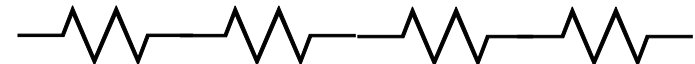


ଧନ ପ୍ରତିଧନ

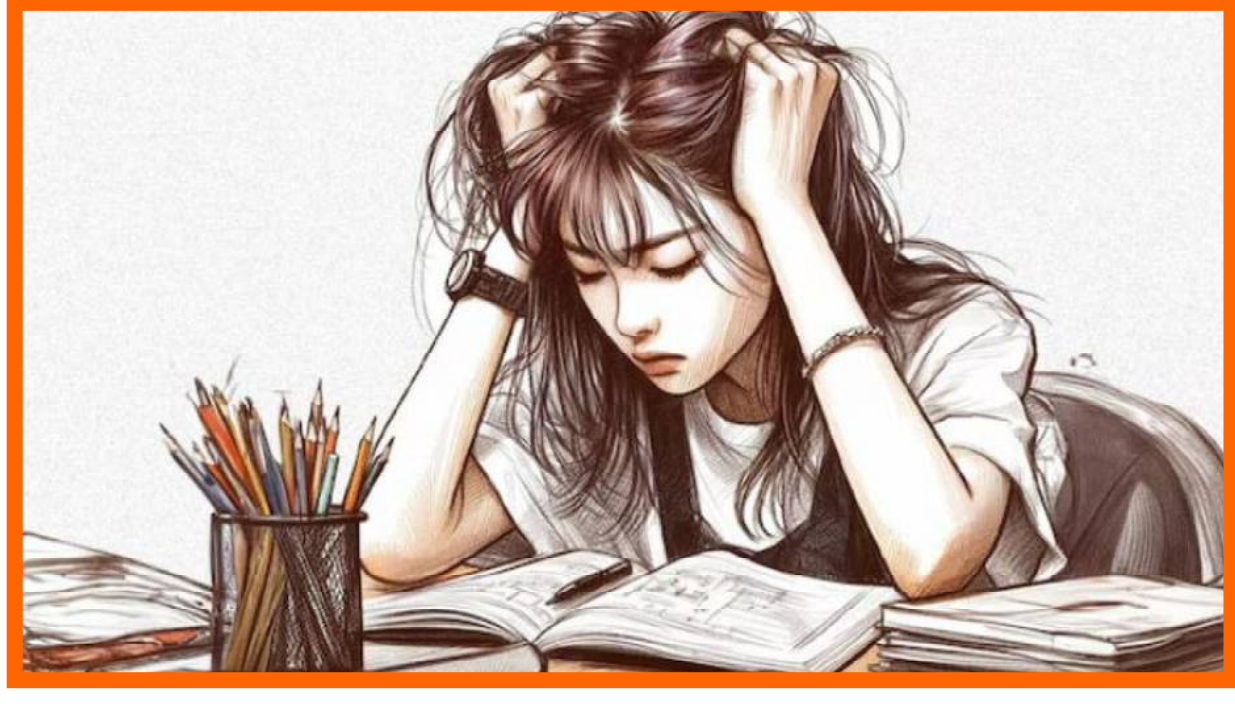


୩ ବାଲେଶ୍ୱର ଶୁକ୍ରବାର, ୧୯ ଏପ୍ରିଲ ୨୦୨୪

କାହିଁକି ଚାପଗ୍ରସ୍ତ ଆମ ଯୁବପିଢ଼ି ? ଜାଣନ୍ତୁ ସମାଧାନର ବାଟ

ବର୍ତ୍ତମାନ ଆମେ ଏପରି ଏକ ସ୍ଥିତିର ପହଞ୍ଚିଛୁ, ଯେଉଁ ସମୟରେ ଚାପ ଏକ ପ୍ରମୁଖ ଜନସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ସମସ୍ୟା। ଚାପ ଏବେ ଅନେକ ରୋଗର ମୁଖ୍ୟ କାରଣ ପାଲଟିଛି। ୧୮ ରୁ ୪୫ ବର୍ଷ ବୟସର ଯୁବପିଢ଼ି ଭୋଗୁଥିବା ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ସମସ୍ୟାର ମୁଖ୍ୟ କାରଣ ହେଉଛି ଚାପ। ତେବେ ଆମ ଯୁବପିଢ଼ିଙ୍କ ଚାପଗ୍ରସ୍ତ କାରଣ ଜଣ ହୋଇପାରେ, ପୁରୁଷ ଓ ମହିଳାଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ପ୍ରାର୍ଥକ୍ୟ ଏବଂ କିପରି ଏହାର ସମାଧାନ କରାଯାଇ ପାରିବ, ଜାଣନ୍ତୁ...

ଚାପ କ'ଣ ?
ଚାପ ହେଉଛି ଏକ ପ୍ରାକୃତିକ ପ୍ରତିକ୍ରିୟା, ଯାହା ବିଭିନ୍ନ କାରଣରୁ ହୋଇପାରେ, ଯେପରିକି କାର୍ଯ୍ୟ, ସମ୍ପର୍କ, ଆର୍ଥିକ ଅସୁବିଧା କିମ୍ବା ଜୀବନର ପ୍ରମୁଖ ପରିବର୍ତ୍ତନ। ଯେତେବେଳେ ଆମେ ଚାପର ସମ୍ମୁଖୀନ ହୋଇଥାଉ, ଏହା ଶାରୀରିକ ଏବଂ ମାନସିକ ପ୍ରତିକ୍ରିୟା ସୃଷ୍ଟି କରିଥାଏ। ଏହି ପ୍ରତିକ୍ରିୟାଗୁଡ଼ିକ ଚେନସନ, ଚିନ୍ତା, କିମ୍ବା ଅତ୍ୟଧିକ ଭାବନା ପରି ଦେଖାଯାଏ। ଚାପଗ୍ରସ୍ତ ହେଲେ ଶରୀର କର୍ତ୍ତିସୋଲ ଏବଂ ଆଡ୍ରେନାଲିନ୍ ପରି ହରମୋନ ମୁକ୍ତ କରିଥାଏ। ଏହି ହରମୋନ ହୃଦସ୍ପନ୍ଦନ ଏବଂ ରକ୍ତଚାପ ବୃଦ୍ଧିକରେ, ଫଳରେ ରୋଗ ପ୍ରତିରୋଧକ ଶକ୍ତି ଦୁର୍ବଳ ହୋଇଯାଏ।



ଆପୋଲୋ ହସ୍ପିଟାଲ ପ୍ରକାଶ କରିଥିବା ଏକ ରିପୋର୍ଟ ଅନୁସାରେ, ପ୍ରତି ୧୧,୦୦୦ ଲୋକଙ୍କ ମଧ୍ୟରୁ ପ୍ରାୟ ୮୦% ଲୋକ କ୍ରମିକ ଚାପରେ ପୀଡ଼ିତ। ଏହି ରିପୋର୍ଟରେ କୁହାଯାଇଛି ଯେ, ଉଚ୍ଚ ରକ୍ତଚାପ ଏବଂ ମଧୁମେହ ପରି ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ରୋଗ (ଯଥାକ୍ରମେ) ସହ ଚାପର ସିଧାସଳଖ ଲିଙ୍କ ରହିପାରେ। ପାଚ୍ୟରେ, ଏହା ଉଚ୍ଚ ରକ୍ତଚାପ ଏବଂ ମଧୁମେହ ରୋଗକୁ ୧.୩ରୁ ୨ ଗୁଣ ବଢ଼ାଇଥାଏ।

ଆର୍ଥିକ ଚିନ୍ତା ଏବଂ କ୍ୟାରିୟର ଅନିଶ୍ଚିତତା। ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ଚିନ୍ତା, ଯାହା ଯୁବପିଢ଼ିଙ୍କୁ ରୋଗ ବିପଦରେ ପକାଇଥାଏ ତାହା ହେଉଛି ସୋଶାଲ ମିଡ଼ିଆରେ ନିଜକୁ ଅନ୍ୟମାନଙ୍କ ସହ ତୁଳନା କରିବା ଏବଂ ଜୀବନ ସାଥୀ ଓ ପରିବାର ସମସ୍ୟା।

ଅଧିକାଂଶ ଲୋକ ଭାବନ୍ତି ଯେ, ଚାପଗ୍ରସ୍ତର ଅର୍ଥ ମଣ୍ଡିତ ଉପରେ ପ୍ରଭାବ ପଡ଼ିବ। ବାସ୍ତବରେ ଏହା ନୁହେଁ, ଚାପ ସମଗ୍ର ଶରୀରକୁ ପ୍ରଭାବିତ କରିପାରେ। ନିୟମିତ ଭାବେ କର୍ତ୍ତିସୋଲ ହରମୋନ ରିଲିଜ୍ ହେଲେ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ଉପରେ ଏହାର ଗମ୍ଭୀର ପ୍ରଭାବ ପଡ଼େ। କର୍ତ୍ତିସୋଲ କାରଣୁ ଶରୀରରେ

ବର୍ଦ୍ଧି କମାଟ(ବିଶେଷ କରି ପେଟ), ଓଜନ ବୃଦ୍ଧି, ଉନସ୍ତୁଲିତ ପ୍ରତିରୋଧ, ମେଟାବୋଲିକ୍ ଡିସଫଙ୍କସନ, ମଧୁମେହ ଏବଂ ଉଚ୍ଚ ରକ୍ତଚାପର ଆଶଙ୍କା ବଢ଼ିଥାଏ। ଏହି ହରମୋନ କାରଣରୁ ମଧ୍ୟ ଠିକ୍ ନିଦ ହୋଇନଥାଏ।

ମହିଳାଙ୍କ ଶରୀରରୁ ରିଲିଜ୍ ହେଉଥିବା ଇନ୍ସୁଲିନ ଏବଂ ପ୍ରୋକେଷ୍ଟେରନ୍, ହରମୋନ ଚାପର ପ୍ରତିକ୍ରିୟାକୁ ପ୍ରଭାବିତ କରିପାରେ। ଅଧିକାଂଶ ଜଣାପଡ଼ିଛି ଯେ, ମାସିକ ଋତୁଚକ୍ର, ଗର୍ଭାବସ୍ଥା ଏବଂ ମେନୋପଜ୍ ସମୟରେ ଏହି ହରମୋନଗୁଡ଼ିକର ପରିବର୍ତ୍ତନ କାରଣରୁ ମହିଳାମାନେ ଅଧିକ ଚାପଗ୍ରସ୍ତ ହୋଇପାରନ୍ତି। ଅନୁସନ୍ଧାନରୁ ଆହୁରି ଜଣାଯାଇଛି ଯେ, ଚାପ ସମୟରେ ମହିଳା ଏବଂ ପୁରୁଷଙ୍କ ସ୍ତେତ୍ରରେ ଭିନ୍ନ ଭିନ୍ନ ପ୍ରତିକ୍ରିୟା ଦେଖାଯାଏ।

ଅଧିକ ଚା' ପିଇଲେ ଭୋଗିପାରନ୍ତି ଏହି ସମସ୍ୟା, ମେଦବହୁଳତା ବଢ଼ିଥାଏ

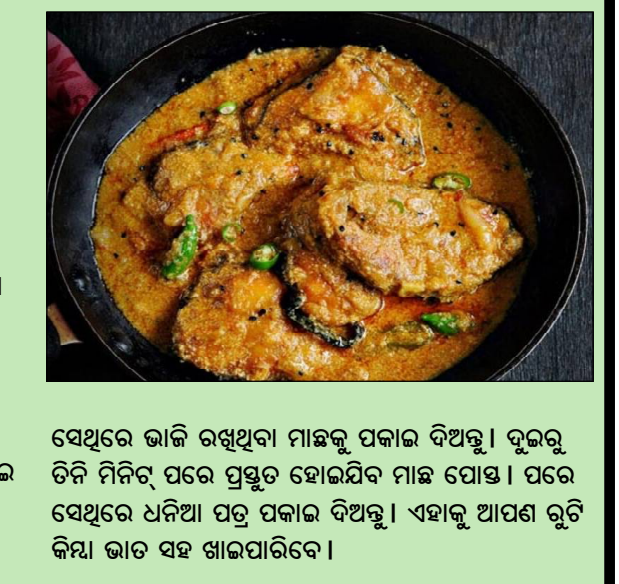
ଭାରତ ସମେତ ବିଶ୍ୱର ଅନେକ ସ୍ଥାନରେ ଲୋକମାନେ ସକାଳୁ ସକାଳୁ ଚା ପିଇଥାନ୍ତି । ଦିନସାରା ଅନେକ କର୍ମ ଚା ପିଇବାକୁ ଇଚ୍ଛା କରନ୍ତି । ଯେତେବେଳେ ଅର୍ଡ଼ିଫରେ ଚା ପିଇବା ବିଷୟରେ ପଚାରାଗଲା, ଏହାକୁ 'ନା' କେହି କହିପାରି ନାହିଁ। ତଥାପି, ଅଧିକାଂଶ ଲୋକ ଚା 'ସହିତ ପ୍ରେମ କରୁଥିବା ଲୋକ ଦୂରରେ ରୁହନ୍ତି । ଏହାର ଅତ୍ୟଧିକ ବ୍ୟବହାର ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ପାଇଁ ବହୁତ କ୍ଷତି ପହଞ୍ଚାଇପାରେ । ଏଭଳି ପରିସ୍ଥିତିରେ ଏହି ଚା ପିଇବାର ସାମାଜିକ କ'ଣ ଜାଣିବା ଜରୁରୀ ଅଟେ । ଚା'ରେ କର୍ଡିନ୍ ଏବଂ ବିଶେଷତା ତିନି ରହିଥାଏ । ଏହି ଦୁଇଟି ଜିନିଷ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ପାଇଁ ଭଲ ବିବେଚନା କରାଯାଏ ନାହିଁ । ଯଦି ଆପଣ ଦିନରେ ୫ ରୁ ୧୦ କର୍ମ ଚା ପିଇନ୍ତି । ତେବେ ଏହା ଭୁଲ୍ ହୋଇଥାଏ । ଆପଣ ନିଜକୁ କ୍ଷତି ପହଞ୍ଚାଇଛନ୍ତି, ଏବଂ ପରିସ୍ଥିତିରେ ସତର୍କ ରହିବା ଆବଶ୍ୟକ । ଚା 'ପିଇବା କ୍ଷତିକାରକ ନୁହେଁ । ଏହା ଆପଣଙ୍କୁ ସତର୍କ କରିବାରେ ଏବଂ ଚାପରୁ ମୁକ୍ତି ଦେଇଥାଏ । କିନ୍ତୁ ଯଦି ଆପଣ ଏହା ଅଧିକ ମାତ୍ରାରେ ପିଅନ୍ତି । ତାହାଲେ ପେଟ ରୋଗ ଠାରୁ ହୃଦୟାତ୍ତ ଭଳି ସମସ୍ୟା ହୋଇପାରେ ।

ଭାରତରେ ଚା'ରେ ତିନି ମିଶ୍ରଣ କରିବାର ଅଭ୍ୟାସ ବହୁତ ଅଧିକ । ଯଦି ଆପଣ ଦିନସାରା ଅନେକ କର୍ମ ଚା ପିଅନ୍ତି । ତେବେ ତିନି ଅଧିକ ଖାଇବା ଦ୍ୱାରା ରୋଗ ହୋଇଥାଏ । ଏପରି ପରିସ୍ଥିତିରେ, ଆପଣଙ୍କର ରକ୍ତରେ ଶର୍କରା ସ୍ତର ବୃଦ୍ଧି ପାଇଥାଏ ଏବଂ ମଧୁମେହ ହେବାର ଆଶଙ୍କା ସୃଷ୍ଟି ହୋଇପାରେ । ଆମ ମଧ୍ୟରୁ ଅଧିକାଂଶ ସତର୍କତା ଯେ ଅଧିକ ତିନି ଖାଇବା ଦ୍ୱାରା ଚର୍ଚ୍ଚିତ ପରିଣତ ହୁଏ । ଯେଉଁ କାରଣରୁ ମେଦବହୁଳତା ବଢ଼ିଥାଏ ଏବଂ ଚାପରେ ଚର୍ଚ୍ଚିତ ପେଟରେ ଫୁଲିବା ଆରମ୍ଭ କରେ । ଏହା ଓଜନ ହ୍ରାସ କରିବା କଷ୍ଟକର କରିଥାଏ । ଯଦି ଆପଣଙ୍କ ମନରେ ଏହି ପ୍ରଶ୍ନ ଉଠିଛି ଯେ ଦିନରେ କେତେ କର୍ମ ଚା ପିଇବା ଉଚିତ୍ । ତେବେ ଆପଣ ପ୍ରତିଦିନ ୨-୩ କର୍ମ ଚା ପିଇ ପାରିବେ । ତାହା ମଧ୍ୟ ସାମାଜିକ ପରିମାଣର ତିନି ସହିତ । ଯେଉଁମାନେ ଏହି ଅଭ୍ୟାସକୁ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ କରିବାରେ ସକ୍ଷମ ନୁହଁନ୍ତି, ସେମାନଙ୍କୁ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ସମ୍ବନ୍ଧୀୟ ସମସ୍ୟାର ସାମ୍ନା କରିବାକୁ ପଡ଼ିପାରେ ।



ଗରମ ଭାତ ସହ ଖାଆନ୍ତୁ ମାଛ ପୋଷ୍ଟ

ସାମଗ୍ରୀ: ମାଛ, ହଳଦୀ ଗୁଣ୍ଡ, କଞ୍ଚା ଲଙ୍କା, ପୋଷ୍ଟ, ଅଦାରପୁଣ ବଟା, କଟା ପିଆଜ, କଟା ଚମାଚୋ, ଲଙ୍କା ପାଉଁଶ, ଧନିଆପତ୍ର, ଗରମ ମସଲା ପ୍ରସ୍ତୁତି ପ୍ରଣାଳୀ: ପ୍ରଥମେ ମାଛକୁ ଧୋଇ ସେଥିରେ ଲୁଣ, ହଳଦୀ ଗୋଳାଇ ଏକ ପାତ୍ରରେ ରଖନ୍ତୁ । ପରେ ପ୍ୟାନରେ ତେଲ ଗରମ କରନ୍ତୁ । ତେଲ ଗରମ ହେବା ପରେ ସେଥିରେ ମାଛକୁ ଛାଣନ୍ତୁ । ମାଛ ଛାଣି ହୋଇଗଲା ପରେ ତାକୁ ଏକ ପାତ୍ରକୁ କାଢ଼ି ଦିଅନ୍ତୁ । ପରେ ପ୍ୟାନରେ ପୁଣି ତେଲ ଗରମ କରନ୍ତୁ । ତେଲ ଗରମ ହେବା ପରେ ସେଥିରେ କଟା ପିଆଜ ପକାନ୍ତୁ । ପିଆଜ ଭାଜି ହୋଇଗଲା ପରେ ସେଥିରେ ଅଦା,ରସୁଣ ପେଷ୍ଟ ଓ କଟା କଞ୍ଚା ଲଙ୍କା ପକାଇ କିଛି ସମୟ କଷନ୍ତୁ । ପରେ ସେଥିରେ କଟା ଚମାଚୋ,ଲଙ୍କା ପାଉଁଶ,ହଳଦୀ ଗୁଣ୍ଡ ଓ ଆବଶ୍ୟକ ଅନୁସାରେ ଲୁଣ ପକାଇ କଷନ୍ତୁ । ମସଲା କଷି ହେବାପରେ ସେଥିରେ ଅଧ ପାଣି ଦିଅନ୍ତୁ । ପରେ ମସଲାକୁ କିଛି ସମୟ ପାଇଁ ଫୁଟିବାକୁ ଛାଡ଼ି ଦିଅନ୍ତୁ । ପରେ



ସେଥିରେ ଭାଜି ରଖିଥିବା ମାଛକୁ ପକାଇ ଦିଅନ୍ତୁ । ଦୁଇଟି ତିନି ମିନିଟ୍ ପରେ ପ୍ରସ୍ତୁତ ହୋଇଯିବ ମାଛ ପୋଷ୍ଟ । ପରେ ସେଥିରେ ଧନିଆ ପତ୍ର ପକାଇ ଦିଅନ୍ତୁ । ଏହାକୁ ଆପଣ ଚୁଟି କିମ୍ବା ଭାତ ସହ ଖାଇପାରିବେ ।

ଅନ୍ୟର ଏହି ଗାଟି ଜିନିଷ ବ୍ୟବହାର କରନ୍ତୁ ନାହିଁ: ନଚେତ ହୋଇଯିବେ କାଙ୍ଗାଳ

ସାଧାରଣତଃ ସମ୍ପର୍କ ନିବିଡ଼ ହେଲେ ପରସ୍ପର ମଧ୍ୟରେ ଘନିଷ୍ଟତା ବଢ଼ିଥାଏ । ଏହାଦ୍ୱାରା ଭାବର ଆଦାନ ପ୍ରଦାନ ସହ ଉଭୟ ପରସ୍ପର ସହ ସହଜ ଅନୁଭବ କରିଥାନ୍ତି । ଏଥିସହ ପରସ୍ପର ଜିନିଷ ମଧ୍ୟ ବ୍ୟବହାର କରିଥାନ୍ତି । ମାତ୍ର ଏପରିକି କିଛି ଜିନିଷ ଅଛି ଯାହାକି ନିଜର ହିଁ ବ୍ୟବହାର କରିବା ଭଲ । ଏପରି ଜିନିଷ ଅନ୍ୟର ବ୍ୟବହାର କରିବା ଦ୍ୱାରା ମାଡ଼ିଆସେ ଆର୍ଥିକ ସଙ୍କଟ । ପିଛା ଛାଡ଼ି ଦେବା । ଏପରିକି ଏହାଦ୍ୱାରା ଆପଣଙ୍କ ଖରାପ ଦିନ ଆରମ୍ଭ ହୁଏ ବୋଲି ବିବେଚନା କରାଯାଏ । କାଣି ରଖିବା କ'ଣ ଏହି ଗାଟି ଜିନିଷ, ଯାହାକୁ କେବେ ବି ଅନ୍ୟର ବ୍ୟବହାର କରିବା ଉଚିତ୍ ପ୍ରଥମତଃ କେବେ ବି ଅନ୍ୟ କାହାର ଘଣ୍ଟାକୁ ନିଜ ହାତରେ ପିନ୍ଧନ୍ତୁ ନାହିଁ । ଏହାକୁ ଅଣ୍ଟାକୁ ବୋଲି ବିବେଚନା କରାଯାଇଥାଏ । ଏହାଦ୍ୱାରା ଆପଣ ଚାରି ଆଖି ସଙ୍କଟରେ ଫସି ଯାଇ ପାରନ୍ତି । ବାସ୍ତୁ ଶାସ୍ତ୍ର ଅନୁଯାୟୀ, କେବେ କାହାରି ରୁମାଳ ବ୍ୟବହାର କରନ୍ତୁ ନାହିଁ । ଏପରି କରିବା ଦ୍ୱାରା ଉଭୟଙ୍କ ସମ୍ପର୍କରେ ଫାଟ ସୃଷ୍ଟି ହୋଇଥାଏ ।



ସେହିପରି ଯେତେ ଜିନିଷ ହେଲେ ବି କେବେ କାହାରି ବସ୍ତ୍ର ମାଗିକି ପିନ୍ଧିବା ଉଚିତ୍ ନୁହେଁ । କାରଣ ଅନ୍ୟର ବସ୍ତ୍ର ପିନ୍ଧିବା ଦ୍ୱାରା ଆପଣଙ୍କ ଶରୀରରେ ନକାରାତ୍ମକ ଊର୍ଜା ପ୍ରବେଶ କରିଥାଏ । ଏଥିସହ ଚାରିଆଡ଼ୁ ବିପତ୍ତି ମାଡ଼ି ଆସିଥାଏ । ଏଥିରୁ ମୁକ୍ତିଲାଭ କଷ୍ଟକର ହୋଇପଡ଼େ ।



ରାଜ କୁନ୍ଦ୍ରାଙ୍କ ୯୭.୭୯ କୋଟି ଟଙ୍କାର ସମ୍ପତ୍ତିକୁ ଉଦ୍ଧତ କଲା ପ୍ରବର୍ତ୍ତନ ନିର୍ଦ୍ଦେଶାଳୟ



କଲିଭତ ଅଭିନେତ୍ରୀ ଶିଳା ସେହିଜ ପ୍ଲାନା ଡାକ୍ତରୀ କେନ୍ଦ୍ରର ରାଜ କୁନ୍ଦ୍ରାଙ୍କ ୯୭.୭୯ କୋଟି ଟଙ୍କାର ସମ୍ପତ୍ତିକୁ ପ୍ରବର୍ତ୍ତନ ନିର୍ଦ୍ଦେଶାଳୟ କବଚ କରୁଛି।

ପୁଣେରେ ଥିବା ଏକ ବଜାଜା ଓ ରାଜଙ୍କ ନାମରେ ଥିବା ନିର୍ମାଣ କ୍ଷେତ୍ରକୁ ବି ଭଡ଼ି କବଚ କରୁଛି। ପ୍ରବର୍ତ୍ତନ ନିର୍ଦ୍ଦେଶାଳୟ ମହାରାଷ୍ଟ୍ର ପୁଲିସ୍ ଓ ଦିଲ୍ଲୀ ପୁଲିସ୍ ପକ୍ଷରୁ ରୁକୁ ହୋଇଥିବା ମାମଲା ଆଧାରରେ ଯାଚ୍ଛ ଆରମ୍ଭ କରିଥିଲା। ପୂର୍ବରୁ ଏହି ଘଟଣାରେ ସମ୍ପୃକ୍ତ ଥିବା ସିମ୍ପି ଭଗ୍ନାୟା, ନିତାନ ଗୌର ଓ ନିଖିଲ ମହାଜନକୁ ଗିରଫ କରାଯାଇଥିବା ବେଳେ ମୁଖ୍ୟ ଅଭିଯୁକ୍ତ ଅକୟ ଭଗ୍ନାୟା ଓ ମହେନ୍ଦ୍ର ଭଗ୍ନାୟା ଏବେବି ଫେରାର ଅଛନ୍ତି।

'କୌଣସି ରାଜନୈତିକ ଦଳ ସହ ମୋର ସମ୍ପର୍କ ନାହିଁ'



ନିକଟରେ ଅଭିନେତା ଆମୀର ଖାନ୍ ଏକ ରାଜନୈତିକ ଦଳ ପାଇଁ ପ୍ରଚାର କରୁଥିବାର ଭିତ୍ତିରେ ଭାରତୀୟ ରାଜନୈତିକ ଦଳ ପାଇଁ ଏହି ବିଜ୍ଞାପନ କରିଥିବା କୁହାଯାଇଥିଲା। କିନ୍ତୁ ଏହା ଏକ ଫେକ୍ ଭିଡିଓ ବୋଲି ଅଭିନେତାଙ୍କ ଅଭିଯୋଗ ଶୁଣିବା ପରେ ସେ ଏହା ନିକଟରେ ଏକ ରାଜନୈତିକ ଦଳ ପାଇଁ ପ୍ରଚାର କରୁଥିବାର ଭିତ୍ତିରେ ଭାରତୀୟ ରାଜନୈତିକ ଦଳ ପାଇଁ ଏକ ବିଜ୍ଞାପନ କରିଥିବା କୁହାଯାଇଥିଲା। କିନ୍ତୁ ଏବେ ଏହି ଭିଡିଓକୁ ନେଇ ଏବେ ପ୍ରତିକ୍ରିୟା ରଖୁଛନ୍ତି ଆମୀର ଖାନ୍। ଏହି ଭିଡିଓ ଫେକ୍ ହୋଇଥିବା ବେଳେ ସେ କହିଛନ୍ତି। ଏଥିସହ କୌଣସି ରାଜନୈତିକ ଦଳ ସହ ତାଙ୍କର ସମ୍ପର୍କ ନଥିବା କହିଛନ୍ତି ଅଭିନେତାଙ୍କ ଅଭିଯୋଗ ଶୁଣିବା ପରେ।

ପ୍ରତିକ୍ରିୟାରେ ଭାଗ ନେବା ପାଇଁ ସେ ଅପଲ କରନ୍ତି। କିନ୍ତୁ କୌଣସି ରାଜନୈତିକ ଦଳ ପାଇଁ ସେ ପ୍ରଚାର ପ୍ରସାର କରିନାହାନ୍ତି। ଆମେ କ୍ଷମା କରିଦେବାକୁ ଚାହୁଁଛୁ ଯେ, ଯେଉଁ ଭିଡିଓ ସାମ୍ବାଦିକ ଆସିଛି ତାହା ଏକ ଫେକ୍ ଭିଡିଓ ବୋଲି ଆମୀର ଖାନ୍ଙ୍କ ମୁଖପାତ୍ର କହିଛନ୍ତି।

ଭାଇଭାନଙ୍କ ଘର ଉପରକୁ ଗୁଳିମାଡ଼ ଘଟଣା: ହୋଇଥିଲା ୪ ଲକ୍ଷର ଡିଲ୍



କଲିଭତର ଭାଇଭାନ ସଲମାନ ଖାନ୍ଙ୍କ ଘର ଉପରେ ହୋଇଥିବା ଗୁଳିମାଡ଼ ଘଟଣାରେ ବଡ଼ ଖୁଲାସା କରିଛି ପୁଲିସ୍। ଦକ୍ଷିଣ ଖାନ୍ଙ୍କ ଘର ଉପରକୁ ଗୁଳି ମାଡ଼ ପାଇଁ ହୋଇଥିଲା ୪ ଲକ୍ଷର ଡିଲ୍। ଏଥିନିମନ୍ତେ କାମ ହେବା ପୂର୍ବରୁ ଲକ୍ଷେ ଓ କାମ ହେବା ପରେ ୩ ଲକ୍ଷ ଟଙ୍କା ଦିଆଯାଇଥିଲା। ଏହି ଘଟଣାରେ ପୂର୍ବରୁ ଗୁଳି ମାଡ଼ କରିଥିବା ଦୁଇ ଅଭିଯୁକ୍ତଙ୍କୁ ପୁଲିସ୍ ବାନ୍ଧିଥିବା ବେଳେ ଏବେ ଆଉ ଜଣେ ସହିଷ୍ଣକୁ ଅଟକ ରଖୁଛି। ଏହି ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କର ଲରେରୁ ବିଷୋଇ ଗ୍ୟାଜ୍ ଓ ଦୁଇ ଅଭିଯୁକ୍ତଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ଯୋଗସୂତ୍ର ସ୍ଥାପନ କରିଥିବା ପୁଲିସର ପ୍ରାଥମିକ ତଦନ୍ତରୁ ଜଣାପଡ଼ିଛି। ଉଭୟ ପକ୍ଷ ମଧ୍ୟରେ କ'ଣ ଅଧିକ ସମ୍ପର୍କ ରହିଥିଲା ତାହାର ତଦନ୍ତ କରୁଛି ପୁଲିସ୍।

ମା' ହେବେ ଦୀପିକା: ସନ୍ତାନକୁ ନେଇ ରଣବୀରଙ୍କ ପ୍ରତିକ୍ରିୟା



୨୦୧୮ରେ ଦୀପିକା-ରଣବୀର ବିବାହ ବନ୍ଧନରେ ଆବଦ୍ଧ ହୋଇଥିଲେ। ବିବାହର ୬ବର୍ଷ ପରେ ବଲିଭତ ଅଭିନେତ୍ରୀ ଦୀପିକା ପାଟ୍ଟୁକୋନ ଓ ଅଭିନେତା ରଣବୀର ସିଂ ବାପା ଓ ମା' ହେବାକୁ ଯାଇଛନ୍ତି। ଏ ଖୁସି ଖବରକୁ ଦୀପିକା ସୋସିଆଲ ମିଡିଆରେ ଏକ ପୋଷ୍ଟ ମାଧ୍ୟମରେ ସେୟାର କରି ସମସ୍ତଙ୍କୁ ଜଣାଇଥିଲେ। ନିକଟରେ ରଣବୀର ବାପା ହେବାକୁ ନେଇ ଏକ ସୁନ୍ଦର ପ୍ରତିକ୍ରିୟା ଦେଇଛନ୍ତି। ଯାହାକୁ ଶୁଣିବା ପରେ ବୀପଦୀରଙ୍କ ଫ୍ୟାନ୍‌ମାନେ ଖୁସି ହୋଇଯାଇଛନ୍ତି। ତେବେ ରଣବୀରଙ୍କୁ ପୁତ୍ର ସନ୍ତାନ ନା କନ୍ୟା ସନ୍ତାନ ଆବଶ୍ୟକ ବୋଲି ପତନୀ ଯିବାରୁ ସେ ଦେଇଥିବା ପ୍ରତିକ୍ରିୟାରେ ଭିତ୍ତିରେ ସୋସିଆଲ ମିଡିଆରେ ଭାରତୀୟ ହେବାକୁ ଲାଗିଛି।

ନଗଡ଼ାକୁ ନେଇ ଚଳଚ୍ଚିତ୍ର କରିବେ ଅଭିନେତ୍ରୀ ନୈନା ଦାଶ



ନଗଡ଼ାକୁ ନେଇ ଚଳଚ୍ଚିତ୍ର ନିର୍ମାଣ କରିବେ ଅଭିନେତ୍ରୀ ନୈନା ଦାଶ ଚିନ୍ତା କରୁଛନ୍ତି। ସେ ପ୍ରଯୋଜକ ଭିଶୋଇ ତ. ଅଭୟ ପତି, ୨ ଭଉଣୀ ଅପ୍ତରା ପତି ଓ ଅଂଶୁ ତ୍ରିପାଠୀଙ୍କ ସହ ନଗଡ଼ା ଗ୍ରହରେ ଆସି ଏହାର ସ୍ଥିତି ଓ ଭିତ୍ତିକୁ ନିର୍ଦ୍ଧାରଣ କରିବେ। ଉପର ନଗଡ଼ା, ମଝି ନଗଡ଼ା ଓ ତଳ ନଗଡ଼ାର ଘରକୁ ଘର ବୁଲି ସାଧାରଣ କୁଟୁମ୍ବ ଜନଜାତିର ପ୍ରଥା, ପରମ୍ପରା, ଚାଳନ୍ତରୂପ, ସାମାଜିକ ବ୍ୟବସ୍ଥା ଓ ସେମାନଙ୍କ ଜୀବନରୂପ ଯାଚ୍ଛ କରିବେ। ନଗଡ଼ାର ନବ ଦମ୍ପତିଙ୍କ ବହୁଧିଆ ସମସ୍ୟା ପଚାରି କୁହୁଛନ୍ତି। କିଛି ରୁଗ୍ଣ ଶିଶୁଙ୍କ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟାବସ୍ଥା ଅନୁଧ୍ୟାନ କରିଛନ୍ତି। ବିଶେଷକରି ଏହି ଚଳଚ୍ଚିତ୍ର ନଗଡ଼ାର ପ୍ରାକୃତିକ ସୌନ୍ଦର୍ଯ୍ୟ ଏବଂ କୁଟୁମ୍ବ ଜନଜାତିର ସାମାଜିକ ସଂସ୍କୃତି ଓ ଚଳଣି ଉପରେ ପର୍ଯ୍ୟବେଦିତ ହେବ ବୋଲି ନୈନା କହିଛନ୍ତି। ସେହିପରି ନଗଡ଼ା ଘଟଣାବଳୀକୁ ନେଇ ସ୍ୱପ୍ନାନ୍ତ୍ର ଏକ ଚଳଚ୍ଚିତ୍ର ନିର୍ମାଣ କରାଯିବ ବୋଲି ଶ୍ରୀପତି କହିଛନ୍ତି।

ମଲାଭକା ଆରୋରାଙ୍କୁ ପୁଅ ପଚାରିଲେ... ତମେ କେବେ ବାହା ହେଉଛ ?



ମଲାଭକା ଆରୋରା ଏବଂ ଅରବାକ ଖାନ୍ଙ୍କ ପୁଅ ଅରହାନ ଖାନ୍ଙ୍କର ଏକ ନୂଆ ପ୍ରୋଜେକ୍ଟ ଆସିବାକୁ ଯାଉଛି। ଏହି ପ୍ରୋଜେକ୍ଟ ଥେନ୍ ସିରିଜ କିମ୍ବା ଚଳଚ୍ଚିତ୍ର ନୁହେଁ, ବରଂ ଏକ ପୋଡକାଷ୍ଟ। ଏହି ପୋଡକାଷ୍ଟର ନାଁ 'ତମ ବିରିୟା' ରଖାଯାଇଛି। ଏହି ପୋଡକାଷ୍ଟ ଏସିସୋଡର ପ୍ରଥମ ପର୍ଯ୍ୟାୟରେ ଅରହାନ ଖାନ୍ ମାଆ ମଲାଭକାଙ୍କ ସାକ୍ଷାତକାର ନେଉଛନ୍ତି। ଏହି ବାର୍ତ୍ତାକାମ ସମୟର ଏକ ଚିତ୍ର ପୋଷ୍ଟ କରୁଛନ୍ତି ଅରହାନ, ଯେଉଁଥିରେ ଉଭୟ ମାଆ ଓ ପୁଅ ଖୋଲାଖୋଲି ନିଜ ଜୀବନ ବାବଦରେ ପ୍ରଶ୍ନ କରୁଥିବା ଶୁଣିବାକୁ ମିଳୁଛି। ମଲାଭକା ତାଙ୍କ ପୁଅଙ୍କୁ ଭର୍ଜିନିଟି ବାବଦରେ ପ୍ରଶ୍ନ କରୁଥିବା ବେଳେ ପୁଅ ମାଆଙ୍କୁ କେବେ ବିବାହ କରୁଛି ପ୍ରଶ୍ନ କରୁଥିବା ଶୁଣିବାକୁ ମିଳୁଛି। ଚିତ୍ରର କ୍ଲିପ୍ ଅନୁସାରେ, ମଲାଭକା ପୁଅ ଅରହାନଙ୍କୁ ପଚାରିଛନ୍ତି, 'ତୁମ୍ଭେ ତୁମ ଭର୍ଜିନିଟି କେବେ ହରାଇଥିଲ?' ସେହିପରି ଅରହାନ ମଧ୍ୟ ମାଆ ମଲାଭକାଙ୍କୁ ପଚାରିଛନ୍ତି, 'ଏହା ମୋର ତୁମକୁ ଶେଷ ପ୍ରଶ୍ନ, ହାତ ଦେଖାଅ ଏବଂ କୁହ ଯେ, ତୁମେ କେବେ ବିବାହ କରୁଛ ?' 'ତମ୍ଭ ବିରିୟା'ର ପ୍ରଥମ ଏସିସୋଡ ୧୮ ଏପ୍ରିଲ ୨୦୨୪ରେ ସ୍ଟୁଟଗାର୍ଟରେ ରିଲିଜ୍ ହେବ। ବିବାହର ୧୯ ବର୍ଷ ପରେ ମଲାଭକା ଆରୋରା ଏବଂ ଅରବାକ ଖାନ୍ ଛାଡ଼ିପାରୁ ଦେଇଥିଲେ। ୨୦୧୭ରେ ଉଭୟଙ୍କ ଛାଡ଼ିପାରୁ ହୋଇଥିଲେ। ଏହା ପରେ ମଲାଭକା ଅର୍ଜୁନ କପୁରଙ୍କ ସହ ଡେଟ କରୁଥିବା ଚର୍ଚ୍ଚା ହେଉଥିଲା। ଅରବାକ ଖାନ୍ ଗତ ବର୍ଷ ଡିସେମ୍ବରରେ ମେକଅପ୍ ଆର୍ଟିଷ୍ଟ ଶୁଭା ଖାନ୍ଙ୍କୁ ବିବାହ କରିଥିଲେ।

