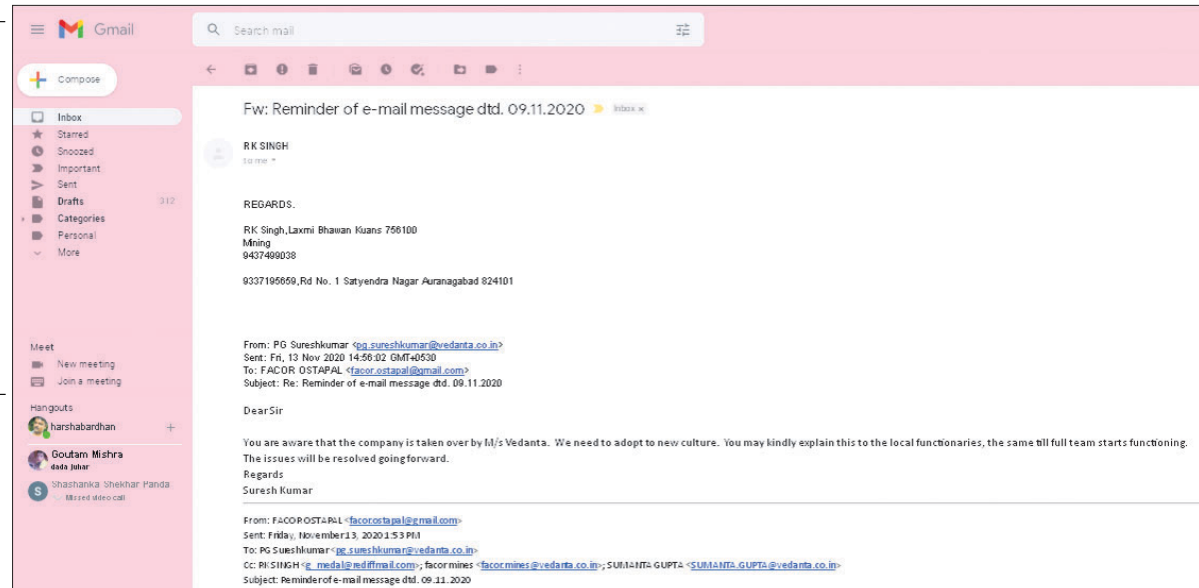




ଗୋକିଓ ଅଲିମ୍ପିକ୍ ଉଦ୍‌ଯାପନା ଉତ୍ସବରେ ରବିବାର ନ୍ୟାଶନାଲ ଷ୍ଟାଡ଼ିୟମରେ ଅନୁଷ୍ଠିତ ଆଦିବାସୀ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ ।

(ରିପୋର୍ଟ ଖେଳ ପୃଷ୍ଠା) ।

ନୂଆ ସଂସ୍କୃତି ଆପଣାଅ: ବେଦାନ୍ତ



୨୦୨୦ ନଭେମ୍ବର ୧୩ରେ ବେଦାନ୍ତ ଟିଏଫ୍ ଏକ୍ସିକ୍ୟୁଟିଭ୍ ଅଫିସର ପି.ଜି. ସୁରେଶ କୁମାର ଓଡ଼ିଶା ଖଣିର ସିନିୟର ମ୍ୟାନେଜର ଏ.କେ. ପାତ୍ରଙ୍କୁ ପଠାଇଥିବା ଇ-ମେଲ ।

ହର୍ଷବର୍ଦ୍ଧନ ବେହେରା
ଯାଜପୁର ଅଫିସ, IIT

ଅର୍ଥ ବଳରେ ବିକିନି ସରକାରୀ ଅଧିକାରୀଙ୍କୁ ହାତରେ ରଖି କିଛି କିଛି କାଳକୁ ଦମନ କରାଯାଇପାରିବ ତାହାର ପଛଟି ନିକଟରେ ବେଦାନ୍ତ କମ୍ପାନୀର ଏକ ଆଭ୍ୟନ୍ତରୀଣ ଇ-ମେଲରୁ ଜଣାପଡ଼ିଥିଲା । ୨୦୨୦ ନଭେମ୍ବର ୧୩ରେ ଫାକର ଓଡ଼ିଶା ଖଣିର ସିନିୟର ମ୍ୟାନେଜର ଏ.କେ. ପାତ୍ର ବେଦାନ୍ତର ଟିଏଫ୍ ଏକ୍ସିକ୍ୟୁଟିଭ୍ ଅଫିସର (ସିଇଓ) ପି.ଜି. ସୁରେଶ କୁମାରଙ୍କୁ ନିକଟକୁ ସେହି ଇ-ମେଲ ପଠାଇଥିଲେ । କିଛିଦିନ ହେଲା ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ଅର୍ଥ ପାଇ ନ ଥିବାରୁ ଗ୍ଲାନାୟ ପ୍ରଶ୍ନାସନ ଯଥା କାଳିଆପାଟଣା ଥାନାଧିକାରୀ, ଡେପ୍ୟୁଟି ଡାଇରେକ୍ଟର ଅଫ ମାଇନ କାର୍ଯ୍ୟାଳୟ, ରାଜ୍ୟ ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ ବୋର୍ଡ(ଏସ୍‌ପିସିବି)ର କଳିଙ୍ଗନଗର ଆଞ୍ଚଳିକ

ଅଧିକାରୀ ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷ ମାସିକ ଆବଶ୍ୟକତାକୁ ପୂରଣ କରାଯାଇ ପାରିନାହିଁ ବୋଲି ଉକ୍ତ ଇ-ମେଲରେ ବର୍ଣ୍ଣାଯାଇଥିଲା । ଏନେଇ 'ପ୍ରଶ୍ନାସନକୁ ସମ୍ପାଦିବ ଏମିତି' ଶୀର୍ଷକ ଏକ ଖବର ଗତ ଜୁଲାଇ ୨୯ରେ ଧରିଚ୍ଛାରି ପ୍ରଥମ ପୃଷ୍ଠାରେ ପ୍ରକାଶ ପାଇଥିଲା । ଇତିମଧ୍ୟରେ କମ୍ପାନୀର ଆହୁରି ଅନେକ ଇ-ମେଲ ଆମର ହସ୍ତଗତ ହୋଇଛି । ସେଥିମଧ୍ୟରୁ ଗୋଟିଏ ହେଉଛି ଫାକର ଓଡ଼ିଶା ଖଣିର ସିନିୟର ମ୍ୟାନେଜରଙ୍କ ଇ-ମେଲକୁ ନେଇ ବେଦାନ୍ତ ସିଇଓ ସୁରେଶ ବେହେରା ଉତ୍ତର । ଏଥିରେ ସୁରେଶ ଉଲ୍ଲେଖ କରିଛନ୍ତି ଯେ, 'ଆପଣ ଜାଣିଛନ୍ତି କମ୍ପାନୀ ବେଦାନ୍ତକୁ ହସ୍ତାନ୍ତର ହୋଇଛି । ଆମକୁ ନୂଆ ସଂସ୍କୃତି ଆପଣାଉବା ଆବଶ୍ୟକ । ଯେ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଫୁଲ୍ ଟିମ୍‌ର କାର୍ଯ୍ୟ ଆରମ୍ଭ ନ ହୋଇଛି ସେ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଆପଣ ଗ୍ଲାନାୟ ଅଧିକାରୀମାନଙ୍କୁ ଏହା

ବୁଝାଇପାରିବେ' ବେଦାନ୍ତ ସିଇଓ ବେହେରା ଏହି ଉତ୍ତରକୁ କମ୍ପାନୀ କିଛି ଓଡ଼ିଶାରେ ପ୍ରଶ୍ନାସନକୁ ସମ୍ପାଦିବ ତାହା ଅଧିକ ସ୍ପଷ୍ଟ ହେଉଛି । ପ୍ରଶ୍ନାସନକୁ ଅଧିକାରୀମାନେ ବନ୍ଧା ପଡ଼ିଥିବାରୁ ବେଦାନ୍ତ ନିଜ ଇଚ୍ଛା ପୂରାବଦ୍ଧ କାମ କରୁଛି । ଫଳସ୍ଵରୂପ ଭାରତ ସରକାରଙ୍କ ତାଲିକାରେ ଲେନେରାଲ ଅଫ ମାଇନ ସେପ୍ଟି (ଡିଏମ୍‌ଏସ୍) ପକ୍ଷରୁ ୨୩୩୭୨୦୨୧ରେ ଓଡ଼ିଶା ଖଣିର କମ୍ପାନୀକୁ ଅଣ୍ଟାଧାରି ଭାବେ ବନ୍ଦ ପାଇଁ ଦିଆଯାଇଥିବା ନିର୍ଦ୍ଦେଶକୁ କେବଳ ବେଦାନ୍ତର ବୁହେଁ-ସେହି ଖଣିକୁ ବନ୍ଦ କରିବାକୁ କୌଣସି ପଦକ୍ଷେପ ନିଆଯାଇ ନାହିଁ । ବେଦାନ୍ତ ଓଡ଼ିଶା ପ୍ରଦାନ ମାତ୍ରରେ ଲାଭ ପାଉଥିବା ପ୍ରଶ୍ନାସନକୁ ଅଧିକାରୀ କମ୍ପାନୀର ବେଆଇନ କାର୍ଯ୍ୟ ପ୍ରତି ଆଖି ବନ୍ଦ କରିଦେଉଛନ୍ତି । ଏହାପାଇଁ ଜନସାଧାରଣ ଗୁରୁତର ଯତ୍ନ ସହଜିତ ।

ଆଜି ରାଜ୍ୟ କ୍ୟାବିନେଟ
ଭୁବନେଶ୍ୱର, ୮୮ (ବୁଧବିହାର)

ରାଜ୍ୟ କ୍ୟାବିନେଟର ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ବୈଠକ ସୋମବାର ସନ୍ଧ୍ୟା ୫ଟା ୩୦ ମିନିଟ୍ରେ ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀ ନବୀନ ପଟ୍ଟନାୟକଙ୍କ ଅଧିକାରୀଙ୍କ ଅନୁଷ୍ଠିତ ହେବ । ଭର୍ତ୍ତୁଆଳରେ ଅନୁଷ୍ଠିତ ହେବାକୁ ଥିବା ଏହି ବୈଠକରେ ୮ଟି ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ପ୍ରସ୍ତାବ ଉପରେ ମୋହର ବାଦିକ ବୋଲି ଜଣାପଡ଼ିଛି । ଭୁବନେଶ୍ୱରରେ ଥିବା ମନ୍ତ୍ରାଳୟ ଲୋକସେବା ଭବନରୁ ଏବଂ ନିର୍ବାଚନମଣ୍ଡଳରେ ଥିବା ମନ୍ତ୍ରାଳୟ ଉପାଧ୍ୟକ୍ଷ କମିଟିରେ ଉପସ୍ଥିତ ଯୋଗଦେବେ ।

Muthoot Finance

ବିଗ୍ ବିଜନେସ୍ ଲୋନ୍

ଗୋଲ୍ଡ ଲୋନ୍

0.82% ପ୍ରତି ମାସର ସୁଧ ହାର*

- ତୁରନ୍ତ ଲୋନ୍ ବନ୍ଧନ
- 5330+ ରୁ ଅଧିକ ଶାଖା#
- 24 x 7 ଅନଲାଇନ୍ ଚିଠି ପୁସିଆ
- ଓଭରଡ୍ରାଫ୍ଟ ପୁସିଆ**

ଗୋଲ୍ଡ ଲୋନ୍ ନିଅନ୍ତୁ ସମ୍ମାନ ସହ!

ମୁକ୍ତ ପୁରସ୍କାର କିତରୁ ଅଫର**

1 ଏପ୍ରିଲ ରୁ 30 ଡିସେମ୍ବର, 2021 ମଧ୍ୟରେ ଲୋକ୍ଷ୍ମୀ ଲୋନ୍ ମିଶ୍ର ଏବଂ ଟିଡିଏ ଅବଶେଷ ପୁରସ୍କାର ।

1800 313 1212
muthootfinance.com

ଭାରତର No.1 ସର୍ବାଧିକ ବିଶ୍ୱସନୀୟ ଆର୍ଥିକ ସେବାପ୍ରଦାନକାରୀ ବ୍ରାଣ୍ଡ

Great Place To Work. Certified

Muthoot Family - 800 years of Business Legacy

କୋଭିଡ଼ିଲୁ-କୋଭାକ୍ସିନ
ମିଶ୍ରିତ ଡୋଜ୍ ଅଧିକ ପ୍ରଭାବୀ
ଆଇସିଏମ୍‌ଆର୍‌ସି ଡାକ୍ତରୀ

ନୂଆଦିଲ୍ଲୀ, ୮୮

କରୋନା ସଂକ୍ରମଣରୁ ବର୍ଦ୍ଧିତ ପାଇଁ ସିନିୟର ଇନ୍‌ଷ୍ଟିଚ୍ୟୁଟ୍ ପ୍ରସ୍ତୁତ କୋଭିଡ଼ିଲୁ ଏବଂ ଭାରତ ବାୟୋଟେକ୍ ଡିଆରି କରିଥିବା କୋଭାକ୍ସିନ ଡିକାର ମିଶ୍ରିତ ଡୋଜ୍ ଅପେକ୍ଷାକୃତ ଅଧିକ ପ୍ରଭାବଶାଳୀ । ଭୂତାଣ୍ଡ ବିରୋଧରେ ରୋଗ ପ୍ରତିରୋଧକ ଶକ୍ତିକୁ ମଜବୁତ କରିବାରେ ଏହା ସଫଳ ବୋଲି ଇଣ୍ଡିଆନ୍ କାଉନ୍‌ସିଲ୍ ଅଫ ମେଡିକାଲ ରିସର୍ଚ୍ଚ(ଆଇସିଏମ୍‌ଆର୍‌ସି) ଦ୍ୱାରା ହୋଇଥିବା ଏକ ଅଧ୍ୟୟନରୁ ଜଣାପଡ଼ିଛି ।

ଚଳିତ ବର୍ଷ ମେ' ଏବଂ ଜୁନରେ ୯୮ ଜଣଙ୍କୁ ନେଇ ଏହି ଅଧ୍ୟୟନ କରାଯାଇଥିଲା । ଏଥିରେ ଉତ୍ତରପ୍ରଦେଶର ୧୮ ଜଣ ରହିଥିଲେ । ୧୮ ଜଣଙ୍କୁ ପ୍ରଥମ ଡୋଜ୍ କୋଭିଡ଼ିଲୁ ଏବଂ ଦ୍ୱିତୀୟ ଡୋଜ୍ କୋଭାକ୍ସିନ

ଅଲ୍-କାଏଦା ଚାର୍ଗେଟରେ ଦିଲ୍ଲୀ ବିମାନବନ୍ଦର

ନୂଆଦିଲ୍ଲୀ, ୮୮

ଅଲ୍-କାଏଦା ଆତଙ୍କବାଦୀ ଚାର୍ଗେଟରେ କାତାୟ ରାଜଧାନୀ ଦିଲ୍ଲୀର ଇନ୍ଦିରା ଗାନ୍ଧୀ ଅନ୍ତର୍ଜାତୀୟ ବିମାନବନ୍ଦର (ଆଇଜିଆଇ) ରହିଛି । କଡ଼ା ସୁରକ୍ଷା ବଳୟରେ ଥିବା ଏହି

- ବିସ୍ଫୋରଣରେ ଉଡ଼ାଇବାକୁ ଧମକ
- ଦମ୍ପତିଙ୍କ ନାଁରେ ଆସିଛି ଇ-ମେଲ୍
- ସୁରକ୍ଷା କଡ଼ାକଡ଼ି, ହାଇଆଲର୍ଟ ଜାରି

ସୃଷ୍ଟି ହୋଇଛି । ସାଧାରଣ ଦିବସ ପାଳନକୁ ସମ୍ପାଦିବ ବାକି ଥିବାବେଳେ ଏହି ଧମକପୂର୍ଣ୍ଣ ମେଲ୍ ସମଗ୍ର ଚିନ୍ତା ବଦଳାଇଦେଇଛି । ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ଅଞ୍ଚଳରେ ସୁରକ୍ଷା ବ୍ୟବସ୍ଥାକୁ ଅଧିକ କଡ଼ାକଡ଼ି କରାଯାଇଛି । ସମ୍ଭାବ୍ୟ ବିସ୍ଫୋରଣ ଭୟରେ ଯାତ୍ରୀଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ଆତଙ୍କ ଖେଳିଯାଇଛି । ଦିଲ୍ଲୀ ଏୟାରପୋର୍ଟ ପକ୍ଷରୁ ଜାରି ଏକ ବିକୃତିରେ କୁହାଯାଇଛି ଯେ, ଶନିବାର ଅପରାହ୍ଣ ୫ଟା ୪୫ ମିନିଟ୍ରେ india.212@protonmail.comରୁ ଏକ ମେଲ୍ ଆସିଥିଲା । କରନବୀର ସୂଚି ଓରଫ ମହମ୍ମଦ କଲାଇ ଓ ତାଙ୍କ ସ୍ତ୍ରୀ ଶେଲୀ ଶାରଦା

85 YEARS TRUST IS TIMELESS

END OF SEASON SALE

STARTS 4TH AUGUST 2021 ONWARDS

UPTO 70% OFF* ON GOLD JEWELLERY M/C

UPTO 20% off* ON DIAMONDS

FLAT 25% off* ON M/C OF SILVER WT ITEMS FLAT 15% off* ON SILVER MRP ITEMS

KHIMJI
Jewellers since 1936

Toll Free: 1800 3131 777
Follow us: f t i

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
- JHARSUGUDA**
Opening Shortly

NOWHERE ELSE

PLATINUM | FOREVERMARK | MONTBLANC | FOSSIL | RADO | LONGINES | TISSOT | SEIKO | CITIZEN | EMPORIO ARMANI | SWAROSKI | PATEK PHILIPPE | ALIVE | AGNI | SHRISHITI

ଭୂ-ଅର୍ଜନ ଅଧିକାରୀ ତଥା କ୍ଷମତାପତ୍ର

ପ୍ରାଧିକାରୀ ଜିଲ୍ଲାପାଳଙ୍କ କାର୍ଯ୍ୟାଳୟ, କଳାହାଣ୍ଡି

ଭୂ-ଅର୍ଜନ ଶାଖା, ଭବାନୀପାଟଣା

ଜମି ଅଧିଗ୍ରହଣ, ଭବାନୀପାଟଣା ବାଇପାସ, ଜାତୀୟ ରାଜପଥ ନଂ. ୨୬

No. IX-03: ଜାତୀୟ ରାଜପଥ ଆଇନ ୧୯୫୬ (ଧାରା ୪୮, ୧୯୫୬)ର ଧାରା-୩(୧) ଉପଧାରା-୩(୧) ପ୍ରାଚୀନ କ୍ଷମତାପତ୍ର ଉପରେ ଉପରୋକ୍ତ ଭୂ-ଅର୍ଜନ ଶାଖା, ଭବାନୀପାଟଣା, ଜାତୀୟ ରାଜପଥ ନଂ. ୨୬ ଉପରେ ଭୂ-ଅର୍ଜନ କରାଯାଇଥିବା ଜମା ଅନୁବନ୍ଧିତ ହେବ।

ଉପରୋକ୍ତ ଭୂ-ଅର୍ଜନ ଅଧିକାରୀ ତଥା କ୍ଷମତାପତ୍ର ପ୍ରାଧିକାରୀ, ଜିଲ୍ଲାପାଳ କାର୍ଯ୍ୟାଳୟ, କଳାହାଣ୍ଡି, ଭୂ-ଅର୍ଜନ ଶାଖା, ଭବାନୀପାଟଣା ଏବଂ କ୍ଷମତାପତ୍ର ପ୍ରାଧିକାରୀ, ଜାତୀୟ ରାଜପଥ ନଂ. ୨୬, କଳାହାଣ୍ଡି, ଭବାନୀପାଟଣା ଏବଂ କ୍ଷମତାପତ୍ର ପ୍ରାଧିକାରୀ, ଜାତୀୟ ରାଜପଥ ନଂ. ୨୬, କଳାହାଣ୍ଡି କାର୍ଯ୍ୟାଳୟରେ କାର୍ଯ୍ୟକାରୀ କରିବାକୁ ନିର୍ଦ୍ଦେଶ ଦିଆଯାଇଛି।

ସା./- ଭୂ-ଅର୍ଜନ ଅଧିକାରୀ ତଥା କ୍ଷମତାପତ୍ର ପ୍ରାଧିକାରୀ କଳାହାଣ୍ଡି, ଭବାନୀପାଟଣା

ଓଡ଼ିଶା

ଉପରୋକ୍ତ ଭୂ-ଅର୍ଜନ ଅଧିକାରୀ ତଥା କ୍ଷମତାପତ୍ର ପ୍ରାଧିକାରୀ, ଜିଲ୍ଲାପାଳ କାର୍ଯ୍ୟାଳୟ, କଳାହାଣ୍ଡି, ଭୂ-ଅର୍ଜନ ଶାଖା, ଭବାନୀପାଟଣା ଏବଂ କ୍ଷମତାପତ୍ର ପ୍ରାଧିକାରୀ, ଜାତୀୟ ରାଜପଥ ନଂ. ୨୬, କଳାହାଣ୍ଡି କାର୍ଯ୍ୟାଳୟରେ କାର୍ଯ୍ୟକାରୀ କରିବାକୁ ନିର୍ଦ୍ଦେଶ ଦିଆଯାଇଛି।

LAND SCHEDULE - DRAFT (A)

Construction of proposed by-pass at Bhawanipatna on NH - 26 in the District of Kalahandi in the State of Odisha

Table with 10 columns: SI. No., State, Name of the District, Name of the Village, Survey/Plot No., Type of Land, Nature of Land (Kisam), Area in (Hector), Area in (Acre). Includes entries for Odisha, Kalahandi, and Bhawanipatna.

Main table with 10 columns: SI. No., State, Name of the District, Name of the Sub-District/Taluk/Mandal, Name of the Village, Survey/Plot No., Type of Land, Nature of Land (Kisam), Area in (Hector), Area in (Acre). Contains a large list of land parcels.

Main table with 10 columns: SI. No., State, Name of the District, Name of the Sub-District/Taluk/Mandal, Name of the Village, Survey/Plot No., Type of Land, Nature of Land (Kisam), Area in (Hector), Area in (Acre). Contains a large list of land parcels.

Table with 10 columns: SI. No., State, Name of the District, Name of the Village, Survey/Plot No., Type of Land, Nature of Land (Kisam), Area in (Hector), Area in (Acre). Includes entries for Odisha, Kalahandi, and Bhawanipatna.

Table with 10 columns: SI. No., State, Name of the District, Name of the Sub-District/Taluk/Mandal, Name of the Village, Survey/Plot No., Type of Land, Nature of Land (Kisam), Area in (Hector), Area in (Acre). Includes entries for Odisha, Kalahandi, and Bhawanipatna.

Table with 10 columns: SI. No., State, Name of the District, Name of the Sub-District/Taluk/Mandal, Name of the Village, Survey/Plot No., Type of Land, Nature of Land (Kisam), Area in (Hector), Area in (Acre). Includes entries for Odisha, Kalahandi, and Bhawanipatna.

Table with 10 columns: SI. No., State, Name of the District, Name of the Village, Survey/Plot No., Type of Land, Nature of Land (Kisam), Area in (Hector), Area in (Acre). Includes entries for Odisha, Kalahandi, and Bhawanipatna.

Table with 10 columns: SI. No., State, Name of the District, Name of the Sub-District/Taluk/Mandal, Name of the Village, Survey/Plot No., Type of Land, Nature of Land (Kisam), Area in (Hector), Area in (Acre). Includes entries for Odisha, Kalahandi, and Bhawanipatna.

Table with 10 columns: SI. No., State, Name of the District, Name of the Sub-District/Taluk/Mandal, Name of the Village, Survey/Plot No., Type of Land, Nature of Land (Kisam), Area in (Hector), Area in (Acre). Includes entries for Odisha, Kalahandi, and Bhawanipatna.

Table with 10 columns: SI. No., State, Name of the District, Name of the Village, Survey/Plot No., Type of Land, Nature of Land (Kisam), Area in (Hector), Area in (Acre). Includes entries for Odisha, Kalahandi, and Bhawanipatna.

Table with 10 columns: SI. No., State, Name of the District, Name of the Sub-District/Taluk/Mandal, Name of the Village, Survey/Plot No., Type of Land, Nature of Land (Kisam), Area in (Hector), Area in (Acre). Includes entries for Odisha, Kalahandi, and Bhawanipatna.

Table with 10 columns: SI. No., State, Name of the District, Name of the Sub-District/Taluk/Mandal, Name of the Village, Survey/Plot No., Type of Land, Nature of Land (Kisam), Area in (Hector), Area in (Acre). Includes entries for Odisha, Kalahandi, and Bhawanipatna.

Table with 10 columns: SI. No., State, Name of the District, Name of the Village, Survey/Plot No., Type of Land, Nature of Land (Kisam), Area in (Hector), Area in (Acre). Includes entries for Odisha, Kalahandi, and Bhawanipatna.

Table with 10 columns: SI. No., State, Name of the District, Name of the Sub-District/Taluk/Mandal, Name of the Village, Survey/Plot No., Type of Land, Nature of Land (Kisam), Area in (Hector), Area in (Acre). Includes entries for Odisha, Kalahandi, and Bhawanipatna.

Table with 10 columns: SI. No., State, Name of the District, Name of the Sub-District/Taluk/Mandal, Name of the Village, Survey/Plot No., Type of Land, Nature of Land (Kisam), Area in (Hector), Area in (Acre). Includes entries for Odisha, Kalahandi, and Bhawanipatna.

Table with 10 columns: SI. No., State, Name of the District, Name of the Village, Survey/Plot No., Type of Land, Nature of Land (Kisam), Area in (Hector), Area in (Acre). Includes entries for Odisha, Kalahandi, and Bhawanipatna.

Table with 10 columns: SI. No., State, Name of the District, Name of the Sub-District/Taluk/Mandal, Name of the Village, Survey/Plot No., Type of Land, Nature of Land (Kisam), Area in (Hector), Area in (Acre). Includes entries for Odisha, Kalahandi, and Bhawanipatna.

Table with 10 columns: SI. No., State, Name of the District, Name of the Sub-District/Taluk/Mandal, Name of the Village, Survey/Plot No., Type of Land, Nature of Land (Kisam), Area in (Hector), Area in (Acre). Includes entries for Odisha, Kalahandi, and Bhawanipatna.

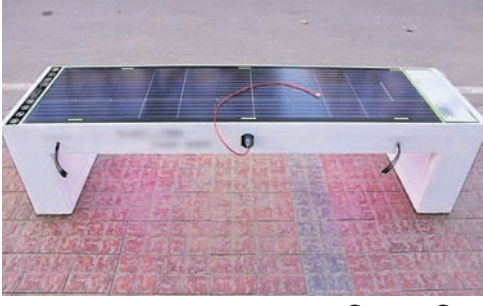
Table with 10 columns: SI. No., State, Name of the District, Name of the Village, Survey/Plot No., Type of Land, Nature of Land (Kisam), Area in (Hector), Area in (Acre). Includes entries for Odisha, Kalahandi, and Bhawanipatna.

Table with 10 columns: SI. No., State, Name of the District, Name of the Sub-District/Taluk/Mandal, Name of the Village, Survey/Plot No., Type of Land, Nature of Land (Kisam), Area in (Hector), Area in (Acre). Includes entries for Odisha, Kalahandi, and Bhawanipatna.

Table with 10 columns: SI. No., State, Name of the District, Name of the Sub-District/Taluk/Mandal, Name of the Village, Survey/Plot No., Type of Land, Nature of Land (Kisam), Area in (Hector), Area in (Acre). Includes entries for Odisha, Kalahandi, and Bhawanipatna.

ରୋଗ ନିରୂପଣ କରିବ ବେଞ୍ଚ

ଗୋଟିଏ ବେଞ୍ଚ ଦ୍ୱାରା କ'ଣ ରୋଗ ନିରୂପଣ କରାଯାଇପାରିବ। ଏ କଥାକୁ ଅନେକେ ବିଶ୍ୱାସ କରି ନ ପାରନ୍ତି। ହେଲେ ସେପରି ଏକ ନୂଆ ଉପାୟରେ ରୋଗ ସମ୍ପର୍କରେ ଜାଣିହେବ ବୋଲି ସଦ୍ୟତେ



ଗବେଷଣାକୁ ଜାଣିବାକୁ ମିଳିଛି। ଲଣ୍ଡନ ବିଶ୍ୱବିଦ୍ୟାଳୟର ବିଶେଷଜ୍ଞମାନେ ଏପରି ଏକ ମ୍ୟାଜିକ୍ ବେଞ୍ଚ ତିଆରି କରିଛନ୍ତି। ଜଣେ ବ୍ୟକ୍ତି ଏହା ଉପରେ ବସିଲେ ତାଙ୍କ ଶାରୀରିକ ସମସ୍ୟା ବିଷୟରେ କେତେକ ତଥ୍ୟ ସହଜରେ ଜାଣିହେବ ବୋଲି ବିଶ୍ୱବିଦ୍ୟାଳୟ ପକ୍ଷରୁ ପ୍ରକାଶିତ ରିପୋର୍ଟରେ ଉଲ୍ଲେଖ କରାଯାଇଛି। ଉକ୍ତ ବେଞ୍ଚରେ ଏକ ଉଚ୍ଚ ଶକ୍ତିସମ୍ପନ୍ନ ସେନ୍ସର

ଏବଂ କ୍ୟାମେରା ସହ ଏକ୍ସ୍‌ଟ୍ରା ଏକ ମନିଟର ସହ ସଂଯୋଗ କରାଯାଇଛି। ବ୍ୟକ୍ତି ଜଣକ ତା' ଉପରେ ବସିବା ପରେ ସେନ୍ସର ଦ୍ୱାରା ତାଙ୍କ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟଜନିତ ସମସ୍ୟା ବିଷୟରେ ମନିଟରରେ ଲିପିବଦ୍ଧ ହୋଇଯାଏ ଏବଂ କ୍ୟାମେରା ସଂପୃକ୍ତ ସ୍ଥାନର ଫଟୋ ଉତ୍ତୋଳନ କରିଥାଏ। ଏପରି ଦେଖି ଡାକ୍ତରୀ ପରୀକ୍ଷାମୂଳକ ଭାବରେ ସଫଳତା ମିଳି ବୋଲି ରିପୋର୍ଟରୁ ଜଣାପଡ଼ିଛି।

ଲୋ କୁଟପ୍ରେସର ଓ ଅଲ୍‌ଜୁଜ

ସାଧାରଣତଃ କୁଟପ୍ରେସର ବୁଲ୍ ପ୍ରକାରର- ହାଇ କୁଟପ୍ରେସର ଏବଂ ଲୋ କୁଟପ୍ରେସର। ତେବେ ଏଥିରୁ ନିକଟ ଦୂରରେ ରଖିବା ପାଇଁ ଖାଦ୍ୟପେୟର ଗୁଣ୍ଠପୂର୍ଣ୍ଣ ଭୂମିକା ରହିଛି। ଯଦି ଆପଣ ଲୋ କୁଟପ୍ରେସର ସମସ୍ୟା ସହ ଜଡ଼ିତ, ତେବେ ନିୟମିତ ଖାଦ୍ୟ ଚାଲିକାରେ ଏହାର ପରିମାଣ ଟେକ୍ କରିନିଅନ୍ତୁ। ଅଲ୍‌ଜୁଜ ସାମିଲ କରନ୍ତୁ। ଏହାକୁ ନିୟମିତ ଖାଇଲେ ତାହା ଲୋ କୁଟପ୍ରେସର ଠାରୁ ଜଣକ ଅନେକାଂଶରେ ଦୂରରେ ରଖିଥାଏ। ଏପରି ରୋଗୀଙ୍କ ପାଇଁ ଓଷ୍ଟ୍ରୋ ଆୟୁର୍ବିଦ୍ୟାଳୟ ପରାମର୍ଶମୂଳକ ଭାବରେ ସଫଳତା ମିଳି କୁଟପ୍ରେସର ନିୟନ୍ତ୍ରଣ

ରହିଥାଏ। କେବଳ ସେତିକି ନୁହେଁ, ଖାଦ୍ୟ ଚାଲିକାରେ ଆଇରନ୍‌ଯୁକ୍ତ ଖାଦ୍ୟ ସାମିଲ କରନ୍ତୁ। ସବୁଠାରୁ ଗୁଣ୍ଠପୂର୍ଣ୍ଣ କଥା ହେଲା, ଯଦି ଆପଣ ଲୋ କୁଟପ୍ରେସର ସମସ୍ୟା ସହ ଜଡ଼ିତ, ତେବେ ନିୟମିତ ସମୟ ଅନ୍ତରାଳରେ ଏହାର ପରିମାଣ ଟେକ୍ କରିନିଅନ୍ତୁ।



ସକ୍ରିୟ ହେବ ରକ୍ତ ସଂଚାଳନ

ଆମ ଶରୀରରେ ଯଦି ରକ୍ତ ସଂଚାଳନ ସକ୍ରିୟ ନ ହୁଏ, ତେବେ ଆମେ ହାର୍ଟ ଆଗାକ୍ ପରି ଗୁରୁତର ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ସମସ୍ୟାର ସମ୍ମୁଖୀନ ହେବାର ଆଶଙ୍କା ରହିଛି। ଏହାର ଅସକ୍ରିୟ ପ୍ରକ୍ରିୟାକୁ ରକ୍ତଚାପ ବା କୁଟପ୍ରେସର କୁହାଯାଏ। ତେବେ ଏହାକୁ ସକ୍ରିୟ କରିବା ପାଇଁ ଆମକୁ ସଚେତନ ହେବାକୁ ପଡ଼ିଥାଏ। ନିକଟରେ ଏହି ଚାଲିକାରେ ଆଉ ଏକ ଉପାୟ ଯୋଡ଼ାଯାଇଛି। ପ୍ରାୟ ତିନି ବର୍ଷ ଉଦ୍ୟମ କରି ଓଷ୍ଟ୍ରୋ ବିଶ୍ୱବିଦ୍ୟାଳୟ ବିଶେଷଜ୍ଞମାନେ ଏକ ହାଇଡ୍ରୋ ଡିଭାଇଡିଂ (ରକ୍ତ ଖାଦ୍ୟ) ପ୍ରସ୍ତୁତ କରିଛନ୍ତି। ଏହାକୁ ପିଇବା ଦ୍ୱାରା ରକ୍ତ ସଂଚାଳନଜନିତ ସମସ୍ୟା କେତେକାଂଶରେ ଦୂର ହୋଇଥାଏ ବୋଲି ସେମାନେ ଦୃଢ଼ାଭିମତ ରଖିଛନ୍ତି। କେବଳ ସେତିକି ନୁହେଁ,



ଏପରି ସମସ୍ୟା ସହ ଜଡ଼ିତ କେତେକ ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କୁ ଏହି ଡିଭାଇଡିଂ ପିଇବାକୁ ପରାମର୍ଶ ଦିଆଯାଇଥିଲା। ଏପରି ପ୍ରାଣୀ ଆନୁସରଣ କରିବା ଦ୍ୱାରା ସେମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରୁ ପ୍ରାୟ ୫୦ ପ୍ରତିଶତ ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କର ରକ୍ତ ସଂଚାଳନ ପୂର୍ଣ୍ଣପେଣ୍ଡା ସକ୍ରିୟ ହୋଇଥିବାର ସେମାନେ ଲକ୍ଷ୍ୟ କରିଥିଲେ।

ଡେଙ୍ଗୁ ସତେଜତା

ଡେଙ୍ଗୁ ଭୂତାଣୁଜନିତ ମଶାବାହକ କୃମି। ବର୍ଷାଋତୁରେ ସଂକ୍ରମଣ ବେଶି। ଏଥିରେ ବହୁତ କ୍ୱର ହୁଏ। ମୂର୍ଦ୍ଧାୟୀ ହୁଏ। ମୂର୍ଦ୍ଧା ନାହିଁ ଦେଖାଯାଏ। ଗୋଡ଼ ହାତ ଘୋଳାଦିକା ହୁଏ। ବାନ୍ତି ଲାଗେ। ଏହାକୁ ଡେଙ୍ଗୁ କୃମି କୁହାଯାଏ। ଏହି କୃମି ଗୋଟିଏ ସପ୍ତାହ ପରେ ଜମିଯାଏ। ମୃତ୍ୟୁହାର ଏକ ଶତାଂଶରୁ କମ୍। ତେଣୁ କୋଭିଡ଼ ସଂକ୍ରମଣ ପରି ଏଥିରେ ଭୟଭୀତ ହେବାର କାରଣ ନାହିଁ। ପରିବେଶ ସହିତ ନାକ ନର୍ଦ୍ଦମା ସଫା ନ ହେଲେ ଏତିସ୍ ମଶା ବଂଶ ବୃଦ୍ଧି କରି ରୋଗ ବିସ୍ତାର କରେ। ଏହି ମଶାମାନେ ଦିନରେ କାମୁଡ଼ି ଓ ମୁଖ୍ୟତଃ ସହଜରେ ରୋଗ ସଂକ୍ରମଣ କରନ୍ତି। ଶରୀରରେ ଡେଙ୍ଗୁ ଭୂତାଣୁ ପ୍ରବେଶ କରିବାର ତିନି ଦିନ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ବହୁତ କ୍ୱର ହୁଏ। ଏହି ସମୟରେ ରୋଗ ନିରୂପଣ କଷ୍ଟ ହୁଏ। ହାତକୁ ବାନ୍ଧି ଦେଲେ ତିନି ଭାଗ ଲାଲ୍ ପଡ଼ିଯାଏ। ଏହି ସମୟରେ ରକ୍ତରେ ଶ୍ୱେତ ରକ୍ତକଣିକା ଓ ପ୍ଲେଟଲେଟ୍ ପରିମାଣ ହ୍ରାସ ଘଟେ। ପ୍ଲେଟଲେଟ୍ କମିଯିବା ଦ୍ୱାରା ମନ୍ତ୍ରିଷ, ପୁସ୍‌ପୁସ୍, ଲିଭର, କିଡ୍‌ନୀ ଓ ଅନ୍ତରେ ରକ୍ତସ୍ରାବ ହୁଏ। ଭୋକ ଜମିଯାଏ। ଏହାର ୪୮ ଘଣ୍ଟା ପରେ କ୍ୱର ଜମିଯାଏ ଓ ଖାଇବାକୁ ଇଚ୍ଛା ହୁଏ। ଏହାସହିତ ଦେହ ଲୁହାଳ ହୁଏ। ସବୁଠାରୁ ଗୁଣ୍ଠପୂର୍ଣ୍ଣ କଥା ହେଲା, ହୃଦ୍‌ସ୍ପନ୍ଦନ (ହାର୍ଟବିଟ) ଜମିଯାଏ। ଏହା ହେଉଛି ଆରୋଗ୍ୟ ହେବାର ଲକ୍ଷଣ।



ଡା. ବିକେଶ କୁମାର ପଣ୍ଡା

“କ୍ୱର ହେବାର ପ୍ରଥମ ଦିନରେ ରୋଗ ଚିହ୍ନଟ ହୋଇ ନ ପାରିଲେ ରୋଗୀକୁ ଆସନ ମୃତ୍ୟୁରୁ ରକ୍ଷା କରାଯାଇପାରିବ ନାହିଁ। ପ୍ଲେଟଲେଟ୍ କମିଯିବା ଫଳରେ ଦେହ ଭିତରେ ରକ୍ତସ୍ରାବ ହୋଇ ରୋଗୀମୃତ୍ୟୁର କାରଣ ହେବ। ତେଣୁ ବହୁତ କ୍ୱର ହେଲେ ଡେରି ନ କରି ରକ୍ତରେ ପ୍ଲେଟଲେଟ୍ ପରିମାଣ ନିର୍ଣ୍ଣୟ କରିନେବା ଉଚିତ।”

ସନ୍ଧ୍ୟାରେ ଆଖି ଦ୍ୱାରା ପ୍ଲେଟଲେଟ୍ ଗଣିଲେ ଠିକ୍ ନିର୍ଣ୍ଣୟ ହୋଇପାରିବ। ଏହା ୧୦ ହଜାରରୁ କମିଗଲେ ଦୁର୍ବଳ ରୋଗୀକୁ ପ୍ଲେଟଲେଟ୍ ରକ୍ତରେ ଦେବା ଉଚିତ। ନଚେତ୍ ରକ୍ତସ୍ରାବ ହୋଇ ରୋଗୀର ମୃତ୍ୟୁ ଆଶଙ୍କା ଯଥେଷ୍ଟ ରହିଛି। ଭୂତାଣୁ ସଂକ୍ରମଣ ରୋଗୀଙ୍କ ପାଇଁ ଆଖିକାୟୋଗିକର ଆବଶ୍ୟକତା ନ ଥାଏ। କ୍ୱର ଓ ଯନ୍ତ୍ରଣା ପାଇଁ 'ପାରାସିଟାମଲ୍' ବଟିକା ଦିଆଯାଇପାରେ। ଦେଶୀ ପରିମାଣରେ ସାଲାଇନ୍ ସେବା ଅନୁଚିତ। କାରଣ ଏହାର ପରିମାଣ ଆବଶ୍ୟକତାଠାରୁ ଅଧିକ ହେଲେ ତାହା ପୁସ୍‌ପୁସ୍ ଓ ହୃଦ୍‌ପିଣ୍ଡରେ ଜମି ରହିବ। କ୍ୱର ହେବାର ପ୍ରଥମ ଦୁଇ ଦିନ ରୋଗୀ ପାଇଁ



ସତର୍କ ରାହି। ଏହା ପାରି ହୋଇଗଲେ ଆଉ ବିପଦ ନ ଥାଏ। କ୍ୱର କମିଯିବା, ନାଡ଼ିର ଗତି କମି ସାଧାରଣ ଗ୍ରହଣୁ ଆସିବା, ଭୋକ ଲାଗିବା, ଶ୍ୱେତ ରକ୍ତକଣିକା ଏବଂ ପ୍ଲେଟଲେଟ୍ ବୃଦ୍ଧି ହେବା ଆରୋଗ୍ୟ ହେବାର ଲକ୍ଷଣ। କ୍ୱର ହେବାର ପ୍ରଥମ ଦିନରେ 'ଏଲିସା' ରକ୍ତ ପରୀକ୍ଷା ଭୂତାଣୁର ଆଣ୍ଟିଜେନ୍ ନିର୍ଣ୍ଣୟ ପାଇଁ ଓ ପ୍ଲେଟଲେଟ୍ ଓ ଶ୍ୱେତ ରକ୍ତକଣିକା ନିର୍ଣ୍ଣୟ ପାଇଁ ଅନିବାର୍ଯ୍ୟ। ଏହା ରୋଗ ନିରୂପଣ ଓ ଚିକିତ୍ସାର ମୂଳମନ୍ତ୍ର। ଡେଙ୍ଗୁ କୋଭିଡ୍ ପରି ମାରାତ୍ମକ ନୁହେଁ। ତେଣୁ ଜନସାଧାରଣ ଭୟଭୀତ ହେବା ଉଚିତ ନୁହେଁ। - ୧୨, ଆଚାର୍ଯ୍ୟ ବିହାର, ଭୁବନେଶ୍ୱର ମୋ : ୯୪୩୮୪୭୦୭୭୭

ଡାଇବେଟିସ୍ : ଭ୍ରାନ୍ତ ଧାରଣା

ଆଜିକାଲି ଡାଇବେଟିସ୍ ଏକ ସାଧାରଣ ସମସ୍ୟା ପାଲଟିଗଲାଣି। ରକ୍ତରେ ଶର୍କରା (ଗ୍ଲୁକୋଜ୍) ପରିମାଣ ବଢ଼ିଗଲେ ଏହି ରୋଗ ସୃଷ୍ଟି ହୋଇଥାଏ। ତେବେ ଏ ବିଷୟରେ ଅନେକଙ୍କ ମନରେ କେତେକ ଭ୍ରାନ୍ତ ଧାରଣା ରହିଛି। ସେ ସମ୍ପର୍କରେ ତିସ୍...
ମିଛ : ଜଣେ ଡାଇବେଟିସ୍ ରୋଗୀ ଆଦୌ ମିଠାକାମ ଖାଦ୍ୟ ଖାଇବା ଠିକ୍ ନୁହେଁ।
ସତ : ଡାଇବେଟିସ୍ ଆକ୍ରାନ୍ତ ବ୍ୟକ୍ତି ଏହାକୁ ଆଦୌ ହାଲୁକା ଭାବରେ ନିଅନ୍ତୁ ନାହିଁ। କାରଣ ଏହା ଗୁରୁତର ଅସୁସ୍ଥାକୁ ଚାଲିଗଲେ ମୃତ୍ୟୁର କାରଣ ସାଜିବାର ଯଥେଷ୍ଟ ଆଶଙ୍କା ରହିଛି। ଯଦି ଡାଇବେଟିସ୍ ନିୟନ୍ତ୍ରଣରେ ଅଛି ଭଲ କଥା, ହେଲେ ତାହା ଅସକ୍ରିୟ ରହିଲେ ଡାଇବେଟିସ୍ ସହ ପରାମର୍ଶ କରି ଔଷଧ ବ୍ୟବହାର ଖାଇବାକୁ ଭୁଲନ୍ତୁ ନାହିଁ।
ମିଛ : କେବଳ ମୋଟା ଲୋକଙ୍କୁ ଗାଇପ୍-୨ ଡାଇବେଟିସ୍ ହୋଇଥାଏ।
ସତ : ଏଭଳି ଧାରଣା ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ଭୁଲ। ଅବଶ୍ୟ ପୃଷ୍ଠାକା ଡାଇବେଟିସ୍ କେତେକାଂଶରେ କାରଣ ହୋଇଥାଏ, ହେଲେ କେବଳ ମୋଟା ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କୁ ଗାଇପ୍-୨ ଡାଇବେଟିସ୍ ହେବ ତାହା ଭାବିବା ଭୁଲ।
ମିଛ : ଡାଇବେଟିସ୍ ଦ୍ୱାରା ଆକ୍ରାନ୍ତ ବ୍ୟକ୍ତି



ସବୁବେଳେ ସକ୍ରିୟ ଖାଦ୍ୟ ଖାଇବା ଦରକାର। ଏପରି କି ଏହି ରୋଗୀ ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ସମୟ ବ୍ୟବଧାନରେ ଅଳ୍ପ ମିଠାକାମ ଖାଦ୍ୟ ଖାଇପାରନ୍ତି।
ମିଛ : ଗାଇପ୍-୧ ହେଉ କି ଗାଇପ୍-୨ ଡାଇବେଟିସ୍ ପ୍ରଭାବ ସାମାନ୍ୟ ରହିଥାଏ।
ସତ : ଏଭଳି ଧାରଣା ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ଭୁଲ। ଅଳ୍ପ ପରି ଏପରି ସମସ୍ୟା ଦ୍ୱାରା ଆକ୍ରାନ୍ତ ହେଲେ ସବୁ ଦିନ ପ୍ରତି ସତର୍କ ରହିବାକୁ ପଡ଼େ। ଗାଇପ୍-୧ ରୋଗୀ ସବୁବେଳେ ସକ୍ରିୟ ଖାଦ୍ୟ ଖାଇବା ଦରକାର।
କେବଳ ସୁଗାର ଫ୍ରି ଖାଦ୍ୟ ଖାଇବା ଆବଶ୍ୟକ।
ସତ : ଅନେକ କ୍ଷେତ୍ରରେ ଏପରି ଧାରଣା କେତେକାଂଶରେ ସତ ହୋଇପାରେ, ହେଲେ ଜଣେ ଡାଇବେଟିସ୍ ଆକ୍ରାନ୍ତ ବ୍ୟକ୍ତି କିପରି ଖାଦ୍ୟ ଖାଇବା ଆବଶ୍ୟକ, ସେ ନେଇ ଡାକ୍ତରଙ୍କ ସହ ବିଶଦ ଭାବରେ ଆଲୋଚନା କରନ୍ତୁ। କାହା କଥାରେ ପ୍ରଲୋଭିତ ହୋଇ ଏଥିପାଇଁ ଖାଦ୍ୟ ଚାଲିକା ପ୍ରସ୍ତୁତ କରିବା ଠିକ୍ ନୁହେଁ। ଏହି ରୋଗୀ ସବୁବେଳେ ସକ୍ରିୟ ଖାଦ୍ୟ ଖାଇବା ଦରକାର।

ସୁନିଦ୍ରା ଅନ୍ତରାଳେ...

ଆମେ ଦିନତମାମ ଯେତେ ବ୍ୟସ୍ତ ରହିଲେ ମଧ୍ୟ ରାତିରେ ଆବଶ୍ୟକ ମୁତାବକ ଶୋଇବା ଦରକାର। କାରଣ ନିଦ୍ରାଜନିତ ସମସ୍ୟା ଭବିଷ୍ୟତରେ କେତେକ ରୋଗକୁ ପରୋକ୍ଷରେ ତାକି ଆଣିଥାଏ। ତେବେ ଯଦି ଜଣେ ବ୍ୟକ୍ତି ଦୈନନ୍ଦିନ ଆବଶ୍ୟକ ମୁତାବକ ଶୋଇନି, ତେବେ ତାଙ୍କର ମାନସିକତା ଅନେକ ସମୟରେ ସକାରାତ୍ମକ ରହିଥାଏ। 'ସକାରାତ୍ମକ ମାନସିକତା ଓ ସୁନିଦ୍ରା' ଶୀର୍ଷକ ବିଷୟ ଉପରେ କାଳିପର୍ନିଆ ବିଶ୍ୱବିଦ୍ୟାଳୟର ମନୋବିଜ୍ଞାନୀମାନେ ଏକ ଗବେଷଣା କରିଥିଲେ। ଏହି ସମୟରେ ଗବେଷଣା ପରିସରକୁଳ ବ୍ୟକ୍ତିମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରୁ ଯେଉଁମାନେ ପ୍ରତିଦିନ ଆବଶ୍ୟକ ମୁତାବକ ନିଦ୍ରା ଯାଉଥିଲେ, ସେମାନଙ୍କର ମାନସିକତା ଅନ୍ୟମାନଙ୍କ ଚୁକ୍ତନାରେ ସକାରାତ୍ମକ ରହିଥିଲା ବୋଲି ଗବେଷଣା ରିପୋର୍ଟରେ ଉଲ୍ଲେଖ କରାଯାଇଛି। ହେଲେ ଶୋଇବା ପୂର୍ବରୁ ମନକୁ ଶାନ୍ତ ରଖିବା ଦରକାର ବୋଲି ସେମାନେ ପରାମର୍ଶ ଦେଇଛନ୍ତି।



ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ସୁତନା

➤ ନିକଟୁ ପିନ୍ ରଖିବାକୁ ପ୍ରତିଦିନ ସକାଳେ କିଛି ସମୟ ଦିଅନ୍ତୁ। ଏହି ସମୟରେ ମର୍ନିଂ ଡ୍ରାକ୍ କରନ୍ତୁ। ଯୋଗ, ପ୍ରାଣାୟାମକୁ ଏହି ଚାଲିକାରେ ସାମିଲ କରନ୍ତୁ।
➤ ଏପରି ଖାଦ୍ୟ ଖାଆନ୍ତୁ ନାହିଁ, ଯାହା ପରୋକ୍ଷରେ ଆପଣଙ୍କ ମେଦ ବୃଦ୍ଧି ପାଇଁ ସାହାଯ୍ୟ କରିବ। ପୁସ୍ତକାବନ ପାଇଁ ଜଣେ ଅଭିଜ୍ଞ ପୁସ୍ତକ ବିଜ୍ଞାନୀଙ୍କ ସହ ନିଜ ଖାଦ୍ୟ ବିଷୟରେ ଆଲୋଚନା କରନ୍ତୁ।
➤ ଯଦି ଆଶ୍ଚର୍ଯ୍ୟଜନିତ ସମସ୍ୟା ଅଛି, ତେବେ ଶିଢ଼ି ଯେତେ କମ୍ ଚଢ଼ିବେ ସେତେ ଭଲ।



➤ ନିଜର ଦୈନନ୍ଦିନ ଖାଦ୍ୟ ଚାଲିକାରେ ସାଲାଇଁ ସାମିଲ କରନ୍ତୁ। କାରଣ ଏଥିରେ ଅନେକ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟୋପକାରୀ ଗୁଣ ଭରି ରହିଛି।
➤ ଦାନ୍ତଜନିତ ସମସ୍ୟାର ଲକ୍ଷଣ ଜାଣିବାକୁ ପାଇଲେ ତାହାକୁ ଆଦୌ ଅବହେଳା କରନ୍ତୁ ନାହିଁ। ଏ ସମ୍ପର୍କରେ ଅଭିଜ୍ଞ ଦନ୍ତ ବିଶେଷଜ୍ଞଙ୍କ ସହ ପରାମର୍ଶ କରନ୍ତୁ।
➤ ଖାଇବା ସମୟରେ ଗପିବା କେତେକଙ୍କର ଅଭ୍ୟାସ। ଏଭଳି ଅଭ୍ୟାସ ପରିହାର କରିବାକୁ ଚେଷ୍ଟା କରନ୍ତୁ। ଖାଇବା ସମୟରେ ଶାନ୍ତ ମନରେ ଗପ ନ କରି ଖାଆନ୍ତୁ।

ଜାଣିରଖନ୍ତୁ

ସବୁବେଳେ ଓଜନିଆ ଜିନିଷ ଉଠାନ୍ତୁ ନାହିଁ। କାରଣ ଏହାର ପ୍ରଭାବ ଅଣ୍ଡା ଉପରେ ପଡ଼ିଥାଏ। ଯଦି ପୂର୍ବରୁ ଏପରି ସମସ୍ୟା ରହିଛି, ତେବେ ତାହା ଆହୁରି ଗୁରୁତର ଆକାର ଧାରଣ କରିବାର ଆଶଙ୍କା ରହିଛି। ରାତିରେ ଶୋଇବାକୁ ଯିବା ପୂର୍ବରୁ ଉଜ୍ଜ୍ୱଳ ଆଲୋକ ସଂସ୍ପର୍ଶରେ ଆସନ୍ତୁ ନାହିଁ। ଏହାଦ୍ୱାରା ସୁନିଦ୍ରା ହୋଇ ନ ଥାଏ। କଦାପି ସୁଗାର କ୍ୟାଲୋରି ଟ୍ରିକ୍‌ସ୍ ପିଆନ୍ତୁ ନାହିଁ। କାରଣ ଏହା ଶରୀରରେ ଚର୍ବି ପରିମାଣ ବୃଦ୍ଧି କରିବାରେ ସାହାଯ୍ୟ କରିଥାଏ। ଯେତେ ସୁସ୍ତମ ତଥା ଭିଗାମିନିୟୁଲ ଖାଦ୍ୟ ଖାଇଲେ ମଧ୍ୟ ଶରୀରରେ ଜଳାୟ ଅଂଶକୁ ସବୁବେଳେ ସକ୍ରିୟ ରଖିବା କିଛି ପରିମାଣରେ ତତକା ଫଳମୂଳ ଖାଆନ୍ତୁ।



ଗୋଳିଓର ନ୍ୟାଶନାଲ ଷ୍ଟାଡ଼ିୟମରେ ରବିବାର ଅନୁଷ୍ଠିତ ଉଦ୍‌ଘାଟନା ଉତ୍ସବ।

ମହିଳା ବାସ୍କେଟବଲରେ ଆମେରିକାକୁ ରେକର୍ଡ କ୍ରମାଗତ ୭ମ ସ୍ୱର୍ଣ୍ଣ ଗୋଳିଓ, ୮୮

ଅଲିମ୍ପିକ୍ସ ମହିଳା ବାସ୍କେଟବଲରେ ଆମେରିକା ଏହାର ପ୍ରାଧାନ୍ୟ ବଜାୟ ରଖିଛି। ଫାଇନାଲରେ ଆୟୋଜକ ଜାପାନକୁ ପରାସ୍ତ କରି କ୍ରମାଗତ ୭ମ ଥର ସ୍ୱର୍ଣ୍ଣ ଜିତିବାରେ ସଫଳ ହୋଇଛି। ୫ ଅଲିମ୍ପିକ୍ସ ବାସ୍କେଟବଲ ସ୍ୱର୍ଣ୍ଣ ଜିତିବାରେ ଦଳର ବୁଲ୍ ଭେଟେରାନ ବୁଲ୍ ବର୍ଡ ଓ ଡାଏନା ରୋସି ପ୍ରଥମ ଖେଳାଳି ବିବେଚିତ ହୋଇଛନ୍ତି। ଆମେରିକା ମହିଳା ଦଳ କ୍ରମାଗତ ୫୫ ଅଲିମ୍ପିକ୍ସ ମ୍ୟାଚରେ ଅପରାଜେୟ ରହିଛି। ଶେଷଥର ସେମାନେ ୧୯୯୨ ସଂସ୍କରଣ ସେମିଫାଇନାଲରେ ପରାଜିତ ହୋଇଥିଲେ। ଜାପାନ ଶ୍ରେଷ୍ଠ ପ୍ରଦର୍ଶନ ସହ ରୌପ୍ୟ ପଦକ ଲାଭ କରିଥିବାବେଳେ ଫ୍ରାନ୍ସକୁ ବ୍ରୋଞ୍ଜ ମିଳିଥିଲା। ଫାଇନାଲରେ ଆମେରିକା ୯୦-୭୫ରେ ଜାପାନକୁ ପରାସ୍ତ କରିଥିଲା। ଦଳ ପକ୍ଷରୁ ବ୍ରିଟନୀ ଗ୍ରୀନର ୫ ରିବାଉଣ୍ଡ ଓ ୨ ଆସିଷ୍ଟ ସହ ସର୍ବାଧିକ ୩୦ ପଏଣ୍ଟ ସ୍କୋର କରିଥିଲେ। କୌଣସି ଅଲିମ୍ପିକ୍ସ କ୍ରୀଡ଼ାରେ ଏକ ଟିମ୍ କ୍ରମାଗତ ସବୁଠାରୁ ଅଧିକ ୭ଥର ଚାମ୍ପିୟନ ହେବାରେ ଆମେରିକା ମହିଳା ବାସ୍କେଟବଲ ଦଳ ନିଜ ଦେଶର ପୁରୁଷ ବାସ୍କେଟବଲ ଦ୍ୱାରା ପ୍ରତିଷ୍ଠିତ ରେକର୍ଡର ସମକକ୍ଷ ହୋଇପାରିଛି। ଆମେରିକା ପୁରୁଷ ବାସ୍କେଟବଲ ଦଳ ୧୯୩୬ରୁ ୧୯୬୮ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ କ୍ରମାଗତ ସ୍ୱର୍ଣ୍ଣ ପଦକ ଜିତିଥିଲା।

ଉଦ୍‌ଘାଟନା ଉତ୍ସବ



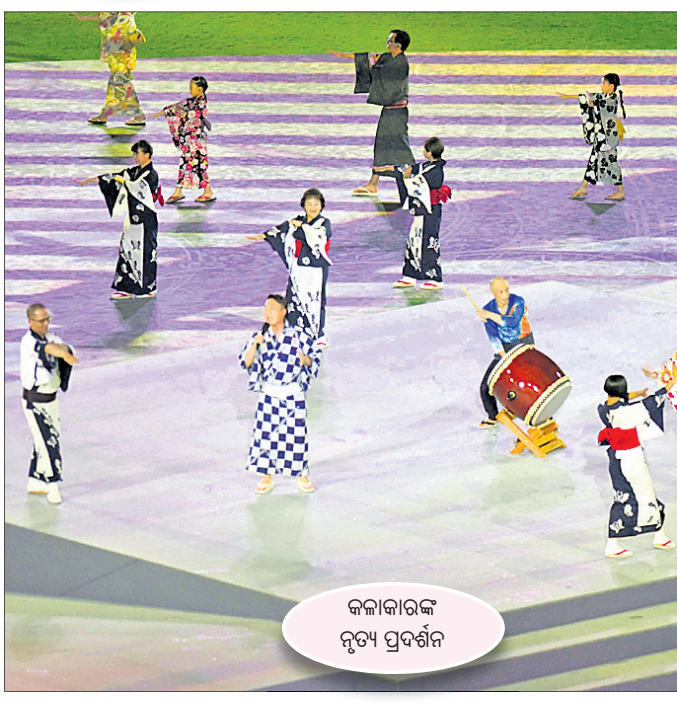
ଅନ୍ତର୍ଜାତୀୟ ଅଲିମ୍ପିକ୍ କମିଟି ସଭାପତି ଥୋମାସ ବ୍ୟାକ୍‌କଠାରୁ ଅଲିମ୍ପିକ୍ ପତାକା ଗ୍ରହଣ କରୁଛନ୍ତି ପ୍ୟାରିସ ମେୟର ଆନେ ହିଟାଲଗୋ (ଡାହାଣ)।



ଭାରତୀୟ ଦଳର ପ୍ରତିନିଧିତ୍ୱରେ ବଜ୍ରଜୀ ପୁନିଆ ଧରିଛନ୍ତି।



ଉଦ୍‌ଘାଟନା ଉତ୍ସବରେ ଥୋମାସ ବ୍ୟାକ୍‌କ ଉଦ୍‌ଘୋଷଣ।



କଳାକାରଙ୍କ ନୃତ୍ୟ ପ୍ରଦର୍ଶନ

ନୀରଜଙ୍କୁ ଅଲିମ୍ପିକ୍ସ ଦଳର ଭବ୍ୟ ସ୍ୱାଗତ

ଗୋଳିଓ, ୮୮

ଗ୍ରୀକ୍ ଆଣ୍ଡ ଫିଲ୍ଡରେ ଭାରତ ପାଇଁ ପ୍ରଥମ ସ୍ୱର୍ଣ୍ଣ ପଦକ ହାସଲ କରି ଇତିହାସ ସୃଷ୍ଟି କରିଥିବା ଜାଭେଲିନ ଥ୍ରୋୟର ନୀରଜ ଚୋପ୍ରାଙ୍କୁ ଗୋଳିଓରେ ଭାରତୀୟ ଅଲିମ୍ପିକ୍ସ ଦଳ ସ୍ୱାଗତ ସମ୍ବର୍ଦ୍ଧନା ଜଣାଇଛି। ହକି ଅଧିନାୟକ ମନପ୍ରୀତ ସିଂଙ୍କ ସମେତ ଗୋଳିଓରେ ଏବେ ରହିଥିବା ଅନ୍ୟ ଅଲିମ୍ପିକ୍ସ ଖେଳାଳିମାନେ ଓ ଅପିସିଆଲମାନେ ନୀରଜଙ୍କ ଏହି ସଫଳତାକୁ ଐତିହାସିକ ବୋଲି କହିଛନ୍ତି। ଅଲିମ୍ପିକ୍ସ କ୍ରୀଡ଼ାଗ୍ରାମରେ ଶନିବାର ରାତିରେ ଏକ ଛୋଟିଆ ଉତ୍ସବରେ ନୀରଜଙ୍କ ସଫଳତାକୁ ଭୂୟସୀ ପ୍ରଶଂସା କରାଯାଇଥିଲା। ଏହି ଅବସରରେ ଏକ କେକ୍ ମଧ୍ୟ କଟାଯାଇଥିଲା। ଗ୍ରୀକ୍ ଆଣ୍ଡ ଫିଲ୍ଡରେ ଭାରତର ଏହି ପ୍ରଥମ ବ୍ୟକ୍ତିଗତ ସ୍ୱର୍ଣ୍ଣ ପଦକ ହାସଲକୁ ମନପ୍ରୀତ ପ୍ରଶଂସା କରିଥିଲେ। ଏବେ ସାରା ଦେଶରେ କେବଳ ନୀରଜଙ୍କୁ ନେଇ ଚର୍ଚ୍ଚା ଚାଲିଛି। ଦୀର୍ଘବର୍ଷ ଧରି ନୀରଜ କଠିନ ପରିଶ୍ରମ କରିଆସିଥିଲେ ଓ ଏବେ ସେ ତାଙ୍କର ଫଳ ପାଇଛନ୍ତି। ସ୍ୱର୍ଣ୍ଣ ପଦକ ହାସଲ କରିବାକୁ ସେ ଯୋଗ୍ୟ ବୋଲି ମନପ୍ରୀତ କହିଛନ୍ତି। ତାଙ୍କ ପାଇଁ ଆମେ ଓ ସାରା ଦେଶ ଗର୍ବିତ। ଏହା



ନୀରଜ ଚୋପ୍ରା

ବ୍ୟତୀତ ଅଲିମ୍ପିକ୍ସରେ ଅଂଶଗ୍ରହଣ କରି ଶ୍ରେଷ୍ଠ ପ୍ରଦର୍ଶନ କରିବାକୁ ପ୍ରୟାସ କରିଥିବା ସବୁ ଖେଳାଳିଙ୍କୁ ଅଭିନନ୍ଦନ ଜଣାଉଛି ବୋଲି ମନପ୍ରୀତ କହିଛନ୍ତି। ମନପ୍ରୀତଙ୍କ ନେତୃତ୍ୱରେ ଭାରତୀୟ ହକି ଦଳ ଦୀର୍ଘ ୪୧ ବର୍ଷ ପରେ ଅଲିମ୍ପିକ୍ସରେ ପଦକ ହାସଲ କରି ଇତିହାସକୁ ଦୋହରାଇଛି। ପୂର୍ବା ଅଲିମ୍ପିକ୍ସରେ ଭାରତୀୟ ଆଥଲେଟମାନଙ୍କର ଯତ୍ନ ନେବା ସହ ବିଭିନ୍ନ ଆବଶ୍ୟକତା ପୂରଣ କରିଥିବା ଅପିସିଆଲମାନଙ୍କୁ ମଧ୍ୟ ସେ କୃତଜ୍ଞତା ଜଣାଇଛନ୍ତି।

ଭାରତୀୟ ଦଳର ଅଧିନାୟକ ଖେଳାଳି ସୋମବୀର ସକାଲେ ସ୍ୱେପ୍ଟା ପ୍ରତ୍ୟାବର୍ତ୍ତନ କରିବାର କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ ରହିଛି। ପଦକ ବିଜେତା ଖେଳାଳିମାନଙ୍କୁ ଅଭିନନ୍ଦନ ସମାରୋହରେ ସମ୍ବର୍ଦ୍ଧିତ କରାଯିବ। ଏଥର ଗୋଟିଏ ସ୍ୱର୍ଣ୍ଣ ସହ ୭ଟି ପଦକ ହାସଲ କରି ଭାରତ ଅଲିମ୍ପିକ୍ସ ଇତିହାସରେ ଶ୍ରେଷ୍ଠ ପ୍ରଦର୍ଶନ କରିଛି। ଏହାପୂର୍ବରୁ ଭାରତ ୨୦୧୨ ଲଣ୍ଡନ ଅଲିମ୍ପିକ୍ସରେ ୬ଟି ପଦକ ହାସଲ କରି ଶ୍ରେଷ୍ଠ ପ୍ରଦର୍ଶନ କରିଥିଲା। ଏଥର ଭାରତ ଗୋଟିଏ ପାଦ ଆଗକୁ ଯାଇଛି।

ବିକାଶଙ୍କ କାନ୍ଧରେ ଅସ୍ତ୍ରୋପଚାର

ଦୁଆବିକା, ୮୮ (ପି.ଟି.)

ଗୋଳିଓ ଅଲିମ୍ପିକ୍ସରେ ଆୟାତପ୍ରାପ୍ତ ଭାରତୀୟ ବକ୍ସର ବିକାଶ କୁଶନଙ୍କ ତାହାଣ କାନ୍ଧରେ ଅସ୍ତ୍ରୋପଚାର ହୋଇଛି। ଫଳରେ ସେ ୩ ମାସ ବନ୍ଦୀରୁ ମୁକ୍ତ ହୋଇଛନ୍ତି। ୨୯ ବର୍ଷର ବିକାଶଙ୍କର ଏହା ଅଲିମ୍ପିକ୍ସ ଇତିହାସରେ ଶ୍ରେଷ୍ଠ ପ୍ରଦର୍ଶନ କରିଛି। ଏହାପୂର୍ବରୁ ଭାରତ ୨୦୧୨ ଲଣ୍ଡନ ଅଲିମ୍ପିକ୍ସରେ ୬ଟି ପଦକ ହାସଲ କରି ଶ୍ରେଷ୍ଠ ପ୍ରଦର୍ଶନ କରିଥିଲା। ଏଥର ଭାରତ ଗୋଟିଏ ପାଦ ଆଗକୁ ଯାଇଛି।

ମହିଳା ଭଲିବଲ୍‌ରେ ଆମେରିକାକୁ ପ୍ରଥମ ସ୍ୱର୍ଣ୍ଣ

ଗୋଳିଓ, ୮୮ (ଏ.ପି.)

ମହିଳା ଭଲିବଲ୍‌ରେ ଆମେରିକା ପ୍ରଥମ ଥର ସ୍ୱର୍ଣ୍ଣ ଜିତିବାରେ ସଫଳ ହୋଇଛି। ଫାଇନାଲରେ ଏହି ଦେଶ ୨୫-୨୧, ୨୫-୨୦, ୨୫-୧୪ରେ ବ୍ରାଜିଲକୁ ପରାସ୍ତ କରିଛି। ଆମେରିକା ପୂର୍ବରୁ ଏହି ଇଭେଣ୍ଟରେ ୩ ଥର ରୌପ୍ୟ ଓ ୨ ଥର ବ୍ରୋଞ୍ଜ ଜିତିସାରିଥିଲା। ୨୦୦୮ ଓ ୨୦୧୨ ଅଲିମ୍ପିକ୍ସରେ ସ୍ୱର୍ଣ୍ଣ ସୁଯୋଗ ରହିଥିଲେ ମଧ୍ୟ ସଫଳ ହୋଇପାରି ନ ଥିଲା। ରବିବାରର ଏହି ବିଜୟ ଦ୍ୱାରା ଯୁ.ଏସ୍. କୋର୍ଟ୍ କାର୍ଟି କିରାଲି ଚାଲନାର ଲାଇଫ ଟାଇମ୍ ସହିତ ସମକକ୍ଷ ହୋଇପାରିଛନ୍ତି। ଅର୍ଥାତ୍ ପ୍ରଥମେ ଜଣେ ଭଲିବଲ୍ ଖେଳାଳି ଏବଂ ପରେ କୋର୍ଟ୍ ଭାବେ ନିଜ ଦେଶର ନେତୃତ୍ୱ ନେଇ ସ୍ୱର୍ଣ୍ଣ ପଦକ ଲାଭ କରିବାରେ ବ୍ରିଟାନ୍ ବ୍ୟକ୍ତି ବିବେଚିତ ହୋଇଛନ୍ତି। କିରାଲି ଜଣେ ଖେଳାଳି ଭାବେ ୧୯୮୪ କ୍ରିକେଟର ଯଶପ୍ରୀତ କୁମ୍ଭାରା ଓ ଶ୍ରେୟାଶ ଆୟାର ଏବଂ ଷ୍ଟାର ବ୍ୟାଡ୍ମିଣ୍ଟନ ଖେଳାଳି ସାଇନା ନେହାଲଙ୍କର ମଧ୍ୟ ସଫଳ ଅସ୍ତ୍ରୋପଚାର କରିଛନ୍ତି। ଅଲିମ୍ପିକ୍ସ ଜଗତରେ ଟ୍ରେନିଂ ବେଳେ ବିକାଶ ଆୟାତପ୍ରାପ୍ତ ହୋଇଥିଲେ।

କୋର୍ଟ୍ ଦାୟିତ୍ୱ ଗ୍ରହଣ କରିଥିଲେ। ଆମେରିକା ମହିଳା ଦଳକୁ ଅଲିମ୍ପିକ୍ସ ଚାମ୍ପିୟନ କରାଇ ପାରିଥିବାରୁ ତାଙ୍କର ଏକ ଲକ୍ଷ୍ୟ ପୂରଣ ହୋଇଛି ବୋଲି କିରାଲି କହିଛନ୍ତି। ସୂଚନାଯୋଗ୍ୟ, ଆର୍ଜେଣ୍ଟିନାଠାରୁ ପରାସ୍ତ ହୋଇଛି।



ସ୍ୱର୍ଣ୍ଣ ପଦକ ବିଜୟୀ ଆମେରିକା ମହିଳା ଭଲିବଲ୍ ଦଳ।

ସାମ୍ବୋନାର ଟୋକିଓ, ବିଆଁଭେନ୍ୟୁ ପ୍ୟାରିସ୍



ଉଦ୍‌ଯାପନା ଉତ୍ସବ

ଟୋକିଓ, ୮୮

କରୋନା ମହାମାରୀର ବ୍ୟାପକତା ସତ୍ତ୍ୱେ ଟୋକିଓ ଅଲିମ୍ପିକ୍ସ ସଫଳତାର ସହ ସମାପ୍ତ ହୋଇଛି। ବିଶ୍ୱର ଏହି ସର୍ବଶ୍ରେଷ୍ଠ କ୍ରୀଡ଼ା ମହାକୁସର ୩୨ତମ ସଂସ୍କରଣ ଏବେ ସାରା ଦୁନିଆକୁ ଏକ ନୂଆ ବାର୍ତ୍ତା ଦେବାରେ ସଫଳ ହୋଇଛି। କୌଣସି ବିପତ୍ତି ଆଗରେ ମାନବ ସତ୍ୟତା କେବେ ବି ହାର ନାନେନାହିଁ ଏହି ଅଲିମ୍ପିକ୍ସର ସମ୍ପର୍କରେ ସଫଳ ହୋଇଛି। ଏଥର ଅଲିମ୍ପିକ୍ସ କେବଳ କ୍ରୀଡ଼ାରେ ସୀମିତ ହୋଇ ରହିନାହିଁ। କୋଭିଡ୍-୧୯ କାରଣରୁ ସାରା ବିଶ୍ୱରେ ରୁହେଇଥିବା ସ୍ଥାୟୀ ସଫଳତା ଦେଖାଦେଇଥିଲା। ଏଥିପାଇଁ ଅଲିମ୍ପିକ୍ସ ଆୟୋଜନକୁ ଜାପାନର ଅଧିକାରୀ ଲୋକ ବିରୋଧ କରିଥିଲେ। ଏ ନେଇ ବିରୋଧ ଓ ବିରୋଧ ପ୍ରଦର୍ଶନ ମଧ୍ୟ ହୋଇଥିଲା। ତେବେ ଜାପାନ ସରକାର ଓ ଅନ୍ତର୍ଜାତୀୟ ଅଲିମ୍ପିକ୍ କମିଟି (ଆଇଓସି) ଏହି କ୍ରୀଡ଼ା ସମାବେଶକୁ ଆୟୋଜନ କରିବାକୁ ବନ୍ଦପତ୍ରିକର ଥିଲେ। କେବଳ ସେତିକି ନୁହେଁ, ଅଲିମ୍ପିକ୍ସ ଆୟୋଜନ ଅବସରରେ ବାଟା ବିପଦ ମଧ୍ୟ ସୃଷ୍ଟି ହୋଇଥିଲା। ଅତ୍ୟଧିକ ଗରମ ଓ ବାତ୍ୟା ଦ୍ୱାରା ମଧ୍ୟ କେତୋଟି ଇଭେଣ୍ଟ ପ୍ରଭାବିତ ହୋଇଥିଲା।

ଶେଷରେ ଏହା ସଫଳ ହୋଇଛି ଓ ଆଗାମୀ ସମୟ ପାଇଁ ଉଦ୍‌ଯାପନା ସୃଷ୍ଟି କରିଛି। ଏବେ ମଧ୍ୟ ଜାପାନ ଓ ରାଜଧାନୀ ଟୋକିଓରେ

କରୋନା ପ୍ରକୋପ କରି ରହିଛି। ଅଲିମ୍ପିକ୍ସର ସଫଳ ଆୟୋଜନ ପାଇଁ ଜାପାନ ସରକାର, ଟୋକିଓ ପ୍ରଶାସନ ଓ ସର୍ବୋପରି ଆଇଓସି ଶ୍ରେୟର ହୃଦୟାଘାତ। କ୍ରୀଡ଼ାକୁ ବାଦ ଦେଲେ ମାନବ ଜୀବନ ଓ ସତ୍ୟତାର ପରିଚଳନା ଅସମ୍ଭବ। ତେଣୁ ଟୋକିଓ ଅଲିମ୍ପିକ୍ସ ଇତିହାସ ସୃଷ୍ଟି କରିଛି ଓ ନୂଆ ଆଶା ସଂଚାର କରିଛି କହିଲେ ଭୁଲ ହେବ ନାହିଁ। ଟୋକିଓ ଅଲିମ୍ପିକ୍ସ ବିଜିନି ଦୃଷ୍ଟିକୋଣରୁ ଅସାଧାରଣ ସାଫଳ ହୋଇଛି। ଆଗାମୀ ୨୦୨୪ ଅଲିମ୍ପିକ୍ସ ପ୍ରାନ୍ତ ରାଜଧାନୀ ପ୍ୟାରିସ୍‌ରେ ଆୟୋଜନ ହେବ। ତେଣୁ ଟୋକିଓକୁ ଏବେ ବିଦାୟ ଦେବାକୁ ପଡ଼ିବ। (ଜାପାନୀ ଭାଷାରେ ବିଦାୟ) ଦେବାର ସମୟ ଉପନୀତ ହୋଇଛି। ପ୍ୟାରିସ୍‌ରେ ପୁଣି ଦେଖା ହେବ। ୨୩ ଜୁଲାଇରୁ ଆରମ୍ଭ ହୋଇଥିବା ଏହି କ୍ରୀଡ଼ା ସମାବେଶ ବିବିଧ ଶେଷ ହେଲା ବୋଲି ଆଇଓସି ଅଧ୍ୟକ୍ଷ ଯୋଗ୍ୟ ବାକ୍ ଔପଚାରିକ ଭାବେ ଘୋଷଣା କରିଛନ୍ତି। ଅଲିମ୍ପିକ୍ସରେ ୨୦୫ଟି ଦେଶ ଓ ଶରୀରୀୟ ଦଳର ପାଖାପାଖି ୧୧,୦୦୦ ଆଥିଲେଟ୍ ୩୩୯ କ୍ରୀଡ଼ା ଇଭେଣ୍ଟରେ ଅଂଶଗ୍ରହଣ କରିଥିଲେ। ଆଥିଲେଟ୍‌ମାନେ ଦ୍ରୁତ ଓ ଶକ୍ତିଶାଳୀ ଭାବେ ନିଜକୁ ପ୍ରମାଣିତ କରିବା ସହ ଆହୁରି ଉଚ୍ଚତମ ସାଧନାପରିଚ୍ଛନ୍ତି

ବୋଲି ବାକ୍ ଉଦ୍‌ଯାପନା ଉତ୍ସବରେ ଚାକ୍ ବନ୍ଧୁକ୍ଷ୍ମ ରଖି କହିଛନ୍ତି। ଆଥିଲେଟ୍‌ମାନେ ସାରା ବିଶ୍ୱକୁ ଅନୁପ୍ରାଣିତ କରିଛନ୍ତି। ମହାମାରୀରେ ପ୍ରଥମଥର ପାଇଁ ସାରା ବିଶ୍ୱ ଏକାଠି ହୋଇଥିଲା। ଏହା ଭବିଷ୍ୟତ ପାଇଁ ଆଶା ସୃଷ୍ଟି କରିଛି ବୋଲି ବାକ୍ କହିଛନ୍ତି। ଏଥିପାଇଁ ଜାପାନ ନାଗରିକମାନଙ୍କୁ ଶ୍ରେୟ ଦିଆଯିବା ଆବଶ୍ୟକ। ଜାପାନୀମାନେ ଏଥିପାଇଁ ଗର୍ବ ଅନୁଭବ କରିବା ଉଚିତ। ଏହା ଆଶା ଓ ଏକତାର ଅଲିମ୍ପିକ୍ସ ବୋଲି କୁହାଯାଇପାରେ। ୬୮,୦୦୦ କ୍ଷମତା

ଶେଷ ହେଲା ଅଲିମ୍ପିକ୍ସ

ବିଶ୍ୱ ଟୋକିଓ ନ୍ୟାଶନାଲ ଷ୍ଟାଡ଼ିୟମରେ ଏହି ମେଗା ଇଭେଣ୍ଟ ଆରମ୍ଭ ହୋଇଥିଲା। ତେବେ ଉଦ୍‌ଯାପନାରୁ ଉଦ୍‌ଯାପନା ଉତ୍ସବ ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ଭିନ୍ନ ଥିଲା। ମାତ୍ର କେତେକଟା ହାତଗଣତି ଆଥିଲେଟ୍ ସେମାନଙ୍କ ଜାତୀୟ ଔପଚାରିକ ଭାବେ ମାର୍କପାସ୍‌ରେ ଯୋଗ ଦେଇଥିଲେ। ଉଦ୍‌ଯାପନା ଉତ୍ସବରେ ରେସଲର ବଜରଙ୍ଗ ପୁନିଆ ଭାରତର ଧୂଳି ବହନ କରିଥିଲେ। ଗୋଟିଏ ସ୍ୱର୍ଣ୍ଣ ସହ ମୋଟ ୭ଟି ପଦକ ହାସଲ କରି ଭାରତ ପଦକ ତାଲିକାର ୪୮ତମ ସ୍ଥାନରେ ରହି ଅଲିମ୍ପିକ୍ସ ଇତିହାସରେ ଶ୍ରେଷ୍ଠ ପ୍ରଦର୍ଶନ କରିଛି।

ଆତସବାଜିରୁ ଆରମ୍ଭ

ରଙ୍ଗାରଙ୍ଗ ଆତସବାଜି ସହ ଉଦ୍‌ଯାପନା ଉତ୍ସବ ଆରମ୍ଭ ହୋଇଥିଲା। ଏହାପରେ ଆୟୋଜକ ଜାପାନର ପତାକା ମଞ୍ଚ ଉପରେ ଉତ୍ତୋଳିତ ହୋଇଥିଲା। ସବୁ ଦେଶର ପତାକା ଏକ ଗୋଲରେ ଦେଖା ଦେଇଥିଲା। ଧୀରେ ଧୀରେ ଆଥିଲେଟ୍‌ମାନେ ଷ୍ଟାଡ଼ିୟମକୁ ପ୍ରବେଶ କରିଥିଲେ। ଏହି ଦୃଶ୍ୟ ମନୋରମ ତଥା ସୁନ୍ଦର ଥିଲା। କେବଳ ଭାରତୀୟଙ୍କ ପାଇଁ ନୁହେଁ, ସାରା ଦୁନିଆର ହୃଦୟ ଏହି ଦୃଶ୍ୟ ଭିତ୍ତି ନେଇଥିଲା। ଯେଉଁ ଖେଳାଳିଙ୍କ ଇଭେଣ୍ଟ ରବିବାର ଥିଲା ସେମାନଙ୍କୁ ମେଡାଲ ମଧ୍ୟ ଏହି ଅବସରରେ ପ୍ରଦାନ କରାଯାଇଥିଲା।

ଏଫିଲ୍ ଗାତ୍ରରରେ

ଆତସବାଜି ସହ ଟୋକିଓର ସନ୍ଧ୍ୟା ଝଲସି ଉଠିଥିଲା। କିଛି ଲୋକ ମୋବାଇଲରେ ଏହି ମୁହୂର୍ତ୍ତକୁ ଟୋକି ଧରିବାକୁ ପ୍ରୟାସ କରିଥିଲେ। ଉତ୍ସବର ସଙ୍ଗୀତ 'ଓଲ୍ଡ୍ ଟ୍ରେ ଷ୍ଟେୟାର' ଗାନ କରାଯାଇଥିଲା। ଏହି ଅବସରରେ ବହୁତ ମୁସିକ ଆଇଡମ୍, ଆଲୋକ ସାଧକିତ ମୁସିକ ଶୋ' ଓ ବିଭିନ୍ନ ପ୍ରକାର ଷ୍ଟେସ୍ ଦେଖାବାକୁ ମିଳିଥିଲା। ଏଥିସହ ଅଲିମ୍ପିକ୍ କଲଚ୍ରନ ଅର୍ଥାତ୍ ଅଗ୍ନିକୁଣ୍ଡ ଶିଖା ନିର୍ବାପିତ କରାଯାଇଥିଲା। ଏଥିସହ ଟୋକିଓ ଅଲିମ୍ପିକ୍ ଇତିହାସ ସୀମା ହୋଇଥିଲା। ପ୍ରଥମଥର ପାଇଁ ହ୍ୟାଣ୍ଡଭୋକ୍

ବଜରଙ୍ଗ ପୁନିଆ ଭାରତୀୟ

ଉଦ୍‌ଯାପନା ଉତ୍ସବରେ ରେସଲର ବଜରଙ୍ଗ ପୁନିଆ ଭାରତୀୟ ଦଳ ନେତୃତ୍ୱ ନେଇଥିଲେ। ଉଦ୍‌ଯାପନା ଉତ୍ସବରେ ସବୁ ଦେଶର ଆଥିଲେଟ୍‌ମାନେ ନିଜ ପତାକା ସହ ମାର୍କପାସ୍ କରିଥିଲେ। କିନ୍ତୁ ଉଦ୍‌ଯାପନା ଉତ୍ସବରେ ସବୁ ଦେଶର ଆଥିଲେଟ୍‌ମାନେ ସାଥ୍ ହୋଇ ଗୋଟିଏ ଧୂଳରେ ଗଳିଥାନ୍ତି ଓ ଏହି ବିରଳ ମୁହୂର୍ତ୍ତକୁ ଉପଭୋଗ କରିଥାନ୍ତି। ଉଦ୍‌ଯାପନା ଉତ୍ସବରେ ମନପ୍ରୀତ ସିଂ ଓ ମେରାକ୍‌ ଭାରତୀୟ ପତାକା ବହନ କରିଥିଲେ।

ମନୋମୁଗ୍ଧକର

ଥୁଲା ଉଦ୍‌ଯାପନା ଆତସବାଜି ସହ ଟୋକିଓର ସନ୍ଧ୍ୟା ଝଲସି ଉଠିଥିଲା। କିଛି ଲୋକ ମୋବାଇଲରେ ଏହି ମୁହୂର୍ତ୍ତକୁ ଟୋକି ଧରିବାକୁ ପ୍ରୟାସ କରିଥିଲେ। ଉତ୍ସବର ସଙ୍ଗୀତ 'ଓଲ୍ଡ୍ ଟ୍ରେ ଷ୍ଟେୟାର' ଗାନ କରାଯାଇଥିଲା। ଏହି ଅବସରରେ ବହୁତ ମୁସିକ ଆଇଡମ୍, ଆଲୋକ ସାଧକିତ ମୁସିକ ଶୋ' ଓ ବିଭିନ୍ନ ପ୍ରକାର ଷ୍ଟେସ୍ ଦେଖାବାକୁ ମିଳିଥିଲା। ଏଥିସହ ଅଲିମ୍ପିକ୍ କଲଚ୍ରନ ଅର୍ଥାତ୍ ଅଗ୍ନିକୁଣ୍ଡ ଶିଖା ନିର୍ବାପିତ କରାଯାଇଥିଲା। ଏଥିସହ ଟୋକିଓ ଅଲିମ୍ପିକ୍ ଇତିହାସ ସୀମା ହୋଇଥିଲା। ପ୍ରଥମଥର ପାଇଁ ହ୍ୟାଣ୍ଡଭୋକ୍

ସେହିମିନିରେ ପରବର୍ତ୍ତୀ ସହରକୁ ସିଧା ପ୍ରସାରଣ ଦିନର ଇଭେଣ୍ଟ ଓ ପ୍ରତିଯୋଗିତାକୁ ଆୟୋଜକ ଦେଶର ଜାତୀୟ କରାଯାଇଥିଲା। ଏହି ଅବସରରେ ସଙ୍ଗୀତ ପ୍ରସାରିତ ହୋଇଥିଲା। ପ୍ରଥମଥର ଲାଲି ଉଦ୍‌ଯାପନା ଉତ୍ସବରେ ପରବର୍ତ୍ତୀ ଆୟୋଜକ

ଭାରତ-ଇଂଲଣ୍ଡ ପ୍ରଥମ ଟେଷ୍ଟ ଅମୀମାଂସିତ

ନିଃସଂହୀ, ୮୮

ଲଗାତର ବର୍ଷା ଖଳନାୟକ ସାଜିଲା। ଭାରତ ଓ ଇଂଲଣ୍ଡ ମଧ୍ୟରେ ଅନୁଷ୍ଠିତ ପ୍ରଥମ ଟେଷ୍ଟ ଉଦ୍‌ଯାପନା ଅମୀମାଂସିତ ଭାବେ ଶେଷ ହେଲା। ପଞ୍ଚମ ତଥା ଅଧିମ ଦିବସ ଖେଳ ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ରୂପେ ଧୋଇଯିବା କାରଣରୁ ଗୋଟିଏ ହେଲେ ବଲ୍ ବୋଲି କରାଯାଇପାରି ନ ଥିଲା। ଫଳରେ ଭାରତକୁ ବିଜୟ ସୁଯୋଗ ହରାଇବାକୁ ପଡ଼ିଛି। ଚତୁର୍ଥ ଦିବସ ଖେଳ ପ୍ରଥମ ଇନିଂସରେ ୬୫.୪ ଓଭରରେ ୧୮୩ ରନ କରି ଅଲ୍‌ଆଉଟ୍ ହୋଇଥିଲା। ଜବାବରେ ଭାରତ

ମଧ୍ୟ ଅମୀମାଂସିତ ରହିଥିଲା। ଏଥିସହ ଉଭୟ ଦଳକୁ ୪ ଲେଖାଏ ପଏଣ୍ଟ ମିଳିଛି। ଚତୁର୍ଥ ଦିବସ ଖେଳ ଅପସାରଣ ବେଳକୁ ଓପନର ରୋହିତ ଶର୍ମା ୧୨ ଓ ଚେତେଶ୍ୱର ପୂଜାରୀ ୧୨ ରନକରି ଅପରାଜିତ ରହିଥିଲେ। ଓପନର ଲୋକେଶ୍ ରାହୁଲ ୨୬ ରନକରି ସୁଆର୍ତ୍ତ ବ୍ରହ୍ମଦ୍ୱାରା ଆଉଟ ହୋଇଥିଲେ। ଗୋଟିଏ ଟେଷ୍ଟରେ ୪୫୦ ଓଭର ବୋଲି କରାଯାଇଥାଏ। ବର୍ଷାକାରଣରୁ ମାତ୍ର ୨୫୦.୨ ଓଭର ବୋଲି ସମ୍ଭବ ହୋଇଥିଲା। ପ୍ରଥମ ଇନିଂସରେ ଭାରତୀୟ ବୋଲର ଓ ଚେଲ୍ୟେଣ୍ଡର ଉଚ୍ଚକୋଟୀର ପ୍ରଦର୍ଶନ କରିଥିଲେ। ଫଳରେ ଭାରତ ଅଗ୍ରଣୀ ହାସଲ କରିଥିଲା। ଓପନର ଲୋକେଶ୍ ରାହୁଲ ସର୍ବାଧିକ ୮୪ ରନ ସଂଗ୍ରହ କରିଥିଲେ। ଇଂଲଣ୍ଡ ଦ୍ରୁତ ବୋଲର ଜେମ୍ସ୍ ଆଣ୍ଡରସନ ମଧ୍ୟ ପୂର୍ବତନ ଭାରତୀୟ ଶ୍ରେଣୀ ଅଧିକ କୁମ୍ଭଲେଙ୍କୁ ପଛରେ ପକାଇ ବିଶ୍ୱର ତୃତୀୟ ସର୍ବାଧିକ ଉଚ୍ଚକୋଟୀ ହାସଲକାରୀ ବୋଲର ସାବ୍ୟସ୍ତ ହୋଇଛନ୍ତି। ଦ୍ୱିତୀୟ ଇନିଂସରେ ଦ୍ରୁତ ବୋଲର ଯଶପ୍ରୀତ କୁମ୍ଭରୀ ୫ ଉଚ୍ଚକୋଟୀ ହାସଲ କରି ଫର୍ମ୍‌କୁ ଫେରିବାର ସୂଚନା ଦେଇଥିଲେ। ମ୍ୟୁଲିଲାଣ୍ଡ ବିପକ୍ଷ ବିଶ୍ୱ ଟେଷ୍ଟ ଚାମ୍ପିୟନଶିପ ଫାଇନାଲରେ ସେ ଆଶାକୁରୁପ ପ୍ରଦର୍ଶନ କରି ନ ପାରି ବେଶ୍ ସମାଲୋଚିତ ହୋଇଥିଲେ। ସେହିପରି ବ୍ୟାଟିଂ ଅଲରାଉଣ୍ଡର ଭାବେ ରବୀନ୍ଦ୍ର ଜାଡୋଜା ଓ ଅତିରିକ୍ତ ବୋଲର ଭାବେ ଶାନ୍ତନୁ ଠାକୁରଙ୍କୁ ଖେଳାଇବା ନେଇ ଭାରତୀୟ ଟିମ୍ ମ୍ୟାନେଜମେଣ୍ଟର ନିଷ୍ପତ୍ତି କାମ ଦେଇଛି।