



Safal

PAN MASALA

କିଛି ଅତୁଳ୍ୟ ସ୍ଵାଦ!

ଶଙ୍କରେ ବର୍ଣ୍ଣନା କରିଛୁ ଏ ଲାହିଁ



ସର୍ବସାଧାରଣ ସ୍ଥାନରେ ପାନ କିମ୍ବା ପାନ ମସଲା ଛେପ ପକାନ୍ତୁ ନାହିଁ ।

କରୋଳା ମହାମାରୀରୁ ବଞ୍ଚନ୍ତୁ ।

ସଫଲ ପାନ ମସଲା ପ୍ରାଚୀ ଜନହିତରେ ଜାରି ।



ଫିଟ୍ନେସ୍ ମନ୍ତ୍ର: ଯୋଗ

ବର୍ତ୍ତମାନ ଅନେକଙ୍କଠାରେ ବିଶେଷ କରି ଯୁଵପିଡିକ୍ଟାରେ ବିଭିନ୍ନ ସ୍ଥାଯ୍ୟ ସମସ୍ୟା ମୁଁ କରିବା ଲାଗି ମୁଖ୍ୟ କାରଣ ପାଲଟିଛି ସେମାନଙ୍କ ପରିବର୍ତ୍ତତ ଖାଦ୍ୟରୀଯାସ ଏବଂ ବ୍ୟକ୍ତିବ୍ୟକ୍ତି ଜୀବନଶୈଳୀ । ଏମିତିରେ ନିଜକୁ ଫିଟ୍ ରଖିବା ଲାଗି ଦେବିନିକ କିମ୍ବି ସମୟ ଯୋଗ କରିବା ସ୍ଥାଯ୍ୟପକ୍ଷେ ବରାଦାନ ସବୁଶି... ରକ୍ଷା କରେ ମାନସିକ ସବୁଳନ୍: ବର୍ତ୍ତମାନ ଅନେକ ଯୁଵପିଡିକ୍ଟାରେ ପାଠ୍ୟପାଠର ଚାପ, କର୍ମ ଶ୍ଵେତରେ କାର୍ଯ୍ୟବ୍ୟୁତର ଚାପ ହେଉ କିମ୍ବା ଅନ୍ୟାନ୍ୟ କାରଣରୁ ଢିଢ଼ିପାଶ, ଅବସାଦ ଭଲ ସମସ୍ୟା ଦେଖିବାକୁ ମିଳୁଛି । ହେଲେ ଏମିତିରେ ନିଯନ୍ତ୍ର ଯୋଗାସନ କରିବାପାଇଁ ମାନସିକ ସବୁଳନ୍ ରକ୍ଷା ହେବା ମନ୍ତ୍ରିତ କାର୍ଯ୍ୟଦର୍ଶକ ହୁବି କରିବାରେ ବେଶ ସହାୟକ ହୋଇଥାଏ, ଯାହାକି ମାନସିକ ଶାନ୍ତି ଦେଇଥାଏ ।

