

ପିଲାମାନଙ୍କ ଶାରୀରିକ ଓ ବୌଦ୍ଧିକ ବିକାଶକୁ ରୋକୁଛି ମୋବାଇଲ, ଲାପଟପ!

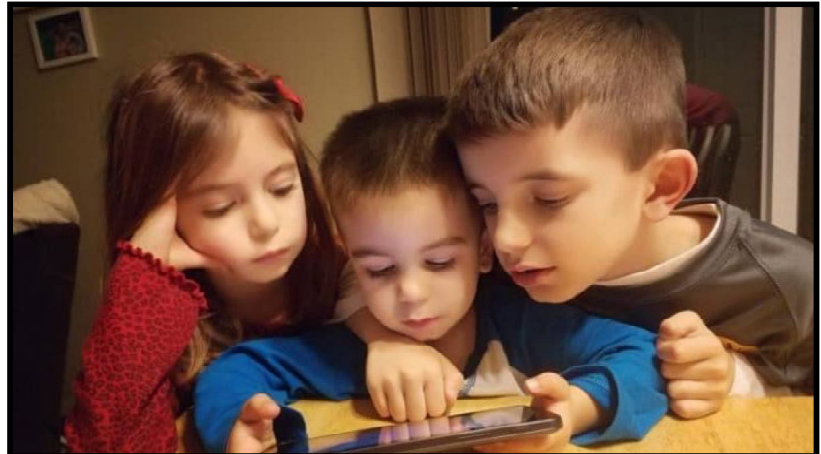
ଯାହା ଘରେ ଛୋଟ ଛୁଆ ଥିବେ ଯାହା ପଚାରିବୁ, କହିବେ ମୋବାଇଲ ନ ହେଲା ବେଳକୁ ଛୁଆ ଖାଉଛି । ପିଲାମାନଙ୍କର ଏ ନିଶା କେବଳ ବାପାମାଆଙ୍କୁ ନୁହେଁ, ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ବିଶେଷଜ୍ଞଙ୍କୁ ମଧ୍ୟ ଚିନ୍ତାରେ ପକାଇଛି । କାରଣ ଯେଉଁପରି ଭାବେ ମୋବାଇଲ, ଲାପଟପ, କମ୍ପ୍ୟୁଟର ବ୍ୟବହାର ପିଲାମାନଙ୍କର ନିଶା ପାଇଛି, ତାହା ଆଗାମୀ ଦିନରେ ସାମୂହିକ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ସମସ୍ୟା ସୃଷ୍ଟି କରିପାରେ ବୋଲି ଆଶଙ୍କା ସୃଷ୍ଟି କରିଛନ୍ତି ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ବିଶେଷଜ୍ଞ ।

ମୋବାଇଲ ବ୍ୟବହାର କରିପାରେ ମସିହା ବେଳେ

ଅଧିକ ସମୟ ପଢ଼ିବାରେ ବିଚାରବାଦୀ ବା ମୋବାଇଲ, ଲାପଟପ ଏବଂ କମ୍ପ୍ୟୁଟର ଦେଖିବା କାରଣରୁ ପିଲାମାନଙ୍କର ମସିହାରେ ପରିବର୍ତ୍ତନ ହୋଇପାରେ । ଏହା ସେମାନଙ୍କର ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ବିକାଶରେ ବାଧା ସୃଷ୍ଟି



ସମସ୍ୟାର ସମ୍ମୁଖୀନ ହେଉଛନ୍ତି, ଏହାର କାରଣ ମୋବାଇଲର ବହୁଳ ବ୍ୟବହାର ହୋଇପାରେ । ବିଏମସି ପବ୍ଲିକ୍ ହେଲଥରେ ପ୍ରକାଶିତ ଅନ୍ୟ ଏକ ଅଧ୍ୟୟନକୁ ଜଣାଯାଇଛି ଯେ, ଯେଉଁ ପିଲାମାନେ ପଢ଼ିବାରେ ଅଧିକ ସମୟ ବିତାଉଥିଲେ, ସେମାନଙ୍କର ମାୟୋପିୟା (ସମୀପ ଦୃଷ୍ଟିଦୋଷ) ହେବାର ଆଶଙ୍କା ଅଧିକ । ଏହା ଅଧିକ ହେଲେ ଗୁଣ୍ଡାମା ଏବଂ ମାକୁଲାର ଡିଜେନେରେସନ ପରି ଜଟିଳତା କରିପାରେ । ଏପରି ହେଲେ ପିଲାମାନଙ୍କର ବୌଦ୍ଧିକ ବିକାଶ ପ୍ରଭାବିତ ହୋଇପାରେ । ଏହା ବ୍ୟତୀତ ପଢ଼ିବାରେ ଅଧିକ ସମୟ ବିତାଇବା ଦ୍ୱାରା ପିଲାମାନଙ୍କର ପର୍ଯ୍ୟାଲିଟି (ବ୍ୟକ୍ତିତ୍ୱ) ଏବଂ ମାନସିକ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ଦୁର୍ବଳ ହୋଇପାରେ । ଅଧିକ ସମୟ ମୋବାଇଲ, ଲାପଟପ ଦେଖିବା ଦ୍ୱାରା ପିଲାମାନେ ପର୍ଯ୍ୟାପ୍ତ ଶୋଇପାରନ୍ତି ନାହିଁ । ରାତିରେ ପଢ଼ିବାକୁ ନିର୍ଗତ ଗ୍ରୀନ୍ ଲାଇଟ୍ ତୋପାମାଲନ୍ ନାମକ ଏକ ଉପକରଣ ହରମୋନ ଉପରେ ପ୍ରଭାବ ପକାଇପାରେ । ଏହି ହରମୋନ ଅସନ୍ତୁଳନ ଘଟିବା ଦ୍ୱାରା ପିଲାମାନଙ୍କର ସ୍ମୃତି ଓ ଏକାଗ୍ରତାର ତେତନା ହ୍ରାସ ପାଇପାରେ । ପାଠ ମନେ ରଖିବା ଏବଂ ଏକାଗ୍ରତା ଭଳି ବ୍ୟକ୍ତିତ୍ୱ (ପର୍ଯ୍ୟାଲିଟି) ଗୁଣ ପ୍ରଭାବିତ ହୋଇପାରେ ।



କରିଥାଏ ଏବଂ ସେମାନେ ମୋବାଇଲ ପ୍ରତି ଅଧିକ ଆକର୍ଷିତ ହୁଅନ୍ତି । କେବଳ ଏତିକି ନୁହେଁ, ବହୁ ସମୟ ଧରି ମୋବାଇଲ, ଲାପଟପରେ ସମୟ ଅତିବାହିତ କରିବା କାରଣରୁ ମେମ୍ବରସ୍‌ସିପ୍ ହୋଇପାରେ । ଆଉ ଏହି ମେମ୍ବରସ୍‌ସିପ୍ ଅନେକ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ସମସ୍ୟାର ମୁଖ୍ୟ କାରଣ ।

ଶାରୀରିକ ବିକାଶରେ ବାଧା

ଫୋନ୍, ଲାପଟପ୍ କେବଳ ଯେ ମସିହା ଉପରେ ପ୍ରଭାବ ପକାଇଛି ତାହା ନୁହେଁ, ଏହା ଶାରୀରିକ ବିକାଶରେ ମଧ୍ୟ ବାଧା ସୃଷ୍ଟି କରୁଛି । ପ୍ରକାଶିତ ଏକ ଅଧ୍ୟୟନ ରିପୋର୍ଟ ଅନୁସାରେ, ପଢ଼ିବାରେ ଅଧିକ ସମୟ ବିତାଇବା ଦ୍ୱାରା ୫ ବର୍ଷରୁ କମ୍ ପିଲାମାନଙ୍କର ଶାରୀରିକ ବିକାଶ ବିଳମ୍ବ ହେଉଛି । ସେହିପରି ୨ ବର୍ଷରୁ କମ୍ ପିଲାମାନେ କହିବା ଏବଂ ଅନ୍ୟାନ୍ୟକ ସହ ଯୋଗାଯୋଗ କରିବାରେ ଅକ୍ଷମ ହେଉଛନ୍ତି । ତାହାକୁ ସାଇକୋଲୋଜିଷ୍ଟ ଡ. ସ୍ୱାଟା ଛାତ୍ରା କହିଛନ୍ତି, ପିଲାମାନଙ୍କର ଶାରୀରିକ ଓ ବୌଦ୍ଧିକ ବିକାଶ ସମସ୍ୟା ସହ ମୋବାଇଲ, ଲାପଟପ ବ୍ୟବହାର ସିଧାସଳଖ ଜଡ଼ିତ ହୋଇନଥିଲେ ମଧ୍ୟ ଏହି କାରଣରୁ ସେମାନଙ୍କ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ବିକାଶ ବାଧାପ୍ରାପ୍ତ ହେଉଛି । ଫଳରେ ୩ ବର୍ଷରୁ କମ୍ ପିଲାମାନେ ଫୋନ୍‌ରୁ ଯାହା ଦେଖନ୍ତି, ତାହା ଅନୁକରଣ କରନ୍ତି ।

ଆଖି ସମସ୍ୟାରେ ରୋଗ

ଡ. ଛାତ୍ରା ଆହୁରି କହିଛନ୍ତି ଯେ, ୭ରୁ ୮ ବର୍ଷ ବୟସର ଅନେକ ପିଲା, ଯେଉଁମାନେ ଆଖିକମିତ



ଘରେ ବନାନ୍ତୁ ସୁଆଦିଆ ଚିକ୍କିଟି ପତ୍ର ପୋଡ଼ା



ଆବଶ୍ୟକ ସାମଗ୍ରୀ: ଚିକ୍କିଟି, କଟା କଞ୍ଚା ଲଙ୍କା, କଟା ପିଆଜ, ସୋରିଷ ବଟା, କଦଳୀ ପତ୍ର, ଲେମ୍ବୁ ରସ, ଲୁଣ ଓ ସୋରିଷ ତେଲ । ପ୍ରସ୍ତୁତି ପ୍ରଣାଳୀ: ପ୍ରଥମେ କଦଳୀ ପତ୍ରକୁ ଭଲ ଭାବେ ଧୋଇ ଶୁଖାଇ ଦିଅନ୍ତୁ । ପରେ ସେମାନଙ୍କୁ ଆଣିଥିବା ଚିକ୍କିଟିକୁ ଭଲ ଭାବରେ ଧୋଇ ଦିଅନ୍ତୁ । ଏଥିରେ ତେଲ, କଟା ପିଆଜ, ସୋରିଷ ବଟା, କଟା ପିଆଜ, ଲେମ୍ବୁ ରସ ଓ କଞ୍ଚା ଲଙ୍କା ପକାଇ ଭଲ ଭାବେ ମିଶାଇ ଦିଅନ୍ତୁ । ଏବେ ଏହାକୁ କଦଳୀ ପତ୍ରରେ ବାନ୍ଧିଦିଅନ୍ତୁ । ତା'ପରେ ଏହାକୁ ତୁଳି ଭିତରେ ରଖନ୍ତୁ (ମନେ ରଖିବେ ତୁଳିରେ ମଧ୍ୟମ ଆଞ୍ଚ ରହିବ) । ପୋଡ଼ିବା ବାପା ଆସିଲେ ଏହାକୁ ଓଲଟାଇ ଦିଅନ୍ତୁ । ଉଭୟ ପାର୍ଶ୍ୱ ଭଲ ଭାବେ ସିଝିବା ଲାଗି ୧୦ରୁ ୧୫ ମିନିଟ୍ ସମୟ ଲାଗିବ । ଏହା ପରେ ଏହାକୁ ତୁଳିରୁ କାଢ଼ି ଆଣନ୍ତୁ । ପ୍ରସ୍ତୁତ ହୋଇଗଲା ସୁଆଦିଆ ଚିକ୍କିଟି ପତ୍ର ପୋଡ଼ା । ଏହାକୁ ଆପଣ ଭାତ ଓ ରୁଟି ସହ ଭଲ ଭାବେ ମିଶାଇ ଦିଅନ୍ତୁ । ଏବେ ଏହାକୁ ଖାଇପାରିବେ ।

ଅନ୍ୟ ଚର୍ଚ୍ଚିତ ଜାତୀୟ ଖାଦ୍ୟଠାରୁ ଅଧିକ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟକର ଗାଈଦିଆ, ରଖେ ନିରୋଗ ଓ ଦୀର୍ଘାୟୁ

ଆମ ସଂସ୍କୃତିରେ ଗୋମୂତ ବା ଗାଈଦିଆର ଏକ ବିଶେଷ ଭୂମିକା ରହିଛି । ପୂଜା, ହୋମ ଆଦି ମାଳିକି କାର୍ଯ୍ୟରେ ଏହାର ବ୍ୟବହାର ସମ୍ଭବରେ ଆମେମାନେ ଅଧିକ ବହୁତେ ଅବଗତ । ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟରକ୍ଷା ଓ ଚିକିତ୍ସା ଦୃଷ୍ଟିରୁ ମଧ୍ୟ ଏହାର ବିଶେଷ ଭୂମିକା ରହିଛି । ଆୟୁର୍ବେଦ ମତରେ, ଗୋମୂତ ହେଉଛି ସମସ୍ତ ପ୍ରକାରର ସ୍ନେହ ବା ଚର୍ବିକାତୀୟ ଖାଦ୍ୟ ମଧ୍ୟରେ ଶ୍ରେଷ୍ଠ । ଏଥିରେ ଅଧିକ ପରିମାଣରେ ପରିପୁଷ୍ଟ ସ୍ନେହସାର ବା ଚର୍ବି ରହିଥିଲେ ମଧ୍ୟ, ଏଥିରେ ଥିବା ବସା ଅମ୍ଳ ବା 'ଫ୍ୟାଟି ଏସିଡ୍'ର ସ୍ତର ଶୁଣ୍ଠକ ଏବଂ ଅତ୍ୟାବଶ୍ୟକ ବସାଅମ୍ଳ ବା 'ଏସେସିଆଲ ଫ୍ୟାଟି ଏସିଡ୍'ର ଉପସ୍ଥିତି ଯୋଗୁଁ, ଏହା ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ସ୍ନେହସାର ବା ଚର୍ବି ଜାତୀୟ ଖାଦ୍ୟଠାରୁ ଅଧିକ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟକର । ସେଥିପାଇଁ, ଅତି ପ୍ରାଚୀନକାଳରୁ,



ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟରକ୍ଷାକୁ ଲକ୍ଷ୍ୟରେ ରଖି ଆମ ଦୈନନ୍ଦିନ ଆହାରରେ ଗୋମୂତର ପ୍ରୟୋଗ କରାଯାଇଛି । ଆୟୁର୍ବେଦ ମତରେ, ଗୋମୂତ ନିତ୍ୟ ସେବନ କରିବା ଦ୍ୱାରା ଆମର ଧାରଣଶକ୍ତି, ସ୍ମୃତିଶକ୍ତି, ମେଧା, ଅଗ୍ନି, ବଳ, ଓଜନ ଓ ଆୟୁ ବୃଦ୍ଧି ହୋଇଥାଏ । ଏହା ଆମର ଶୁକ୍ରଧାତୁ, ସ୍ୱର ତଥା ନେତ୍ର ପାଇଁ ହିତକାରୀ । ଏହା ବାତ ଓ ପିତ୍ତର ବିକାର, ଉନ୍ମାଦ, ଅପସ୍ମାର ଓ କ୍ୱର ଜନିତ ପ୍ରବାହକୁ ମଧ୍ୟ ନଷ୍ଟ କରିଥାଏ । ଶରୀରର ଓକ ଓ ତେଜ ଏହାଦ୍ୱାରା ବୃଦ୍ଧି ହୋଇଥାଏ । ମୁଖଗନ୍ଧରୁ ଯା' ହେଲେ ଏବଂ ଶୀତ ଋତୁରେ ଓଠ ଓ ପାଦତଳ ଫାଟିଲେ, ଗୋମୂତ ଲଗାଇବା ଦ୍ୱାରା ଉପଶମ ମିଳିଥାଏ । ନିୟମିତ ଗୋମୂତର ଓ ଗୋମୂତକୁ ଏକତ୍ର ସେବନ କଲେ ଏହା ବାର୍ଦ୍ଧକ୍ୟକୁ ବିଳମ୍ବିତ କରିଥାଏ । ଗୋମୂତ ସାଧାରଣତଃ ପ୍ରାତଃଭୋଜନ ପୂର୍ବରୁ କିମ୍ବା ପ୍ରାତଃଭୋଜନ ସହିତ ସେବନୀୟ । ଏହାର ମାତ୍ରା- ଅଗ୍ନିର ବଳ ତଥା କୋଷ୍ଠ ଅନୁଯାୟୀ ନିର୍ଦ୍ଧାରିତ ହୋଇଥାଏ । ତେବେ ଏହାକୁ ଆମେ ସାଧାରଣତଃ ଅଧ୍ୟାପନ ମାତ୍ରାରେ ସେବନ କରିପାରିବା । ଗୋମୂତ ସେବନ ପରେ ଉଷ୍ଣପାଣି ପିଇବା ବିଧେୟ । ତେବେ କେତେକ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟଗତ ସମସ୍ୟା ଥିଲେ ଏହାର ସେବନ ଅନୁଚିତ । ଏହି ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ସମସ୍ୟା ହେଉଛି- ଉଚ୍ଚ କୋଲେଷ୍ଟରଲ, ଯକୃତ ସମସ୍ୟା ରୋଗ, ଅକାର୍ଷ, କ୍ୱର, ଝାଡ଼ା ଇତ୍ୟାଦି । ଉଚିତ ମାତ୍ରାରେ ଏବଂ ବିଧିପୂର୍ବକ ଗୋମୂତ ସେବନ ମନୁଷ୍ୟକୁ ନିରୋଗ ରଖିବା ସହିତ ଦୀର୍ଘାୟୁ କରିଥାଏ ।

ଶରୀରକୁ ସୁସ୍ଥ ରଖିବା ପାଇଁ ଲିଭର ବା ଯକୃତ ସୁସ୍ଥ ରହିବା ନିହାତି ଜରୁରୀ, କାରଣ ଯକୃତ ଶରୀରର ଏକ ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ଅଙ୍ଗ । ଏହା ଶରୀରରୁ ବୈଜ୍ୟ ପଦାର୍ଥ ନିଷ୍କାସନ କରି ସୁସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ବଜାୟ ରଖିବାରେ ପ୍ରମୁଖ ଭୂମିକା ନିଭାଇଥାଏ । ଯକୃତ ଶରୀରରେ ଭିଟାମିନ୍, କାର୍ବୋହାଇଡ୍ରେଟ୍ ଏବଂ ପ୍ରୋଟିନ୍ ସଂରକ୍ଷଣ ଭାବରେ କାମ କରେ ।



କରାଯାଏ । କାରଣ ତରଳ ଯକୃତକୁ ଚିକିତ୍ସା କରିଥାଏ ଏବଂ ତରଳ ଖାଇବା ଦ୍ୱାରା ଶରୀର ହାଇଡ୍ରେଟ୍ ରହିଥାଏ । ରସୁଣ: ରସୁଣ ଯକୃତ ପାଇଁ ବେଶ୍ ଲାଭଦାୟକ । ସକାଳେ ଖାଲି ପେଟରେ ରସୁଣ ଖାଇ ପାରିବେ । ଏହାକୁ ଖାଇବା ଦ୍ୱାରା ଶରୀରରୁ ବୈଜ୍ୟ ପଦାର୍ଥ ନିଷ୍କାସିତ ହୋଇଥାଏ । ଏହା ବ୍ୟତୀତ ରସୁଣକୁ ନିୟମିତ ଖାଇବା ଫଳରେ ରୋଗ ପ୍ରତିରୋଧକ ଶକ୍ତି ବୃଦ୍ଧି ପାଇଇଥାଏ ।

ଗାଈର: ଯକୃତକୁ ସୁସ୍ଥ ରଖିବା ପାଇଁ ଗାଈର ବେଶ୍ ଉପକାରୀ । ଏଥିରେ ପ୍ରଚୁର ପରିମାଣରେ ବିଟା କାରୋଟିନ୍, ଭିଟାମିନ୍-ଏ, ଭିଟାମିନ୍-ସି, ଆଇରନ୍ ଏବଂ ମ୍ୟାଗ୍ନେସିୟମ୍ ଥାଏ । ଏହା ବ୍ୟତୀତ ଏଥିରେ ଆଣ୍ଟିଅକ୍ସିଡାଣ୍ଟ ପ୍ରଚୁର ପରିମାଣରେ ମିଳିଥାଏ, ଯାହା ଶରୀରକୁ ସୁସ୍ଥ ରଖିବାରେ ସହାୟକ ହୋଇଥାଏ । ଅଜୀର: ଯକୃତ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ପାଇଁ ଅଜୀର ସର୍ବୋତ୍ତମ ଉପାଦେୟ । ଏଥିରେ କ୍ୟାଲସିୟମ୍, ଆଇରନ୍, ଆଣ୍ଟିଅକ୍ସିଡାଣ୍ଟ ଏବଂ ଫାଇବର ମିଳିଥାଏ । ନିୟମିତ ଭାବେ ଅଜୀର ସେବନ କଲେ ରୋଗ ପ୍ରତିରୋଧକ ଶକ୍ତି ମଧ୍ୟ ବୃଦ୍ଧି ହୋଇଥାଏ । ଅଭୁର: ଯକୃତ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ପାଇଁ ଭିଟାମିନ୍-ସି ଅତ୍ୟନ୍ତ ଜରୁରୀ । ଅଭୁରରୁ ଭିଟାମିନ୍-ସି ପ୍ରଚୁର ପରିମାଣରେ ମିଳିଥାଏ । ତରଳ: ଯକୃତକୁ ସୁସ୍ଥ ରଖିବା ପାଇଁ ତରଳ ଅତ୍ୟନ୍ତ ଲାଭଦାୟକ ବୋଲି ବିବେଚନା

ଆପଣଙ୍କୁ ଏହିସବୁ ଖାଦ୍ୟ: ରହିବନି ଲିଭରରେ ତ୍ରୁଟି

ଆମ ଖାଦ୍ୟପେୟ ବିଭିନ୍ନ ରୋଗର କାରଣ ପାଇବୁଛି । ଅତ୍ୟଧିକ ଫାଷ୍ଟ ଫୁଡ୍ ସେବନ ଏବଂ ଶର୍କରା ପରିପତ୍ତିରୁ ବୃଦ୍ଧିର ଉତ୍ପତ୍ତି କାରଣରୁ ଅନେକ ପ୍ରକାର ରୋଗ ହେଉଛି । ସେଥିମଧ୍ୟରୁ ଏନିମିଆ ବା ରକ୍ତହୀନତା ଅନ୍ୟତମ । ବିଶେଷକରି ମହିଳାମାନଙ୍କ କ୍ଷେତ୍ରରେ ଏହି ସମସ୍ୟା ଅଧିକ ଦେଖାଯାଏ । ରାଷ୍ଟ୍ରୀୟ ପରିବାର ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ସର୍ବେକ୍ଷଣରେ ତଥ୍ୟ ଅନୁଯାୟୀ, ଭାରତରେ ୧୫ରୁ ୪୯ ବର୍ଷ ବୟସର ପ୍ରାୟ ୫୩.୧ ପ୍ରତିଶତ ମହିଳା ରକ୍ତହୀନତାର ଶିକାର ହେଉଛନ୍ତି । ଗର୍ଭବତୀ ମହିଳାମାନେ ମଧ୍ୟ ଏହି ସମସ୍ୟାର ସମ୍ମୁଖୀନ ହେଉଛନ୍ତି । ଶରୀରରେ ହିମୋଗ୍ଲୋବିନ୍ ସ୍ତର ହ୍ରାସ ପାଇଲେ ଏହି ରୋଗ ହୋଇଥାଏ । ଯଦି ସଠିକ୍ ସମୟରେ ଚିକିତ୍ସା କରାଯାଏ, ତେବେ ଏହା ଗୁରୁତର ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ସମସ୍ୟା ସୃଷ୍ଟି କରିପାରେ । ପ୍ରାୟତଃ ରକ୍ତହୀନତାକୁ ଚିହ୍ନିତ କରିବେ କିପରି, କାଶକୁ... ଅଧିକ ଦୁର୍ବଳ ଲାଗିବା: ଯଦି କୌଣସି କାର୍ଯ୍ୟ କରିବା ସମୟରେ ଅଧିକ ଥଣ୍ଡା ଲାଗୁଛି, ନିୟମିତ ଭାବେ ଅଗ୍ନିର ଲାଗୁଛି କିମ୍ବା ମୁଣ୍ଡବନ୍ଧା ହେଉଛି, ତେବେ ଏହା ଶରୀରରେ ରକ୍ତ ଅଭାବର ସଙ୍କେତ ହୋଇପାରେ । ରକ୍ତରେ ହିମୋଗ୍ଲୋବିନ୍ ଅଭାବ ହେଲେ ଏହିପରି ଲକ୍ଷଣ ଦେଖାଦେବାର ସମ୍ଭାବନା ସମ୍ଭାବନା ଥାଏ । ତେଣୁ ନିୟମିତ ଭାବେ ଏପରି ସମସ୍ୟାର ସମ୍ମୁଖୀନ ହେଉଥିଲେ, ତୁରନ୍ତ ଡାକ୍ତରଙ୍କ ସହ ଯୋଗାଯୋଗ କରନ୍ତୁ । ଆଖି ତଳ ପତାରେ ଭିନ୍ନ ଲକ୍ଷଣ: ଯଦି ଆଖି ତଳ ପତା ଖୁବ୍‌ରକ୍ତାଭରେ ହଳଦୀ ରଙ୍ଗ

ସାବଧାନ: ଏହି ସବୁ ଲକ୍ଷଣକୁ କରନ୍ତୁନି ଅବହେଳା, ହୋଇପାରେ ରକ୍ତହୀନତା

ଦେଖାଯାଉଛି, ତେବେ ଏହା ଶରୀରରେ ରକ୍ତହୀନତାର ଏକ ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ଲକ୍ଷଣ ହୋଇପାରେ । ସାଧାରଣତଃ ଖୁବ୍‌ରକ୍ତାଭରେ ରକ୍ତ ହାଲୁକା ଗୋଲାପୀ ଦେଖାଯାଏ, କିନ୍ତୁ ହିମୋଗ୍ଲୋବିନ୍‌ର ଅଭାବ ଥିଲେ ଭିତର ଆଖୁପତା ଅଧିକ ଧଳା କିମ୍ବା ହଳଦିଆ ଦେଖାଯାଏ । ହାତ ଏବଂ ପାଦ ଅଣ୍ଡା ହୋଇଯିବା: ସମୟ ସମୟରେ ବିନା କାରଣରେ ହାତ ଏବଂ ପାଦ ଖୁବ୍‌ କୋରରେ ଅଣ୍ଡା ଲାଗିବା ରକ୍ତହୀନତାର ଲକ୍ଷଣ । ରକ୍ତହୀନତା କାରଣରୁ ହାତ-ପାଦ ଅଣ୍ଡା ହୋଇଯାଏ । ଲୋହିତ ରକ୍ତ କଣିକା ଚିପୁରେ ଅନୁକ୍ରମ ସହଜି ନପାରିଲେ, ଶରୀରର ତାପମାତ୍ରା ହ୍ରାସପାଏ । ଫଳରେ ଅଣ୍ଡା ଲାଗିଥାଏ । ନିଶ୍ୱାସ ନେବାରେ ଅସୁବିଧା ହେବା: ରକ୍ତ ଅଭାବ କାରଣରୁ ଶରୀରକୁ ଅନୁକ୍ରମ ସଠିକ୍ ଭାବରେ ପହଞ୍ଚିପାରେ ନାହିଁ । ଏଭଳି ପରିସ୍ଥିତିରେ ନିଶ୍ୱାସ ନେବାରେ ଅସୁବିଧା, ଅଧିକ ସମୟ ଚାଲିବା ପରେ ନିଶ୍ୱାସ ନେବାରେ କଷ୍ଟ ଲାଗିବା ଏବଂ ଶୋଇବା ସମୟରେ ମଧ୍ୟ ନିଶ୍ୱାସ ନେବାରେ ସମସ୍ୟା ହେଉଥିଲେ ତୁରନ୍ତ ଡାକ୍ତରଖାନା ଯାଆନ୍ତୁ ।



ଭୋକ ନଲାଗିବା: ଦୀର୍ଘ ସମୟ ଧରି ଭୋକ ନଲାଗିବା ମଧ୍ୟ ଶରୀରରେ ରକ୍ତହୀନତାର ଏକ ମୁଖ୍ୟ ଲକ୍ଷଣ ହୋଇପାରେ । ଯଦି ଉପରକ୍ତ ଲକ୍ଷଣ ମଧ୍ୟରୁ କୌଣସି ଗୋଟିଏ ସମସ୍ୟା ରହିଛି, ତେବେ ଅବହେଳା ନ କରି ଡାକ୍ତରଙ୍କ ପରାମର୍ଶ ଗ୍ରହଣ କରନ୍ତୁ ।

ଡାକ୍ତାରିଆ ସିମେଣ୍ଟକୁ ଦିଆଯାଇଥିବା ଏନଓସିକୁ ବାତିଲ କଲା ପୌରପାଳିକା

ବାଉରକେଲା, ୦୧/୧୨ (ନି.ପ୍ର): ରାଜଗାଙ୍ଗପୁର ଡାକ୍ତାରିଆ ସିମେଣ୍ଟ କୁ କନକେୟର ବେଲୁ ପୌରପାଳିକା ରାଷ୍ଟ୍ରୀୟ ଉପର ଭାଗରେ ନେବାଲାଗି ଯେଉଁ ଅନୁମତି ଏନଓସି ରାଜଗାଙ୍ଗପୁର ପୌରପାଳିକା ଦେଇଥିଲା ତାକୁ ବାତିଲ କରାଯାଇଛି, ଏନେଇ ଏକ ଟି ଗତକାଳି ସନ୍ଧ୍ୟାରେ ପୌରପାଳିକା ପକ୍ଷରୁ ଡାକ୍ତାରିଆ ସିମେଣ୍ଟ କୁ ପ୍ରଦାନ କରାଯାଇଛି । ବିକରଣୀରୁ ପ୍ରକାଶ ଯେ, ଗତ ୨୬ ତାରିଖ ଦିନ ୩ ଟାରେ ପୌରପାଳିକା ରାଷ୍ଟ୍ରୀୟ ଉପର ଭାଗରେ ଗୋଟିଏ ଯୁନିଟ ରୁ ଅନ୍ୟ ଯୁନିଟ କୁ ଡାକ୍ତାରିଆର ମାଲ ପରିବହନ ଲାଗି ଯାଇଥିବା

୩ଟି କନକେୟର ବେଲୁ ଭିତରୁ ଗୋଟିଏ ଲୁଣ୍ଠି ପଡିଥିଲା, ଏଥିଲାଗି ଲୋକେ ୨ ଦିନ ଧରି ସେ ରାଷ୍ଟ୍ରୀୟ ଉପରଭାଗରୁ ନେଇ ଯିବାକୁ ନେଇ ସହରବାସୀ ଆତଙ୍କିତ ହୋଇପଡିବା, ବିଧାୟକ ଏନେଇ ବିଧାନ ସଭାରେ ପ୍ରଶ୍ନ କରିବା ପରେ ସବୁ ଦିଗକୁ ଦୃଷ୍ଟି ଦେଇ ପୌରପାଳିକାର କାଉନସିଲର ପୂର୍ଣ୍ଣ ଚନ୍ଦ୍ର ରାଉତ ତୁରନ୍ତ ଏହାର ଏନଓସି ବାତିଲ ଲାଗି ଦାବି କରିଥିଲେ ଫଳରେ ଏ ନେଇ ଅଧ୍ୟକ୍ଷ ପୂର୍ଣ୍ଣ ଚନ୍ଦ୍ର ଦିଆଯାଇଥିବା ଏନଓସି ନମ୍ବର ୨୨୫ ଡା ୨୨/୧/୨୦୧୫ କୁ ବାତିଲ କରିବାକୁ ନିର୍ଦ୍ଦେଶ ଦେଇଥିଲେ । ଫଳ ସ୍ୱରୂପ ଗତକାଳି ଏହି କାର୍ଯ୍ୟ ସମ୍ପନ୍ନ ହୋଇଛି । ଏହା

ଛଡା ଏଭଳି ଦୁର୍ଘଟଣା ଲାଗି ଲୋକେ ଆତଙ୍କିତ ହୋଇ ପଡିଛନ୍ତି, ବିପଦପୂର୍ଣ୍ଣ ଭାବେ ଡାକ୍ତାରିଆ କାମ କରୁଛି, ତେଣୁ ଅନ୍ୟ ଦୁଇଟି ବେଲୁ ଲାଗି ଦିଆଯାଇଥିବା ଅନୁମତିକୁ କାର୍ଯ୍ୟକାରୀ କରିବା ନିମନ୍ତେ ଡାକ୍ତାରିଆ ମୁଖ୍ୟାଳୟ ନିର୍ଦ୍ଦେଶ ଦିଆଯାଇଛି । ଏହି ଖବର ପ୍ରଚାରିତ ହେବାପରେ ସହରରେ ଖୁସିର ବାତାବରଣ ଦେଖାଯାଇଛି ଓ ତୁରନ୍ତ ଅନ୍ୟ ଦୁଇଟି ବେଲୁ କୁ ହଟାଇବା ଲାଗି ଦାବିହୋଇଛି । ଏଭଳି ସ୍ଥିତିରେ ଦୀର୍ଘ ଦିନରୁ ସହରରେ ମନ ମାନି ଚଳାଇଥିବା ଡାକ୍ତାରିଆ ବିରୋଧରେ ଲୋକେ ଓ ଗ୍ରାମବାସୀ ଏକତ୍ରିତ ହେଉଥିବା ଖବର ମିଳିଛି ।

ଶିଶୁ ବିକାଶ କେନ୍ଦ୍ର ବିବିଧ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ

ବଲାଙ୍ଗୀର, ୦୧/୧୨ (ନି.ପ୍ର): ବଲାଙ୍ଗୀରର ଅଗ୍ରଣୀ ସ୍ୱେଚ୍ଛାସେବୀ ଅନୁଷ୍ଠାନ ଶିଶୁ ବିକାଶ କେନ୍ଦ୍ର ର ୪୦ତମ ପ୍ରତିଷ୍ଠା ବର୍ଷ ଅବସରରେ ସ୍ମୃତଜନପାଳି ଅବକାରୀ ଭ.ପ୍ରା. ବିଦ୍ୟାଳୟରେ ବିବିଧ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ ସଭାପତି ମଦନ ମୋହନ ରଥ ଏକ ଅଧ୍ୟକ୍ଷତାରେ ଅନୁଷ୍ଠିତ ହୋଇଯାଇଛି । ଏହି କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମରେ ପୂଜ୍ୟପୂଜ୍ୟ ସେବା ସଂଗଠନର ସଭାପତି କେଶବ ଚନ୍ଦ୍ର ମିଶ୍ର ମୁଖ୍ୟ ଅତିଥି ଭାବେ ଯୋଗ ଦେଇ ପରିବେଶ ସୁରକ୍ଷା ଉପରେ ଓ ଡା. ଅଶୋକ କୁମାର ଦେବତା ସମ୍ମାନିତ ହୋଇ ଶିଶୁ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ରକ୍ଷା ଉପରେ ସଚେତନ କରାଯାଇଥିଲା । ସଂପାଦକ ମଧୁ ସାହୁ କୁଳକାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ ଓ ପରିଚାଳନା କରିଥିଲେ । ବିଦ୍ୟାଳୟର ଚଳିତ ବର୍ଷର ଉଚ୍ଚ ମାତ୍ରା ଭାବରେ କୁମାରୀ ନୈନା ସାହୁଙ୍କୁ ପୁରସ୍କୃତ କରାଯାଇଥିଲା । ଏହି କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମକୁ ବାଳଗୋପାଳ ସଂଗଠନ ଓ ବିଦ୍ୟାଳୟର ସମସ୍ତ ଶିକ୍ଷକ ଶିକ୍ଷୟତ୍ରୀ ସହଯୋଗ କରିଥିଲେ । ଶେଷରେ ପ୍ରଧାନ ଶିକ୍ଷୟତ୍ରୀ ସବିତା ସାହୁ ଧନ୍ୟବାଦ ଅର୍ପଣ କରିଥିଲେ ।

ବିଶ୍ୱ ସମସ୍ୟାର ସମାଧାନର ପ୍ରୟୋଗଶାଳା ଓଡ଼ିଆ ଭାଷା ସାହିତ୍ୟରେ ଅଛି: ଧର୍ମେନ୍ଦ୍ର ପ୍ରଧାନ

ଭୁବନେଶ୍ୱର, ୦୧/୧୨ (ନି.ପ୍ର): ୨୦୩୬ ସୁଦ୍ଧା ଓଡ଼ିଆକୁ ପୃଥିବୀର ଅଗ୍ରଣୀ ଅଞ୍ଚଳ କରିବା ପାଇଁ ପ୍ରଧାନମନ୍ତ୍ରୀ ନରେନ୍ଦ୍ର ମୋଦୀ ଆହ୍ୱାନ କରିଛନ୍ତି । ତାଙ୍କ ଆହ୍ୱାନ କ୍ରମେ ଆମେ ସମସ୍ତେ ନିର୍ଦ୍ଧାରିତ ସମୟ ସୁଦ୍ଧା ଗଣକବି ବୈଷ୍ଣବ ପାଣି ଏବଂ ଓଡ଼ିଆର ମହାପୁରୁଷଙ୍କ ବିଚାର ଆଧାରରେ ଓଡ଼ିଆ, ଭାଷା, ସଂସ୍କୃତି ତଥା ଓଡ଼ିଆ ଜାତିର ପୁନଃପରିଚୟ ତିଆରି କରିବା ପାଇଁ ଏକାଠି ହେବା । ଭାଷା ଭିତ୍ତିରେ ଓଡ଼ିଆ ସ୍ୱତନ୍ତ୍ର ରାଜ୍ୟ ଭାବେ ଶହେ ବର୍ଷ ପୂରଣ କରୁଥିବା ବେଳେ କିପରି ଆମ ରାଜ୍ୟ ବିଶ୍ୱ ମାନଚିତ୍ରରେ ପ୍ରତିଷ୍ଠିତ ହେବ ସେଥିପାଇଁ ସାମୂହିକ ଉଦ୍ୟମ କରିବାକୁ ଆହ୍ୱାନ କରିଛନ୍ତି କେନ୍ଦ୍ର ଶିକ୍ଷା ମନ୍ତ୍ରୀ ଧର୍ମେନ୍ଦ୍ର ପ୍ରଧାନ । ସେହିପରି ବିଶ୍ୱ ସମସ୍ୟାର ସମାଧାନର ପ୍ରୟୋଗଶାଳା ଓଡ଼ିଆ ଭାଷା ସାହିତ୍ୟରେ ଅଛି ବୋଲି ସେ କହିଛନ୍ତି । ଶନିବାର ଭୁବନେଶ୍ୱର ଠାରେ ମହାଶକ୍ତି ବିକାଶ ପରିଷଦ ଆନୁକୁଲ୍ୟରେ ଗଣକବି ବୈଷ୍ଣବ ପାଣିଙ୍କ ୧୪୨ତମ ଐତିହାସିକ ଜୟନ୍ତୀ ମହୋତ୍ସବର ଉଦ୍‌ଘାଟନ ସମାବେଶରେ ଯୋଗଦେଇ ଶ୍ରୀ ପ୍ରଧାନ କହିଛନ୍ତି ଯେ ଆଉ ପ୍ରାୟ ୧୨ ବର୍ଷ ପରେ ଭାଷା ଭିତ୍ତିରେ ସ୍ୱତନ୍ତ୍ର ପ୍ରଦେଶ ଗଠନରେ ଓଡ଼ିଆ ଭାଷା ବର୍ଷ ପୂରଣ କରିବ । ଏହି ସମୟ ଅବଧି ମଧ୍ୟରେ ଓଡ଼ିଆକୁ ବିଶ୍ୱର ଅଗ୍ରଣୀ ଅଞ୍ଚଳ କରିବା ପାଇଁ ଆବାଳବୁଦ୍ଧିବାନମାନଙ୍କୁ ଶୋଭା ପ୍ରଦାନମତୀ ଆହ୍ୱାନ କରିଛନ୍ତି । ଆଗାମୀ ୧୨ ବର୍ଷ ସବୁ ଓଡ଼ିଆଙ୍କ ପାଇଁ ଏକ ସୁବର୍ଣ୍ଣ ଅବସର । ତେଣୁ ଓଡ଼ିଆ, ଭାଷା, ସଂସ୍କୃତି ଓ ଜାତିର



ପୁନଃ ପରିଚୟ ତଥା ଜବାଜୀରଣ ପୃଷ୍ଠ କରିବା ପାଇଁ ଏକାଠି ହେବାକୁ ଓଡ଼ିଆ ସମାଜକୁ ସେ ଆହ୍ୱାନ କରିଛନ୍ତି । ଶ୍ରୀ ପ୍ରଧାନ 'ଗାନ୍ଧିନୀଙ୍କ ଜଗତର ମୁକ୍ତ ବିହାର ସମ୍ରାଟ' ଗଣକବି ବୈଷ୍ଣବ ପାଣିଙ୍କୁ ଶ୍ରଦ୍ଧାଞ୍ଜଳି ଜଣାଇବା ସହ କହିଛନ୍ତି ଯେ ଓଡ଼ିଆ ମହାପୁରୁଷଙ୍କ ସ୍ମୃତିଚାରଣ କରାଗଲେ ମୋ ଭଳି ସାଧାରଣ ଲୋକଙ୍କ ମନରେ ବହୁତ ଉତ୍ସାହ ବଢିଥାଏ । ମହାଶକ୍ତି ମାଟିର ସୁପୁତ୍ର ତଥା ଗଣମାନସର କାଳକନ୍ୟା ସୁଷା ବୈଷ୍ଣବ ପାଣିଙ୍କ ସ୍ମୃତି ଉଦ୍‌ଘୋଷଣରେ ପରିଷଦ ପକ୍ଷରୁ ୧୪ ଦିନ ବ୍ୟାପୀ ଐତିହାସିକ ଜୟନ୍ତୀ ସମାବେଶ ଆୟୋଜନ ହେବା ପ୍ରଶଂସନୀୟ । ଗଣକବି ତାଙ୍କ ଗାନ୍ଧିନୀତ୍ୟରେ ରାମାୟଣ, ମହାଭାରତ, ଗଣ ଜୀବନର କଥା କହିଛନ୍ତି । ଜାତି-ଅଜାତିର କଥା ସହ ଧର୍ମ ଓ ଅଧର୍ମ, ସମାଜ ସଂସ୍କାର କଥା କହିଛନ୍ତି । ହଜାର ହଜାର ବର୍ଷର ସାହିତ୍ୟକୁ କଣ୍ଠସ୍ୱର କରି ଲୋକଭାଷାରେ ପ୍ରଦର୍ଶିତ କରିବା ତାଙ୍କର ମହାନ ମୂଲ୍ୟବୋଧକୁ ଦର୍ଶାଇଛି । ଓଡ଼ିଆ ଜନଜୀବନରେ ତାଙ୍କର କୁମୁଦିତ୍ୟ ବିଚାର ଯୁଗ ଯୁଗ ଧରି ଆମ ସମସ୍ତଙ୍କୁ ପ୍ରେରଣା ଦେବ । କେବଳ ଏତିକି ନୁହେଁ ଗଣକବିଙ୍କ ଭଳି ମହିମା ଧର୍ମର ମହାନ ପ୍ରଦାନକ ସବୁ କବି ଭାମ ଭୋଇଙ୍କ 'ପ୍ରାଣୀକ' ଆରତ ପୁସ୍ତକ ଅପ୍ରମିତ ଦେଖି ଦେଖି କେବଳ ସହ ,ମୋ ଜୀବନ ପଛେ ନକେଁ ପଡିଥାଉ ଜଗତ ଉଦ୍ଧାର ହେଉଁ କାଳକନ୍ୟା ଭଳି ଜାତିସଂଘର କାହୁଁରେ ଲିପିବଦ୍ଧ ହୋଇରହିଛି । ବକରାମ ଦାସ ଲକ୍ଷ୍ମୀ ପୁରାଣ ମାଧ୍ୟମରେ ଶ୍ରୀମାତା ଚଣ୍ଡୀଙ୍କୁ ଗାୟା କରିଛନ୍ତି ବର୍ଷନା କରି ଜାତିପ୍ରଥା ବିରୋଧର କଥା କହିଛନ୍ତି । ମାଣସିକ ସ୍ୱରୁଦ୍ଧତା ଓଡ଼ିଆ ସଂସ୍କୃତିର ସଂସ୍କାର । ସ୍ୱହତାର ସଂସ୍କାର ଏଥିରେ ଅନ୍ତର୍ନିହିତ । ଘର ସ୍ୱଳ୍ପ ରହିଲେ ସମସ୍ତେ ସୁସ୍ୱ ରହିବେ, ଏହା ହେଉଛି ଆମର ଧାର୍ମିକ ପରମ୍ପରା ବାଣୀ । କାଞ୍ଚି ସହ ଓଡ଼ିଆ ଲୋକଙ୍କ ସମ୍ପର୍କ ରହିଛି । କାଞ୍ଚିରେ ଓଡ଼ିଆର ପୁରାତନ ତାଳପତ୍ର ପୋଥି ଅଛି । ଓଡ଼ିଆର ଲୋକମାନଙ୍କର ଚିନ୍ତାଧାରା ବ୍ୟାପକ ଓ ବିଶାଳ ଥିଲା । ସମାଜ କଲ୍ୟାଣ ପାଇଁ ଆଗଭର ହୋଇଥିଲା । କଳିଙ୍ଗ ଯୁଦ୍ଧ ପରେ ଅଶୋକ ଚଣ୍ଡୀଶୋକକୁ ଧର୍ମଶୋକରେ ପରିଣତ କରିଥିଲେ । ବାସ୍ତବରେ ଦେଖିବାକୁ ଗଲେ ଓଡ଼ିଆ ଲୋକଙ୍କ ଉନ୍ନତତା ହିଁ ଅଶୋକଙ୍କୁ ଧର୍ମଶୋକରେ ପରିବର୍ତ୍ତନ କରିବା ପାଇଁ ବାଧ୍ୟ କରିଥିଲା ବୋଲି ସେ କହିଛନ୍ତି । ଆଜିର ଏହି ମଞ୍ଚରେ ଉପସ୍ଥାପିତ ହୋଇଥିବା ଗଣକବିଙ୍କ ଦ୍ୱାରା ରଚିତ ପ୍ରସିଦ୍ଧ ଗାନ୍ଧିନୀତ୍ୟ "ମହାଲକ୍ଷ୍ମୀ ପୂଜା"ର ପ୍ରଶଂସା କରିଥିଲେ କେନ୍ଦ୍ରମନ୍ତ୍ରୀ । ନାଟକଟି ହୁଏତ ସର୍ବୋତ୍ତମ କବିତା ସହ ଶିଶୁ କଳାକାରମାନଙ୍କ ଅଭିନୟ ମନକୁ ଆଣି ଓ ଜୀବନ୍ତ ଥିଲା ବୋଲି କହିଥିଲେ । ସେ ଆହୁରି କହିଥିଲେ, ଏହା ଆମ ଓଡ଼ିଆ ସଂସ୍କୃତିର ଅନନ୍ୟ ଲେଖକ । ୨୦୩୬ରେ ଆମେ ଭାଷା ଭିତ୍ତିରେ ସ୍ୱତନ୍ତ୍ର ପ୍ରଦେଶ ଗଠନର ଶହେ ବର୍ଷ ପୂରଣ କରିବାକୁ ଯାଇଛେ । ଏହି ସମୟରେ ଖୁଲରେ ଗାନ୍ଧିନୀତ୍ୟ ପରମ୍ପରାକୁ ବଜାୟବାକୁ ବଢିବ । ଏହି ଭବ୍ୟ ଐତିହାସିକ ସମାବେଶରେ କେନ୍ଦ୍ରମନ୍ତ୍ରୀ ଶ୍ରୀ ପ୍ରଧାନଙ୍କ କବଳମଳରେ ଗଣକବି ବୈଷ୍ଣବ ପାଣିଙ୍କ ଆପ୍ତ କାହାଣୀର ଓଡ଼ିଆ ଓ ଇଂରାଜୀ ଅନୁବାଦ ପୁସ୍ତକର ଲୋକାର୍ପିତ ହୋଇଥିବା ବେଳେ ଏହି ସାଧୁ ଉଦ୍ୟମ ପାଇଁ ଶ୍ରୀ ପ୍ରଧାନ ମହାଶକ୍ତି ବିକାଶ ପରିଷଦର ଅଧ୍ୟକ୍ଷ ଓ ସମସ୍ତ ସଦସ୍ୟମାନଙ୍କୁ ଧନ୍ୟବାଦ ଜଣାଇଛନ୍ତି ।

ବୁକ୍ ସ୍ତରୀୟ କୁଇଜ୍ ପ୍ରତିଯୋଗିତା ଅନୁଷ୍ଠିତ

ବାସୁଦେବପୁର, ୦୧/୧୨ (ନି.ପ୍ର): ବାସୁଦେବପୁର ଅଟଳ ବିହାରୀ ହାଇସ୍କୁଲ ପରିସରରେ ବୁକ୍ ସ୍ତରୀୟ କୁଇଜ୍ ପ୍ରତିଯୋଗିତା ଅନୁଷ୍ଠିତ ହୋଇ ଯାଇଛି । ଏହି ସଭାରେ ଅଟଳ ବିହାରୀ ହାଇସ୍କୁଲର ପ୍ରଧାନ ଶିକ୍ଷୟତ୍ରୀ ଶୁଭଲକ୍ଷ୍ମୀ ରାଉତ ସଭାପତିତ୍ୱ କରିଥିଲେ । ବିଶିଷ୍ଟ ଶିକ୍ଷାବିତ୍ ଓ କବି ସୁଧାଂଶୁ ଶେଖର ମିଶ୍ର ମୁଖ୍ୟ ଅତିଥି ଭାବେ ଯୋଗ ଦେଇ କଳ୍ପବ୍ୟ ପ୍ରଦାନ କରିଥିଲେ । ବିଦ୍ୟାଳୟର ଦଶିଷ୍ଠ ଶିକ୍ଷକ ରବୀନ୍ଦ୍ର କୁମାର ମହାକୁଡ଼, ଶିକ୍ଷକ ବିକାଶ ଚନ୍ଦ୍ର ବିଶ୍ୱାଳ, ଶଶୀଧର ମହାଲିକ, ସୁଚିତ୍ରା ସେନାପତି, ରଶ୍ମିତା ବିଶ୍ୱାଳ ପ୍ରମୁଖ ସଭା ପରିଚାଳନା କରିବାରେ ସହଯୋଗ କରିଥିଲେ । ବାସୁଦେବପୁର ବୁକ୍ ର ସମ୍ବଳ ୧୬୫ ଜଣ ଛାତ୍ର ଛାତ୍ରୀ



ଏହି ପ୍ରତିଯୋଗିତାରେ ୧୨୫ ଗ୍ରହଣ କରିଥିଲେ । ଏହି ପ୍ରତିଯୋଗିତାରେ ବିଭିନ୍ନ ଜଣାଶୁଣା ଓ ନୂଆ ନୂଆ ପ୍ରଶ୍ନ ଉପରେ ଯୋଗଦେଇଥିଲେ । କୁମାର ପୁର ହାଇସ୍କୁଲ ପଢୁଆଁ ର ଛାତ୍ର ନିହାର ରଞ୍ଜନ ପଣ୍ଡା ପ୍ରଥମ, ଜୟକୃଷ୍ଣ ସରକାରୀ ଉଚ୍ଚ ବିଦ୍ୟାଳୟ ପଢୁପୁର ର ଛାତ୍ର ତନ୍ଦୟ ଦାସ ଦ୍ୱିତୀୟ ଓ ପଞ୍ଚାୟତ ସରକାରୀ ଉଚ୍ଚ ବିଦ୍ୟାଳୟ ବେତଡା

ର ଛାତ୍ର ବିବେଶ କୁମାର ପଞ୍ଚମ ସ୍ତରୀୟ ସ୍ଥାନ ଅଧିକାର କରି କିଲ୍ଲା ସ୍ତରକୁ ମନୋନୀତ ହୋଇଛନ୍ତି । ଏହି ସଭାରେ କିଶୁ ଚରଣ ଭଟ୍ଟ ବିଦ୍ୟାଳୟ ରୁତ୍ନାମଣି ର ଶିକ୍ଷକ ସୁବଳ ଦାସ, ହୁମା ଖାନ୍ ଏବଂ ପଞ୍ଚାୟତ ହାଇସ୍କୁଲ ବିନାୟକପୁର ର ଶିକ୍ଷୟତ୍ରୀ ରଶ୍ମିତା ଦାସ ଯୋଗ ଦେଇଥିଲେ ।

ଗ୍ରାମୀଣ ଆବାସ ଯୋଜନା ଉପରେ ସମୀକ୍ଷା ବୈଠକ

ଜୟପୁର, ୦୧/୧୨ (ନି.ପ୍ର): ଜୟପୁର ବୁକ୍ ସଭାସଭରେ ଆଜି ଗ୍ରାମୀଣ ଆବାସ ଯୋଜନା ଓ ଗ୍ରାମ ପଂଚାୟତର ବିକାଶ କାର୍ଯ୍ୟ ଯୋଜନା ପ୍ରସ୍ତୁତି ଉପରେ ସମୀକ୍ଷା ବୈଠକ ଅନୁଷ୍ଠିତ ହୋଇଛି । ବୈଠକରେ ଏକାଧିକ ମନୋଜ ନାୟକ, ଜିପିଓ ଭାରିରଥ ନାୟକ, ସହକାରୀ ଯନ୍ତ୍ରୀ ରଞ୍ଜିତା ରାଣି ପଣ୍ଡା ଓ ବିଜୟ ନନ୍ଦ ପ୍ରମୁଖ ଉପସ୍ଥିତ ଥିଲେ । ଗ୍ରାମୀଣ ଆବାସ ଯୋଜନାରେ ନୂତନ ଭାବେ ହିତାଧିକାରୀଙ୍କୁ ଅନ୍ତର୍ଭୁକ୍ତ କରାଯିବ । ଗ୍ରାମ ପଂଚାୟତର ବିକାଶ ନେଇ କାର୍ଯ୍ୟ ଯୋଜନା ପ୍ରସ୍ତୁତି ଉପରେ ସମୀକ୍ଷା କରାଯାଇଥିଲା । ବୁକ୍ ଅଧିକରେ ଥିବା ୨୨ଟି ପଂଚାୟତ ପିନ୍ଧ, ଏଡିଓ, କୃଷି ବିଭାଗ, ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ବିଭାଗ, ଉଦ୍ୟାନ ବିଭାଗ ଲାଭନ ଡିପାର୍ଟମେଣ୍ଟର ଅଧିକାରୀ ମାନେ ଉପସ୍ଥିତ ଥିଲେ ।

ନେତାଙ୍କ ପୁଅ ଆକ୍ରମଣରେ ଯୁବକ ଗୁରୁତର : ଅଭିଯୁକ୍ତ ଫେରାର

ଧର୍ମଶାଳା, ୦୧/୧୨ (ନି.ପ୍ର): ସାଧାରଣ ନିର୍ବାଚନ ପରେ ଅଶାନ୍ତ ହୋଇପଡିଛି ଯାକପୁର ଜିଲ୍ଲା । ଗଲା କିଛି ଦିନ ହେବ ଶାସକ ବିଜେପି ଓ ବିରୋଧୀ ବିଜେଡି ମଧ୍ୟରେ ଚାଲିଛି ଆରୋପ, ପ୍ରତ୍ୟାରୋପ ଓ ଆକ୍ରମଣ । ବିରକା ପ୍ରକଟ ଓ ହାତ ସହ ଧର୍ମଶାଳା ବିଧାୟକ ହିମାଂଶୁ ସାହୁଙ୍କ ଉପରେ ହୋଇଥିବା ଆକ୍ରମଣ ନେଇ ଆଜି ସୋମ୍ୟତ ବିବାଦ ଲାଗି ରହିଛି । ଜିଲାର ବିଭିନ୍ନ ସ୍ଥାନରେ ବ୍ୟାପକ ପୋଲିସ୍ ମୁଦ୍‌ପତ୍ର ବେହଦା ସହ ଘଟଣାରେ ଛାଇକପୁର ଚନ୍ଦ୍ରକାନ୍ତ ରହିଛି । ଏହି ଘଟଣାରେ ପ୍ରଶାସନ ଏକତରଫା କାର୍ଯ୍ୟାନୁଷ୍ଠାନ ନେଇଥିବା ବେଳେ ଯାହାକୁ ନେଇ ବିଜେଡି ଶାସକ ବିଜେପି ଦଳକୁ ଚାଲେଟି କରିଛି । ବିଜେପି ନେତାଙ୍କ ଶହ ଶହ ସମର୍ଥକ ହୋ

ଇଲୁ କରିବା ସହ ଆକ୍ରମଣ କରିଥିଲେ । ତେବେ ଏହି ଘଟଣା ଶାନ୍ତ ପଡି ନ ଥିବା ବେଳେ ଜିଲ୍ଲାରେ ଆଉ ଏକ ଘଟଣା ଦେଖିବାକୁ ମିଳିଛି ବରା ନିର୍ବାଚନ ମଣ୍ଡଳୀ ରସୁଲପୁର ବୁକ୍ ବ୍ଲକ୍‌ରେ । ଅଟଳରେ । ଶୁଭବାର ରାତିରେ ବରା ନିର୍ବାଚନ ମଣ୍ଡଳୀ ବ୍ଲକ୍‌ରେ ବରା ଅଟଳର ବିଜେପି ନେତା ପ୍ରଦୀପ ଦାସଙ୍କ ପୁଅ ବବଲୁ (୩୦)ଙ୍କ ଆକ୍ରମଣରେ ଜଣେ ବ୍ରହ୍ମବରଦା ଅଟଳର ସୁକାର ବିଶ୍ୱାଳଙ୍କ ପୁଅ ସିପୁନ ଗୁରୁତର ଆହତ ହୋଇ ଧର୍ମଶାଳା ଗୋଷ୍ଠୀ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟକେନ୍ଦ୍ରରେ ଭର୍ତ୍ତି ହୋଇଥିଲେ । ଏନେଇ ବ୍ରହ୍ମବରଦା ଆନାରେ ଏତଲା ପରେ ପୋଲିସ୍ ଏହି ଘଟଣାରେ କେଏ୍ ନଂ ୨୩୪୧୪ରେ ଏକ ମାମଲା ରୁକୁ କରି ଚନ୍ଦ୍ର ଚଳାଇଥିଲା । ତେବେ ପୋଲିସ୍ ବିଜେପି ନେତାଙ୍କ ଘରେ

ଚଢ଼ କରିବା ସମୟରେ ବବଲୁ ଫେରାର ହୋଇଯାଇଥିଲା । ତେବେ ତାଙ୍କୁ ଖୁବ୍ ଶୀଘ୍ର ଗିରଫ କରାଯିବ ବୋଲି ପୋଲିସ୍ କହିଛି । ଅଭିଯୋଗ ମୁତାବକ, ଶୁଭବାର ସନ୍ଧ୍ୟା ୭ଟା ସମୟରେ ବ୍ରହ୍ମବରଦା ସାମୁଦ୍ରିକ ହାଟ ନିକଟରେ ସୁକାରଙ୍କ ପୁଅ ସିପୁନ ଯିପତା ଅଟଳର ଜଣେ ଯୁବକଙ୍କ ସହ ଫୋନରେ ବାର୍ତ୍ତାଳପ କରୁଥିବା ସମୟରେ ବ୍ରହ୍ମବରଦା ତିଅସାହି ଗ୍ରାମର ବିଜେପି ନେତା ପ୍ରଦୀପଙ୍କ ପୁଅ ବବଲୁ ତାଙ୍କୁ ଆକ୍ରମଣ କରି ଲହଲୁହାଣ କରି ଦେଇଥିଲା । ସିପୁନ ରକ୍ତ ଚୁରୁଚୁରୁ ଅବସ୍ଥାରେ ଘରେ ଫଂହରିତା ପରେ ତାଙ୍କୁ ପରିବାର ଲୋକେ ଧର୍ମଶାଳା ଗୋଷ୍ଠୀ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟକେନ୍ଦ୍ରରେ ଭର୍ତ୍ତି କରିଥିଲେ । ତାଙ୍କ ଡାହାଣ ଗୋଡ଼ରେ ଗଭୀର କ୍ଷତ ହୋଇଥିବା ଜଣାପଡିଛି । ଏନେଇ ବ୍ରହ୍ମବରଦା ଆନାରେ ବବଲୁଙ୍କ

ଆରଏସପିର ଲକ୍ଷ୍ମୀତ ବିଦ୍ୟା ମନ୍ଦିରରେ ବାର୍ଷିକ ବିଜ୍ଞାନ, କଳା ଏବଂ ହସ୍ତଶିଳ୍ପ ପ୍ରଦର୍ଶନୀ ଆୟୋଜିତ



ରାଉରକେଲା, ୦୧/୧୨ (ନି.ପ୍ର): ରାଉରକେଲା ଲକ୍ଷ୍ମୀତ କାରଖାନାର ଲକ୍ଷ୍ମୀତ ବିଦ୍ୟା ମନ୍ଦିରର ନରେନ୍ଦ୍ର ୨୯ ତାରିଖରେ ବାର୍ଷିକ ବିଜ୍ଞାନ, କଳା ଏବଂ ହସ୍ତଶିଳ୍ପ ପ୍ରଦର୍ଶନୀ ଆୟୋଜିତ ହୋଇଥିଲା । ସହର ପ୍ରଶାସନ ଓ ବିଏସପିର ବିଭାଗର ସମ୍ମିଳିତ ଭାବେ ଶ୍ରୀ ପି କେ ସ୍ୱାଇଁ ଏଥିରେ ମୁଖ୍ୟ ଅତିଥି ଭାବରେ ଯୋଗ ଦେଇ ପ୍ରଦର୍ଶନୀର ଉଦ୍‌ଘାଟନ କରିଥିଲେ । ସହରସେବା ଶିକ୍ଷା

ସ୍ତରୀୟ ପରମାନନ୍ଦ ସରସ୍ୱତୀଙ୍କ ୬୩ତମ ଜୟନ୍ତୀ ଉତ୍ସବ ପାଳିତ

ଗଞ୍ଜାମ, ୦୧/୧୨ (ନି.ପ୍ର): ଓଡ଼ିଶାର ସୁପ୍ରସିଦ୍ଧ ପ୍ରବଚକ ସ୍ତରୀୟ ପରମାନନ୍ଦ ସରସ୍ୱତୀ, (ପ୍ରଶାନ୍ତ କୁମାର ରଥ)ଙ୍କ ୬୩ତମ ଜୟନ୍ତୀ ଉତ୍ସବ ଆଜି ବ୍ରହ୍ମପୁର ଖଲିକୋଟ କଲେଜ ଖେଳପଡିଆରେ ଅନୁଷ୍ଠିତ ହୋଇଯାଇଛି । ଲାଫିଙ୍ଗ କ୍ଲବ୍ ଓ ସିନିୟର ସିଟିଜେନ ସଂଘର ବହୁ ସଦସ୍ୟ ଉପସ୍ଥିତ ରହି ସ୍ତରୀୟଙ୍କୁ ପୁଷ୍ପ ସୁଲଭ ଓ ଅଂଗବଦ୍ଧ ଦୀର୍ଘ କାବନ କାମନା କରି ମହାପୁରୁଷଂକ୍ରମ ମଞ୍ଚ ପାଠ କରିଥିଲେ । ଏହି ଅବସରରେ ସ୍ତରୀୟଙ୍କ ଡାକ୍ତର ହସ୍ତାନ୍ତରଣ ମହାଦିବ୍ୟ ନିକର ଶିଷ୍ୟ ରୁପେ ଗ୍ରହଣ କରି ପୂର୍ଣ୍ଣାଙ୍ଗ ସରସ୍ୱତୀ ନାମରେ ସର୍ବସାଧାରଣରେ ପରିଚିତ କରାଯାଇଛି । ଏହାକୁ ଉତ୍ସବରେ ସ୍ୱାଗତ କରାଯାଇଛି ଏବଂ ପୂଜାପାଠ ସହ ସାଧୁ ପୋଷାକ ଅର୍ପଣ କରାଯାଇ ସଂବର୍ଦ୍ଧିତ କରାଯାଇଛି । ଉପସ୍ଥିତ ସମସ୍ତ ସଦସ୍ୟ ମାନଙ୍କୁ ସ୍ତରୀୟଙ୍କୁ ବ୍ରହ୍ମପୁର ଗୋକୁଳ ଧାମରେ ଅର୍ଥ ପ୍ରଦାନ ସେବନର ବ୍ୟବସ୍ଥା କରିଥିଲେ ।

ନିରାପତ୍ତା ନିମନ୍ତେ, ଇ ଓ ଟି କ୍ଲବ୍ ଉପରେ ଲେଜର-ଆଧାରିତ ଧକ୍କା ନିରୋଧୀ ଉପକରଣ ସ୍ଥାପିତ



ରାଉରକେଲା, ୦୧/୧୨ (ନି.ପ୍ର): ଯାହିକ ଉନ୍ନତିର ଏକ ଉଲ୍ଲେଖନୀୟ ପଦକ୍ଷେପ ସ୍ୱରୂପ, ସେଲ ରାଉରକେଲା ଲକ୍ଷ୍ମୀତ କାରଖାନାର ପ୍ଲେଟ୍ ମିଲ୍ (ଇଲେକ୍ଟ୍ରିକାଲ) ବିଭାଗର ସାମୁଦ୍ରିକ ଦ୍ୱାରା, ଇ ଓ ଟି କ୍ଲବ୍ ନମ୍ବର ୩୨୦ ଏବଂ ୩୨୧ ରେ ଲେଜର ଆଧାରିତ ଧକ୍କା ନିରୋଧୀ ଉପକରଣର ସ୍ଥାପନା କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମରେ ସୁରକ୍ଷାକୁ ଆହୁରି ଉନ୍ନତ କରିଛି । ପ୍ଲେଟ୍ ମିଲ୍ ବିଭାଗର ପ୍ଲେଟ୍ ସ୍ଥାନାନ୍ତରଣ, ଖୁଲିଲୋଡିଂ ଏବଂ ରକ୍ଷଣାବେକ୍ଷଣ ଭଳି କର୍ତ୍ତବ୍ୟ କାର୍ଯ୍ୟଗୁଡ଼ିକ ପରିଚାଳନା କରିବା ବିନେଇ ନିୟୋଜିତ ଏହି କ୍ଲବ୍‌ଗୁଡ଼ିକ ବର୍ତ୍ତମାନ ନୂତନ ସ୍ଥାପିତ

ନି କସ୍ ସମ୍ପର୍କରେ ପ୍ରସ୍ତୁତି କରାଯାଇଥିଲା, ଖର୍ଚ୍ଚକୁ ଯଥେଷ୍ଟ ହ୍ରାସ କରିବା ସହିତ ନିକସ୍ ସମ୍ପର୍କ ବ୍ୟବହାରକୁ ସର୍ବୋଚ୍ଚ ଉପଯୋଗ କରିଥିଲା । କ୍ଲବ୍ ନମ୍ବର ୩୨୦ ଏବଂ ୩୨୧ ବ୍ୟତୀତ ଅନୁରୂପ ଉପକରଣ ଅନ୍ୟ ପାଞ୍ଚଟି କ୍ଲବ୍ ରେ ସଫଳତାର ସହିତ ସଂସ୍ଥାପିତ ହୋଇଛି ଯଦ୍ୱାରା ପ୍ଲେଟ୍ ମିଲ୍ ବିଭାଗରେ ସୁରକ୍ଷା ବଳମ କୁ ଆହୁରି ସୁବିଧାନ କରିଛି । ଧକ୍କା ନିରୋଧୀ ଉପକରଣର ସ୍ଥାପନ ଠାରୁ ଆରମ୍ଭ କରି ପୂର୍ଣ୍ଣାଙ୍ଗ ପରୀକ୍ଷଣ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ସମସ୍ତ ପ୍ରକଳ୍ପ ପ୍ଲେଟ୍ ମିଲ୍ (ଇଲେକ୍ଟ୍ରିକାଲ) ବିଭାଗର ଇ ଓ ଟି କ୍ଲବ୍ ଗ୍ରାମୀଣ ମହାପାଠକ୍ ନେତୃତ୍ୱରେ ତଥା

ପ୍ଲେଟ୍ ମିଲ୍ ବିଭାଗର ସି କି ଏମ ଶ୍ରୀ ଏତଥ୍ ଓ ଉପାଦାନ ପ୍ଲେଟ୍ ମିଲ୍ ଉଲ୍ଲେଖକାଳ ବିଭାଗର ସି କି ଏମ ଶ୍ରୀ ଆର କେ ମୁକୁଳି କ ମାର୍ଡିବର୍ଣ୍ଣ ସହାୟକ କର୍ମଚାରୀ ଏବଂ ଦକ୍ଷତା ସହିତ କାର୍ଯ୍ୟକାରୀ କରାଯାଇଥିଲା । ଏହି ପ୍ରକଳ୍ପର କାର୍ଯ୍ୟକାରୀତା ନିମନ୍ତେ ପ୍ଲେଟ୍ ମିଲ୍ ଉଲ୍ଲେଖକାଳ ବିଭାଗର ତେପ୍‌ପିଟି ମ୍ୟାନେଜର ଶ୍ରୀ ଡି କେ ସାହୁ, କୁନିଅର ମ୍ୟାନେଜର ଶ୍ରୀ ବି ବରିସାଲ, ଏ ସି ଟି ଶ୍ରୀ ଅନୁରାଗ ଜନସନ ଚନ୍ଦ୍ରୋ ଏବଂ ଏମ ଓ ଏମ ଟି ଶ୍ରୀ ଡି ପି ପାଠୁଆ ସେମାନଙ୍କର ଅତୁଳନୀୟ ଉତ୍ସର୍ଗାତ୍ମତା ଏବଂ ପାରଦର୍ଶିତା ଉପରେ ପ୍ରଦର୍ଶନ କରିଥିଲେ ।

କବି ଦିବାକର ଭୋଇଙ୍କ ପୁସ୍ତକ ଫିକା ଫଗୁଣ ଓ ପ୍ରତିବିମ୍ବ ଉନ୍ମୋଚିତ



ବାସୁଦେବପୁର, ୦୧/୧୨ (ନି.ପ୍ର): ବାସୁଦେବପୁର ପ୍ରେସ ପରିସରରେ ବାଉଁ ତଡ଼େଇ ପ୍ରକାଶନ ସଂସ୍ଥା ଦ୍ୱାରା ପ୍ରକାଶିତ ବିଶିଷ୍ଟ କବି ଦିବାକର ଭୋଇଙ୍କ କବିତା ପୁସ୍ତକ ଫିକା ଫଗୁଣ ଓ ପ୍ରତିବିମ୍ବ ଉନ୍ମୋଚିତ ହୋଇ ଯାଇଛି । ଏହି ଉତ୍ସବରେ ବରିଷ୍ଠ କବି ସୁଦର୍ଶନ ଅରସ୍ଥି ସଭାପତିତ୍ୱ କରିଥିଲେ । ଓଡ଼ିଶାର ବିଶିଷ୍ଟ କବି ହୁଦାନ ପାଣିଗ୍ରାହୀ, କବି ତନ୍ଦୁର ହରିଶ୍ଚନ୍ଦ୍ର ବେହେରା, କବି ତନ୍ଦୁର ଲକ୍ଷ୍ମୀକାନ୍ତ ତ୍ରିପାଠୀ, କବି ସୁଧାଂଶୁ

