

ଧ୍ୱନି ପ୍ରତିଧ୍ୱନି

The Dhvani Pratidhwani

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



ଯା ଦେବୀ ସର୍ବଭୂତେଷୁ.....

ବାଲେଶ୍ୱର ■ ଶନିବାର ୧୧ ମଇ ୨୦୨୪ ■ ମୂଲ୍ୟ ଟ. ୨.୦୦ ପତ୍ରବା ■ ପୃଷ୍ଠା ସଂଖ୍ୟା-୩୦ ■ Baleshwar ■ SATURDAY 11 May 2024
Vol.No. 35 ■ No.126 ■ 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-୭୫୭୦୦୧

ନରେନ୍ଦ୍ର ଦାଣ୍ଡୋଲକର ହତ୍ୟା
ମାମଲା: ୨ ଆସାମୀଙ୍କୁ

ଆଜୀବନ କାରାଦଣ୍ଡ, ୩ ଖଲାସ
ମୁରାଦ, ୧୦/୫ : ମହାରାଷ୍ଟ୍ର
ଅନ୍ଧଶୃଙ୍ଖଳା ଉତ୍କଳ ସମିତିର
ପ୍ରତିଷ୍ଠାତା ଡା. ନରେନ୍ଦ୍ର
ଦାଣ୍ଡୋଲକରଙ୍କ ହତ୍ୟା ମାମଲାରେ
ଶୁକ୍ରବାର ସ୍ୱତନ୍ତ୍ର କୋର୍ଟର
ଦିବାରପତି ପି.ପି. ଯାଧବ ସଦାନ
ଅଧିକାର ଶେଷ କରିଛନ୍ତି । ନରେନ୍ଦ୍ର
ଦାଣ୍ଡୋଲକରଙ୍କ ହତ୍ୟା ମାମଲାରେ
ଶୁକ୍ରବାର ସ୍ୱତନ୍ତ୍ର କୋର୍ଟର
ଦିବାରପତି ପି.ପି. ଯାଧବ ସଦାନ
ଅଧିକାର ଶେଷ କରିଛନ୍ତି ।

ଭୁବନେଶ୍ୱରରେ ପ୍ରଧାନମନ୍ତ୍ରୀ ନରେନ୍ଦ୍ର ମୋଦିଙ୍କ ରୋଡ୍ ଶୋ' ଜନସମୂହ ପାଳଟିଲା ଜନପଥ



ଭୁବନେଶ୍ୱର, ୧୦/୫ (ନି.ପ୍ର): ଭୁବନେଶ୍ୱର ଠାକୁରାଣୀ ମନ୍ଦିର ସମ୍ମୁଖରେ ଆଦିତ୍ୟ ପାଟିଲଙ୍କ ପ୍ରଧାନମନ୍ତ୍ରୀ ନରେନ୍ଦ୍ର ମୋଦିଙ୍କ ରୋଡ୍ ଶୋ'ର ଅନ୍ତ ହୋଇଛି । ଡା. କୋଟପତି ସମାଜରେ ପ୍ରଧାନମନ୍ତ୍ରୀଙ୍କୁ ଭେଟିବା ପରେ ମୋଦି ଚଣ୍ଡିଚା ଦେଖିବା ପାଇଁ ବାଣାବିହାର ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ପ୍ରଧାନମନ୍ତ୍ରୀଙ୍କ ରୋଡ୍ ଶୋ' ଆରମ୍ଭ ହୋଇଥିଲା । ପ୍ରଧାନମନ୍ତ୍ରୀଙ୍କ ସହ ଡା. କୋଟପତି ସମାଜରେ ପ୍ରଧାନମନ୍ତ୍ରୀଙ୍କୁ ଭେଟିବା ପରେ ମୋଦି ଚଣ୍ଡିଚା ଦେଖିବା ପାଇଁ ବାଣାବିହାର ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ପ୍ରଧାନମନ୍ତ୍ରୀଙ୍କ ରୋଡ୍ ଶୋ' ଆରମ୍ଭ ହୋଇଥିଲା । ପ୍ରଧାନମନ୍ତ୍ରୀଙ୍କ ସହ ଡା. କୋଟପତି ସମାଜରେ ପ୍ରଧାନମନ୍ତ୍ରୀଙ୍କୁ ଭେଟିବା ପରେ ମୋଦି ଚଣ୍ଡିଚା ଦେଖିବା ପାଇଁ ବାଣାବିହାର ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ପ୍ରଧାନମନ୍ତ୍ରୀଙ୍କ ରୋଡ୍ ଶୋ' ଆରମ୍ଭ ହୋଇଥିଲା ।

ଆଗାମୀ ୪ ଦିନ ଯାଏଁ ରାଜ୍ୟର କିଛି ଜିଲ୍ଲାରେ ପ୍ରବଳ ବର୍ଷା !

ଭୁବନେଶ୍ୱର, ୧୦/୫ (ନି.ପ୍ର): ଭୁବନେଶ୍ୱର ପାଖରେ ଦିନକାଳ ଯୋଗୁଁ ଉତ୍ତମ ଓଡ଼ିଶା ଓ ତା' ପାଖରେ ଥିବା ଅଞ୍ଚଳରେ କେତେକ ଅଞ୍ଚଳରେ କାଳଦେବିଶାଖା ଜଳିତ ବର୍ଷା ହେବାର ସମ୍ଭାବନା ରହିଛି । ଆଉ କିଛି ଜିଲ୍ଲାରେ ପ୍ରବଳ ବର୍ଷା ମଧ୍ୟ ହୋଇପାରେ । ଏମିତିକା ପାଣିପାଗ ମାନ୍ୟତା ଦେଇ ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ଭାବରେ ବର୍ଷା ଭବିଷ୍ୟବାଣୀ କରିଛନ୍ତି । ପ୍ରଧାନମନ୍ତ୍ରୀଙ୍କ ରୋଡ୍ ଶୋ' ଶେଷ ହେବା ପରେ ମୋଦି ଚଣ୍ଡିଚା ଦେଖିବା ପାଇଁ ବାଣାବିହାର ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ପ୍ରଧାନମନ୍ତ୍ରୀଙ୍କ ରୋଡ୍ ଶୋ' ଆରମ୍ଭ ହୋଇଥିଲା ।

ଭାଗଲପୁରରେ ପ୍ରକ-କାର
ଧକ୍କା: ୩ ମୃତ

ପାଟଣା, ୧୦/୫ (ନି.ପ୍ର): ବିହାରର ଭାଗଲପୁର ଜିଲ୍ଲାରେ ପୋଲିସ୍ ଜିଲ୍ଲା ନବଗଢ଼ିଆ ସ୍ଥିତ ମୂଳବିହାର ଚୋକରେ ଶୁକ୍ରବାର ସକାଳେ ସଡ଼କ ଦୁର୍ଘଟଣାରେ ୩ଜଣ ଲୋକଙ୍କ ମୃତ୍ୟୁ ହୋଇଛି । ସୂଚନା ପାଇ ପୋଲିସ୍ ଉତ୍ତରାଞ୍ଚଳରେ ପହଞ୍ଚି ମୃତଦେହ ଉଦ୍ଧାର କରିବା ସହ ପୋଷ୍ଟମର୍ଟମ୍ ପାଇଁ ପଠାଇ ଦେଇଛି । ପୋଲିସ୍ ମୃତାବକ ଭାଗଲପୁର ଜିଲ୍ଲାର ପୋଲିସ୍ ଜିଲ୍ଲା ନବଗଢ଼ିଆ ସ୍ଥିତ ମୂଳବିହାର ଚୋକରେ ଆଜି ସକାଳେ ପ୍ରକ-କାର ମଧ୍ୟରେ ଭାଷଣ ଧକ୍କାରେ ତିନିଜଣଙ୍କ ମୃତ୍ୟୁ ହୋଇଛି ।

ଛତିଶଗଡ଼ରେ ବଡ଼ ଏନ୍‌କାଉଣ୍ଟର: ୧୨ ନକ୍ସଲ ନିହତ



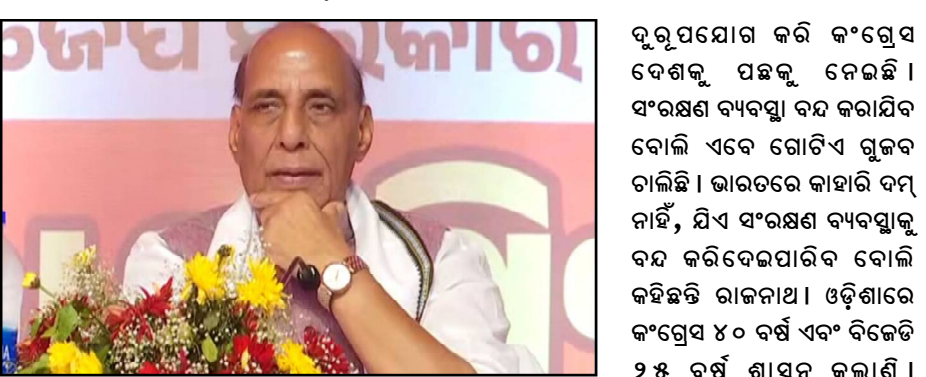
ପିଡିଆ ଜଙ୍ଗଲରେ ହୋଇଛି ଏହି ଏନ୍‌କାଉଣ୍ଟର । ରାଜ୍ୟ ପୁଲିସ୍ ଏବଂ ସିଆରପିଏଫ୍‌ର କୋବ୍ରା ଯବାନଙ୍କୁ ମିଳିଛି ଏହି ବଡ଼ ସଫଳତା । ଏବେ ବି ସର୍ତ୍ତ ଅପରେସନ ଜାରି ରହିଛି । ମୃତାହତଙ୍କ ସଂଖ୍ୟା ବର୍ଦ୍ଧିତ ହୋଇଛି । ପିଡିଆ ଜଙ୍ଗଲରେ ୩୦ରୁ ୪୦ ଜଣ ନକ୍ସଲୀଙ୍କୁ ନିହତ କରାଯାଇଛି ।

ଜାତୀୟ ରାଜପଥରେ ଦୁଇ ବସ ମୁହାଁମୁହିଁ ଧକ୍କା: ଅନେକ ଆହତ



ସୋନପୁର, ୧୦/୫ (ନି.ପ୍ର): ସୋନପୁର-ସମଲପୁର ଜାତୀୟ ରାଜପଥରେ ଆଜି ଦୁର୍ଘଟଣା ହୋଇଛି । ଦୁଇ ବସ ମୁହାଁମୁହିଁ ଧକ୍କା ହୋଇଛି । ଅନେକ ଆହତ ହୋଇଛି ।

ବିଜେଡି ଓ କଂଗ୍ରେସକୁ ସମାଲୋଚନା କଲେ ରାଜନାଥ ସିଂହ



ଭୁବନେଶ୍ୱର, ୧୦/୫ (ନି.ପ୍ର): ପ୍ରଧାନମନ୍ତ୍ରୀ ନରେନ୍ଦ୍ର ମୋଦି ଓ କେନ୍ଦ୍ର ଗୃହମନ୍ତ୍ରୀ ଅମିତ ଶାହଙ୍କ ପରେ ରାଜନାଥ ସିଂହ ବିଜେଡି ପ୍ରତିରକ୍ଷାମନ୍ତ୍ରୀ ଭାବରେ କାର୍ଯ୍ୟ କରିବା ପାଇଁ ସମ୍ଭାବନା ରହିଛି ।

ଆଜି ରଥକାଠ ଅନୁକୂଳ: ଆରମ୍ଭ ହେବ ମହାପ୍ରଭୁଙ୍କ ତନ୍ତ୍ରୀୟ ଯାତ୍ରା

ଭୁବନେଶ୍ୱର, ୧୦/୫ (ନି.ପ୍ର): ଆଜି ପବିତ୍ର ଅକ୍ଷୟ ତୃତୀୟା । ଆଜି ବିଶ୍ୱ ପ୍ରସିଦ୍ଧ ଯୋଗ୍ୟାତ୍ରା ପାଇଁ ତିନି ରଥ ନିର୍ମାଣ ଲାଗି ଆଜି ପାଦନମୋହନ, ଭୂଦେବୀ, ଶ୍ରୀଦେବୀ ଓ ରାମକୃଷ୍ଣ ବିମାନଙ୍କୁ ବିଜେ କରାଯିବ । ପରେ ଶୋଭାଯାତ୍ରାରେ ଶ୍ରୀକ୍ଷେତ୍ର ପଞ୍ଚମହାଦେବଙ୍କ ବିମାନ ସହ ନରେନ୍ଦ୍ର ପୁଷ୍କରିଣୀରେ କଳଙ୍କୀତା କରିବେ । ଏହାସହ ଆଜି ୧୦ ଦିନ ପାଇଁ ରଥକାଠ ପାଳନ ହେବ ।

ବାଘ ଆକ୍ରମଣରେ ଜଣେ ମୃତ !

ସମଲପୁର, ୧୦/୫ (ନି.ପ୍ର): ବାଘ ଆକ୍ରମଣରେ ଜଣେ ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କ ମୃତ୍ୟୁ ହୋଇଛି । ସମଲପୁର ଜିଲ୍ଲା ନାକଟିଦେଉଳ ରେଞ୍ଜ ସାହେବୀ ପଞ୍ଚାୟତ ମାଳକୂଷା ଜଙ୍ଗଲରେ ଘଟିଛି ଏହି ଘଟଣା । ମୃତ ବ୍ୟକ୍ତି ଜଣଙ୍କ ହେଉଛନ୍ତି ସାବ ମୁଣ୍ଡା । ତାଙ୍କ ଘର ଧର୍ମପୁଣ୍ଡା ଗାଁରେ । ମୃତ୍ୟୁ ବେଳକୁ ତାଙ୍କୁ ୫୮ ବର୍ଷ ହୋଇଥିଲା । ଏକ ଜଳବା ପତରିଆ ବାଘ ଆକ୍ରମଣରେ ସାବ ମୁଣ୍ଡାଙ୍କ ମୃତ୍ୟୁ ଘଟିଥିବା ଅଭିଯୋଗ ହୋଇଛି । ବନ ବିଭାଗ ଅଧିକାରୀମାନେ ଘଟଣାସ୍ଥଳରେ ପହଞ୍ଚି ତଦନ୍ତ କରୁଛନ୍ତି । ମୃତଦେହକୁ ବ୍ୟବହାର ପାଇଁ ରେଡ୍‌କ୍ରୋସ୍ ତାଜରଖାଯାଇ ପଠାଯାଇଛି ।

ଟିଡିଏସ୍ ସଂସ୍ଥା ଗ୍ରାମ୍ଭାରେ ଅଧିକାରୀଙ୍କୁ ଶ୍ରୀମନ୍ଦିର

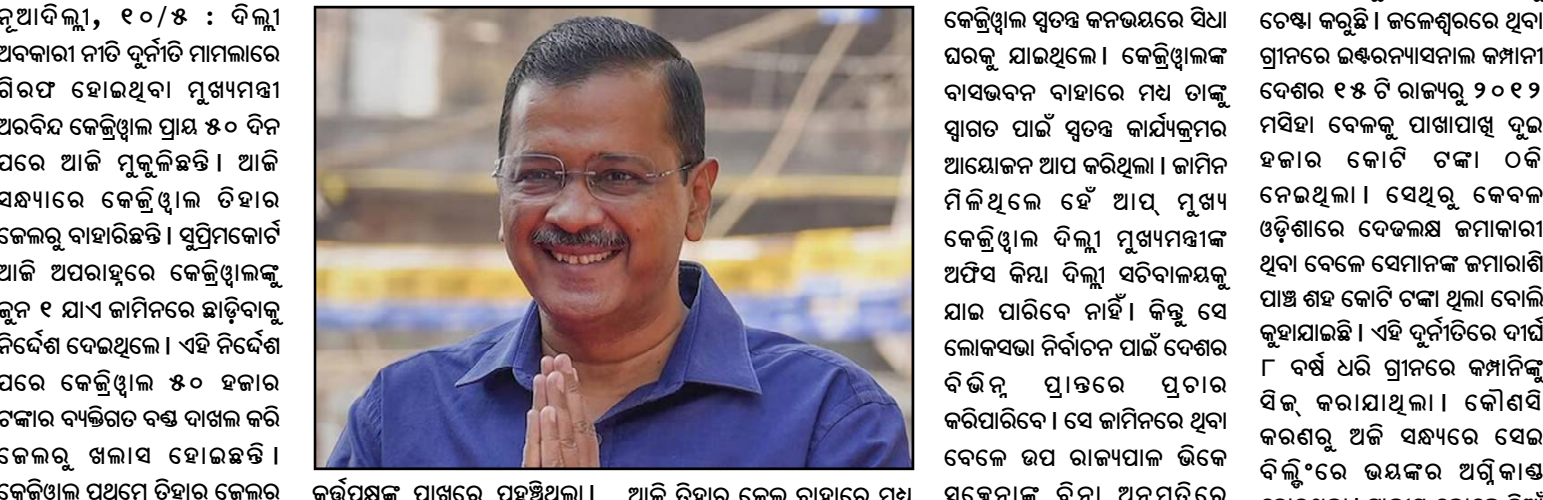
ଭୁବନେଶ୍ୱର, ୧୦/୫ (ନି.ପ୍ର): ଗ୍ରାମ୍ଭାରେ ବିଲ୍ଲୁ ରେ ଭଣ୍ଡାରୀଙ୍କୁ ଶ୍ରୀମନ୍ଦିର ଦର୍ଶନ କରାଯାଇଛି ।

ଆଜିଠୁ ଖୋଲିବ କେଦାରନାଥ ଧାମ: ୪୦ ଦିନ ପାଇଁ



ଭୁବନେଶ୍ୱର, ୧୦/୫ : ଆଜିଠୁ ଖୋଲିବ କେଦାରନାଥ ଧାମ । ପୂଜାର୍ଚ୍ଚନା ଓ ମହାଧ୍ୟାନରେ କମିଟି ପରିଦେଶୀ ଏଥିଲାଗି ସହଜ ସମସ୍ତ ପ୍ରସ୍ତୁତି ପାଇଁ ପରିସରକୁ ସଜା କରାଯିବ । ସହଜରେ ସଜାଯାଇଛି । ଗୌରୀକୁଣ୍ଡ ବାବାଙ୍କ ଚଳନ୍ତି ପ୍ରତିମାକୁ କେଦାରନାଥ ଅଭିମୁଖେ ନିଆଯାଇଛି । ଯଶସୀୟ ଧୂନି ପଥରେ ବାବାଙ୍କ ଚଳନ୍ତି ପ୍ରତିମାକୁ ଭୁବନେଶ୍ୱର ଯାଇଁ ପଠାଯାଇଛି ।

୫୦ ଦିନ ପରେ ମୁକୁଳିଲେ ଅରବିନ୍ଦ କେଜ୍‌ଡିଏଲ



ଭୁବନେଶ୍ୱର, ୧୦/୫ : ଦିଲ୍ଲୀ ଅଧିକାରୀ ନୀତି ଦୁର୍ନୀତି ମାମଲାରେ ଗିରଫ ହୋଇଥିବା ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀ ଅରବିନ୍ଦ କେଜ୍‌ଡିଏଲ ପ୍ରାୟ ୫୦ ଦିନ ପରେ ଆଜି ମୁକୁଳିଲେ । ଆଜି ସନ୍ଧ୍ୟାରେ କେଜ୍‌ଡିଏଲ ତିହାର ଜେଲକୁ ବାହାରିଲେ । ସୁପ୍ରିମକୋର୍ଟ ଆଜି ଅପରାହ୍ନରେ କେଜ୍‌ଡିଏଲଙ୍କୁ ଭୁବନେଶ୍ୱର ଯିବାକୁ ନିର୍ଦ୍ଦେଶ ଦେଇଥିଲେ । ଏହି ନିର୍ଦ୍ଦେଶ ପରେ କେଜ୍‌ଡିଏଲ ୫୦ ହଜାର ଟଙ୍କାର ବ୍ୟତିଷ୍ଟତା ବନ୍ଧ ଦାଖଲ କରି ଜେଲକୁ ଖଲାସ ହୋଇଛନ୍ତି । କେଜ୍‌ଡିଏଲ ପ୍ରଥମେ ତିହାର ଜେଲର ନଂ ୨ ସେଲକୁ ବାହାରିଥିଲେ । ଏହାପରେ ଗେଟ ନମ୍ବର ୪ ଦେଇ ବାହାରକୁ ଆସିଥିଲେ । ସୁପ୍ରିମକୋର୍ଟ କାମିନ ନିର୍ଦ୍ଦେଶ ଦେଇ କେଜ୍‌ଡିଏଲଙ୍କୁ ମୁକ୍ତ କରିବା ପାଇଁ ସମ୍ଭାଷଣ ପୂର୍ବରୁ ତିହାର ଜେଲ କର୍ମୀଙ୍କୁ ପ୍ରସ୍ତୁତ କରାଯାଇଥିଲା । ଏହାକୁ ସମ୍ମାନିତ କରିବା ପରେ କେଜ୍‌ଡିଏଲଙ୍କୁ ଜେଲକୁ ଛାଡ଼ି ଦିଆଯାଇଛି । କେଜ୍‌ଡିଏଲ କାମିନ ନିର୍ଦ୍ଦେଶ ପରେ ମିଠା ଆସିଥିବା ପାଇଁ କେଜ୍‌ଡିଏଲ ଶତାଧିକ ବାସ କର୍ମୀଙ୍କୁ ମୁକ୍ତ କରିବାକୁ ପ୍ରସ୍ତୁତ ହୋଇଥିଲେ ।

ଝିଲଝିଲ



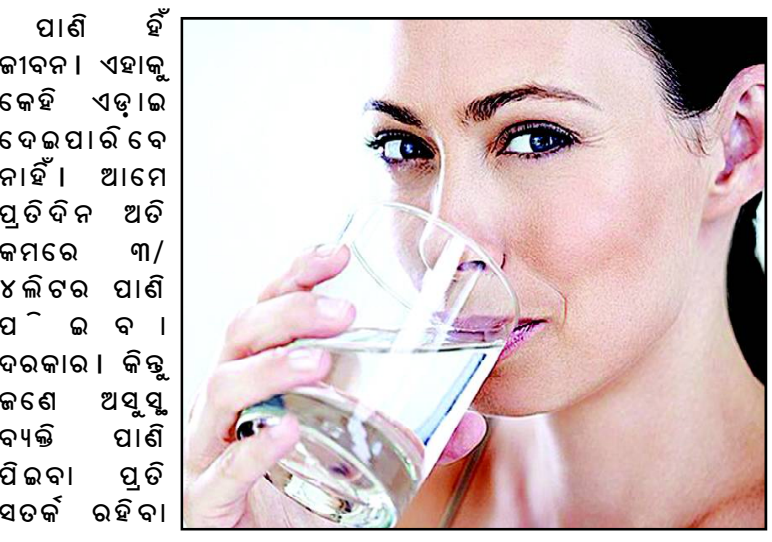
ସର୍ବାଙ୍ଗାସନ ପରି ଚିତ୍ ହୋଇ ଶୋଇ ଦୁଇ ହାତକୁ ଶରୀରର ଦୁଇ ପାଖରେ ଲମ୍ବାଇ ରଖନ୍ତୁ । ଯେପରି ହାତ ପାପୁଲି ନିମ୍ନକୁ ରହିବ । ଦୁଇ ପାଦକୁ ଯୋଡ଼ି ଉପରକୁ ଡାଓାନ୍ତୁ । ଭୂମି ସହିତ ୨୦ ଡିଗ୍ରୀ କୋଣ କରି କିଛି ସମୟ କରିବା ପରେ ପୁଣି ଉପରକୁ ଉଠିବ ।

୨୦ ଡିଗ୍ରୀ କରି କିଛି ସମୟ ରହିବା ପରେ ଆଉ ୨୦ ଡିଗ୍ରୀ ବଦଳ ୯୦ ଡିଗ୍ରୀ କରି ରଖନ୍ତୁ । ଯେଉଁମାନଙ୍କର ପିଠିରେ ଦେଶୀ ଯନ୍ତ୍ରଣା ହେବ ସେମାନେ ପ୍ରଥମେ ଅର୍ଦ୍ଧ ହଳାସନ ଅଭ୍ୟାସ କରି ପରେ ପୂର୍ଣ୍ଣ ରୂପେ କରିବେ । ଦୁଇପାଦ ମୁଣ୍ଡରେ ପଛକୁ ନେଇ ଭୂମିରେ ଲଗାଇବେ । କର୍ଣ୍ଣ ଓ ଲାଇଟ ମଧ୍ୟରେ ଚାରି ଆଙ୍ଗୁଳି ବ୍ୟବଧାନ ରହିବା ଉଚିତ । ଯେପରି ଦୁଇ ହାତ ପଛକୁ ବା ଆଗକୁ ଲମ୍ବ ହୋଇ ଭୂମିରେ ରହିବ । ହାତ ଉପରେ ଆବୌ ଚାପ ପଡ଼ିବା ଉଚିତ୍ ନୁହେଁ । କେତେକ ଦୁଇ ହାତରେ ଅଧାକୁ ଠେଲି ରଖନ୍ତି ତ ଆଉ କେତେକ ମୁଣ୍ଡ ପଛକୁ ନେଇ ପାଦ ଆଙ୍ଗୁଳିକୁ ଛୁଇଁଥାନ୍ତି । ପ୍ରଥମ ଦିନ ଅଧେ କରି ତା' ପରଠାରୁ ୩/୪ଥର ଅଭ୍ୟାସ କଲେ ଲାଭ ମିଳିଥାଏ । ବାରବର୍ଷ ବୟସ ନହେଲେ ଏହି ଆସନ କରିବା ଅନୁଚିତ । ଏହି ଆସନକୁ କଲାବେଳେ ଶରୀର ଡିଲ୍ଲୀ କରିବା ଦରକାର । ଲାଭ : କାନ୍ଥ ଶକ୍ତ ହୋଇଥାଏ ।

- ମେଦ ହ୍ରାସ କରିଥାଏ । ମଧୁମେହରୁ ଉପକାର ମିଳିଥାଏ । ଧ୍ୟାନ ଲଗାଇଲେ ମାନସିକ ଶାନ୍ତି ମିଳିଥାଏ ।

- ମାସିକ ଧର୍ମ ନିୟମିତ ହୁଏ ଏବଂ ଗର୍ଭାଶୟ ବିକୃତ ଦୁଇ ହୋଇଥାଏ । ମେରୁଦଣ୍ଡ ସୁସ୍ଥ ସବଳ ନୀରୋଗ ରଖିଥାଏ । କେଶ ଶୀଘ୍ର ପାଟେ ନାହିଁ । ବନ୍ଧ୍ୟା ଦୋଷ ଦୂର ହୋଇଥାଏ ।

ଅଧିକ ପାଣି ପିଇବା ଅସୁସ୍ଥ ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କ ପାଇଁ କ୍ଷତିକାରକ



ପାଣି ହିଁ ଜୀବନ । ଏହାକୁ କେହି ଏଡ଼ାଇ ଦେଇପାରିବେ ନାହିଁ । ଆମେ ପ୍ରତି ଦିନ ଅତି କମରେ ୩/୪ ଲିଟର ପାଣି ପିଇବା । ଦରକାର କିଛି କଣ ଅସୁସ୍ଥ ବ୍ୟକ୍ତି ପାଣି ପିଇବା ପ୍ରତି ସତର୍କ ରହିବ ।

ଦରକାର । କାରଣ ଏହି ସମୟରେ ଆବଶ୍ୟକତା ଠାରୁ ଅଧିକ ପାଣି ପିଇଲେ ତାହା ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ସମସ୍ୟା ସୃଷ୍ଟି କରିଥାଏ । ଏଭଳି ତଥ୍ୟ ଲୋକଲୋଚନକୁ ଆଣିଛନ୍ତି ଦକ୍ଷିଣ ଲଣ୍ଡନସ୍ଥିତ କିଙ୍ଗ କଲେଜ ପରିସୀମାରେ ବିଶେଷଜ୍ଞମାନେ । ଏକ ସଂକ୍ଷିପ୍ତ (ସ୍କ୍ରିନ୍ ଡାଉନ) ରୋଗୀର ଚିକିତ୍ସା କରିବା ସମୟରେ ସେମାନେ ଏହି କଥା ଜାଣିବାକୁ ପାଇଥିଲେ । ଯେତେବେଳେ ସଂପୂର୍ଣ୍ଣ ବ୍ୟକ୍ତି ଏଭଳି ସମସ୍ୟାର ସମ୍ମୁଖୀନ ହେଲେ ସେତେବେଳେ କେହି ଜଣେ ତାଙ୍କୁ ପ୍ରଚୁର ପାଣି ପିଇବାକୁ ପରାମର୍ଶ ଦେଇଥିଲେ ।

ଆସ ପଢ଼ନ୍ତୁ

ଛାତ୍ରଛାତ୍ରୀଙ୍କ ପାଠପଢ଼ାକୁ ନଜରରେ ରଖି ଏବେ ଗୁଗୁଲ ପ୍ଲେ ଷ୍ଟୋର ଏବଂ ଇଣ୍ଟରନେଟରେ ମିଳୁଛି ବିଭିନ୍ନ ଆସ । ଏହି ଆସ ପିଲାଙ୍କୁ ପାଠ ପଢ଼ିବାରେ ସାହାଯ୍ୟ କରିବା ସହିତ ନୋଟ ପ୍ରସ୍ତୁତି ଏବଂ ପ୍ରୋଜେକ୍ଟ କାର୍ଯ୍ୟରେ ମଧ୍ୟ ସାହାଯ୍ୟ କରୁଛି । ତେବେ ଏମିତି କେତେକ ଆସ ଅଛି ଯାହା ସାହାଯ୍ୟରେ ଛାତ୍ରଛାତ୍ରୀମାନେ ବିଶେଷ ଭାବରେ ଲାଭପ୍ରଦ ହୋଇପାରିବେ । ଆସକୁ ଜଣିବା ଏଭଳି କେତେକ ଆସ ବିଷୟରେ.....



ଏନି.ଡୁ. ନିଜ କାର୍ଯ୍ୟକୁ ବ୍ୟବସ୍ଥିତ କରିବା ପାଇଁ ଲକ୍ଷ୍ୟାଧିକ କଲେ ଏହି ଆପର ବ୍ୟବହାର କରିଥାନ୍ତି । ଯେଉଁ ଛାତ୍ରଛାତ୍ରୀମାନେ ଏକ ଦୈନିକ ସୂଚୀପତ୍ର ପ୍ରସ୍ତୁତ କରି ନିଜର କାର୍ଯ୍ୟ କରିଥାନ୍ତି ସେମାନଙ୍କ ପାଇଁ ଏହା ବେଶ୍ ଲାଭପ୍ରଦ ଆପ୍ । ଏହା ଅନ୍ୟ ଡିଭାଇସ ସହ ସମସ୍ତ କାର୍ଯ୍ୟ ସମକାଳୀନ ଭାବରେ କରିଥାଏ । ଫଳରେ ସୂଚୀ ଆପର ଯେକୌଣସି ସ୍ଥାନରୁ ବି ଆକସେସ୍ କରିପାରିବେ । ଚର୍ଚ୍ଚା, ଖୁଲାଇ ଆପର ଏହି କାର୍ଯ୍ୟସୂଚୀରେ ନ୍ୟୁ ରୁ ଡୁଲିଷ୍ଟ ଯୋଗ କରିପାରିବେ । କିମ୍ବା ଉପସ୍ଥ କରିଆରେ ମଧ୍ୟ କରିପାରିବେ । ସମସ୍ତ ହୋୟାଭିଦ୍ୟା ଟ୍ୟାକ୍ସକୁ ଆପର ଏଥିରୁ ସହଜରେ ରିମୁଭ କରିପାରିବେ । ଏହାର ସହଜ ବ୍ୟବହାର ପାଇଁ ଏହାକୁ ଆପର ନିଜର ହେମା ଷ୍ଟିନରେ ସେଟ୍ ମଧ୍ୟ କରିପାରିବେ । ମେଲବକ୍ସ: ଆପର ଅଧିକାଂଶ ସମୟରେ

ଇମେଲକୁ ନେଇ ଅସୁବିଧାରେ ପଡ଼ୁଛି କ'ଣ ଏହା ଆପର ଉପକରଣ ନିୟନ୍ତ୍ରିତ କରିବାରେ ନିରାଶଙ୍କନକ ହେଉଛି କି ? ତେବେ ଚିନ୍ତା କାହିଁକି, ନିଜ ଆସ୍ତ୍ରସତ୍ତ୍ୱ ଫୋନରେ ତାଉନଲୋଡ଼ କରି ନିଅନ୍ତୁ କିମେଲ୍ । ଏହାପରେ ଅନେକ ଚିନ୍ତା ଦୂରରେ ଯିବ ଆପର ଖର । ଫୋନରେ କିମେଲ୍ ରହିବା ଦ୍ୱାରା ଆପର ସବୁ ସମୟରେ ଏହାର ବ୍ୟବହାର କରିପାରିବେ । ଏଥିରୁ ଦରକାର ନଥିବା କିନିଷ ଆପର ସହଜରେ ରିମୁଭ କରିପାରିବେ ।

ଫିଡ଼, ତର୍, ଏଲଡ୍ୱାଇ: କଲେଜ ଛାତ୍ରଛାତ୍ରୀମାନେ ଏପରି ଆପର ବିଶେଷତା ପାଇବା ଉଠାଇପାରିବେ । ଆପ ସମ୍ପର୍କରେ ଯତ୍ନୁଥିବା କେତେକ ଘଟଣା ଏବଂ ଖବର ବିଷୟରେ ଛାତ୍ରଛାତ୍ରୀମାନେ ଜାଣିପାରି ନଥାନ୍ତି । ସେମାନଙ୍କୁ ପାଠପଢ଼ା, ପରୀକ୍ଷା ଇତ୍ୟାଦି ବିଷୟରେ ଅବଗତ କରାଇବ ଫିଡ଼କ ଏଲଡ୍ୱାଇ ଆପ୍ । ଏହା ମାଧ୍ୟମରେ ଆପର ଅତି ସହଜରେ ଦୁନିଆରେ ବିଭିନ୍ନ ଖବର ଜାଣିପାରିବେ ।



ତ୍ରପବକ୍ସ: ଛାତ୍ରଛାତ୍ରୀମାନଙ୍କ ପାଖରେ ନୋଟ୍ ହକିଯିବାର ଏବଂ ଘରେ ଭୁଲିଯିବାର ଚିନ୍ତା ବେଶି ଥାଏ । ଏଭଳି ସ୍ଥିତିରେ ଆପର ନିଜ ଫୋନରେ ତ୍ରପବକ୍ସ ତାଉନଲୋଡ଼ କରି ଏହାର ବ୍ୟବହାର କରିପାରିବେ । ଏଥିରେ ଆପର ବିଭିନ୍ନ ପ୍ରକାର ଡକ୍ୟୁମେଣ୍ଟ, ଫଟୋ ଏବଂ ଭିଡ଼ିଓ ମାନ ସେଇ କରିପାରିବେ । ଏହାକୁ ଓପନ କରିବା ପାଇଁ କେବଳ ଇଣ୍ଟରନେଟ୍, କନେକ୍ସନର ଆବଶ୍ୟକତା ରହିଛି । ଆପର ତ୍ରପବକ୍ସ ମାଧ୍ୟମରେ ନିଜର ଡାଟାକୁ ସାଫ୍ଟକୋପି ସହ ସେୟାର ମଧ୍ୟ କରିପାରିବେ ।

ସ୍କ୍ରବଡ଼: ଅନଲାଇନ୍ ଲାଇବ୍ରେରୀ ଭାବରେ ଏହା ବେଶ୍ ପରିଚିତ । ଏହି ଆପରେ ଆପର ବିଭିନ୍ନ ପ୍ରକାର ଡକ୍ୟୁମେଣ୍ଟ, ବହି, ମାଗାଜିନ, ବିକନେସ ମାଗାଜିନ୍, ମନି ମାଗାଜିନ୍, ଫରେନ ପଲିସି ଆଦି ବିଷୟରେ ଅତି ସହଜରେ ପାଇଯିବେ । ଏହା ଆପର ସ୍ୱାଧୀନତା ଜ୍ଞାନ ମଧ୍ୟ ଦେବାରେ ସକ୍ଷମ ହେବ । ଆପର ଚାହିଁଲେ ଏହି ଆପରେ ଏକ ମେମ୍ବର ହୋଇପାରିବେ । ଏବଂ ନିଜର ଏକ ଲାଇବ୍ରେରୀ ପ୍ରସ୍ତୁତ କରି ନିଜର ନୋଟ୍, ବହି ଏବଂ ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ଡକ୍ୟୁମେଣ୍ଟକୁ ଏଥିରେ ସେୟାର କରିପାରିବେ ।

ଲାଭାରୁ ବିଦ୍ୟୁତ୍ ଉତ୍ପାଦନ କରିବ ଆଇସଲ୍ୟାଣ୍ଟ

ପାଣି ବିଜୁଳି ଓ ଭୂତାପୀୟ ଶକ୍ତିରୁ ୬୫ ପ୍ରତିଶତ ଆବଶ୍ୟକତା ପୂରଣ କରୁଥିବା ଦେଶୀ ଆଇସଲ୍ୟାଣ୍ଟ ଏବେ ଲାଭାରୁ ବିଜୁଳି ଉତ୍ପାଦନ କରିବାର ଯୋଜନା କରୁଛି । ଏଭଳି କରିବାରୁ ଏହା ପ୍ରଥମ ଦେଶ ହେବ । କିଓଥର୍ମାଲ ରିସର୍ଚ୍ଚ ଗ୍ରୁପ୍ ଓ ରିଟିଶ କିଓଲୋଜିକାଲ ସର୍ଭିସର ବିଜ୍ଞାନପିତାମହୀ ଡାକ୍ତରୀ ଲାଭାରୁ ଉତ୍ପାଦନ କରୁଥିବା ବିଦ୍ୟୁତ୍ ଉତ୍ପାଦନ ପରିଯୋଜନାରେ ଏଠାରେ କାର୍ଯ୍ୟ କରୁଛନ୍ତି । ଏଥିରେ ପାରମ୍ପରିକ ପ୍ରୋଡରୁ

ଦଶଗୁଣ ଅଧିକ ବିଦ୍ୟୁତ୍ ଉତ୍ପାଦନ ହୋଇପାରିବ । ଆଇସଲିକ୍ କେବୁଲ ମାଧ୍ୟମରେ ଏହି ବିଦ୍ୟୁତ୍ ଟ୍ରିଫେଜକୁ ବିକ୍ରି କରାଯିବ । ଏଥିରୁ ୧୫ ଲକ୍ଷ ଘର ଆଲୋକିତ ହୋଇପାରିବ । କ୍ୱାଫଳାମ୍ୟାଗମା ଟେଷ୍ଟବେଡ଼ ନାମକ ଏହି ପରିକଳନାରେ ଆମେରିକା, କାନାଡ଼ା ଓ ରଷ ସମେତ ୧୧ଟି ଦେଶର ୩୮ ସଂସ୍ଥା ଓ କମ୍ପାନୀ ଜଡ଼ିତ ଅଛନ୍ତି । ଏହି ଟିମର ବିଜ୍ଞାନିକମାନେ ବିଦ୍ୟୁତ୍ ଉତ୍ପାଦନର ସମସ୍ତ ସମ୍ଭାବିତ ପ୍ରୋଡ ଉପରେ ରିସର୍ଚ୍ଚ



କରୁଛନ୍ତି । ପରିଯୋଜନାର ପ୍ରଥମ ପର୍ଯ୍ୟାୟ ୨୦୨୦ରେ ଆରମ୍ଭ ହେବ । ଏଥିରେ ୩ କୋଟି ଡଲାର ଖର୍ଚ୍ଚ ହେବ । ପରିଯୋଜନା ଅନ୍ତର୍ଗତ ଉଚ୍ଚ ଆଇସଲ୍ୟାଣ୍ଟରେ ଥିବା କ୍ୱାଫଳା କ୍ୱାଲିମ୍ୟୁଣ୍ଡରେ ୪.୮ କିଲୋମିଟର ଗଭୀର ଗାତ ଖୋଳାଯିବ । ଏହା ଦୁଇ ଟେକ୍ନୋଲିଜି ପ୍ରାପ୍ତ ମଧ୍ୟ ରହିବ ।

ପିସ୍ତଳୀ ପତ୍ର



ପିସ୍ତଳୀ ଗଛର ପତ୍ର ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ପାଇଁ ଅତ୍ୟନ୍ତ ଲାଭଦାୟକ । ଏହାର ତିନୋଟି କର୍ପୁଳିଆ ପତ୍ର ତୋଳି ପ୍ରତିଦିନ

ସକାଳେ ଖାଲିପେଟରେ ଚୋବାଇଲେ ରକ୍ତ ସଫା ହୋଇଥାଏ । ତଥା ଶିରାପୁଣିରାରେ ଜମିଥିବା କୋଲେଷ୍ଟ୍ରୋଲ ଦୂର କରି ଅକ୍ଟିଭେଟ୍ ସଂଚାର କରିଥାଏ । କୁର ହେଲେ ତିନୋଟି କର୍ପୁଳିଆ ପତ୍ର ଏକ ଗ୍ଲ୍ୟୁସ ପାଣିରେ ସିଝାଇ ଦିଅନ୍ତୁ । ପାଣି ଅଧା ହୋଇଗଲା ପରେ ଏହାକୁ ଛାଣି ପିଅନ୍ତୁ । ଅଧିକ କୁରରେ ଏହି ପାଣି ଦିନକୁ ଦୁଇ ତିନିଥର ପିଇଲେ କୁର କମିଯାଇଥାଏ । ସେହିଭଳି ଶରୀରରେ ଚର୍ମରୋଗ ବା କୁଣ୍ଡିଆ ହେଉଥିଲେ କିଛି ପିସ୍ତଳୀ ପତ୍ରକୁ ଘଷି ଦିନରେ ୩/୪ଥର କୁଣ୍ଡିଆ ସ୍ନାନରେ ଲଗାଇଲେ ଆରାମ ମିଳିଥାଏ । ତେବେ ପିସ୍ତଳୀ ପତ୍ର ଖାଇବା ପୂର୍ବରୁ ଓ ପରେ ଏକଘଣ୍ଟା ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ କିଛି



ଖାଇବା ଉଚିତ ନୁହେଁ । ଏହା ଅତ୍ୟନ୍ତ ଗରମ ହୋଇଥିବାରୁ ଖାଇବା ପରେ କଳ୍ ପୁଡ଼ ଓ ଅତ୍ୟଧିକ ଗରମଯୁକ୍ତ ଖାଦ୍ୟ ଖାଆନ୍ତୁ ନାହିଁ । ଭଲଭାବେ ସଫା ହୋଇଥିବା ବଡ଼ବଡ଼ ପିସ୍ତଳୀ ପତ୍ରରେ ଭୋଜନ ରଖି ଖାଇଲେ ଶରୀରକୁ ଆଞ୍ଜି ଅକ୍ଟିଭେଟ୍ ଓ ଅକ୍ଟିଭେଟ୍ ମିଳିଥାଏ ।

ଝାଡୁ ବ୍ୟବହାରର ନିୟମ

ଘର ଝାଡୁ କଲେ ଓ ପୋଛି ସଫା ଓ ସ୍ୱଚ୍ଛ ହୋଇଥାଏ । ଶାଶ ଅନୁସାରେ, ଝାଡୁକୁ ମହାଲକ୍ଷ୍ମୀଙ୍କର ଏକ ସ୍ୱରୂପ ବୋଲି କୁହାଯାଏ । ଝାଡୁ ସାହାଯ୍ୟରେ ଦାରିଦ୍ର୍ୟ ଦୂରହୁଏ, ଘରର କୋଣ ଅନୁକୋଣ ସଫା ରହିଲେ ଅନେକ ବାସୁ ବୋଧ ମଧ୍ୟ କରିଯାଏ । ତେବେ ଆସନ୍ତୁ



କାଣିବା ଘର ଝାଡୁ କରୁଥିବା ବେଳେ କିମ୍ବା ପୋଛିଥିବା ବେଳେ କ'ଣ ସବୁ ନିୟମ ମାନିବା ଉଚିତ୍ ।

ଝାଡୁ କେଉଁଠି ଓ କିପରି ରଖିବା ଘରର ଖୋଲା ସ୍ଥାନରେ ଝାଡୁ ରଖିବା ଅଶୁଭ ହୋଇଥାଏ, ଏହାକୁ ସମସ୍ତଙ୍କ ଦୃଷ୍ଟି ଆଡୁଆଳରେ ରଖିବା ଉଚିତ୍ ।

- ଭୋଜନ କ୍ଷେତ୍ରରେ ଝାଡୁ ରଖିବା ଅନୁଚିତ୍, କୁହାଯାଏ ଶସ୍ୟ ଶୀଘ୍ର ସରିଯିବ ନଚେତ୍ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ମସ୍ୟା ସୃଷ୍ଟି ହୋଇପାରେ ।

ଲୁଗାଲ ରଖିବା ଉଚିତ୍ ।

- ଘର ପୋଛିଥିବା ବେଳେ, ପାଣିରେ କିଛି ଲୁଗା ମିଶାଇ ପୋଛିଲେ ଭଲ । ଏପରି କଲେ ତରାଣରେ ଥିବା ସୂକ୍ଷ୍ମ ଜୀବାଣୁ ନଷ୍ଟ ହେବ । ସହିତ ଘରକୁ ନକାରାତ୍ମକ ଶକ୍ତି ପ୍ରବେଶ ନଚେତ୍ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ମସ୍ୟା ସୃଷ୍ଟି ହୋଇପାରେ ।

