

କୀପାରଲିରୁ ୫ଟି
ସେବା ଆରମ୍ଭ
ପୃଷ୍ଠା-୧୦

ଆଜିର ସମ୍ବନ୍ଧିତ ବିଷୟ

ପ୍ରବାସୀ ହତହତୀ

ORI-HOME



www.ori-home.org.in
Toll Free No:
(+91) 1800 309 4302

ଗୃହ ନିର୍ମାଣ
ପାଇଁ ଆଜି ହି
ଯୋଗାଯୋଗ କରନ୍ତୁ

(+91) 83288 23295

ଆମ୍ବଦ୍ଧତ୍ୟା: ଦିନମଞ୍ଜୁରିଆ ଥାଗରେ

ମୂଲ୍ୟରେ

ଗତ କିମ୍ବା ବର୍ଷ ଭାଲୁ ୨୦୨୧ରେ ଦେଶରେ
ଆମ୍ବଦ୍ଧତ୍ୟା ବୃଦ୍ଧିପାଇଛି। ପାରିବାଚିକ ସମସ୍ୟା,
ଅସୁର୍ଗତ ବୁଝାଇପ୍ରମାଣ କାରଣ ହୋଇଥିବାବେଳେ
ବୁଝି ଓ ପେଶାଗତ ସମସ୍ୟା ଜନିତ ଆମ୍ବଦ୍ଧତ୍ୟା
ଚିତ୍ତଜନକ ରହିଛି। କାରଣ ମହାମାରୀ
କରୋନା ଯୋଗୁ ଆର୍ଥିକ ବୁଝି ଦୋହଳିଯିବା
ଏବଂ ନିମ୍ନଲିଖିତ କ୍ଷେତ୍ର ହେବା ଯୋଗୁ
ବହୁବାର ମୋହ ତୁଳାଇ ଦେଖନ୍ତି ଅନେକ
ଦିନମଞ୍ଜୁରିଆ, ଗଣ୍ଡା, ଆମ୍ବଦ୍ଧତ୍ୟାଧୀନୀ,
ଦେତନେଗୋଟିଏ, ବେକାର ମୁହଁତାମୁହଁବାକୀ।

ଜାତୀୟ ଅପରାଧ କେତେ ଖୁବେ
(ଏନ୍ଦ୍ରିଆବିରି) ତଥ୍ୟ ଅନୁଯାୟୀ, ଦେଶରେ
୨୦୨୦ ତୁଳନାରେ ୨୦୨୧ରେ ୨.୨ ପ୍ରତିଶତ
ଆମ୍ବଦ୍ଧତ୍ୟା ମାମଲା ବୁଝି ପୃଷ୍ଠା-୪

- ୨୦୨୧ରେ ଦେଶରେ ୨.୨% ଆମ୍ବଦ୍ଧତ୍ୟା ବୁଝି
- ୧୯୭୭ ପରଠାରୁ ଆମ୍ବଦ୍ଧତ୍ୟା ହାର ସର୍ବାଧିକ
- ପାରିବାଚିକ ସମସ୍ୟାଜନିତ ଘଟଣାରେ ଓଡ଼ିଶା ଶୀର୍ଷରେ

ମହିଳା, ଶିଶୁ ବିରୋଧୀ ଅପରାଧ ୧୪% ବୃଦ୍ଧି

ମୂଲ୍ୟରେ, ୨୦୨୧: ଦେଶବ୍ୟାପା ମହିଳା ଓ ଶିଶୁ ବିରୋଧୀ ହୋପା, ଅପରାଧ ବୃଦ୍ଧି ଚିତ୍ତଜନକ ରହିଛି।
ଅଧିକାଶ ମହିଳା ବିଶେଷଜକରି ଘରୋଟ ହିଂସାର ଶିକାର ହେଉଥିବାବେଳେ ଅସାଧାରଣ, ଅପରାଧ ସମ୍ବନ୍ଧୀୟ ମଧ୍ୟା ମଧ୍ୟ ବୃଦ୍ଧିଗାନ୍ଧିତା ମହିଳା ବିରୋଧୀ ଅପରାଧ ମାମଲା ୨୦୨୦ ତୁଳନାରେ ୨୦୨୧ରେ ୧୪.୯%
ବୃଦ୍ଧି ୨୦୨୧ରେ ପ୍ରତି ଲେଖ ମହିଳାଙ୍କ ମଧ୍ୟ ୨୪.୫% ଅପରାଧ ଶିକାର ହୋଇଥିବାବେଳେ
୨୦୨୦ରେ ଏହି ହାର ୪୭.୪% ଥିଲା ବୋଲି ଜାତୀୟ ଅପରାଧ କେତେ ଖୁବେ
(ଏନ୍ଦ୍ରିଆବିରି) ରିପୋର୍ଟରେ ପ୍ରକାଶ ପାଇଛି। ସେହିପରି ୨୦୨୧ରେ ଶିଶୁ ବିରୋଧୀ ଅପରାଧ ପୃଷ୍ଠା-୪

ମୋର ଟେଲେ
ମୋର ପେପେ

ସାର୍ଟ
କାର୍ଯ୍ୟ



ସାର୍ଟ ବେହାର
ପ୍ଲାଷ୍ଟ ପରିଚାଳନା



For distributorship enquiry contact: 9938371891/ 7978852286/ 7008307918

ADMISSION 2022-23 KHALLIKOTE UNITARY UNIVERSITY BERHAMPUR

ACCREDITED "A" GRADE BY NAAC, www.kuu.ac.in

Online applications are invited for Admission into the following collaborative Self-Financing Courses for the Session 2022-23.

| COURSE | YEARS | FEES/YEAR | ELIGIBILITY |
|--|---------|---|---|
| M.Sc. ETC (Int.) (5 years integrated Course) | 5 Years | Rs.25,000/- (For 3 years) Rs.35,000/- (For last 2 years) | +2 Science or Eqv. with Math (40% in Aggregate) |
| BBA (Bachelor in Business Admin.) | 3 Years | Rs.15,000/- | +2 Any Stream or Eqv. with (40% in Aggregate) |
| MFA (M.Com. Financial Analysis) | 2 Years | Rs.25,000/- | +3 Any Stream or Eqv. with 50% in Aggregate (45% Aggregate for B.Com., SC & ST) |

Last date to apply Online for BBA & M.Sc. ETC (Int.) - 07.09.2022. Sd/- Registrar

For Details: 8908650779, 9040544144, 9337241280, 7381688272

DSPL - 155

ଦେବି ଲକ୍ଷ୍ମୀ ବହୁରୂପୀ ଏଣ୍ଟ୍ରୁଅ ଟିଲ୍

- ରାଜଧାନୀରେ ରାକେଟ୍ ସକ୍ରିୟ
- ଅଜା, ନାତିଙ୍କୁ ଗିରିଧା କଳା
ବନ ବିଭାଗ



ଭୁବନେଶ୍ୱର, ୨୦୨୧(ଭୁବେନ୍ଦ୍ରିଆ)
ରାଜ୍ୟରେ ବନ୍ଧୁକାନ୍ତେ ଭଳିବହୁରୂପୀ ଏଣ୍ଟ୍ରୁଅ ମଧ୍ୟ ଗପୋର କାଲାଶ ହେଉଛି।
ରାଜଧାନୀ ଭୁବନେଶ୍ୱରରେ ଏହି ରାକେଟ୍ ସକ୍ରିୟ ଥିବାବେଳେ ଲକ୍ଷ ଲକ୍ଷ
ଜଙ୍ଗାରେ କାରବା ହେଉଥିବା ଜଣାପଢିଛି। ସୋମବାର ସତରାତି ବିହାର
ନିକଟ ଶ୍ୟାମାପ୍ରାସାଦ ପର୍କରେ ତାତ୍ତ୍ଵ କରି ବନ ବିଭାଗ ସମ୍ପଦ ଅଜ
ଓ ନାତିଙ୍କୁ ଗିରିଧା କରିଛି। ସେମାନେ ହେଲେ ଜଗତିହୁମୁକୁର ରଖି
ରଞ୍ଜନ ଦାସ(୧୯) ଓ ଅଜା କ୍ଷୀରୋଦ ମହାନ୍ତି(୩୩)। ପୃଷ୍ଠା-୪



ଓଡ଼ିଶା ସରକାର



INSPIRE AND EMPOWER



Government of Odisha

OAVS

Felicitation

of

Meritorious
Students

for

ACADEMIC
EXCELLENCE
2022

by
SHRI NAVEEN PATNAIK

Hon'ble Chief Minister, Odisha

30th August 2022 || 11.30 AM

1st Floor, Convention Centre
Lokaseva Bhawan, Bhubaneswar



ଶ୍ରୀଯୁକ୍ତ ନବୀନ ପଇନାଇକ

ମାନ୍ୟବର ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀ, ଓଡ଼ିଶା

୩୦ ଅଗଷ୍ଟ ୨୦୨୨ || ଅପରାହ୍ନ ୫ ଟା

କନ୍ତେଜନ୍ସନ ସେଣ୍ଟର || ଲୋକସେବା ଭବନ

ଜଗଳ, ପରିବେଶ ଓ
ଜଳବାୟୁ ପରିବର୍ତ୍ତନ ବିଭାଗ

OIPR-08012/13/0239/2223

Department of School and Mass Education

OIPR-27029/13/0012/2223

**ସଂଖ୍ୟାପରେ
ଏନ୍‌ସିସି ପ୍ରଶିକ୍ଷଣ
ଶିକ୍ଷିର ଉଦ୍ୟାପିତା**



ବ୍ରଜପୁର ଅର୍ଥସ୍, ୨୦୨୨ - ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀ
କଲେଜୀକରଣ କେନ୍ଦ୍ରିକାଳ କଣ୍ଠାନୀ
ଜାତୀୟ ସମାର ଶିକ୍ଷାର୍ଥୀ ବାହିନୀ
(ଏନ୍‌ସିସି) ଯୁଦ୍ଧିତ ପକ୍ଷରୁ ଆଗ୍ରହିପୂର୍ବ
ହେଲେ ଏଥ୍ୟମାନିକାରୀରେ ଅନୁଷ୍ଠାନିକ
ବାର୍ଷିକ ପ୍ରଶିକ୍ଷଣ ଶିକ୍ଷିର ଯୋଗବାର
ଉଦ୍ୟାପିତ ହୋଇଯାଇଛି। ଏଥିରେ
୨୩ ଦିନାଳ୍ୟ ଓ ମହାବିଦ୍ୟାଳୟର
୧୫୫ ଏନ୍‌ସିସି କ୍ୟାବେର ଅଣ୍ଟର୍ନେଟ୍ କମାନ୍ଡ୍
କରିଥିଲୋ। ଶିକ୍ଷିର କେନ୍ଦ୍ରିକାଳ କେବାର
ଦଶତା, ମିଲିଟାରୀ ଚାର୍ଟର୍, ବନ୍ଦୁ ଚାଲନା,
ସାମାଜିକ ସେବା, ବ୍ୟାସ୍ୟ ଓ ପରିଷ୍କାରକ
ସମ୍ବରଣ ତାଲିମ ଦିଆଯାଇଥିଲା।

ଫଙ୍କାଲ ଜନପେକ୍ଷନ୍ତର ସରୋଇ ଉପଚାର...

ବର୍ଷାଦିନେ ଅନେକଙ୍କଠାରେ ଫଙ୍କାଲ ଜନପେକ୍ଷନ ସମସ୍ୟା ଦେଖାଦିବା ଏଥିପାଇଁ ଶରାରର ବିଭିନ୍ନ ପୁଣ୍ଡର କରି ଜନ୍ମ କଢ଼ରେ ଫଙ୍କାଲ କୁଣ୍ଡର ହୋଇଥାଏ କେତେକ ସରୋଇ ଉପଚାର ଦ୍ୱାରା ଏତଳି ସମସ୍ୟା ଦୂର କରାଯାଇପାରିବ...



ଆବଶ୍ୟକ । ଏହା ବ୍ୟତୀତ ଆପଣ ଗଛେଲେ କେତେବେଳେ ଘପଚାର ମଧ୍ୟ କରିଯାଇବେ । ଜାଣିରଖନ୍ତୁ ସେ ସମ୍ପର୍କରେ...

► ଏପରି ସମସ୍ୟା ଥିଲେ ଅନେକ ପାଇର ପକାଇ ଆଶି କିମ୍ବା ମନଙ୍କା କୌଣସି କ୍ରିମ ଲଗାଇ ଦିଅନ୍ତି । ହେଲେ ଏପରି କରିବା ଦ୍ୱାରା ସମସ୍ୟା କରିବା ବନନ୍ତର ବଢ଼ିବା ଆଶକ୍ତା ରହିଛି । ତେଣୁ ଏପରି ନ କରି ଆପଣ ଗଛେଲେ ହୁକ୍କ ଆଗମ ପାଇବା ଲାଗି ନାହିଁ ତେଳ କିମ୍ବା ଅଳିଭ୍ ତେଳ ଲଗାଇ ପାରିବେ ।

► ଏକ ସତା କପହାରେ ବରପ ଖଣ୍ଡ ମେଇ ଜନ୍ମଗେ କୁଣ୍ଡର ହୋଇଥାଏ ଭାଗରେ ଧୀର ଧୀର ଘଷିବା ଦ୍ୱାରା କୁଣ୍ଡରହେବା ଏବଂ ପୋଡ଼ିବା କମିଥାଏ ।

► ପାଣିରେ ଅଛୁ ଶାରବା ବୋଜା ମିଶାଇ କୁଣ୍ଡର ହୋଇଥାଏ ପୁଣ୍ଡର ଧୋଇପରେ ମଧ୍ୟ ଆଗମ ମିଳିଥାଏ ।

► ଝିର୍ପାର୍କ୍‌ରୁ ୧୪ମିନିଟ୍ ପ୍ରୟେତ ଘଷିବା ପରେ ପାଣିରେ ଧୋଇଦିଅଛୁ କୁଣ୍ଡର ହେବା କମିଯିବ ।

► ପାଣିରେ ନିମ୍ନପ୍ରତି ପକାଇ ପୁଣ୍ଡର ଦିଅନ୍ତି । ଏହି ପାଣିରେ ଗାଧୋଇବା ଦ୍ୱାରା ଫଙ୍କାଲ ଜନପେକ୍ଷନ ଦୂରହେବା ସଥ କୁଣ୍ଡରହେବା ସମସ୍ୟା ମୁଣ୍ଡ ମିଳିଥାଏ ।

► ହଳଦାପାଣିରେ କିମ୍ବା ଉପରେ କରି ଲଗାନ୍ତୁ ଏବଂ ମା ମିନିଟ୍ ଶୁଖିବାକୁ ଛାଟି ଦିଅନ୍ତି ।

ପ୍ରସବ ପରେ...



ମାଆ ହେବା ପରେ ଶରାରକୁ ଅଧିକ ଖାଦ୍ୟ ଆବଶ୍ୟକ ହୋଇଥାଏ । ଖାଦ୍ୟରେ ଉପଯୁକ୍ତ ମାତ୍ରରେ ପ୍ରେନ୍ସ୍, କ୍ୟାଲୋରୀ, ଭିଗିନ୍ ଏବଂ ମନେରାଲ ରହିଥିବା ଖାଦ୍ୟ ଖାଆନ୍ତୁ । ତେଣୁ ଭାତ, ଡାଲ, ଫଳ, ମିଥ, ସୋରିଷ ତେଳ, ମେଥ ଓ ଜିରା ଆଦି ଖାଆନ୍ତୁ । ନିଜ ପାଇଁ ଉପଯୁକ୍ତ ସୁଷମ ଖାଦ୍ୟ ସମ୍ପର୍କରେ ଉପରିବାନ୍ତରେ କରନ୍ତୁ ।

► ପ୍ରସବ ପରେ ଶରାର ଯଦି ସୁଷମ ରହିଥାଏ ତେବେ ତାତ୍କରକ ପରାମର୍ଶ ଅନୁହୀରେ ଯୋଗ ଓ ବାୟମ କରନ୍ତୁ ।

► ଓଜନ କମ୍ କରିବା ପାଇଁ ପ୍ରକୃତ ମାତ୍ରରେ ପାଣି ପିଅନ୍ତି । ଫଙ୍କାଲ ଶରାର ହାତରେ ରହିଥିବା ଅଧିକା ଅନ୍ଧକାରୀ କାର୍ଯ୍ୟକଷମତା ମଧ୍ୟ ପାଷାନ କାର୍ଯ୍ୟକଷମତା ହୋଇପାରେ । ତେଣୁ ପିଲାକୁ ଜୀବନକୁଠାରୁ ଦୂରେଇ ରଖନ୍ତୁ ସେମାନଙ୍କ ପୋଷକ ଆର୍ଥିକାରେ କିମ୍ବା ମେତିକେତେ ସଲ୍ୟକନ୍ତର ସପା କରନ୍ତୁ । ସେମାନଙ୍କ ଶରାରକୁ ଓଦା ହେବାକୁ ଦିଅନ୍ତୁ ନାହିଁ । ସର୍ବଦା ସପା ଏବଂ ଶୁଖିବା ରଖନ୍ତୁ । ପିଲାକ ପୋଷକକୁ ପ୍ରତିବିନ କିମ୍ବା ସମାନ ଖରା ଦେବାକୁ ଭୁଲକୁ ନାହିଁ । ନରମ ଏବଂ ଆରାମଦାୟକ ପୋଷକ ପିଲାକୁ ।

- ଯଦି ଶରାରରେ କୋଣସି ପୁଣ୍ଡର କୁଣ୍ଡର ହେବା । କିମ୍ବା ଲାଗି ଦିଅନ୍ତି ।

କିମ୍ବା ଲାଗି ଦିଅନ୍ତି ।

ସେତେ ଖୁବି



ଆବଶ୍ୟକ ମାନଗ୍ରୀ: ମଧ୍ୟ ଆକାରର ଅଧିକ କିଳେଗ୍ରାମ ସେଓ, କ୍ଷୀର ୧ ଲିଟର, ଚିନ ୧୦୦ ଗ୍ରାମ, ଶୋଟ କାଗାହୋଇଥୁବା କାର୍ବୁ ୨ ବଡ଼ ଗମଟ, ୨ ଗମଟ କିମ୍ବିଟ୍, ପେଟ୍ରୋ ଅଧିକ ଗମଟ, ୪୮ ଗ୍ରାମ ରହିଥିବା ଏବଂ ପ୍ରତ୍ୟେକ ପ୍ରଶାନ୍ତର ମଧ୍ୟ ପାଇବା କରନ୍ତୁ ।

ପୁଣ୍ଟି ଅଧା ହେବା ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଅପେକ୍ଷା କରନ୍ତୁ । ଏହା ପରେ କେବି ଘୋଷା ପକାଇ ଭାଲ ଭାବେ ଗୋଲାଇ ଦିଅନ୍ତି । କୋରାହୋଇଥାଏ ସେଥିରୁ ସେଥିରେ ପକାଇ ଗୋଲାଇ ଏହା କାହିଁ କିମ୍ବା ପେଟ୍ରୋ କିମ୍ବା ପେଟ୍ରୋ କରନ୍ତୁ । ଶେଷରେ ରହିଥିବା ଏବଂ ପକାଇ ଗୋଲାଇ କରନ୍ତୁ ।

ଶୈଳିକ୍ୟ

ରେମିଟେ ମେକ୍‌ଥ୍ରେପ

ସୁବର୍ତ୍ତା ହୁଅନ୍ତି ଅବା ମହିଳା, କାହାକୁ ବିନା ମେକ୍‌ଥ୍ରେପରେ ଦେଖୁବା ମୁହିଲା ମେକ୍‌ଥ୍ରେପ ବିନା ଯେମିତି ସେମାନଙ୍କ ପରସ୍ତାଲିଟିରେ ଆଶ ଆବିଧାଏ ତେବେ ବର୍ଷାଦିନେ ପାଣି ସଂରକ୍ଷଣରେ ଆସି ମେକ୍‌ଥ୍ରେପ ଧୋଇଯାଉଥାବୁରୁ ଅନେକଙ୍କର ଚିନ୍ତା କରିଯାଇଥାଏ ଏମିତିରେ କେଉଁଭିଜି ମେକ୍‌ଥ୍ରେପ ମେଲେ ବର୍ଷାଦିନେ ତାହା ଶାସ୍ତ୍ର ଖରାପ ହେବ ନାହିଁ ଜାଣିରଖନ୍ତୁ...

► ଏପରି ସମସ୍ୟା ଥିଲେ ଅନେକ ପାଇର ପକାଇ ଆଶକ୍ତା ରହିଛି । ତେଣୁ ଏପରି ନ କରି ଆପଣ ଗଛେଲେ ହୁକ୍କ ଆଗମ ପାଇବା ଲାଗି ନାହିଁ ତେଳ କେବେଳ କିମ୍ବା ଅଳିଭ୍ ତେଳ ଲେଇ କରନ୍ତୁ ।

► ଆଗରପ୍ଲଟ ପାଇଶେଶନ ଏବଂ ପାଇଁ ସବୁ ରହିଥାଏ କିମ୍ବା ପାଇଶେଶନ ନ ଲଗାଇବା ନାହିଁ । ନାହିଁ କିମ୍ବା ପାଇଶେଶନ ନ ଲଗାଇବା ଏବଂ ମନ୍ଦର ବ୍ୟବହାର କରନ୍ତୁ ।

► ଆଗରପ୍ଲଟ ପାଇଶେଶନ ଏବଂ ପାଇଁ ସବୁ ରହିଥାଏ କିମ୍ବା ପାଇଶେଶନ ନ ଲଗାଇବା ନାହିଁ ।

► ଆଗରପ୍ଲଟ ପାଇଶେଶନ ଏବଂ ପାଇଁ ସବୁ ରହିଥାଏ କିମ୍ବା ପାଇଶେଶନ ନ ଲଗାଇବା ନାହିଁ ।

► ଆଗରପ୍ଲଟ ପାଇଶେଶନ ଏବଂ ପାଇଁ ସବୁ ରହିଥାଏ କିମ୍ବା ପାଇଶେଶନ ନ ଲଗାଇବା ନାହିଁ ।

► ଆଗରପ୍ଲଟ ପାଇଶେଶନ ଏବଂ ପାଇଁ ସବୁ ରହିଥାଏ କିମ୍ବା ପାଇଶେଶନ ନ ଲଗାଇବା ନାହିଁ ।

► ଆଗରପ୍ଲଟ ପାଇଶେଶନ ଏବଂ ପାଇଁ ସବୁ ରହିଥାଏ କିମ୍ବା ପାଇଶେଶନ ନ ଲଗାଇବା ନାହିଁ ।

► ଆଗରପ୍ଲଟ ପାଇଶେଶନ ଏବଂ ପାଇଁ ସବୁ ରହିଥାଏ କିମ୍ବା ପାଇଶେଶନ ନ ଲଗାଇବା ନାହିଁ ।

► ଆଗରପ୍ଲଟ ପାଇଶେଶନ ଏବଂ ପାଇଁ ସବୁ ରହିଥାଏ କିମ୍ବା ପାଇଶେଶନ ନ ଲଗାଇବା ନାହିଁ ।

</div

