



**ଅମିତାଭଙ୍କୁ ମାସକୁ ୧୦ ଲକ୍ଷ ଟଙ୍କା ଦେବେ କ୍ରୀଡ଼ି**  
ଅଭିନେତ୍ରୀ କ୍ରୀଡ଼ି ସାନନ ଅନ୍ଧେରାସ୍ଥିତ ଡୁପ୍ଲେକ୍ସ ଆପାର୍ଟମେଣ୍ଟ ଭଡ଼ା ବାବଦରେ ବିଚ୍-ବି ଅମିତାଭ ବଚ୍ଚନଙ୍କୁ ମାସକୁ ୧୦ ଲକ୍ଷ ଟଙ୍କା ଦେବେ।

୦୭ ୦୮

**ଭର୍ଷାପେନ୍‌ଙ୍କୁ ବିଶ୍ୱ ଟାଇଟଲ**  
ରେଡ୍ ବୁଲ୍ ମାଙ୍କୁ ଭର୍ଷାପେନ୍ ଟାଙ୍କ କ୍ୟାରିୟରର ପ୍ରଥମ ଫର୍ମୁଲା ଡ୍ରାମ ବିଶ୍ୱ ଟାଇଟଲ ହାସଲ କରିଛନ୍ତି।

# ରାଜ୍ୟରେ ବହୁଛି ବେରୋଜଗାରୀ

# ପ୍ରଧାନମନ୍ତ୍ରୀଙ୍କ ଆକାଉଣ୍ଟରେ କ୍ରିପ୍ଟୋ ପ୍ରଚାର

**ଟୁଇଟର ହ୍ୟାଣ୍ଡଲ ସାମାଜିକ ହ୍ୟାକ୍**

ଭୁବନେଶ୍ୱର, ୧୨।୧୨(ବୁଧବାର)  
ଓଡ଼ିଶାର ଯୁବପିଢ଼ି ମଧ୍ୟରେ ବେରୋଜଗାରୀ ସମସ୍ୟା ଗୁରୁତର ଭାବେ ବୁଦ୍ଧି ପାଇଥିବା ଦେଖାଯାଇଛି। ନିକଟରେ ପ୍ରକାଶିତ ସେଣ୍ଟର ଫର୍ ମନିଟରିଂ ଇଣ୍ଡିଆନ ଇକୋନୋମି (ସିଏମ୍‌ଆଇଇ)ର ଟ୍ରେମାସିକ ରିପୋର୍ଟ (ମେ-ଅଗଷ୍ଟ ୨୦୨୧)ରୁ ଏହା ଜଣାପଡ଼ିଛି। ଉକ୍ତ ରିପୋର୍ଟରେ ମଧ୍ୟ ପୂର୍ବ ୫ ମାସର ତୁଳନାତ୍ମକ ଚିତ୍ର ଦିଆଯାଇଛି। ଏହି ଅନୁସାରେ, ଚଳିତବର୍ଷ ଜାନୁୟାରୀ-ଅଗଷ୍ଟ ମଧ୍ୟରେ ରାଜ୍ୟରେ ବେରୋଜଗାରୀଙ୍କ ସଂଖ୍ୟା ୧.୭୫ ଲକ୍ଷ ବଢ଼ିଛି। ଏହି ସମୟ ମଧ୍ୟରେ ୨.୦୮ ଲକ୍ଷ ଚାକିରି ହରାଇଛନ୍ତି। ଯଦି



୨୦୨୦ ଡିସେମ୍ବରରୁ ହିସାବ କରାଯାଏ, ତେବେ ଏହି ୮ ମାସରେ ରାଜ୍ୟରେ ବେରୋଜଗାରୀଙ୍କ ସଂଖ୍ୟା ୨.୭୪ ଲକ୍ଷ ବୃଦ୍ଧି ପାଇଛି। ସେହିପରି ପ୍ରଥମ

## ସିଏମ୍‌ଆଇଇ ରିପୋର୍ଟ

(ମେ-ଅଗଷ୍ଟ)ରେ ଏହି ସଂଖ୍ୟା ୨୭.୪୫ ଲକ୍ଷକୁ ହ୍ରାସ ପାଇଥିଲା। ଦେଶର ଶୀର୍ଷ ଘରୋଇ ଅର୍ଥନୀତି ବିଚାରମଣ୍ଡଳ ଏହି ଟ୍ରେମାସିକ ରିପୋର୍ଟ ଅନୁସାରେ, ଓଡ଼ିଶାର ଯୁବପିଢ଼ିଙ୍କ ଆଗରେ ସମ୍ପ୍ରତି ସବୁଠୁ ବଡ଼ ଚ୍ୟାଲେଞ୍ଜ ଭାବେ ଉଭା ହୋଇଛି ବେରୋଜଗାରୀ। ରାଜ୍ୟରେ ୧୫ରୁ ୨୯ ବର୍ଷୀୟ ନିମ୍ନ ଶ୍ରେଣୀର ଆଶାୟାଙ୍କ ସଂଖ୍ୟା ଅତ୍ୟଧିକ ରହିଥିବା ଏଥିରେ ଦର୍ଶାଯାଇଛି। ପ୍ରଥମ ଟ୍ରେମାସିକ ରିପୋର୍ଟ ଅନୁସାରେ ୧୫ରୁ ୧୯ ବର୍ଷ ବୟସ୍କ ବର୍ଗରେ ବେରୋଜଗାରୀ ହାର ୧୭.୮୧ ପ୍ରତିଶତ ଥିବାବେଳେ ୨୦-୨୪ ବର୍ଷ ବର୍ଗରେ ୧୨.୨୬ ପ୍ରତିଶତ ଏବଂ ୨୫-୨୯ ବର୍ଷ ବୟସ୍କ ବର୍ଗରେ ବେରୋଜଗାରୀ ହାର ୫.୧୭ ପ୍ରତିଶତରେ ପହଞ୍ଚିଛି। ଏସବୁ ତଥ୍ୟରୁ ରାଜ୍ୟରେ ବେରୋଜଗାରୀ ସଂଖ୍ୟା ବହୁଥିବା ସ୍ୱସ୍ଥ ହେଉଛି।

ସର୍ବାଧିକ ୩୫.୪୬ ପ୍ରତିଶତ ଥିଲା। ସେହିପରି ୨୦-୨୪ ବର୍ଷ ବୟସ୍କଙ୍କ ବେରୋଜଗାରୀ ହାର ୧୪.୯୧ ପ୍ରତିଶତ ଥିବାବେଳେ ୨୫-୨୯ ବର୍ଷ ବୟସ୍କ ବର୍ଗର ଏହି ହାର ୩.୫ ପ୍ରତିଶତ ରହିଥିଲା। ତେବେ ଦ୍ୱିତୀୟ ଟ୍ରେମାସିକ ରିପୋର୍ଟ ଅନୁସାରେ, ୧୫ରୁ ୧୯ ବର୍ଷ ବୟସ୍କ ବର୍ଗରେ ବେରୋଜଗାରୀ ହାର ୧୭.୮୧ ପ୍ରତିଶତ ଥିବାବେଳେ ୨୦-୨୪ ବର୍ଷ ବର୍ଗରେ ୧୨.୨୬ ପ୍ରତିଶତ ଏବଂ ୨୫-୨୯ ବର୍ଷ ବୟସ୍କ ବର୍ଗରେ ବେରୋଜଗାରୀ ହାର ୫.୧୭ ପ୍ରତିଶତରେ ପହଞ୍ଚିଛି। ଏସବୁ ତଥ୍ୟରୁ ରାଜ୍ୟରେ ବେରୋଜଗାରୀ ସଂଖ୍ୟା ବହୁଥିବା ସ୍ୱସ୍ଥ ହେଉଛି।

ନୂଆଦିଲ୍ଲୀ, ୧୨।୧୨  
ଦେଶବାସୀଙ୍କୁ ରବିବାର ସକାଳେ ଆଣ୍ଡ୍ରୋଏଡ଼ କିଛି ଦେଇଥିଲା ଏକ କ୍ରିପ୍ଟୋ ପ୍ରଧାନମନ୍ତ୍ରୀ ନରେନ୍ଦ୍ର ମୋଦିଙ୍କ ଅଫିସିଆଲ ଟୁଇଟର ହ୍ୟାଣ୍ଡଲ (@narendramodi)ରୁ ଏକ ପୋଷ୍ଟ କରାଯାଇଥିଲା। ସେଥିରେ ଉଲ୍ଲେଖ କରାଯାଇଥିଲା ଯେ, ଭାରତ ଆନୁଷ୍ଠାନିକ ଭାବେ ବିଟକୋଇନ୍‌କୁ ଲିଗାଲ ଟେଣ୍ଡର ବା ଆଇନଗତ ସ୍ୱୀକୃତି ପ୍ରଦାନ କରିଛି। ସରକାର ୫୦୦ ବିଟକୋଇନ୍ କିଣିଛନ୍ତି ଏବଂ ସେଗୁଡ଼ିକୁ ଦେଶ ବାସୀଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ବାଣ୍ଟିଛନ୍ତି।

କରିବାକୁ ପରାମର୍ଶ ଦିଆଯାଇଥିଲା। କିନ୍ତୁ ସେତେବେଳକୁ ଅଗଣିତ ଯୁକ୍ତ ସେହି ପୋଷ୍ଟର ସ୍କ୍ରିନଶଟ୍ ନେଇ ସୋସିଆଲ ମିଡ଼ିଆରେ ଛାଡ଼ିସାରିଥିଲେ, ଯାହାକି ଏବେ ବି ବହୁମାତ୍ରାରେ ଭାଇରାଲ ହେବାରେ ଲାଗିଛି। ପ୍ରଧାନମନ୍ତ୍ରୀଙ୍କ ଟୁଇଟର ଆକାଉଣ୍ଟ



## ଆଜିର ସମ୍ବାଦକାଣ୍ଡ

ଆତ୍ମ ସ୍ୱାଧୀନତା ଦିନରେ ନାହିଁ  
ଆଜିର ଗତବର୍ଷ  
କେନ୍ଦ୍ର ସରକାର ଆଣିଥିବା କମା ବାମା ସଂସ୍କାର ବ୍ୟାଙ୍କିଂ ବ୍ୟବସ୍ଥାରେ ଆକାଉଣ୍ଟଧାରୀଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ଆତ୍ମବିଶ୍ୱାସ ଭରିଦେବା -କରେନ୍ଦ୍ର ମୋଦି, ପ୍ରଧାନମନ୍ତ୍ରୀ

# ଆଇନମନ୍ତ୍ରୀଙ୍କ ସଭା ମଞ୍ଚକୁ ଚପଲମାଡ଼

ମାହାଙ୍ଗା, ୧୨।୧୨(ସ.ପ୍ର.)  
କଟକ ଜିଲ୍ଲା ମାହାଙ୍ଗା ବିଧାନ ସଭା ଆଇନ ମନ୍ତ୍ରୀ ପ୍ରତାପ କେନାକ ସଭାମଞ୍ଚ ଉପରକୁ ଉଠିବାର ଚପଲ ମାଡ଼ ହୋଇଛି। ଚପଲମାଡ଼ କରିଥିବା ଯୁବକ ବିଜେଡି କର୍ମୀଙ୍କ ଆକ୍ରମଣରେ ଲହୁଲୁହାଣ

ହୋଇଛନ୍ତି। ମାହାଙ୍ଗା ଥାନା ପୋଲିସ ଠାକୁ ଗୁରୁତର ଅବସ୍ଥାରେ ଉଦ୍ଧାର କରି ଚିକିତ୍ସା ନିମନ୍ତେ ମାହାଙ୍ଗା ଗୋଷ୍ଠୀ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟକେନ୍ଦ୍ରରେ ଭର୍ତ୍ତି କରିଛି। ରାଜ୍ୟ ସରକାରଙ୍କ ସଂସ୍କୃତି ବିଭାଗ ପକ୍ଷରୁ ମାହାଙ୍ଗା ଠାକୁ ଉଦ୍ଧାର

## ଭରୋଜନା, ଯୁବକ ଲହୁଲୁହାଣ

ମଞ୍ଚପାଠରେ ଶରତ ଉତ୍ସବ ୨୦୨୧ ସନ୍ଧ୍ୟା ଅନୁଷ୍ଠିତ ହେଉଥିଲା। ଏଥିରେ ରାଜ୍ୟ ପର୍ଯ୍ୟଟନ ମନ୍ତ୍ରୀ ଚ୍ୟୋତିପ୍ରକାଶ

ପାଣିଗ୍ରାହୀ ଯୋଗଦେବାର ଥିଲା। ସେ କୌଣସି କାରଣବଶତଃ ଆସି ନ ଥିଲେ। ମନ୍ତ୍ରୀ କେନାକ ଉତ୍ସବରେ ଉଦ୍‌ଘାଟକ ରୂପେ ଯୋଗଦେଇଥିଲେ। ଜିଲ୍ଲାପରିଷଦ ସଭ୍ୟ ହୁଷୀକେଶ ସାଲ୍ ମାହାଙ୍ଗା ପଞ୍ଚାୟତ ସମିତିର ପ୍ରାନ୍ତ ଅଧ୍ୟକ୍ଷ ଏପ୍ପା-୪



**ପୋଲିକ୍ଲୋଲ ଇନ, ଏସିଡିଟି ଆଉଟ, ଦାଦାଙ୍କ ଭରସା, ଉଇଦାଉଟ ଏନି ଡାଉଟ!**

*Signature*



10 ମିନିଟ୍‌ରେ ସ୍ୱେଚ୍ଛନ୍ଦେ କାମ ଆରମ୍ଭ ହୁଏ\*

ବର୍ତ୍ତମାନ ମୁଖ୍ୟ ପ୍ୟାକେଜ୍



#Refers to start of the acid neutralization reaction that will occur in the stomach when product comes in contact with stomach acid. \*If acidity persists, please contact your physician.



































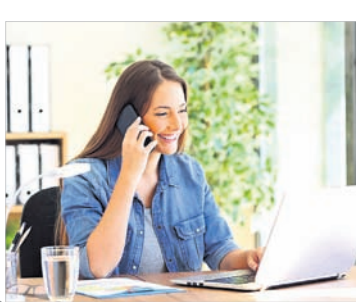
### ସହଜରେ ଦୂର ହେବ ଅବସାଦ

ଅବସାଦର ସମ୍ମୁଖୀନ ହେବା ପଛରେ ଅନେକ କାରଣ ରହିଛି। ତେବେ ଏଥିରୁ କିପରି ମୁକ୍ତିଲାଭ ହେବ ବିଷୟରେ ଚିନ୍ତା କରିବା ଦରକାର। ଏହାର ଏକ ସରଳ ଉପାୟ ରହିଛି। ଯଦି ଜଣେ ବ୍ୟକ୍ତି ପ୍ରତିଦିନ କିଛି ସମୟ ଯୋଗା କରନ୍ତି, ତେବେ ସେ ନିଜକୁ ଅବସାଦଠାରୁ କେତେକାନ୍ତରେ ଦୂରରେ ରଖିପାରନ୍ତି। ଏପରି ମତ ଦେଇଛନ୍ତି ସିଡ଼ନୀ ବିଶ୍ୱବିଦ୍ୟାଳୟର ବିଶେଷଜ୍ଞମାନେ। ଅଧିକାଂଶ ସମୟ ଅବସାଦର ଶିକାର ହେଉଥିବା କିଛି ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କ ଦୈନିକ ଜୀବନଶୈଳୀକୁ ସେମାନେ ତରଳ କରି ଅନୁଧ୍ୟାନ କରିଥିଲେ। ତା' ସହ ସେମାନଙ୍କୁ ନିୟମିତ ଯୋଗା କରିବାକୁ ପରାମର୍ଶ ଦିଆଯାଇଥିଲା। ଆଶ୍ଚର୍ଯ୍ୟକରଣ ଭାବରେ ସେମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରୁ ପ୍ରାୟ ୪୦% ବ୍ୟକ୍ତି କେତେକାନ୍ତରେ ଅବସାଦରୁ ଉପଶମ ପାଇଥିଲେ ବୋଲି ରିପୋର୍ଟରୁ ଜଣାପଡ଼ିଛି।



### ସଚ୍ଚଳିତ ଖାଦ୍ୟ ଓ କାର୍ଯ୍ୟଦକ୍ଷତା

ଆମେ ଆବୋରିଥିବା କାର୍ଯ୍ୟକୁ ତୁଳାଇବାକୁ ନିଜର ସାମର୍ଥ୍ୟ ସହ ଉପଯୁକ୍ତ ଯୋଜନାର ଆବଶ୍ୟକତା ରହିଛି। ତେବେ ଯଦି ଜଣେ ବ୍ୟକ୍ତି ନିୟମିତ ସଚ୍ଚଳିତ ଖାଦ୍ୟ ଖାଆନ୍ତି ସେ ପୁସ୍ତକ ରହିବା ସହ ତାଙ୍କୁ ଆଉ ଏକ ଫାଇଦା ମିଳିଥାଏ। ଏହାଦ୍ୱାରା ସଂପୂର୍ଣ୍ଣ ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କର କାର୍ଯ୍ୟଦକ୍ଷତାରେ ବୃଦ୍ଧି ଘଟିଥାଏ ବୋଲି ଏକ ସର୍ବୋତ୍ତମ ଜଣାପଡ଼ିଛି। 'ସଚ୍ଚଳିତ ଖାଦ୍ୟ କିପରି ଜଣକ କାର୍ଯ୍ୟ ଦକ୍ଷତାକୁ ପ୍ରଭାବିତ କରେ' ଏପରି ବିଷୟକୁ ନେଇ ଲଣ୍ଡନ ଯୁନିଭର୍ସିଟିର ପୁଷ୍ଟିବିଜ୍ଞାନୀମାନେ ଏକ ସର୍ବୋତ୍ତମ କରିଥିଲେ। ଏହାର ପରିସରକୁ ବ୍ୟକ୍ତିମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରୁ ଯେଉଁମାନେ ନିଜର ଖାଦ୍ୟପେୟ ପ୍ରତି ଅଧିକ ସଚ୍ଚଳିତ ଥିଲେ, ସେମାନେ ନିଜ କାର୍ଯ୍ୟ ଅନୁମୋଦନ ତୁଳନାରେ ବେଶ୍ ସୁଗମ ଭାବେ କାର୍ଯ୍ୟ କରିପାରୁଥିଲେ ବୋଲି ସର୍ବୋତ୍ତମରେ ଉଲ୍ଲେଖ କରାଯାଇଛି।



### ମାଂସପେଶୀକୁ ମଜଭୁତ ରଖେ ଭିଟାମିନ୍-ଡି

ହରମୋନ୍ସ ପ୍ରାକୃତିକ ଉପାଦାନ ହେଉଛି ଭିଟାମିନ୍ 'ଡି'। ଏହା ଶରୀରରେ ଅସ୍ଥି ଓ ମାଂସପେଶୀକୁ ମଜଭୁତ ରଖିବାରେ ସାହାଯ୍ୟ କରେ। ହେଲେ, ଶରୀରରେ ଯେତେବେଳେ ଏହି ଭିଟାମିନ୍ ଅଭାବ ଘଟେ, ସେତେବେଳେ କେତେକ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟକ୍ଷତି ସମସ୍ୟା ସୃଷ୍ଟି ହୋଇଥାଏ। ଯୁନିଭର୍ସିଟି ଅଫ୍ ସାରଥ୍ ଅଷ୍ଟ୍ରେଲିଆ ପକ୍ଷରୁ ହୋଇଥିବା ଏକ ସର୍ବୋତ୍ତମ ଜଣାପଡ଼ିଛି ଯେ, ଏହା ଅସଚ୍ଚଳିତ ରହିଲେ ତାହାର ପ୍ରଭାବ ମାଂସପେଶୀ ଉପରେ ପଡ଼େ, ତା' ସହ ଏଥିପାଇଁ ସୁସ୍ଥିର କାର୍ଯ୍ୟ ପ୍ରଭାବିତ ହେବାର ଯଥେଷ୍ଟ ଆଶଙ୍କା ରହିଛି। ଶରୀରରେ ଭିଟାମିନ୍ 'ଡି'ର ଅଭାବ ପରିଲକ୍ଷିତ ହେଲେ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟକ୍ଷତି ଦୂର କରିବା ପାଇଁ ଭିଟାମିନ୍-ଡି ସ୍ପ୍ଲିଣ୍ଡ ଖାଦ୍ୟ ଯଥା-କଦଳା, କମଳା, ଆଲମଣ୍ଡ, ଛତୁ, ଅଣ୍ଡା କେଶର, ଷାର, କୁସୁ ଆଦିକୁ ଖାଇବା ନିହାତି ଆବଶ୍ୟକ। ଏହାସହ ପ୍ରତିଦିନ ସକାଳେ କିଛି ସମୟ ସୂର୍ଯ୍ୟକିରଣ ସଂସ୍ପର୍ଶରେ ଆସନ୍ତୁ।

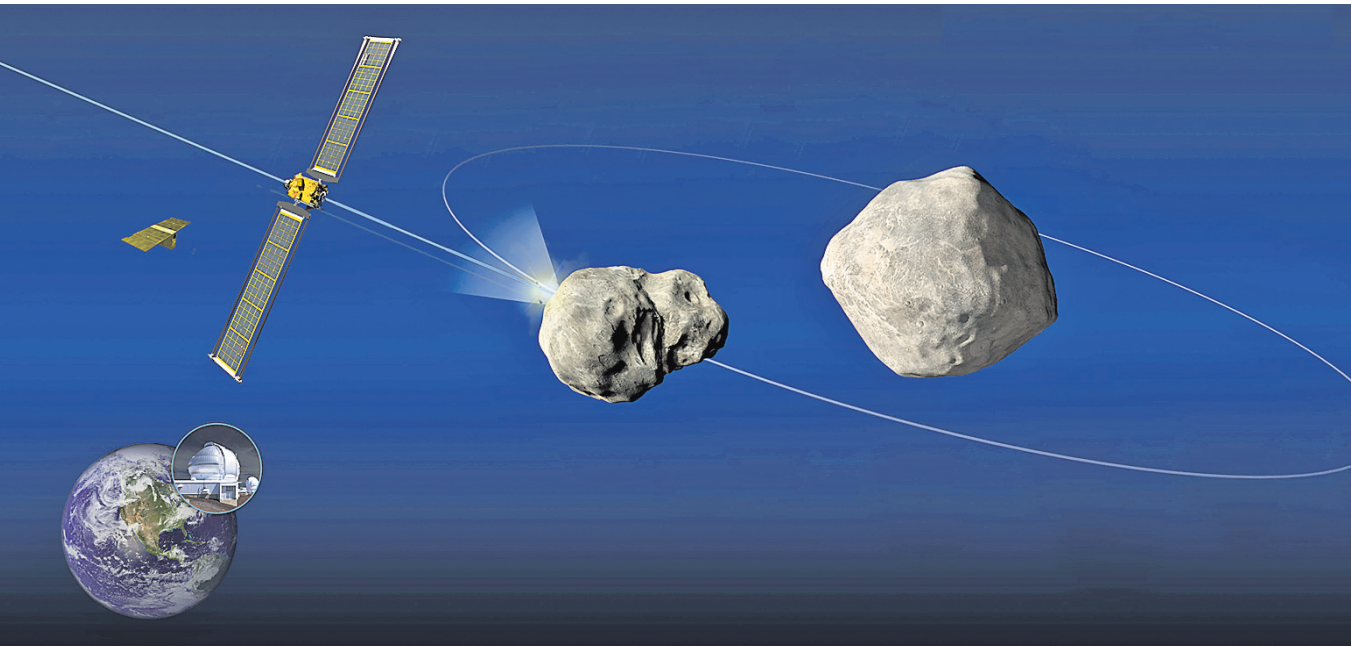


# ଗ୍ରହାଣୁ ସଂଘାତ ମହାକାଶ ଅଭିଯାନ



ଡ. ମାନ୍ୟଧର ସାଲ୍

**“କୌଣସି ଗ୍ରହାଣୁ ପୃଥିବୀ ଆଡ଼କୁ ଆସି ଧକ୍କା ହେବାର ସମ୍ଭାବନା ଜଣାଗଲେ ଗୋଟିଏ କୃତ୍ରିମ ଉପଗ୍ରହ ପଠାଇ ତାହା ସହିତ ସଂଘର୍ଷ କରାଇ ତାହାର ଗତିପଥ ବଦଳାଇ ଦେବା ହେଉଛି ଗୋଟିଏ ଉତ୍ତମ ପଦ୍ଧତି। ଏଥିପାଇଁ ନାସା ପରାମ୍ପରା ଆରମ୍ଭ କରିଦେଇଛି। ଏହା ୨୪ ନଭେମ୍ବର, ୨୦୨୧ ମସିହାରେ କାଲିଫର୍ନିଆର ମହାକାଶ ଉତ୍ତ୍ରେକ୍ଷେପଣ ଘାଟିକୁ ‘ସ୍ପେସ୍‌ବକ୍ସ ଫାଲ୍‌କନ୍-୯’ ରକେଟ୍ ସାହାଯ୍ୟରେ ଅନ୍ତରାକାଶ ଗୋଟିଏ ମହାକାଶ ଯାନ ପଠାଇଛି। ଏହି ଅଭିଯାନର ନାମ ରଖାଯାଇଛି ଡାର୍ଟ (DART)।”**



‘ଡବଲ୍ ଆସ୍ଟର-ଏଡ୍ ରିଡିରେକ୍ସନ୍ ଟେଷ୍ଟ’ ବା ଓଡ଼ିଆରେ ହେବ ‘ଫ୍ଲେଟ୍-ଗ୍ରହାଣୁ ଦିନ ପରିବର୍ତ୍ତନ ପରୀକ୍ଷା’। ଏହି ଅଭିଯାନରେ ମହାକାଶ ଯାନ ଫ୍ଲେଟ୍-ଗ୍ରହାଣୁ ମଧ୍ୟରୁ ଗୋଟିଏ ଗ୍ରହାଣୁ ସହ ସଂଘର୍ଷ କରି ତାହାର ବେଗକୁ ବଦଳାଇଦେବ। ଫ୍ଲେଟ୍-ଗ୍ରହାଣୁ ପକ୍ଷରେ ଅନ୍ୟତମ ଗତିପଥେ ପରିକ୍ରମଣ କରିଥାଏ ଏବଂ ଏହା ସହିତ ଉଭୟ ଗ୍ରହାଣୁ ସୂର୍ଯ୍ୟ ଗାରିପଟେ ପରିକ୍ରମଣ କରିଥାଆନ୍ତି। ଏହା ସହିତ ମହାକାଶ ଯାନର ଧକ୍କା ହେବା ପାଇଁ ଡିଜାଇନ୍ କରାଯାଇଛି। ସୂଚନାଯୋଗ୍ୟ, ପୃଥିବୀ ସହିତ ଏହି ଗ୍ରହାଣୁର ସଂଘର୍ଷ ହେବାର ଆଶଙ୍କା ବୃଦ୍ଧି ପାଇଛି। କିନ୍ତୁ ପରୀକ୍ଷା ଗ୍ରହାଣୁ ବୁଲିବାର ନାମ ହେଉଛି ଡିଡିମୋସ୍ ଓ ଡିଡିମୋସ୍ ଫୋସ୍। ଏଥିମଧ୍ୟରୁ ଡିଡିମୋସ୍ ହେଉଛି ବଡ଼ ଏବଂ ସହାର ଦୈର୍ଘ୍ୟ

ନିକଟରେ ଅଛି ଏବଂ ଫଳରେ ଭୃସ୍ମୁଖରୁ ଦୂରବାସଣ ସାହାଯ୍ୟରେ ଏହା ସହିତ ମହାକାଶ ଯାନର ସଂଘର୍ଷକୁ ଦେଖିହେବ। ଯୋଜନା ଅନୁଯାୟୀ ମହାକାଶ ଯାନ ୨୬ ସେପ୍ଟେମ୍ବର, ୨୦୨୨ ମସିହାରେ ଡିମୋସ୍‌ଫୋସ୍ ଗ୍ରହାଣୁ ସହିତ ଧକ୍କା ହେବ। ସେତେବେଳକୁ ଏହା ପୃଥିବୀଠାରୁ ଏଗାର ନିୟୁତ କି.ମି. ଦୂରରେ ଥିବ।

ତାହାର ପରିକ୍ରମଣ ସମୟକୁ କିଛି ମିନିଟ୍ ପରିବର୍ତ୍ତନ କରିଦେବ, ଯାହା ପୃଥିବୀରୁ ଦୂରବାସଣ ସାହାଯ୍ୟରେ ଦେଖିବା ଓ ମାପିବା ପାଇଁ ଯଥେଷ୍ଟ ହେବ। ପୃଥିବୀକୁ କୌଣସି ଗ୍ରହାଣୁର ସମ୍ଭାବ୍ୟ ସଂଘର୍ଷରୁ ରକ୍ଷା କରିବା ପାଇଁ ଏହା ହେଉଛି ପ୍ରଥମ ପରୀକ୍ଷା। ମହାକାଶ ଅଭିଯାନର ଅନେକ ମାନବ ଉପଯୋଗୀ

ମହାକାଶ ଯାନରେ ‘କ୍ଲବ୍‌ସାୟ’ ନାମରେ ଗୋଟିଏ ଛୋଟ ମହାକାଶ ଯାନ ଯାଇଛି। ଏହାକୁ ଜଗଲୀ ମହାକାଶ ସଂସ୍ଥା ନିର୍ଦ୍ଦିଶା କରିଛି। ଗ୍ରହାଣୁ ସହିତ ଡାର୍ଟ ମହାକାଶ ଯାନର ସଂଘର୍ଷର ଦଶ ଦିନ ପୂର୍ବରୁ ଏହା ମୂଳ ଯାନରୁ ବାହାରିଯିବ ଏବଂ ଗ୍ରହାଣୁ ସହିତ ମୂଳଯାନର ସଂଘର୍ଷରୁ ପୃଥିବୀକୁ ପଠାଇବ। କ୍ଲବ୍‌ସାୟରେ ବୁଲି ଶକ୍ତିଶାଳୀ କ୍ୟାମେରା ‘ଲୁକେ’ ଓ ‘ଲିଆ’ ଖଞ୍ଜାଯାଇଛି।

୧୪୦ ମିଟରରୁ ଅଧିକ ବ୍ୟାସ ଥିବା କୌଣସି ଗ୍ରହାଣୁ ଆସନ୍ତା ୧୦୦ ବର୍ଷ ମଧ୍ୟରେ ପୃଥିବୀ ସହିତ ଧକ୍କା ହେବାର ସମ୍ଭାବନା ନାହିଁ। ମାତ୍ର ୨୦୨୧ ମସିହା ଅକ୍ଟୋବର ମୁଖ୍ୟ ଏହି ପ୍ରକାରର ମାତ୍ର ୪୦ ପ୍ରତିଶତ ଗ୍ରହାଣୁ ଚିହ୍ନଟ କରାଯାଇଛି। ଏଣୁ ଚିହ୍ନଟ କରାଯାଇ ନ ଥିବା ଗ୍ରହାଣୁର କମ୍ପେକ୍ସ କଣା ନ ପଡ଼ିବା ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ପୃଥିବୀ ସହିତ ଏହାର ସମ୍ଭାବ୍ୟ ସଂଘର୍ଷକୁ ଏଡ଼ାଇ ଦେଇ ହେବ ନାହିଁ। ୫୦୦ କି.ଗ୍ରା. ଓଜନର ଡାର୍ଟ ମହାକାଶ ଯାନ ସେକେଣ୍ଡ ପ୍ରତି ୬.୬ କି.ମି. ବେଗରେ ଗ୍ରହାଣୁ ସହିତ ଧକ୍କା ହେବ। ଗଣନା କରାଯାଇଛି ଯେ, ଏହି ସଂଘର୍ଷ ଯୋଗୁଁ ଏହାର ସାଥୀ ଗ୍ରହାଣୁର ଗତିପଥ ଡିଡିମୋସ୍ ଫୋସ୍ ବେଗ ଏକ ପ୍ରତିଶତ ହ୍ରାସ ପାଇବ ଏବଂ ଏହା

### କରୋନା ବୃଦ୍ଧି କରିପାରେ କିଡ଼ନୀ ସଂକ୍ରମଣ

କୋଭିଡ୍-୧୯ର ଭୟାବ୍ହତା ଏବେ ମଧ୍ୟ ଦୂର ହୋଇନାହିଁ। ସାର୍ବ-କୋଭିଡ୍-୨ ପରେ ଏବେ ଓମିକ୍ରନ୍ ଭ୍ୟାରିଆଣ୍ଟ ପୁଣି ଥରେ ସମଗ୍ର ବିଶ୍ୱରେ ଆତଙ୍କ ଖେଳାଇ ଦେଇଛି। କୋଭିଡ୍‌କୁ ନେଇ ଏକ ନୂଆ ତଥ୍ୟ ନିକଟରେ ଲୋକଲୋଚନକୁ ଆସିଛି। ଏହାଦ୍ୱାରା ଆକ୍ରାନ୍ତ ହେଲେ କିଡ଼ନୀ ସଂକ୍ରମଣ ଆଶଙ୍କାକୁ ଏତାଇ ଦିଆଯାଇ ନ ପାରେ ବୋଲି ଯୁନିଭର୍ସିଟି ଅଫ୍ ଫ୍ଲୋରିଡା ଅଫ୍ ମେଡିସିନ୍ ତରଫରୁ ହୋଇଥିବା ଏକ ଗବେଷଣାକୁ ଜଣାପଡ଼ିଛି। ସେମାନଙ୍କ ଦ୍ୱାରା ହୋଇଥିବା ଏହି ସର୍ବୋତ୍ତମ ଜଣାପଡ଼ିଛି ଯେ, କୋଭିଡ୍-୧୯ରେ ସଂକ୍ରମିତ ହୋଇଥିବା ପ୍ରାୟ ୨୫ ପ୍ରତିଶତ ଲୋକଙ୍କର ଗୁରୁତର କିଡ଼ନୀ ସମସ୍ୟା ଦେଖାଦେଇଛି। ଏପରି କି କେତେକଙ୍କର କିଡ଼ନୀ ନଷ୍ଟ ହୋଇଛି। କରୋନା ଦ୍ୱାରା ଆକ୍ରାନ୍ତ ହେବା ପରେ ଲମ୍ବମନୋ ସିଣ୍ଡ୍ରମରୁ ଶରୀର ହେଉଥିବା ଲମ୍ବମନୋସିଟିସିସ୍ ପ୍ରୋଟିନ୍ ଏବଂ ସାହୋକାଲିନିନ ଏହି ଭାବରେ ସଂଘର୍ଷରେ ଆସି ଶରୀରରେ ଥିବା ଟିସୁ ଏବଂ ଅଙ୍ଗପ୍ରତ୍ୟଙ୍ଗକୁ ନଷ୍ଟ କରିଦିଏ। କିଡ଼ନୀରେ ଥିବା ୧୧ ପ୍ରକାର ସେଲ୍‌ରୁ ଯଦି ଗୋଟିଏ ପ୍ରକାର ସେଲ୍



ବାହ୍ୟ ଜୀବାଣୁ ବା ଭାଇରସ୍ ଦ୍ୱାରା ସଂକ୍ରମିତ ହୁଏ, ତେବେ ଏହା କିଡ଼ନୀର କାର୍ଯ୍ୟଧାରାକୁ ପ୍ରଭାବିତ କରିଥାଏ। ଉକ୍ତ ରିପୋର୍ଟରେ ଉଲ୍ଲେଖ କରାଯାଇଛି ଯେ, କୋଭିଡ୍‌ରେ ଆକ୍ରାନ୍ତ ହୋଇଥିବା ବ୍ୟକ୍ତିର ଯଦି କିଡ଼ନୀ ଯଦି ଖରାପ ହୁଏ, ତେବେ ଏହା ଭଲ ହେବାର ଆଶଙ୍କା ଖୁବ୍ କମ୍ ରହିଥାଏ। ଏଥିପାଇଁ ଏପରି ସମସ୍ୟାରୁ ରକ୍ଷା କରିବା ପାଇଁ ଗବେଷଣା ଚାଲିଛି ବୋଲି ଉକ୍ତ ରିପୋର୍ଟରେ ବର୍ଣ୍ଣାଯାଇଛି। ଏଥିରୁ ରକ୍ଷା ପାଇବା ପାଇଁ ହେଲେ ସତର୍କତା ଅବଲମ୍ବନ କରିବା ସହ ଡାକ୍ତରଙ୍କ ସହ ରୁଚିତ ପରାମର୍ଶ କରିବା ପାଇଁ ଗବେଷକମାନେ ପରାମର୍ଶ ଦେଇଛନ୍ତି।

### ଜିନିଷ ଏକ: ଉପକାର ଅନେକ ଦହି

ଦହିରେ ଭରି ରହିଛି ଅନେକ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟୋପକାରୀ ଗୁଣ। ପ୍ରତିଦିନ ଦହି ଖାଇବା ଦ୍ୱାରା ଶରୀର ପୁସ୍ତ ରହିବା ସହ କାର୍ଯ୍ୟ କରିବାର ଦକ୍ଷତା ବୃଦ୍ଧି ପାଏ। ଏଥିରେ କ୍ୟାଲସିୟମ୍ ଓ ପ୍ରୋଟିନର ଭରପୂର ମାତ୍ରାରେ ରହିଛି, ଯାହା ଶରୀର ପାଇଁ ବେଶ୍ ଲାଭପ୍ରଦ। ତେଣୁ ନିଜର ଦୈନିକ ଖାଦ୍ୟ ଚାଲିକାରେ ଏହାକୁ ସାମିଲ କରନ୍ତୁ। ଆମେ ପ୍ରତିଦିନ ଆମ ଖାଦ୍ୟରେ ଦହିକୁ ସାମିଲ କରିବା ନିହାତି ଦରକାର। ଜାଣନ୍ତୁ ଏହାର ଉପକାରୀ ଗୁଣ ସମ୍ପର୍କରେ...



ହାଡ଼ ଓ ଆଖୁରୁଟିକୁ ମଜଭୁତ କରିବାରେ ସାହାଯ୍ୟ କରେ। ଅଷ୍ଟିଓପୋରୋସିସ୍ ସମସ୍ୟାକୁ ଏହା କେତେକାନ୍ତରେ ଦୂର କରିଥାଏ। ଏଥି ସହ ଦାନ୍ତକୁ ମଧ୍ୟ ଦୃଢ଼ ରଖେ।



- ଏହା ଚର୍ମ ଏବଂ କେଶକୁ ବଢ଼ିବାରେ ସାହାଯ୍ୟ କରେ। ଏଥିରେ ଥିବା ଲାକ୍ଟିକ୍ ଏସିଡ୍ ଯୋଗୁଁ କ୍ଷତ ଗ୍ଲାନ ଶୀଘ୍ର ପୁରଣ ହୋଇ ଯାଇଥାଏ।
- ଲାକ୍ଟିକ୍ ଏସିଡ୍‌ରେ ଆଣ୍ଟି-ଫଙ୍ଗାଲ୍ ଗୁଣ ରହିଛି, ଯାହା କେଶମୂଳକୁ ଶକ୍ତ ରଖିବା ସହ ରୂପି ହେବାକୁ ରକ୍ଷା କରେ।
- ହଜମ ପ୍ରକ୍ରିୟାକୁ ଆହୁରି ସକ୍ରିୟ କରେ ଦହି।
- ଏହାକୁ ନିୟମିତ ଖାଇଲେ ଶରୀରରେ କୋଲେଷ୍ଟରଲ୍ ପରିମାଣ ସଚ୍ଚଳିତ ରହିଥାଏ। ତା' ସହ ମେଦ ବହୁଳତା ପରି ସମସ୍ୟାକୁ କେତେକାନ୍ତରେ କମାଇଥାଏ।
- ଏହା ହାର୍ଟକୁ ମଧ୍ୟ କେତେକାନ୍ତରେ ପୁସ୍ତ ରଖିଥାଏ।
- ରକ୍ତରେ ଶର୍କରା ପରିମାଣକୁ ସଚ୍ଚଳିତ ରଖେ ଦହି।

### ସୁଦୃଢ଼ ଓ ହୃଦ୍‌ରୋଗ

ବର୍ତ୍ତମାନ ହୃଦ୍‌ରୋଗ ବୟସ୍କମାନଙ୍କଠାରୁ ଯୁବଗୋଷ୍ଠୀଙ୍କ ପାଖରେ ଅଧିକ ଦେଖାଯାଉଛି ବୋଲି ଏକ ସର୍ବୋତ୍ତମ ଜଣାପଡ଼ିଛି। ‘ସୁଦୃଢ଼ ଓ ହୃଦ୍‌ରୋଗ’ ଶାର୍ଦ୍ଧ ବିଷୟକୁ ନେଇ ଯୁନିଭର୍ସିଟି ଅଫ୍ କାଲିଫର୍ନିଆର ବିଶେଷଜ୍ଞମାନେ ଏକ ସର୍ବୋତ୍ତମ ଡାକ୍ତରବୈଦ୍ୟ କିମ୍ବ ରକ୍ତଚାପ (ବ୍ଲଡ୍‌ପ୍ରେସର) ପରି ସମସ୍ୟାର ସମ୍ମୁଖୀନ ହୋଇଛନ୍ତି, ତେବେ ହୃଦ୍‌ଯାନ୍ତର ଶିକାର ହେବାର ଆଶଙ୍କା ଅଧିକ ରହିଛି। ତେଣୁ ଏ ନେଇ ସତର୍କ ରହିବା ନିହାତି ଦରକାର। ଅନ୍ୟତମରେ କୋଲେଷ୍ଟରଲ୍, ରକ୍ତଚାପ ଓ ଡାକ୍ତରବୈଦ୍ୟକୁ ସବୁବେଳେ ନିୟନ୍ତ୍ରଣରେ ରଖନ୍ତୁ। ମାନସିକ ଚାପଠାରୁ ନିଜକୁ ଦୂରରେ ରଖନ୍ତୁ। ଦୈନିକ ଜୀବନ ଡାକ୍ତରଙ୍କ ଦ୍ୱାରା ସାମାଜିକ ସାମିଲ କରନ୍ତୁ। ନିଶାଦ୍ରବ୍ୟ ସେବନଠାରୁ ନିଜକୁ ଦୂରରେ ରଖିବେ ତାହା ସେତେ ଭଲ। ଅଧିକ ମସଲା, ତେଲପୁସ୍ତ ଖାଦ୍ୟ ଖାଆନ୍ତୁ ନାହିଁ।



### ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ସୁଚନା

- ନିଜକୁ ସୁସ୍ତ ରଖିବା ପାଇଁ ଜୀବନଶୈଳୀ ପ୍ରତି ଧ୍ୟାନ ଦେବାକୁ ପଡ଼ିଥାଏ। ତେଣୁ ନିଜ ଜୀବନଶୈଳୀକୁ ସବୁବେଳେ ଏପରି ରଖନ୍ତୁ, ଯେପରି ଅଧିକାଂଶ ସମୟ ଆପଣ ନିଜକୁ ରୋଗଠାରୁ ଦୂରରେ ରଖିପାରନ୍ତି।
- ଆଜିକାଲିର ବ୍ୟସ୍ତ ଜୀବନରେ ନିଜ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ପ୍ରତି ଆବଶ୍ୟକ ଦୃଷ୍ଟି ଦିଅନ୍ତୁ। ନିୟମିତ ସମୟ ଅନ୍ତରାଳରେ ଆପଣଙ୍କ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟର ରୁଚିତ ଟେକ୍‌ଅପ୍ କରାଇ ନିଅନ୍ତୁ।
- ଡାକ୍ତରଙ୍କ ସହ କୌଣସି ରୋଗ ବିଷୟରେ ଆଲୋଚନା କରିବା ସମୟରେ ନିଜ ରୋଗ ବିଷୟରେ ସବିଶେଷ ବିବରଣୀ ଦିଅନ୍ତୁ। କାରଣ ତାହାକୁ ଆଧାର କରି ସେ ଆପଣଙ୍କୁ ଠିକ୍‌ସା ବିଷୟରେ ପରାମର୍ଶ ଦେବେ।
- କେତେକ ରୋଗର ଚିକିତ୍ସା କରିବା ସମୟରେ ଡାକ୍ତର କିଛି ପ୍ୟାଥୋଲୋଜିକାଲ ଟେଷ୍ଟ କରିବାକୁ ପ୍ରେସକ୍ରିପ୍‌ସନରେ ଉଲ୍ଲେଖ କରିଥାଆନ୍ତି। ସେଗୁଡ଼ିକୁ ଆଦୌ ଅବହେଳା କରନ୍ତୁ ନାହିଁ। କାରଣ ସେହି ରିପୋର୍ଟଗୁଡ଼ିକୁ ଅନୁଧ୍ୟାନ କରି ଡାକ୍ତର ଔଷଧ ଲେଖିଥାଆନ୍ତି।



ଯଦି ଜିମ୍‌ସିବାକୁ ମନସ୍ତ କରିଛନ୍ତି, ତେବେ ତା'ପୂର୍ବରୁ ନିଜର ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ପରୀକ୍ଷା କରାଇ ନିଅନ୍ତୁ। ତା' ସହ ଜିମ୍‌ରେ କେଉଁ କେଉଁ ବ୍ୟାୟାମ କଲେ ତାହା ଆପଣଙ୍କ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ପାଇଁ ଲାଭଦ୍ରବ ସାବ୍ୟସ୍ତ ହେବ, ତାହା ଜିମ୍ ଏକ୍ସପର୍ଟଙ୍କ ସହ ଆଲୋଚନା କରନ୍ତୁ।









କିଙ୍ଗ୍ ବିଶ୍ୱବିଦ୍ୟାଳୟ ପରିସରରେ ଅନୁଷ୍ଠିତ ଜାତୀୟ ଭୂମିୟର ରଗ୍ବୀ ସେଭେନ୍ସ ପ୍ରତିଯୋଗିତାରେ ଚାମ୍ପିୟନ ଓଡ଼ିଶା ବାଳକ ଏବଂ ଟ୍ରୋଫି ପଦକ ବିଜୟୀ ବାଳିକା ଦଳ ଅତିଥିକ ଗହଣରେ।

# ଓଡ଼ିଶା ବାଳକ ଚାମ୍ପିୟନ, ବାଳିକାଙ୍କୁ ଟ୍ରୋଫି

ଭୁବନେଶ୍ୱର, ୧୨/୧୨ (ଗ୍ରୀଡ଼ା ପ୍ରତିନିଧି)  
 ରଗ୍ବୀ ଇଣ୍ଡିଆ, ଓଡ଼ିଶା ରଗ୍ବୀ ଫୁଟବଲ ଆସୋସିଏସନ, ରାଜ୍ୟ ସରକାରଙ୍କ ଜୁଣିଆ ବିଭାଗ ଏବଂ କିଙ୍ଗ୍ ବିଶ୍ୱବିଦ୍ୟାଳୟ ଆନୁକୁଲ୍ୟରେ ଜାତୀୟ ଭୂମିୟର ରଗ୍ବୀ ସେଭେନ୍ସ (୧୮ ବର୍ଷରୁ କମ୍ ବାଳିକା ଓ ବାଳକ) ଚାମ୍ପିୟନଶିପ୍ ରବିବାର ଉଦ୍‌ଘାଟିତ ହୋଇଛି। କିଙ୍ଗ୍ ରଗ୍ବୀ ସ୍ମାରକରେ ଏହି ପ୍ରତିଯୋଗିତା ଗତ ୧୦ ତାରିଖରୁ ଆରମ୍ଭ ହୋଇଥିଲା। ଓଡ଼ିଶା ବାଳକ ଦଳ ଚମତ୍କାର ପ୍ରଦର୍ଶନ କରି ଏଥିରେ ଚାମ୍ପିୟନ ହୋଇଥିବାବେଳେ ବାଳିକା ଦଳ ଟ୍ରୋଫି ପଦକ ହାସଲ କରିଛି। ଫାଇନାଲରେ ଓଡ଼ିଶା ବାଳକ ଦଳ ମହାରାଷ୍ଟ୍ରକୁ ୧୪-୧୨ ପଏଣ୍ଟରେ

**ଜାତୀୟ ଭୂମିୟର ରଗ୍ବୀ ସେଭେନ୍ସ ପୋଜିଶନ**

**ବାଳକ ବିଭାଗ**

- \* ଓଡ଼ିଶା ଚାମ୍ପିୟନ
- \* ମହାରାଷ୍ଟ୍ର ରନର୍ସଅପ୍
- \* ବିହାର ତୃତୀୟ

**ବାଳିକା ବିଭାଗ**

- \* ବିହାର ଚାମ୍ପିୟନ
- \* ଦିଲ୍ଲୀ ରନର୍ସଅପ୍
- \* ଓଡ଼ିଶା ତୃତୀୟ

ପରାସ୍ତ କରିଥିଲା। ପଶ୍ଚିମବଙ୍ଗକୁ ହରାଇ ବିହାର ତୃତୀୟ ସ୍ଥାନ ଅଧିକାର କରିଥିଲା। ସେହିପରି ବାଳିକା ବିଭାଗ ଫାଇନାଲରେ ଦିଲ୍ଲୀକୁ ହରାଇ ବିହାର ଚାମ୍ପିୟନ ହୋଇଥିବାବେଳେ ଓଡ଼ିଶା ୪୩-୫ରେ ମହାରାଷ୍ଟ୍ରକୁ ପରାସ୍ତ କରି ତୃତୀୟ ସ୍ଥାନ ଅଧିକାର କରିଛି। ୨୧ ମହିଳା ଓ ୨୪ ପୁରୁଷ ଦଳରେ ମୋଟ ୬୦୦ ପ୍ରତିଯୋଗୀ ଏଥିରେ ଅଂଶଗ୍ରହଣ କରିଥିଲେ। ରାଜ୍ୟ ଜୁଣିଆ ବିଭାଗ ଦାସୋଲ କ୍ରୀଡ଼ା, ରଗ୍ବୀ ଇଣ୍ଡିଆ ବୋର୍ଡ ସଦସ୍ୟ ତଥା ଅଭିନେତା ରାଜୁଲ ବୋଷ, ଓଡ଼ିଶା ରାଜ୍ୟ ହାଉସି ବୋର୍ଡ ଚେୟାରମ୍ୟାନ ତଥା ଓଡ଼ିଶା ରଗ୍ବୀ ଫୁଟବଲ ଆସୋସିଏସନ

ସଭାପତି ପ୍ରିୟଦର୍ଶୀ ମିଶ୍ର, ରାଜ୍ୟ ଆସୋସିଏସନ ସମ୍ପାଦକ ଉପେନ୍ଦ୍ର କୁମାର ମହାନ୍ତି, ଭିନିଲ କ୍ରିଷ୍ଣାଙ୍କ ପଦ୍ମା ଏସ୍.ଭି. ଚନ୍ଦନା, କିଙ୍ଗ୍ ଓ କିଙ୍ଗ୍ ଜୁଣିଆ ନିର୍ଦ୍ଦେଶକ ଗଗନେନ୍ଦ୍ର ଦାଶ ପ୍ରମୁଖ ଅତିଥିଭାବେ ଯୋଗ ଦେଇଥିଲେ। ପ୍ରତିଯୋଗିତାରେ ପ୍ରଥମ ତିନିସ୍ଥାନ ଅଧିକାର କରିଥିବା ସମସ୍ତ ବାଳିକା ଓ ବାଳକ ଦଳକୁ କିଙ୍ଗ୍ ଓ କିଙ୍ଗ୍ ପ୍ରତିଷ୍ଠାତା ଏମପି ଅଧିକୃତ ସାମଗ୍ରୀ ଅଭିନନ୍ଦନ ଜଣାଇଛନ୍ତି। ଏପରି ଏକ ରୁନର୍ସଅପ୍ ଆୟୋଜନ ପାଇଁ ସେ ରାଜ୍ୟ ସରକାରଙ୍କ ଜୁଣିଆ ବିଭାଗ, ରଗ୍ବୀ ଇଣ୍ଡିଆ ଓ ରାଜ୍ୟ ଆସୋସିଏସନକୁ ଧନ୍ୟବାଦ ଜଣାଇଛନ୍ତି।

# ଚେକ୍, କୋଚ୍ଚେଲ୍, ମେୟର୍ସ କୋଭିଡ୍ ପଜିଟିଭ୍

କଟକ, ୧୨/୧୨ (ପି.ବି.):  
 ପାକିସ୍ତାନ ବିପକ୍ଷ ଆଗାମୀ ଅନ୍ତର୍ଜାତୀୟ ଟି୨୦ ବିରଳ ଖେଳିବା ପାଇଁ ଡିସେମ୍ବର ୧୧ କରାଗାରେ ପହଞ୍ଚିଥିବା ଖେଳାଳିଙ୍କର କୋଭିଡ୍ ରେଷ୍ଟରେ ପଜିଟିଭ୍ ଆସିଛି। ସେମାନେ ହେଲେ ବାମହାତୀ ପେସ ବୋଲର ଶେଲଡନ କୋଚ୍ଚେଲ୍, ଅଲରାଉଣ୍ଡର ରୋଷ୍ଟନ ମେୟର୍ସ ଓ କାଇଲ ମେୟର୍ସ। ଏହି ୩ ଜଣଙ୍କ ବ୍ୟତୀତ ଭ୍ରମଣକାରୀ ଟିମ୍ ନ୍ୟାନ୍ସେଜମେଣ୍ଟର ଜଣେ ଅଣକୋଟିଂ ଷ୍ଟାଫ୍ ମଧ୍ୟ କରୋନା ସଂକ୍ରମିତ ହୋଇଥିବା ଖେଳାଳିଙ୍କ ବିକେଟ ପ୍ରକାଶ କରିଛି।

# ଏଥାଲଟିଏ ୧୮ ବର୍ଷରୁ କମ୍ ଟେନିସ

ଭୁବନେଶ୍ୱର, ୧୨/୧୨ (ଗ୍ରୀଡ଼ା ପ୍ରତିନିଧି):  
 ଛତିଶଗଡ଼ର ରାଏପୁରରେ ଅନୁଷ୍ଠିତ ଏଥାଲଟିଏ ୧୮ ବର୍ଷରୁ କମ୍ ଟେନିସ ରୁନର୍ସଅପ୍ ଓଡ଼ିଶାର ଆଦିତ୍ୟ ମହାପାତ୍ର ରନର୍ସଅପ୍ ହୋଇଛନ୍ତି। ରବିବାର ଅନୁଷ୍ଠିତ ଫାଇନାଲରେ ଆଦିତ୍ୟ ଛତିଶଗଡ଼ର ଅଧିକୃତ ବୋଲିଆରୁ ୬-୩, ୨-୨, ୧-୨ ସେଟ୍‌ରେ ହାର୍‌ି ଯାଇଥିଲେ। ଏକ ଗରିବ ପରିବାରରୁ ଆସିଥିବା ମେଧାଶାଳୀ ଆଦିତ୍ୟଙ୍କ ବାପା ପୁଲ୍ଲ ବିକ୍ରି କରନ୍ତି ଏବଂ ମା' ଗୃହିଣୀ। ପରିବାରରେ ଆର୍ଥିକ ଅନଟନ ଲାଗିରହିଥିବା ବେଳେ ତାଙ୍କ ପ୍ରତିଭା ଗୁରୁକୁଳ ଟେନିସ ଏକାଡେମୀର ପ୍ରତିଷ୍ଠାତା ଏବଂ କୋଚ୍ ସଞ୍ଜୟ କୁମାର ମଲିକଙ୍କ ଦୃଷ୍ଟିକୁ ଆସିଥିଲା। ସେହିଦିନଠାରୁ ସଞ୍ଜୟ କେବଳ ଆଦିତ୍ୟଙ୍କୁ ମାଗଣାରେ କୋଟିଂ ଦେଉନାହାଡ଼ି ଟେନିସ ଖେଳିବା ପାଇଁ ଉପକରଣ ଲିଣ୍ଡିବାଠାରୁ ଆରମ୍ଭ କରି ସମସ୍ତ ଖର୍ଚ୍ଚ ଗତ ୫ ବର୍ଷ ଧରି ଭୁଲାଇଛନ୍ତି। ଜଣେ ଜାତୀୟ ଓ ଅନ୍ତର୍ଜାତୀୟ ସ୍ତରର ହେବାକୁ

# ଆଦିତ୍ୟ ରନର୍ସଅପ୍

ହେଲେ ବର୍ଷରୁ ଅତିକମ୍ରେ ୨୦ରୁ ୩୦ ରୁନର୍ସଅପ୍ ଖେଳିବାକୁ ହୋଇଥାଏ, ଯାହାକି କୋଚ୍ ସଞ୍ଜୟଙ୍କ ପକ୍ଷରେ ସମ୍ଭବ ନୁହେଁ। ଟେନିସ ଆଦିତ୍ୟ ଯାତାୟାତ ଖର୍ଚ୍ଚ ପାଇଁ ପାର୍ଟି ଟାଇମ୍ କୋଟିଂ ଦେଉଛନ୍ତି। ଏହାକୁ ସମ୍ଭବ କରି ସେ ଚଳିତ ବର୍ଷ ୪ଟି ରୁନର୍ସଅପ୍ ଖେଳି ପାରିଛନ୍ତି। ଆଗରତାଲା ଓ ବେଙ୍ଗାଲୁରୁ ରୁନର୍ସଅପ୍‌ରେ ସେ କ୍ୱାର୍ଟର ଫାଇନାଲ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଉନ୍ନତ ହୋଇଥିବାବେଳେ ଜି.ମ.ସେ.ଏ.ର.ରେ ସେମିଫାଇନାଲ ଖେଳିଥିଲେ। ରାଏପୁରରେ ଆଦିତ୍ୟ ପ୍ରତିଭା ପ୍ରଦର୍ଶନ କରି ରନର୍ସଅପ୍ ହୋଇଛନ୍ତି।

**ଆଦିତ୍ୟ ପ୍ରତିଭା ସମ୍ପନ୍ନ**  
 "ପିଲାମାନେ ୧୫ରୁ ୨୫ ରୁନର୍ସଅପ୍ ଖେଳିବା ପରେ ଯାହା କରିଥାନ୍ତି ଆଦିତ୍ୟ ମାତ୍ର ୪ଟି ରୁନର୍ସଅପ୍ ଖେଳି ତାହା କରିପାରିଛନ୍ତି। ଆଦିତ୍ୟଙ୍କଠାରେ ଜଣେ ଅନ୍ତର୍ଜାତୀୟ ସ୍ତରର ଖେଳାଳି ହେବାର ସମସ୍ତ ଗୁଣ ଅଛି। ତାଙ୍କ ଭଳି ଖେଳାଳିଙ୍କୁ କ୍ୟାରିୟର ଆରମ୍ଭରେ ସର୍ବୋଚ୍ଚ ମିଲିଲେ ନିଶ୍ଚିତ ସୁଫଳ ମିଳିବ" ବୋଲି କୋଚ୍ ସଞ୍ଜୟ ମଲିକ କୁହୁଛନ୍ତି।

ସଞ୍ଜୟ ମଲିକ

# ୭ ଓଡ଼ିଆଙ୍କ କେଦାରକଣ୍ଠ ଆରୋହଣ



କେଦାରକଣ୍ଠ ପର୍ବତ ଶିଖରରେ ୭ ଓଡ଼ିଆ।

ଭବାନୀପାଟଣା/କୋକସରା, ୧୨/୧୨ (ସ.ପ୍ର./ଡି.ଏ.ଏ.ଏ.)  
 ହିମାଳୟର ୧୨ ହଜାର ୫୫୫ ଫୁଟ ଉଚ୍ଚତା ବିଶିଷ୍ଟ କେଦାରକଣ୍ଠ ପର୍ବତାରୋହଣ କରି ରାଜ୍ୟ ପାଇଁ ଗୌରବ ଆଣିଛନ୍ତି ୭ ଓଡ଼ିଆ। ସେମାନେ ହେଲେ କଳାହାଣ୍ଡିର ସତ୍ୟପାଳ ପ୍ରଧାନ, ତ.ଯୋଗେଶ୍ୱର ନାଏକ, ପ୍ରଭାତ କୁମାର ମହାନ୍ତି, ଜିତେନ୍ଦ୍ର ସାହୁ, ବଳାଙ୍ଗୀରର ତ. ଛବିଲାଲ ମେହେର, ନବରଙ୍ଗପୁରର ପ୍ରଦୀପ କୁମାର ସିଂ ଓ ସୁନ୍ଦରଗଡ଼ର

ବିଶ୍ୱକର୍ମା ସିଂ। କଳିଙ୍ଗ ଡେୟାର ଡେଭିଲ୍ସ ଓ ଥିରିଲୋପେଲିଆ ମିଳିତ ଆନୁକୁଲ୍ୟରେ ଏହି କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ ଅନୁଷ୍ଠିତ ହୋଇଥିଲା। ଏଥିରେ ଦେଶ ତଥା ଦେଶ ବାହାରର ୧୨ଜଣ ପର୍ବତାରୋହୀ ଚନ୍ଦନ ହୋଇଥିଲେ। ସେଥିମଧ୍ୟରୁ ଓଡ଼ିଶାର ୭ଜଣ ଥିଲେ। କଳିଙ୍ଗ ଡେୟାର ଡେଭିଲ୍ସ ସଭାପତି ତ.ସତ୍ୟପାଳ ପ୍ରଧାନ ଭୁବନେଶ୍ୱରଠାରେ ପତାକା ଦେଖାଇ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ ଶୁଭାରମ୍ଭ କରିଥିଲେ। ୭ ତାରିଖ ସକାଳୁ ଆରୋହଣ ପାଇଁ

ଉଚ୍ଚରାଖଣ୍ଡ ରାଜ୍ୟ ସଂକ୍ରି ଗ୍ରାମରୁ ସେମାନେ ଯାତ୍ରା ଆରମ୍ଭ କରିଥିଲେ। ୪ ଦିନ ବରଫ ପାହାଡ଼ରେ ଚାଲିବା ପରେ ଶନିବାର ସକାଳେ ସେମାନେ ହିମାଳୟ କେଦାରକଣ୍ଠ ପାହାଡ଼ ଶିଖରରେ ପହଞ୍ଚିଥିଲେ। ଏହି ସମୟରେ ସେଠାରେ ମାନ୍ଦ୍ରଣ୍ୟ ୧୦ରୁ ୧୨ ଡିଗ୍ରୀ ସେଲସିୟସ୍ ତାପମାତ୍ରା ରହିଥିଲା। ଏହି କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ ନିମନ୍ତେ ହାଇଡ୍ରୋଜେଲ ଗ୍ରୁପ୍ ଅଧ୍ୟକ୍ଷ ତ.ତିରୁପତି ପାଣିଗ୍ରାହୀ ଓଡ଼ିଆ ପର୍ବତାରୋହୀଙ୍କୁ ପ୍ରୋତ୍ସାହିତ କରିଥିଲେ।

# ଓଡ଼ିଶାର ପ୍ରଥମ ପରାଜୟ

ଭୁବନେଶ୍ୱର, ୧୨/୧୨ (ସ୍ପୋର୍ଟ୍ସ୍ ଟୁଡେ):  
 ଜୁମାରାତ ୩ଟି ବିଜୟ ପରେ ଓଡ଼ିଶା ଚଳିତ ବିଜୟ ହଜାରେ ଟ୍ରଫିରେ ପ୍ରଥମ ପରାଜୟ ବରଣ କରିଛି। ରବିବାର ଆଗେଇ ଦାସୋଲ କଣ୍ଠୋଦେବ ସ୍ମାଡ଼ିୟମରେ ଖେଳାଯାଇଥିବା ମୁକାବିଲାରେ ଓଡ଼ିଶା ୯୫ ରନରେ ଜଣ୍ଟୁ-କଣ୍ଟାରଠାରୁ ପରାସ୍ତ ହୋଇଛି। ଓଡ଼ିଶା ଟାର୍ ଚତୁର୍ଥ ମ୍ୟାଚ୍‌ରେ ଚମ୍ପି ଚିଟ୍‌ସ୍କି କରିବାକୁ ନିଷ୍ଠୁରି ନେଇଥିଲା। ପ୍ରଥମେ ବ୍ୟାଟିଂ କରି ଜଣ୍ଟୁ-କଣ୍ଟାର ନିର୍ଦ୍ଧାରିତ ୫୦ ଓଭରରେ ୯ ଉଇକେଟ୍ ହରାଇ ୨୭୮ ରନ ସଂଗ୍ରହ କରିଥିଲା। ଜବାବରେ ଓଡ଼ିଶା ବିପକ୍ଷୀୟର ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣାନ ହୋଇ ୪୫ ଓଭରରେ ୧୮୩ ରନକରି ଅଲଆଉଟ୍ ହୋଇ ପରାଜୟ ଭୋଗ କରିଛି। ଏହାପୂର୍ବରୁ ଓଡ଼ିଶା ତୃତୀୟ ମ୍ୟାଚ୍‌ରେ ପୂର୍ବତନ ରଣଜୀ ଟ୍ରଫି ଚାମ୍ପିୟନ ବିଦର୍ଭକୁ ୬ ଉଇକେଟ୍‌ରେ ପରାସ୍ତ କରିଥିଲା। ସେହିପରି ବିପକ୍ଷ ମ୍ୟାଚ୍‌ରେ ୩ ଉଇକେଟ୍‌ରେ ଗୁଜରାଟକୁ ଓ ପ୍ରଥମ ମ୍ୟାଚ୍‌ରେ ଆଣ୍ଡ୍ର ପ୍ରଦେଶକୁ ୬୩ ରନରେ ପରାସ୍ତ କରିଥିଲା। ୨୭୯ ବିଜୟ ଲକ୍ଷ୍ୟର ପିଛା କରି ଓଡ଼ିଶା ନିର୍ଦ୍ଧାରିତ ବ୍ୟବଧାନରେ ଉଇକେଟ୍ ହରାଇଥିଲା। ଦଳ ଚରଫରୁ ଅଭିଷେକ ରାଉତ ସର୍ବାଧିକ ୪୦, ଗୋବିନ୍ଦ ଯୋଦ୍ଧାର ୩୭, ଶାନ୍ତନୁ ମିଶ୍ର ୨୮, ବିପ୍ଳବ ସାମନ୍ତରାୟ ୨୧, ଦେବଦ୍ରୁତ ପ୍ରଧାନ ୧୮ ରନ ସଂଗ୍ରହ କରି ଆଉଟ୍ ହୋଇଥିଲେ ଓ ଅନ୍ୟମାନେ ହୁଇଅଟ୍ ହୁଇ ପାରି ନ ଥିଲେ। ଅନୁରାଗ ଷ୍ଟ୍ରୋଙ୍ଗା ୨, ଅଧିନାୟକ ଶୁଭାଂଶୁ ସେନାପତି ୫,

# ଦ୍ୱାଦ୍ୱିବନ୍ଧୁ, ସତ୍ୟବାଦୀ ସ୍ଵାରକା କ୍ରିକେଟ୍ ଉଦ୍‌ଘାଟିତ

ଭୁବନେଶ୍ୱର, ୧୨/୧୨ (ଗ୍ରୀଡ଼ା ପ୍ରତିନିଧି):  
 ସ୍ଥାନୀୟ ସୁନ୍ଦରପଦା, କପିଳପ୍ରସାଦ ସାହୁ ଖେଳ ପଡ଼ିଆରେ ୧୩ତମ ଦ୍ୱାଦ୍ୱିବନ୍ଧୁ ଏବଂ ସତ୍ୟବାଦୀ ସ୍ଵାରକା ଅଲ୍ ଓଡ଼ିଶା କ୍ରିକେଟ୍ ରୁନର୍ସଅପ୍ ରବିବାର ଉଦ୍‌ଘାଟିତ ହୋଇଛି। ପ୍ରଥମ ମ୍ୟାଚ୍‌ରେ ଏମ୍‌ସିଏସ୍ ଦଳ ସ୍ଵାଇଜର୍‌ଲ୍ୟାଣ୍ଡ ପରାସ୍ତ କରିଛି। ପ୍ରଥମେ ବ୍ୟାଟିଂ କରିଥିବା ସ୍ଵାଇଜର୍‌ଲ୍ୟାଣ୍ଡ ଦଳ ୧୯ ଓଭରରେ ୧୨୮ ରନକରି ଅଲଆଉଟ୍ ହୋଇଥିଲା। ବିପକ୍ଷ ଦଳର ସୌରଭ ଜେନା ୨ଟି ଉଇକେଟ୍ ନେଇଥିଲେ। ଏମ୍‌ସିଏସ୍ ଦଳ ୧୪ ଓଭରରେ ୭ ଉଇକେଟ୍ ହରାଇ ବିଜୟ ଲକ୍ଷ୍ୟ ହାସଲ କରି ନେଇଥିଲା। ଉଦ୍‌ଘାଟନୀ ଉଦ୍‌ଘାଟନ ବାବୁ ସିଂ, ବିଭୂତି ଭୂଷଣ ଚମ୍ପି, ନିହାର ଚମ୍ପି, ପ୍ରଶାନ୍ତ ପ୍ରଧାନ, ଜିତେନ୍ଦ୍ର କୁମାର ନନ୍ଦ, ଗୌର ପ୍ରସାଦ ନନ୍ଦ, ଦେବୀ ପ୍ରସାଦ ନନ୍ଦ, ତପନ କୁମାର ରାଉତରାୟ ଓ ସୁରଭ ପ୍ରଧାନ ପ୍ରମୁଖ ଅତିଥିଭାବେ ଯୋଗ ଦେଇଥିଲେ। ମ୍ୟାଚ୍ ଶେଷରେ ଅତିଥିଭାବେ ଯୋଗଦେଇ ପ୍ରଦୀପ ପଟ୍ଟନାୟକ ବିଜୟୀ ଦଳର ସୌରଭକୁ ମ୍ୟାଚ୍ ଅଫ୍ ଦି ମ୍ୟାଚ୍ ପୁରସ୍କାର ପ୍ରଦାନ କରିଥିଲେ। ପିଲୁ ମାଥୀ ଓ ପ୍ରଶାନ୍ତ ଶୁକ୍ଳା ମ୍ୟାଚ୍ ପରିଚାଳନା କରିଥିଲେ।



ସୌରଭ ଜେନା ଅତିଥିକଠାରୁ ପୁରସ୍କାର ଗ୍ରହଣ କରୁଛନ୍ତି।

# ଭାରତୀୟ ରୋୟରଙ୍କୁ ୧ ସ୍ୱର୍ଣ୍ଣ, ୩ ରୌପ୍ୟ

ବାଦ୍‌ଗାଢ଼ (ଅଲଲ୍‌ହା), ୧୨/୧୨ (ପି.ବି.):  
 ଏଠାରେ ଚାଲିଥିବା ଏସିଆନ ରୋଇଂ ଚାମ୍ପିୟନଶିପ୍‌ର ଅନ୍ତିମ ଦିବସ ରବିବାର ଭାରତ ପାଇଁ ଏକ ଭଲ ଦିନ ଥିଲା। ସିନିୟର ରୋୟର ଅରବିନ୍ଦ ସିଂ ଲାଇଟ୍‌ଗ୍ରେଡ୍ ପୁରୁଷ ସିଙ୍ଗଲ୍‌ସ୍‌ ଘଣ୍ଟି ଇଭେଣ୍ଟରେ ଏକ ସ୍ୱର୍ଣ୍ଣ ପଦକ ଲାଭ କରିଥିବାବେଳେ ତାଙ୍କ ଯାଥା ପ୍ରତିଯୋଗୀମାନେ ୩ ରୌପ୍ୟ ପଦକ ଛିଟିବାରେ ସମର୍ଥ ହୋଇଛନ୍ତି। ଅରବିନ୍ଦ ୬:୫୫.୯୪୨ ସେକେଣ୍ଡ ଗାଲିଂରେ ଅନ୍ୟମାନଙ୍କୁ ପଛରେ ପକାଇ ପ୍ରଥମ ସ୍ଥାନ ଅଧିକାର କରିଥିଲେ। ଅରବିନ୍ଦ ଓ ତାଙ୍କ ପାର୍ଟନର ଅର୍ଜୁନ ଲାଲ୍ କାର୍ ଟୋକିଓ ଅଲିମ୍ପିକ୍ ପୁରୁଷ ଲାଇଟ୍‌ଗ୍ରେଡ୍

ତବଳ ଘଣ୍ଟିରେ ଏକାଦଶ ସ୍ଥାନ ଅଧିକାର କରିଥିଲେ। ଏଠାରେ ସେ ତାଙ୍କ ଉତ୍ତରକିନ୍ନା, ଚାଇନା, ଭିଏତ୍‌ନାମ, ଇଣ୍ଡୋନେସିଆ ଓ ଆଇଲ୍ୟାଣ୍ଡ ପ୍ରତିଯୋଗୀଙ୍କୁ ପଛରେ ପକାଇ ବିଜୟ ହୋଇଥିଲେ। ଚାମ୍ପିୟନଶିପ୍‌ରେ ଭାରତ ତିନୋଟି ରୌପ୍ୟ ପଦକ ପୁରୁଷ ଲାଇଟ୍‌ଗ୍ରେଡ୍ ତବଳ ଘଣ୍ଟି, ପୁରୁଷ କ୍ୱାଡ୍ରପଲ୍ ଘଣ୍ଟି ଓ ପୁରୁଷ କ୍ୱାଡ୍ରଲେସ୍ ଫୋର୍ ଇଭେଣ୍ଟ୍ ବିଭାଗରେ ପାଇଛି। ଭାରତ ଚାମ୍ପିୟନଶିପ୍‌ରେ ଉପରାଧିକ ୨ ସ୍ୱର୍ଣ୍ଣ ଓ ୪ ରୌପ୍ୟ ପଦକ ଲାଭ କରିଛି। ଲାଇଟ୍‌ଗ୍ରେଡ୍ ପୁରୁଷ ତବଳ ଘଣ୍ଟିରେ ଆଶିଷ ଦୁଗାଟ ଓ ସୁଶବିନ୍ଦ ସିଂ ୭:୧୨.୫୬୮ ଟାଇମ୍‌ରେ ଏକ ରୌପ୍ୟ ପାଇଥିବା ବେଳେ ବିରୁ

ସିଂ, କାକର ଖାଁ, ମନଜିତ୍ କୁମାର ଓ ସୁଖମିତ୍ ସିଂଙ୍କୁ ନେଇ ଭାରତୀୟ ଦଳ ଫର୍ମାଟି ପିନିଶ ଟାଇମିଂ ୬:୩୩:୬୭ ସେକେଣ୍ଡରେ ବିପକ୍ଷ ସ୍ଥାନ ଅଧିକାର କରିଥିଲେ। ସ୍ୱର୍ଣ୍ଣ ବିଜେତା ଦଳଠାରୁ ସେ ମାତ୍ର ୦.୫୨୩ ସେକେଣ୍ଡ ପଛରେ ରହିଥିଲେ। ଯଶବୀର ସିଂ, ପୁନିତ କୁମାର, ରୁରମିତ୍ ସିଂ ଓ ଚରଣକିର୍ ସିଂ ପୁରୁଷ କ୍ୱାଡ୍ରଲେସ୍ ଫୋର୍ ଫାଇନାଲରେ ୬:୫୧.୬୨୧ ଟାଇମିଂରେ ଅନ୍ୟ ରୌପ୍ୟ ପଦକଟିକୁ ଛିଟିଥିଲେ। ଓଭର ଅଲ୍ ଭାରତର ଆଉ ଏକ ଭଲ ପ୍ରଦର୍ଶନ ବୋଲି ରୋଇଂ ଫେଡେରେଶନ ଅଫ୍ ଇଣ୍ଡିଆର ସାଧାରଣ ସମ୍ପାଦକ ଏମ୍.ଭି. ଶ୍ରୀରାମ ପ୍ରକାଶ କରିଛନ୍ତି।

# ବିଜୟ ହଜାରେ ଟ୍ରଫି କ୍ରିକେଟ୍

ବରଣ କରିଛି। ଏହାପୂର୍ବରୁ ଓଡ଼ିଶା ତୃତୀୟ ମ୍ୟାଚ୍‌ରେ ପୂର୍ବତନ ରଣଜୀ ଟ୍ରଫି ଚାମ୍ପିୟନ ବିଦର୍ଭକୁ ୬ ଉଇକେଟ୍‌ରେ ପରାସ୍ତ କରିଥିଲା। ସେହିପରି ବିପକ୍ଷ ମ୍ୟାଚ୍‌ରେ ୩ ଉଇକେଟ୍‌ରେ ଗୁଜରାଟକୁ ଓ ପ୍ରଥମ ମ୍ୟାଚ୍‌ରେ ଆଣ୍ଡ୍ର ପ୍ରଦେଶକୁ ୬୩ ରନରେ ପରାସ୍ତ କରିଥିଲା। ୨୭୯ ବିଜୟ ଲକ୍ଷ୍ୟର ପିଛା କରି ଓଡ଼ିଶା ନିର୍ଦ୍ଧାରିତ ବ୍ୟବଧାନରେ ଉଇକେଟ୍ ହରାଇଥିଲା। ଦଳ ଚରଫରୁ ଅଭିଷେକ ରାଉତ ସର୍ବାଧିକ ୪୦, ଗୋବିନ୍ଦ ଯୋଦ୍ଧାର ୩୭, ଶାନ୍ତନୁ ମିଶ୍ର ୨୮, ବିପ୍ଳବ ସାମନ୍ତରାୟ ୨୧, ଦେବଦ୍ରୁତ ପ୍ରଧାନ ୧୮ ରନ ସଂଗ୍ରହ କରି ଆଉଟ୍ ହୋଇଥିଲେ ଓ ଅନ୍ୟମାନେ ହୁଇଅଟ୍ ହୁଇ ପାରି ନ ଥିଲେ। ଅନୁରାଗ ଷ୍ଟ୍ରୋଙ୍ଗା ୨, ଅଧିନାୟକ ଶୁଭାଂଶୁ ସେନାପତି ୫,



କଟକ ଜବାହରଲାଲ ନେହେରୁ ଇନ୍‌ଡୋର ସ୍ମାଡ଼ିୟମରେ ଅନୁଷ୍ଠିତ ନାଲିକୋ କପ୍ ସିନିୟର ବାଏକେଟ୍ ବଲ ଚାମ୍ପିୟନଶିପ୍‌ର ମହିଳା ବିଭାଗରେ ଚାମ୍ପିୟନ ବିଏଏ ଓ ପୁରୁଷରେ ଚାଇନେସ ବିଜୟୀ ଓଡ଼ିଶା ପୋଷ୍ଟାଲ ଦଳ ଅତିଥିକ ସହ।

# ବିଜୟ ସହ ଓଡ଼ିଶା ହକି ଦଳର ଅଭିଯାନ

ଭୁବନେଶ୍ୱର, ୧୨/୧୨ (ଗ୍ରୀଡ଼ା ପ୍ରତିନିଧି)  
 ପୁଣେରେ ଚାଲିଥିବା ୧୧ତମ ଜାତୀୟ ସିନିୟର ପୁରୁଷ ହକି ଚାମ୍ପିୟନଶିପ୍‌ର ରବିବାର ଅନୁଷ୍ଠିତ ମ୍ୟାଚ୍‌ରେ ଓଡ଼ିଶା ୮-୦ ଗୋଲରେ ଗୁଜରାଟକୁ ହରାଇ ଅଭିଯାନ ଆରମ୍ଭ କରିଛି। ପୁଲ୍ 'ଏଫ୍'ର ଏହି ମ୍ୟାଚ୍‌ରେ ଓଡ଼ିଶା ଆରମ୍ଭରୁ ଶେଷ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ପ୍ରାଧାନ୍ୟ ବିସ୍ତାର କରି ଖେଳିଥିଲା। ରାଜ୍ୟ ଦଳ ପକ୍ଷରୁ ସୁଶୀଳ ଧନୁର ୧୭,

# ୨୭ ଓ ୩୭ତମ ମିନିଟ୍‌ରେ ଗୋଲ ଦେଇ

ହାମିଦ୍ ଅର୍ଜନ କରିଥିବାବେଳେ ପ୍ରକାଶ ବାଲି ୩୪ ଓ ୫୭ ଏବଂ ପାତ୍ରସ୍ ଟିକା ୩୯ ଓ ୫୨ତମ ମିନିଟ୍‌ରେ ୨ଟି ଲେଖାଏଁ ଗୋଲ ଦେଇଥିଲେ। ମନ୍ନା ଭେଙ୍ଗା ୪୮ତମ ମିନିଟ୍‌ରେ ଅନ୍ୟ ଗୋଲଟି ଦେଇଥିଲେ। ପୁଲ୍ 'ଏଫ୍'ର ଅନ୍ୟ ଏକ ମ୍ୟାଚ୍‌ରେ ବେଙ୍ଗାଳ ୮-୦ ଗୋଲରେ ଗୋଆକୁ ପରାସ୍ତ କରିଛି। ଓଡ଼ିଶା ଏହାର ପରବର୍ତ୍ତୀ ମ୍ୟାଚ୍ ୧୪ ତାରିଖରେ ବେଙ୍ଗାଳ ବିପକ୍ଷରେ ଖେଳିବ।

**ଗିବାଷ୍ଟିକ ଚୂର୍ଣ୍ଣ**  
 FAST RELIEF FROM ACIDITY, INDIGESTION, CONSTIPATION  
 ଗ୍ୟାସ୍, ଏସିଡିଟି, ବଦହଜମ, ଆମ୍ଳିକା ହାଜୁଟି, ଛାତି ଚଢ଼ି ପୋଡ଼ା ଜଳା, ଅଜୀର୍ଣ୍ଣ କୋଷ୍ଠ କାନ୍ଦିଏ ଦୂର କରି ଆୟୁର୍ବିଦ୍ୟ ଭାବରେ ହଜମ ଶକ୍ତି ବୃଦ୍ଧି କରାଏ।  
 ପଫ୍ଟପମନ ସାବୁ ପାଇଁ ବେଷ୍ଟ  
 ଡିଟିଆ ଆୟୁର୍ବେଦ ରବନ୍, କଚେକ ଛକ, କଟକ  
 Contact: 9437883226