



ଓଡ଼ିଶା ସରକାର

## କାଳିଆ



କୃଷି କଲେ ଉନ୍ନତ ସକଳ ଉନ୍ନତି

### ୪୨ ଲକ୍ଷ

କ୍ଷୁଦ୍ର ଓ ନାମମାତ୍ର ଚାଷୀ  
ଏବଂ ଭୂମିହୀନ ଚାଷୀ

ପରିବାରଙ୍କୁ

ଖରିଦ ୨୦୨୧ ପାଇଁ

### ୯୨୦ କୋଟି ଟଙ୍କା

କାଳିଆ ସହାୟତା



ପବିତ୍ର ଅକ୍ଷୟ ତୃତୀୟା ଅବସରରେ  
ଓଡ଼ିଶାର ମାନ୍ୟବର ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀ  
ଶ୍ରୀଯୁକ୍ତ ନବୀନ ପଟ୍ଟନାୟକଙ୍କ

ଦ୍ୱାରା

ରାଜ୍ୟର ଚାଷୀ ଭାଇଭଉଣୀମାନଙ୍କୁ  
ଡିଭିଟି ମାଧ୍ୟମରେ

ହସ୍ତାନ୍ତର



କୃଷି ଓ କୃଷକ ସଶକ୍ତିକରଣ ବିଭାଗ



ଜୁନିୟର କ୍ରିକେଟ ଚୟନକର୍ତ୍ତା ଦୌଡ଼ରେ ସୁରିୟର  
ଭାରତୀୟ ଜୁନିୟର କ୍ରିକେଟ ଦଳର ଚୟନକର୍ତ୍ତା ପଦବୀ ପାଇଁ ପୂର୍ବତନ  
ଭାରତୀୟ ବ୍ୟାଟ୍ସମ୍ୟାନ ସୁରିୟର ଅମରନାଥ ଆବେଦନ କରିଛନ୍ତି।

# ୧୦ ୦୮

ବଞ୍ଚିବା କଷ୍ଟକର ହୋଇପଡ଼ିଛି  
ଲକ୍ଷ୍ମୀଭଣ୍ଡାରରେ କାମ ହରାଇବା ସହ ରୋଗରେ ପୀଡ଼ିତ ହୋଇ ବଞ୍ଚିବା  
କଷ୍ଟକର ହୋଇପଡ଼ିଛି ବୋଲି କହିଛନ୍ତି ଅଭିନେତ୍ରୀ ସୁମୋନା ଚକ୍ରବର୍ତ୍ତୀ।



# ସଂକ୍ରମଣ କମ୍ପୁନି | ବଢ଼ିପାରେ ଲକ୍ଷ୍ମୀଭଣ୍ଡାର ୯ ହଜାର ମୃତଦେହ

## କୋଭିଡ଼ ପୁନଃପ୍ରାପ୍ତି ପାଇଁ ଗଢ଼ାହେଲା ପରାମର୍ଶଦାତା କମିଟି

ଭୁବନେଶ୍ୱର, ୧୫୫ (ଭୁବନେଶ୍ୱର) ରାଜ୍ୟରେ କୋଭିଡ଼-୧୯ ସଂକ୍ରମଣ ବଢ଼ିଚାଲିଛି। ଗତ କିଛିଦିନ ହେବ ସଂକ୍ରମଣ ହାର ୧୦ ହଜାର ଉପରେ ରହିଛି। ଶନିବାର ରାଜ୍ୟରେ ୧୧ ହଜାର ୮୦୫ ଜଣ ସଂକ୍ରମିତ ହୋଇଥିବାବେଳେ ୨୧୯୫ ଜଣ ମୃତ୍ୟୁ ଘଟିଛି। ମହାମାରୀକୁ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ କରିବା ପାଇଁ ରାଜ୍ୟ ସରକାର ମେ' ୫ ତାରିଖରୁ ସମଗ୍ର ରାଜ୍ୟକୁ ଲକ୍ଷ୍ମୀଭଣ୍ଡାର ଘୋଷଣା କରିଛନ୍ତି। ଆସନ୍ତା ୧୯ ତାରିଖରେ ୧୪ ଦିନିଆ ଲକ୍ଷ୍ମୀଭଣ୍ଡାର ଅବଧି ଶେଷହେବାକୁ ଯାଉଛି। ସଂକ୍ରମଣ ସ୍ତର ଖସୁ ନ ଥିବାରୁ ରାଜ୍ୟରେ ପୁଣି ଲକ୍ଷ୍ମୀଭଣ୍ଡାର ଅବଧି ବୃଦ୍ଧି ହେବା ନିଶ୍ଚିତ ମନେହେଉଛି। ଏଭଳିସ୍ଥିତି କାରଣରୁ ସଂକ୍ରମଣ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ ପାଇଁ ରାଜ୍ୟ ସରକାର ଏକ ଉଚ୍ଚ ସ୍ତରୀୟ ପରାମର୍ଶଦାତା କମିଟି ଗଠନ କରିଛନ୍ତି। ଶନିବାର ମୁଖ୍ୟ ଶାସନ ସଚିବ ସୁରେଶ ମହାପାତ୍ର ଗଣମାଧ୍ୟମକୁ ଏନେଇ ସୂଚନା ଦେଇଛନ୍ତି। ସେ କହିଛନ୍ତି ଯେ ବିଶିଷ୍ଟ ଚିକିତ୍ସା ବିଜ୍ଞାନୀ ଡା. ଶ୍ରୀନାଥ ରେଞ୍ଜାକ ଅଧ୍ୟକ୍ଷତାରେ

ଏହି କମିଟି ଗଠନ କରାଯାଇଛି। କମିଟିରେ ବହୁ ବରିଷ୍ଠ ଡାକ୍ତର, ବୈଜ୍ଞାନିକ ସଦସ୍ୟ ଅଛନ୍ତି। ଡାକ୍ତର ଦେବୀ ସେଠୀ, ରମାକାନ୍ତ ପଣ୍ଡା କମିଟିରେ ଥିବାବେଳେ ତିନିମାଲତି ଏହାର ଆବାହକ ଅଛନ୍ତି। ଏହି କମିଟି ରାଜ୍ୟ ସରକାରଙ୍କୁ କୋଭିଡ଼ ପରିଚାଳନା ଓ ଚିକିତ୍ସା ପ୍ରସ୍ତୁତ ନେଇ ପରାମର୍ଶ ଦେବ। ବୈଜ୍ଞାନିକମାନଙ୍କ ଆବଶ୍ୟକ ଅନୁଯାୟୀ ତୃତୀୟ ଲକ୍ଷ୍ମୀଭଣ୍ଡାର ପିଲାମାନଙ୍କୁ ସଂକ୍ରମିତ କରିପାରେ। ଏଥିପାଇଁ କିପରି ପ୍ରସ୍ତୁତ ରହିବାକୁ ହେବ ସେ ନେଇ କମିଟି ସରକାରଙ୍କୁ ପରାମର୍ଶ ଦେବ। ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ବଡ଼ ବଡ଼ ଦେଶରେ କରୋନାକୁ କିପରି ସଫଳ ଭାବେ ପୂର୍ଣ୍ଣାବସ୍ଥା କରାଯାଇଛି, ତାହାର ସାମ୍ପାଦନା କିପରି କରାଯାଇଛି, ନିୟନ୍ତ୍ରଣ କାର୍ଯ୍ୟରେ ନିୟୋଜିତ କରାଯିବ, ତାହାର ଖାସ୍ତାଗୁଡ଼ିକରେ ଚିକିତ୍ସା ସୁବିଧାର ଉନ୍ନତି ପାଇଁ କ'ଣ ସବୁ ପଦକ୍ଷେପ ଗ୍ରହଣ କରିବାକୁ କମିଟି

- ୩.୮ କୋଟି ଟିକା କିଣିବାକୁ ଯୋଜନା
- ଭେକ୍ସିଲୋଟରରେ ୩ ହଜାର ଗୁରୁତର ରୋଗୀ



ସରକାରଙ୍କୁ ମାର୍ଗଦର୍ଶନ କରିବ। ପିଲାମାନଙ୍କ ଟିକିଆ ପାଇଁ କ'ଣ ଭିଜିଭୁମି ଓ ମାନବ ସମ୍ବଳର ଆବଶ୍ୟକତା ରହିଛି ସେ ସବୁ ବିଷୟରେ ସରକାରଙ୍କୁ ସହାୟତା କରିବ। ପରାମର୍ଶଦାତା କମିଟି ଦେଇଥିବା ସୁପାରିସକୁ ରାଜ୍ୟ ସରକାର ତୁରନ୍ତ କାର୍ଯ୍ୟକାରୀ କରିବେ ବୋଲି ମୁଖ୍ୟ ଶାସନ ସଚିବ

ସୂଚନା ଦେଇଛନ୍ତି। ରାଜ୍ୟ ସରକାର ଟିକାକରଣକୁ ମଧ୍ୟ ଗୁରୁତ୍ୱ ଦେଉଛନ୍ତି। ଗ୍ଲୋବାଲ ଟେଣ୍ଡର ଜରିଆରେ ଟିକା କିଣିବାକୁ ସରକାର ନିଷ୍ପତ୍ତି ନେଇଛନ୍ତି। ଏହାକୁ ଗତ କ୍ୟାବିନେଟ ବୈଠକରେ ଅନୁମୋଦନ କରାଯାଇଛି। ଶୁକ୍ରବାର ଓଡ଼ିଶା ରାଜ୍ୟ ଔଷଧ ନିଗମ ଲିମିଟେଡ୍ ତରଫରୁ ଗ୍ଲୋବାଲ ଟେଣ୍ଡର ଡକାଯାଇଛି। ଟେଣ୍ଡର ଡକାଯାଇଛି ନିଗମର ଡିପ୍ୟୁଟି ମ୍ୟାନେଜିଂ ଡିରକ୍ଟର ଅପ୍ପଲୋଟ କରାଯାଇଛି। ଓଡ଼ିଶା ହେଉଛି ଭାରତର ପ୍ରଥମ ରାଜ୍ୟ ଯେ କି ଖୁବ୍ କମ୍ ସମୟ ଭିତରେ ଗ୍ଲୋବାଲ ଟେଣ୍ଡର କରିପାରିଛି। ୩ କୋଟି ୮୦ ଲକ୍ଷ ଟିକା କିଣିବାକୁ ଟେଣ୍ଡର କରାଯାଇଛି। ୪ ମାସ ମଧ୍ୟରେ ଟିକା କ୍ରୟ କରିବାକୁ ଲକ୍ଷ୍ୟ ରଖାଯାଇଛି। ଆସନ୍ତା ୧୯ ତାରିଖରେ ପ୍ରି-ବିଡିଂ କରାଯିବ। ୨୮ ତାରିଖ ଭିତରେ ଟେଣ୍ଡର ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ କରାଯିବ। ଯଦି ଟେଣ୍ଡର ସଫଳ ହୁଏ ତେବେ ଖୁବ୍ଶୀଘ୍ର ଟିକାକରଣ କାର୍ଯ୍ୟକୁ

ସୁରକ୍ଷିତ କରାଯିବ ବୋଲି ମୁଖ୍ୟ ଶାସନ ସଚିବ କହିଛନ୍ତି। କୋଭିଡ଼ ସଂକ୍ରମଣ ବୃଦ୍ଧି ପାଇଥିବାରୁ ଗତ ୧୦ ଦିନ ହେବ ରାଜ୍ୟରେ ଲକ୍ଷ୍ମୀଭଣ୍ଡାର ଘୋଷଣା କେବଳ ଅତ୍ୟାବଶ୍ୟକ ସାମଗ୍ରୀ ବ୍ୟତୀତ ଅନ୍ୟସବୁ ବୋକାଳ ବନ୍ଦ ରହିଛି। ପ୍ରତ୍ୟେକ ଜିଲ୍ଲାର କୋଭିଡ଼ ସ୍ଥିତି ଉପରେ ସରକାର ତାତ୍କାଳିନୀ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ କରାଯାଉଛି। ଗତ ଦୁଇ ସପ୍ତାହ ଭିତରେ ଯଦି ଦେଖାଯାଏ ତେବେ ୧୦ ଜିଲ୍ଲାରେ ସଂକ୍ରମଣ ସ୍ଥିତି ସମାନ ରହିଛି। କିଛି କିଛି ଜିଲ୍ଲାରେ କମିଟି ଆରମ୍ଭ ହୋଇଛି। ରାଜ୍ୟର ଭଦ୍ରକ, ବଲାଙ୍ଗୀର, ଦେବଗଡ଼, ଗଜପତି, ସମଲପୁର, ଝାରସୁଗୁଡ଼ା, ନବରଙ୍ଗପୁର, ସୁନ୍ଦରଗଡ଼, ନୂଆପଡ଼ା ଜିଲ୍ଲାରେ ସଂକ୍ରମଣ ହାର ସମାନ ସ୍ଥିତିରେ ରହିଛି ବା କମି କମି ଆସୁଛି। ଲକ୍ଷ୍ମୀଭଣ୍ଡାର ସମ୍ବେ ଗତ ୧୦ ଦିନ ହେବ ରାଜ୍ୟରେ ସଂକ୍ରମଣ ହାର ଗୋଟିଏ ସ୍ଥିତିରେ ୧୦ରୁ ୧୨ ହଜାର ମଧ୍ୟରେ ରହିଛି। ଏହାକୁ ଆମେ ହାଲୁକା **୧୯୫୫-୨**



ସୁପିର ପ୍ରୟାଗରାଜ ସ୍ଥିତ ଗଙ୍ଗାନଦୀ ଶ୍ରୀଙ୍ଗେରପୁର ଘାଟ ବାଲିରେ ପୋତା ଯାଇଥିବା ମୃତଦେହ।

ଲକ୍ଷ୍ମୀ/ନୂଆଦିଲ୍ଲୀ, ୧୫୫ ଭାଙ୍ଗିପା ଶାସିତ ଉତ୍ତରପ୍ରଦେଶ (ଉପି)ରେ ପ୍ରବାହିତ ଗଙ୍ଗାନଦୀ କୂଳର ୧୧୪୦ କି.ମି. ଅଞ୍ଚଳରେ ୨ ହଜାରରୁ ଊର୍ଦ୍ଧ୍ୱ କୋଭିଡ଼ ରୋଗୀଙ୍କ ମୃତଦେହ ଠାବ କରାଯାଇଛି। ପ୍ରଥମେ ଉତ୍ତର କେନ୍ଦ୍ର ଓ ଉପି ସରକାର ମୃତକଙ୍କ ସଂଖ୍ୟା ଲୁଚାଉଥିଲେ। ମୃତଦେହଗୁଡ଼ିକ ଭାସି ଭାସି ବିହାରରେ ପହଞ୍ଚିବା ପରେ ଏ ନେଇ ଉଦ୍‌ବେଗ ପ୍ରକାଶ ପାଇଥିଲା। କେତେକ ଜାତୀୟ ଗଣମାଧ୍ୟମ ସଂସ୍ଥାର ଖବରଦାତାମାନେ ଗଙ୍ଗାକୂଳ

### ଗଙ୍ଗାକୂଳରେ ଦବିଥିଲା ସତ

- ବର୍ଷା ଧରାଇଦେଲା ଗାଲବାଜି
- ଅଧାରଗତା ଲୁଚାଇବାକୁ ଯୋଗାଙ୍କ ଉଦ୍ୟମ

ବାଲିଆରେ ସ୍ଥିତ ଅତି ସଜ୍ଜିନ ରହିଛି। କେବଳ କନୌଜ ଗଙ୍ଗାକୂଳରୁ ୩୫୦ରୁ ଊର୍ଦ୍ଧ୍ୱ ମୃତଦେହ ଠାବ ହୋଇଛି। କାନପୁରରେ କୁଟୁକୁଟୁ ଶବ୍ଦ ଶୁଣିବା ସହ ଲୋକମାନଙ୍କୁ ମିଳିଛି। କେତେକ ସ୍ଥାନରେ ମୃତଦେହଗୁଡ଼ିକ କୁଚ୍ଛୁର ଓ ଶାଗୁଣା ଖାଉଥିବାର ସୂଚନା ବିଦାରକ ଦୃଶ୍ୟ ସମସ୍ତଙ୍କୁ ବ୍ୟଥିତ କରିଛି। ପୋଲିସ ଏବେ ଗଙ୍ଗାରେ ଓହ୍ଲାଇ ନୌକାରେ ମାଲକ୍ ଯୋଗେ ଯୋଷଣା କରୁଛି, ମୃତଦେହ ପାଣିରେ ନ ଭସାଇ ସଂସ୍କାର କର। ଯୋଗୀ ଆଦିତ୍ୟନାଥ **୧୯୫୫-୨**

### ଜାନୁୟାରୀରେ ମାର୍ଚ୍ଚରେ

୨୫ ଡୋଲ୍ ୪ ସପ୍ତାହ ମଧ୍ୟରେ।

୨୫ ଡୋଲ୍ ୬ରୁ ୮ ସପ୍ତାହ ମଧ୍ୟରେ।

### ମେ'ରେ ଆଗକୁ

୨୫ ଡୋଲ୍ ୧୨ରୁ ୧୬ ସପ୍ତାହ ମଧ୍ୟରେ।

ଏବେ ବୋଧେ କହିବ ଆଉ ୨୫ ଡୋଲ୍ ଦରକାର ନାହିଁ, ଆମର ଜମ୍ବୁନିତି ବଢ଼ିଯାଇଛି।

### ସତ୍ୱକ ଦୁର୍ଘଟଣା: ୫ ମୃତ

ରେପୁଣ୍ଡା/ବାରିପଦା ଅଞ୍ଚଳ, ୧୫୫ (ଡି.ଏନ.ଏ.)

ବାଲେଶ୍ୱର ଓ ମୟୂରଭଞ୍ଜ ଜିଲ୍ଲାର ମୁଖ୍ୟ ସ୍ଥାନରେ ମର୍ମହୀନ ସତ୍ୱକ ଦୁର୍ଘଟଣା ଘଟି ୫ଜଣଙ୍କ ମୃତ୍ୟୁ ହୋଇଛି। ୨ଜଣ ଗୁରୁତର ଆହତ ହୋଇଛନ୍ତି। ସମସ୍ତ ମୃତକ ମୟୂରଭଞ୍ଜ ଜିଲ୍ଲାର ବୋଲି ଜଣାପଡ଼ିଛି। ବାରିପଦାରୁ ୫ଜଣ ଯୁବକ ଭୁବନେଶ୍ୱର ଅଭିଯୁକ୍ତ କାର୍ (ନଂ. ଓଡ଼ିଏଏଏମ୍-୩୮୨୦) ଯୋଗେ ଯାଉଥିବାବେଳେ ଶୁକ୍ରବାର ରାତି ପ୍ରାୟ ୩ଟା ବେଳେ ବାଲେଶ୍ୱର ଜିଲ୍ଲା ରେପୁଣ୍ଡା ଶିଳ୍ପାଞ୍ଚଳ ଥାନା ୧୬୩ ନଂ. ଜାତୀୟ ରାଜପଥର ବିଲ୍ଲୀ ଗାୟାର ନିକଟ ଓଭରବ୍ରିଜ୍‌ରେ ହଠାତ୍ ଡ୍ରାଇଭରଙ୍କ ନିଦ ଲାଗିଯାଇଥିଲା। ଫଳରେ କାର୍ ଓଭରବ୍ରିଜ୍‌ରୁ **୧୯୫୫-୨**

**ଆଜିର ସମ୍ବାଦକାରୀ**  
ଆମେ ପଢ଼େଇଗଲୁ

### PRESENTING THE GRAND AKSHAYA TRITIYA offer

to bring in the auspiciousness from the safety of your home.

### ମଙ୍ଗଳରେ ଚାଲିନା ରୋଭର

ଲୋହିତ ଗ୍ରହରେ ରୋଭର ଅବତରଣ କରାଇବାରେ ଚାଲିନାକୁ ମିଳିଛି ବଡ଼ ସଫଳତା। ଆମେରିକା ପରେ ବିଶ୍ୱର ଦ୍ୱିତୀୟ ଦେଶ ଭାବେ ମଙ୍ଗଳ ମାଟିରେ ଲ୍ୟାଣ୍ଡ କରିଛି ଚାଲିନା ରୋଭର 'ପ୍ସିରୋଭା'। ମିଶନ ମାର୍ଚ୍ଚରେ ଲାଲ୍ ଗ୍ରହରେ ମଣିଷ ଉପଯୋଗୀ କଳବାୟୁ ଅଛି କି ନାହିଁ, ସେଠାକାର ମୃତ୍ତିକା ପରୀକ୍ଷଣ ତଥା ପରିବେଶ ସମ୍ପର୍କରେ ତଥ୍ୟ ସଂଗ୍ରହ କରିବ ଏହି ରୋଭର। **୧୯୫୫**

ଚାଲିନା ପ୍ରଥମ କରି ମିଶନ ମାର୍ଚ୍ଚରେ ଏହାର ରୋଭର 'ପ୍ସିରୋଭା'କୁ ଶନିବାର ମଙ୍ଗଳରେ ଅବତରଣ କରାଇ ଇତିହାସ ରଚିଛି। ଏ

ନେଇ ଚାଲିନା ନ୍ୟାଶନାଲ୍ ସ୍ପେସ୍ ଆଡ଼ମିନିଷ୍ଟ୍ରେସନ(ଏସ୍ଏସ୍ଏସ୍ଏ) ପକ୍ଷରୁ ସୂଚନା ଦିଆଯାଇଛି। ପକ୍ଷରୁ ସମସ୍ତ ସମ୍ଭାଳ ୭ଟା ୧୮ରେ 'ପ୍ସିରୋଭା' ଯୁଗୋପିଆ ପ୍ଲାନିଟିଆରେ ସଫଳତାର ସହ ଲ୍ୟାଣ୍ଡ କରିଛି। ତିଆନଫ୍ରେନ୍-୧

ସ୍ପେସ୍‌କ୍ରାଫ୍ଟ୍ ମିଶନର ଅଂଶ ଥିବା 'ପ୍ସିରୋଭା' ଶୁକ୍ରବାର ଲୋହିତ ଗ୍ରହରେ ପହଞ୍ଚିପାରେ ବୋଲି ପୂର୍ବରୁ କୁହାଯାଇଥିଲା। ତେବେ ପୃଥିବୀ ଏବଂ ମଙ୍ଗଳ ମଧ୍ୟରେ ଥିବା ଦୂରତା ଯୋଗୁଁ ମିଶନ ନିୟନ୍ତ୍ରଣରେ ବିଳମ୍ବ ହୋଇଥିଲା। ଫଳରେ ରୋଭରକୁ

ଅବତରଣ କରାଇବାରେ ସମୟ ଲାଗିଥିଲା ବୋଲି ଚାଲିନା କହିଛି। ତିଆନଫ୍ରେନ୍-୧ ହେଉଛି ପ୍ରଥମ ତଥା ଏକମାତ୍ର ମିଶନ, ଯେଉଁଥିରେ ଏକାଧରରେ ମଙ୍ଗଳ କକ୍ଷପଥକୁ ସ୍ପେସ୍‌କ୍ରାଫ୍ଟ୍ ପଠାଯିବ, **୧୯୫୫-୨**

### ଜୀବସତ୍ତା ଖୋଜିବ, ଜଳବାୟୁ ପରଖିବ 'ପ୍ସିରୋଭା'

- ଯୁଗୋପିଆ ପ୍ଲାନିଟିଆରେ ଲ୍ୟାଣ୍ଡିଂ କଲା
- ଆମେରିକା ପରେ ଚାଲିନା ଦ୍ୱିତୀୟ

### Pre-Book Your Gold ONLINE\*

@ offers.khimjionline.in

or scan the QR code

Redeem your booking against 22K Hallmarked Gold Jewellery

Jewellers since 1936

STORES ONLY at  
Bhubaneswar: 621 Saheed Nagar, Janpath  
Bhubaneswar: 309 District Centre, Chandrasekharpur  
Berhampur: Venkatraju Arcade, Sano Bazar  
Cuttack: 558/834 Cantonment Road  
Rourkela: Kesar Bhawan, Main Road

Toll Free 1800 3131 777

NOWHERE ELSE

Follow us on















# ଅଦିନିଆ ବର୍ଷା



ବର୍ତ୍ତମାନ କରୋନା ମହାମାରୀ ମଣିଷ ସମାଜକୁ ଆତଙ୍କିତ କରି ରଖୁଛି। ଏମିତିରେ ଅତ୍ୟଧିକ ଗରମ ସାଙ୍ଗକୁ ଅଦିନିଆ ବର୍ଷା ଲାଗି ହେଉଥିବା ପାଣିପାଗ ପରିବର୍ତ୍ତନ ଅଧିକାଂଶକାଳରେ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ସମସ୍ୟାକୁ ଆହୁରି ବଢ଼ାଇ ଦେଉଛି। ତେଣୁ ଏ ସମୟରେ ସୁସ୍ଥ ରହିବା ଅନ୍ତରାଳରେ କେବଳ ସତର୍କତା ଓ ସଚେତନତା ହିଁ ଏକମାତ୍ର ଉପାୟ...

ବର୍ତ୍ତମାନ କରୋନା ମହାମାରୀ ସମଗ୍ର ପୃଥିବୀରେ ହଜିହଜି ହୁଣ୍ଡି କରୁଛି। ଏଭଳି ପରିସ୍ଥିତିରେ କିଛିଦିନ ହେବ ପ୍ରବଳ ଖରାରେ ହଠାତ୍ ବର୍ଷା, ପବନ ଲାଗି ହେଉଥିବା ପାଣିପାଗ ପରିବର୍ତ୍ତନ ଅନେକଙ୍କ ଖାତା, ଅଣ୍ଡା, କାଶ, କୂର ଆଦି ଭଳି ସମସ୍ୟାର କାରଣ ସାଜୁଛି। କେବଳ ଏତିକି ନୁହେଁ, ବେଳେବେଳେ ପ୍ରବଳ ବିଜୁଳି, ଘଡ଼ଘଡ଼ି ସହ ବର୍ଷା ଯୋଗୁ ମଧ୍ୟ ଅନେକ ଧନ କାବନ ହାନି ହେଉଛି। ଏଭଳି ବିଷମ ପରିସ୍ଥିତିରେ ଯଦି ଏହି ପ୍ରାକୃତିକ ବିପତ୍ତିକୁ ରୋକିବା ମଣିଷପକ୍ଷେ ସହଜ ନୁହେଁ, ହେଲେ ସୁରକ୍ଷା ନିମନ୍ତେ କେତୋଟି ବିନା ପ୍ରତି ସଚେତନ ହେଲେ ଏସବୁକୁ କିଛି ମାତ୍ରାରେ ରୋକାଯାଇ ପାରିବ। ଜାଣିରଖନ୍ତୁ...

**ବଜ୍ରାକୁ ରୋଗ ପ୍ରତିରୋଧକ ଶକ୍ତି:** - କରୋନା ସଂକ୍ରମଣ ସାଙ୍ଗକୁ ହଠାତ୍ ପାଣିପାଗ ପରିବର୍ତ୍ତନ ଯୋଗୁ ହେଉଥିବା ବିଭିନ୍ନ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ସମସ୍ୟା ବା ସିକନାଲ୍ ଇପେକ୍ଟିଭ୍



ତିସାଅର୍ଥରଠାରୁ ନିଜକୁ ଦୂରରେ ରଖିବା ଲାଗି ଖାଦ୍ୟପେୟ ପ୍ରତି ବିଶେଷ ଦୃଷ୍ଟି ଦିଅନ୍ତୁ। ବିଶେଷକରି ପ୍ରଚୁର ପରିମାଣରେ ଭିନାମିଟ୍ ତିର ତରୁ ଏବଂ ଓମେଗା-୩ ଫ୍ୟାଟି ଏସିଡ୍ ଏବିନେ ଶରୀର ପାଇଁ ବେଶ୍ କରୁଣ। ଏଥିପାଇଁ ମାଛ ଖାଆନ୍ତୁ।

ତେଲ ମସଲାଯୁକ୍ତ ଖାଦ୍ୟ କିମ୍ବା ଫାଷ୍ଟଫୁଡ୍ ଜାତୀୟ ଖାଦ୍ୟ ପରିବର୍ତ୍ତେ ରୋଗ ପ୍ରତିରୋଧକ ଶକ୍ତି ବୃଦ୍ଧି କରିବା ଲାଗି ସୁସ୍ଥ ଆହାର ଗ୍ରହଣ କରନ୍ତୁ।

ବିଶେଷକରି ପ୍ରୋଟିନ୍, ଆଇରନ୍, କିଙ୍ଗ୍, ଭିନାମିଟ୍ ସି ଯୁକ୍ତ ଖାଦ୍ୟ ସହିତ ରତ୍ନଜିନିକ ସବୁଜ ପନିପରିବା, ଫଳ ଓ ଶାଗ ଭଳି ଆଣ୍ଟିଅକ୍ସିଡାଣ୍ଟ ଯୁକ୍ତ

ଖାଦ୍ୟ ଖାଆନ୍ତୁ। ଖାଦ୍ୟ ତାଲିକାରେ ଗାଈମିଆକୁ ସାମିଲ କରନ୍ତୁ।

ଯଦି କାଶ ହୁଏ, ତେବେ ସକାଳୁ ଖାଲିପେଟରେ ଅଦାରସ, ମହୁ କିମ୍ବା ଚୁକସୀ ରସ ଖାଆନ୍ତୁ। ଉଷୁମ କ୍ଷୀର ପିଇବା ଦ୍ୱାରା ମଧ୍ୟ ଆପଣ ଉପକୃତ ହେବେ। ରସୁଣ ମଧ୍ୟ ଖାଇବା ଏବିନେ ବେଶ୍ ଉପକାରୀ। ପ୍ରଚୁର ପରିମାଣରେ ପାଣି ପିଅନ୍ତୁ।

**ବର୍ଷା ସମୟରେ:**

- ଏ ସମୟରେ ବାହାରକୁ ନ ଯିବା ଭଲ। ବିଶେଷକରି ପାଗ ମେଘୁଆ ହୋଇଗଲେ ବା ବର୍ଷାର ଆଶଙ୍କା ଥିଲେ ଆଦୌ ବାହାରକୁ ବାହାରକୁ

ନାହିଁ। ନିହାତି ଆବଶ୍ୟକ ଥିଲେ ଯଦି ବାହାରକୁ ଯାଉଛନ୍ତି ତେବେ ବର୍ଷା, ଘଡ଼ଘଡ଼ି କିମ୍ବା ବିଜୁଳି ମାରିଲେ ବାହାରେ ଆଦୌ ନ ରହି ଚରକ୍ଷଣାତ୍ ଘର ଭିତରକୁ କିମ୍ବା କୌଣସି ସୁରକ୍ଷିତ ସ୍ଥାନକୁ ଚାଲିଯାଆନ୍ତୁ।

ଗ୍ରାଭେଲ୍ କରୁଥିବା ସମୟରେ ହଠାତ୍ ବିଜୁଳି, ଘଡ଼ଘଡ଼ି ଆରମ୍ଭ ହୋଇଯାଏ; ତେବେ ଆଗକୁ ନ ଯାଇ ଆଶ୍ରୟ ଲାଗି ଚୁରତ ନିକଟରେ ଥିବା କୌଣସି ଘର, ହୋଟେଲ୍ ଆଦିକୁ ଚାଲି ଯାଆନ୍ତୁ। ହେଲେ ମନେରଖନ୍ତୁ, ଏଭଳି ସ୍ଥାନରେ ଠିଆ ହେବା ବେଳେ ଉପସ୍ଥିତ ଅନ୍ୟମାନଙ୍କଠାରୁ

ଯଥାସମ୍ଭବ ସାମାଜିକ ଦୂରତା ରକ୍ଷା କରନ୍ତୁ।

- ପାଣି ସ୍ଥାନରେ ଏ ସମୟରେ ଆଦୌ ରୁହନ୍ତୁ ନାହିଁ। କାରଣ ପାଣି ହେଉଛି ବିଦ୍ୟୁତ୍ ସୁପରିବାହୀ। ତେଣୁ ବିଜୁଳି ମାରିଲେ କରେଣ୍ଟ ଲାଗିବାର ଆଶଙ୍କା ଥାଏ। ତା'ଛଡ଼ା ପାଣିରେ ରହିବା ଦ୍ୱାରା ଅଣ୍ଡା, କାଶ, କୂର ହେବା ଯୋଗୁ ଶରୀରର ରୋଗ ପ୍ରତିରୋଧକ ଶକ୍ତି କମୁଥିବାରୁ କରୋନା ସଂକ୍ରମଣ ସହଜରେ ହେବାର ଆଶଙ୍କା ବୃଦ୍ଧି ହୋଇଥାଏ।
- ବର୍ଷା ପାଗରେ ବାହାରକୁ ଯାଉଥିଲେ ପାଖରେ ଏକ ସେଟ୍ ବ୍ରେସ୍, ଟାଙ୍ଗେଲ୍,

ମାଝ ଆଦି ରଖନ୍ତୁ। ଯଦି କୌଣସି କାରଣରୁ ଓଦା ହୋଇଯାଆନ୍ତି, ତେବେ ଚୁରତ ଓଦା ପୋଷାକ ବଦଳରେ ଏସବୁ ପିନ୍ଧି ଦିଅନ୍ତୁ। ନଚେତ୍ କେବଳ ଅଣ୍ଡା, କୂର ନୁହେଁ ବରଂ ଓଦାରେ ଅଧିକ ସମୟ ରହିବା ଦ୍ୱାରା ଭାଇରସ୍ ସଂକ୍ରମଣ ଏବଂ ଫଙ୍ଗାଲ୍ ଇନଫେକ୍ସନ୍ର ଭୟ ବେଶି।

ମନେରଖନ୍ତୁ, ବର୍ତ୍ତମାନର ସମୟରେ ସର୍ବଦା ବାହାରକୁ ଯିବା ପୂର୍ବରୁ ରେଡିଓ, ଟିଭି, ଇଣ୍ଟରନେଟ୍ ଆଦିକୁ ପାଣିପାଗ ସୂଚନା ଦେଖିନିଅନ୍ତୁ।

ଆଉ ଏକ ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ କଥା ହେଉଛି, ଘଡ଼ଘଡ଼ି ମାଉସୁଆ ସମୟରେ ମୋବାଇଲ୍ ଫୋନ୍ରେ କଥା ହେବାଠାରୁ ଦୂରରେ ରହନ୍ତୁ। ଏହାର ତାତ୍ତ୍ୱ ଅର୍ଥ ଥିଲେ ଅପ୍ କରନ୍ତୁ, ଚାର୍ଜରେ ବସିଥିଲେ ଚୁରତ କାଢ଼ିଦିଅନ୍ତୁ। ଫୋନ୍ ସୁଇଚ୍ ଅପ୍ କରିଦେବା ଭଲ। ନଚେତ୍ ଏହା ବ୍ଲ୍ୟାଷ୍ଟ ହେବା ଯୋଗୁ କାନ ନଷ୍ଟ ହେବା କିମ୍ବା କାବନ ଯିବାର ବି ଆଶଙ୍କା ରହିଛି।

## ଏ ସପ୍ତାହର ପ୍ରଶ୍ନ

- ୧- ଲଢ଼ୁ ରେଜିଷ୍ଟ୍ରାସ୍ ଆର୍ମି..... ଦେଶରେ ଦେଖିବାକୁ ମିଳେ ?
- ୨- ବନ୍ୟପ୍ରାଣୀ ସପ୍ତାହ..... ମାସରେ ପାକନ କରାଯାଏ ?
- ୩- ଜିଆଣ୍ଡ ଉତ୍ ମଧ୍ୟ ନାମକ ପୃଥିବୀର ସବୁଠାରୁ ଭାରି କାଟ..... ଠାରେ ଦେଖାଯାଏ ?
- ୪- ନିକଟରେ ଜାପାନରେ..... ନାମକ ଏକ ତାଲନୋସର୍ସ ପ୍ରଜାତି ଆବିଷ୍କାର କରାଯାଇଛି ?
- ୫- ଇନ୍ଦିରା ଗାନ୍ଧୀ ନ୍ୟାଶନାଲ ଫରେଷ୍ଟ ଏକାଡେମୀର ହେଡ୍ କ୍ୱାର୍ଟର.....ରେ ରହିଛି ?

## ଗତ ଧରଣର ଉତ୍ତର

- ୫ ପୋଲାଣ୍ଡ
- ୧ ଇଣ୍ଡିଆନ୍ ଆର୍ମି
- ୨ ଭାସ୍କିସ୍ ଟ୍ରିକ୍ ଅଫ୍ କ୍ଲୋକର୍
- ୩ ଇଲଣ୍ଡ
- ୪ ଡୋଗରୀ

## ଉତ୍ତରଦାତା



ରବୀନ୍ଦ୍ର କୁମାର ସାଲ୍, ଜଗତସିଂହପୁର



ପ୍ରମିଳା ତ୍ରିପାଠୀ, ଭଦ୍ରକ

ସୂଚନା: ଆଗାମୀ ଆଶା ପୃଷ୍ଠା ପାଇଁ ଲେଖା ଓ ପଠନା ପତ୍ରର ଲାଗି ଇ-ମେଲ୍ ଠିକଣା: dharitriagamiasha@gmail.com

## ୧୦

## ୨୦୨୧ରେ ପୃଥିବୀର ସବୁଠାରୁ ଧନୀ ବ୍ୟକ୍ତି

- ୧- କେପ୍ ବେକସ୍..... ଆମେରିକା
- ୨- ଏଲନ୍ ଆର୍ ଥାମ୍ପସନ୍..... ଆମେରିକା
- ୩- ବର୍ନାର୍ଡ ଆର୍ନାଲ୍ଡ ଆଣ୍ଡ ଫ୍ୟାମିଲି..... ଫ୍ରାନ୍ସ
- ୪- ବିଲ୍ ଗେଟ୍ସ..... ଆମେରିକା
- ୫- ମାର୍କ ଝୁକରବର୍ଗ..... ଆମେରିକା
- ୬- ଡ୍ୱାରେନ୍ ବସେଟ୍..... ଆମେରିକା
- ୭- ଲ୍ୟାରି ଏଲିଶାନ୍..... ଆମେରିକା
- ୮- ଲ୍ୟାରି ପେଜ୍..... ଆମେରିକା
- ୯- ସର୍ଗେ ଟ୍ରିନ୍..... ଆମେରିକା
- ୧୦- ପୁକେଶ ଅଧ୍ୟାୟ..... ଭାରତ

## ଦୃଢ଼ ମାନସିକତା ଦିଏ ସଫଳତା

ପ୍ରତ୍ୟେକ ଯୁବକ ଯୁବକ ଜୀବନରେ ସଫଳତାର ସ୍ୱାଦ ଚାଖିବାକୁ ଚାହାନ୍ତି। ହେଲେ ଏଥିରେ କେବଳ ସେଇମାନେ ହିଁ ସଫଳ ହୁଅନ୍ତି, ଯେଉଁମାନେ ମାନସିକ ସ୍ତରରେ ଦୃଢ଼। ତେଣୁ କିପରି ନିଜକୁ ମାନସିକ ସ୍ତରରେ ଦୃଢ଼ କରିପାରିବେ ଜାଣିରଖନ୍ତୁ ସେ ସମ୍ପର୍କରେ...



- ଏକ ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ଲକ୍ଷ୍ୟ ସ୍ଥିର କରନ୍ତୁ। ପ୍ରଥମରୁ ମନରେ କୌଣସି ନିକାରାତ୍ମକ ଚିନ୍ତା ରଖନ୍ତୁ ନାହିଁ। କାରଣ ଏହା ଆଗକୁ ବଢ଼ିବା ବଦଳରେ ମାନସିକ ସ୍ତରରେ ଦୁର୍ବଳ କରିଦିଏ। ତେଣୁ ସକାରାତ୍ମକ ଚିନ୍ତା କରି ଦୃଢ଼ତାର ସହ ଲକ୍ଷ୍ୟପଥରେ ଅଗ୍ରସର ହୁଅନ୍ତୁ।
- ଏଥିପାଇଁ କାର୍ଯ୍ୟ ଆରମ୍ଭ କରିବା ପୂର୍ବରୁ ମନୋବଳ ଦୃଢ଼ କରି ସମଗ୍ର ଆବଶ୍ୟକ ଜ୍ଞାନ ଏବଂ ଦକ୍ଷତା ହାସଲ କରନ୍ତୁ। ନିଜକୁ ସେହି ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଅପ୍ରେଣ୍ଡ୍ କରନ୍ତୁ, ଯେଉଁ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଆପଣ ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ସମ୍ପନ୍ନ ବୋଲି ଅନୁଭବ ନ କରିଛନ୍ତି।
- ଅସାଧାରଣ ବ୍ୟକ୍ତିତ୍ୱର ଅଧିକାରୀ ହେବା ଲକ୍ଷ୍ୟରେ ଆଗେଇବା ଏବଂ ବିଫଳ ହେଲେ ଲକ୍ଷ୍ୟପଥରୁ ବିଚ୍ୟୁତ ହେବା ଭଳି ମନୋବୃତ୍ତି ଆଦୌ ରଖନ୍ତୁ ନାହିଁ। ସମସ୍ତ ଅସାଧାରଣ ପ୍ରତିଭା ପ୍ରଥମେ ସାଧାରଣ ହିଁ ଥିଲେ ଏବଂ ସେମାନଙ୍କ ଦୃଢ଼ ବିଶ୍ୱାସ ଓ କର୍ମନିଷ୍ଠା ବଳରେ ସଫଳତାର ସ୍ୱାଦ ଚାଖିପାରିଲେ। ଏହାକୁ ସ୍ମରଣ କରନ୍ତୁ।
- ପୂର୍ବରୁ ପାଇଥିବା ସଫଳତାଗୁଡ଼ିକ ସମ୍ପର୍କରେ ମନେପକାନ୍ତୁ। ତାହା କିପରି ମିଳିଥିଲା ଏବଂ ଏଥିର କିପରି ମିଳିପାରିବ ତର୍କମା କରନ୍ତୁ।
- ନିଜ ଉପରେ ବିଶ୍ୱାସ ରଖନ୍ତୁ। ବିଫଳ ହେଲେ ମାନସିକ ସ୍ତରରେ ଦୁର୍ବଳ ନ ହୋଇ ଏହାକୁ କେବଳ ଏକ ଅବସର ଭାବେ ଗ୍ରହଣ କରି ଅଧିକ ପ୍ରୟତ୍ନ ଆଗାମୀ ଅବସରକୁ ଅପେକ୍ଷା କରନ୍ତୁ।
- ସମାଜରେ ପ୍ରତିଷ୍ଠିତ ହୋଇଥିବା ଅଧିକାଂଶ ବ୍ୟକ୍ତି ଜୀବନରେ ବହୁ କଷ୍ଟ ଏବଂ ବିଫଳତାର ସାମ୍ନା କରି ସଫଳ ହୋଇଛନ୍ତି। ସେମାନଙ୍କୁ ନିଜର ପ୍ରେରଣା ଭାବି ସେମାନଙ୍କ ଆତ୍ମଜୀବନୀ ପଢ଼ନ୍ତୁ। ଏହା ଆପଣଙ୍କୁ ମାନସିକ ସ୍ତରରେ ଦୃଢ଼ କରିବାର ସାହାଯ୍ୟ କରିବ ଏବଂ ସଫଳତାର ମାର୍ଗ ସରଳ କରିବ।

## ସୂଅ ଆଲର୍ଟ

# ଅନୁଲାଇନ୍ ଜୋଡା କିଣୁଥିଲେ...



ବର୍ତ୍ତମାନ ବିଭିନ୍ନ ଅନୁଲାଇନ୍ ଶପିଂ ସାଇଟ୍ରେ ଭଲିକି ଭଲି ଜୋଡା ଉପଲବ୍ଧ। ତେଣୁ ଘରେ ବସି ଖୁବ୍ ସହଜରେ ଅନେକେ ବିଶେଷ କରି ଯୁବପିଢ଼ି ନିଜ ପସନ୍ଦର ଜୋଡା ଅର୍ଡର କରିପାରୁଛନ୍ତି। ହେଲେ ଅନୁଲାଇନ୍ରେ ଜୋଡା ମଗାଇବା ବେଳେ କେତେକ କଥା ପ୍ରତି ଧ୍ୟାନ ନ ଦେଲେ ପରବର୍ତ୍ତୀ ସମୟରେ ଏହା ଟାଣା ହେବା, ପାଦକୁ କଷ୍ଟ ହେବା କିମ୍ବା ଚାଲିବା ବେଳେ ଆଖିରେ ପ୍ରେସର ହେବା ଭଳି ସମସ୍ୟା ଉଠୁଥିବା। ତେଣୁ ଅନୁଲାଇନ୍ରେ ଜୋଡା ମଗାଉଥିଲେ ଏସବୁ ଦିଗ ପ୍ରତି ଧ୍ୟାନ ଦିଅନ୍ତୁ...



ଅନୁଲାଇନ୍ରେ ଜୋଡା ମଗାଇବା ଲାଗି ସର୍ବଦା ବିଶ୍ୱସ୍ତ ଶପିଂ ସାଇଟ୍ ହିଁ ବ୍ୟବହାର କରନ୍ତୁ। ସେହିପରି ଜୋଡା ବ୍ରାଣ୍ଡ ମଧ୍ୟ ଦେଖିବାକୁ ଚାହାନ୍ତୁ ନାହିଁ।

ଜୋଡା ଅର୍ଡର କରିବା ପୂର୍ବରୁ ପ୍ରଥମେ ନିଜ ପାଦକୁ ମାପି ଏହାର ଠିକ୍ ସାଇଜ୍ ଜାଣନ୍ତୁ। ଅନୁଲାଇନ୍ରେ ଅଧିକାଂଶ ବ୍ରାଣ୍ଡ ଯୁରୋପିଆନ୍ ସାଇଜ୍ ବ୍ୟବହାର କରୁଥିବାରୁ ଏହି ଅନୁସାରେ କେତେ ନମ୍ବର ଚପଲ ଆପଣଙ୍କୁ ଫିଟ୍ ଜାଣିଲେ କିଣିବା କିମ୍ବା

ପିନ୍ଧିବା ବେଳେ ଅସୁବିଧା ହେବ ନାହିଁ।

ବାହୁଥିବା ଜୋଡାରେ ରିଟର୍ନ କିମ୍ବା ଏକ୍ସଚେଞ୍ଜ ଆଦି ଅସୁବିଧା ଅଛି ନା ନାହିଁ ତେବେ କିଣିବାକୁ ଆଦୌ ଭୁଲନ୍ତୁ ନାହିଁ। କାରଣ ସାଇଜ୍ ଦେଖି କିଣିବା ପରେ ବି ପିନ୍ଧିବା ବେଳେ ଜୋଡା ଅନେକଙ୍କୁ କଷ୍ଟ ଦିଏ। ଏମିତିକି କେବେକେବେ ଗାହା ଖୁବ୍ ଛୋଟ କିମ୍ବା ବଡ଼ ମଧ୍ୟ ହୋଇପାରେ। କେବେକେବେ ଚପଲର ସାଇଜ୍ ପାଦକୁ ଠିକ୍ ହେଉଥିଲେ ବି ପିନ୍ଧି ଚାଲିବା ବେଳକୁ

କମ୍ପର୍ଟେବଲ୍ ଲାଗି ନ ଥାଏ। ତେଣୁ ଡେଲିଭେରିମାନ୍ଦ୍ ଜୋଡା ଦେବା ପରେ ଏହାକୁ ମାପନ୍ତୁ ଏବଂ ଘରେ ପିନ୍ଧି ଚାଲନ୍ତୁ। ପାଦକୁ ଠିକ୍ ଫିଟ୍ ନ ହେଲେ ଯେପରି ଫେରାଇ ହେବ ସେଥିପ୍ରତି ଧ୍ୟାନ ଦିଅନ୍ତୁ।

ଯେକୌଣସି ଜୋଡା ଅନୁଲାଇନ୍ରେ କିଣୁଥିଲେ, ଏହାର ପ୍ରତ୍ୟେକ ଭାଗ ଭାବେ ପଡ଼ନ୍ତୁ। ପୁଲ୍ କିମ୍ବା ହାଫ୍ ପୁଲ୍ କିଣୁଥିଲେ ଏହାର ଘୋଲ୍ ଅଠି ପେଷ୍ଟ ନ ହୋଇ ସିଲେଇ ହୋଇଥିଲେ ଭଲ।

# ସୁଶୀଳଙ୍କ ବିରୋଧରେ ଗିରଫ ପରଫାନା

ଦୁଆଦିଲ୍ଲା, ୧୫୫୫  
ଦୁଇଥର ଅଲିମ୍ପିକ ପଦକ ବିଜୟୀ ରେଭଲର ସୁଶୀଳ କୁମାରଙ୍କ ବିରୋଧରେ ଦିଲ୍ଲୀର ଏକ କୋର୍ଟ ଜାମିନବିହୀନ ଗିରଫ ପରଫାନା କରି ଦେଇଛି। କେବଳ ସୁଶୀଳଙ୍କୁ ହସ୍ତକ୍ଷେପ କରିବାକୁ ନୁହେଁ, ବରଂ ତାଙ୍କୁ ଗିରଫ କରିବାକୁ ମଧ୍ୟ ଜାମିନବିହୀନ ଗିରଫ ପରଫାନା କରି କରାଯାଇଛି। ସୁଶୀଳ କୁମାର ନିଖୋଜ ହୋଇଥିବା ପରେ ପୂର୍ବରୁ ଦିଲ୍ଲୀ ପୋଲିସ୍ ଟାଙ୍କ ବିରୋଧରେ ଏକ ଲୁକ୍କାୟିତ ନୋଟିସ୍ ଜାରି କରିଥିଲା। ପୋଲିସ୍ ଶୁକ୍ରବାର ଦିଲ୍ଲୀ ସରକାରଙ୍କ ନିକଟକୁ ଏକ ଚିଠି ଲେଖିଥିଲା। ଏକ ହତ୍ୟା ମାମଲାରେ ଅଭିଯୁକ୍ତ ହୋଇଥିଲେ ମଧ୍ୟ ସୁଶୀଳ



ସୁଶୀଳ କୁମାର

ପୁରସ୍କାର ଯୋଗ୍ୟ କରିବା ଲାଗି ବିଚାର କରି ଦେଖିଛି। ଛତ୍ରପାଳ ଷ୍ଟାଡ଼ିୟମରେ ଗଣତନ୍ତ୍ର ଘରଣୀର ଅନ୍ୟତମ ଅଭିଯୁକ୍ତ ସୁଶୀଳ ନିଜକୁ ନିର୍ଦୋଷ ବୋଲି କହୁଛନ୍ତି। ଖବର ଅନୁସାରେ ଦୁଇ ଗୋଷ୍ଠୀ ରେଭଲରଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ଘଟଣା ହୋଇଥିଲା। କ୍ରମେ ଉଭେକନା ଦୁଇପାଇବାକୁ ଉଭୟ ପକ୍ଷ ପରସ୍ପରକୁ ଗୁଳିଚାଳନା କରିଥିଲେ। ଗୁଳିମାଡ଼ରେ ପୂର୍ବତନ ଜାତୀୟ କ୍ରୀଡ଼ାରେ ରେଭଲ୍ ଗାମ୍ଭୀର୍ଯ୍ୟ ସାଗରଙ୍କର ମୃତ୍ୟୁ ଘଟିଥିଲା। ସେହିଦିନଠାରୁ ସୁଶୀଳ ନିଖୋଜ ଅଛନ୍ତି। କିନ୍ତୁ ସେ କହୁଛନ୍ତି ଏହି ଗଣତନ୍ତ୍ର ଘଟଣା ସେ କିମ୍ପା ଟାଙ୍କ ରେଭଲରମାନଙ୍କ ସମ୍ପତ୍ତି ନାହିଁ। କେତେକଙ୍କ ଅଜଣା ବ୍ୟକ୍ତି ଷ୍ଟାଡ଼ିୟମ ପରିସରରେ ପ୍ରବେଶ କରି ଏହି କାଣ୍ଡ ଉଠାଇଛନ୍ତି।

# ବିଶ୍ୱ ଚାମ୍ପିୟନଶିପ୍ରେ ଭାଗନେବେ ଲାଲ୍‌ରିଦୁଜ୍ଜା, ଶିଉଳି

ଦୁଆଦିଲ୍ଲା, ୧୫୫୫ (ପି.ଟି.)  
ତାସ୍କେଣ୍ଡରେ ମେ' ୨୩ରୁ ୩୧ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ହେବାକୁଥିବା ବିଶ୍ୱ କ୍ରୀଡ଼ାରେ ଚାମ୍ପିୟନଶିପ୍ରେ ଭାଗ ନେବା ଲାଗି ଯୁଥ ଅଲିମ୍ପିକ୍ ସ୍ୱର୍ଣ୍ଣ ବିଜେତା ଭାରୋଭୋଲକ କେରେମି ଲାଲ୍‌ରିଦୁଜ୍ଜା (୬୭କେଜି) ମଙ୍ଗଳବାର ଗସ୍ତ କରିବେ। ତାଙ୍କ ସହିତ ଅଭିଭାବକ ଶିଉଳି (୭୩କେଜି) ମଧ୍ୟ ଯିବେ। ଭାରତୀୟ ଭାରୋଭୋଲକ ମହାସଂଘ (ଆଇଡବ୍ଲ୍ୟୁଏଏଲଏଫ୍) ତରଫରୁ ସେମାନଙ୍କ ଗସ୍ତ ପାଇଁ ଆବଶ୍ୟକ ବ୍ୟବସ୍ଥା କରାଯାଇଛି। ଦୁଇଜଣଙ୍କ ଲାଗି ବିମାନ ଟିକେଟ ହୋଇଯାଉଥିବା ଆଇଡବ୍ଲ୍ୟୁଏଏଲଏଫ୍ ସମ୍ପାଦକ ସହଦେବ ଯାଦବ ସୂଚନା ଦେଇଛନ୍ତି। ଉଚ୍ଚବେଳିଆନରେ ଲାଲ୍‌ରିଦୁଜ୍ଜା ଓ ଶିଉଳିଙ୍କୁ କ୍ୱାରାଣ୍ଟାଇନରେ ରହିବାକୁ ପଡ଼ିବ ନାହିଁ। ସେମାନଙ୍କୁ କେବଳ ନେଗେଟିଭ ସାର୍ଟିଫିକେଟ୍ ଦେବାକୁ ପଡ଼ିବ। ମୁଖ୍ୟ କୋର୍ ବିଜୟ ଶର୍ମାଙ୍କ ଅନୁପସ୍ଥିତିରେ ଦୁଇ ଭାରୋଭୋଲକଙ୍କ ସହ କୋର୍ ପ୍ରମୋଦ



କେରେମି ଲାଲ୍‌ରିଦୁଜ୍ଜା

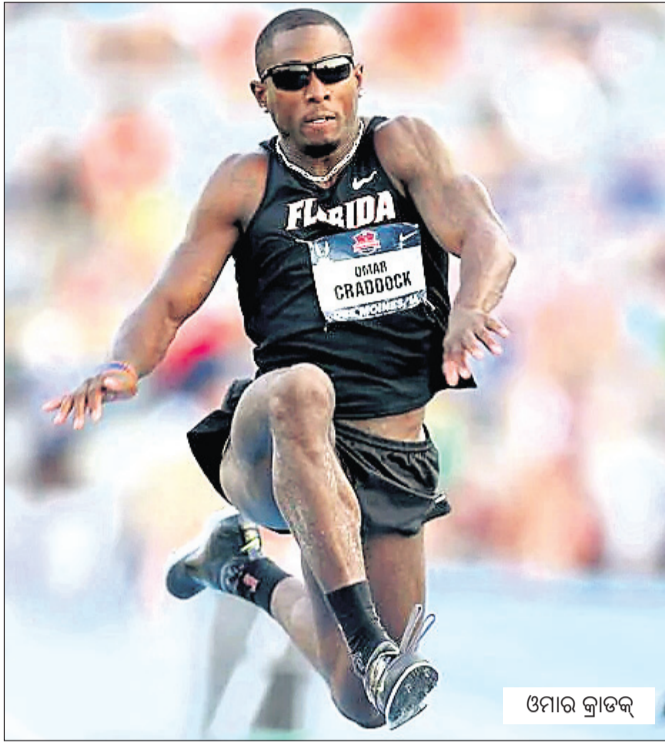
ଶର୍ମା ଓ ବିକାଶ ରୋହିଲା ଯିବେ। ଷ୍ଟାର ଭାରୋଭୋଲିକା ମାରାବାଇ ବିଜୟ ଶର୍ମା ବର୍ତ୍ତମାନ ଅଲିମ୍ପିକ ଚାମ୍ପିୟନ ସହ ଆମେରିକାରେ ଅଛନ୍ତି।

# ବେଲଜିୟମ-ଆର୍ଜେଣ୍ଟିନା ମ୍ୟାଚ ସ୍ଥଗିତ

ଲାଇସାନ୍ସ, ୧୫୫୫ (ପି.ଟି.)  
ବେଲଜିୟମ ଓ ଆର୍ଜେଣ୍ଟିନା ମଧ୍ୟରେ ମେ' ୨୨ ଓ ୨୩ରେ ଖେଳାଯିବାକୁ ଥିବା ଏଫ୍.ଆଇ.ଏ.ଏ. ହକି ପ୍ରୋ ଲିଗ୍ ମ୍ୟାଚକୁ ସ୍ଥଗିତ ରଖାଯାଇଛି। ସମସ୍ତ ବିଶ୍ୱେ ହକି ଲିଗ୍ ପ୍ରୋ ଲିଗ୍ ସଂଘରୁ ସ୍ଥଗିତ ହେବାରୁ ଏହି ନିଷ୍ପତ୍ତି ନିଆଯାଇଛି। ମ୍ୟାଚ ଖେଳିବା ଲାଗି ଆର୍ଜେଣ୍ଟିନା ହକି ଦଳକୁ ନେଦରଲାଣ୍ଡ ପଥ ଦେଇ ବେଲଜିୟମ ଯିବାକୁ ହେବ। ବର୍ତ୍ତମାନ ନେଦରଲାଣ୍ଡକୁ ବିମାନ ଯାତ୍ରା କଟକଣା ରହିଛି। ଆର୍ଜେଣ୍ଟିନା ବିଜୁ ବ୍ୟବସ୍ଥା ମଧ୍ୟ କରିପାରି ନାହିଁ। ଅନ୍ୟପକ୍ଷରେ ବେଲଜିୟମର ପ୍ରାଥମ ମହିଳା ଦଳ ଆଷ୍ଟ୍ରେଲିଆରେ ଯୁକ୍ତରାଷ୍ଟ୍ର ଆମେରିକା (ୟୁଏସ୍) ବିପକ୍ଷରେ ଏଫ୍.ଆଇ.ଏ.ଏ. ପ୍ରୋ ଲିଗ୍ ମ୍ୟାଚ ଖେଳିବାର କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ ରହିଛି।

# ଅଲିମ୍ପିକ୍ସରୁ ବାସନ୍ଦ ହେଲେ ଯୁଏସ୍ ତ୍ରିପଲ ଜମ୍ପର

କେନେଡା, ୧୫୫୫ (ଏସି)  
ତୋପି ଚେଷ୍ଟରେ ଅନୁପସ୍ଥିତ ରହିବାକୁ ଯୁକ୍ତରାଷ୍ଟ୍ର ଆମେରିକା (ୟୁଏସ୍) ତ୍ରିପଲ ଜମ୍ପର ଓମାର କ୍ରାଡ଼କ୍ ୨୦ ମାସ ବାସନ୍ଦ ହୋଇଛନ୍ତି। ଫଳରେ ସେ ଚୋକିଓ ଅଲିମ୍ପିକ୍ସ ଓ ୨୦୨୨ ବିଶ୍ୱ ଚାମ୍ପିୟନଶିପ୍ରେ ଭାଗ ନେଇପାରିବେ ନାହିଁ। ୨୦୧୯ ପାଇଁ ଆମେରିକାରେ ଗୋଟିଏ ଚାମ୍ପିୟନ ୧୨ ମାସ ମଧ୍ୟରେ ୩ ଥର 'ହୋୟାର ଏକାଡ଼କ୍' ନିୟମ ଉଲ୍ଲଙ୍ଘନ କରିଥିବା ଗ୍ରାଜ୍ ଆଣ୍ଡ୍ ଫିଲ୍ଡ୍ ଇଣ୍ଟିଗ୍ରିଟି ଯୁକ୍ତି ପକ୍ଷରୁ ଅଭିଯୋଗ ହୋଇଥିଲା। କ୍ରାଡ଼କ୍ ୨୦୧୯ ଅଗଷ୍ଟରେ ପ୍ରଥମଥର ନିୟମ ଉଲ୍ଲଙ୍ଘନ କରିଥିଲେ। ସେତେବେଳେ ସେ ବିଶ୍ୱ ଚାମ୍ପିୟନରେ ଟାଙ୍କ ଦେଶର ଫିଲ୍ଡ୍ କ୍ଲେଭ୍ ଓ ଖ୍ରୀଷ୍ଟିଆନ୍ ଚେଲରଙ୍କ ପକ୍ଷରୁ ତୃତୀୟ ସ୍ଥାନରେ ରହିଥିଲେ। ସେହି ସିଜନରେ ସେ ଟାଙ୍କ ଜୀବନର ଶ୍ରେଷ୍ଠ ପ୍ରଦର୍ଶନ ସହ ୧୭.୬୮ ମିଟର ତିଆଁ ମାରିଥିଲେ। ସେତେବେଳେ ଆଣ୍ଡ୍ ତୋପି ଅଧିକାରୀମାନେ ବିନା ନୋଟିସ୍ରେ କ୍ରାଡ଼କ୍ଙ୍କ ଡୋପ୍ ଚେଷ୍ଟ କରିବାକୁ ଚାହୁଁଥିଲେ। ମାତ୍ର ସେ ଉପଲବ୍ଧ ହୋଇ ନ ଥିଲେ। ପୁନଶ୍ଚ ଗତ ବର୍ଷ ଜୁନରେ ଟାଙ୍କ ଅବସ୍ଥିତି ସମ୍ବନ୍ଧରେ କୌଣସି



ଓମାର କ୍ରାଡ଼କ୍

ସୂଚନା ଆଣ୍ଡ୍ ତୋପି ଅଧିକାରୀଙ୍କୁ ପ୍ରଦର୍ଶନରେ ସାମିଲ ହୋଇଥିବାକୁ ଦେଇ ନ ଥିଲେ। ଚାଲି ଲାଜକୁ ମ୍ୟାଚ୍ରେ ସେ ଉପଲବ୍ଧ ହୋଇପାରିଲେ ବିରୋଧରେ ଚାଲିଥିବା ବିଶ୍ୱେକ୍ଷ ବୋଲି ସଫେଳ ଦେଇଥିଲେ।

# ଜୁନିୟର ଚମ୍ପିୟନକର୍ତ୍ତା ପାଇଁ ସୁରିୟରଙ୍କ ଆବେଦନ

ଦୁଆଦିଲ୍ଲା, ୧୫୫୫ (ପି.ଟି.)  
ଭାରତୀୟ ଜୁନିୟର କ୍ରିକେଟ୍ ଦଳର ଚମ୍ପିୟନକର୍ତ୍ତା ହେବାକୁ ପୂର୍ବତନ ଭାରତୀୟ ବ୍ୟାଟ୍ସମ୍ୟାନ ସୁରିୟର ଅମରନାଥ ଆବେଦନ କରିଛନ୍ତି। ୫ଟି ପଦ ପାଇଁ ଗତମାସ ଶେଷ ଚାରିଜଣ ଅଭିଯୋଗୀ ଭାଗରେ କ୍ରିକେଟ୍ କଣ୍ଠେଇ ବୋର୍ଡ୍ (ବିସିଆଇ) ଏ ନେଇ ଖୁବ୍ଖୁସୀ ଚୟନ ପ୍ରକ୍ରିୟା ଆରମ୍ଭ କରିବ। ସୁରିୟର କ୍ରିକେଟ୍ କିପର୍ତ୍ତା ଲାଲ୍ ଅମରନାଥଙ୍କ ପୁଅ। ସେ ଭାରତ ପାଇଁ ୧୦ଟି ଚେଷ୍ଟ ଓ ୩ଟି ଦିନିକିଆ ମ୍ୟାଚ୍ ଖେଳିଛନ୍ତି। ସେ ମଧ୍ୟ ୧୪୫୫ ପ୍ରଥମଶ୍ରେଣୀ ମ୍ୟାଚ୍ ଖେଳିଛନ୍ତି। ୮୦୦୦ରୁ ଊର୍ଦ୍ଧ୍ୱ ରନ ସଂଗ୍ରହ କରିଛନ୍ତି। ଆମ ଜାତୀୟ ଦଳ ଭଲ ପ୍ରଦର୍ଶନ କରୁଛି। ଦେଶରେ କ୍ରିକେଟ୍ ବ୍ୟବସ୍ଥା ଓ



ସୁରିୟର ଅମରନାଥ

ଅଭିଜ୍ଞତା ରହିଛି। ସେ କୋର୍ ଭାବେ ମରୋକ୍କୋରେ କାର୍ଯ୍ୟ କରିଛନ୍ତି। ଗୋଥା କ୍ରିକେଟ୍ ଆସୋସିଏସନ୍ ପାଇଁ ସେ ମୁଖ୍ୟ କର୍ମଚାରୀଙ୍କ ଭାବେ କାର୍ଯ୍ୟ କରିଛନ୍ତି। ୧୯୭୪ରେ ସେ ଅକଲ୍ୟାଣରେ ଲୁକ୍କାୟିତ ବିପକ୍ଷରେ ଚେଷ୍ଟା ପଦାର୍ପଣ କରିଥିଲେ। ତେଣୁ ସେ ଶତକ ହାସଲ କରିଥିଲେ। ଏହି ମ୍ୟାଚ୍ରେ ସେ ସୁନା ଗାତାଧାରକ ସହ ଜମିନ୍ସ ଓପନ କରି ୨୦୪ ରନର ଭାଗାଦାରି ସ୍ଥାପନ କରିଥିଲେ। ସ୍କୁଲ କ୍ରିକେଟ୍ରେ ସେ ମଧ୍ୟ ଚମତ୍କାର ପ୍ରଦର୍ଶନ କରିଥିଲେ। ଭାରତୀୟ ସ୍କୁଲ ଚେଷ୍ଟା ଚିତ୍ର ତରଫରୁ ପ୍ରତିନିଧିତ୍ୱ କରି ସେ ଲଢ଼ିବାର ଶତକ ହାସଲ କରିଥିଲେ। ଶେଷ ଦୁଇଟି ବଲ୍ରେ ଭାରତ ବିଜୟ ପାଇଁ ୯ ରନ ଆବଶ୍ୟକ କରୁଥିବା ବେଳେ ସେ କୋର୍ଟରେ ମଧ୍ୟ ସୁରିୟରଙ୍କ ଭଲ

# ମୋତେ ବଦନାମ କରିବାକୁ ଅଭିଯାନ ଚାଲିଛି: ରମଣ

ଦୁଆଦିଲ୍ଲା, ୧୫୫୫ (ପି.ଟି.)  
ଭାରତୀୟ ମହିଳା ସିନିୟର ଦଳର କୋର୍ ପଦରୁ ବହିଷ୍କୃତ ହେବା ପରେ ତନ୍ମୁ.ଭି. ରମଣ ଏବେ ପୁଣି ଖେଳିଛନ୍ତି। ମୋତେ ବଦନାମ କରିବାକୁ ଅଭିଯାନ ଚାଲିଛି ବୋଲି ସେ ଅଭିଯୋଗ କରିଛନ୍ତି। ଏହି ସତ୍ୟକୁ ତଥା ଅଭିଯାନକୁ ରୋକିବା ପାଇଁ ଭାରତୀୟ କ୍ରିକେଟ୍ କଣ୍ଠେଇ ବୋର୍ଡ୍ (ବିସିଆଇ) ସଭାପତି ସୌରଭ ଗାଙ୍ଗୁଲିଙ୍କୁ ନିବେଦନ କରିଛନ୍ତି। ଜାତୀୟ କ୍ରିକେଟ୍ ଏକାଡେମୀ (ଏନସିଏ) ମୁଖ୍ୟ ରାହୁଲ ଦ୍ରାବିଡ଼ ଓ ଗାଙ୍ଗୁଲିଙ୍କୁ ଇ-ମେଲ୍ କରିଆରେ ଚିଠି ଲେଖି ସେ ଏ ନେଇ ଅବଗତ କରାଇବାକୁ ପ୍ରୟାସ କରିଛନ୍ତି। କୋର୍ ଭାବେ



ତନ୍ମୁ.ଭି. ରମଣ

ଉଲ୍ଲେଖ କରିଛନ୍ତି। କ୍ରିକେଟ୍ ଉପଦେଷ୍ଟା କମିଟି (ସିଏସି) ହେବ କୋର୍ ପଦରୁ ରମଣଙ୍କୁ ହଟାଇ ପୂର୍ବତନ କ୍ରିକେଟର ରମଣ ପାଠ୍ୟକୁ ନିମ୍ନ କରିଛି। ରମଣଙ୍କ ଚକ୍ରାବଧାନରେ ଭାରତୀୟ ଦଳ ଗତବର୍ଷ ଅଷ୍ଟ୍ରେଲିଆରେ ଅନୁଷ୍ଠିତ ମହିଳା ଚି୨୦ ବିଶ୍ୱକପ୍ ପାଇନାଲରେ ପ୍ରବେଶ କରି ଅସାଧାରଣ ସଫଳତା ପାଇଥିଲେ। ମୋ ବିରୋଧରେ ଚାଲିଥିବା ଏହି ଅଭିଯାନ ଅଭିଯାନକୁ ଘୃଣା ଭାବେ ଗୋଟା ଯିବା ନିହାତି ଜରୁରୀ। ଏହି ଅଭିଯାନରେ ବିସିଆଇର କେତେକଙ୍କ ବରିଷ୍ଠ ଅଧିକାରୀ ମଧ୍ୟ ସାମିଲ ରହିଛନ୍ତି। ଯଦି ଆବଶ୍ୟକ ହୁଏ ତେବେ ଏ ସଂକ୍ରାନ୍ତରେ ସ୍ୱାଧୀନତା ଦେବାକୁ ପ୍ରସ୍ତୁତ ଅଛି ବୋଲି ସେ କହିଛନ୍ତି। ଯଦି ଅଧ୍ୟକ୍ଷ ପାଇଁ ମୋତେ ବଦନାମ କରିବାକୁ ଅଭିଯାନ ଚାଲିଛି ତାହେଲେ ଏଥିରେ ଆସିବ କ୍ଷମା କରିବାର ଆବଶ୍ୟକତା ନାହିଁ। କିନ୍ତୁ ଯଦି ଅନ୍ୟ କାରଣ ପାଇଁ ମୋତେ ଅଣାବେଶ୍ୟକ କରାଯାଇଛି ତାହେଲେ ଏହା ନିଷ୍ଠିତ ଭାବେ ଚିନ୍ତାଜନକ ଓ ଏ ନେଇ କାର୍ଯ୍ୟାନୁଷ୍ଠାନ ହେବା ନିହାତି ଜରୁରୀ। ରମଣ ଭାରତ ପାଇଁ ୧୯୮୮ରୁ ୧୯୯୨ ମଧ୍ୟରେ ୧୧ ଚେଷ୍ଟ ଓ ୨୭ଟି ଦିନିକିଆ ମ୍ୟାଚ୍ ଖେଳିଛନ୍ତି। ତେବେ ଚିଠିରେ ରମଣ କୌଣସି ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କ ନାମ ଉଲ୍ଲେଖ କରିନାହାନ୍ତି। ଅସର ନେବା ପରେ ରମଣ ଦୀର୍ଘ ୨୦ ବର୍ଷ କୋର୍ ଭାବେ ସଫଳତାର ସହ କାର୍ଯ୍ୟ କରିଆସୁଛନ୍ତି।

**ଯାଦୁ, କାଛୁ, କୁଣ୍ଡିଆ**

ଭଲି ସଂକ୍ରମଣକୁ ବ୍ୟାପିବାକୁ ଦିଅନ୍ତୁ ନାହିଁ। ନିଜର ଓ ନିଜ ପ୍ରିୟଜନଙ୍କ ପ୍ରତି ଧ୍ୟାନ ରଖନ୍ତୁ!

ଆଜ୍ଞା ହଁ, ଯଦି ଆପଣ ଯାଦୁ, କାଛୁ, କୁଣ୍ଡିଆ, ବୃଦ୍ଧା ବିକାର, ପିତ୍ତ, ଶୁଖି ଏକଜିମା ଆଦି ଯୋଗୁଁ ବିକ୍ରମ ତେବେ ନିରାଶ ହୁଅନ୍ତୁ ନାହିଁ, କାରଣ 'ଇଚ୍କୁ' ଆୟୁର୍ବେଦିକ ମଲମ ଏବଂ 'ଇଚ୍କୁ' ଲୋଶନ ଉପରୋକ୍ତ ସବୁ ସମସ୍ୟାରେ ସହାୟକ ଔଷଧ ଅଟେ।

**ଇଚ୍କୁ ଲୋଶନ**

Salicylic Acid & Benzoic Acid Lotion

ଦାଦ, ଖାଜ, ଖୁଜୁଳୀ

**ଇଚ୍କୁ**

ଆୟୁର୍ବେଦିକ ମଲମ

ଦାଦ, ଖାଜ, ଖୁଜୁଳୀ

24x7 Helpline: 93058 5333 | Available at all leading medical and general stores

**ଜଠିନ ସମସ୍ୟା ଏବେ ହେବ ନାହିଁ**

ସଜା ସହେଲୀ ହେଉଛି ଉତ୍ତମ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ପାଇଁ ସବୁଠାରୁ ଭରସାଯୋଗ୍ୟ ଔଷଧ ଓ ଚିକିତ୍ସା

୨୭ ଦୁର୍ଲଭ ଜଡ଼ି-ବୁଟିରେ ପ୍ରସ୍ତୁତ 'ସଜା ସହେଲୀ' ଆୟୁର୍ବେଦିକ ଚିକିତ୍ସା ନିମ୍ନ ସମସ୍ୟାଗୁଡ଼ିକରେ ବିଶେଷ ସହାୟକ ଅଟେ।

Helps in:

- ଜଠିନ ଯନ୍ତ୍ରଣା
- ଚିଡ଼ିଚିଡ଼ାପଣ
- କ୍ଳାନ୍ତି
- ଦୁର୍ବଳତା
- ଅଣ୍ଡା ଯନ୍ତ୍ରଣା
- ଇମ୍ୟୁନିଟି

୨୪x7 Helpline: 7106 4444 | www.facebook.com/sachisaheli | Available at all medical & general stores

