

ଧ୍ୱନି ପ୍ରତିଧ୍ୱନି

The Dhvani Pratidhwani

website : www.dhwanipratidhwani.net
email: pratidhwani.dhwani@gmail.com

ବାଲେଶ୍ୱର ■ ଶନିବାର ୧୪ ଅକ୍ଟୋବର ୨୦୨୩ ■ ମୂଲ୍ୟ ଟ. ୨.୦୦ ପଇସା ■ ପୃଷ୍ଠା ସଂଖ୍ୟା-୩୧୦ ■ Baleswar ■ SATURDAY 14 OCTOBER 2023
Vol.No. 34 ■ No. 271 ■ Price :Rs.2.00 (8 pages) ■ R.N.I. Registered No. 52528/91 ■ Postal Registered No. Balasore (Odisha)/005/2019

ପାଲେଷ୍ଟାଇନ ନାଗରିକଙ୍କୁ ୨୪ ଘଂଟା ସମୟ ଦେଲା ଇସ୍ରାଏଲ

ଉତ୍ତର ଗାଜା ପୂର୍ବ ଲକ୍ଷ୍ୟ ଲୋକଙ୍କୁ ଘର ଛାଡ଼ିବାକୁ ନିର୍ଦ୍ଦେଶ

ଦୁଆବିଲ୍ଲା, ୧୩/୧୦ : ହମାସର ଆକ୍ରମଣ ପରେ ପ୍ରତିଶୋଧ ନେଉଛି ଇସ୍ରାଏଲ । ଗାଜାରେ ଥିବା ହମାସ ଆତଙ୍କବାଦୀଙ୍କ ଆଡ଼ାକୁ ଚାର୍ଜେଜ୍ କରି ମିସାଇଲ ମାଡ଼ କରୁଛି ଇସ୍ରାଏଲ ସେନା । ଯାହାର ଚିତ୍ର ସାମ୍ନାକୁ ଆସିଛି । ସହର ଭଙ୍ଗା କୋଠା ଘରର ଗତାଘର ପାଲଟିଯାଇଛି । ଇସ୍ରାଏଲ ସେନା ଏପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ୬ ହଜାରରୁ ଅଧିକ ଲୋକଙ୍କ ମାଡ଼ କରି ସାରିଲାଣି । ଏହାରି ଭିତରେ ବିଶେଷକରି ଆତଙ୍କବାଦୀ ଲୁଚିଥିବା ଉତ୍ତର ଗାଜା ଥିବା ପ୍ରାୟ ୧୧ ଲକ୍ଷ ଲୋକଙ୍କୁ ଘର ଛାଡ଼ିବାକୁ ନିର୍ଦ୍ଦେଶ ଦେଇଛି ଇସ୍ରାଏଲ । ୨୪ ଘଂଟା ମଧ୍ୟରେ ଘର ଛାଡ଼ିବାକୁ ଇସ୍ରାଏଲ ନିର୍ଦ୍ଦେଶ ଦେଇଥିବା ନେଇ କାଟିସଂଘ ପକ୍ଷରୁ ଶୁକ୍ରବାର କୁହାଯାଇଛି । କିନ୍ତୁ ଏତେ କମ ସମୟ ମଧ୍ୟରେ ଏତେ ଲୋକଙ୍କୁ ବିସ୍ତାପିତ କରିବା ସମ୍ଭବ ନୁହେଁ ବୋଲି କାଟିସଂଘ ମୁଖପାତ୍ର



କହିଛନ୍ତି । ସାଧାରଣ ନାଗରିକ ଗାଜାରୁ ବିସ୍ତାପିତ ହେବା ପରେ ସେଇ ଆହୁରି ଭୟଙ୍କର ହେବ ବୋଲି କୁହାଯାଇଛି । ପାଲେଷ୍ଟାଇନର ଗାଜା ସହରକୁ ମାନଚିତ୍ରରୁ ଲିଭାଇ ଦେବାକୁ ଯୋଜନା ପ୍ରସ୍ତୁତ କରିଛି ଇସ୍ରାଏଲ । ଏବେ ବନ୍ଧକ ଥିବା ଇସ୍ରାଏଲ ନାଗରିକ ଏବଂ ଯବାନଙ୍କୁ ଉଦ୍ଧାର କରୁଛି ଇସ୍ରାଏଲ ସେନା । ହମାସ କବଳାରେ ଥିବା ୫୦ରୁ ଅଧିକ ପକ୍ଷପକ୍ଷୀଙ୍କୁ ଉଦ୍ଧାର କରିଛନ୍ତି ଇସ୍ରାଏଲ ଯବାନ । କିପରି ସାହସିକତାରେ ସହ ଆକ୍ରମଣ କରି ପକ୍ଷପକ୍ଷୀଙ୍କୁ ଇସ୍ରାଏଲ ସେନା ଉଦ୍ଧାର କରିଛି ତାହା ଭିଡ଼ିଓ ସାମ୍ନାକୁ ଆସିଛି । ସୁଦ୍ଧରେ ମୋଟ ୪ ହଜାରରୁ ଅଧିକ ଲୋକଙ୍କ ଜୀବନ ଗଲାଣି । ଇସ୍ରାଏଲରେ ୧୨୦୦, ପାଲେଷ୍ଟାଇନରେ ୧୪୦୦ ଲୋକଙ୍କ ମୃତ୍ୟୁ ହୋଇଥିବା ବେଳେ ଇସ୍ରାଏଲରେ ପଶିଥିବା ୧୫୦୦ ହମାସ ଆତଙ୍କବାଦୀଙ୍କ ମୃତ୍ୟୁ ହୋଇଥିବା ନେଇ ସୂଚନା ମିଳିଛି ।

ଏଥର ଗାଜାକୁ ଜମିକୁ ପୁରା ଅଭିଆର କରି ନେବାକୁ ଯୋଜନା କରିଛି ଇସ୍ରାଏଲ । ଇସ୍ରାଏଲରେ ପ୍ରାୟ ୪ ଲକ୍ଷରୁ ଅଧିକ ସେନା ଚ୍ୟାକର, ଅସ୍ତ୍ରଶସ୍ତ୍ର ସହ ଗାଜା ବର୍ତ୍ତମାନ ପାଖରେ ଅପେକ୍ଷା କରି ରହିଛନ୍ତି । ନିର୍ଦ୍ଦେଶ ମିଳିବା ମାତ୍ରେ ଗାଜା ସାମା ଭିତରେ ପଶିବେ । ମୁଖକୁ ସାତ ଦିନ ପୁରିଥିବା ବେଳେ ପାଲେଷ୍ଟାଇନ ଏବଂ ଇସ୍ରାଏଲକୁ ଅନ୍ୟ ଦେଶଙ୍କ ସମର୍ଥନ ଜଣାଇଛନ୍ତି । ଆମେରିକା, ଜର୍ମାନୀ ଭଳି ପ୍ରମୁଖ ଦେଶ ଇସ୍ରାଏଲକୁ ସମର୍ଥନ ଜଣାଇଥିବା ବେଳେ ମଧ୍ୟ ଏସିୟାର ଶକ୍ତିଶାଳୀ ଦେଶ ଇନ୍ଦୋନେସିଆ ପାଲେଷ୍ଟାଇନକୁ ସମର୍ଥନ ଜଣାଇଛି । ଏଥିସହ ମୁସଲିମ ଦେଶଗୁଡ଼ିକୁ ପାଲେଷ୍ଟାଇନ ସହ ଠିଆ ହେବାକୁ ନିରାଶ ରାଷ୍ଟ୍ରପତି ଅନୁରୋଧ କରିଛନ୍ତି । ଯଦି ଅନ୍ୟ ଦେଶ ଏଥିରେ ଜଡ଼ିତ ହୁଅନ୍ତି ତେବେ ଆହୁରି ଗମ୍ଭୀର ହେବ ବୋଲି ଆଶାକା କରାଯାଇଛି ।

ଅସରନ୍ତି ଶୁଭେଚ୍ଛା ସହ...
ସାଗରିକା
ଯୋଗାଯୋଗ କରନ୍ତୁ :
ମୁଖ୍ୟ ସମ୍ପାଦକ ସାଗରିକା
ଜେଲ ରୋଡ, ବାଲେଶ୍ୱର-୭୫୬୦୦୧

ଓଏଏସ୍ ସ୍ତରରେ ବଦଳି: ରୁଦ୍ରନାରାୟଣ ମହାନ୍ତି ଭୁବନେଶ୍ୱର ଅତିରିକ୍ତ ଜିଲ୍ଲାପାଳ

ଭୁବନେଶ୍ୱର, ୧୩/୧୦ (ନି.ପ୍ର): ରାଜ୍ୟ ସରକାର ଆଜି ବରିଷ୍ଠ ଓଏଏସ୍ ଅଧିକାରୀଙ୍କୁ ବଦଳି କରିଛନ୍ତି । ସାଧାରଣ ପ୍ରଶାସନ ବିଭାଗ ପକ୍ଷରୁ ଜାରି ବିଜ୍ଞପ୍ତି ଅନୁସାରେ, ମୟୂରଭଞ୍ଜ ଅତିରିକ୍ତ ଜିଲ୍ଲାପାଳ ଦରିଷ୍ଠ ଓଏଏସ୍ ରୁଦ୍ରନାରାୟଣ ମହାନ୍ତିଙ୍କୁ ଭୁବନେଶ୍ୱର ଅତିରିକ୍ତ ଜିଲ୍ଲାପାଳ ଭାବେ ବଦଳି କରାଯାଇଛି । ଓଏଏସ୍ ପ୍ରତାପ ଚନ୍ଦ୍ର ରାଉତଙ୍କୁ ସମସ୍ୟା ବିଭାଗର ସ୍ୱତନ୍ତ୍ର ସଚିବ ଭାବେ ଅବସ୍ଥାପିତ କରାଯାଇଛି । ଭୁବନେଶ୍ୱରର ପୂର୍ବତନ ଚକ୍ରପାଳ କମଳାକାନ୍ତ ଶ୍ରୀ ରାଉତ ଏବେ ସାଧାରଣ ପ୍ରଶାସନ ବିଭାଗରେ କାର୍ଯ୍ୟରତ ଅଛନ୍ତି । ସେହିପରି ଦିଲ୍ଲୀପ କୁମାର ମହାପାତ୍ରଙ୍କୁ ମାଲକର ମିନେରାଲସଙ୍କ ସ୍ୱଳ୍ପ



ନିର୍ଦ୍ଦେଶକ, ନେତ୍ରାନନ୍ଦ ମଲ୍ଲିକଙ୍କୁ ମୟୂରଭଞ୍ଜ ଅତିରିକ୍ତ ଜିଲ୍ଲାପାଳ, ଶୁଭକ୍ଷ୍ମା ରଥଙ୍କୁ ବାଲେଶ୍ୱର ଅତିରିକ୍ତ ଉପଜିଲ୍ଲାପାଳ, ଶିବଶଙ୍କର ମିଶ୍ରଙ୍କୁ ଜଗତସିଂହପୁରର ସ୍ୱତନ୍ତ୍ର ଜମି ଅଧିକାରୀ ଅଧିକାରୀ ଓ ପାର୍ଥସାରଥୀ ହାସବାଙ୍କୁ ପୁରୀ ଅତିରିକ୍ତ ଜିଲ୍ଲାପାଳ ଭାବେ ବଦଳି କରାଯାଇଛି । ଖଣ୍ଡପଡ଼ାର ପୂର୍ବତନ ତହସିଲଦାର ଶ୍ରୀ ହାସବାଙ୍କର ବଦଳିକୁ ବାଟିଲ କରାଯାଇଛି । ତାଙ୍କୁ ବାଲେଶ୍ୱରର ଅତିରିକ୍ତ ଉପଜିଲ୍ଲାପାଳ ଭାବେ ବଦଳି କରାଯାଇଥିଲା ।

ଓଡ଼ିଶାରୁ ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ବିଦାୟ ନେଲା ଦକ୍ଷିଣ-ପଶ୍ଚିମ ମୌସୁମୀ ବାୟୁ

ଭୁବନେଶ୍ୱର, ୧୩/୧୦ (ନି.ପ୍ର): ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ଭାବେ ବିଦାୟ ନେଲା ମୌସୁମୀ ବାୟୁ ଓଡ଼ିଶାରୁ ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ଭାବେ ବିଦାୟ ନେଇଛି । ଭୁବନେଶ୍ୱର ଆଞ୍ଚଳିକ ପାଣିପାଗ କେନ୍ଦ୍ର ଏନେଇ ସୂଚନା ଦେଇଛି । ଭୁବନେଶ୍ୱର ଆଞ୍ଚଳିକ ପାଣିପାଗ କେନ୍ଦ୍ରର ମୁଖ୍ୟ ପାଣିପାଗ ବିଜ୍ଞାନୀ

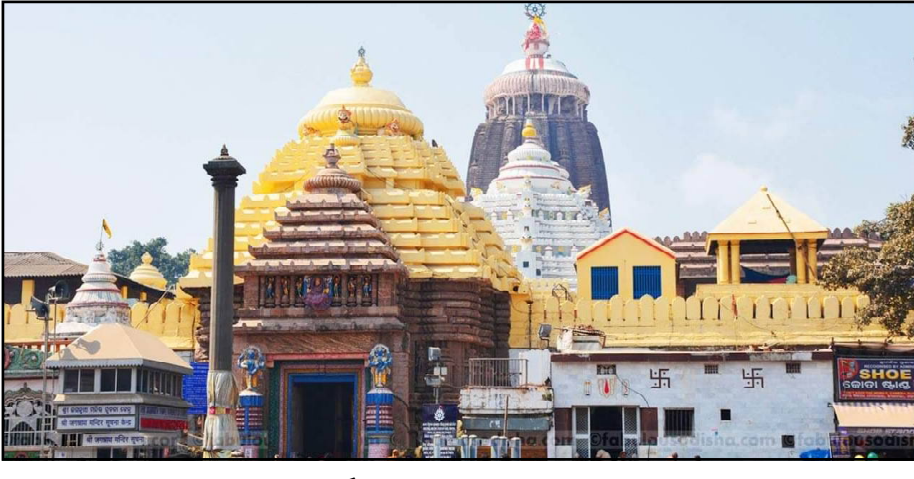
ଡକ୍ଟର ଏ.ଆର୍.ବି.ସି.ଏସ୍ କହିବା ଅନୁସାରେ ଆଗାମୀ ୪ ଦିନ ରାଜ୍ୟର ପାଗ ଶୁଖିଲା ରହିବ । ଚାପମାତ୍ରାରେ ବିଶେଷ କିଛି ପରିବର୍ତ୍ତନ ହେବା ନାହିଁ । ତେବେ କେତେକ ସ୍ଥାନରେ ଦିନର ଚାପମାତ୍ରା ସ୍ୱାଭାବିକତାକୁ ୨ରୁ ୩ ଡିଗ୍ରୀ ସେଲସିୟସ୍ ଅଧିକ ରହିବ । ଭୁବନେଶ୍ୱର ଆକାଶ ଆଂଶିକ ମେଘୁଆ ରହିବ । ଗତ ୨୪ ଘଣ୍ଟାରେ ରାଜ୍ୟରେ ପାଗ ଶୁଖିଲା ରହିଥିଲା । ରାଜ୍ୟର ଚାପମାତ୍ରା ସ୍ୱାଭାବିକତାକୁ ୨ରୁ ୩ ଡିଗ୍ରୀ ଅଧିକ ରହିଥିଲା । ଅନୁଗୋଳରେ ସର୍ବାଧିକ ଚାପମାତ୍ରା ରେକର୍ଡ୍ କରାଯାଇଛି । ଏଠାରେ ଚାପମାତ୍ରା ୩୬.୭ ଡିଗ୍ରୀ ସେଲସିୟସ୍ ରେକର୍ଡ୍ କରାଯାଇଥିଲା ।

ମାଓବାଦୀଙ୍କ ଲ୍ୟାଣ୍ଡମାର୍କ ବିସ୍ଫୋରଣ, ସୁରକ୍ଷାକର୍ମୀଙ୍କ କଳେ ଟାଣେଟ

ରାଉରକେଲା, ୧୩/୧୦ (ନି.ପ୍ର): କଳାଳରେ ମାଓବାଦୀଙ୍କ ଲ୍ୟାଣ୍ଡମାର୍କ ବିସ୍ଫୋରଣ । ସୁନ୍ଦରଗଡ଼-ଝାଡ଼ଖଣ୍ଡ ସାମାଜିକ ଗୋଏଲକେରା ଥାନା ବାମିଆପୁର କଳାଳରେ ମାଓବାଦୀ ଲ୍ୟାଣ୍ଡମାର୍କ ବିସ୍ଫୋରଣ କରିଛନ୍ତି । ସୁରକ୍ଷାକର୍ମୀଙ୍କ ସର୍ତ୍ତ ଅପରେସନକୁ ଚୋକିବା ପାଇଁ ଲ୍ୟାଣ୍ଡମାର୍କ ବିସ୍ଫୋରଣ କରିଛନ୍ତି । ଏବେବି କଳାଳରେ ମାଓବାଦୀ ଏବଂ ଚୋକିସ ମଧ୍ୟରେ ଗୁଳିବିନିମୟ ଚାଲିଛି । ସୂଚନା ଅନୁଯାୟୀ, ଶୁକ୍ରବାର କୋଡ୍ରା, ସିଆରପିଏଫ, ଚାନ୍ଦିବା ପୋଲିସ, ଝାଡ଼ଖଣ୍ଡ କାଗୁଆର ପୋର୍ଟ ମିଲିଟ ଭାବରେ ଅପରେସନ କ୍ରିନ୍ ଚଳାଇଛନ୍ତି । ଆଉ ଏହି ସର୍ତ୍ତ ଅପରେସନ ସମୟରେ ମାଓବାଦୀମାନେ ସୁରକ୍ଷାକର୍ମୀଙ୍କୁ ଚୋକିବା ପାଇଁ ଲ୍ୟାଣ୍ଡମାର୍କ ବିସ୍ଫୋରଣ କରିଥିଲେ । ଆଉ ଏହାପରେ ସୁରକ୍ଷାକର୍ମୀଙ୍କ ତରଫରୁ ଆତଙ୍କବାଦୀଙ୍କ ଉପରେ ଗୁଳିମାଡ଼ ହୋଇଥିଲା ।

ଶ୍ରୀମନ୍ଦିର ଗଲେ କ'ଣ ପିନ୍ଧିବେ, କ'ଣ ପିନ୍ଧିବା ମନା: ଜାରି ହେଲା ଗାଇଡ଼ଲାଇନ

ପୁରୀ, ୧୩/୧୦ (ନି.ପ୍ର): ଶ୍ରୀମନ୍ଦିରକୁ ଯିବାକୁ ହେଲେ କେଉଁ ଭଳି ପୋଷାକ ପିନ୍ଧିବେ, କେଉଁ ପୋଷାକକୁ ବାରଣ କରାଯାଇଛି ଏନେଇ ଆଜି ବିସ୍ତୃତ ଭାବେ ଜାରି ହୋଇଛି ଗାଇଡ଼ଲାଇନ । ଆଜି ଏନେଇ ଶ୍ରୀମନ୍ଦିର ସୂଚନା କେନ୍ଦ୍ରରୁ ଉତ୍ତର ଦିଆଯାଇଛି । ମାଲକ୍ ଯୋଗେଁ ଘୋଷଣା କରି ଉତ୍ତର କ'ଣ ପିନ୍ଧିବେ ସମ୍ପର୍କରେ ସୂଚନା ଦିଆଯାଇଛି । ଏଥିସହ ଆଜି ଶ୍ରୀମନ୍ଦିରର ମୁଖ୍ୟ ପ୍ରଶାସକଙ୍କ ଅଧିକାରୀଙ୍କୁ ଏକ ସଚେତନତା କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ ମଧ୍ୟ ଅନୁଷ୍ଠିତ ହୋଇ ଯାଇଛି । ଶ୍ରୀମନ୍ଦିର ପ୍ରଶାସନ ପକ୍ଷରୁ ଜାରି ହୋଇଥିବା ପରାମର୍ଶରେ ଦର୍ଶାଯାଇଛି ଯେ, ମନ୍ଦିରକୁ ଯିବା ବେଳେ ପୁରୁଷମାନେ ପାଞ୍ଚ ଘଣ୍ଟା, ରୁଦ୍ଧିଦାର ପଞ୍ଚାଦଶ, ଧୋତି ଆଦି



ପାରମ୍ପାରିକ ପୋଷାକ ପିନ୍ଧିପାରନ୍ତେ । ସେହିପରି ମହିଳାମାନେ ଶାଢ଼ୀ, ଶାଲିଖୁର ଭଳି ଶାଳୀନତାପୂର୍ଣ୍ଣ ପୋଷାକ ପରିଧାନ କରିବେ । ତେବେ ହାତ୍ ପାଞ୍ଚ, ଚିରାଫଟା ଜିନ୍ସକୁ ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ଭାବେ ବର୍ଜନୀୟ ବୋଲି କୁହାଯାଇଛି । ଅନାଦେଶ୍ୟକ ଭାବେ ଶରୀର ପ୍ରଦର୍ଶନ କରୁଥିବା ପୋଷାକ କିମ୍ବା ଆର୍ମିକ ଭାବନକୁ କୁଠାରପାତ କଲା ଭଳି ପୋଷାକ ବର୍ଜନୀୟ ବୋଲି ଗାଇଡ଼ଲାଇନରେ ଦର୍ଶାଯାଇଛି । ପ୍ରତ୍ୟେକ ସ୍ତରରେ ଏବେଠୁ ସଚେତନତା ସୃଷ୍ଟି ସହ ଆସନ୍ତା ନୂଆବର୍ଷଠାକୁ ଏହି ନିୟମକୁ କଡ଼ାକଡ଼ି ଲାଗୁ ପାଇଁ ଦିଆଯାଇଛି ନିର୍ଦ୍ଦେଶ ।

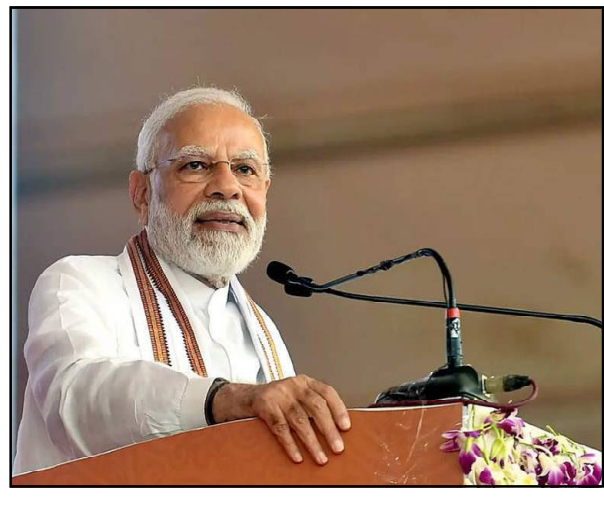
ରଜାରଙ୍ଗ ହେବ ଭାରତ-ପାକିସ୍ତାନ ମ୍ୟାଚ: ଜଲ୍ଡା ଦେଖାଇବେ ବଲିଭିତ କଣ୍ଠଶିଳ୍ପୀ, ଯୋଗଦେବେ ବିଗ-ବି, ରଜନୀକାନ୍ତ, ସଚିନ



ଦୁଆବିଲ୍ଲା, ୧୩/୧୦ : ଶନିବାର ଅହମଦାବାଦର ନରେନ୍ଦ୍ର ମୋଦୀ ମୁହାଁମୁହିଁ ହେବେ ଦୁଇ ଦିନ ପ୍ରତିଦ୍ୱନ୍ଦ୍ୱୀ ଭାରତ-ପାକିସ୍ତାନ । ଏଥିପାଇଁ ବଡ଼ ଆୟୋଜନ କରିଛି ବିସିସିଆଇ । ମ୍ୟାଚ ପୂର୍ବରୁ ବଲିଭିତ କଳାକାରଙ୍କୁ ରଜାରଙ୍ଗ ମେଲୋଡି କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ ଆୟୋଜନ କରାଯାଇଛି । ଶନିବାର ମଧ୍ୟାହ୍ନ ୨ଟାରେ ମ୍ୟାଚ ଆରମ୍ଭ ହେବାର ଅଛି । ମ୍ୟାଚ ପୂର୍ବରୁ ୧୨.୩୦ ମିନିଟରୁ ୧.୧୦ ମିନିଟ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ୩୦ ମିନିଟ୍ ବର୍ଷକଳ ଦେଖିବାକୁ ମିଳିବ । ଏପରିକି ଅଷ୍ଟ୍ରେଲିଆ ବିପକ୍ଷ ପ୍ରଥମ ମ୍ୟାଚରେ ସୁଖବିନ୍ଦର ସିଂ, ଶଙ୍କର ମହାଦେବର ଭଳି ନାମାଦାମୀ କଣ୍ଠଶିଳ୍ପୀ ଗୀତ ଗାଇବେ ବୋଲି ବିସିସିଆଇ ପକ୍ଷରୁ କୁହାଯାଇଛି । ଏଥିସହ ବିଶ୍ୱକପ ପାଇଁ ବିସିଆଇ ପକ୍ଷରୁ ପ୍ରଦାନ କରାଯାଇଥିବା ଗୋଲଡେନ ଟିକେଟଧାରୀ ଅମିତାଭ ବଚ୍ଚନ, ସାଉଥୀୟର ଉଜନିକାନ୍ତ ଏବଂ ସଚିନ ଚେନ୍ନୁଲକରଙ୍କ ସହ ଅନ୍ୟ ଭିଆଇପିମାନେ ମ୍ୟାଚରେ ଉପସ୍ଥିତ ରହିବେ । ବିଶ୍ୱକପର ଉଦଘାଟନୀ ମ୍ୟାଚରେ କୌଣସି ଉତ୍ସବ ଦେଖିବାକୁ ମିଳିବ । ଏପରିକି ଅଷ୍ଟ୍ରେଲିଆ ବିପକ୍ଷ ପ୍ରଥମ ମ୍ୟାଚରେ

୨୦୨୪ ଲୋକସଭା ନିର୍ବାଚନରେ ମତଦାନ କରିବେ ୧୦୦ କୋଟିରୁ ଅଧିକ ଲୋକ: ପି-୨୦ ସମ୍ମିଳନୀରେ ପ୍ରଧାନମନ୍ତ୍ରୀ ନରେନ୍ଦ୍ର ମୋଦିଙ୍କ ସୂଚନା

ଦୁଆବିଲ୍ଲା, ୧୩/୧୦ (ନି.ପ୍ର): ଆସନ୍ତା ବର୍ଷ ସାଧାରଣ ନିର୍ବାଚନ । ଦେଶ ପାଇଁ ବ ଗଣତନ୍ତ୍ର ମହୋତ୍ସବ । ଆଗାମୀ ନିର୍ବାଚନରେ ୧୦୦କୋଟି ଭୋଟର ନିଜର ମତ ସାବ୍ୟସ୍ତ କରିବେ ବୋଲି କହିଛନ୍ତି ପ୍ରଧାନମନ୍ତ୍ରୀ । ଏହା ଗଣତନ୍ତ୍ରର ଉଚ୍ଚତମ ସତ୍ୟ । ଭାରତୀୟ ଗଣତନ୍ତ୍ର ହେଉଛି ବିଶ୍ୱରେ ସର୍ବବୃହତ । ଦିନକୁ ଦିନ ନିର୍ବାଚନ ପ୍ରକ୍ରିୟାରେ ଅଧିକରୁ ଅଧିକ ଭୋଟର ସାମିଲ ହେଉଛନ୍ତି ।



୧୨୮ ବର୍ଷ ପରେ ଅଲମ୍ପିକ୍ସରେ ସାମିଲ ହେବାକୁ ଯାଉଛି କ୍ରିକେଟ: ଆହୁରି ୪ଟି ଗେମକୁ ସାମିଲ କରିବାକୁ ନିଷ୍ପତ୍ତି

ଦୁଆବିଲ୍ଲା, ୧୩/୧୦ (ନି.ପ୍ର): କ୍ରିକେଟ ପ୍ରଶଂସକଙ୍କ ପାଇଁ ଖୁବ୍ ଖବର । ଅଲମ୍ପିକ୍ସରେ ପୁଣି ସାମିଲ ହେବାକୁ ଯାଉଛି କ୍ରିକେଟ । ୧୨୮ ବର୍ଷ ପରେ ପୁଣିଥରେ ବର୍ଷକ କ୍ରିକେଟ ମ୍ୟାଚର ମଜା ନେଇପାରିବେ । ଅନ୍ତର୍ଜାତୀୟ ଅଲମ୍ପିକ୍ସ କମିଟି ଶୁକ୍ରବାର ଦିନ ଅଲମ୍ପିକ୍ସରେ ନୂଆ ୫ଟି ଖେଳକୁ ସାମିଲ କରିବା ନେଇ ମଞ୍ଜୁରୀ ପ୍ରଦାନ କରିଛନ୍ତି । ଅନ୍ତର୍ଜାତୀୟ ଅଲମ୍ପିକ୍ସ କମିଟି ମୁଖ୍ୟ ଥୋମାସ୍ ବାକ୍ କହିଛନ୍ତି କି, କାର୍ଯ୍ୟକାରୀ ବୋର୍ଡର ଅଧିକାରୀମାନେ କ୍ରିକେଟ ସତେ ମୋଟ ୫ଟି ନୂଆ ଖେଳକୁ ଅଲମ୍ପିକ୍ସରେ ସାମିଲ କରିବା ନେଇ ମଞ୍ଜୁରୀ ପ୍ରଦାନ କରିଛନ୍ତି । ଏହି ୫ଟି ଖେଳ ମଧ୍ୟରେ

କ୍ରିକେଟ ବ୍ୟତୀତ ବେସବଲ, ସପ୍ଟବଲ, ଫ୍ଲୋର ବ୍ୟୁଟବଲ, ଷ୍ଟେସ ଖେଳକୁ ସାମିଲ କରାଯାଇଛି । ଏହି ଯେଉଁ ୫ଟି ଖେଳକୁ ଅଲମ୍ପିକ୍ସରେ ସାମିଲ କରାଯାଇଛି ତାହା ୨୦୨୮ରେ ଲସ୍ ଏଞ୍ଜେଲ୍ସରେ ଅନୁଷ୍ଠିତ ହେବାକୁ ଥିବା ଅଲମ୍ପିକ୍ସରେ ସ୍ଥାନ ସୁରକ୍ଷିତ କରିବାକୁ ପ୍ରଥମେ ଯୋଗଦାନ ଦିନ ଉଇସି ସଦସ୍ୟତା ତରଫରୁ ହେବାକୁ ଥିବା ଭୋଟିଂରେ ବିକ୍ଷୟଲାଭ କରିବା ଆବଶ୍ୟକ । ସୂଚନା ଥାଇ କି ଏହା ପୂର୍ବରୁ ୧୯୦୦ ମସିହା ପ୍ୟାରିସ୍ ଅଲମ୍ପିକ୍ସରେ କ୍ରିକେଟକୁ ସାମିଲ କରାଯାଇଥିଲା । ଏବେ ଅଲମ୍ପିକ୍ସରେ ମହିଳା ଓ ପୁରୁଷ ବର୍ଗର କ୍ରିକେଟକୁ ସାମିଲ କରାଯିବ ।

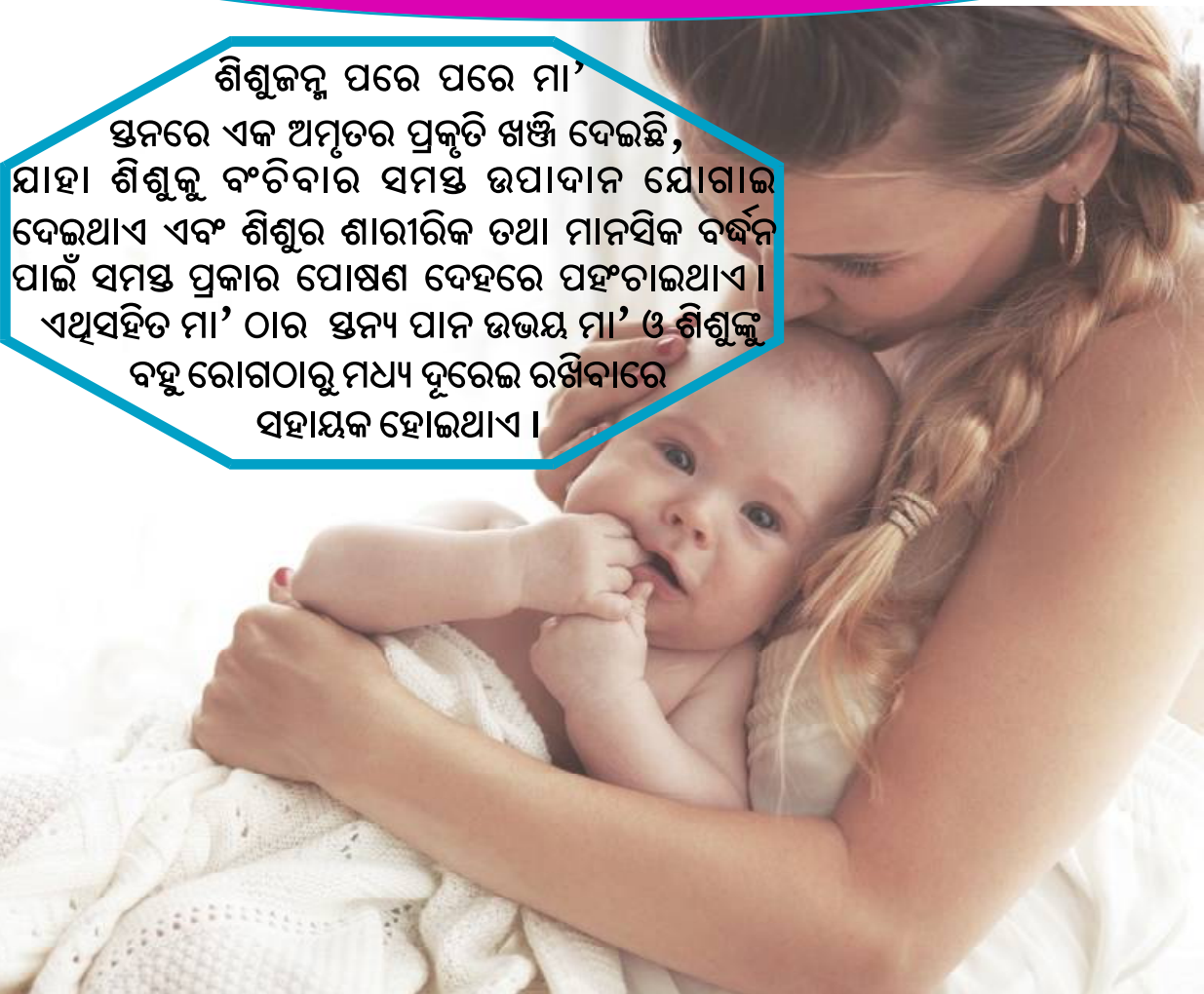
ନଭେମ୍ବର ୨୭ରୁ ବିଶ୍ୱପ୍ରସିଦ୍ଧ କଟକ ବାଲିଯାତ୍ରା

କଟକ, ୧୩/୧୦ (ନି.ପ୍ର): ନଭେମ୍ବର ମାସ ୨୭ ତାରିଖରୁ ଆରମ୍ଭ ହେବ କଟକର ଏତିହାସିକ ବାଲିଯାତ୍ରା । ନଭେମ୍ବର ମାସ ୨୭ ତାରିଖରୁ ଆରମ୍ଭ ହୋଇ ଡିସେମ୍ବର ୪ ତାରିଖ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଏହି ବାଲିଯାତ୍ରା ଚାଲିବ । ତେବେ ତଳିତକର୍ଷଣ ୮ ଦିନ ଧରି ବାଲିଯାତ୍ରା ହେବା ନେଇ ସୂଚନା ରହିଛି । ବାଲିଯାତ୍ରା ପ୍ରସ୍ତୁତି ବୈଠକରେ ଏହି ନିଷ୍ପତ୍ତି ନିଆଯାଇଛି । ତଳିତକର୍ଷଣ ବାଲିଯାତ୍ରାକୁ ଅଧିକ ଚିତ୍ତାକର୍ଷକ ଓ ସୁରକ୍ଷିତ କରିବା ପାଇଁ ନିଷ୍ପତ୍ତି ନିଆଯାଇଛି ।

କର୍ତ୍ତା

ସ୍ତନ୍ୟପାନ ଓ ମା'ର ସୌନ୍ଦର୍ଯ୍ୟ

ଶିଶୁଜନ୍ମ ପରେ ପରେ ମା' ସ୍ତନରେ ଏକ ଅମୃତର ପ୍ରକୃତି ଖଞ୍ଜି ଦେଇଛି, ଯାହା ଶିଶୁକୁ ବଂଚିବାର ସମସ୍ତ ଉପାଦାନ ଯୋଗାଇ ଦେଇଥାଏ ଏବଂ ଶିଶୁର ଶାରୀରିକ ତଥା ମାନସିକ ବର୍ଦ୍ଧନ ପାଇଁ ସମସ୍ତ ପ୍ରକାର ପୋଷଣ ଦେହରେ ପହଂଚାଇଥାଏ । ଏଥିସହିତ ମା' ଠାର ସ୍ତନ୍ୟ ପାନ ଉଭୟ ମା' ଓ ଶିଶୁକୁ ବହୁ ରୋଗଠାରୁ ମଧ୍ୟ ଦୂରେଇ ରଖିବାରେ ସହାୟକ ହୋଇଥାଏ ।



ମାତୃତ୍ୱ ନାରୀତ୍ୱକୁ ଏକ ସୁକୋମଳ ଲାଳିତ୍ୟରେ ସୌନ୍ଦର୍ଯ୍ୟମୟ କରିଦିଏ । ଗର୍ଭଧାରଣ କରିବା ମାତ୍ରେ ଅପୂର୍ବ ତେଜ ଓ ଲାବଣ୍ୟରେ ତା'ର ଅଙ୍ଗପ୍ରତ୍ୟଙ୍ଗ ଉଜ୍ଜ୍ୱଳ ହୋଇଯାଏ ଏବଂ କିଛି ମାସ ଭିତରେ ନାରୀର ଆବରଣ ଖୋଲି ପ୍ରକାଶିତ ଭଳି ମା'ଟିଏ ଏ ଧରାରେ କହୁ ନେଇଥାଏ । ତେବେ ମୁହଁର ଏ ଉଜ୍ଜ୍ୱଳତା, ଚର୍ମର ଓ ଚିତ୍ତଶତା ତଥା ଦେହର ଏ ଅଖଣ୍ଡ ଲାବଣ୍ୟର ରହସ୍ୟ କ'ଣ ? କେଉଁଠି ଆରମ୍ଭ ହୁଏ ଏ ଅଖଣ୍ଡ ଆଭାବ ଉତ୍ତ ? ଏହା ହେଉଛି ଗର୍ଭାବସ୍ଥାରେ ଝରୁଥିବା ହରମୋନ ଇଷ୍ଟ୍ରୋଜେନ୍ ଓ ପ୍ରୋଜେଷ୍ଟେରୋନ କରାମତି । ମା' ସ୍ତନରୁ ଝରୁଥିବା ବହୁଳିଆ କଷ୍ଟ ସ୍ତାନ ଏବଂ ବକ୍ଷର ଚର୍ମ ମଧ୍ୟକୁଚିତ ହୋଇଯିବ । ସ୍ତନ୍ୟପାନ ସମୟରେ ଦେଖି କ୍ୟାଲୋରିର ଖାଦ୍ୟ ଖାଇବା ଦ୍ୱାରା ମୋଟା ହୋଇଯିବା ଆଶଙ୍କା ମଧ୍ୟ ଅନେକଙ୍କୁ ଶିଶୁକୁ ସ୍ତନ୍ୟପାନ କରାଇବାକୁ ବଂଚିତ କରିଥାଏ । କିନ୍ତୁ ଏହି ଧାରଣା ଠିକ୍ ନୁହେଁ । ସ୍ତନ୍ୟପାନ କରାଇବା ଦ୍ୱାରା ମା' ଦେହରେ ଥିବା ସମସ୍ତ ଗଠିତ ଚର୍ମିଆଁଶ ପୁଷ୍ଟିକ ଓ ଶ୍ୱେତସାର ଅଂଶ କମିଯାଏ । ଏହା ମା'ଦେହରୁ ଅଧିକ ଚର୍ମିଆଁ ଓ ମୋଟାପଣିଆ(ଓବେସିଟି)କୁ କମାଇ ଦେଇଥାଏ । ଶିଶୁ ସ୍ତାନ ଖାଇବା ଦ୍ୱାରା ମା'ର ମସିଷ୍ଟ ଅକ୍ଟିଭେସନ୍ ହରମୋନର ସରଣ ହେବା ଦ୍ୱାରା ଜରାୟୁ ସଂକୃଚିତ ହୋଇଥାଏ, ଏହାର ଆଭିଭାବକ ମା'ର ମାସିକ ଚକ୍ରସ୍ରାବ ବିଳମ୍ବରେ ମଧ୍ୟ କମ୍ ଥାଏ ।



ଶିଶୁ ପାଇଁ ପ୍ରଥମ ପ୍ରତିଷେଧକ ଚିକା ଏବଂ ଏହା ଅନେକ ରୋଗରୁ ଶିଶୁକୁ ରକ୍ଷା କରିଥାଏ । ମା'ସ୍ତାନ ଯେ ଶିଶୁ ପାଇଁ ଅମୃତ, ଏକଥାର ପ୍ରାୟ ସହରାଂତଳ ଓ ଗ୍ରାମାଂତଳର ମହିଳାମାନ ଜାଣିଲେଣି, ତେଣୁ ଅନେକ ସ୍ତନ୍ୟପାନ ପାଇଁ ଆଗରୁ ହେଲେଣି । ଦୁଃଖର ବିଷୟ ଏବେ ବି କେତେକ ଆଧୁନିକ ମା' ଏବଂ କର୍ମଜୀବୀ ମହିଳା ସୌନ୍ଦର୍ଯ୍ୟ ହାନି ଭୟରେ ଶିଶୁକୁ ସ୍ତନ୍ୟପାନ କରାଇବାକୁ ପଛପୁଟା ଦେଇଛନ୍ତି । ସେମାନଙ୍କର ଧାରଣା ଶିଶୁକୁ ସ୍ତନ୍ୟପାନ କରାଇଲେ ଶାରୀରିକ ଗଠନ ଖରାପ ଦେହା ସହ ସ୍ତନ ଜିଲ୍ଲା ହୋଇ ଓହଳିପଡ଼ିବ , ହୋଇଥାଏ ଏବଂ ଗର୍ଭଧାରଣରେ ତେଜି ହୋଇଥାଏ (ତେମୋରାରି କଣ୍ଠସେପସନ) । ସ୍ତନ୍ୟପାନ ମଧ୍ୟ ମା'କୁ ଅନେକ ରୋଗରୁ ରକ୍ଷା କରିଥାଏ ଯଥା ସ୍ତନକର୍କଟ, ଡିମ୍ବକୋଷର କର୍କଟ ରୋଗ (ଏଣ୍ଡୋମେଟ୍ରିଆଲ କ୍ୟାନ୍ସର), କରାୟୁସ୍ରାବ କର୍କଟରୋଗ, ରିଭମାଟିଏଡ୍ ଆର୍ଥ୍ରାଇଟିସ ହାଡ୍ ପୋରିଆରୋଗ (ଓଷ୍ଟିଓପୋରୋସିସ୍) ଆଦି । ଏହାଛଡ଼ା ସ୍ତନ୍ୟପାନ କରାଇଥିବା ମା'ର ଚକ୍ରରେ କୋଲେଷ୍ଟରାଲ ଓ ଗ୍ଲୁସିପ୍ଲୋସାଇଡ୍ (ରକ୍ତରେ ଚର୍ମିଆଁଶ) କମ ପରିମାଣରେ ଥାଏ, ତେଣୁ ମା'କୁ ଉଚ୍ଚ ରକ୍ତଚାପ ଓ ହୃଦଘାତ ହେବା ଆଶଙ୍କା ହୋଇଥାଏ ।

ଶିଶୁକୁ ୬ମାସ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ କେବଳ ମା'ସ୍ତାନ ଖାଇବାକୁ ଦିଆ ଯାଇଥାଏ, ଏହାଛଡ଼ା ଶିଶୁକୁ ୨ ବର୍ଷ ଯାଏଁ ସ୍ତନ୍ୟପାନ କରାଇଥିଲେ, ମାନସିକ ଚକ୍ରସ୍ରାବର ବିରତି ପୂର୍ବରୁ ଶତକଡ଼ା ୪୦ ଭାଗ ସ୍ତନ କର୍କଟ ରୋଗ ହେବା ଆଶଙ୍କା କମି ଯାଇଥାଏ । ୬ ବର୍ଷ ଶିଶୁକୁ ସ୍ତନ୍ୟପାନ କରାଇବା ମା'ର ମେନୋପଜ ଆଗରୁ ସ୍ତନ କର୍କଟ ରୋଗ ହେବାର ଆଶଙ୍କା ଶତକଡ଼ା ୬୬ ଭାଗ କମିଯାଇଥାଏ । ୬ ବର୍ଷ ଶିଶୁକୁ ସ୍ତନ୍ୟପାନ କରାଇଥିବା ମା'ର ସ୍ତନ କର୍କଟ ହେବା ପ୍ରାୟ ନଥାଏ । ମା' ଓ ଶିଶୁ ଭିତରେ ଏକ ସ୍ୱେହର ବନ୍ଧନ କହୁ ପରେ ପରେ ହିଁ ଆରମ୍ଭ ହୋଇଥାଏ । ଯାହାଦ୍ୱାରା ଶିଶୁ ନିଜକୁ ସୁରକ୍ଷିତ ମନେ କରିଥାଏ, ତାର ଶାରୀରିକ ଓ ମାନସିକ ବିକାଶ ଭଲ ହେବା ସହ ମା'କୁ ମଧ୍ୟ ଭାବନାତ୍ମକ ସନ୍ତୋଷ ମିଳିଥାଏ ଏବଂ ଆତ୍ମସନ୍ତୋଷର ଏକ ଅପୂର୍ବ ଆଭାସ ଯାହା ଦେହରେ ଉଜ୍ଜ୍ୱଳ ଉଠେ, ଯାହାକି ମା'ର ସୌନ୍ଦର୍ଯ୍ୟ ବୃଦ୍ଧିକରେ । ତା'ଛଡ଼ା ସ୍ତନ୍ୟପାନ କରାଇଥିବା ଦିନଗୁଡ଼ିକରେ ମା' ଖାଇଥିବା ଖାଦ୍ୟ ଏବଂ ପାନୀୟ ମଧ୍ୟ ସୌନ୍ଦର୍ଯ୍ୟ ବୃଦ୍ଧି କରିଥାଏ । ତେଣୁ ଆଧୁନିକା, କର୍ମଜୀବୀ ମା'ମାନେ ସ୍ତନ୍ୟପାନ ଦ୍ୱାରା ସୌନ୍ଦର୍ଯ୍ୟ ହାନି ନୁହେଁ ବରଂ ସୌନ୍ଦର୍ଯ୍ୟମୟା ହେବା ପାଇଁ ନିଜ ମନକୁ ଦୃଢ଼ କରନ୍ତୁ ଏବଂ ଏକ ସଶକ୍ତ ଇଚ୍ଛା ଶକ୍ତି ରଖି ଶରୀରର କିଛି ଅଂଶ ସ୍ତାନ ଆକାରରେ ନିଜ ନବଜାତକକୁ ଖୁଆଇ ତାକୁ ସୁସ୍ଥ ରଖିବାର ସଂକଳ୍ପ ନିଅନ୍ତୁ ।

ଶିଶୁ ପାଇଁ ପ୍ରଥମ ପ୍ରତିଷେଧକ ଚିକା ଏବଂ ଏହା ଅନେକ ରୋଗରୁ ଶିଶୁକୁ ରକ୍ଷା କରିଥାଏ । ମା'ସ୍ତାନ ଯେ ଶିଶୁ ପାଇଁ ଅମୃତ, ଏକଥାର ପ୍ରାୟ ସହରାଂତଳ ଓ ଗ୍ରାମାଂତଳର ମହିଳାମାନ ଜାଣିଲେଣି, ତେଣୁ ଅନେକ ସ୍ତନ୍ୟପାନ ପାଇଁ ଆଗରୁ ହେଲେଣି । ଦୁଃଖର ବିଷୟ ଏବେ ବି କେତେକ ଆଧୁନିକ ମା' ଏବଂ କର୍ମଜୀବୀ ମହିଳା ସୌନ୍ଦର୍ଯ୍ୟ ହାନି ଭୟରେ ଶିଶୁକୁ ସ୍ତନ୍ୟପାନ କରାଇବାକୁ ପଛପୁଟା ଦେଇଛନ୍ତି । ସେମାନଙ୍କର ଧାରଣା ଶିଶୁକୁ ସ୍ତନ୍ୟପାନ କରାଇଲେ ଶାରୀରିକ ଗଠନ ଖରାପ ଦେହା ସହ ସ୍ତନ ଜିଲ୍ଲା ହୋଇ ଓହଳିପଡ଼ିବ , ହୋଇଥାଏ ଏବଂ ଗର୍ଭଧାରଣରେ ତେଜି ହୋଇଥାଏ (ତେମୋରାରି କଣ୍ଠସେପସନ) । ସ୍ତନ୍ୟପାନ ମଧ୍ୟ ମା'କୁ ଅନେକ ରୋଗରୁ ରକ୍ଷା କରିଥାଏ ଯଥା ସ୍ତନକର୍କଟ, ଡିମ୍ବକୋଷର କର୍କଟ ରୋଗ (ଏଣ୍ଡୋମେଟ୍ରିଆଲ କ୍ୟାନ୍ସର), କରାୟୁସ୍ରାବ କର୍କଟରୋଗ, ରିଭମାଟିଏଡ୍ ଆର୍ଥ୍ରାଇଟିସ ହାଡ୍ ପୋରିଆରୋଗ (ଓଷ୍ଟିଓପୋରୋସିସ୍) ଆଦି । ଏହାଛଡ଼ା ସ୍ତନ୍ୟପାନ କରାଇଥିବା ମା'ର ଚକ୍ରରେ କୋଲେଷ୍ଟରାଲ ଓ ଗ୍ଲୁସିପ୍ଲୋସାଇଡ୍ (ରକ୍ତରେ ଚର୍ମିଆଁଶ) କମ ପରିମାଣରେ ଥାଏ, ତେଣୁ ମା'କୁ ଉଚ୍ଚ ରକ୍ତଚାପ ଓ ହୃଦଘାତ ହେବା ଆଶଙ୍କା ହୋଇଥାଏ ।



ସାପ କାମୁଡ଼ାର ଚିକିତ୍ସା

ସାପ କାମୁଡ଼ା ଓଡ଼ିଶାରେ ବିଶେଷ ଭାବେ ଦେଖାଯାଏ । ତେବେ ସାପ କାମୁଡ଼ା ସମୟରେ ଚିକିତ୍ସା ଅପେକ୍ଷା ସତରତତା ଅଭାବରୁ ରୋଗୀକୁ ପ୍ରମୁଖ୍ୟ କରି ଦିଆଯାଉଥିବା ଅଭିଯୋଗ ଆସିଥାଏ ।



ସାପ ସାଧାରଣତଃ ଦୁଇ ପ୍ରକାର । ଗୋଟିଏ ବିଷଧର ଓ ଅନ୍ୟଟି ବିଷହୀନ । ବିଷହୀନ ସାପ କାମୁଡ଼ିଲେ କୌରସି କ୍ଷତିହୁଏ ନାହିଁ । କିନ୍ତୁ ବିଷଧର ସାପ କାମୁଡ଼ିଲେ ୧୫ରୁ ୨୦ ମିନିଟ୍ ମଧ୍ୟରେ ବିଷ କ୍ରିୟା ଜଣାପଡ଼େ । ବିଧେର ସାପ ପୁଣି ଦୁଇ ଶ୍ରେଣୀର । ଗୋଟିଏ ହେଲା ଗୋଖର ବା ନାଗ ଶ୍ରେଣୀର ଓ ଅନ୍ୟଟି ବୋଡ଼ା ଶ୍ରେଣୀର । ସାପ କାମୁଡ଼ିଲେ ଏହାର ଦଂଶନ ସ୍ଥାନରେ ଦୁଇଟି ଦାନ୍ତ ଚିହ୍ନ ଦେଖାଯାଇଥାଏ । ସ୍ଥାନଟି ଫୁଟିଯିବା ସହ ଯନ୍ତ୍ରଣା ଦେଇଥାଏ । ଏହି ସମୟରେ ଦେହ ଝିମ୍ ଝିମ୍ ଲାଗିବା ସହ କେତେକ କ୍ଷେତ୍ରରେ ଉନ୍ମତ୍ତ ହୁଏ । ଜଣ ଜଣଙ୍କ ଶରୀର କ୍ରମଶଃ ନୀଳ ପଡ଼ିଯାଏ । ବିଷାକ୍ତ ପ୍ରକାଶିତ ନାଗ କିମ୍ବା ଗୋଖର ସାପ କାମୁଡ଼ିଲେ ବିଶେଷକରି ମସ୍ତିଷ୍କ ଓ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ କ୍ଷତିଗ୍ରସ୍ତ ହୋଇଥାଏ । ସାପ କାମୁଡ଼ିଥିବା ଲୋକର ଆଖିପତା ପଡ଼ି ଆସିଥାଏ ଯାହାଫଳରେ ସେ ପ୍ରତିଟି ଜିନିଷକୁ ଦୂର ଦୂରତା ଦିଶିବା ସହ ଆଉ କେତେକ କ୍ଷେତ୍ରରେ ଝାସ୍‌ଝାସ ଦିଶିଥାଏ । ପକ୍ଷାଘାତ ରୋଗୀ ପରି ହାତଗୋଡ଼ ଦୁର୍ବଳ ହେବା ସହ ଶରୀର ଥକା ଲାଗିଥାଏ । ଜଣେ ଜଣେ ବେହୋସ ହୋଇଯାଆନ୍ତି । ତେବେ ଏହା ଭିତରେ ଶ୍ୱାସକ୍ରିୟା ବନ୍ଦ ହୋଇଗଲେ ସବୁକିଛି ନିୟନ୍ତ୍ରଣ ବାହାରକୁ ଚାଲିଯାଏ ତେବେ ବୋଡ଼ା ପ୍ରକାଶିତ ସାପ କାମୁଡ଼ିଲେ ବିଶେଷକରି ରକ୍ତକୋଷ୍ଠ କ୍ଷତିଗ୍ରସ୍ତ ହୋଇଥାଏ । କେବଳ ସେତିକି ନୁହେଁ ପ୍ରବଳ ଭାବରେ ମୁଣ୍ଡବ୍ୟଥା ହୋଇ ଲୋକଟି ବାତାଳ ପରି ଅବଶ ହୋଇ ବାନ୍ତି କରିଥାଏ । ଗୁରୁତର କ୍ଷେତ୍ରରେ କଫରେ ଭକ୍ତ ପଡ଼ି ବା ସହ ପରିସ୍ରା ମଧ୍ୟ ବନ୍ଦ ହୋଇଯାଇଥାଏ । ଖରାଦିନେ ଗାତ ବାହାରୁ ସାପମାନେ କିଛି କ୍ଷେତ୍ରରେ ବୁଲୁଥିବା କରିବା ସହ ବର୍ଷାଦିନରେ ସେମାନଙ୍କ ଗାତରେ ପାଣି ପଶି ଯାଇଥିବାରୁ ପ୍ରାୟତଃ ପାହାଚକୁ ଚାଲିଆସନ୍ତି । ତେବେ ଗ୍ରାମାଂତଳରେ ରାତିରେ ଶୋଇଲା ବେଳେ ମଶାଣା ବ୍ୟବହାର ଖୁବ୍ ଉଚିତ୍ ।



ଫର୍ମେଣ୍ଟେଡ୍ ଫୁଡ୍ ମଧୁମେହ ରୋଗୀଙ୍କ ପାଇଁ ଲାଭଦାୟକ: ଜାଣନ୍ତୁ ଏହାର ଫାଇଦା

ଫର୍ମେଣ୍ଟେଡ୍ ଖାଦ୍ୟ ମଧୁମେହ ରୋଗୀଙ୍କ ପାଇଁ ଖୁବ୍ ଲାଭଦାୟକ । ଏଥିରେ ବହୁ ମାତ୍ରାରେ ପ୍ରୋବାୟୋଟିକ୍ ସହିତ ବାୟୋଟିକ୍ ତତ୍ତ୍ୱ ମଧ୍ୟ ମିଳିଥାଏ, ଯାହା ଶରୀର ପାଇଁ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟପ୍ରଦ । ଏହା ମଧୁମେହର ରିଷ୍କକୁ କମ୍ କରିଥାଏ । ମଧୁମେହ ରୋଗୀଙ୍କ ପାଇଁ ଫର୍ମେଣ୍ଟେଡ୍ ଫୁଡ୍ ସୁପର ଫୁଡ୍ ଭାବେ କାମ କରିଥାଏ । ଫର୍ମେଣ୍ଟେଡ୍ ଫୁଡ୍ ହେଉଛି ଯାହା କାର୍ବୋହାଇଡ୍ରେଟ୍ ବ୍ୟାକ୍ଟେରିଆ, ଫଙ୍ଗସ୍ ବା ଇଷ୍ଟର ସାହାଯ୍ୟରେ ଏସିଡ୍ ବା ଆଲକହଲରେ ପରିବର୍ତ୍ତିତ ହୋଇଥାଏ । ଏଥିରେ ଆପଣଙ୍କ ଗର୍ଭୁ (ଗ୍ୟାଷ୍ଟ୍ରିକ୍‌ଫ୍ଲୋରା)ର ମାଇକ୍ରୋବାୟୋଟ୍ କୁ ବଢ଼ାଇବା କ୍ଷମତା ରହିଛି, ଯାହା କେବଳ ଆପଣଙ୍କ ପାଚନ ତନ୍ତ୍ର ନୁହେଁ, ବରଂ ସାରା ଶରୀର ପାଇଁ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟପ୍ରଦ ହୋଇଥାଏ । ତାଲୁକ୍ତ ଜାଣିବା ମଧୁମେହ ରୋଗୀଙ୍କ ପାଇଁ ଫର୍ମେଣ୍ଟେଡ୍ ଫୁଡ୍‌ର ଫାଇଦା ।



କୋଲେଷ୍ଟରଲ୍ କମ୍ କରେ: ଫର୍ମେଣ୍ଟେଡ୍ ଫୁଡ୍ ଶରୀରରେ କୋଲେଷ୍ଟରଲ୍ ସ୍ତରକୁ କମ୍ ରଖିଥାଏ । ଏହା ଶରୀରର ଭେସୋକଲିଷ୍ଟେରଲ୍ ସମସ୍ୟାକୁ ରୋକିଥାଏ, ଯାହାଦ୍ୱାରା କାର୍ଡିଓକ୍ୟାଲ୍‌କାର ରୋଗର ଆଶଙ୍କାକୁ କମ୍ ରହିଥାଏ । ଏଥିରେ ପ୍ରୋବାୟୋଟିକ୍ ରହିଥାଏ, ଯାହା କୋଲେଷ୍ଟରଲ୍ ସ୍ତରକୁ କମ୍ କରିଥାଏ । ମଧୁମେହ ରୋଗୀଙ୍କଠାରେ କୋଲେଷ୍ଟରଲ୍ ବଢ଼ିବାର ଆଶଙ୍କା ଅଧିକ ରହିଥାଏ । ତେଣୁ ମଧୁମେହ ରୋଗ ଥିଲେ ଆରମ୍ଭରୁ ତାଏଲ୍ରେ ଫର୍ମେଣ୍ଟେଡ୍ ଖାଦ୍ୟ ସାମିଲ କରିବା ଉଚିତ୍ । ଓଜନ ରଖି ନିୟନ୍ତ୍ରିତ: ଫର୍ମେଣ୍ଟେଡ୍ ଖାଦ୍ୟ କମ୍ କାର୍ବୋ ହିଡ୍ରେଟ୍ ଶ୍ରେଣୀରେ ଅନ୍ତର୍ଭୁକ୍ତ । ତେଣୁ ଓଜନ ନିୟନ୍ତ୍ରିତ ରଖିବା ସବୁ ଅଧିକ ସମୟ ଯାଏ ପେଟ ଭରା ରଖିଥାଏ । ଫଳରେ ମଧୁମେହ ରୋଗୀର ଓଜନ ଓ ରୋଗ ନିୟନ୍ତ୍ରିତ ରହିଥାଏ । ଅଧିକ ଫାଇଦା: ଏଥିରେ ବହୁ ପ୍ରକାରର ପୋଷକ ତତ୍ତ୍ୱ ରହିଥାଏ । ଯେପରିକି ମିନେରାଲ୍ସ, ଭିଟାମିନ୍-ସି ବି ରହିଥାଏ । ସେହିପରି ବହୁ ମାତ୍ରାରେ ଫାଇଦା ରହିଥାଏ । ଫଳରେ ଅତ୍ୟନ୍ତ ମଧୁମେହ ବଢ଼ିବାର ଆଶଙ୍କା କମ୍ ରହିଥାଏ । ପ୍ରଦାହ କମାଏ: ଫର୍ମେଣ୍ଟେଡ୍ ଖାଦ୍ୟ ପ୍ରଦାହକୁ କମ୍ କରିଥାଏ । ଏଥିରେ ବାୟୋଆକ୍ଟିଭ୍ ତତ୍ତ୍ୱ ରହିଥାଏ, ଯାହା ଖୁବ୍ କମ୍ ଖାଦ୍ୟ ସାମଗ୍ରୀରୁ ମିଳିଥାଏ । ମଧୁମେହରୁ ହେଉଥିବା ପ୍ରଦାହକୁ ଏହା କମ୍ କରିଥାଏ । ତେଣୁ ମଧୁମେହ ରୋଗୀମାନେ ଯଥାସମ୍ଭବ ଏହାକୁ ନିୟନ୍ତ୍ରିତ ଖାଦ୍ୟରେ ସାମିଲ କରିବା ଆବଶ୍ୟକ । ଭାରତୀୟ ଫର୍ମେଣ୍ଟେଡ୍ ଖାଦ୍ୟ ଭିତରେ ରହିଛି । ଇଡ୍‌ଡି, ଦୋସା, ନାନ, କଲେବା, ଭଡୋରା ଓ ଏଣ୍ଡୁରି ପିଠା ଇତ୍ୟାଦି ।



ଝାଲପ୍ରେ ପଠାଇ ପାରିବେ ଟଙ୍କା

ଯଦି ଆପଣ ଝାଲପ ବ୍ୟବହାର କରୁଥିବେ, ତେବେ ଏହି ଆପ ମାଧ୍ୟମରେ ଆପଣ ନିଜ ସମ୍ପର୍କରେ ଥିବା ବନ୍ଧୁ, ସମ୍ପର୍କୀୟ, ବାପାମା, ପିଲାଙ୍କ ନିକଟକୁ ଟଙ୍କା ପଠାଇ ପାରିବେ । ଝାଲପ୍ରେ ପେପାଲ ସହିତ ମିଶାଇ ଏହାର ଆପରେ ନୂଆ 'ସେଷ ମନି' ଫିଚର ଆଣିଛି । ଏବେ ଏହି ଫିଚର ବ୍ରିଟେନ, ଆମେରିକା, କାନାଡ଼ା ଓ ୟୁରୋପୀୟ ଦେଶରୁ ମିଶାଇ ମୋଟ ୨୨ଟି ଦେଶରେ ଆସି ପାରିବି ପ୍ରଥମଥର ଟଙ୍କା ପଠାଇଥିବା ସୁବିଧା ପାଇଁ ନିଜ ଲୋକେସନ ବା ଅବସ୍ଥିତି ସମ୍ପର୍କରେ ଜଣାଇବାକୁ ପଡ଼ିବ । ଯଦି ଏହି ଫିଚର ସେମାନଙ୍କ ଅଂଚଳରେ ଆକ୍ଟିଭ୍ ହୋଇପାରିଥିବ ତା'ହେଲେ ଯାଇ ଟଙ୍କା ପଠାଇବା ପାଇଁ ପେପାଲ ଆକାଉଣ୍ଟକୁ ଝାଲପ ସହିତ ସଂଯୋଗ କରିପାରିବେ । ଝାଲପ୍ରେ ଚାଟ୍‌ରେ 'ଫାଇଣ୍ଡ' ଉପରେ ଟ୍ୟାପ୍ କରି କିମ୍ବା ତାହା ଆଡ଼କୁ ସ୍କ୍ରୋଲ୍ କରି ସେଷ ମନି ଅପସର୍ ବାଛିପାରିବେ । ଯାହାକୁ ଟଙ୍କା ପଠାଇବେ ସେହି ବ୍ୟକ୍ତି ରହିଥିବା ସ୍ଥାନ ବାଛି ତାକୁ କେତେ ଟଙ୍କା ପଠାଇବେ ତାହା ଉଲ୍ଲେଖ କରିବେ । କମ୍ପାନୀ ପକ୍ଷରୁ କୁହାଯାଇଛି ଯେ, ଏଥିପାଇଁ ପ୍ରେରକ ବା ସେଣ୍ଡରଙ୍କ ନିକଟରେ ଅପର ନୂଆ ଉପକରଣ କରୁଣା ଅଟେ । ରିଭର୍ସ ବା ପ୍ରାପ୍ତିକର୍ତ୍ତା ଠାରେ ଯେକୌଣସି ଉପକରଣ ଆପ୍ ଥିଲେ ବି ତାକୁ ଅର୍ଥ ମିଳିଯିବ ।

ଗୁରୁ - ନିର୍ବାଚନ...

(ପୁଷ୍ପା-୪ର ଅବଶିଷ୍ଟାଣ)

କିନ୍ତୁ କେହି ଯଦି ଅବତାର ବା ବେରା ଗୁରୁ ନ ହୁଅନ୍ତି ତାଙ୍କର ଉଚିତ୍ ନିକଳ୍ପ ଦାମ୍ଭୀ-ଉପଦେଶ ବା ଉଚିତ୍ ବୋଲି ପରିଚିତ କରି ପୂର୍ବତନ ବେରା ଗୁରୁଙ୍କୁ ଗୁରୁ ହିସାବରେ ଦେଖାଇ ଦେବା ଓ ସେହି ସଙ୍ଗେ ସଙ୍ଗେ ଜୀବନ୍ତ ସଦଗୁରୁ ବା ବେରା ପୁରୁଷକୁ ପାଠକ ଭାବେ ଗ୍ରହଣ କରିବାକୁ କହିବା ଉଚିତ୍ ।

ସ୍ତୁତି ଓ ହାଟରେ ନକଲି ଗୋପାଳ ଜର୍ଦ୍ଦୀ ବିକ୍ରି ଅଭିଯୋଗ: ୨ ଗିରଫ

ଭୁବନେଶ୍ୱର, ୧୩/୧୦ (ନି.ପ୍ର): ଭୁବନେଶ୍ୱର ସ୍ତୁତି ଓ ହାଟରେ ନକଲି ଗୋପାଳ ଜର୍ଦ୍ଦୀ ବିକ୍ରି କରୁଥିବା ଅଭିଯୋଗରେ ଜାଣିପାଳ ଥାନା ପୁଲିସ ପୁଲ କଣ ଦୋକାନୀଙ୍କୁ ଗିରଫ କରିଛି । ସେମାନେ ହେଉଛନ୍ତି ପୁରୀ ଜିଲ୍ଲା ଉତ୍ତରପୁରର କୃଷ୍ଣଚନ୍ଦ୍ର ରାଉତ(୩୨) ଓ ଖୋର୍ଦ୍ଧା ଜିଲ୍ଲା ବନମାଳୀପୁରର ବାସୁଦେବ ମଣ୍ଡଳ(୩୦) ।

ମୁଖ୍ୟରୀ ଭାଷା ସମନ୍ୱୟ ସମିତିର ବୈଠକ

ବାରପଦା, ୧୩/୧୦ (ନି.ପ୍ର): ମୁଖ୍ୟରୀ ଭାଷା ସମନ୍ୱୟ ସମିତିର ୧୯ତମ ସଭା ସମାପ୍ତ ହୋଇଛି । ଏହା ସମ୍ପର୍କରେ ସମସ୍ତଙ୍କର ଧ୍ୟାନ ଆକର୍ଷଣ କରିବାକୁ ସମିତିର ପ୍ରାଥମିକ ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟ ଥିଲା ।



୧୧ ତାରିଖ ଭୁବନେଶ୍ୱରସ୍ଥିତ ସଭା ସମାପ୍ତ ହୋଇଛି । ଏହା ସମ୍ପର୍କରେ ସମସ୍ତଙ୍କର ଧ୍ୟାନ ଆକର୍ଷଣ କରିବାକୁ ସମିତିର ପ୍ରାଥମିକ ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟ ଥିଲା ।

ସ୍ୱାକୃତି ଦେବା ବାବଦରେ କୌଣସି ଆଲୋଚନା କରାଯାଇ ନଥିବାରୁ ଉପରେ ସମସ୍ତଙ୍କର ଧ୍ୟାନ ଆକର୍ଷଣ କରିବାକୁ ସମିତିର ପ୍ରାଥମିକ ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟ ଥିଲା ।

ପ୍ରଥମ ପୁଷ୍ପାର ଅବଶିଷ୍ଟାଣ....

ଶ୍ରୀମନ୍ଦିର ଗର୍ଭଗୃହରେ....

ସେହି ସମୟରେ ପସାରାଠାରୁ କର୍ମଚାରୀ ଶୁଣା ବାବୁଙ୍କୁ ପ୍ରଧାନଙ୍କୁ ଯୁଥ ମାରି ଦେଉଥିଲେ । ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀଙ୍କୁ ଦେଖି ସମସ୍ତଙ୍କ ମୁହଁ ଫାଟି ଯାଉଥିଲା ଓ ସେଥିରୁ ରକ୍ତ ବାହାରି ଗର୍ଭଗୃହରେ ପଡ଼ିଥିଲା । ଏହି ଘଟଣା ଘଟିବା ପରେ ୪ଟା ମହାପ୍ରଭୁଙ୍କୁ ମହାସ୍ନାନ ନୀତି ଆରମ୍ଭ ହୋଇଥିଲା ଓ ଏହା ୫ଟା ଧର୍ଯ୍ୟଧର ହୋଇଥିଲା ।

୨୦୨୪ ଲୋକସଭା ନିର୍ବାଚନରେ...

ସେହିପରି ଅଧିକର ଅଧିକ ରାଜନୈତିକ ଦଳ ମଧ୍ୟ ନିର୍ବାଚନରେ ଭାଗ ନେଉଥିବା ବେଳେ ଏହି ପ୍ରକ୍ରିୟାରେ ସମସ୍ତଙ୍କର ଧ୍ୟାନ ଆକର୍ଷଣ କରିବାକୁ ସମିତିର ପ୍ରାଥମିକ ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟ ଥିଲା ।

ବାଲେଶ୍ୱର ଜିଲ୍ଲାର ପ୍ରଶାସନିକ ଓ ଆଖଡ଼ା ଦଳର

ବାଲେଶ୍ୱର, ୧୨/୧୦ (ନି.ପ୍ର): ବାଲେଶ୍ୱର ଜିଲ୍ଲାର ମ୍ୟୁନିସିପାଲିଟି ନିକଟରେ ଥିବା କିଲ୍ଲା ପୋଖରୀ ପାଖରେ ଅବସ୍ଥିତ ବିବାହ କଳ୍ୟାଣ ମଣ୍ଡପରେ ବାଲେଶ୍ୱର ପ୍ରଶାସନିକ ଓ ଆଖଡ଼ା ଦଳର ବୈଠକ ଅନୁଷ୍ଠିତ ହୋଇଯାଇଛି ।



୮ ଟା ରୁ ବାହାରି ଦିନ ୨ଟା ସମୟରେ ଶେଷ କରିବା ଓ ଦଶହରା ଦିନ ରାତ୍ରି ସମୟରେ ରାତି ୮ ଟା ରୁ ବାହାରି ୨ଟା ରେ ଶେଷ କରିବାକୁ ପରାମର୍ଶ ଦେଇଥିଲେ ଓ ପ୍ରତ୍ୟେକ ଆଖଡ଼ା ଦଳର ସଭାପତିଙ୍କୁ ନିଜ ନିଜ ଦଳକୁ ଶାନ୍ତି ଶୁଖିଲାରେ ଆଣିବା ଓ ଦୌଡ଼ ମାଧ୍ୟମରେ ନିଜ ନିଜ ଦଳକୁ ବାରିକେଟ କରି ରଖିବାକୁ ପରାମର୍ଶ ଦେଇଥିଲେ ।

ପୁରୁଣା ପେନ୍‌ସନ୍ ପାଇଁ ମହାସଂଗ୍ରାମ ସମାବେଶ ୧୫ରେ

ଭୁବନେଶ୍ୱର, ୧୩/୧୦ (ନି.ପ୍ର): ନୂତନ ପେନ୍‌ସନ୍ ବ୍ୟବସ୍ଥା ଉନ୍ନତ କରି ପୁରୁଣା ପେନ୍‌ସନ୍ ଲାଗୁ କରିବା ନିମନ୍ତେ ଆସନ୍ତା ୧୫ ତାରିଖ ଦିନ ୨ ଘଟିକା ସମୟରେ "ଉତ୍କଳ ମଣ୍ଡପ" ଭୁବନେଶ୍ୱର ଠାରେ "ପୁରୁଣା ପେନ୍‌ସନ୍ ପାଇଁ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ ଆୟୋଜନ" (ଏନ୍.ଏମ୍.ଓ.ପି.ଏସ୍.), ଓଡ଼ିଶା ପକ୍ଷରୁ ଏକ ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ପୁରୁଣା ପେନ୍‌ସନ୍ ମହାସଂଗ୍ରାମ ସମାବେଶ ଅନୁଷ୍ଠିତ ହେବ ।

ଦେଶବ୍ରତୀ ସାହିତ୍ୟିକ ଗଙ୍ଗାଧର ନନ୍ଦଙ୍କ ଦେହାନ୍ତ

ଦେଶବ୍ରତୀ ସାହିତ୍ୟିକ ଗଙ୍ଗାଧର ନନ୍ଦଙ୍କ ଦେହାନ୍ତ



ଭୁବନେଶ୍ୱର, ୧୩/୧୦ (ନି.ପ୍ର): ଦକ୍ଷିଣ ଓଡ଼ିଶାର ବରିଷ୍ଠ ସାହିତ୍ୟିକ ତତ୍ତ୍ୱଦାନ ଗଙ୍ଗାଧର ନନ୍ଦଙ୍କର ଗତକାଳ ଦେହାନ୍ତ ହୋଇଯାଇଛି । କୋରାପୁଟ ଜିଲ୍ଲା ଅନ୍ତର୍ଗତ ଜୟପୁର ସହର ଅନ୍ତର୍ଗତ ବିଦ୍ୟାଳୟର ମୁଖ୍ୟ ଶିକ୍ଷକ ଶ୍ରୀ ଗଙ୍ଗାଧର ନନ୍ଦଙ୍କର ପୋଷା ଶିକ୍ଷକ ଓ ନିଶା ଥିଲେ ସାହିତ୍ୟ ।

ଭାଷାବିତ୍ (୨୦୦୦-୨୦୦୨), ଉତ୍କଳ ସମ୍ମିଳନୀର କୋରାପୁଟ ଜିଲ୍ଲା ଅଧ୍ୟକ୍ଷ, ଓଡ଼ିଆ ଭାଷା ପ୍ରତିଷ୍ଠାନର ଭାଷା ସମସ୍ତ ଭାବେ କାର୍ଯ୍ୟ କରିଥିଲେ । ସେ ତତ୍କାଳୀନ ପ୍ରତିଷ୍ଠାନର ଭାଷା ସମସ୍ତ ଭାବେ କାର୍ଯ୍ୟ କରିଥିଲେ ।

ଖଡ଼ଗପୁର ଡିଭିଜନରେ 'ଏକ ଷ୍ଟେସନ୍ ଗୋଟିଏ ପ୍ରଡ଼କ୍ଟ' ସ୍କିମ ଅଧୀନରେ ଥିବା ରେଲଓଡ଼େ ଷ୍ଟେସନରେ ଲୋକାଲ ହ୍ୟାଣ୍ଡମ୍ୟାନ୍ ଉତ୍ପାଦନ ପ୍ରୋତ୍ସାହନ No.COM/G.18/2/Catg./ ଗୋଟିଏ ଷ୍ଟେସନ ଗୋଟିଏ ଉତ୍ପାଦନ ଚାରିଖ: ୧୧.୧୦.୨୦୨୩

ସ୍ୱତନ୍ତ୍ର ଉନ୍ନୟନ ପରିଷଦର ଦ୍ୱିତୀୟ ପରିଷଦ ବୈଠକ

ବାରପଦା , ୧୩/୧୦ (ନି.ପ୍ର): ଆଜି ସ୍ୱାଧୀନ ପୂର୍ବାବୁଦ୍ଧି ସ୍ମୃତି ଦିନୀକାରୀ ହଲ ଠାରେ ସ୍ୱତନ୍ତ୍ର ଉନ୍ନୟନ ପରିଷଦର ଦ୍ୱିତୀୟ ପରିଷଦ ବୈଠକ ପରିଷଦ ର ଅଧ୍ୟକ୍ଷ ଡ଼ା. ଦେବଶିଖା ମାଝିଙ୍କ ଅଧ୍ୟକ୍ଷତାରେ ଅନୁଷ୍ଠିତ ହୋଇଯାଇଛି ।



ଡ଼ା. ଦେବଶିଖା ମାଝିଙ୍କ ଅଧ୍ୟକ୍ଷତାରେ ଅନୁଷ୍ଠିତ ହୋଇଯାଇଛି । ଉପସାଧକ ଅଧ୍ୟକ୍ଷ ଡ଼ା. ସତ୍ୟଜିତ ମହାପାତ୍ରଙ୍କ ଅଧ୍ୟକ୍ଷତାରେ ଅନୁଷ୍ଠିତ ହୋଇଯାଇଛି ।

ଲକ୍ଷ୍ୟ ସାଧନ ନିମିତ୍ତ ବାହାର ସ୍ଥାନକୁ ଉନ୍ନୟନ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ ଆରମ୍ଭ କରିବାକୁ ନିଆଯାଇଛି ବୋଲି ପରିଷଦର ଅଧ୍ୟକ୍ଷ ଡ଼ା. ମାଝି ଉଲ୍ଲେଖ କରିଥିଲେ ।

(PR-703) ଶ୍ରୀ ବିଭାଗୀୟ ବାଣିଜ୍ୟ ପରିଚାଳକ, ଖଡ଼ଗପୁର ଦକ୍ଷିଣ ପୂର୍ବ ରେଲ ଆପଣଙ୍କ ହସଖୁସି ସହ ଆମେ ସବୁବେଳେ

