

ସଂକ୍ଷେପରେ

ଯୁବ ସଙ୍ଗଠନ ପକ୍ଷରୁ ପୌର ପରିଷଦ ଘେରାଉ

କନ୍ୟାପୁର, ୭।୧୨ (ନି.ପ୍ର.)



ପୌର ପରିଷଦ ଘେରାଉ କରିଥିବା ଯୁବ ସଙ୍ଗଠନର କର୍ମକର୍ତ୍ତା।

ସ୍ୱାବଲମ୍ବୀ ହେବା ଲକ୍ଷ୍ୟ ରଖି ପିଏମ୍ଏସ୍‌ଭି ନିଧି ଯୋଜନାରେ କନ୍ୟାପୁର ପୌର ପରିଷଦକୁ ଆବେଦନ କରି ବାରମ୍ବାର ଦୌଡ଼ିବା ପରେ ହିତାଧିକାରୀଙ୍କୁ ରଣ ନିଳିବାକୁ ଏହାର ପ୍ରତିବାଦରେ ଯୋଗଦାନ କନ୍ୟାପୁର ଯୁବ ସଙ୍ଗଠନ ପକ୍ଷରୁ ପୌର ପରିଷଦ ଘେରାଉ କରାଯାଇଥିଲା। ଏନେଇ କାର୍ଯ୍ୟନିର୍ବାହୀ ଅଧିକାରୀଙ୍କୁ ରବୀନ୍ଦ୍ର ମହାପାତ୍ର ଦାବିପତ୍ର ଦେଇଥିଲେ। ଏଥିରେ ଉଲ୍ଲେଖ ଅଛି ଯେ, ଉପରୋକ୍ତ ଯୋଜନାରେ ଆବେଦନ କଲେ ୧୦ ହଜାର ଟଙ୍କା ରଣ ନିଳିବା ବ୍ୟବସ୍ଥା ରହିଛି। ଏଥିପାଇଁ କନ୍ୟାପୁର ସହରର ଅନେକ ଲୋକ ରଣ ପାଇଁ ଆବେଦନ କରିବାକୁ କନ୍ୟାପୁର ପୌର ପରିଷଦକୁ ଯାଇଥିଲେ। ବାହାର ଯେକୌଣସି ଇ-ସହଜ କେନ୍ଦ୍ରରେ ଅନୁଲାଇନରେ ଆବେଦନ କଲେ ମାତ୍ର ୩୦ ଟଙ୍କା ପଡିଥାନ୍ତା। ମାତ୍ର ପରିଷଦର ଜଣେ କର୍ମଚାରୀ ଏନେଇ ଘ୍ଲାନୀୟ ମହାରାଣୀପେଟାଠାରେ ଥିବା ଏକ ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ଇ-ସହଜ କେନ୍ଦ୍ରକୁ ଆବେଦନ କରିବାକୁ କହିଥିଲେ। ଏଥିପାଇଁ ୫ ଶହ

ଟଙ୍କା ଆବେଦନ ଫି' ପଡିବ ବୋଲି କହିଥିଲେ। ଅନ୍ୟ କେଉଁଠାରୁ ଆବେଦନ କଲେ ଲୋଡ଼ ମିଳିବ ନାହିଁ ବୋଲି କହିବାକୁ ସମସ୍ତ ହିତାଧିକାରୀ କର୍ମଚାରୀ ଜଣକ କହିଥିବା ଇ-ସହଜ କେନ୍ଦ୍ରରେ ଘ୍ଲାନୀୟ ମହାରାଣୀପେଟାଠାରେ ଥିବା ଏକ ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ଇ-ସହଜ କେନ୍ଦ୍ରକୁ ଆବେଦନ କରିବାକୁ କହିଥିଲେ। ଏଥିପାଇଁ ୫ ଶହ

ପିଏମ୍ଏସ୍‌ଭି ନିଧି ଯୋଜନାରେ ମିଳୁନି ରଣ

ହିତାଧିକାରୀଙ୍କୁ ରଣ ମିଳିନାହିଁ। ସମସ୍ତଙ୍କୁ ୧୦ ହଜାର ଟଙ୍କା ଲେଖାଏ ରଣ ପ୍ରଦାନ କରାଯାଇ ନଚେତ୍ ଆବେଦନ ପାଇଁ

ନିଆଯାଇଥିବା ୫ଶହ ଟଙ୍କା ଫେରସ୍ତ କରାଯାଇ ବୋଲି ଯୁବ ସଙ୍ଗଠନ ଦାବି କରୁଛି। ଏଥିସହ ଏକ ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ କେନ୍ଦ୍ରକୁ ଆବେଦନ କରିବାକୁ ହିତାଧିକାରୀଙ୍କ ଉପରେ ଚାପ ପକାଇଥିବା ସମ୍ପୃକ୍ତ କର୍ମଚାରୀଙ୍କ ବିରୋଧରେ ଦୃଢ଼ କାର୍ଯ୍ୟାନୁଷ୍ଠାନ ଗ୍ରହଣ କରିବାକୁ ସଙ୍ଗଠନ କର୍ମକର୍ତ୍ତା ଦାବି କରୁଛନ୍ତି।

ନଦୀରୁ ମହିଳାଙ୍କ ମୃତଦେହ ଉଦ୍ଧାର

ଚିତ୍ରକୋଣ୍ଡା, ୭।୧୨ (ଡି.ଏନ.ଏ.)

ମାଲକାନଗିରି ଜିଲ୍ଲା ଚିତ୍ରକୋଣ୍ଡା ବ୍ଲକ୍ କୁରୁମାଗୁର ପଞ୍ଚାୟତ ନିକଟରେ ଥିବା ନଦୀରେ ବୁଡି ନିଖୋଜ ଥିବା ଜଣେ ମହିଳାଙ୍କ ମୃତଦେହ ଯୋଗଦାନ ଉଦ୍ଧାର କରାଯାଇଛି। ସେ ହେଲେ କୁରୁମାଗୁର ଗ୍ରାମର ନାରାୟଣ ପଲ୍ଲୀଙ୍କ ସ୍ତ୍ରୀ ଲକ୍ଷ୍ମୀ ଆମା ପଲ୍ଲୀ। ସେ ଶନିବାର ଅପରାହ୍ଣରେ ନଦୀରେ ଦେଖା ଡଙ୍ଗା ଚଳାଇ ଆସୁଥିବା ବେଳେ ଡଙ୍ଗାଟି ଭାରସାମ୍ୟ ହରାଇ ବୁଡି ଯାଇଥିଲା। ଅପରାହ୍ଣରେ ଲକ୍ଷ୍ମୀ ନିଖୋଜ ହୋଇ ଫଳରେ ଲକ୍ଷ୍ମୀ ନିଖୋଜ ହୋଇ ପ୍ରାୟ ୧୫ ବର୍ଷର ପିଲା ସିଦ୍ଧାକୁ ଆସିଥିଲେ। ମାତ୍ର

ସେ ନଦୀତୀରରେ ଡଙ୍ଗାରେ ଯିବାକୁ ଚାଲି ହୋଇ ନ ଥିଲେ। ତେବେ ସେ ଡଙ୍ଗାଟି ବୁଡିଯିବା ଦେଖିଥିଲେ। ଗ୍ରାମକୁ ଲୁହାଣୁରୁ ପଞ୍ଚାୟତ ନିକଟରେ ଥିବା ଜଣେ ଫେରି ପିଲାଟି ଏବିଷୟରେ ଗ୍ରାମବାସୀଙ୍କୁ ଜଣାଇବା ପରେ ଗ୍ରାମବାସୀ ଲକ୍ଷ୍ମୀଙ୍କୁ ନଦୀରେ ଖୋଜାଖୋଜି କରି ମଧ୍ୟ ପାଇ ନ ଥିଲେ। ଏ ସମ୍ପର୍କରେ ତହସିଲଦାର ଡି. ପଦ୍ମନାଭ ଦୋରା କାଣିବା ପରେ ବିଭାଗର କର୍ମଚାରୀ ଓ ପୋଲିସକୁ ଅପରାହ୍ଣରେ ନଦୀରେ ଦେଖା ଡଙ୍ଗା ଚଳାଇ ଆସୁଥିବା ବେଳେ ଡଙ୍ଗାଟି ଭାରସାମ୍ୟ ହରାଇ ବୁଡି ଯାଇଥିଲା। ଅପରାହ୍ଣରେ ଲକ୍ଷ୍ମୀ ନିଖୋଜ ହୋଇ ଫଳରେ ଲକ୍ଷ୍ମୀ ନିଖୋଜ ହୋଇ ପ୍ରାୟ ୧୫ ବର୍ଷର ପିଲା ସିଦ୍ଧାକୁ ଆସିଥିଲେ। ମାତ୍ର

୭୫ ଏକର ଜମିରୁ ଗଞ୍ଜେଇଚାଷ ନଷ୍ଟ କରାଗଲା

କୋରୁକୋଣ୍ଡା ୭।୧୨ (ଡି.ଏନ.ଏ.)

ମାଲକାନଗିରି ଜିଲ୍ଲା ଅବକାରୀ ବିଭାଗ ଓ ଚିତ୍ରକୋଣ୍ଡା ପୋଲିସ ମିଳିତ ଚକ୍ରାଭ କରି ଆର୍.ଏସି-୪, ପେଟାଲ, ଆର୍.ଏସି-୧ ଗ୍ରାମଗୁଡ଼ିକରେ ୭୫ ଏକର ଜମିରେ ଚାଷ କରାଯାଇଥିବା ଗଞ୍ଜେଇ ଗଛକୁ ପୋଡି ନଷ୍ଟ କରି ଦେଇଛନ୍ତି। ୧ଲକ୍ଷ ୨୩ହଜାର ୭୫୦

ଗଛ ନଷ୍ଟ କରାଯାଇଛି। ଏହାର ଆନୁମାନିକ ମୂଲ୍ୟ ୧୨କୋଟି ୩୭ଲକ୍ଷ ୫୦ହଜାର ହେବ ବୋଲି ଅବକାରୀ ବିଭାଗ ପକ୍ଷରୁ କୁହାଯାଇଛି। ଚକ୍ରାଭରେ ମାଲକାନଗିରି ଅବକାରୀ ଇଡ୍‌ପେକ୍ଟର ଗଞ୍ଜା ପାଇକରାଏ, ଓଆଇସି ଏଚ୍.ଜଗା ରାଓ, ଏସ୍‌ଆଇ ଦିଲୀପ କୁମାର ନାୟକ, ସଞ୍ଜୟ କୁମାର କାର୍ତ୍ତିକ ସହ ଅନ୍ୟମାନେ ସାମିଲ ହୋଇଥିଲେ।

ମାଲକାନଗିରି ଜନସୂଚନା ଅଧିକାରୀ ଦଣ୍ଡିତ

ମାଲକାନଗିରି, ୭।୧୨ (ଡି.ଏନ.ଏ.)

ସୂଚନା ପ୍ରଦାନରେ ଅବହେଳା

ସୂଚନା ପ୍ରଦାନରେ ଅବହେଳା କରିବାରୁ ଜିଲ୍ଲା ଉଦ୍ୟାନ ବିଭାଗର ଜନ ସୂଚନା ଅଧିକାରୀ ଅର୍ଥ ଦଣ୍ଡରେ ଦଣ୍ଡିତ ହୋଇଛନ୍ତି। ମାଲକାନଗିରିର ସୂଚନା ଅଧିକାର କର୍ମୀ ତଥା ଆଇନଜୀବୀ ଅଶୋକ କୁମାର ପଟ୍ଟନାୟକଙ୍କ ଧାରା ୪ (ଖ)ରେ ରଖା ଯାଇଥିବା ତଥ୍ୟ ଗୁଡ଼ିକ ଜାଣିବା ପାଇଁ ଆବେଦନ କରିଥିଲେ। ୨୮।୧୨୧୨ ରିଖରେ ସମ୍ପୃକ୍ତ ସୂଚନା ଅଧିକାରୀ ସୂଚନା ନ ଦେବାରୁ ଅଶୋକ ଏନେଇ ସୂଚନା

କମିଶନଙ୍କ ଅଦାଲତରେ ଅଭିଯୋଗ କରିଥିଲେ। ଏହାର ନଂ. ୭୨/୧୭୧୨ କମିଶନ ଅଭିଯୋଗର ଶୁଣାଣି କରି ସୂଚନା ଅଧିକାରୀଙ୍କୁ ଦୋଷୀ ସାବ୍ୟସ୍ତ କରିଛନ୍ତି। ଏଥିସହ ତାଙ୍କୁ ୧୦ ହଜାର ଟଙ୍କା ଅର୍ଥ ଦଣ୍ଡରେ ଦଣ୍ଡିତ କରିଛନ୍ତି। ୩୦ ଦିନ ମଧ୍ୟରେ ସେ ସରକାରଙ୍କ ତହସିଲରେ ଟଙ୍କା ଦାଖଲ ନ କଲେ ତାଙ୍କ ଦରମାରୁ ଉକ୍ତ ଅର୍ଥ ଆଦାୟ କରିବାକୁ ବିଭାଗକୁ ନିର୍ଦ୍ଦେଶ ଦେଇଛନ୍ତି।

୫ ବର୍ଷ ହେଲା ଶେଷ ହେଉନି ପ୍ରଧାନମନ୍ତ୍ରୀ ଆବାସ

କୋରୁକୋଣ୍ଡା, ୭।୧୨ (ଡି.ଏନ.ଏ.)



ସରକାର ପ୍ରତ୍ୟେକ ଗରିବ ଶ୍ରେଣୀର ଲୋକଙ୍କ ପାଇଁ ପ୍ରଧାନମନ୍ତ୍ରୀ ଆବାସ ଯୋଜନାରେ ଗୋଟିଏ ଘର ଦେବାପାଇଁ ଧ୍ୟାନ ଦେଇଛନ୍ତି। ମାତ୍ର ଗରିବ ଶ୍ରେଣୀର ଲୋକେ ଏହି ଘର ନିଜ ନିର୍ମାଣ କରି ନ ପାରି କିଛି ଠିକାଦାରଙ୍କୁ ଦେଇଥାନ୍ତି। ଠିକାଦାର ତାର ଫାଇଦା ଉଠାଇ ନିମ୍ନମାନର କାମ କରି ହିତାଧିକାରୀଙ୍କୁ ଘର ଦେଇଥାଏ। ଘର ଯେପରି ହୋଇଥିଲେ ସୁଦ୍ଧା ହିତାଧିକାରୀ କିଛି କହିପାରନ୍ତିନାହିଁ। କୋରୁକୋଣ୍ଡା ବ୍ଲକ୍‌ରେ ଏପରି ଘର ନିର୍ମାଣ କରି ଦେବାକୁ ଠିକା

ଦାର କବାସାଙ୍କ ଅର୍ଦ୍ଧନିର୍ମିତ ଅବସ୍ଥାରେ ପଡିଥିବା ଘର। ନେଇଥିବା ବ୍ୟକ୍ତି ହିତାଧିକାରୀଙ୍କୁ ହଇରାଣ କେତେକ ଘ୍ଲାନରେ ଘର ନିର୍ମାଣ କରି କରୁଥିବା ଅଭିଯୋଗ ହେଉଛି। ଏମାନେ ଏଯାବତ୍ ସାରିନାହାନ୍ତି। ବ୍ଲକ୍‌ର ମାରିବେତା

ହଇରାଣ କରୁଛନ୍ତି ଠିକାଦାର

ପଞ୍ଚାୟତ ରାଜେକ୍ଷେତ୍ର ଗ୍ରାମରେ ଏପରି ଦେଖିବାକୁ ମିଳିଛି। ଗ୍ରାମର ବାର କବାସୀ ପ୍ରଧାନମନ୍ତ୍ରୀ ଆବାସ ଯୋଜନାରେ ଘର ପାଇଥିଲେ। ଏହାକୁ ନିର୍ମାଣ କରି ଦେବାକୁ ଏମିତି-୨୬ ଗ୍ରାମର ଜଣେ ଠିକାଦାର ୫ ବର୍ଷ ହେବ ନେଇ ଏଯାବତ୍ ସାରିନାହାନ୍ତି। ଫଳରେ ହିତାଧିକାରୀଙ୍କ କବାସୀ ହତସତ୍ତ ହେଉଛନ୍ତି। ଏନେଇ ସେ ବାରମ୍ବାର ଠିକାଦାରଙ୍କୁ ଜଣାଉଥିଲେ ମଧ୍ୟ ସେ ଶୁଣୁନାହାନ୍ତି। ଏଥିପ୍ରତି ପ୍ରଶ୍ନାସନ ଦୃଷ୍ଟି ଦେବାକୁ ସେ ନିବେଦନ କରିଛନ୍ତି।

Advertisement for PM Fasal Bima Yojana. It features a large image of a farmer in a yellow shirt and red turban driving a red tractor in a green field. The text in Odia reads: 'ପ୍ରଧାନମନ୍ତ୍ରୀ ଫସଲ ବୀମା ଯୋଜନା ଆତ୍ମନିର୍ଭର କୃଷକ, ସଫଳତାର ପରିଚାୟକ ।' Below the image, it says 'କୃଷକମାନେ ହେଉଛନ୍ତି ଆମ ରାଷ୍ଟ୍ରର ମେରୁଦଣ୍ଡ ଏବଂ ସେମାନଙ୍କ ଆର୍ଥିକ ଭବିଷ୍ୟତକୁ ସୁରକ୍ଷିତ କରିବା ପ୍ରଧାନମନ୍ତ୍ରୀ ଫସଲ ବୀମା ଯୋଜନା (ପିଏମ୍‌ଏସ୍‌ଭିଏଫ୍‌ଆଇ)ର ଲକ୍ଷ୍ୟ ଅଟେ । ପ୍ରାକୃତିକ ଦୁର୍ଘଟାକାରଣରୁ କୃଷକମାନେ ସହୁଥିବା ଫସଲ ହାନି/କ୍ଷତି ପାଇଁ ଏହା କୃଷକମାନଙ୍କୁ ଆର୍ଥିକ ସହାୟତା ଯୋଗାଇଥାଏ । ଏଥିରେ ଅବଦୁତ ଆପଦକାଳୀନ ଅବସ୍ଥା'.

କଳାରୁ କେୟାର

ଶିଶୁର ଉତ୍ତମ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ତଥା ବିଭିନ୍ନ ସମସ୍ୟା ଦୂର କରିବା ନିମନ୍ତେ କଳାରୁ କେୟାର ବା କେଏମସି ଏକ ସୁନ୍ଦର ବିକଳ୍ପ। ନବଜାତ ଶିଶୁକୁ କଳାରୁ ଭଲ ନିଜ ଦୂରା ସହ ଲଗାଇ ରଖିବାକୁ ହୋଇଥାଏ। ମାଆମାନଙ୍କୁ ପରିଷ୍କାର ପରିଚ୍ଛନ୍ନ ଉପରେ ଅଧିକ ଧ୍ୟାନ ଦେବାକୁ ହେବ। ମା'କୁ କୌଣସି ପ୍ରକାରର ରୋଗ ହୋଇ ନ ଥିବ, ସେ ପୋଷାକ ବଦଳାଉଥିବେ ଏବଂ ହାତକୁ ସଫା ରଖିବାକୁ ହେବ। ଯଦି ମାଆଟିଏ କେଏମସି ଦେବାକୁ ଅସମର୍ଥ ତେବେ ଶିଶୁର ପିତା କିମ୍ବା ଦାଦା ଅଥବା ପରିବାରର ଅନ୍ୟ ସଦସ୍ୟ ବି ଶିଶୁକୁ କେଏମସି ଦେଇପାରିବେ।



କିପରି ଦେବେ କେଏମସି କେଏମସି ଦେବା ସମୟରେ ଆଗପଟକୁ ଖୋଲା ହୋଇପାରୁଥିବା ପୋଷାକ ପିନ୍ଧନ୍ତୁ। ଶିଶୁକୁ ମଧ୍ୟ ନ୍ୟାପକ୍ ନିଆଇବା ସହିତ ଆଗପଟକୁ ଖୋଲା ଥିବା ପୋଷାକ ପିନ୍ଧାନ୍ତୁ। ଶିଶୁକୁ କେଏମସି ଦେଉଥିବା ବ୍ୟକ୍ତି ପୋଷାକ ଖୋଲି ଛାଡିବେ କାଳି ଧରନ୍ତୁ। ଏହି ପ୍ରକ୍ରିୟା ବସିବାବେଳେ କିମ୍ବା ଶୋଇବାବେଳେ ଦେଇପାରିବେ। ପ୍ରଥମେ ଅତିକମରେ ୧୦ମିନିଟ୍ ଏବଂ ପରେ ସମୟ ବଢାଇ ପୂରା ଦିନ ଶିଶୁକୁ କେଏମସି ଦେବା ଉଚିତ। ଶିଶୁର ଓଜନ ଅତେଜ କିଲୋଗ୍ରାମକୁ ଅଧିକ ହେଲେ କେଏମସି ବନ୍ଦ କରି ଦିଆଯାଇପାରେ।

ଖାଦ୍ୟବୃତ୍ତି

ଭେଜ୍ ମାଛ ତରକାରି

ଆବଶ୍ୟକ ସାମଗ୍ରୀ: ସୋୟାବିନ୍-୧୦୦ଗ୍ରାମ, ବେତ- ୨ ଖଣ୍ଡ, କଞ୍ଚା କଦଳୀ- ଛୋଟ ୧ଟି ସିଝା, ଆଳୁ- ୪ଟି, ପିଆଜ- ୨ଟି ବଡ଼, ଅଦା- ଛୋଟ ଖଣ୍ଡ, କଞ୍ଚାଲଙ୍କା- ୨/୩ଟି, ରସୁଣ- ୨ଟି ବଡ଼, ଜିରା ଓ ସୋରିଷ- ଅଳ୍ପ, ଲଙ୍କାଗୁଣ୍ଡ- ଅଧା ଚାମଚ, ଚମାଚୋ- ୧ଟା ବଡ଼, ଲୁଣ, ତେଲ ଓ ହଳଦୀ (ଆବଶ୍ୟକ ଅନୁସାରେ)।

ପ୍ରସ୍ତୁତି ପ୍ରଣାଳୀ: ପ୍ରଥମେ ସୋୟାବିନ୍କୁ ଗରମ ପାଣିରେ ଭିଜାଇ ଚିପୁଡି ରଖନ୍ତୁ। କଞ୍ଚା କଦଳୀ ଓ ଆଳୁର ଚୋପା ଛଡ଼ାଇ ଲୁଣ ଓ ହଳଦୀ ଦେଇ ସିଝାଇ ନିଅନ୍ତୁ। ସୋୟାବିନ୍, ପିଆଜ, ଅଦା, ରସୁଣ, କଞ୍ଚାଲଙ୍କାକୁ ହାଲୁକା ଗ୍ରାଉଣ୍ଡ କରି କିମ୍ବା କରି ନିଅନ୍ତୁ। ଏଥିରେ ସିଝା ଆଳୁ ଓ କଦଳୀ, ଲୁଣ, ହଳଦୀଗୁଣ୍ଡ ପକାଇ ଭଲଭାବେ ଚକଟି ନିଅନ୍ତୁ। ସେଥିରେ ବେତକୁ ଛୋଟ ଛୋଟ କରି ମିଶାଇ ଦିଅନ୍ତୁ। ଏବେ ଏହି ପେଷ୍ଟକୁ ଛୋଟ ଛୋଟ ଗୁଳା କରି ମଝିବୁ କଣା କରି କଟା ମାଛ ଭଳି ସେପ୍ ଦିଅନ୍ତୁ ଓ ତାକୁ ମଇଦାରେ ଗଢ଼ାଇ କୋଟି ଦିଅନ୍ତୁ। ଏହିପରି ସବୁତକ



ମାଛ ପିଢ଼ି ଭଳି କରି କଡ଼େଇରେ ତେଲ ପକାଇ ଧାରେ ଧାରେ ଭାଜି ଦିଅନ୍ତୁ। ଏହାପରେ ତରକାରି ନିମନ୍ତେ ପିଆଜ, ରସୁଣ, ସୋରିଷ ଓ ଜିରାକୁ ବାଟି ବେସର ମସଲା ଗ୍ରାଉଣ୍ଡ କରି ଦିଅନ୍ତୁ। କଡ଼େଇରେ ତେଲ ଗରମ କରି ସେଥିରେ କଟା ଆଳୁକୁ ଟିକେ ଭାଜି ଦିଅନ୍ତୁ। ପୁଣି ଥରେ କଡ଼େଇରେ ତେଲ ଗରମ କରି ସେଥିରେ କଟା ପିଆଜ ପକାନ୍ତୁ। ପିଆଜ ବାଦାମା ହୋଇଗଲେ ସେଥିରେ ବଟା ମସଲାକୁ ଅଳ୍ପ କଷି ସେଥିରେ ଲଙ୍କାଗୁଣ୍ଡ, ହଳଦୀଗୁଣ୍ଡ ଓ ଲୁଣ ପକାଇ ଭଲଭାବେ ଗୋଳାନ୍ତୁ। ଏହାପରେ ଚମାଚୋ ଓ ଆଳୁ ପକାଇ କଷିବା ପରେ ସେଥିରେ ପାଣି ଦେଇ ଘୋଡ଼ାଇ ଦିଅନ୍ତୁ। ଆଳୁ ସିଝିଗଲା ପରେ ସେଥିରେ ଭଜା ଭେଜ୍ ମାଛଗୁଡ଼ିକୁ ପକାନ୍ତୁ। ତେବେ ତରକାରି ଟିକେ ଥଣ୍ଡା ହେବା ପରେ ଏହି ମାଛକୁ ପକାଇଲେ ଚାହା ପିଟିବ ନାହିଁ।

ଘରୋଇ ହେୟାର ମାସ୍କ

ଦୃଷ୍ଟିତ ପରିବେଶରେ କେଶ ଝଡ଼ିବା କିମ୍ବା ସମୟ ପୂର୍ବରୁ ଧଳା ହୋଇଯିବା ଭଳି ବିଭିନ୍ନ ସମସ୍ୟା ଦେଖାଯାଉଛି। ତେବେ ସୁନ୍ଦର ଲମ୍ବା, ଘନ କଳା କେଶ ଚାହୁଁଥିଲେ ଆପଣାକୁ ଘରୋଇ ମାସ୍କ...
▶ ଦହିରେ କେଶ ମୃଳକୁ ଭଲଭାବେ ମସାକ କରନ୍ତୁ। ଦହି ଶୁଖିଗଲା ପରେ ସାମୁଁ କରାଇ ନିଅନ୍ତୁ।
▶ ରାତିରେ ମେଥୁକୁ ଭିଜାଇ ସକାଳେ ତା'ର ପେଷ୍ଟ ତିଆରି କରନ୍ତୁ। ଏହି ପେଷ୍ଟକୁ କେଶ ମୃଳରେ ଲଗାଇ ଶୁଖିବା ପରେ ଭଲଭାବେ ଧୋଇ ନିଅନ୍ତୁ।
▶ ୨ଟି ପାଚିଲା କଦଳୀ, ୨ଟି ଅଣ୍ଡା ଓ ୩ ଚାମଚ ମହୁ ଓ ଅଳ୍ପ ଅଧିକ ମିଶାଇ ମୁଣ୍ଡରେ ଲଗାନ୍ତୁ। ଏହି ହେୟାର ମାସ୍କକୁ ଲଗାଇବାର ୧ ଘଣ୍ଟା ପରେ କେଶକୁ ସାମୁଁ କରି ଦିଅନ୍ତୁ।
▶ ଅଣ୍ଡାରେ ଅଳ୍ପ ଅଧିକ ଲଗାଇ ମୁଣ୍ଡରେ ଲଗାନ୍ତୁ। କିଛି ସମୟ ପରେ ସାମୁଁ କରି ଦିଅନ୍ତୁ, କେଶ ଝଡ଼ିବା କମ୍ ହୋଇଯିବ।
▶ କେଶ ଦୋମୁହାଁ ହୋଇ ଯାଉଥିଲେ ୧ ଚାମଚ ବାଦାମ ତେଲରେ ଗୋଟିଏ ଅଣ୍ଡାର ଧଳା ଅଂଶକୁ ମିଶାଇ କେଶ ମୃଳକୁ ଶେଷଯାଏ ଲଗାନ୍ତୁ। ୧ ଘଣ୍ଟା ପରେ ଧୋଇ ଦିଅନ୍ତୁ।
▶ ୨-୩ଟି ପାଚିଲା କଦଳୀକୁ ପେଷ୍ଟ କରି ତାକୁ ଝିମ୍ କର କେଶରେ ମାସ୍କ ଭଳି ଲଗାନ୍ତୁ ଓ ୧୫ ମିନିଟ୍ ପରେ ଧୋଇ ଦିଅନ୍ତୁ। କେଶର ଉଜ୍ଜ୍ୱଳତା ବୃଦ୍ଧି ପାଇବ।
▶ ନିଆଁ ତେଲରେ ଲେମ୍ବୁ ମିଶାଇ ଲଗାଇବାର ୧ ଘଣ୍ଟା ପରେ ଧୋଇ ଦିଅନ୍ତୁ। କେଶ ମଜଭୁତ ହେବ। ଅଳ୍ପ ଅଧିକ ଏବଂ ସୋରିଷ ତେଲକୁ ମିଶାଇ କେଶରେ ଲଗାଇଲେ କେଶ ମଜଭୁତ ହୁଏ।
▶ କ୍ଷୀର ଓ ମହୁକୁ ସମାନ ମାତ୍ରାରେ ମିଶାଇ କେଶ ମୃଳରେ ମସାକ କରି ୨୫ମିନିଟ୍ ପରେ ଧୋଇ ଦିଅନ୍ତୁ। ଅଣ୍ଡାର ହଳଦିଆ ଅଂଶରେ ଦହି ମିଶାଇ କେଶରେ ଲଗାଇବାର ୧୫ ମିନିଟ୍ ପରେ ସାମୁଁ କରନ୍ତୁ।



ମାମାତାର ବନ୍ଧୁତ୍ୱ



ଲୁବନା



ପ୍ରେମଲତା



ଦେବଦର୍ଶିନୀ

ଏମିତି ଏକ ସମ୍ପର୍କ ଯେଉଁଠି ଥାଏ ଭଲପାଇବାର ଅଲିଖିତ ରୁଚ୍ଛି। ଅନାବିଳ ପ୍ରେମ ଆଉ ଅଯାଚିତ ସ୍ନେହର ପ୍ରତିଶ୍ରୁତି ଭରସା, ବିଶ୍ୱାସ ଆଉ ସ୍ନେହ ମମତାର ଡୋରିରେ ବନ୍ଧା ମା'ଝିଅଙ୍କ ସମ୍ପର୍କ ହେଲେ ସମାଜର କଟିକ ପରିସ୍ଥିତିରେ ଭୁଲଠିକ୍, ଭଲମନ୍ଦର ବିଚାର କରିବାବେଳେ ମାଆ ହିଁ ପାଲଟିଥାଏ ପଥ ପ୍ରଦର୍ଶକ ଆଉ ଦରଦା ବନ୍ଧୁ ସାଙ୍ଗ ଭଳି ସବୁ ସୁଖଦୁଃଖ ବାଣ୍ଟି ସହଜରେ ନିଜେ ସବୁ ସମସ୍ୟା ସମାଧାନ କରିପାରେ...

ନିଜକୁ ସୁରକ୍ଷିତ କରିହେବ ସେନେଇ ବି ମାଆର ପରାମର୍ଶ ଝିଅ ପାଇଁ ବରଦାନ ହୋଇଥାଏ। ସେହିପରି କୌଣସି ପ୍ରକାରର ଭୁଲ୍ କାମରେ ଯେଉଁଠି ବାହାର ବନ୍ଧୁମାନେ ଜାଣିପାରି ପାଲଟି ନେବାକୁ ଚେଷ୍ଟା କରନ୍ତି ସେଠାରେ ମାଆଟିଏ ଜାଣି ତାକୁ ରକ୍ଷା କରିବା ସହିତ ତା'ର ମାର୍ଗଦର୍ଶନ କରିପାରନ୍ତି।



ନିଜକୁ ସୁରକ୍ଷିତ କରିହେବ ସେନେଇ ବି ମାଆର ପରାମର୍ଶ ଝିଅ ପାଇଁ ବରଦାନ ହୋଇଥାଏ। ସେହିପରି କୌଣସି ପ୍ରକାରର ଭୁଲ୍ କାମରେ ଯେଉଁଠି ବାହାର ବନ୍ଧୁମାନେ ଜାଣିପାରି ପାଲଟି ନେବାକୁ ଚେଷ୍ଟା କରନ୍ତି ସେଠାରେ ମାଆଟିଏ ଜାଣି ତାକୁ ରକ୍ଷା କରିବା ସହିତ ତା'ର ମାର୍ଗଦର୍ଶନ କରିପାରନ୍ତି।

ଢାଲ ଭଳି ଛିଡ଼ା ହୋଇ ଅଭୟ ପ୍ରଦାନ କରିଥାଏ। ମାଆ ଝିଅଙ୍କର ବନ୍ଧୁ ଭଳି ସମ୍ପର୍କ ରହିଲେ ଏମିତି ଅନେକ ସମସ୍ୟାର ସମାଧାନ ଠିକ୍ ସମୟରେ ହୋଇଯାଏ। ଉପଯୁକ୍ତ ପରାମର୍ଶ: ନାରୀର ଅନେକ ରୂପ ଅଛି। କେତେବେଳେ ସେ କୁନି ଝିଅଟିଏ ହୋଇ ଗାଁ ଦାଣ୍ଡରେ ପୁତ୍ର ବିହୀନ ଭଳି ଉଡ଼ିବୁଲେ ତ କେବେ ଅନେକ କାଲିକା କଟକଣାରେ ତାକୁ ଚଳିବାକୁ ହୁଏ। ବୟସ ବଢ଼ିବା ସଙ୍ଗେ ସଙ୍ଗେ ଝିଅଟିଏ ଏମିତି ବିଭିନ୍ନ ପର୍ଯ୍ୟାୟରେ ସମ୍ପର୍କର ଡୋରି ସମାଧିଥାଏ। ହେଲେ ଏସବୁ ଭିତରେ ଠିକ୍ ଭୁଲ୍ ନିଷ୍ଠିରି ନେବାପାଇଁ ମାଆଙ୍କର ପରାମର୍ଶ ନିହାତି ଲୋଡ଼ା ହୋଇଥାଏ। ଆଉ ମାଆ ହିଁ ଝିଅର ଭବିଷ୍ୟତକୁ ସୁରକ୍ଷା ଦେବାପାଇଁ ଉପଯୁକ୍ତ ପରାମର୍ଶ ଦେଇଥାନ୍ତି। ପଥ ପ୍ରଦର୍ଶକ: କଥାରେ ଅଛି ସତସଙ୍ଗ ବନ୍ଧୁ ସମସ୍ୟାରୁ ମୁକ୍ତି ମିଳିଥାଏ। ଝିଅଟିଏ ବଡ଼ ହୋଇ କୌଣସି ଭୁଲ୍ କାମ କରିବା ପୂର୍ବରୁ ମାଆ ତାକୁ ସତେଜନ କରାଇ ଭୁଲ୍ ସୁଧାରି ନେବାର ସୁଯୋଗ ଦେଇଥାଏ। ସେହିଭଳି ସମାଜରେ ପ୍ରତି ପାଦେ ପାଦେ କିଭଳି ବିପଦକୁ ଆଡ଼େଇ

ଫ୍ୟାଶନ

ଶୀତ ପୋଷାକର ସ୍ୱାଇଲିଷ୍ ଲୁକ୍

ଶୀତଦିନେ ଅଧିକ ଯାଉଥିଲେ ଆପଣ ଡେନିମ୍ ଜ୍ୟାକେଟ୍ ପିନ୍ଧିଲେ ଭଲ ଲାଗିବ। ଯଦି ଡେନିମ୍ ଜ୍ୟାକେଟ୍ ପିନ୍ଧିବାକୁ ଆପଣ ପସନ୍ଦ କରୁନାହାନ୍ତି ତେବେ ଫୁଲ୍ ହାତଥିବା ଉଲ୍ଲେଟ୍ ଟି-ଶାର୍ଟ ବା ଟପ୍ ସହିତ ମ୍ୟାଟି' ଶ୍ରୀ ପିନ୍ଧିପାରିବେ। କେବେକେବେ ଅଲଗା ଲୁକ୍ ନିମନ୍ତେ ସିକ୍ ଶୁର୍ଟ କିମ୍ବା ଶାଢ଼ି ସହିତ କଣ୍ଟ୍ରାଷ୍ଟ ଶାଲ୍ ମଧ୍ୟ ପିନ୍ଧିପାରିବେ। ଏହି ରଠୁରେ ପ୍ରାୟତଃ ଲେୟରଥିବା ପୋଷାକ ଭଲ



ଏବେ ହାଲଟେକ୍ ଯୁଗ। ବିଭିନ୍ନ କ୍ଷେତ୍ରରେ ପରିବର୍ତ୍ତନର ଧାରା ଜାରି ରହିଛି। ଠିକ୍ ସେହିପରି ଫ୍ୟାଶନ ଦୁନିଆରେ ବି ପୋଷାକ ପରିଧାନରେ ପରିବର୍ତ୍ତନ ହୋଇଥାଏ। ଶୀତଦିନେ ସ୍ୱେଟର, ଜ୍ୟାକେଟ୍, ଶାଲ୍ ଆଦି ପିନ୍ଧିବାକୁ ପଡ଼ିଥାଏ। ତେବେ ଫ୍ୟାଶନ ଟ୍ରେଣ୍ଡରେ ସାମିଲ ହେବାକୁ ଚାହୁଁଥିଲେ କାହା ସହିତ କ'ଣ ପିନ୍ଧିବେ ଜାଣି ରଖନ୍ତୁ...



ଲାଗିଥାଏ। ଯେକୌଣସି ଡ୍ରେସ୍ ସହିତ କଲରଫୁଲ୍ ସ୍ୱେଟର ବି ଆପଣଙ୍କୁ ସ୍ୱାର୍ଟଲୁକ୍ ଦେବ। ଅତ୍ୟଧିକ ଶୀତରେ ଯଦି କୌଣସି ପାର୍ଟି ଯାଉଛନ୍ତି ତେବେ ସେହି ଅନୁସାରେ ପୋଷାକ ପିନ୍ଧନ୍ତୁ। ଅର୍ଥାତ୍ ଯଦି ପାର୍ଟି କୌଣସି ଖୋଲାଘାନ୍ତ କିମ୍ବା ଲନ୍ଦରେ ହେଉଥାଏ ଏବଂ ଆପଣଙ୍କୁ ଅଧିକ ସମୟ ରହିବାକୁ ଥାଏ ତେବେ ଶୀତ ପୋଷାକ ପିନ୍ଧିପାରିବେ। ଏଥିରେ ଶରୀରର ଉପରିଭାଗ କଭର ହୋଇ ରହିବ ଓ ସୁନ୍ଦର ଦିଶିବ। ଲମ୍ବା, ସ୍ୱାଇଲିଷ୍ ଏବଂ କ୍ଲାସି ଓଭରକୋଟ୍ ମଧ୍ୟ ଶୀତରୁ ରକ୍ଷା କରିବା ସହିତ ସ୍ୱାର୍ଟ ଲୁକ୍ ଦେଇପାରିବ। ପାରମ୍ପରିକ ଫ୍ୟାଶନ ଅନୁସାରେ କିଛି ଲୋକ ଭାବନ୍ତି କି ଫ୍ଲୋରାଲ ପ୍ରିଣ୍ଟ କେବଳ ଖରାଦିନେ ଭଲ ଲାଗେ। କିନ୍ତୁ ଶୀତରେ ବି ଫ୍ଲୋରାଲ ପ୍ରିଣ୍ଟର ଡ୍ରେସ୍ ଚାଲିଛି।

