



ଧ୍ୱନି ପ୍ରତିଧ୍ୱନି

The Dhvani Pratidhwani

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

ଅଧରନ୍ତି ଶୁଭେଚ୍ଛା ସହ...

ସାଗରିକା

ଯୋଗାଯୋଗ କରନ୍ତୁ : ମୁଖ୍ୟ ସମ୍ପାଦକ ସାଗରିକା ଜେଲ ରୋଡ, ବାଲେଶ୍ୱର-୭୫୬୦୦୧

ବାରମ୍ବାର ୩୩୩୩ ୧୭ ଫେବୃଆରୀ ୨୦୨୪ ୨୦୨୪ ୨.୦୦ ପୃଷ୍ଠା ୯ ୨୦୨୪ Baleshwar SATURDAY 17 FEBRUARY 2024 Vol.No. 35 No.47 Price :Rs.2.00 (8 pages) R.N.I. Registered No. 52528/91 Postal Registered No. Balasore (Odisha)/005/2019

ଭାରତବନ୍ଦ ଯୋଗୁଁ ବାଧାପ୍ରାପ୍ତ ଦୈନନ୍ଦିନ ଜୀବନ

ଚାଷୀଙ୍କ ସମର୍ଥନରେ କଂଗ୍ରେସର ପ୍ରତିବାଦ



ନୂଆଦିଲ୍ଲୀ, ୧୬/୨ : ଚାଷୀଙ୍କ ଭାରତ ବନ୍ଦ ଚାଳନା । କେଉଁଠି ଗତିନି ବସ ପୁଣି କେଉଁଠି ବୋକାଳଦକାରରେ ପଡିଛି ତାଲା । ଦୈନନ୍ଦିନ ଜୀବନ ମଧ୍ୟ ବେଶ ବାଧାପ୍ରାପ୍ତ ହୋଇଛି ।

ସବୁ ଏସଏଚଟି ମହିଳାଙ୍କୁ ଯୁନିଫର୍ମ ପାଇଁ ମିଳିବ ହଜାରେ ଟଙ୍କା: ଖର୍ଚ୍ଚ ହେବ ୭୩୦କୋଟି

ଭୁବନେଶ୍ୱର, ୧୬/୨ (ନି.ପ୍ର): ସାଧାରଣ ନିର୍ବାଚନ ପୂର୍ବରୁ ରାଜ୍ୟ ସରକାର ମହିଳା କର୍ମଚାରୀଙ୍କ ପାଇଁ ରାଜକୋଷକୁ ଉନ୍ମୁଳ କରିଦେଇଛନ୍ତି ।



ପ୍ରତାପ ଜେନାଙ୍କ ଆବେଦନର ଶୁଣାଣିରୁ ଓହରିଲେ ବିଚାରପତି



ଭୁବନେଶ୍ୱର, ୧୬/୨ (ନି.ପ୍ର): ମାହାଜ୍ଞା ଡକ୍ଟର ମର୍ତ୍ତ୍ୟ କେଶରେ ହାଇକୋର୍ଟରେ ପୂର୍ବତନ ମନ୍ତ୍ରୀ ପ୍ରତାପ ଜେନାଙ୍କ ଆବେଦନର ଶୁଣାଣିରୁ ଓହରିଲା ଯାଇଛି ବିଚାରପତି କର୍ମଚାରୀଙ୍କ ବିପି ରାଜତରାୟ ।

ପାରାଦୀପରେ ତିନିଟି ନୂଆ ପ୍ରକଳ୍ପର ଶିଳାନିଧାନ କଲେ ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀ

ପାରାଦୀପ, ୧୬/୨ (ନି.ପ୍ର): ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀ ନବୀନ ପଟ୍ଟନାୟକ ପାରାଦୀପରେ ତିନିଟି ନୂଆ ପ୍ରକଳ୍ପର ଶିଳାନିଧାନ କରିଛନ୍ତି ।



ସମ୍ବଲପୁରରେ ସୁନା ଦୋକାନରେ ଫୁଟିଲା ଗୁଳି

ସମ୍ବଲପୁର, ୧୬/୨ (ନି.ପ୍ର): ସମ୍ବଲପୁରର ଧନୁପାଲି ଛକରେ ଥିବା ଏକ ଗହଣା ଦୋକାନରେ ଆଜି ଫୁଟିଛି ଗୁଳି ।

ପ୍ରଫୁଲ୍ଲ ସାମଲଙ୍କ ପୁଅଙ୍କ ଘରୁ ୧୦ ଲକ୍ଷ ଜବତ କଲା ଇଡି: କାର ବି ସିଜ୍ ହେଲା

ଭୁବନେଶ୍ୱର, ୧୬/୨ (ନି.ପ୍ର): ଉତ୍ତରପ୍ରଦେଶର ବିଧାନସଭା ସଭ୍ୟ ପ୍ରଫୁଲ୍ଲ ସାମଲଙ୍କ ପୁଅଙ୍କ ଘରୁ ୧୦ ଲକ୍ଷ ଜବତ କଲା ଇଡି ।



କୋଟିପତି ବୌଦ୍ଧ ଆରଟିଓ ବସନ୍ତ ମହାପାତ୍ର ଗିରଫ

ବୌଦ୍ଧ , ୧୬/୨ (ନି.ପ୍ର): କୋଟିପତି ବୌଦ୍ଧ ଆରଟିଓ ବସନ୍ତ ମହାପାତ୍ରଙ୍କୁ ଗିରଫ କରିଛି ଭିଜିଲାନ୍ସ ।

ପ୍ରିୟଙ୍କା ଗାନ୍ଧି ଉଦ୍ଘାଟନା ଅସୁସ୍ଥ: ହସ୍ପିଟାଲରେ ଭର୍ତ୍ତି



ନୂଆଦିଲ୍ଲୀ, ୧୬/୨ : କଂଗ୍ରେସ ମହାସଭାରେ ପ୍ରିୟଙ୍କା ଗାନ୍ଧି ଉଦ୍ଘାଟନା ଅସୁସ୍ଥ ହୋଇ ପଡ଼ିଛନ୍ତି ।

ଆମେରିକାରେ ଅସୁରକ୍ଷିତ ଭାରତୀୟ ବାଇଓଟେକ୍ ପ୍ରଶାସନର ଚିନ୍ତା ପ୍ରକଟ, ବିବୃତି ରଖିଲା ସ୍ୱାଇଫ୍ ହାଇସ

ନୂଆଦିଲ୍ଲୀ, ୧୬/୨ : ବିଦେଶରେ ରହୁଥିବା ଭାରତୀୟଙ୍କ ପାଇଁ ଚିନ୍ତା ବଢିଛି । ବିଶେଷ କରି ଯେଉଁମାନେ ଆମେରିକାରେ ରହୁଛନ୍ତି ସେମାନଙ୍କ ସୁରକ୍ଷାକୁ ନେଇ ଅନେକ ପ୍ରଶ୍ନ ଉଠୁଛି ।

ନ୍ୟାୟ ଯାତ୍ରାରେ ରାହୁଲ ଗାନ୍ଧୀଙ୍କ ସାରଥୀ ସାଜିଲେ ତେଜସ୍ୱୀ



ନୂଆଦିଲ୍ଲୀ, ୧୬/୨ : ରାହୁଲ ଗାନ୍ଧୀ ଭାରତ ଯୋଡ଼ା ନ୍ୟାୟ ଯାତ୍ରାରେ ତେଜସ୍ୱୀ ଯାତ୍ରାରେ ବସିଲେ ବିହାରର ପୂର୍ବତନ ଉପମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀ ତେଜସ୍ୱୀ ଯାଦବ ।

ଗୋଲମରିଚ



ଭାରି ରାଗ ହୋଇଥିବା ଯୋଗୁଁ ଗୋଲମରିଚକୁ ପ୍ରାୟତଃ କମ୍ ବ୍ୟବହାର କରାଯାଏ । ହେଲେ, ଏକାଧିକ ସ୍ଵାସ୍ଵ୍ୟ ସମସ୍ୟାର ନିରାକରଣ ଭାବେ ଏହା ଘରୋଇ ଚିକିତ୍ସାରେ ବେଶ୍ ଉପଯୋଗୀ । ପେଟ, ଚର୍ମ ତଥା ଅସ୍ଥି ସମସ୍ୟାକୁ ଦୂର କରିବାରେ ଗୋଲମରିଚ ଖୁବ୍ ପ୍ରଭାବଶାଳୀ । ଖାଦ୍ୟପାନୀୟରେ ଅନିୟମିତତା ସହିତ କୃମି ଆଦି ଯୋଗୁଁ ମଧ୍ୟ ପେଟଯନ୍ତ୍ରଣା ଭୋଗିବାକୁ ପଡ଼ିଥାଏ । ଏହାଦ୍ଵାରା ଭୋକ କମ୍ ହୁଏ ଏବଂ ଓଜନ ମଧ୍ୟ କମିଯାଇ । ଏହାକୁ ଦୂର କରିବା ଲାଗି ଘୋଳଦହିରେ ଗୋଲମରିଚ ଗୁଣ୍ଡ ମିଶାଇ ପିଇବା ଭଲ । ଗୋଲମରିଚ ସହିତ କିସ୍ମିସ୍ ମିଶାଇ ଖାଇଲେ ବି କୃମି ଦୂର ହୋଇଥାଏ । ଅସୁସ୍ଥଙ୍କର ଜୀବନଶୈଳୀ ସହିତ ତେଲିଆ ଏବଂ କଙ୍କଡ଼ୁର୍ ଖାଇବା ଅର୍ଶରୋଗର ମୁଖ୍ୟକାରଣ । ଏଥିରୁ ଆରାମ ପାଇବା ଲାଗି ଗୋଲମରିଚ, ଜୀରା, ଏବଂ ଚିନି କିମ୍ବା ମିଶ୍ରିକୁ ଗୁଣ୍ଡ କରି ମିଶାଇ ଦିଅନ୍ତୁ । ସକାଳ ଓ ସନ୍ଧ୍ୟାରେ ଦୂର କିମ୍ବା ତିନିଥର ଏହି ମିଶ୍ରଣକୁ ଖାଇଲେ ଅର୍ଶରୋଗରୁ ମୁକ୍ତି ମିଳିଥାଏ ।

ଆକ୍ରାନ୍ତ କରିଥାଏ । ଏଥିରୁ ଉପଶମ ପାଇଁ ରାଶି ତେଲରେ କେତୋଟି ଗୋଲମରିଚ ପକାଇ ପୂରା ପୋଡ଼ିବା ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଗରମ କରନ୍ତୁ । ଏହା ଅଣ୍ଡା ହେବା ପରେ ହାତ ଓ ପାଦର ମାଂସପେଶୀ ଉପରେ ଲଗାଇଲେ ଖୁବ୍ ଆରାମ ମିଳିଥାଏ । ମେଡ଼ାକଲିଜିମ୍ ସଠିକ୍ କରିବାରେ ଗୋଲମରିଚର ଗୁରୁତ୍ଵପୂର୍ଣ୍ଣ ଭୂମିକା ରହିଛି । ଏହା

ସମସ୍ୟାରେ ମଧ୍ୟ ଗୋଲମରିଚ ଖୁବ୍ ଉପକାରୀ । ଏହା ମଧ୍ୟ ପେଟ ସଂକ୍ରାନ୍ତ ଏକାଧିକ ସମସ୍ୟାର ନିରାକରଣ କରିଥାଏ । ଅଣ୍ଡା ହୋଇଥିଲେ ଗୋଲମରିଚ ଗୁଣ୍ଡ ପକାଇ ହାଲୁକା ଉଷ୍ଣମ ଶୀତ ପିଇଦିଅନ୍ତୁ । ସେହିପରି କାଶ ହେଉଥିଲେ ମହୁରେ ଗୋଲମରିଚ ଗୁଣ୍ଡ ମିଶାଇ ଚାଟିବା ଦ୍ଵାରା ଲାଭ ମିଳିଥାଏ । ଦିନକୁ ତିନି-ଚାରି ଥର ଏପରି କଲେ କାଶ କମିଯାଏ । ଏହାର ଗୁଣଥା ସ୍ଵାଦ ଅଣ୍ଡାରେ ବନ୍ଦ ହୋଇଯାଇଥିବା ନାକ ଏବଂ ଗଳାରେ ସମସ୍ୟା ଦୂର କରିଥାଏ । ପ୍ରତିଦିନ ଖାଦ୍ୟରେ ଗୋଲମରିଚ ବ୍ୟବହାର କରିବା ଦାନ୍ତ ସମସ୍ୟା ଦୂର କରିଥାଏ । ଦାନ୍ତ ଯନ୍ତ୍ରଣାରେ ବି ଏହା ଲାଭଦାୟକ । ଏହା ଚର୍ମକୁ ସୁସ୍ଥ ରଖିବା ସହିତ ଦୂରା ସମ୍ପର୍କିତ ବସ୍ତୁ ସମସ୍ୟା ଦୂର କରିଥାଏ । କଳାଲୁଣ ଏବଂ ଲେମ୍ବୁରସରେ ଗୋଲମରିଚ ଗୁଣ୍ଡ ମିଶାଇ ଏହାକୁ ଧାରେ ଧାରେ ପିଇଲେ ଏସିଡିଟିଲୁ ମୁକ୍ତି ମିଳେ । କପେ ଉଷ୍ଣମ ପାଣିରେ ଗୋଲମରିଚ ଗୁଣ୍ଡ ଏବଂ ଲେମ୍ବୁରସ ମିଶାଇ ପିଇଲେ ଗ୍ୟାସ ସମସ୍ୟା ଦୂର ହୁଏ । ଋତୁପଦ ବସ୍ତୁଥିଲେ ଅଧାଗ୍ଲାସ୍ ପାଣିରେ



କ୍ୟାଲୋରୀ ହ୍ରାସ କରିବା ସହିତ ପେଟର ଚର୍ମ କମ୍ କରେ । ମେଡ଼ାକଲିଜିମ୍

ସୁଦ୍ଧ ବଦଳାଇବା ପାଇଁ ଖାଦ୍ୟ



ଅନେକ ସମୟରେ ଖାଲି ତାଲି ଭାତ ବି ଆମକୁ ସବୁଠାରୁ ସୁଆଦିଆ ଲାଗେ । ସେହିପରି କେତେକ ସମୟରେ ନିଜର ପ୍ରିୟ ଖାଦ୍ୟ ମଧ୍ୟ ଆମକୁ ଖାଇବାକୁ ଇଚ୍ଛା ହୁଏ ନାହିଁ । କାରଣ ଅନେକ ସମୟରେ ଖାଦ୍ୟକୁ ନେଇ ରୁଚି ଆମର ମନର ଅବସ୍ଥା ଉପରେ ନିର୍ଭର କରିଥାଏ । ସେହିପରି ଖାଦ୍ୟ ମଧ୍ୟ ଆମର ମନର ଅବସ୍ଥାକୁ ଗଭୀର ଭାବେ ପ୍ରଭାବିତ କରିଥାଏ । ଏଣୁ ନିଜର ମୂର୍ତ୍ତି ବଦଳାଇବା ପାଇଁ ଆପଣ କେତେକ ସ୍ଵଚ୍ଛ ଖାଦ୍ୟ ଖାଇ ପରିବେ । ଯେପରିକି

ଏଥିରେ ପ୍ରଚର ପର୍ବ ମାଣ୍ଡରେ 'ବି' କମ୍ପେକ୍ଟ ଓ ଭିଟାମିନ୍ 'ସି' ରହିଥାଏ । ଏହା ଆପଣଙ୍କୁ ଶାନ୍ତ ରହିବାରେ ସହାୟକ ହୋଇଥାଏ । ସେହିପରି ଏପରି ଅବସ୍ଥାରେ କର୍ମ

ପୋଷାକରେ ଦାଗ ଲାଗିଗଲେ

ଆପଣଙ୍କର ଦାମ୍ନୀ ପୋଷାକରେ ଦାଗ ଲାଗିଗଲା କ'ଣ କରିବେ ? ଯେତେ ଦାମ୍ନୀ ପୋଷାକ ହେଲେ ମଧ୍ୟ ଅଧିକ ଦାଗ ଲାଗିଗଲେ ଗୁରୁତ୍ଵପୂର୍ଣ୍ଣ ଉତ୍ତରରେ ସେଇଟିକୁ ଆଉ ପିନ୍ଧିବାକୁ ଇଚ୍ଛା ହୁଏ ନାହିଁ । ଅନେକ ଦାଗ ଅଛି ଥିଲେ ଲାଗିଲେ ଆଉ ଛାଡ଼ିଦିଅନ୍ତୁ । ଦାଗ ଗଭୀର ହୋଇଥିଲେ କିପରି ଛତାଇବେ ଆସନ୍ତୁ ଜାଣିବା....

ଦାଗ ତେଲିଆ ହୋଇଥିଲେ, ଦାଗ ଲାଗିଥିବା ଅଂଶକୁ ଉଷ୍ଣମ ସାବୁନ୍ ପାଣିରେ ଦୁଆଳ ମକଚି ଦେଲେ ଦାଗ ଛାଡ଼ିଯାଏ କିମ୍ବା ତେଲ ଦାଗ ତତକ ଭିତରେ ପଶେ ବୁଟିଙ୍ଗ କାଗଜ ଦେଇ, ଦାଗଥିବା ସ୍ଥାନ ଉପରେ ଅଧିକ ପାଣି ଛିଞ୍ଚି

କଡ଼ା ଲଷା କରିଦେବା ଦ୍ଵାରା ଦାଗ ଚାଲିଯାଏ ଅଥବା ଦାଗଥିବା ସ୍ଥାନରେ ଟେଲକମ୍ ପାଉଁଶର ଛିଞ୍ଚି ଧରିଦେବା ଉତ୍ତମ । ମଧ୍ୟ ଦାଗ ସମାପ୍ତ ହୁଏ । ଦାଗ ଅଧିକ କଷ୍ଟ ହୋଇ ହଳଦିଆ ରଙ୍ଗ ହୋଇଯାଇଥିଲେ, ହଳଦିଆ ରଙ୍ଗ ଲାଗିଥିବା ସ୍ଥାନରେ ପ୍ରଥମେ ଶରୀର କିମ୍ବା ଲେମ୍ବୁରସ ଯିବି ସାବୁନରେ ଧୋଇ ଦିଅନ୍ତୁ । ଏହାପରେ ଖରାରେ ଶୁଖାଇଲେ ହଳଦିଆ ରଙ୍ଗ ଚାଲିଯାଏ ।

ସଫଳ ଜୀବନର ସୁତ୍ର



ଜୀବନକୁ ସଫଳ ତଥା ସାଫଳ କରିବା ପାଇଁ କେତେକ ଦିଗ ପ୍ରତି ଦୃଷ୍ଟି ଦେବାକୁ ପଡ଼ିଥାଏ । ଭଗବାନ ଶ୍ରୀକୃଷ୍ଣ ମହାଭାରତ ଯୁଦ୍ଧ ବେଳେ ସାଫଳ ଓ ସଫଳ ଜୀବନ ବନ୍ଧୁବା ପ୍ରସଙ୍ଗରେ ଅର୍ଜୁନଙ୍କୁ କେତୋଟି ଉପଦେଶ ଦେଇଥିଲେ । ସେସବୁ ପାଳନ କଲେ ମଣିଷ ଜୀବନ ସାଫଳ ହେବ । ଗୋଟିଏ ହେଉଛି ସମର୍ପିତ ଭାବ । ନିଜ କର୍ମ ପ୍ରତି ପୂର୍ଣ୍ଣ ସମର୍ପିତ ହେଲେ ବ୍ୟକ୍ତି ସଫଳ ହୋଇଥାଏ । ପୂର୍ଣ୍ଣ ସମର୍ପିତ ଭାବ ରହିଲେ କାର୍ଯ୍ୟକୁ ନେଇ ବ୍ୟକ୍ତି ମଧ୍ୟରେ କୌଣସି ପ୍ରକାରର ଦୃଢ଼ ରହେ ନାହିଁ ଏବଂ ବ୍ୟକ୍ତିର ଆତ୍ମବିଶ୍ଵାସ ମଧ୍ୟ ବଢ଼ି ଥାଏ । ଅବିଚଳିତ ରହିବା ପାଇଁ ସେ ଅର୍ଜୁନଙ୍କୁ ଉପଦେଶ ଦେଇଥିଲେ । କାର୍ଯ୍ୟର ପରିଣାମ ନେଇ ବିଚଳିତ ନ ହୋଇ ସ୍ଥିର ରହିବା କାର୍ଯ୍ୟ କଲେ ଏକାଗ୍ରତା ବଢ଼େ । ଏକାଗ୍ରତା ରକ୍ଷା କଲେ ମଣିଷ ସଫଳତା ପାଏ । ମଣିଷର ଜୀବନ ସର୍ବଦା ସଂଯତ୍ନମୟ । ଜୀବନରେ ଅନେକ ଦୁଃଖ ଏବଂ ସମସ୍ୟା ଆସି ଥାଏ । ସେହିପରି ମୁକାବିଲା କରି ଆଗେଇବାରେ ରହିଛି ଜୀବନର ସାଫଳତା । ସେହିପରି ସବୁବେଳେ ଧର୍ମ ଓ ନ୍ୟାୟ ଆଧାରରେ ଜୀବନଯାପନ କରିବା ଉଚିତ । ତାହା ଦ୍ଵାରା ବିଳମ୍ବ ହେଲେ ବି ବ୍ୟକ୍ତି ସଫଳତା ଲାଭ କରେ । ସଫଳ ଜୀବନର ଆଉ ଏକ ସୂତ୍ର ହେଉଛି ଭାବପ୍ରବଣତାକୁ ନିୟନ୍ତ୍ରଣରେ ରଖିବା । ଭାବପ୍ରବଣ ହୋଇ କର୍ତ୍ତବ୍ୟ ଭୁଲିବା ବା କର୍ତ୍ତବ୍ୟକୁ ଏତାଇ ଚାଲିବା ଉଚିତ ନୁହେଁ । କର୍ତ୍ତବ୍ୟ ଓ ଭାବପ୍ରବଣତା ମଧ୍ୟରେ ସନ୍ତୁଳନ ରକ୍ଷା କରି ଚଳିବା ଆବଶ୍ୟକ । ତାହା ମଣିଷକୁ ନିଜର ପ୍ରକୃତ ଲକ୍ଷ୍ୟ ସ୍ଵଳରେ ପହଞ୍ଚାଇବାରେ ସହାୟକ ହୋଇଥାଏ । ପରିଣାମ ବା ଫଳାଫଳ କଥା ଚିନ୍ତା ନ କରି ସବୁବେଳେ କାର୍ଯ୍ୟ କରିଚାଲିବା ଉଚିତ୍ । ଧର୍ମ ଓ ନ୍ୟାୟର ରାସ୍ତା ସବୁବେଳେ କଠିନ । ମଣିଷ ଅନେକ ସମୟରେ ନିଜ କାର୍ଯ୍ୟର ଫଳାଫଳକୁ ନେଇ ଚିନ୍ତିତ ରହେ । କାମରେ ଅବହେଳା କରେ । ତେବେ ତାହା ଅନୁଚିତ । ତେଣୁ କାମ କରିଚାଲିବା ସହ ଫଳାଫଳ ଭଗବାନଙ୍କ ଉପରେ ଛାଡ଼ିଦେବା ପାଇଁ ଶ୍ରୀକୃଷ୍ଣ ଉପଦେଶ ଦେଇଥିଲେ ।

ଚାଷ ପାଇଁ: ପରିବେଶ ଉପଯୋଗୀ ପ୍ରଯୁକ୍ତି କୌଶଳ



କୌଣସି ରାସାୟନିକ ଦ୍ରବ୍ୟ ବ୍ୟବହାର କରାଯାଇ ନାହିଁ ମଧ୍ୟ ଚାଷୀମାନେ ସଫଳ ଅମଳ କରିବାରେ ସଫଳ ହୋଇପାରୁଛନ୍ତି । ସେମାନଙ୍କ ଫସଲରେ କୌଣସି କୀଟପତଙ୍ଗ ଆକ୍ରମଣ ଅଥବା ରୋଗ ମଧ୍ୟ ପରିଲକ୍ଷିତ ହୋଇନାହିଁ । କେରଳର ଧାନ ଚାଷ ଅଞ୍ଚଳ କୁହାଯାଇଥିବା କୁଟ୍ଟନାତ ଚାଷୀଙ୍କୁ ଏହି ସଫଳତା ମିଳିଛି । ସେଠାରେ ଏକ ଅନନ୍ୟ ପରିବେଶ ଦୃଷ୍ଟିରୁ ଭିନ୍ନ ଏକ କୈବ ଭୌଗଳିକ ଅଞ୍ଚଳ ରହିଛି । ଉଚ୍ଚ ଅଞ୍ଚଳରେ କମ୍ପରେ କଳ କମ୍ ରହିବା ସହିତ ଅମ୍ଳ ଅଂଶ ଅଧିକ ରହିବା ଭଳି ସମସ୍ୟା ଏବଂ ପ୍ରାଣୀଜୀବୀ ବର୍ଣ୍ଣରେ

କୃଷକମାନଙ୍କୁ କ୍ଷେତ୍ର ପ୍ରଦର୍ଶନମୂଳକ ପ୍ୟାକେଜ କରିଆରେ ଚାଲି ଦିଆଯାଇଥିଲା । ୧୦୦ରୁ ଅଧିକ ଚାଷୀ ଏଥିରେ ଅଂଶଗ୍ରହଣ କରିଥିଲେ । ଏବଂ ଚାରିବର୍ଷ ସେମାନେ ୭୪.୨ ହେକ୍ଟର କମ୍ପରେ ଚାଷ କରିଥିଲେ । ନିୟମିତ କ୍ଷେତ୍ର ପ୍ରସ୍ତ, କ୍ଷେତ୍ର ସ୍ତରରେ କୃଷକଙ୍କୁ ଚାଲିମ, ବିହନ ବୁଣିବାଠାରୁ ଅମଳ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ସବୁ କିଛିକୁ ନିୟମିତ ଭାବେ ଲକ୍ଷ୍ୟ କରାଯାଇଥିଲା । ଧାନକୁ ଯନ୍ତ୍ର ବ୍ୟବହାର କରିବାପରେ ଧାନ ବିହନ ଆବଶ୍ୟକତା ହେକ୍ଟର ପଛା ୧୦୦ରୁ ୧୨୦ ହୋଇଥିଲା ।



କର୍କଟରୋଧୀ ପେସ୍ଟାବାଦାମ

ପେସ୍ଟାବାଦାମ, ଉତ୍ତମ ସ୍ଵାସ୍ଵ୍ୟ ଓ ସୌନ୍ଦର୍ଯ୍ୟ ପାଇଁ ଏହା ଏକ ଭଲ ଖାଦ୍ୟ । ପୁଷ୍ଟିଗୁଣରେ ହୋଇଥିବା ଗବେଷଣାକୁ ଜଣାପଡ଼ିଛି, ନିୟମିତ ଭାବରେ ପେସ୍ଟାବାଦାମ ଖାଇଲେ କର୍କଟ ରୋଗ ହେବାର ଆଶଙ୍କା କମ୍ । ଗବେଷକଗଣ ୩୦,୭୦୮ ଜଣ ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କୁ ନେଇ ପରୀକ୍ଷା କରିଥିଲେ । ନିୟମିତ ଭାବରେ ପେସ୍ଟାବାଦାମ ଖାଇବାକୁ ପ୍ରସ୍ତାବ ଦିଆଗଲା । ସେମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ କିଛି କର୍କଟ ରୋଗାକ୍ରାନ୍ତ ମଧ୍ୟ ଥିଲେ । ମାସିକ ସ୍ତରରେ ଦୁର୍ବଳ ଥିବା

ପିଲା ଓ ସୁବିଶ୍ରାନ୍ତ ଥିଲେ । ସମସ୍ତଙ୍କୁ ସ୍ଵାସ୍ଵ୍ୟବସ୍ଥାରେ ଉନ୍ନତ ପରିଲକ୍ଷିତ ହେଲା । ପେସ୍ଟାବାଦାମ ଖୁବ୍ ଭଲଭାବେ କର୍କଟ ରୋଗ ପ୍ରତିରୋଧ କରୁଛି ବୋଲି ବିଶେଷଜ୍ଞଙ୍କ ମତ । ଆମେରିକାର ସମସ୍ତ କର୍ମସଂସ୍ଥାରେ ଏବେ କର୍ମଚାରୀ ପେସ୍ଟାବାଦାମ ଖାଇବା ବାଧ୍ୟତାମୂଳକ କରାଯିବ ବୋଲି ଜଣାପଡ଼ିଛି ।



