

ଡୁବନେଶ୍ୱର, ସୋମବାର, ମେ' ୨୯/୨୦୨୩ (୮+୮ ପୃଷ୍ଠା)

Bhubaneswar, Monday, May 29/2023

Page 16 ₹ 7.00

୪୯୬ ଭାଗ ୧୮୩ ସଂଖ୍ୟା | www.orissakhabar.com/www.dharitri.com | Printed at Bhubaneswar, Sambalpur, Rayagada & Angul

VOLUME 49 ISSUE 183

ମୂଲ୍ୟ୮୮

ମୋନାକୋ ଗ୍ର୍ୟୁ ଜିତିଲେ ଉର୍ଧ୍ବପେନ
ରେଉଳୁର ମାଛ ଉର୍ଧ୍ବପେନ ମୋନାକୋ ଫର୍ମୁଲା ଥ୍ରୀ
ଗ୍ର୍ୟୁ ମୋଟର ରେସ ଜିତିଛନ୍ତି।

୦୪ ୦୯

ଆଇପା ଆଷାଡ୍: ଶ୍ରେଷ୍ଠ ଅଭିନେତା ହିତିକ
ବିଜିତ ଅଭିନେତା ହିତିକ ରୋଶନ ଲକ୍ଷଣ୍ୟାଶନାଳ ଲେଖିଆନ ପିଲ୍ଲ ଏକାତେମୀ
ଆଷାଡ୍ (ଆଇପା) ୨୦୨୩ରେ ଶ୍ରେଷ୍ଠ ଅଭିନେତା ଭାବେ ଶନିବାର ପୂର୍ବତ ହୋଇଛନ୍ତି।



ଚିକାତେ ଓ ପାଳି ସରଜାରଙ୍ଗୁ
ପ ର୍ଷ ପୂରଣ ହେଉଥାରୁ
କିଛି ବଢ଼ ନିଷ୍ପତ୍ତି ଆଶା

ଆଇପା ଆଷାଡ୍: ଶ୍ରେଷ୍ଠ ଅଭିନେତା ହିତିକ
ଆଇପା ଆଷାଡ୍: ଶ୍ରେଷ୍ଠ ଅଭିନେତା ହିତିକ

୭୦୧୯ ମେ' ୨୯ ଉପରେ ଲଗାତର ପଞ୍ଚମ ଥର
ପାଇଁ ନବାନ ପଢନାଯଇଲ ସରକାର ଗଠନ କରିଥିଲେ।
ସରକାର ଗଠନ ପ୍ରଥମ ନବାନ ପଢନାଯଇଲ କାନ୍ତିକାଳ ଅଧ୍ୟତ୍ତରେ ଲୋକିଶେଷ ଉପରେ ଅନୁଷ୍ଠାତ ହେବ।
କ୍ୟାବିନେଶ୍ଵର ଏବଂ ପ୍ରଥମ ଉପରେ ମୋହର ବିଜାପୁର ବେଳି ବେଳି କିମ୍ବା ଲାଗି କ୍ୟାବିନେଶ୍ଵର ନିଷ୍ପତ୍ତି ହୋଇଥିଲା। ଜଳ ସଂପଦ, ରାଜସ୍ତା, ସାଧାରଣ ପ୍ରଶାସନ, ପଞ୍ଚଭିତ୍ତିକ, ଅର୍ଥ ଉପରେ କିମ୍ବା ପ୍ରପ୍ରତିକ୍ରିୟା ପାଇଁ ବେଳି ଶୁଣାଯାଇଛି।



ମ୍ୟାନ୍ ମାଟି ଦ୍ୱିତୀୟ



ମହିଳା କୁଣ୍ଡିଯୋଦ୍ଧାଙ୍କୁ ଗୋଇଠା ମାରି ଉଠାଇଲେବା ଦିଲ୍ଲୀ ପୋଲିସ

DSPL-52



ଓଡ଼ିଶା ସରକାର

ସାମାନ୍ୟ ସତର୍କତା ଅଂଶୁଘାତକୁ
ଦୂରେଇ ଦେଇ ପାରିବ

ସତର୍କ ରୁହନ୍ତୁ, ସୁରକ୍ଷିତ ରୁହନ୍ତୁ



- ଦିନ ୧୧ ଟାରୁ ନାଟା ମଧ୍ୟରେ ଗାଣ ଖରାକୁ ଯାଆନ୍ତୁ ନାହିଁ କିମ୍ବା ଖରାରେ କଠିନ ପରିଶ୍ରମ କରନ୍ତୁ ନାହିଁ।
- ଗାଣ ଖରାରେ ବାହାରକୁ ଯିବାକୁ ଥିଲେ ପୂର୍ବରୁ ଯଥେଷ୍ଟ ପାଣି ପିଅନ୍ତୁ ଏବଂ ସାଙ୍ଗରେ ପାଣି ବୋତଳ ଓ ଛତା ନେବାକୁ ଭୁଲନ୍ତୁ ନାହିଁ।
- ଶିଶୁ, ଗର୍ଭବତୀ ମହିଳା, ବୃଦ୍ଧ, ଉଚ୍ଚ ରକ୍ତଚାପ ଏବଂ ମଧ୍ୟମେହରେ ପାଢ଼ିତ ବ୍ୟକ୍ତିମାନେ ଅଧିକ ସତର୍କ ରୁହନ୍ତୁ।
- ମାଦକ ଦ୍ରବ୍ୟ, ସିଗାରେଟ୍, ତମାଶୁ ଆଦି ସେବନ କରନ୍ତୁ ନାହିଁ।
- ଶ୍ରୀମତୀ ପରିଷାରକୁ କାନ୍ତିକାଳ ପାଇଁ ମଧ୍ୟମେହରେ ପରିଶ୍ରମ କରନ୍ତୁ ନାହିଁ।
- ମଧ୍ୟ ପ୍ରବାହ ସମୟରେ କେହି ହଠାତ୍ ଅସୁନ୍ଦର ଅନୁଭବ କଲେ ଆଦୋ ହେଲା କରନ୍ତୁ ନାହିଁ। ଗୋଗୀକୁ ତୁରନ୍ତ ଡାକ୍ତରାମାନକୁ ନେଇ ଚିକିତ୍ସା କରନ୍ତୁ।
- ସମସ୍ତ ସରକାରୀ ଡାକ୍ତରାମାନରେ ଅଂଶୁଘାତ ରୋଗୀଙ୍କ ପାଇଁ ନିଃଶ୍ଵର
ଚିକିତ୍ସା ଉପଲବ୍ଧ।

ଅଧିକ ସୂଚନା ପାଇଁ ସ୍ଵାସ୍ଥ୍ୟ ସହାୟତା ନମ୍ବର ୧୦୪ କୁ ଯୋଗାଯୋଗ କରନ୍ତୁ।

ସ୍ଵାସ୍ଥ୍ୟ ଓ ପରିବାର କଳ୍ୟାଣ ବିଭାଗ

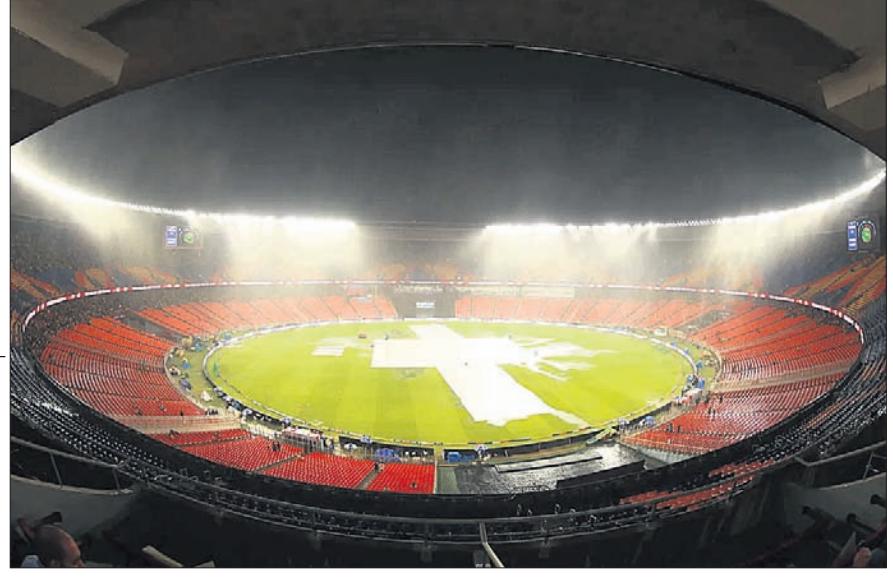
OIPR-10003/13/0042/2324



facebook.com/HFOdisha
@HFOdisha
http://www.health.odisha.gov.in



ଜଣ୍ମିଆନ ପ୍ରମିଲୀର ଲିଖ ଫାଇନାଲ ଦେଖୁବା ପାଇଁ ଅହମଦାବାଦ ଷ୍ଟାଡ଼ିଯୁମ ବାହାରେ ଦର୍ଶକଙ୍କ ଗହଳି ।



ବର୍ଷା ଯୋଗୁ ପିଚକୁ କଉର କରି ରଖାଯାଇଛି ।



ପୂର୍ବତନ କ୍ରିକେଟ ଖେଳାଳି ଏବଂ ବିସିସିଆଲ ଓ ଆଇପିଆଲ କର୍ମକର୍ତ୍ତା ।

ସାବାଲେଙ୍କା, ଖାତାମୋଡୁ, ସିର୍ବସିପାସ୍ ବିଜୟୀ

ପ୍ରାଚୀନତା, ୨୮୫

ପ୍ରେସ୍ ଓପନରେ ରୂପ-ଯୁକ୍ତିନ୍ ବିଦାଦଃ ହାତ ମିଳାଇଲେନି ଖେଳାଳି

ପ୍ରେସ ଡେମ ଜୟବାଳା ପାଇଁ
ହୋଇଛି । ହିତେହୁ ଖେଳାଳି ମାନେ
ବିଜୟ ସହିତ ନିଜର ଅଭିଯାନ ଆରମ୍ଭ
କରିଛନ୍ତି । ଆରିନା ସାବାଲେଙ୍କା,
କାରେନ ଖାଗାନୋଭ ଓ ସ୍କ୍ରିପ୍ଟାନୋସ୍
ସିରେପାସଙ୍କ ପରି ଖେଳାଳି ସହଜ
ବିଜୟ ସହିତ ବ୍ରିତୀୟ ରାତଣ୍ଡରେ
ପ୍ରବେଶ କରିଛନ୍ତି । ପୂରୁଷ ସିଙ୍ଗାଳ
ବର୍ଗରେ କାରେନ ଖାଗାନୋଭ,
ସ୍କ୍ରିପ୍ଟାନୋସ୍ ସିରେପାସ,
ସେବାନ୍ଧିଆନ୍ କୋଣ୍ଟ ଓ ମୁୟବର୍ତ୍ତ
ହୁରକାଙ୍କ ପରି ଖେଳାଳି ଜିଥୁବା
ବେଳେ ମହିଳା ବର୍ଗରେ ଆରିନା
ସାବାଲେଙ୍କା, ଏଲେନ ମର୍ଟେନ୍ସ୍
ବ୍ରିତୀୟ ରାତଣ୍ଡରେ ପହଞ୍ଚିଛନ୍ତି ।
ଅନ୍ୟ ପକ୍ଷରେ ପ୍ରଥମ ଦିନରେ କିଛି
ବିର୍ବଳ ପାଦ ପ୍ରେସ କିମ୍ବା

ସାବାଲେଙ୍କା ୨-୩, ୨-୭ ସେରେ
ମାର୍ଗ କୋଣ୍ଠକୁ ପରାୟ କରିଥିଲେ ।
ମାର୍ଗ ହାରିବା ପରେ ମାର୍ଗ କୋଣ୍ଠକ
ଅଧ୍ୟାତଳକ ସିଂହ ହାତ ଦିଲାଇଥିଲେ ଓ
ନିଜ ବିରାମ ଗାନ୍ଧି ଯାଇଥିଲେ । ଏହାପରେ
ଦର୍ଶକ ଝାଡ଼ୁ ତାଙ୍କୁ ବୁ କରାଯାଇଥିଲା ।
ଏହି ଘଟଣା ପରେ ପ୍ରତିକ୍ରିୟା ପ୍ରକାଶ
କରି ଦର୍ଶକଙ୍କୁ ସମାଲୋଚନା କରିଥିଲେ
କୋଣ୍ଠକ । ଯେଉଁ ମାନେ ମୋତେ ବୁ

କୁଥୁଳେ ସେମାନଙ୍କୁ ଲଜ୍ଜା ଲାଗିବା
ବେଳି ସେ କରିଥିଲେ । ଉଲ୍ଲଙ୍ଘନୀୟ
ସେ, ସୁବ୍ରତ ଉପରେ ଆକ୍ରମଣକୁ ନେଇ
ବେଳାଷ୍ଟ ଆକ୍ରମଣକାରୀ ରାଷ୍ଟ୍ର ରୂପକୁ
ସମର୍ଥନ ଦେଇଥିଲା । ଏହି କାରଣରୁ ମାର୍ଗ
କୋଣ୍ଠକ ମାର୍ଗ ପୁରୁଷ ହେବାରୁ ଥିବା
ଫଳ ଶୁଭର ମଧ୍ୟ ଅଂଶ ଗ୍ରହଣ କିମ୍ବା
ଥିଲେ । ଏପରି ସାବାଲେଙ୍କା ମଧ୍ୟ ଦର୍ଶକଙ୍କ
ଏତଳି ବ୍ୟବହାରକୁ ନାପସଥ କରିଛନ୍ତି ।

ନମ୍ବର ସିତି କାରେନ୍ ଖାଗାନୋଭ
୪ ସେଇ ଦିଶାକୁ ସଂଘର୍ଷପୁଣ୍ଣାର୍ଣ୍ଣ
ମଧ୍ୟରେ କନନ୍ଧାର୍ଣ୍ଣ ଲେଷ୍ଟିନେଙ୍କୁ
ପରାୟ କରିଛନ୍ତି । ପ୍ରଥମ ଦୁଇ
ସେଇ ହାରିବା ପରେ ଖାଗାନୋଭ
ଚମକ୍ତାର ପ୍ରତ୍ୟାବର୍ତ୍ତନ କରି
ମଧ୍ୟରେ ୩-୭, ୧-୭, ୨-୭,
୨-୧୫, ୨-୨୦ ମେରେ ଦେଇ

୭-୩, ୭-୨, ୪-୭ ଆମେରକାର
 ପ୍ୟାଟିକ କିପସନଙ୍କୁ ହରାଇଥିଲେ ।
 ଆମେରିକାର ଆନାସି କୋଣିନାକିସ୍
 ୨୦ ନମ୍ବର ସିର ଜଳଞ୍ଜର ଡାନ୍
 ଏଭାସ୍ତୁ ୭-୪, ୭-୪, ୭-୪
 ସେରରେ ପରାୟ କରି ବିପର୍ଯ୍ୟୟ
 ଘଟାଇଛନ୍ତି । ଗ୍ରାସର ଶିଥାନୋସ
 ସିରୁପାସ ୭-୫, ୭-୩, ୪-୭
 ଓ ୭-୭ ସେରରେ କେକିଆର
 ଜିରି ଭେସଲିଙ୍କୁ ହରାଇଛନ୍ତି । ୨୪
 ନମ୍ବର ସିରେ ଆମେରିକାୟ
 ସେବାଶିଆନ କୋଡ଼ି ନିଜ ଦେଶର
 ମ୍ୟାକେଞ୍ଜି ମ୍ୟାକତୋନାଲ୍ୟ
 ୭-୪, ୭-୫ ଓ ୭-୪
 ସେରରେ ପରାୟ କରଥିଲେ ।
 ମହିଳା ବର୍ଗରେ ଆରିନା
 ସାବାଲେଙ୍କା ୭-୩, ୭-୨
 ସେରେ ଯୁକ୍ତେନର ମାର୍ଗ
 ବୋଲ୍ଦେନ୍ସ ହୋଟ୍ଲ ରିସାର୍ଟ୍

ଜାତୀୟ ସର୍ବଦୂନିଯତ ପୁରୁଷ ହକ୍କି

ଉତ୍ତର ପ୍ରଦେଶ ଚାଲିଯନ



କ୍ଷାଣୀୟ ମରଜନିମର ପରିଷ ଦେଇ ସାଂଖ୍ୟକ ଉତ୍ତର ପରିଷ ଦଳ ।

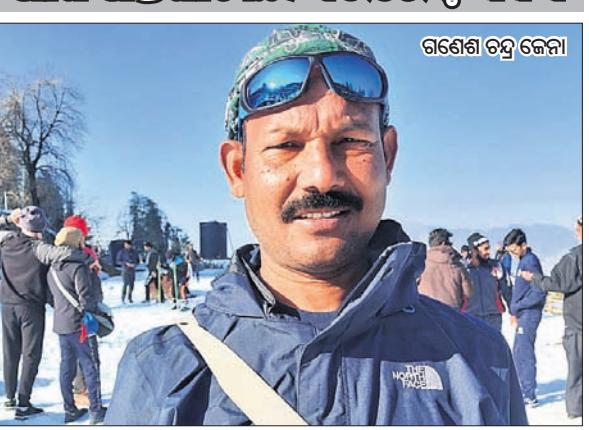
ଓଡ଼ିଶାକୁ ରୌପ୍ୟ,
ହରିଯାଣାକୁ ବ୍ରାଜ

(୩୯ ତମ), ଅଧିକାୟକ ଅଞ୍ଜିତ ଯାଦବ (୪୪ ତମ) ଓ ରାହୁଳ ରାଜବର (୫୨ତମ) ଗୋଟିଏ ଲେଖାଁଙ୍କ ଗୋଲ ଦେଇଥିଲେ । ଉଡ଼ିଶା ପକ୍ଷରୁ ଦେଓନାଥ ନାୟକାର ଏକମାତ୍ର ଗୋଲ ୪୭ ମିନିଟରେ ସ୍କୋର କରିଥିଲେ । ଅନ୍ୟପକ୍ଷରେ ମଧ୍ୟ ୩ ରୁ ପାଇଁ ଆନ୍ଦୋଳିତ ମ୍ୟାଚରରେ ହରିଯାଣା ଦଳ ୪-୨ ଗୋଲରେ ପାଇଥିଲା । ପାଇଁ ପାଇଁ ପାଇଁ

ଗଣେଶଙ୍କ ଏହରେଷୁ ମାରାଥନକୁ ୧୦ ବର୍ଷ

ଭୁବନେଶ୍ୱର, ୨୮୫ (କ୍ରୀଡ଼ା ପ୍ରତିକିଧି)

ଆଜି ଅନ୍ତର୍ଜାତୀୟ ଏତରେସ୍ତ ଦିଗ୍ବିଶ



୨୦୧୯ରେ ସେ ଏଭେରେଷ୍ଟୁ ଆଗୋହଣ କରିଥିବା ବେଳେ
୨୦୧୮ରେ ଏକମାତ୍ର ଭାରତୀୟ
ଭାବେ ଏଭେରେଷ୍ଟୁ ମାରାଥନ୍ମରେ
ଭାଗ ନେଇଥିଲେ । ଅଦ୍ୟାବଧୂ
ଗଣେଶ ଏକମାତ୍ର ଭାରତୀୟ
ଭାବେ ଏଭେରେଷ୍ଟୁ ମାରାଥନ୍ମର
ହେବାର ଚୌରବ ବହନ କରିଛନ୍ତି ।
ସୁଚନାଯୋଗ୍ୟ,
୨୦୧୯ରେ

ରେସଲରଙ୍କ ବିରୋଧରେ
କାର୍ଯ୍ୟାନ୍ଵଶାନକୁ ନିଦା

ପ୍ରତ୍ୟାଶାଙ୍କୁ ଆଉ ଏକ ରୌପ୍ୟ

ଭୁବନେଶ୍ୱର, ୨୮୧୫ (କ୍ରାତ୍ତି ପ୍ରତିନିଧି)

ଉଦ୍‌ଦେଶ୍ୟ	ପ୍ରଦେଶର ଗ୍ରେନର	ମିଟର ପ୍ରିସ୍ତ୍ରୀଙ୍କ ଲଭେଣ୍ଟରେ
ନିର୍ମାଣାରେ	ଶଳିଥିବା ଖେଳୋ	୯୧୭.୮୦ ସେକେଣ୍ଟ୍ ସମୟ ନେଇ
ଜାହିନ୍ଦା	ବିଶ୍ଵବିଦ୍ୟାଳୟ କ୍ରୂଡ଼୍ରାର	ଏହି ସମ୍ପଳତା ପାଇଛନ୍ତି । ଏହାର
ମୁଲିନ୍ଦି	ଲଭେଣ୍ଟରେ ଅଢ଼ିଶାର	ମିଶାଇ ସେ ପ୍ରତିବୋଚିତାରେ ୧ ସବ୍ରଷ୍ଟି
ପ୍ରତ୍ୟାଶା ରାଯ୍	ରବିବାର ଆଉ ଏକ	୩୩୦ ଗୋପ୍ୟ ପଦକ ପାଇଛନ୍ତି । ପୂର୍ବିକ
ରୌପ୍ୟ	ପଦକ ହାସାଲ କରିଛନ୍ତି ।	ସେ ୧୦୦ ମିଟର ବ୍ୟାକ୍ଷେତ୍ରରେ
ଉତ୍କଳ	ବିଶ୍ଵବିଦ୍ୟାଳୟ ପାକ୍ଷରୁ	ସର୍ବ୍ସ୍ଵ ଏବଂ ୪୦୦ ମିଟର ପ୍ରିସ୍ତ୍ରୀଙ୍କରେ
ପ୍ରତିନିଧି	କରୁଥିବା ପତ୍ୟାଶା ୨୦୦	୩ ୨୦୦ ମିଟର ବ୍ୟାକ୍ଷେତ୍ରରେ
		ରୌପ୍ୟ ପଦକ ପାଇଥିଲେ



ସଂଖ୍ୟାପରେ
ଜାବନ ଜାର୍ରିଗାର କଳାକୁ ସହିତ୍
ସମ୍ବନ୍ଧ ଓ ଅର୍ଥପୂର୍ଣ୍ଣ କରେ

ପାଷାବାଦ ଟିପ୍ପାଧାରା ପୂର୍ବଠାରୁ ଅଧିକ ମାରାମ୍ବକ

ଭୁବନେଶ୍ୱର, ୨୮୪ (ବ୍ୟୁଗୋ)

କମ୍ପ୍ରେଟ ଶିବବାମଙ୍କ ଦ୍ୱାରା ମୁଖ୍ୟ ବାର୍ଷିକ ଅବସରରେ ଲୋହିଆ ନିଜ ବଦନା ମାଧ୍ୟମରେ ଜାବନାର ଆସିଥାଏ ଏକାତ୍ମେତାରେ 'ପାଷାବାଦ ଏବଂ ତାହାର ପ୍ରତିରୋଧ' ସ୍ଵାରକୀ ବୃଦ୍ଧି ବିବାର ଅନୁଭୂତି ହୋଇଯାଇଛି। ସାଥୀ ଶିବବାମ ସ୍ଥିତି କମିଟି ଆନ୍ତରିକ୍ ମାରାମ୍ବକରେ ଆଯୋଜିତ ଏହି କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମରେ କମ୍ପ୍ରେଟ କେ.ଏ.ନ.

ରାମପ୍ରଦମ ଯୋଗଦେଇ କହିଲେ, ଗଣଶକ୍ତି ନିର୍ମାଣ ଓ ଗଣସଂଘରେ ଜରିଆରେ ଶିବବାମ ଦ୍ୱାରା ସାଥୀଭାବରେ ଅଧିକାର ପାଇଁ ଲାଭେଇ କରୁଥିଲେ। ଏହି ଲାଭେଇ ଆସିଥାଏ ଶିବବାମ ସ୍ଥିତି ପ୍ରତିରୋଧ କରିପାଇଲେ ତାହା ତାଙ୍କ ପ୍ରତି ଶ୍ରେଷ୍ଠ ସମ୍ମାନ ହେବ ବୋଲି ସେ ମତ ଦେଇଥିଲେ। ଅନ୍ୟତମ ଅନ୍ୟତମ ଭାବରେ ଯୋଗଦେଇ ପ୍ରଫେସର ବିଜୟ ବିହିଦାର କମ୍ପ୍ରେଟ ପାଦିକାରୀ ହୋଇଯାଇଛି। ଶ୍ରୀ ଶିବବାମ କମିଟି ଆସିଥାଏ ସାଥୀଭାବରେ ଅଧିକାର ପାଇଁ ଲାଭେଇ କରୁଥିଲେ।

ଶ୍ରୀ ଶିବବାମ କମିଟି ପ୍ରତିରୋଧ କରିବାର ପାଇଁ ଲାଭେଇ କରୁଥିଲେ। ଏହି ଅଧିକାର ପାଇଁ ଲାଭେଇ କରୁଥିଲେ। ଏହି ଅଧିକାର ପାଇଁ ଲାଭେଇ କରୁଥିଲେ। ଏହି ଅଧିକାର ପାଇଁ ଲାଭେଇ କରୁଥିଲେ।

ଶ୍ରୀ ଶିବବାମ କମିଟି ପ୍ରତିରୋଧ କରିବାର ପାଇଁ ଲାଭେଇ କରୁଥିଲେ। ଏହି ଅଧିକାର ପାଇଁ ଲାଭେଇ କରୁଥିଲେ।

ଶ୍ରୀ ଶିବବାମ କମିଟି ପ୍ରତିରୋଧ କରିବାର ପାଇଁ ଲାଭେଇ କରୁଥିଲେ।

ଶ୍ରୀ ଶିବବାମ କମିଟି ପ୍ରତିରୋଧ କରିବାର

ଶତକାରୀ ଏକଳ ବ୍ୟକ୍ତିଗୁରୁ ପ୍ରାଣିକ



ଡ. ଦେବାଶିଷ ମହାନ୍ତି

ମଧ୍ୟ ପରିଲକ୍ଷିତ ହେଲାଣି ଓ ଆଧୁନିକ ମାନବ ସମାଜର ଏହା ମାନସିକତା ଓ ସଂସ୍କୃତିରେ ପାଳାଟି ଗଲାଣି । ଏକକ ବ୍ୟବସ୍ଥାତ ମୁଣ୍ଡିକ, ଏକକ ବ୍ୟବହାର ପରେ ପରିଚ୍ୟକ୍ତ ସଂସ୍କୃତିର ଜ୍ଞାନକ୍ଷତ୍ର ଉଦ୍‌ବହନଣ । ଆମ ପୂର୍ବ ପୂର୍ବାଷ୍ଟକ ପରିଦ୍ୱାସ୍ୟାୟ ଉକ୍ତରେ ପଦାର୍ଥ ଉପରେ ନିର୍ଭର କରିବା ପରିବର୍ତ୍ତ ଉହଜରେ ଉପଳକ୍ଷ୍ଟ ଏକକ ବ୍ୟବସ୍ଥା ପଦାର୍ଥ ଉପରେ ବେଶି ଭରଯା ରଖୁଛି । ଏହି ଏକକ ବ୍ୟବହାର ପରେ ପରିଚ୍ୟକ୍ତ ସଂସ୍କୃତିର ଦୂରଗାମୀ ପରିଶାମ ସମକ୍ଷରେ ଆମେ ସମାପ୍ତେ ଅଞ୍ଚ । ଏକକ ବ୍ୟବସ୍ଥାତ ମୁଣ୍ଡିକ ପାଇଁ



ପିନେ ଅଧିକଙ୍କ ପ୍ରକୋଷ୍ଟରେ ବସିଥିବା
ହେଲେ ଏଇ ମନ୍ଦିରୀ ମାତ୍ରିକ

A large pile of single-use plastic waste, including plastic bags, cups, straws, utensils, and containers, illustrating the problem of plastic pollution.

ମଧ୍ୟ ମାନବକୁ ବହୁ ମୂଲ୍ୟ ଦେବାକୁ
ପଡ଼ିବ। ଆମର ଘ୍ୟାଷ୍ଟିକ ପ୍ରତି ଆସିଛି
ମହାଯାଗର, ଜୀବଜୀବ ତଥା ଆମର
ସ୍ଥାଯ୍ୟ ଉପରେ ଗଭୀର ନିକାରାମଙ୍କ
ପ୍ରଭାବ ପକାଉଛି। ଏହାର ପ୍ରଭାବ
ପରିବେଶ ତଥା ମାନବ ସମାଜ ଉପରେ
ହଜାର ହଜାର ବର୍ଷ ପରିଯ୍ୟନ୍ତ ରହିବ।
ସରଳ ଭାଷାରେ କହିଲେ ଏକକ
ବ୍ୟବସ୍ଥା ମୂଳ୍ୟକ ଏପରି ପଦାର୍ଥ ଯାହା
ସାଧାରଣତଃ ପେଟ୍ରୋଲିୟମଜାତ
ରସାୟନକୁ ପ୍ରସ୍ତୁତ କରାଯାଏ ଏବଂ ଥରେ
ବ୍ୟବସ୍ଥା ହେଲା ପରେ ଏହାକୁ ଫୋପାତି
ଦିଆଯାଏ। ଅଧିକାଂଶ ସମୟରେ
କେତେକ ମୂହଁର୍ଭ ପାଇଁ ବ୍ୟବସ୍ଥା ଏହି
ମୂଳ୍ୟକ ପଦାର୍ଥ ପରିବେଶ ପାଇଁ ହଜାର
ହଜାର ବର୍ଷ ପାଇଁ ବିଦପ ହୋଇଯାଏଥାନ୍ତି।
ଏକକ ବ୍ୟବସ୍ଥା ମୂଳ୍ୟକ ସାଧାରଣତଃ
ଆବରଣ ଜରି, ମୂଳ୍ୟକ କପ, ଗ୍ରୀସ,
ମୁଣି ଓ ବୋତଲରେ ବ୍ୟବସ୍ଥା ହୁଏ।
ମୂଳ୍ୟକ ଏକ ସଂଶୋଧିକ ପଳିମାରର
କତି, ଯାହା ଅନେକ ସ୍ତର ଅଶ୍ଵମାନଙ୍କ
ବ୍ୟବସ୍ଥା କିମି ୧୦୦୦ ଟଙ୍କା ହୋଇଥାଏ

“ଆମ
ପୂର୍ବ ପୁରୁଷଙ୍କ ପରି
ହାର୍ଯ୍ୟାମ୍ୟା ଉତ୍ତର ପଦାର୍ଥ ଉପରେ
ନିର୍ଭର କରିବା ପରିବର୍ତ୍ତେ ସହଜରେ
ପଲବ୍ର ଏକକ ବ୍ୟବହୃତ ପଦାର୍ଥ ଉପରେ
ଉଦ୍‌ଗାସା ରଖୁଣ୍ଣା ଏହି ଏକକ ବ୍ୟବହାର ପାଇଁ
କୁ ସଂକ୍ଷିତିର ଦୂରଶାମୀ ପରିଶାମ ସମ୍ବନ୍ଧରେ
ସମପ୍ରେ ଅଞ୍ଚା ଏକକ ବ୍ୟବହୃତ ମୁକ୍ତିକ ପାଇଁ
ନାନବକୁ ବହୁ ମୂଲ୍ୟ ଦେବାକୁ ପଡ଼ିବା ଆମର
ପ୍ରତି ଆସନ୍ତି ମହାସାଗର, ଜାବଜନ୍ମୁ ଥଥ
ପର ସାସ୍ପୁ ଉପରେ ଗଭୀର ନକାରାଯକ
ବାବ ପକାଉଛି ଏହାର ପ୍ରଭାବ ପରିବେଶ
ଥଥା ମାନବ ସମାଜ ଉପରେ ହଜାର
ହଜାର ବର୍ଷ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ରହିବା”

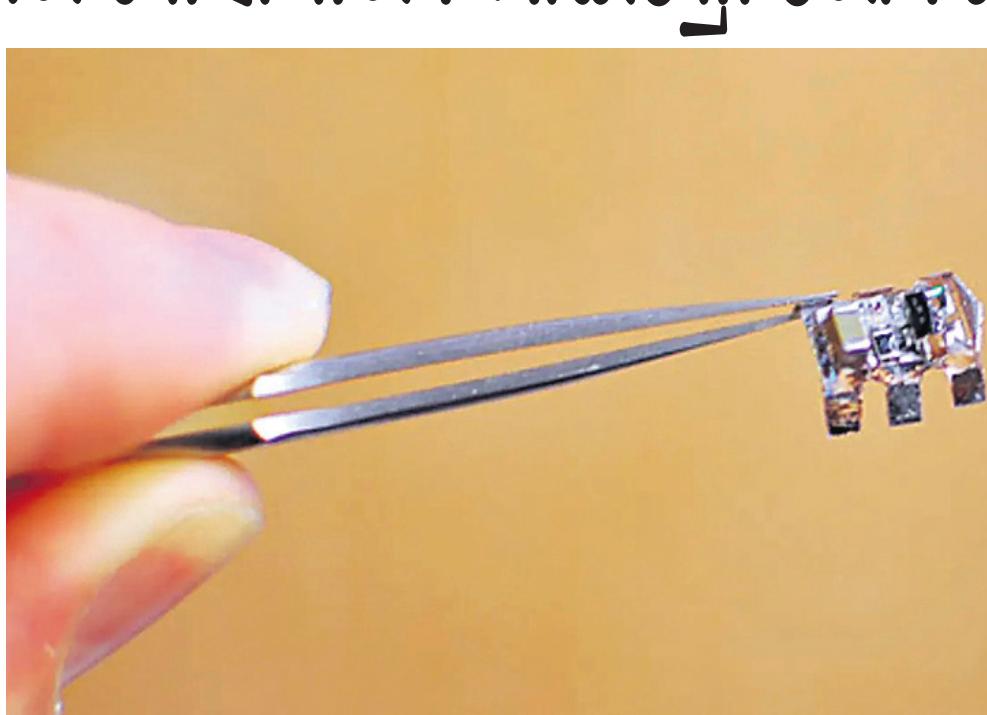
ରସାୟନ ବିଜ୍ଞାନ ବିଭାଗ, ଛେଙ୍କାନାଳ ଅଧ୍ୟାତ୍ମିକ ପଦ୍ଧତିଯୋଗ୍ୟ ରୋଗାର

ସନ୍ତକିତ ଖାଦ୍ୟ ଓ କ୍ଷୁଦ୍ରାଲୋକ ପରିମାଣ



ଆମ ଶରୀରରେ କ୍ୟାଲୋରି ପରିମାଣ ଅସଫୁଲିତ ରହିଲେ
ତାହା କେତେକ ରୋଗକୁ ପରୋକ୍ଷରେ ଡାକି ଆଣିଥାଏ ।
ଡେଶ ଏହି ସ୍ଵର୍ଗ ସବବେଳେ ସାନ୍ତ୍ଳିତ ରହିବା ନିଶ୍ଚାତି ଜୁଗା ।

A close-up photograph showing a person's hands, with fingers painted in a gradient of pink, red, and orange, using a pair of metal tweezers to manipulate a small, thin, metallic object. The object appears to be a piece of wire or a thin needle. The background is a solid yellow color.



ମାନେ ରଖନ୍ତୁ

- ଯେଉଁ ରତ୍ନ ହେଉ ନା କାହିଁକି
ଖାଦ୍ୟପେଯ ପ୍ରତି ସବୁବେଳେ ସର୍ତ୍ତକ
ରୁହୁଛୁ । ପ୍ରତିଦିନ ଏପରି ଖାଦ୍ୟ ଖାଆନ୍ତି
ଏପରି ତାହା ସହଜରେ ହଜମ
ହୋଇପାରିବ ।
 - ରାତିରେ ଶୋଇବାକୁ ଯିବା ପୂର୍ବରୁ
ଉଜ୍ଜ୍ଵଳ ଆଲୋକ ସଂଶର୍ଷରେ ଆସନ୍ତୁ
ନାହିଁ । ମୋବାଇଲ୍ କି ଚ୍ୟାବ ପରି
ଜଳେକଟ୍ରୋନିକ ଜିନିଷଠାରୁ ମଧ୍ୟ
ଦୂରେଇ ରୁହୁଛୁ । ନ ହେଲେ, ଏହାହାରା
ନିଦ୍ରାରେ ବ୍ୟାଘାତ ସୃଷ୍ଟି ହୋଇପାରେ ।
 - ହାଡ଼, ଅଣ୍ଟିମଙ୍ଗାକୁ ମଜଭୁତ
କରିବାରେ ଭାଗମିନ ଡି' ର ଭାଗିକା

A woman with curly hair is sleeping peacefully in bed, wearing a white t-shirt. She is lying on her side, facing right, with her head resting on a white pillow. Her eyes are closed, and she has a slight smile on her face. The background is a light-colored wall.

- ଯଦି କୌଣସି ଗୋଗରେ ଆପଣ ଆନ୍ତ୍ରାକ୍ତ ହେଉଛନ୍ତି, ତେବେ ତୁରନ୍ତ ଡାକ୍ତରଙ୍କ ସମ୍ମାନରେ କରିବା ପୂର୍ବରୁ ଡାକ୍ତରଙ୍କ ବିଶ୍ୟମତେ ସବିଶେଷ ଉଥ୍ୟ ସଂଗ୍ରହ କରନ୍ତା।

ସାମ୍ପ୍ରଦୟ ସତ୍ତବ ନାମ

►କୌଣସି କାମ କରିବା ପୂର୍ବରୁ ଦେ
ନେଇ ଭଲ ଭାବରେ ଚିନ୍ତା କରନ୍ତୁ ଯିବି
ଆଗ୍ରହ ନାହିଁ, ତେବେ ପ୍ରଥମେ ମନ୍ତ୍ରାବ୍ୟମିଳିତ କରିବାକୁ

ସକାରାମ୍ବକ ପରବେଶକୁ ଆଶନ୍ତି
ତା'ପରେ ଜାମ କରିବାକୁ ଆଗାହୁ ।
► ଉଚକା ଫଳମୂଳ ଆମ ଶରୀରାପ
ପାଇଁ ବେତେ ଉପକାରୀ ତାହା କହିଲୁ
ଅନାବଶ୍ୟକ । ତେଣୁ ବ୍ରେକ୍ଷାଧି
ତାଲିକାରେ ଏହାକୁ ସାମିଳି କରନ୍ତୁ
କାରଣ ନିୟମିତ ଠିକ୍ ସମୟରେ
ବ୍ରେକ୍ଷାଧି କଲେ ତାହା ମନରୁ
ସକାରାମ୍ବକ ରଖ୍ଯାଏ ।
► ମାନସିକ ଭାବେ ସବୁବେଳେ ସୁଲ୍ଲ

ରହୁବା ପାଇ ପ୍ରାଣ୍ୟମ କରନ୍ତୁ ।
 ►ପ୍ରତିଦିନ ଶିଖିବିଦିବା ଏକ ଭଲ
 ବ୍ୟାୟମ । ହେଲେ ଆପଣଙ୍କର ଯଦି
 ଆଶ୍ଚି ଗଣି ଦରଜ ହେଉଛି, ତେବେ
 ଯେତେ ଶିଖି କମ୍ ଚଢ଼ିବେ ତାହା ସେତେ
 ଭଲ ।
 ►ପ୍ରତିଦିନ ରାତିରେ ଶୋଇବାକୁ ଯିବା



