

ସଂକ୍ଷେପରେ

କୋଇଲା ଦୁର୍ନୀତି ମାମଲା: ଶୁଣାଣି କରିବେ ୨ ବିଚାରପତି

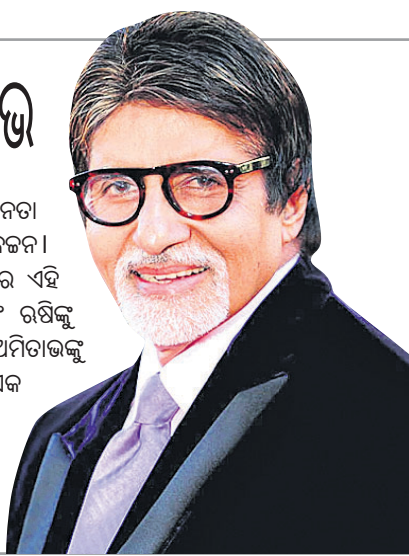


ଭୁବନେଶ୍ୱର ଡାକ ଲିନ୍

ଗତ ଜାନୁଆରୀ ପ୍ରାୟ ୫୩ କୋଟି ଟଙ୍କା ଡାକ ଲିନ୍ ଉପରେ ୨୦୧୧ ମସିହାରେ...

ରକ୍ଷିତ ସ୍ଥାନ ମେଲେ ଅମିତାଭ

ହରିଦ୍ୱର ପୁଲି 'ଦ ଭକ୍ତ'ର ହିନ୍ଦୀ ଭାଷଣରେ ବଲିଉଡ୍ ଅଭିନେତା...



ଦ୍ରୁତ ବେଗରେ ବଢ଼ୁଛି ସଂକ୍ରମଣ

୨୫ ଦିନରେ ୨୦ ହଜାରରୁ ଲକ୍ଷେ

ନୂଆଦିଲ୍ଲୀ, ୫୪ (ପି.ଟି.)

ମହାରାଷ୍ଟ୍ରରୁ ପ୍ରବାସୀ ଶ୍ରମିକ ଘରମୁହାଁ

ନାସିକ, ୫୪



ବନ୍ଧୁ ସଂଖ୍ୟାରେ ଘର ବାହୁଡ଼ା ପ୍ରବାସୀ ଶ୍ରମିକ ମୁମ୍ବାଇର ଲୋକମାନଙ୍କ ତିଳକ ଚର୍ଚ୍ଚନାରେ ଚନ୍ଦ୍ର ଧରିବା ପାଇଁ ଏକାଠି ହୋଇଛନ୍ତି।

ମହାରାଷ୍ଟ୍ରରେ କରୋନା ସଂକ୍ରମଣ ଦ୍ରୁତ ବେଗରେ ବଢ଼ିଚାଲିଥିବାବେଳେ...

ଗତ ଲକ୍ଷତାଉନରେ ନାହିଁ ନଥିବା ହିନ୍ଦୁ ହୋଇଥିଲେ ଦାବୀ

ରାଜ୍ୟରେ ରାତ୍ରିକାଳୀନ କର୍ମୀ ଏବଂ ସମସ୍ତଙ୍କୁ ଲକ୍ଷତାଉନ ଲାଗୁ ହୋଇଛି

ଆଗକୁ ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ଲକ୍ଷତାଉନ ଆଣିବା କରୁଛନ୍ତି ପ୍ରବାସୀ ଶ୍ରମିକ

ଏବଂ ପଶ୍ଚିମବଙ୍ଗ ଫେରିଗଲେଣି। ଏହି ଶ୍ରମିକମାନେ ବିଭିନ୍ନ ରୋଗରାଶି, ଶିଳ୍ପସଂସ୍ଥା ଓ ନିର୍ମାଣ କାର୍ଯ୍ୟରେ...

ପରିବାର ସଦସ୍ୟମାନଙ୍କୁ ସାଙ୍ଗରେ ଧରି ନିଜ ଘର ଉତ୍ତରପ୍ରଦେଶର କାନପୁର ଅଭିମୁଖେ ବାହାରିଛନ୍ତି।

ବୋଲି ସେ କହିଛନ୍ତି। ଗତଥର ଲକ୍ଷତାଉନ ବେଳେ ତାଙ୍କ ନିରୁଦ୍ଧିତା ଚେନ୍ନାଇର ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଖାଦ୍ୟ ଓ ଆଶ୍ରୟ ଯୋଗାଇ ଦେଇଥିଲେ।

ଡକ୍ଟର ରୁଦ୍ଧି ୨୭ ମୃତ

ଡକ୍ଟର, ୫୪: ବାଂଲାଦେଶର ଶାତାଲାଖ୍ୟା ନଦୀରେ ପ୍ରାୟ ୧୦୦ ଯାତ୍ରୀଙ୍କୁ ନେଇ ଯାଉଥିବା ଏକ ତଳା ଏକ ମାଲବାହୀ...

ସାଙ୍ଗ ମୃତ୍ୟୁରେ ୩

ଡକ୍ଟର, ୫୪: ବନ୍ୟପ୍ରାଣୀ ଶିକାର ପାଇଁ ଜଙ୍ଗଲକୁ ଯାଇଥିବା ଜଣେ ଯୁବକଙ୍କ ମୃତ୍ୟୁ ଘଟଣା ପରେ ଡକ୍ଟରଙ୍କ ମୃତ୍ୟୁ...

ଆଜି ୫ ରାଜ୍ୟରେ ନିର୍ବାଚନ

ନୂଆଦିଲ୍ଲୀ, ୫୪

ପଶ୍ଚିମବଙ୍ଗ, କେରଳ, ଆସାମ, ତାମିଲନାଡୁ ଓ ଛତିଶଗଡ଼ରେ ମଙ୍ଗଳବାର ନିର୍ବାଚନ ଅନୁଷ୍ଠିତ ହେବ।

ମହାରାଷ୍ଟ୍ରରେ ପ୍ରାୟ ୨୯ ଲକ୍ଷରେ ପହଞ୍ଚିବାକୁ ଯାଉଥିବା ପ୍ରବାସୀ ଶ୍ରମିକମାନେ ନାହିଁ ନ ଥିବା ଅନୁଭବ ହେଉଛି।

ଆଗାମୀ ଦିନରେ ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ଲକ୍ଷତାଉନ ହେବା ଆଶଙ୍କାରେ ମହାରାଷ୍ଟ୍ରରେ ପ୍ରବାସୀ ଶ୍ରମିକମାନେ ଘରମୁହାଁ ହୋଇଛନ୍ତି।

ଆଗାମୀ ଦିନରେ ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ଲକ୍ଷତାଉନ ହେବା ଆଶଙ୍କାରେ ମହାରାଷ୍ଟ୍ରରେ ପ୍ରବାସୀ ଶ୍ରମିକମାନେ ଘରମୁହାଁ ହୋଇଛନ୍ତି।

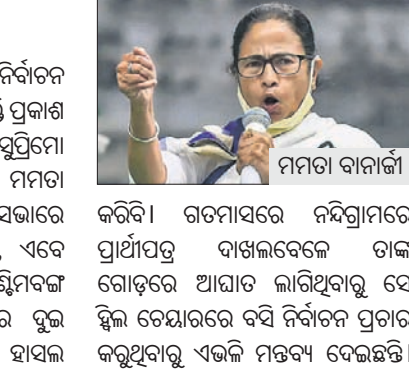
‘ଗୋଟିଏ ଗୋଡ଼ରେ ପଶ୍ଚିମବଙ୍ଗ, ଦୁଇ ଗୋଡ଼ରେ ଦିଲ୍ଲୀ ଜିତିବି’

କୋଲକାତା, ୫୪

ପଶ୍ଚିମବଙ୍ଗରେ ବୃତ୍ତୀୟ ପର୍ଯ୍ୟାୟ ନିର୍ବାଚନ ପୂର୍ବରୁ ନିଜ ବିଜୟ ପାଇଁ ଦକ୍ଷେଇ ପ୍ରକାଶ କରିଛନ୍ତି ବଙ୍ଗର ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀ ମୁଖାର୍ଜୀ।

ପଶ୍ଚିମବଙ୍ଗରେ ବୃତ୍ତୀୟ ପର୍ଯ୍ୟାୟ ନିର୍ବାଚନ ପୂର୍ବରୁ ନିଜ ବିଜୟ ପାଇଁ ଦକ୍ଷେଇ ପ୍ରକାଶ କରିଛନ୍ତି ବଙ୍ଗର ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀ ମୁଖାର୍ଜୀ।

ପଶ୍ଚିମବଙ୍ଗରେ ବୃତ୍ତୀୟ ପର୍ଯ୍ୟାୟ ନିର୍ବାଚନ ପୂର୍ବରୁ ନିଜ ବିଜୟ ପାଇଁ ଦକ୍ଷେଇ ପ୍ରକାଶ କରିଛନ୍ତି ବଙ୍ଗର ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀ ମୁଖାର୍ଜୀ।



କରିବି। ଗତଦିନରେ ନିର୍ବାଚନରେ ପ୍ରାର୍ଥୀପତ୍ର ଦାଖଲବେଳେ ତାଙ୍କ ଗୋଡ଼ରେ ଆଘାତ ଲାଗିଥିବାରୁ ସେ ଦିଲ୍ଲୀ ଚେନ୍ନାଇରେ ବସି ନିର୍ବାଚନ ପ୍ରଚାର କରୁଥିବାରୁ ଏଭଳି ମନ୍ତବ୍ୟ ଦେଇଛନ୍ତି।

ଜଳୁଛି ଭାରତରାଜ୍ୟର ୪୫ ଜଙ୍ଗଲ

ଡେହାଡୁନ, ୫୪



ପଶ୍ଚିମବଙ୍ଗରେ ବିଭିନ୍ନ ଅଞ୍ଚଳରେ ଥିବା ପ୍ରାୟ ୪୫ ଜଙ୍ଗଲ ଏବେ ହୁ ହୁ ହୋଇ ଜଳୁଛି। ସରକାରୀ ତଥ୍ୟ ଅନୁସାରେ ଗଢ଼ୁଆ ଏବଂ କୁମ୍ଭୀର ସ୍ଥିତ ନୈନିତାଳ, ଆଲମୋରା, ଡେହରୀ ଏବଂ ପୌରି ଜିଲ୍ଲାର ଜଙ୍ଗଲରେ ଭୀଷଣ ନିଆଁ ଲାଗିଛି।

ପ୍ରତ୍ୟେକ ଦିନ ସହ ୧୩ ଶହ ଫାୟାର ବ୍ରିଜ ଷ୍ଟେସନ ନିର୍ମାଣ କରାଯାଇଛି।

ପଶ୍ଚିମବଙ୍ଗରେ ବିଭିନ୍ନ ଅଞ୍ଚଳରେ ଥିବା ପ୍ରାୟ ୪୫ ଜଙ୍ଗଲ ଏବେ ହୁ ହୁ ହୋଇ ଜଳୁଛି।

ପ୍ରତିବର୍ଷ ଏହି ସମୟରେ ଭାରତରାଜ୍ୟର ଅଧିକାଂଶ ଜଙ୍ଗଲରେ ନିଆଁ ଲାଗିଥାଏ। ଶୁଖିଲା ପତ୍ର ଓ ଝୁଲୁଥିବା କାରଣରୁ ନିଆଁ ବ୍ୟାପିଥାଏ।

ପ୍ରତିବର୍ଷ ଏହି ସମୟରେ ଭାରତରାଜ୍ୟର ଅଧିକାଂଶ ଜଙ୍ଗଲରେ ନିଆଁ ଲାଗିଥାଏ।

ପ୍ରତିବର୍ଷ ଏହି ସମୟରେ ଭାରତରାଜ୍ୟର ଅଧିକାଂଶ ଜଙ୍ଗଲରେ ନିଆଁ ଲାଗିଥାଏ।

ପ୍ରତିବର୍ଷ ଏହି ସମୟରେ ଭାରତରାଜ୍ୟର ଅଧିକାଂଶ ଜଙ୍ଗଲରେ ନିଆଁ ଲାଗିଥାଏ।

- ୧୩ ଶହ ହେକ୍ଟରରୁ ଊର୍ଦ୍ଧ୍ୱ ଜଙ୍ଗଲ ସମ୍ପଦ ନଷ୍ଟ
ନିଆଁଲାଗିରେ ବାୟୁସେନା ୨ ହେଲିକପ୍ଟର ନିୟୋଜିତ
୧୨ ହଜାର ବନ କର୍ମଚାରୀ ସାମିଲ

ପ୍ରଭାବିତ ହୋଇଛି। ଫଳରେ ପ୍ରାୟ ଦେଢ଼ ବର୍ଷ ଧରି ଗଦା ହୋଇଗଲେଥିବା ଶୁଖିଲା ପତ୍ର ହରାଇବା ଅଗ୍ନି ପ୍ରତିରୋଧକାରୀକ ପକ୍ଷେ ସହଜ ହୋଇପାରୁନାହିଁ।

ସଂକ୍ଷେପରେ

ମଦ ବୋହେଇ ଗାଡ଼ି ଓଲଟିଲା, ହେଲିପଦ ମୃତ

ବାଲିଚିପୋଷି, ୫୪୪ (ଡି.ଏନ.ଏ.): ମୟୂରଭଞ୍ଜ ଜିଲ୍ଲା ବାଲିଚିପୋଷି ଥାନା ୪୯୯୯ ନଂ. ନାଡ଼ାୟ ରାଜପଥର ଡାକଖୁଣ୍ଟି ଘାଟିରେ ଏକ ମଦ ବୋହେଇ କଟ୍ଟେରର ଓଲଟି ହେଲପଦର କ୍ୱାଟୁ ଘଟଣା ହେଲେ ବନ୍ଧୁକ ଗାନ୍ଧୀ ଏମ୍ବି ହିତ୍ତା।

କଲେଶ୍ୱର, ୫୪୪ (ଡି.ଏନ.ଏ.)

ଉତ୍ତର ବାଲେଶ୍ୱରର ଜୀବନରେଖା କୁହାଯାଉଥିବା ସୁବର୍ଣ୍ଣରେଖା ନଦୀ ବାଲି ମାଟିଆଳ କବ୍ଜାରେ । ପଶ୍ଚିମବଙ୍ଗର ବାଲି ମାଟିଆଳ ମାନେ ଓଡ଼ିଶା ସୀମାବର୍ତ୍ତୀ ସୁବର୍ଣ୍ଣରେଖା ନଦୀପାଠାକୁ ଜବରଦସ୍ତ ମେଶିନ ସହାୟତାରେ ବାଲି ଉତ୍ତୋଳନ କରି ନେଉଥିବାରୁ ନଦୀର ପତନ ଧୀରେ ଧୀରେ କମି କମି ଯାଇଛି ଓ ନଦୀ ଅଧିକ ଗଭୀର ହୋଇଯାଇଛି । ନଦୀର ଗତିପଥ ବଦଳିବା ସହ କୁଳ ଖାଇ ଧନଜୀବନ ପ୍ରତି ବିପଦ ସୃଷ୍ଟି ହୋଇଛି ।



ସୁବର୍ଣ୍ଣରେଖା ନଦୀଶାଖା ।

ନଦୀରୁ ମାଛ ମାରି ଜୀବିକା ଉପାର୍ଜନ କରିଥାଉଥିବା ସୁବର୍ଣ୍ଣରେଖା ନଦୀର ବାଲିର ସମୃଦ୍ଧି ଅଧିକ ହେବାକୁ ନିର୍ଦ୍ଦୋଷ ନିର୍ଦ୍ଦୋଷ ମାଟି ଯୋଗୁ ବର୍ଷାକାଳ ଶସ୍ୟଖାମଳା ବ୍ୟାପକ ହୋଇଛି । ଭୂତଳ ଜଳସ୍ତର ୧୦୦ଫୁଟ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଚଳୁଛି ଖସିଯାଇଛି । ଫଳରେ ନଦୀ ଅବବାହିକାରେ ଥିବା ଗ୍ରାମଗୁଡ଼ିକରେ ଜଳ ସଂକଟ ସୃଷ୍ଟି ହୋଇଛି । ଅଗଭୀର ନଳକୂପରୁ ଚାଷ ଓ ପିଇବା ପାଇଁ ପାଣି ମିଳୁନାହିଁ ।

ରଞ୍ଜନୀ ସାମୁଦ୍ରିକ ଆନାଧୁନିକ ଡିଜିଟାଲ ମେଡିକାଲ

ବାସୁଦେବପୁର, ୫୪୪ (ଡି.ଏନ.ଏ.)-ଭଦ୍ରକ ଜିଲ୍ଲା ବାସୁଦେବପୁର ରଞ୍ଜନୀ ସାମୁଦ୍ରିକ ଆନାଧୁନିକ ମହାନଦୀ ହାଟିକରୁ ନିର୍ମାଣ କରାଯାଇଥିବା ରଞ୍ଜନୀ ସାମୁଦ୍ରିକ ଆନାଧୁନିକ ମେଡିକାଲ ସେଣ୍ଟର ପାଇଁ ପୌଲିସ ପ୍ରତିଷ୍ଠା ଦିବସ ଅବସରରେ ଡିଜିଟାଲ ମେଡିକାଲ ପ୍ରଦାନ କରାଯାଇଛି ।

ବିଦ୍ୟୁତ୍ ଦର ବୃଦ୍ଧି ପ୍ରତିବାଦରେ ଧାରଣା



ରେପୁଣା ଗୋଲେଇସ୍ଥିତ ନେତ୍ୟା ଅଫିସ୍ ସମ୍ମୁଖରେ କଂଗ୍ରେସ ପକ୍ଷରୁ ଧାରଣା ଦିଆଯାଇଛି ।

ବାଲେଶ୍ୱର ଅଧିକ, ୫୪୪

ଅହେତୁକ ବିଦ୍ୟୁତ୍ ଦର ବୃଦ୍ଧି ପ୍ରତିବାଦରେ ପ୍ରଦେଶ କଂଗ୍ରେସ କମିଟି ଆହ୍ୱାନରେ ଜିଲ୍ଲା କଂଗ୍ରେସ କମିଟି ପକ୍ଷରୁ ଯୋମବାର ବାଲେଶ୍ୱର ଜିଲ୍ଲା ରେପୁଣା ଗୋଲେଇସ୍ଥିତ ନେତ୍ୟା ଅଫିସ୍ ସମ୍ମୁଖରେ ଧାରଣା ଦିଆଯାଇଛି ।

ଓ ପରେ କରୋନା ଯୋଗୁ ସବୁବର୍ଗର ଲୋକଙ୍କ ସହ ବିଦ୍ୟୁତ୍ ବ୍ୟବହାରକାରୀ ଅଣ୍ଟା, କ୍ଷୁଦ୍ର, ମଧ୍ୟମ ଶିକ୍ଷାନୁଷ୍ଠାନ ଆର୍ଥିକ ବ୍ୟବସ୍ଥା ଦୁର୍ବଳ ହୋଇଯାଇଛି ।

ନିମିଆଏ । ଜଳ ବିଦ୍ୟୁତ୍ ଉତ୍ପାଦନ ଖର୍ଚ୍ଚ ଖୁବ୍ କମ୍ ହୋଇଥିବାରୁ ସମସ୍ତ ବିଦ୍ୟୁତ୍ ଉତ୍ପାଦନର କ୍ରୟ ମୂଲ୍ୟ ପଛା ୩୦ପଇସା ପଡ଼ିଯାଏ ।

ଏଫ୍ସିଆଇ ବଞ୍ଚାଅ ଦିବସ ପାଳି ବିକ୍ଷୋଭ

ଭଦ୍ରକ ଅଧିକ, ୫୪୪

କୃଷି ଓ କୃଷକ ବିରୋଧୀ ଖାଦ୍ୟ ନିରାପତ୍ତା ବିପଦକାରୀ କଳା କୃଷି ଆଇନ ବାତିଲ ଏବଂ ଭାରତୀୟ ଖାଦ୍ୟ ନିରାପତ୍ତା (ଏଫ୍ସିଆଇ) କୁ ବଞ୍ଚାଇବା ପାଇଁ ଦାବି କରାଯାଇଛି ।

ଖାଦ୍ୟ ନିରାପତ୍ତା ଭଦ୍ରକ ଶାଖା ସମ୍ମୁଖରେ ଯୋମବାର ବିକ୍ଷୋଭ ପ୍ରଦର୍ଶନ କରାଯାଇଥିଲା ।

ବିଦ୍ୟୁତ୍ ଦର ବୃଦ୍ଧି, କୃଷକ ନେତା ନିରଞ୍ଜନ ପାଣି, ରାଧା ଦାସ, କାଳନ୍ଦୀ ପାତ୍ର, ମହମ୍ମଦ ଭୋଇ, ବିଷୁ ଦାଶ, ଚିତ୍ତାଧାରୀ ନାଥ, ଚାଷୀନେତା ସମର ବଳ, ସଂଗ୍ରାମ ବଳ, ବିକେଳାଚର ଯେନା, ରବୀନ୍ଦ୍ର ନାୟକ, ନାରାୟଣ ଦାଶ, ରାୟଧର ନାୟକ, ମାର୍କଣ୍ଡେୟ ମୁଖାର୍ଜୀ କେନ୍ଦ୍ର ସଭାପତି ବିରୋଧରେ ସ୍ୱର ଉତ୍ତୋଳନ କରିଥିଲେ ।

ନାମାଙ୍କନ ଦାଖଲ କଲେ ୭ ପ୍ରାର୍ଥୀ

ବାଲେଶ୍ୱର ଅଧିକ, ୫୪୪

ବାଲେଶ୍ୱର ଜିଲାପରିଷଦ ୧୫ ଓ ୩୪ ନଂ. ଜୋନ୍ସ ନିର୍ବାଚିତ ଜିଲାପରିଷଦ ସଭ୍ୟଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ଗତ ମାର୍ଚ୍ଚ ୨୨ ତାରିଖରେ ନିର୍ବାଚନ କମିସନର ଉପ-ନିର୍ବାଚନ ପାଇଁ ବିଜ୍ଞପ୍ତି ପ୍ରକାଶ କରିଥିଲେ ।

୧୫, ୩୪ ନଂ. ଜୋନ୍ସ ଜିଲାପରିଷଦ ଜୋନ୍ସ ଉପନିର୍ବାଚନ ୯ରେ ବୃତ୍ତାନ୍ତ ପ୍ରାର୍ଥୀପତ୍ର ଘୋଷଣା, ୨୮ରେ ଭୋଟ୍

ନାମାଙ୍କନ ଦାଖଲ କରିଥିଲେ । ସେହିପରି ଭୋଗରାଜ ବୁକ୍ସ ଶାଫର ନଂ. ଜୋନ୍ସ ପାଇଁ ବିଜେଡି ପ୍ରାର୍ଥୀ ଭାବେ ରାଧିକାରୀ ନାୟକ, ଭାଜପା ପ୍ରାର୍ଥୀ ରବୀନ୍ଦ୍ର ଜେନା, କଂଗ୍ରେସ ପ୍ରାର୍ଥୀ ରାଜେନ୍ଦ୍ର ଦଳାଇ ଏବଂ ସ୍ୱାଧୀନ ପ୍ରାର୍ଥୀ ଭାବେ ଭଗବାନ ବେହେରା ନାମାଙ୍କନ ପତ୍ର ଦାଖଲ କରିଛନ୍ତି ।

୩ ପ୍ରାର୍ଥୀଙ୍କ ପ୍ରାର୍ଥୀପତ୍ର ଦାଖଲ



ବିଜେଡି ସମର୍ଥକ ପ୍ରାର୍ଥୀ ସୁଶାନ୍ତ କୁମାର ବେହେରା ପ୍ରାର୍ଥୀପତ୍ର ଦାଖଲ କରୁଛନ୍ତି ।

ଖଇରା, ୫୪୪ (ଡି.ଏନ.ଏ.)

ବାଲେଶ୍ୱର ଜିଲା ଖଇରା ବ୍ଲକ ସାରତାଳ ପଞ୍ଚାୟତ ଉପନିର୍ବାଚନ ଆସନ୍ତା ୨୮ତାରିଖରେ ଅନୁଷ୍ଠିତ ହେବ । ଯୋମବାର ମନୋନୟନ ପତ୍ର ଦାଖଲର ଶେଷ ଦିବସ ଥିବା ବେଳେ ମୋଟ ୩୭୫ ପ୍ରାର୍ଥୀପତ୍ର ଦାଖଲ କରିଛନ୍ତି ।

ସରପଞ୍ଚ ଉପନିର୍ବାଚନ

ଜୟନ୍ତୀ ମହାଲ, ମଦନମୋହନ ସାହୁ, ନାରାୟଣ ପଣ୍ଡା, ଦିଲୀପ କୁମାର ତିଆଡି ପ୍ରମୁଖ ଉପସ୍ଥିତ ଥିଲେ । ପରେ ଭାଜପା ସମର୍ଥକ ପ୍ରାର୍ଥୀ ବୁଲୁଲେଙ୍କା ପୂର୍ବତନ ମନ୍ତ୍ରୀ ତଥା ଭାଜପା ନେତା ପଦ୍ମଲୋଚନ ପଣ୍ଡା ଓ ମୁଦ ନେତା ବେଣୁମାଧବ ପଣ୍ଡାଙ୍କ ସହ ଏକ ଶୋଭାଯାତ୍ରାରେ ଦଳୀୟ କାର୍ଯ୍ୟାଳୟ ବାହାରି ବିଜେଡି କାର୍ଯ୍ୟାଳୟ ସମ୍ମୁଖରେ ପହଞ୍ଚିଥିଲେ ।

ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀଙ୍କୁ ଧନ୍ୟବାଦ ଜଣାଇଲେ ବିଧାୟକ

ସଜନାଗଡ଼, ୫୪୪ (ଡି.ଏନ.ଏ.)

ନାଳଗିରି ନିର୍ବାଚନପଞ୍ଚାୟତ ୫ଟି ସେତୁ ପ୍ରସ୍ତାବକୁ ୪ଟି ସେତୁକୁ ବିକ୍ଷୋଭ ଯୋଜନାରେ ଅନୁଷ୍ଠିତ କରାଯାଇଥିବାରୁ ବିଧାୟକ ଇ. ପୁରୀ କୁମାର ନାୟକ ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀ ନବୀନ ପଟ୍ଟନାୟକଙ୍କୁ ଧନ୍ୟବାଦ ଜଣାଇଛନ୍ତି ।

୪ ଘୋଳ ବିଜୁ ସେତୁ ଘୋଜନାରେ ସାମିଲ୍

ବଳବଲିଆ ରାସ୍ତାର ଘାଗରା ନାଳ, ଆରବସ ପଞ୍ଚାୟତ ବଡ଼ପାଳିଆ ରାସ୍ତା ଗାଙ୍ଗା ନଦୀ ଉପରେ ବାରାହାଗଡ଼ି ମାଟିଆଳି ପଞ୍ଚାୟତ ବଳଞ୍ଜା ରାସ୍ତା ସୋନ ନଦୀ, ସଜନାଗଡ଼ ପଞ୍ଚାୟତ କୁରୁମିଆ ସେତୁ କୁରୁମିଆ ନାଳ ଥିବା ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ କେତୋଟି ପୋଲର ଆଧୁନିକୀକରଣ କରି ଏକ ନୂଆ ରୂପରେଖ ଦେବାକୁ ରାଜ୍ୟ ସରକାର ବିଭିନ୍ନ ପଦକ୍ଷେପ ନେଉଛନ୍ତି ।

ପୌରପାଳିକା କାର୍ଯ୍ୟାଳୟ ଘେରିଲା ବିଜେଡି

ବାସୁଦେବପୁର, ୫୪୪ (ଡି.ଏନ.ଏ.)

ଭଦ୍ରକ ଜିଲ୍ଲା ବାସୁଦେବପୁର ପୌରପାଳିକାର ୨୩ ଖାତରେ ଥିବା ମୌଳିକ ସମସ୍ୟାର ସମାଧାନ ଦାବିରେ ଯୋମବାର ବିଜେଡି ପକ୍ଷରୁ ପୌରପାଳିକା କାର୍ଯ୍ୟାଳୟ ଘେରାଇ ସହ ବିକ୍ଷୋଭ ପ୍ରଦର୍ଶନ କରାଯାଇଛି ।

ପ୍ରଦାନ, ଖାତର ପ୍ରତି ଘରକୁ ପାନୀୟ ଜଳ ସଂଯୋଗ, ଠିକ୍ ସମୟରେ ନିର୍ମାଣ କାର୍ଯ୍ୟ କରୁଥିବା ଠିକାଦାରଙ୍କୁ ବିଲ୍ ଓ ଠିକ୍ ସମୟରେ କାର୍ଯ୍ୟ କରୁ ନ ଥିବା ଠିକାଦାରଙ୍କ ବିରୋଧରେ କାର୍ଯ୍ୟାନୁଷ୍ଠାନ ଆଦି ଦାବି କରାଯାଇଛି ।



ବିଜେଡି ପକ୍ଷରୁ ବାହାରିଥିବା ଶୋଭାଯାତ୍ରା ।

କରାଯାଇଛି । ବିଧାୟକଙ୍କ ପ୍ରତିନିଧି ଅଧିକ ଦାସ, ବୁକ୍ ବିଜେଡି ସଭାପତି ଦୀନବନ୍ଧୁ ଦାସ, ନଗର ସଭାପତି ଶ୍ୟାମସୁନ୍ଦର ମହାନ୍ତି, ମୁଦ ନଗର ବିଜେଡି ସଭାପତି ମାନସ ରଞ୍ଜନ ଆଦି ଦାବି କରାଯାଇଛି ।

ଛତ୍ର କଳାକାର, ଭଞ୍ଜସେନା କର୍ମୀଙ୍କ ବିକ୍ଷୋଭ

ବାରିପଦା ଅଧିକ, ୫୪୪

ମୟୂରଭଞ୍ଜ ଜିଲାରେ ବିଷ୍ଣୁ ପ୍ରସିଦ୍ଧ ଛତ୍ର ନୃତ୍ୟ ଓ ଚିତ୍ରେ ପର୍ବ ଦିନ ପାଇଁ ପାଳନ କରିବାକୁ ଜିଲ୍ଲା ପ୍ରଶାସନ କଟକଣା ଜାରି କରିଛି । ତେବେ ଦିନକ ପକ୍ଷରୁ ପରିବର୍ତ୍ତେ ଏହାକୁ ୩ ଦିନ ପାଳନ କରିବା ଦାବିରେ ଭଞ୍ଜସେନା ଓ ଛତ୍ର କଳାକାର ସଂଘ ପକ୍ଷରୁ ଜିଲାପାଳଙ୍କ କାର୍ଯ୍ୟାଳୟ ସମ୍ମୁଖରେ ଯୋମବାର ବିକ୍ଷୋଭ କରାଯାଇଥିଲା ।



ଜିଲାପାଳଙ୍କ କାର୍ଯ୍ୟାଳୟ ସମ୍ମୁଖରେ ବିକ୍ଷୋଭ କରାଯାଇଛି ।

ପାଇଁ ଅନୁରୋଧ କରିଛନ୍ତି । କୋଭିଡ୍-୧୯ରେ ସମସ୍ତ ନିୟମାବଳୀକୁ ଦୃଷ୍ଟିରେ ରଖି ଚଳିତବର୍ଷ ଚିତ୍ରେପର୍ବ-୨୦୧୧ ଗୋଟିଏ ଦିନ ପ୍ରତିବଦଳରେ ୩ ଦିନ ଧରି ପାଳନ ପାଇଁ ଅନୁମତି ପ୍ରଦାନ କରିବା, ଭଦ୍ରାମାନଙ୍କ ପୂଜାବିଧି ପଞ୍ଚରେ ସମାପନ ସହ ଜିଲାର ପରମ୍ପରା ଓ କଳାସଂସ୍କୃତିକୁ ଅକ୍ଷୁଣ୍ଣ ରଖି ପ୍ରୋତ୍ସାହନ ଯୋଗାଇ ଦେବା

ପ୍ରଶାସନ ପକ୍ଷରୁ ଅନୁମତି ଦିଆ ନ ଗଲେ ଜିଲାପାଳଙ୍କ କାର୍ଯ୍ୟାଳୟ ସମ୍ମୁଖରେ ୩ ଦିନ ଧରି ଛତ୍ର କଳାକାରମାନେ ପାରମ୍ପରିକ ପୋଷାକରେ ନୃତ୍ୟ ପରିବେଷଣ କରିବେ ବୋଲି ସଂଘ ପକ୍ଷରୁ ନିଷ୍ପତ୍ତି ଗ୍ରହଣ କରାଯାଇଛି । ସଂଘର ସହସମ୍ପାଦକ ଲୋକନାଥ ଦାସ, ଶର୍ମିଷ୍ଠା ପଣ୍ଡା, ପଦ୍ମନାଭ ମହାପାତ୍ର

ଏବଂ ଭଞ୍ଜସେନାର କାର୍ଯ୍ୟକାରୀ ଅଧ୍ୟକ୍ଷ ରାଜେଶ ସିଂ, ଉପାଧ୍ୟକ୍ଷ ନିମାଳି ତ୍ରିପାଠୀ, ରାଜେଶ ବେହେରା, ସୌମ୍ୟରଞ୍ଜନ ପାରମ୍ପରିକ ପୋଷାକରେ ନୃତ୍ୟ ପରିବେଷଣ କରିବେ ବୋଲି ସଂଘ ପକ୍ଷରୁ ନିଷ୍ପତ୍ତି ଗ୍ରହଣ କରାଯାଇଛି । ସଂଘର ସହସମ୍ପାଦକ ଲୋକନାଥ ଦାସ, ଶର୍ମିଷ୍ଠା ପଣ୍ଡା, ପଦ୍ମନାଭ ମହାପାତ୍ର

ମହିଳାଙ୍କ ଉପର ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ହିଁ ପରିବାରର ସୁସ୍ଥତାର ପରିଚାୟକ, କାରଣ ସେମାନେ ହେଉଛନ୍ତି ଗୋଟିଏ ପରିବାରର କେନ୍ଦ୍ରବିନ୍ଦୁ ଏବଂ ମହିଳାମାନେ ସୁସ୍ଥ ରହିଲେ ହିଁ ଗୋଟିଏ ପରିବାର ସୁସ୍ଥ ରହିବ। ହେଲେ ଅଧିକାଂଶ ମହିଳା ଘରର ସମସ୍ତଙ୍କର ଯତ୍ନ ନେଇ ନେଇ ନିଜ ଖାଦ୍ୟପ୍ରତି ଅବହେଳା କରି କ୍ରମେ ଚୁରଣ ହୋଇପଡ଼ନ୍ତି ତଥା ବିଭିନ୍ନ ରୋଗର ଶିକାର ହୋଇଥାନ୍ତି। ତେଣୁ ଆସନ୍ତାକାଲି ବିଶ୍ୱ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ଦିବସ ଉପଲକ୍ଷେ ମହିଳାଙ୍କ ସୁସ୍ଥ ଜୀବନ ଲାଗି ଖାଦ୍ୟର ଆବଶ୍ୟକତାକୁ ନେଇ ବିଶେଷ ଉପସ୍ଥାପନା...



ଡା. ସରୋଜିନୀ ଷଡ଼ଙ୍ଗୀ

‘ମହିଳାମାନଙ୍କ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ’ କଥା କହିଲେ ଶିଶୁ କନ୍ୟା, କିଶୋରୀ କନ୍ୟା, ପ୍ରଜନନକ୍ଷମ ମହିଳା ବା ୧୫ ରୁ ୪୯ ବର୍ଷ ବୟସର ମହିଳାମାନଙ୍କର ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ଏବଂ ମାସିକ ଉତ୍ସ୍ରାବ ବିରତି ପରେ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ଅବସ୍ଥାକୁ ବୁଝାଇଥାଏ। ଏହା ଗୋଟିଏ ନାରୀର ‘ସର୍ବୋତ୍ତମ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ସୁରକ୍ଷା’ କହିଲେ ଅତ୍ୟୁକ୍ତ ହେବନାହିଁ। ତେବେ ପ୍ରତିଟି ସମୟରେ ଖାଦ୍ୟ ପ୍ରାଣର ଗାଢ଼ିବା ବା ‘ଲ୍ୟୁକ୍ସିଗନାଲ୍ ନିର୍ଦ୍ଦ’ ମଧ୍ୟ ପରିବର୍ତ୍ତିତ ହୋଇଥାଏ। ଯେପରି ଶିଶୁକନ୍ୟାର ଶାରୀରିକ ଓ ମାନସିକ ବର୍ଦ୍ଧନ ପାଇଁ ଶ୍ୱେତସାର, ପୁଷ୍ଟିସାର, ସ୍ନେହସାର ତଥା ଭିଟାମିନିୟମ୍ ଓ ମିନେରାଲ୍ସ ଠିକ୍ ପରିମାଣରେ ଆବଶ୍ୟକ। ଏହାଦ୍ୱାରା ତା’ର ‘ଇଣ୍ଡେଲିଜେଣ୍ଟ କୋସେଣ୍ଟ’ ବା ଆଇକ୍ୟୁ ମଧ୍ୟ ବଢ଼ିଥାଏ। କିଶୋରୀ କନ୍ୟା ଓ ପ୍ରଜନନକ୍ଷମ ମହିଳାଙ୍କୁ ସୁସ୍ଥ ରଖିବା ପାଇଁ ପୁଷ୍ଟିକର ଖାଦ୍ୟଗୁଡ଼ିକ ହେଲା - ଆଇରନ୍, କ୍ୟାଲ୍ସିୟମ୍, ପ୍ରୋଟିନ୍ ଓ ଆମିନୋଏସିଡ୍ ବା ପୁଷ୍ଟିସାର ଖାଦ୍ୟ। କ୍ୟାଲ୍ସିୟମ୍, ମ୍ୟାଗ୍ନେସିୟମ୍ ଓ ଭିଟାମିନ୍ ‘ଡି’ ମହିଳାମାନଙ୍କର ମାସିକ ଉତ୍ସ୍ରାବ ବିରତି ପରେ ହାଡ଼କୁ ଶକ୍ତ କରିଥାଏ। ଓମେଗା ୩ ଫ୍ୟାଟି ଏସିଡ୍ ପ୍ରୋଟିନ୍ ଓ



କୃତ୍ରିମ ବୟସରେ ହୁଏତ ଓ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟକୁ ସୁସ୍ଥ ରଖିବାରେ ସାହାଯ୍ୟ କରିଥାଏ। ଏହାଛଡ଼ା ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ଭିଟାମିନ୍ ଓ ଖାଦ୍ୟପ୍ରାଣ ମଧ୍ୟ ମହିଳାମାନଙ୍କୁ ସୁସ୍ଥ ରଖିଥାଏ। **କିଶୋରୀମାନଙ୍କ ପାଇଁ ଖାଦ୍ୟ ପ୍ରାଣ:** କିଶୋରୀ ବା ଯୁବତୀ ବୟସରେ ଡିଅଡିଟର ଶରୀର ମାତୃତ୍ୱ ପାଇଁ ପ୍ରସ୍ତୁତ ହୋଇଥାଏ ଏବଂ ଡିଅଡିଟ ଖୁବ୍ ଖାଦ୍ୟ ବଢ଼ିଯାଇଥାଏ (ଗ୍ରେପ୍‌ଥର୍ଷ୍ଟ)। ତେଣୁ ତା’ର ଲୌହସାର ଖାଦ୍ୟ ବା ଆଇରନ୍ ଓ ପୁଷ୍ଟିସାର ଖାଦ୍ୟ ବରକାର ହୋଇଥାଏ। ଶରୀରର ପ୍ରତ୍ୟେକ ଅଙ୍ଗସ୍ତ୍ରୀକାରଣ ବା ହରମୋନ୍‌ରେ ପ୍ରୋଟିନ୍ ଥିବାରୁ ଏହା ହରମୋନ୍‌ର ସମ୍ବଳନ ରକ୍ଷା କରିଥାଏ। ଏହା ରୋଗ ପ୍ରତିରୋଧକ ଶକ୍ତି ବଢ଼ାଇଥାଏ। ତେଣୁ ସୁସ୍ଥ ଶରୀର ପାଇଁ ଉତ୍ତମ ଗୁଣାତ୍ମକମାନର ପ୍ରାଣିକ ପୁଷ୍ଟିସାର ବା ଫାଷ୍ଟ୍‌ଫାସ୍ ପ୍ରୋଟିନ୍ ବରକାର। ବିଶ୍ୱ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ସଂସ୍ଥା ଅନୁଯାୟୀ

ମହିଳାଙ୍କ ପାଇଁ ଖାଦ୍ୟ



ଶତକଡ଼ା ୧୦ ରୁ ୧୫ ଭାଗ ମହିଳା ଓ କିଶୋରୀମାନେ ରକ୍ତହୀନତା ରୋଗ ଭୋଗିଥାନ୍ତି। ତେଣୁ ଏହି ବୟସରେ ଲୌହସାର ପରିମାଣ କମିଗଲେ ଦେହରୁ ହିମୋଗ୍ଲୋବିନ୍ କମିଯାଇ ରକ୍ତହୀନତା ହୁଏ। ଏହାଦ୍ୱାରା ମସ୍ତିଷ୍କର ନିୟନ୍ତ୍ରଣ ଶକ୍ତି କମିଯାଏ, ଚିତ୍ତଚିନ୍ତା ଲାଗିଥାଏ, ପଡ଼ିବାକୁ ବା କାମ କରିବାକୁ ଉଚ୍ଛ୍ୱାସ ହୁଏ ନାହିଁ। ତେଣୁ ସେମାନଙ୍କର ଦୈନିକ ଲୌହସାର ସୁସ୍ଥ ଖାଦ୍ୟ ଖାଇବା ଉଚିତ। ଦିନସାରା କାର୍ଯ୍ୟବ୍ୟସ୍ତ ରଖୁଥିବା ଶରୀରକୁ ଫିଟ୍ ରଖିବା ସହ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ଷମତା ବୃଦ୍ଧି ଲାଗି ଖାଦ୍ୟରେ ଶ୍ୱେତସାରଯୁକ୍ତ ଖାଦ୍ୟ ମଧ୍ୟ ଉତ୍ତମ ଚାଲି, ଚୁଡ଼ା, ରହମ, ଦଲିଆ, ଯଅ, ବାଜରା ଇତ୍ୟାଦି ଖାଆନ୍ତୁ। ଏହାଛଡ଼ା ତାଲି ଏବଂ ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ତାଲି ଜାତୀୟ ଖାଦ୍ୟ ସମେତ ମାଛ, ମାଂସ, ଅଣ୍ଡା, ସୋୟାବିନ୍ ଇତ୍ୟାଦି ଖାଆନ୍ତୁ। ବିଭିନ୍ନ ପ୍ରକାର ପରିପଚିତା ଓ ଫଳ, ଲେଉଟା ଫ୍ୟାଟ୍ କ୍ଷୀର କିମ୍ବା ଦହି, ଛେନା ମଧ୍ୟ

ଖାଆନ୍ତୁ। ଖାଦ୍ୟରେ ତେଲ ଓ ଯିଅର ପରିମାଣ କମ୍ କରି, ଗଜାପୁର, ଆଳମଣ୍ଡ, ଫଳ, ପାଳଙ୍ଗ ଶାଗ ଆଦି ଖାଇବା ଭଲ। ଆଇରନ୍‌ଯୁକ୍ତ ଖାଦ୍ୟ ମଧ୍ୟ ଆମିଷ ଖାଦ୍ୟ ଯେପରି କି ମାଛ, ମାଂସ, କଲିକା, ପାଳଙ୍ଗ ହୁଏ। ଏହାଦ୍ୱାରା ମସ୍ତିଷ୍କର ନିୟନ୍ତ୍ରଣ ଶକ୍ତି କମିଯାଏ, ଚିତ୍ତଚିନ୍ତା ଲାଗିଥାଏ, ପଡ଼ିବାକୁ ବା କାମ କରିବାକୁ ଉଚ୍ଛ୍ୱାସ ହୁଏ ନାହିଁ। ତେଣୁ ସେମାନଙ୍କର ଦୈନିକ ଲୌହସାର ସୁସ୍ଥ ଖାଦ୍ୟ ଖାଇବା ଉଚିତ। ଦିନସାରା କାର୍ଯ୍ୟବ୍ୟସ୍ତ ରଖୁଥିବା ଶରୀରକୁ ଫିଟ୍ ରଖିବା ସହ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ଷମତା ବୃଦ୍ଧି ଲାଗି ଖାଦ୍ୟରେ ଶ୍ୱେତସାରଯୁକ୍ତ ଖାଦ୍ୟ ମଧ୍ୟ ଉତ୍ତମ ଚାଲି, ଚୁଡ଼ା, ରହମ, ଦଲିଆ, ଯଅ, ବାଜରା ଇତ୍ୟାଦି ଖାଆନ୍ତୁ। ଏହାଛଡ଼ା ତାଲି ଏବଂ ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ତାଲି ଜାତୀୟ ଖାଦ୍ୟ ସମେତ ମାଛ, ମାଂସ, ଅଣ୍ଡା, ସୋୟାବିନ୍ ଇତ୍ୟାଦି ଖାଆନ୍ତୁ। ବିଭିନ୍ନ ପ୍ରକାର ପରିପଚିତା ଓ ଫଳ, ଲେଉଟା ଫ୍ୟାଟ୍ କ୍ଷୀର କିମ୍ବା ଦହି, ଛେନା ମଧ୍ୟ

ପୁଷ୍ଟି ଭାରତରେ ହିଁ ଘଟିଥାଏ। ତେବେ ଏଥିପାଇଁ ବିଭିନ୍ନ କାରଣ ମଧ୍ୟ ଆବଶ୍ୟକ ଖାଦ୍ୟର ଅଭାବ ମଧ୍ୟ ଏକ ପ୍ରମୁଖ କାରଣ। ତେଣୁ ଏ ସମୟରେ ସୁସ୍ଥ ଓ ପୁଷ୍ଟିକର ଖାଦ୍ୟ ଖାଇବା ଆବଶ୍ୟକ। ପର୍ଯ୍ୟାପ୍ତ ପରିମାଣର ପ୍ରୋଟିନ୍ ଯଥା ପ୍ରତି ୧ କେ.ଜି ଓଜନରେ ୧ ଗ୍ରାମ ପ୍ରୋଟିନ୍ ଖାଇଲେ ଶିଶୁର ମାନସିକ ଓ ଶାରୀରିକ ବର୍ଦ୍ଧନ ଭଲ ଭାବରେ ହୋଇଥାଏ। ଗର୍ଭାବସ୍ଥାରେ କେତେକ ସୁସ୍ଥ ପୋଷକପଦ୍ମକୁ ଖାଦ୍ୟ ଯଥା ଫୋଲିକ୍ ଏସିଡ୍, ଆଇରନ୍ ବା ଲୌହସାର ଖାଦ୍ୟ, କ୍ୟାଲ୍ସିୟମ୍ ଏବଂ ଭିଟାମିନ୍ ଡି ଖାଇଲେ ଶିଶୁ ବିକଳାଙ୍ଗ ହୁଏ ନାହିଁ। ସୁସ୍ଥ ଖାଦ୍ୟ ସହ ପ୍ରୋଟିନ୍ ଓ

ମାଲ୍‌ଡିନିଅଡିଏସ୍ ବା ସୁସ୍ଥ ପୋଷକପଦ୍ମ ଖାଇଲେ ଗର୍ଭାବସ୍ଥାରେ ତଥା ସ୍ତନ୍ୟପାନ ସମୟରେ ମା' ଓ ଶିଶୁ ଦୁହେଁଙ୍କ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ଭଲ ରହିବ। **ବୟସ୍କ ମହିଳାମାନଙ୍କର ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ:** ମେନୋପଜ୍ ବା ମାସିକ ଉତ୍ସ୍ରାବ ବିରତି ପରେ ଆହୁରି ୩୦ ବର୍ଷ (୫୦ ରୁ ୮୦ ବର୍ଷ) ନାରୀଟିଏ ଜୀବନ ଅତିବାହିତ କରୁଛି। ଏହି ସମୟରେ ଉଷ୍ମହୁଳା, ଚିତ୍ତଚିନ୍ତା, ରାଗ ଓ ଅସହାୟ ଭାବ ଭୋଗିଲେ ମଧ୍ୟ କିଛି ବର୍ଷପରେ ହାଡ଼ପୋରିଆ ବା ଓଷ୍ଟିଓ ପୋରୋସିସ୍, ହୃଦ୍‌ରୋଗ ଏବଂ ବେକେଟେକେ ପ୍ରଦଳନ ଯୋଗୁଁ ଜରାଧୁନାବା କର୍ତ୍ତବ୍ୟ ଭୋଗିବାର ଆଶଙ୍କା ଥାଏ। ତେଣୁ ଏ ବୟସରେ କେବଳ ମହିଳାମାନଙ୍କର ଶାରୀରିକ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ରୁହେଁ ମାନସିକ ଓ ଭାବପ୍ରବଣତାର ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟର ମଧ୍ୟ ସତ୍ତ୍ୱ ନେବା ବରକାର। ସେଥିପାଇଁ ଆଇସୋପ୍ଲାଭୋନ୍ ବା ଫାଲ୍‌ଗୋଲ୍‌ସ୍ଟେରେନୋଲ୍ ଇଣ୍ଡୋଲୋଲ୍ ହରମୋନ୍ ପରି ହୋଇଥିବାରୁ ଏହା ଖାଇଲେ ଉପରୋକ୍ତ ଲାଭଗୁଡ଼ିକ କମିଯାଇଥାଏ। ତେଣୁ କ୍ୟାଲ୍ସିୟମ୍ ଓ ଭିଟାମିନ୍ ‘ଡି’ ଯଥା - ଛେନା, କ୍ଷୀର, ଦହି, ମାଛ, ମାଂସ, ତାଲି, ସୋୟାବିନ୍, ଆଲ୍‌ମଣ୍ଡ ଆଦି ଖାଇବା ଆବଶ୍ୟକ। ଉଗୋଟିଏ ସୁସ୍ଥ ନାରୀ ହିଁ ଗୋଟିଏ ସୁସ୍ଥ ଓ ସୁଖୀ ପରିବାର ଗଢ଼ିପାରନ୍ତି। ନିଜ ଖାଦ୍ୟ, ଚାଲିଚଳଣ ଓ ଜୀବନଶୈଳୀରେ ପରିବର୍ତ୍ତନ କଲେ ନାରୀ ମାନସିକ ଓ ଶାରୀରିକ ସ୍ତରରେ ସୁସ୍ଥ ରହି ସାରା ପରିବାର ତଥା ସମାଜକୁ ସୁସ୍ଥ ରଖିପାରନ୍ତି। - ଲିଙ୍କ୍ ରୋଡ୍, କଟକ ୧୦- ୯୪୩୭୦୫୫୦୦୭

‘ସି’ ଓ ଭିଟାମିନ୍ ‘ଇ’ ବୟସ ବୃଦ୍ଧିକୁ ରୋକିବା ସହ ହୃଦ୍‌ପିଣ୍ଡର ତରୁଣତା ମଧ୍ୟ ସୁସ୍ଥ ରଖିବାରେ ସାହାଯ୍ୟ କରିଥାନ୍ତି। ‘ବି’ ଭିଟାମିନ୍ ଲୋହିତ ରକ୍ତକଣିକା ତିଆରି କରିବା ସହ ମସ୍ତିଷ୍କକୁ ସୁସ୍ଥ ରଖିଥାଏ, ଏହାଛଡ଼ା ଏଗୁଡ଼ିକ ମଧ୍ୟ ଶରୀରର ସବୁ ସୁସ୍ଥକୋଷ ତିଆରି କରିବା ସହ ମଣିଷ ଦେହର ପ୍ରତ୍ୟେକ ଅଂଶ ଯଥା ବର୍ମ, କେଶ ଓ ନଖ ତଥା ସମସ୍ତ ଅଙ୍ଗର ସୌନ୍ଦର୍ଯ୍ୟ ବଢ଼ାଇବାରେ ସାହାଯ୍ୟ କରିଥାଏ। ଏହାର ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ‘ସୌନ୍ଦର୍ଯ୍ୟ ଭିଟାମିନ୍’ ପ୍ରାୟ ୩୦ ବର୍ଷ ବେଳକୁ ମଣିଷର ହାଡ଼ର ସାନ୍ତତା ଓ ବର୍ଦ୍ଧନ ଶେଷ ହୋଇଥାଏ। କ୍ୟାଲ୍ସିୟମ୍, ଭିଟାମିନ୍ ଡି, ମ୍ୟାଗ୍ନେସିୟମ୍ ମହିଳାମାନଙ୍କର ହରମୋନ୍ ତେଷ୍ଟୋଷ୍ଟେରୋନ୍ ହାଡ଼ ଗଢ଼ିବାରେ ପ୍ରମୁଖ ଭୂମିକା ନେଇଥାନ୍ତି। **ଗର୍ଭାବସ୍ଥାରେ ଖାଦ୍ୟ:** ଭରତ ଭଳି ଏକ ବିକାଶୋନ୍ମୁଖୀ ଦେଶରେ ମାତୃ ମୃତ୍ୟୁହାର ଏକ ଉଦ୍‌ବେଗର ବିଷୟ। ସମଗ୍ର ମାତୃ ମୃତ୍ୟୁହାର ଶତକଡ଼ା ୨୫ ଭାଗ

ଏମିତି ଲାଗିବେ ଫ୍ୟାଶନେବଲ୍

ମାର୍କେଟ୍‌ରୁ ଆସୁଥିବା ନୂଆ ନୂଆ ଆଉଟ୍‌ଫିଟ୍‌କୁ ନେଇ ଏକ୍ସପେରିମେଣ୍ଟ କରିବାରେ ମହିଳାମାନେ ବେଶ୍ ଆଗରେ। ହେଲେ କାହା ସହ କେଉଁ ପୋଷକକୁ ପେୟାର କଲେ ଅଧିକ ଫ୍ୟାଶନେବଲ୍ ଲାଗିବ ତାକୁ ନେଇ ସେମାନେ ଦ୍ୱନ୍ଦ୍ୱରେ ପଡ଼ନ୍ତି। ଯଦି ଆପଣ ବି ଏପରି ଭାବୁଛନ୍ତି ତେବେ ଫଲୋ କରନ୍ତୁ ଏହି ଟିପ୍ସ...



- ▶ ଜିପ୍ଟୁ କିମ୍ବା ଜେରିକ୍‌ସ ସାଙ୍ଗକୁ ଲଙ୍ଗ କୁର୍ତ୍ତା ବର୍ତ୍ତମାନ ଅଧିକାଂଶ ପସନ୍ଦ କରୁଥିବା ଦେଖିବାକୁ ମିଳୁଛି। ଏହି ଗେର୍‌ଅପ୍‌ରେ ଅଧିକ ଆକର୍ଷଣୀୟ ଲୁକ୍ ପାଇବା ପାଇଁ ଫ୍ରାଣ୍ଟ ବଟମ୍ କିମ୍ବା ଜିପ୍ଟୁ ଏବଂ ସାଇଡ୍ ବଟମ୍ କୁର୍ତ୍ତା ବାନ୍ଧନ୍ତୁ।
- ▶ ଲଙ୍ଗ କୁର୍ତ୍ତା କିମ୍ବା ମ୍ୟାକ୍ସି ଡ୍ରେସ୍ ସହିତ ପ୍ଲାଟୋ ପିନ୍ଧିଲେ ମଡର୍ନ ଲାଗିବେ। ଏହା ସହ ଏଥିନିକ୍ ଲୁଗାଲେଉଟି ଅଧିକ ଟ୍ରେଣ୍ଡି ଲୁକ୍ ଦେବ।
- ▶ ବର୍ତ୍ତମାନ ଫ୍ୟାଶନ୍ ଟ୍ରେଣ୍ଡରେ ଆଫଗାନୀ ସାଲ୍‌ଫୋର ବେଶ୍ ଚର୍ଚ୍ଚାରେ ଅଛି। ଆପଣ ଚାହିଁଲେ ଏହା ସହ ଶର୍ଟ୍ କୁର୍ତ୍ତା କିମ୍ବା ଡିଜାଇନ୍‌ର ଟପ୍ ପିନ୍ଧି ପାରିବେ। ଏଭଳି ଗେର୍‌ଅପ୍ ସାଙ୍ଗକୁ ବଡ଼ ହ୍ୟାଜିକ୍ ଇଉରଡି, ଛୁତି ଏବଂ ପଏଣ୍ଟେଡ୍ ବା ଫ୍ରେଜ୍ ହଲ୍ ଟପଲ ଟ୍ରାଏ କରନ୍ତୁ ସ୍ୱାଭାବିକ ଲାଗିବେ।
- ▶ ଯଦି ଆପଣ ମଡର୍ନ ଲୁକ୍ ସାଙ୍ଗକୁ ଟ୍ରାଡିଶନାଲ୍ ବି ଦେଖାଯିବାକୁ



ଚାହୁଁଛନ୍ତି, ତେବେ ଲାଗେଣୁ ଟ୍ରେଣ୍ଡ ସାଜିଥିବା ସିଗାରେଟ୍ ପ୍ୟାଣ୍ଟ ଟ୍ରାଏ କରନ୍ତୁ। ଏହା ସହ ଫ୍ରାଣ୍ଟ କଟ ଲଙ୍ଗ କୁର୍ତ୍ତା ଭଲ ମାନିବ। ଆପଣ ଚାହିଁଲେ ଏହି ଡ୍ରେସ୍ ସହ ଏଥିନିକ୍ କିମ୍ବା ଡିଜାଇନ୍ ବିଦୁ ଲୁଗାଲେରି ପିନ୍ଧି ପାରିବେ।

- ▶ ସେହିଭଳି ଯୋଡି ପ୍ୟାଣ୍ଟ ସାଙ୍ଗକୁ ଫ୍ରାଣ୍ଟ କଟ କୁର୍ତ୍ତା, ଶର୍ଟ ହେଲି ଫିଟ୍ କୁର୍ତ୍ତା ଏବଂ ଏଥିନିକ୍ ଛୁତି, ଟକି ଲୁଗାଲେରି ଫ୍ୟୁଜନ୍ ଆପଣଙ୍କୁ ସ୍ଥାଇଲିସ୍ ଲୁକ୍ ଦେବ।
- ▶ ଆପଣ ଚାହିଁଲେ ଅନାରକଲି ଗାର୍ଡ, ଫ୍ଲୋର୍ ଲେଙ୍ଗ ଅନାରକଲି, ଆସିମେନ୍‌ଡ୍ରାକାଲ ଅନାରକଲି ମଧ୍ୟ ବାନ୍ଧିପାରିବେ। ଏହା ସହ ହାଲ୍ ହିଲ୍ ଏବଂ ପୋଲିକି କିମ୍ବା କ୍ଳବ୍ ଲୁଗାଲେରି ପିନ୍ଧି ଆକର୍ଷଣୀୟ ଲାଗି ପାରିବେ।
- ▶ ଯଦି ଶାଢ଼ି ପିନ୍ଧିବେ ଭାବିଛନ୍ତି ହେଲେ ଏହାକୁ କ୍ୟାରି କରିବା ଅସୁବିଧା ହେଉଛି ତେବେ ଶାଢ଼ି ଗାର୍ଡ ଆପଣଙ୍କ ଲାଗି ବେଶ୍ ଅସୁବିଧା। ଏହା ବେଶ୍‌ବାକୁ ଯେତିକି ସୁବନ୍ ପିନ୍ଧିବାକୁ ସେତିକି ସହଜ ମଧ୍ୟ।

ଘରୋଇ ଫେସ୍‌ପ୍ୟାକ୍



ଖରାଦିନେ ପ୍ରଖର ସୂର୍ଯ୍ୟକିରଣ ପ୍ରଭାବରେ ସନ୍ତ୍ୟାନ୍ତଠାରୁ ଆରମ୍ଭ କରି ତୃତୀୟ ସମ୍ଭିତ ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ସମସ୍ୟା ବି ଦେଖାଦେଇଥାଏ। ଯାହାକୁ ଦୂର କରିବାକୁ ଅନେକେ ବିଭିନ୍ନ ସୌନ୍ଦର୍ଯ୍ୟ ପ୍ରସାଧନ ବ୍ୟବହାର କରୁଥିବା ଦେଖିବାକୁ ମିଳିଥାଏ, ଯାହାକି ବ୍ୟସ୍ତ ବହୁଳ ମଧ୍ୟ। ହେଲେ ଆପଣ ଚାହିଁଲେ ଘରେ ଉପଲବ୍ଧ ଥିବା କେତେକ ସାମଗ୍ରୀକୁ ଫେସ୍ ପ୍ୟାକ୍ ଭାବେ ବ୍ୟବହାର କରି ବେଦାଗ, ଆକର୍ଷଣୀୟ ତୃତୀୟ ପାଇପାରିବେ...



ରୋଲ୍ ଫେସ୍‌ପ୍ୟାକ୍: ୨-୩ଟି ଗୋଲାପ ଫୁଲର ପାଖୁଡ଼ାକୁ ଫେଷ୍ଟ କରି ଦିଅନ୍ତୁ। ଏକ ପାତ୍ରରେ ଏକ ଚାମଚ ଏହି ପେଷ୍ଟ, ୨-୩ ଚାମଚ କଞ୍ଚା କ୍ଷୀର, ୪-୫ ଚୁଡ଼ା ମହୁ ମିଶାଇ ପ୍ୟାକ୍ ପ୍ରସ୍ତୁତ କରନ୍ତୁ। ଏହାକୁ ପୂର୍ଣ୍ଣରେ ଲଗାଇ ୧୫-୨୦ ମିନିଟ୍ ରଖିବା ପରେ ପାଣିରେ ଧୋଇ ଦିଅନ୍ତୁ। ଏହା ତୃତୀୟ ଉଜ୍ଜ୍ୱଳ କରିବା ସହ ବ୍ରଣ ଦାଗ ଆଦି ସମସ୍ୟା ଦୂର କରିବାରେ ସାହାଯ୍ୟ କରିବ।

ଅମୃତଭଣ୍ଡା- କଦଳୀ ଫେସ୍‌ପ୍ୟାକ୍: ଏକ ୨ ବଡ଼ ଚାମଚ ପାଚିଲା ଅମୃତ ଭଣ୍ଡା ପେଷ୍ଟ, ୧ ଚାମଚ ପାଚିଲା କଦଳୀ ପେଷ୍ଟ, ୫-୬ଟି ବାଦାମର ପେଷ୍ଟ, ଅଧା ଚାମଚ ଆଲୋଭେରା କେଲ, ଅଳ୍ପ ମହୁକୁ ଭଲ ଭାବେ ମିଶାଇ ପ୍ୟାକ୍ ପ୍ରସ୍ତୁତ କରନ୍ତୁ। ଏହାକୁ ପୂର୍ଣ୍ଣରେ ଲଗାଇ ୧୦-୧୫ ମିନିଟ୍ ରଖିବା ପରେ ପାଣିରେ ଧୋଇ ଦିଅନ୍ତୁ।

କମଳା ଚୋପା ପାଉଡର ଓ ଆଲୋଭେରା କେଲ୍ ପ୍ୟାକ୍: ଏକ ପାତ୍ରରେ ଏକ ଚାମଚ କମଳା ଚୋପା ପାଉଡର, ଅଧା ଚାମଚ ଆଲୋଭେରା କେଲ ଏବଂ ଅଳ୍ପ ମୁଲତାନୀ ମାଟି ନେଇ ପ୍ୟାକ୍ ପ୍ରସ୍ତୁତ କରନ୍ତୁ। ଏହାକୁ ପୂର୍ଣ୍ଣରେ ଲଗାଇ ୧୦-୧୫ ମିନିଟ୍ ରଖିବା ପରେ ପାଣିରେ ଧୋଇ ଦିଅନ୍ତୁ।

ଖାଦ୍ୟ ରୁଚି

କଞ୍ଚା ଆମ୍ବ ସୁପ୍
ଆବଶ୍ୟକ ସାମଗ୍ରୀ: ଏକ କେଜି କଞ୍ଚା ଆମ୍ବ, ଛୋଟ କଟା ଅବା ୩ ବଡ଼ ଚାମଚ, ଶୁଷ୍କ ପାଉଡର ୧ ଚାମଚ, ପୁଦିନା ପତ୍ର ୪ ବଡ଼ ଚାମଚ, ଚିନି ୨-୩ ବଡ଼ ଚାମଚ, ଗୋଲମରିଚ ଗୁଣ୍ଡ, ଜିରା ଗୁଣ୍ଡ ଅଧା ଛୋଟ ଚାମଚ, କଳା ଲୁଣ ଅଧା ଛୋଟ ଚାମଚ, ଗୁଜୁରାତି ଗୁଣ୍ଡ ଅଧା ଛୋଟ ଚାମଚ, ଲୁଣ।
ପ୍ରସ୍ତୁତି ପ୍ରଣାଳୀ: ଆମ୍ବ ଚୋପା ଛଡ଼ାଇ ଏହାକୁ ଛୋଟ ଛୋଟ କାଟି ଦିଅନ୍ତୁ। ଏହାକୁ ପାଣିରେ ଅବା



ସଂକ୍ଷେପରେ

ଆକାଶକୁ ଅଧିଗ୍ରହଣ କଲା ବାୟୁକୁ

ନିବେଶକ ସମ୍ପତ୍ତି ୨.୧୬ ଲକ୍ଷ କୋଟି କମିଲା

ନ୍ୟାସପତ୍ରିକା, ୫.୫

ସୋମବାର ଭାରତୀୟ ସେୟାର ବଜାରର କାରବାର ପ୍ରଭାବିତ ରହିଛି। ଫଳରେ ନିବେଶକଙ୍କ ସମ୍ପତ୍ତି ୨.୧୬ ଲକ୍ଷ କୋଟି ଟଙ୍କା ହ୍ରାସ ହୋଇଛି।



୧୫୫ କୋଟି ଟଙ୍କା କମିବା ଫଳରେ ୨୦୫ ଲକ୍ଷ କୋଟି ଟଙ୍କା ସ୍ତରରେ ରହିଛି। ୨୦୫ ଲକ୍ଷ କୋଟି ଟଙ୍କା ସ୍ତରରେ ରହିଛି।

ଶେୟାର ବଜାର କାରବାର ପ୍ରଭାବିତ ରହିଛି। ଆଇଟି ଷ୍ଟକଗୁଡ଼ିକର କାରବାର କମିଥିବା ନଜରକୁ ଆସିଛି।

ଆଇଟିଆର୍-୧,୪ ପାଇଁ ଅଫଲାଇନ ଯୁକ୍ତିଲିପି

ନ୍ୟାସପତ୍ରିକା, ୫.୫

କରାଯାଇଛି। ଓଡ଼ିଶା ୭ କିମ୍ବା ଏହାର ପର ଭର୍ସନଗୁଡ଼ିକରେ ଅଫଲାଇନ ଯୁକ୍ତିଲିପିକୁ

କୋଭିଡ୍ ଦ୍ୱିତୀୟ ଲହରକୁ ସାମ୍ନା ଲାଗି ପ୍ରସ୍ତୁତ: ଅର୍ଥ ମନ୍ତ୍ରଣାଳୟ

ନ୍ୟାସପତ୍ରିକା, ୫.୫

ଭାରତ ସୁଧାର ପଥରେ ରହିଥିବା ବେଳେ ଛୁଟିରେ ଅନେକ ସୁଧାର

ଏମ୍ପିସି ବୈଠକ ଆରମ୍ଭ

ନ୍ୟାସପତ୍ରିକା, ୫.୫

ରିଜର୍ଭ ବ୍ୟାଙ୍କ ଅଫ ଇଣ୍ଡିଆ(ଆର୍ଭିଆଇ)ର ୧୧ ଦିନିଆ ପୁରାଣୀ କମିଟି(ଏମ୍ପିସି) ବୈଠକ ଆରମ୍ଭ ହୋଇଛି।

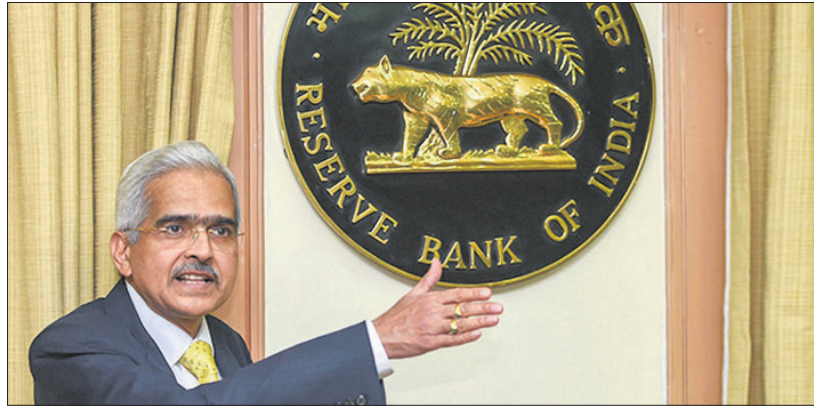
ସରକାର ପୁନଃଗଠନ ୪% ସ୍ତରରେ ରଖିବା ନେଇ କେନ୍ଦ୍ରୀୟ ବ୍ୟାଙ୍କକୁ କହିଛନ୍ତି। କମିଟି ଏହାର ନିଷ୍ପତ୍ତି ୨୦୫ କୋଟି ଟଙ୍କା ସ୍ତରରେ ରହିଛି।

ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟସେବାର ପେଣ୍ଟସ୍ଥଳ ହେବ ଉତ୍ତର ଭାରତ: ସଞ୍ଚୀବ

ନ୍ୟାସପତ୍ରିକା, ୫.୫



ଦେଶର ପ୍ରମୁଖ ୧୨ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ପ୍ରତିନିଧିତ୍ୱ ନେଇ ପ୍ରକାଶିତ ଏକ ପତ୍ରିକାକୁ ପଞ୍ଜାବର ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ମନ୍ତ୍ରୀ



ରିଜର୍ଭ ବ୍ୟାଙ୍କ ଅଫ ଇଣ୍ଡିଆ(ଆର୍ଭିଆଇ)ର ୧୧ ଦିନିଆ ପୁରାଣୀ କମିଟି(ଏମ୍ପିସି) ବୈଠକ ଆରମ୍ଭ ହୋଇଛି।

ଗୋଟିଏ ଛାତ ତଳେ ବିସ୍ତୃତ ପ୍ରୋଜେନ ପୁଡ଼ ପ୍ରଡକ୍ଟ

କୁବନେଶ୍ୱର, ୫.୫

ପରିବର୍ତ୍ତିତ ଚାହିଦା ମେଣ୍ଟାଇଛି ପ୍ରୋଜେନ ଖୁର୍ଦ୍ଧା



ହୋଟେଲ, ରେଷ୍ଟୁରାଣ୍ଟ, ପାଖ ପୁଡ଼ କର୍ମ ଏବଂ ରିଟେଲରକୁ ମଧ୍ୟ ପ୍ରଡକ୍ଟ ଯୋଗାଇ ହେଉଛି।

ମଧ୍ୟରେ ସ୍ତରରେ କ୍ରମ, ପାଇନାପୁଲ, ଲିଟି, ମୋନିନ ସିରପ, ମାପୋ ସିରପ, ମଲବେରି

ଏମ୍ପିସି ୯.୭%କୁ ବଢ଼ିପାରେ

ନ୍ୟାସପତ୍ରିକା, ୫.୫

କମିଟି ବର୍ଷ ମାର୍ଚ୍ଚ ମୁଣ୍ଡା ଦେଶର ଅବସ୍ଥାପିତ ବ୍ୟାଙ୍କଗୁଡ଼ିକର ମୋଟ ଅନାଦାୟ ରାଶି (ଏମ୍ପିସି) ପରିମାଣ ୯.୭%କୁ ବଢ଼ିପାରେ।

ପ୍ରୋଜେନ ଖୁର୍ଦ୍ଧା ଷ୍ଟୋରରେ ଗ୍ରାହକଙ୍କ ପାଇଁ ଗ୍ରାନ୍ ମଟର, ସ୍ପଟ କର୍ଣ୍ଣ, ଖୋୟା, ପିଲା ଚିକ୍, ପ୍ଲାଜସ ଚିକ୍, ଡେଜି ପିକ୍, ଆଲୁର ପ୍ରସ୍ତୁତ

DISTRICT RURAL DEVELOPMENT AGENCY, NAYAGARH. Tender Notice for MGNREGA Cell. Letter No. 1113, dated 31.03.2021. Includes details about sealed tenders and project information.

ମାନ୍ୟବର ଶ୍ରୀଯୁକ୍ତ ଅତିରିକ୍ତ ଆୟୁକ୍ତ ଏବଂ ବନ୍ଦୋବସ୍ତ କୋର୍ଟ ରାଜସ୍ୱ ପର୍ସନ୍, ଓଡ଼ିଶା, କଟକ ମହୋଦୟଙ୍କ ଉପସ୍ଥିତିରେ. Table listing various government officials and their names.

ମୁନିୟନ ସ୍ଵୋଚ୍ଛ ସେମିପାଇନାଲରେ

ଖୋର୍ଦ୍ଧା ଅଫିସ୍, ୫୪
 ଶ୍ରୀମତୀ ବିଜେବି ହାଇସ୍କୁଲ ମିନି
 ଷ୍ଟାଡ଼ିୟମରେ ଚାଲିଥିବା ୪ର୍ଥ
 ସର୍ବଭାରତୀୟ ଫୁଟ୍‌ବାଲ
 ଖୋର୍ଦ୍ଧା କପ୍ ଟି ୨୦ କ୍ରୀଡ଼ା
 ଦୂର୍ଗାମେଣ୍ଟର ୨ୟ ଦିବସ ମ୍ୟାଚ
 ଅନୁଷ୍ଠିତ ହୋଇଯାଇଛି । ପ୍ରଥମ
 ମ୍ୟାଚ ଭୁବନେଶ୍ଵରର ମୁକ୍ତେଶ୍ଵର
 କ୍ରିକେଟ୍ କ୍ଲବ୍ ଓ କଟକର ମୁନିୟନ



ଅନୁରାଗ କନୋଜିୟା ମ୍ୟାଚ୍ ଅଫ୍ ଦି ମ୍ୟାଚ୍ ପୁରସ୍କାର ଗ୍ରହଣ କରୁଛନ୍ତି ।

୧୧୨୨ରେ ମ୍ୟାଚ ଜିତି ପ୍ରଥମ
 ଦଳ ଭାବେ ସେମିପାଇନାଲରେ
 ପ୍ରବେଶ କରିଛି । ମୁକ୍ତେଶ୍ଵର ଦଳ
 ପକ୍ଷରୁ ରଣଜୀ ଚରକା ଅନୁରାଗ
 ଷ୍ଟଡ଼ିଂ ୪୨(୨୯୯୯) ଏବଂ
 ଶୁଭ୍ରାଂଶୁ ସେନାପତି ୪୦(୩୩୩୯)
 ରନ କରିଥିଲେ । ମୁନିୟନ ସ୍ଵୋଚ୍ଛ
 ପକ୍ଷରୁ ଅନୁରାଗ କନୋଜିୟା ୪
 ଓଭରରେ ୧୨ରନ ବ୍ୟୟ କରି
 ୨ଟି ରଜକେଟ୍ ଓ ଶେଖର ମାଝି
 ୪ ଓଭରରେ ୨୮ରନ ବ୍ୟୟ କରି
 ୨ଟି ରଜକେଟ୍ ନେଇଥିଲେ ।
 ଆଜି ମ୍ୟାଚର ଶ୍ରେଷ୍ଠ ଖେଳାଳୀ
 ଭାବେ ମୁନିୟନ ସ୍ଵୋଚ୍ଛ ଅନୁରାଗ
 କନୋଜିୟାଙ୍କୁ ଓଡ଼ିଶାର ପୂର୍ବତନ
 ରଣଜୀ ଖେଳାଳୀ ପି. ଜୟଚନ୍ଦ୍ର
 ଫାଷ୍ଟ୍‌ବାଲ୍ ପିଟନେସ୍ ବ୍ୟାଞ୍ଚ ପ୍ରଦାନ
 କରିଥିଲେ । ମ୍ୟାଚରୁ ପ୍ରତିରଞ୍ଜନ
 ବିଜୟୀ ଓ ସଞ୍ଚାୟ ପଞ୍ଜନାୟକ

ଖୋର୍ଦ୍ଧା କପ୍ ଟି ୨୦

ସ୍ଵୋଚ୍ଛ ମଧ୍ୟରେ ହୋଇଥିଲା ।
 ମୁନିୟନ ସ୍ଵୋଚ୍ଛ ଚପ୍ ଜିତି
 ପ୍ରଥମେ ବ୍ୟାଟିଂ କରି ନିଜାରିତ
 ୨୦ଓଭରରେ ୬ ରଜକେଟ୍
 ହରାଇ ୧୪୫ରନ କରିଥିଲା । ଦଳ
 ପକ୍ଷରୁ ଏମତି ଆକ୍ରମ ସର୍ବାଧିକ
 ୩୨(୨୫୯୯), ନିରଞ୍ଜନ ବେହେରା ୨୯(୨୪୯୯)
 ଓ ଅଧିନାୟକ ଅନୁରାଗ କନୋଜିୟା ୨୪(୧୮୯୯)
 ରନ କରିଥିଲେ । ମୁକ୍ତେଶ୍ଵର ପକ୍ଷରୁ ପ୍ରତିମଜିତ ଦାସ
 ୪ଓଭରରେ ୩୦ରନ ବ୍ୟୟ କରି ୩ଟି ରଜକେଟ୍ ଓ

ମନୋଜ ବାରିକ ୪ଓଭରରେ ୨୧ରନ ବ୍ୟୟ କରି
 ଗୋଟିଏ ରଜକେଟ୍ ନେଇଥିଲେ । ଜବାବରେ ମୁକ୍ତେଶ୍ଵର
 ଦଳ ୧୪୬ରନର ପିଛା କରି ୨୦ଓଭରରେ ୬ ରଜକେଟ୍
 ହରାଇ ୧୩୪ରନ କରିଥିଲା । ଫଳରେ ମୁନିୟନ ସ୍ଵୋଚ୍ଛ

ପରିତାଳନା କରିଥିବା ବେଳେ, କାଜଲ ବଳିୟାରସି ମ୍ୟାଚ
 ରେଫରୀ ଓ ଅସିତ ପରିଡ଼ା ସ୍ଵୋଚ୍ଛର ଦାୟିତ୍ଵ ରୁକ୍ଷା କରିଥିଲେ ।
 ଆସନ୍ତାକାଲି ପ୍ରଥମ ସେମିପାଇନାଲ ମ୍ୟାଚ ମୁକ୍ତେଶ୍ଵର
 କ୍ଲବ୍ ଓ ମୁନିୟନ ସ୍ଵୋଚ୍ଛ ମଧ୍ୟରେ ଅନୁଷ୍ଠିତ ହେବ ।

ଫଖର ଜମାନ ରନ ଆଉଟ ପ୍ରସଙ୍ଗ



ଅମ୍ଳାୟରକ ନିଷ୍ପତ୍ତି ରୂପାନ୍ତ: ଏମ୍‌ସିସି

ଲକ୍ଷ୍ମଣ, ୫୪: ଦକ୍ଷିଣ ଆଫ୍ରିକା ବିପକ୍ଷ ଦ୍ଵିତୀୟ
 ଦିନିକିଆରେ ପାକିସ୍ତାନର ଫଖର ଜମାନଙ୍କ ବିବାଦୀୟ
 ଆଉଟକୁ ନେଇ ଖୁବ୍ ଚର୍ଚ୍ଚା ହେଉଛି । କିନ୍ତୁ ତି'କକ୍
 ବ୍ୟାଟ୍‌ମ୍ୟାନଙ୍କୁ ଭ୍ରମରେ ପକାଇବାକୁ ଚେଷ୍ଟା କରିଥିଲେ
 ବୋଲି ଅନେକେ କହୁଛନ୍ତି । ହେଲେ ଏ ବିଷୟରେ
 ଅମ୍ଳାୟରକ ନିଷ୍ପତ୍ତି ରୂପାନ୍ତ ବୋଲି କ୍ରୀଡ଼ା ଖେଳର
 ନିୟମ ପ୍ରସ୍ତୁତକାରୀ ମେରିଲବୋନ କ୍ରୀଡ଼ା କ୍ଲବ୍
 (ଏମ୍‌ସିସି) କହିଛି । ରବିବାର ଖେଳାଯାଇଥିବା ଏହି
 ମ୍ୟାଚରେ ପାକିସ୍ତାନ ୩୪୨ ରନ ପିଛା କରୁଥିବାବେଳେ
 ଜମାନ ୧୯୩ ରନ କରିଥିଲେ । ସେ ଆଉଟ ହୋଇ
 ନ ଥିଲେ ହୁଏତ ପାକିସ୍ତାନ ବିଜୟୀ ହୋଇପାରିଥାନ୍ତା ।
 ଦକ୍ଷିଣ ଆଫ୍ରିକା ରଜକେଟ୍ କିପର ତି'କକ୍‌ଙ୍କ ଧୂର୍ତ୍ତାପି

ଯୋଗୁ ଜମାନ ଆଉଟ ହୋଇଥିବା ଅନେକ କହୁଛନ୍ତି ।
 ଶବ୍ଦ ଖେଳ ଜମାନ ରନ ସଂଗ୍ରହ କରୁଥିବାବେଳେ ତି'କକ୍
 ଲୁଚି ଏନିଗିଟିକୁ ଲକ୍ଷ୍ୟ କରି ଅଲୁକି ନିର୍ଦ୍ଦେଶ କରିଥିଲେ ।
 କିନ୍ତୁ ସେତେବେଳେ ଏଡେମ୍ ମାରକ୍ରମ କିପର୍ ଏଣ୍ଡକୁ
 ଲକ୍ଷ୍ୟ କରି ଥିବା କରିଥିଲେ । ଏହା ଡାଇରେକ୍ଟ
 ହିସ୍ ଥିଲା । ଦ୍ଵିତୀୟ ରନ ମହର ଗତିରେ ସଂଗ୍ରହ
 କରିବାକୁ ଜମାନ କ୍ରୀଡ଼ାରେ ପହଞ୍ଚିପାରି ନ ଥିଲେ ।
 କିନ୍ତୁ ତି'ପୁ ବେଷ୍ଟଲେ ସତେ ଯେମିତି ଜଣା ପଡୁଥିଲା
 ନ-ସ୍ଵାଇକର ଏଣ୍ଡକୁ ଲକ୍ଷ୍ୟ କରି ଥିଲା । ହେଉଥିବା
 ଜମାନଙ୍କ ମନରେ ଧାରଣା ସୃଷ୍ଟି କରିବା ଲାଗି ତି'କକ୍
 ପ୍ରୟାସ କରିଥିଲେ । ଏଥୁ ତି'କକ୍‌ଙ୍କ ଖେଳାତ୍ମକ
 ମନୋବୃତ୍ତିକୁ ନେଇ ଅନେକ ପ୍ରଶ୍ନ ଉଠାଇଛନ୍ତି ।

Dr. Juneja's
ଡା. ଅର୍ଥୋ
 Ayurvedic Oil, Capsules, Spray & Ointment

24x7 Helpline: 7876977777

ଗଣି ବ୍ୟଥାର
 ସେଶାଲିଷ୍ଟ

8 ଗୁଣକାରୀ ଆୟୁର୍ବେଦିକ
 ତେଲରେ ପ୍ରସ୍ତୁତ ଡା. ଅର୍ଥୋ
 ତେଲ ଗଣି ଯନ୍ତ୍ରଣାକୁ ମୂଳକୁ
 କମ୍ କରିବାରେ ବିଶେଷ
 ସହାୟତା କରିଥାଏ । ମାତ୍ର
 8-10 ମିଲି ତେଲ ଦିନରେ
 ଥରେ କିମ୍ବା ଦୁଇ ଥର
 ହାଲୁକା ହାତରେ ପ୍ରଭାବିତ
 ଅଙ୍ଗରେ ମାଲିସ କରନ୍ତୁ ।
 ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ସୁବେଶା
 ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ଆୟୁର୍ବେଦିକ
 #VocalforLocal

ନିଜଜୀବନୀଙ୍କ 'ଡା. ଅର୍ଥୋ'ର ସବୁ ଉପାଦାନ କେବଳ 'ଡା. ଅର୍ଥୋ' ନାମରେ ହିଁ
 ପ୍ରତି ଡିଆରି ହୋଇଥାଏ । ଏହା ସର୍ବୋତ୍ତମ ନାମ, ପ୍ୟାକିଂ, ବୋତଲ,
 ସାବଧାନ ବିଜ୍ଞାପନ ପ୍ରତି ସାବଧାନ । ସର୍ବୋତ୍ତମ ଡା. ଅର୍ଥୋ ହିଁ ବିଶନ୍ତୁ ।

MARUTI SUZUKI ARENA

ଶାନଦାର କାର ଗୁଡ଼ିକ ଉପରେ ଗରମ ଦିନରେ ଆକର୍ଷଣୀୟ ଅଫର୍ସ!

ଆପଣଙ୍କ ମନପସନ୍ଦର ମାରୁଟି ସୁଜୁକୀ କାର ଉପରେ ଗ୍ରୀଷ୍ମର ଆକର୍ଷଣୀୟ
 ଏବଂ ବିଶେଷ ଅଫର୍ସ ଗୁଡ଼ିକର ଆନନ୍ଦ ଉପଭୋଗ କରନ୍ତୁ ।

BIG SAVINGS	WAGONR ₹26 000*	ALTO ₹30 000*	S-PRESSO ₹32 000*	VITARA BREZZA ₹33 000*
	DZIRE ₹31 000*	SWIFT ₹33 000*	CELERIO ₹33 000*	ECCO ₹28 000*

WAGONR ALTO S-PRESSO ERTIGA VITARA BREZZA DZIRE SWIFT CELERIO ECCO

E-book today at www.marutisuzuki.com or visit your nearest Maruti Suzuki dealership | All Maruti Suzuki vehicles now available under CSD & CPC | For bulk orders, mail at: Pradosh.Jena@maruti.co.in

TUSHI MOTORS CUTTACK: 9078076450.	SKY AUTOMOBILES BHUBANESWAR: 9776645711. CUTTACK: 9776677771, 7381873818. DHENKANAL: 9776900005. JAJPUR: 9776900777.	JYOTE MOTORS BHUBANESWAR: LEWIS ROAD: 9798190190. NAYAPALLI: 9798190190. KEONJHAR: 9798190190. BARIAPADA: 9798190190. BHADRAK: 9798190190. NAYAGARH: 9798190190. BALASORE: 9798190190.	NARAYANI MOTORS BHUBANESHWAR: 9583022019, 9583022012, 9583022013. NIMAPARA: 7381093626 JAGATSINGHPUR: 9583022090 PARADEEP: 9583022034/48 PURI: 9583022035.	ODYSSEY MOTORS ANGUL: 7752076136, 9776901481. PALLAHARA: 7873565435, 9437831123.
---	---	--	--	---

*Offer includes consumer offer, exchange bonus and institutional/rural offer (wherever applicable) on selected models/ variant. Above mentioned savings amount is the value of maximum savings on selected models. *Terms & Conditions apply. The terms and conditions are subject to change without any prior notice. For more details, please contact your nearest ARENA dealership. Features and accessories shown may not be part of standard fitment. Black Glass Shade on the vehicle is due to the lighting effect. Images used are for illustration purposes only. Offers vary across variants. Maruti Suzuki India Limited reserves the right to discontinue offers without notice. Above offers are valid till 30th April 2021.