ଦାବାଦି ଆଦାୟ ଭଳି ସଂଗିନ ଅପରାଧରେ ସଂପୂର୍ଣ୍ଣ । କଶେ କୁରୁଡ଼ାପାରି ମାଲିକଙ୍କୁ ଧମକ ଦେଇ ଦାବାଦି ମାଗିବା ମାମଲାରେ ଖଲ୍ଲିକୋଟ ପୁଲିସ ଗତକାଳି ମାଷ୍ଟରମାଉଣ୍ଡ ବିଭୁ ଜେନା ସମେତ ୩ ଜଣଙ୍କୁ ଗିରଫ କରିଥିଲା ।

ଇଫକୋ ଓ କୋରଡେଟ୍ ପକ୍ଷରୁ ଦିନିକିଆ କୃଷକ ପ୍ରଶିକ୍ଷଣ ଶିବିର ଶିବିରରେ ୭୦ ଜଣ କୃଷକଙ୍କୁ ତାଲିମ ପ୍ରଦାନ

କରିବାରେ ସମଗ୍ର ବିଶ୍ୱରେ ଇଫକୋ ପ୍ରଥମ । ଅର୍ଥ ଖର୍ଚ୍ଚରେ ପରିବେଶ ଉପଯୋଗି ନାନୋ ସୁନିଆ ଆଜି ଦେଶର ବିଭିନ୍ନ ସ୍ଥାନରେ କୃଷକମାନଙ୍କୁ ଲାଭପ୍ରଦ କରି ପାରିଛି । ଏହାକୁ ବ୍ୟବହାର କରି କୃଷକମାନେ ଲାଭଦାନ ହୋଇ ପାରିବ ବୋଲି ଇଫକୋର ଲୋକ ସମ୍ପର୍କ ଅଧିକାରୀ ପ୍ରସନ୍ନ କୁମାର ବେହେରା ଭଳି ନାନୋ ସୁନିଆ ପ୍ରସ୍ତୁତ କରିବାରେ ସମଗ୍ର ବିଶ୍ୱରେ ଇଫକୋ ପ୍ରଥମ । ଅର୍ଥ ଖର୍ଚ୍ଚରେ ପରିବେଶ ଉପଯୋଗି ନାନୋ ସୁନିଆ ଆଜି ଦେଶର ବିଭିନ୍ନ ସ୍ଥାନରେ କୃଷକମାନଙ୍କୁ ଲାଭପ୍ରଦ କରି ପାରିଛି । ଏହାକୁ ବ୍ୟବହାର କରି କୃଷକମାନେ ଲାଭଦାନ ହୋଇ ପାରିବ ବୋଲି ଇଫକୋର ଲୋକ ସମ୍ପର୍କ ଅଧିକାରୀ ପ୍ରସନ୍ନ କୁମାର ବେହେରା କହିଛନ୍ତି ।

ସମ୍ମାନସ୍ୱରୀୟ ଆଧାରଭୂତ ବିଷୟ କାର୍ଯ୍ୟଶାଳା

ଇଫକୋ, ୩୦/୦୭ (ନି.ପ୍ର): ଚିକିତ୍ସା ସରସ୍ୱତୀ ଶିଶୁ ବିଦ୍ୟା ମନ୍ଦିର, ପୁରୁଣାବଜାର, ଇଫକୋ ଆନୁକୂଲ୍ୟରେ ସମ୍ମାନସ୍ୱରୀୟ ଆଧାରଭୂତ ବିଷୟ କାର୍ଯ୍ୟଶାଳା ଅନୁଷ୍ଠିତ ହୋଇଯାଇଛି । କାର୍ଯ୍ୟଶାଳାର ସହଯୋଗୀ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମରେ କୈଳାସ ଚନ୍ଦ୍ର ଦାଶ ପୂର୍ବତନ ପରିଚାଳନା ସମିତିର ସଂପାଦକ ଭାଗବତ ବାରିକ ଉପସ୍ଥିତ ଥିଲେ । ଇଫକୋ ବିଭାଗ ନିରୀକ୍ଷକ ଶ୍ରୀନିବାସ ପ୍ରଧାନ ଆଧାରଭୂତ ବିଷୟରେ

ସଂକଳନା ସମ୍ପର୍କରେ ଆଲୋଚନା କରାଯାଇଥିଲା । ଏହି କାର୍ଯ୍ୟଶାଳାରେ ପୂର୍ବୋଚ୍ଚର ସମ୍ମାନ ସଂଯୋଜକ ବିଭୂତି ଭୂଷଣ ପାଠକରାୟ, ପ୍ରଭାତୀ ଦେବେନ୍ଦ୍ର କୁମାର ପଟ୍ଟନାୟକ ଓ ବାଲେଶ୍ୱର ସହ ବିଭାଗ ନିରୀକ୍ଷକ ସୁବରାଜ କୁଦେର ଯୋଗଦାନ କରି ସହଯୋଗ ପ୍ରଦାନ କରିଥିଲେ । ଉକ୍ତ କାର୍ଯ୍ୟଶାଳାରେ ୪୩ଜଣ ଆଚାର୍ଯ୍ୟ ଓ ଆଚାର୍ଯ୍ୟା ଯୋଗଦାନ କରିଥିଲେ । ଏଥିରେ ୫ଟି ଆଧାରଭୂତ ବିଷୟ ଯଥା ଶାସ୍ତ୍ରାବଳି, ଯୋଗ, ସଜାତ,

ସଂସ୍କୃତ ଓ ନୈତିକ ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକ ଶିକ୍ଷା ବିଷୟରେ ଆଲୋଚନା କରାଯାଇଥିଲା । ସର୍ବଶେଷରେ ପରିଚାଳନା ସମିତିର ସଦସ୍ୟ ପ୍ରଶାନ୍ତ କୁମାର ସାହୁ ଧନ୍ୟବାଦ ଅର୍ପଣ କରିଥିଲେ । ସ୍ଥାନୀୟ ବିଦ୍ୟାଳୟର ପ୍ରଧାନ ଆଚାର୍ଯ୍ୟ ତଥା ଇଫକୋ ସଂକଳ୍ପକ ମନ୍ଦନ ମୋହନ ମହାନ୍ତିଙ୍କ ତତ୍ତ୍ୱାବଧାନରେ ସୁଚାରୁରୂପେ ସଂପାଦିତ ହୋଇଥିଲା । ଏଥି ସହିତ ବିଦ୍ୟାଳୟର ସମସ୍ତ ଆଚାର୍ଯ୍ୟ ଓ ଆଚାର୍ଯ୍ୟା ସହଯୋଗ ପ୍ରଦାନ କରିଥିଲେ ।

ପାଠାଦାପ, ୩୦/୦୭ (ନି.ପ୍ର): ଶନିଦିନ ଦିନ ବିଶ୍ୱର ସର୍ବବୃହତ ସମବାୟଭିତ୍ତିକ ସାର ଉପାଦାନକାରୀ ସଂସ୍ଥା ପାଠାଦାପସ୍ଥିତ ଇଫକୋ ସାରକାରଖାନା ଓ କୋରଡେଟ୍ ମିଳିତ ଆନୁକୂଲ୍ୟରେ ଏକ କୃଷକ ପ୍ରଶିକ୍ଷଣ ଶିବିର ଇଫକୋ ପରିସରରେ ଆୟୋଜିତ ହୋଇଥିଲା । ଏହି କୃଷକ ପ୍ରଶିକ୍ଷଣ ଶିବିରରେ ମୁଖ୍ୟ ଅତିଥି ଭାବେ ଇଫକୋର ସୁଗ୍ରୁ ପରିଚାଳନା ପ୍ରବନ୍ଧକ କେ.ମୋହନ ରାଓ ଯୋଗ ଦେଇଥିଲେ । ସମ୍ମାନୀତ ଅତିଥି ଭାବେ ନିକଟସ୍ଥ ନୂଆଗଡ଼ ସଂଗଠନ ସରପଞ୍ଚ ଦେବେନ୍ଦ୍ର

ଭାଉତ, ଜିଲ୍ଲା ପରିଷଦ ସଦସ୍ୟା କନକଲତା ବେହେରା, ଇଫକୋର ଲୋକ ସମ୍ପର୍କ ଅଧିକାରୀ ପ୍ରସନ୍ନ କୁମାର ବେହେରା ଏବଂ ସଂଗଠନ ସଂଯୋଜକ ଏ.ସାହୁ ଯୋଗ ଦେଇଥିଲେ । ନୂଆଗଡ଼ ସଂଗଠନରୁ ୭୦ ଜଣ କୃଷକ ଏହି ଶିବିରରେ ଯୋଗ ଦେଇଥିଲେ । ବାଷ୍ପ ସମୟରେ ଜମିରେ ନାନୋ ଫର୍ଟିଲାଇଜର, ବାୟୋ ଫର୍ଟିଲାଇଜର ଏବଂ ଇଣ୍ଟିଗ୍ରେଟେଡ୍ ନ୍ୟୁଟ୍ରିଏଣ୍ଟ ପରିଚାଳନା ସମ୍ପର୍କରେ କୃଷକମାନଙ୍କୁ ପ୍ରଶିକ୍ଷଣ ପ୍ରଦାନ କରାଯାଇଥିଲା । ଇଫକୋ ପକ୍ଷରୁ ଶିବିରାର୍ଥୀମାନଙ୍କୁ ନାନୋ ସୁନିଆ



ବନ୍ଧନ କରାଯାଇଥିଲା । ଇଫକୋ କୋରଡେଟ୍ ଅଧିକ କୁଳମଣି ମାଝୀ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ ପରିଚାଳନା କରିଥିଲେ । ଜମିରେ ଉପଯୋଗୀ ହେବା ଭଳି ନାନୋ ସୁନିଆ ପ୍ରସ୍ତୁତ

କରିବାରେ ସମଗ୍ର ବିଶ୍ୱରେ ଇଫକୋ ପ୍ରଥମ । ଅର୍ଥ ଖର୍ଚ୍ଚରେ ପରିବେଶ ଉପଯୋଗି ନାନୋ ସୁନିଆ ଆଜି ଦେଶର ବିଭିନ୍ନ ସ୍ଥାନରେ କୃଷକମାନଙ୍କୁ ଲାଭପ୍ରଦ କରି ପାରିଛି । ଏହାକୁ ବ୍ୟବହାର କରି କୃଷକମାନେ ଲାଭଦାନ ହୋଇ ପାରିବ ବୋଲି ଇଫକୋର ଲୋକ ସମ୍ପର୍କ ଅଧିକାରୀ ପ୍ରସନ୍ନ କୁମାର ବେହେରା କହିଛନ୍ତି ।