

୩ ମାସରେ ରେରା  
ରୁଲ୍ ଆଣିବାକୁ  
ହାଇକୋର୍ଟଙ୍କ ନିର୍ଦ୍ଦେଶ

## ଗ୍ରାମାଞ୍ଚଳର ରୂପରେଖ ବଦଳିବ

ଆମ ଓଡ଼ିଶା, ନବୀନ ଓଡ଼ିଶା ଯୋଜନାକୁ କ୍ୟାବିନେଟ୍ ମଞ୍ଜୁରୀ

ଭୁବନେଶ୍ୱର, ୧୦/୭ (ଅନିଲ ଦାସ)

- ଏକ ନୂଆ ଯୁଗର ଆରମ୍ଭ ହେବ: ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀ
- ୯ ପ୍ରସ୍ତାବକୁ କ୍ୟାବିନେଟ୍ ମୋହର

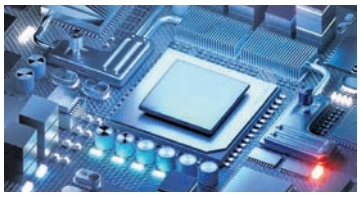
ଆଉ କିଛି ମାସ ପରେ ରାଜ୍ୟରେ ଯାଧାରଣ ନିର୍ବାଚନ ହେବାକୁ ଥିବାବେଳେ ରାଜ୍ୟ ସରକାର ଗ୍ରାମାଞ୍ଚଳ ବିକାଶ ଉପରେ ଅଧିକ ଯୋଜନା କରୁଛନ୍ତି। ଗାଁ ଗଣ୍ଡାରି ଭିତ୍ତିରେ ପୁରୁଷ କରବା ସହିତ ରାଜ୍ୟର ସମସ୍ତ ଜଗତୀୟ ସଂସ୍କୃତି, ଐତିହ୍ୟ ଓ ପରମ୍ପରା ବଜାୟ ରଖିବା ଉପରେ ଗୁରୁତ୍ୱ ଦେଇଛନ୍ତି। ପୂର୍ବରୁ ପ୍ରଚଳିତ 'ଆମ ଗାଁ ଆମ ବିକାଶ' ବଦଳରେ ଏଣିକି ଗାଁ ଗହଳିର ବିକାଶ ପାଇଁ 'ଆମ ଓଡ଼ିଶା ନବୀନ ଓଡ଼ିଶା' ନାମରେ ନୂତନ ଯୋଜନା ଆରମ୍ଭ କରିବାକୁ ରାଜ୍ୟ ସରକାର ନିଷ୍ପତ୍ତି ନେଇଛନ୍ତି। ଏହା

ଗ୍ରାମାଞ୍ଚଳର ରୂପରେଖ ବଦଳାଇ ଦେବ। ସୋମବାର ରାଜ୍ୟ କ୍ୟାବିନେଟ୍‌ର ଏକ ବୃତ୍ତୀୟ ବୈଠକରେ ଏହାକୁ ଅନୁମୋଦନ କରାଯାଇଛି। ଏହି ନୂତନ ଯୋଜନା ପାଇଁ ରାଜ୍ୟ ସରକାର ଚଳିତ ଆର୍ଥିକବର୍ଷ ବଜେଟ୍‌ରୁ ନିଜସ୍ୱ ପାଣ୍ଠି ଖର୍ଚ୍ଚ କରିବେ। ଏହି ଯୋଜନାରେ ଓଡ଼ିଶାର ଐତିହ୍ୟ ଓ ସାଂସ୍କୃତିକ ଭିତ୍ତିକୁ ବିକାଶ, ପ୍ରାଥମିକ ଶିକ୍ଷାର ଉନ୍ନତୀକରଣ, ମହିଳା, ଯୁବ ସମ୍ବଳାକରଣ ହାସଲ ପାଇଁ ଭିତ୍ତିକୁ ବିକାଶ,

ଯୁବପିଢ଼ିଙ୍କ ପାଇଁ କ୍ରୀଡ଼ା ସୁବିଧା, ବ୍ୟାଙ୍କିଙ୍ଗ୍ ସେବା ତଥା ଡିଜିଟାଲ ସେବା ନିମନ୍ତେ ଆବଶ୍ୟକ ଭିତ୍ତିକୁ ଉନ୍ନତୀକରଣ ଇତ୍ୟାଦି ପ୍ରସ୍ତାବ ଗ୍ରହଣ କରାଯିବ। ଓଡ଼ିଶାର ମହାନ ସଂସ୍କୃତିକୁ ବଜାୟ ରଖି ଆଧୁନିକ ତଥା ଆକାଂକ୍ଷା ଓଡ଼ିଶା ଗଠନ କରାଯିବ। ୨୦୨୩-୨୪ ଆର୍ଥିକ ବର୍ଷରେ ଏହି ଯୋଜନା ପାଇଁ ୪ ହଜାର କୋଟି ଟଙ୍କା ବ୍ୟୟବରାଦ କରାଯାଇଛି। ପ୍ରତ୍ୟେକ ଗ୍ରାମପଞ୍ଚାୟତକୁ ୫୦ ଲକ୍ଷ ଟଙ୍କା ପ୍ରାପ୍ୟ - ୪

## ସୈମିକଶକ୍ତର ନିର୍ମାଣରୁ ଫକ୍ଟକନ୍ ଓହରିଲା

ନୂଆଦିଲ୍ଲୀ, ୧୦/୭  
ରୁଜରାଟରେ ଭାରତୀୟ ଶିଳ୍ପ ସଂସ୍ଥା ବେଦାନ୍ତ ସହ ମିଳିତ ଭାବେ ଯେମିକଶକ୍ତର ନିର୍ମାଣ ଯୋଜନାକୁ ଓହରିଯିବା ଲାଗି ଫକ୍ଟକନ୍ ସୋମବାର ନିଷ୍ପତ୍ତି ନେଇଛି। ଫକ୍ଟକନ୍ ସୈମିକଶକ୍ତର ନିର୍ମାଣରେ ଭାରତକୁ ଆତ୍ମନିର୍ଭର କରିବା ଲାଗି ପ୍ରଧାନମନ୍ତ୍ରୀ ନରେନ୍ଦ୍ର ମୋଦିଙ୍କ ଯୋଜନାକୁ ବଡ଼ ଝଟ୍କା ଲାଗିଛି। ବେଦାନ୍ତ ସହ ମିଳିତ ଭାବେ ଯେମିକଶକ୍ତର ଫକ୍ଟକନ୍ ଓହରିଯିବା



ରୁଜରାଟରେ ୧୯.୫ ବିଲିୟନ ଡଲାର ପୁଞ୍ଜିନିବେଶରେ ସୈମିକଶକ୍ତର ଏବଂ ଡିସିପ୍ଲିନ ଉତ୍ପାଦନ ପ୍ଲାଣ୍ଟ ନିର୍ମାଣ ଲାଗି ବିଶ୍ୱର ସର୍ବବୃହତ୍ କମ୍ପ୍ଲେକ୍ସ ଇଲେକ୍ଟ୍ରୋନିକ୍ସ ନିର୍ମାଣ ଫକ୍ଟକନ୍ ଏବଂ ବେଦାନ୍ତ ମଧ୍ୟରେ ଗତବର୍ଷ ଗୁଡ଼ି ସ୍ୱାକ୍ଷର ହୋଇଥିଲା। ଆପୋଷ ରାଜିନୀନା ଅନୁଯାୟୀ ଅଧିକ ବିକାଶ ସୁଯୋଗ ଅନୁଷ୍ଠାନ ନିମନ୍ତେ ଫକ୍ଟକନ୍ ବେଦାନ୍ତ ସହ ମିଳିତ ଭାବେ ଯେମିକଶକ୍ତର ଆଉ ନ ଆଗେଇବା ଲାଗି ଟଙ୍କା ପ୍ରାପ୍ୟ - ୪

### ବକ୍ରପାତ ନେଲା ୪ ଜୀବନ: ପୃଷ୍ଠା-୩

## SIKSHA 'O' ANUSANDHAN

# SAAT-2023

**Empowering students for a brighter future**

**APPROVAL & RECOGNITIONS**

- Approved by UGC & AICTE
- Re-accredited by NAAC with A++ Grade
- Accredited by NBA
- Ranked in QS World Rankings 2023

**MBA PROGRAMMES OFFERED**

- MBA
- MBA (Hospital Administration)
- MBA (Hospitality Management)
- Integrated MBA

**NIRF INDIA RANKINGS 2023**

- 15<sup>th</sup> Best in University Category

**To apply for admission through SAAT, Please visit : [www.soa.ac.in](http://www.soa.ac.in)**

DSPL - 141

## ଦକ୍ଷତା ବିକାଶ ଓ ବୈଷୟିକ ଶିକ୍ଷା ବିଭାଗ ଓଡ଼ିଶା ସରକାର

**Skilled in ODISHA**

**ତାହାରୁ ଆସ ବାହାରି ସୁଯୋଗ ଅସୁମାରି....**

ସରୋପିନା ବାଙ୍କିରାକୁ ସରକାରୀ ଆଇଟିଆଇ, ରାଉରକେଲା ଠାରେ ସୁଦକ୍ଷା ଯୋଜନା ଆଣିଦେଇଛି ଇଲେକ୍ଟ୍ରିକ୍ ମୋଟର ଯାନ ଉପରେ ଅତ୍ୟାଧୁନିକ ତାଲିମ୍ ନେବାର ସୁଯୋଗ

ସୁଦକ୍ଷା ଯୋଜନା ମାଧ୍ୟମରେ ରାଜ୍ୟର ପ୍ରତ୍ୟେକଟି ସରକାରୀ ଆଇଟିଆଇରେ ଝିଅପିଲା ମାନଙ୍କୁ ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ମାଗଣାରେ ତାଲିମ୍ ଦେବାର ବ୍ୟବସ୍ଥା ଅଛି ।

[www.samsodisha.gov.in](http://www.samsodisha.gov.in) ITI ମାଧ୍ୟମରେ ଆବେଦନ କରନ୍ତୁ ।

OIPR-44008/13/0014/2324

DSPL - 140

## ବିଶ୍ୱ ଜନସଂଖ୍ୟା ଦିବସ

୧୧ ଜୁଲାଇ ୨୦୨୩

‘ସୁସ୍ଥ ମା’ ଓ ସୁସ୍ଥ ଶିଶୁ ପାଇଁ ପରିବାର ନିୟୋଜନ ଜରୁରୀ। ପରିବାର ନିୟୋଜନ ଆପଣାଇଥିବା ସମସ୍ତ ଦମ୍ପତିଙ୍କୁ ମୁଁ ‘ବିଶ୍ୱ ଜନସଂଖ୍ୟା ଦିବସ’ ପାଳନ ଅବସରରେ ହାର୍ଦ୍ଦିକ ସ୍ୱାଗତ କରୁଛି ।

ନବୀନ ଚନ୍ଦ୍ର ମହାନ୍ତି  
ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀ, ଓଡ଼ିଶା

ପରିବାର ନିୟୋଜନ, ସୁଖୀ ଜୀବନ

- ଉପଯୁକ୍ତ ବ୍ୟବଧାନରେ ଜନ୍ମ ନେଇଥିବା ଶିଶୁଙ୍କ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ଓ ଶାରୀରିକ ଅଭିବୃଦ୍ଧି ଠିକ୍ ରହେ ।
- ସମସ୍ତ ସରକାରୀ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ଅନୁଷ୍ଠାନରେ ମାଗଣା ପରିବାର ନିୟୋଜନ ସେବା ଉପଲବ୍ଧ ।
- ପରିବାର ନିୟୋଜନ କରୁଥିବା ଦମ୍ପତିଙ୍କ ନିମନ୍ତେ ଆର୍ଥିକ ପ୍ରୋତ୍ସାହନର ବ୍ୟବସ୍ଥା ଅଛି ।
- ପରିବାର ନିୟୋଜନ ଆର୍ଥିକ ସମୃଦ୍ଧି ଆଣିଥାଏ ।
- ଦେଶର ସାମଗ୍ରିକ ପ୍ରଜନନ ହାର (TFR) ୨.୦ ଥିବାବେଳେ ଆମ ରାଜ୍ୟ ଏହାକୁ ୧.୮କୁ ହ୍ରାସ କରି ନିରନ୍ତର ଅଭିବୃଦ୍ଧି ଲକ୍ଷ୍ୟ (SDG) ହାସଲ କରିପାରିଛି ।

ସୁସ୍ଥ ଓଡ଼ିଶା, ସୁଖୀ ଓଡ଼ିଶା

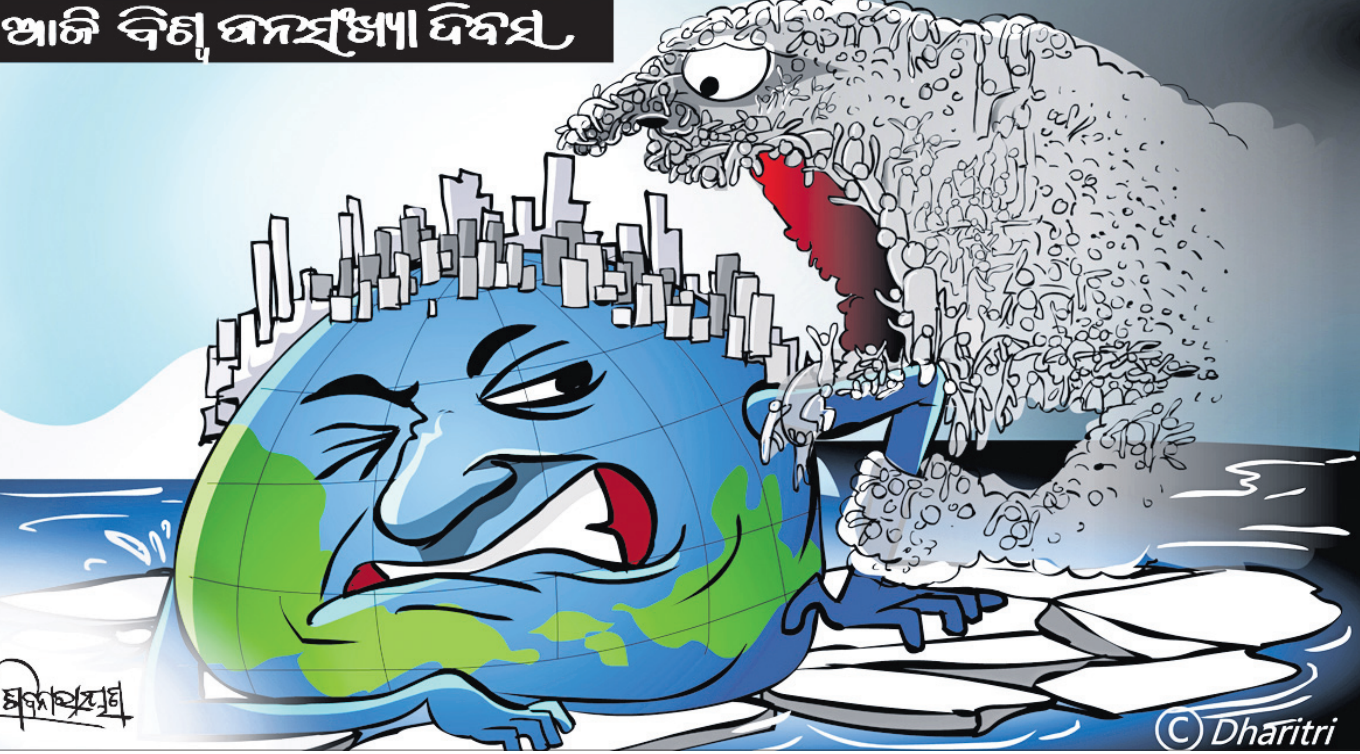
ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ଓ ପରିବାର କଲ୍ୟାଣ ବିଭାଗ, ଓଡ଼ିଶା

[www.samsodisha.gov.in](http://www.samsodisha.gov.in)  
[@SAAT2023](https://www.facebook.com/SAAT2023)  
<http://www.health.odisha.gov.in>

OIPR-10003/13/0080/2324



ଆଜି ବିଶ୍ୱ ଗନ୍ଧର୍ବ୍ୟା ଦିବସ



ଶୈବପୀଠରେ କାଉଡ଼ିଆଙ୍କ ମୃତ୍ୟୁ

ଦେବଗଡ଼, ୧୦।୭(ଶଶାଙ୍କ ଶେଖର ଝାଙ୍କର) କଳାଭିଷେକ ଲାଗି ଦେବଗଡ଼ସ୍ଥିତ ଶୈବପୀଠ...

ବକ୍ରପାତ ନେଲା ୪ ଜୀବନ

ବୋରିଗୁମ୍ଫା, (ବିଜୟ ନାୟକ), ବର୍ଅଁରପାଳ, ୧୦।୭(ଉପେନ୍ଦ୍ର ରାଉତ) କୋରାପୁଟ ଓ ଅନୁଗୋଳ ଜିଲ୍ଲାରେ...

ମାନସିକ ଚାପରୁ ଝାଡ଼େଶ୍ୱର କଲେଜ ଛାତ୍ରୀଙ୍କ ମୃତ୍ୟୁ

କଲେଜ କର୍ତ୍ତୃପକ୍ଷଙ୍କୁ ଦାୟୀକଲେ ପରିବାର ଲୋକେ

ବାଲେଶ୍ୱର, ୧୦।୭ (ମାନସ ବିଶ୍ୱାଳ) ଉତ୍କଳ ଭବିଷ୍ୟତ ଓ ପୁରସ୍କା ଯୋଗାଇଦେବାର ପ୍ରତୀକ୍ଷାରେ...



ଓଡ଼ିଆ ଶିକ୍ଷକ ହେଲେ ରତ୍ନପୁରା ଛାତ୍ରୀମାନଙ୍କୁ ପୁରସ୍କାର କରୁଥିବା ଓଡ଼ିଆ ସାଙ୍ଗମାନଙ୍କଠାରୁ ଜାଣିବାକୁ ପାଇଲୁ।

ହେଲେ ଓଡ଼ିଆ ସାଙ୍ଗମାନଙ୍କୁ ପରାମର୍ଶ ଦେବାପାଇଁ ଭିନ୍ନ ଭିନ୍ନ ମତ ଦେଉଛନ୍ତି। କାହା କଥାରେ କିଛି ଚାଲିଯାଇ ନାହିଁ।



ସମାକ୍ଷା ମହାନ୍ତି

ଦଶମ ଶ୍ରେଣୀ ପାଠ୍ୟ କ୍ରିୟା ପରେ ଘରେ ପହଞ୍ଚିଥିଲେ। ଉକ୍ତ କଲେଜରେ ରହିବା, ଖାଇବା, ଭଲ ବ୍ୟବହାର ସହ...

ଅଭିଯୋଗ ହୋଇଆସୁଛି। ଘରେ କିମ୍ବା ଅଭିଭାବକମାନଙ୍କୁ ଜଣାଇଲେ ପରାମର୍ଶରେ ଫୋନ୍ କରିଦେବାର ଧମକ...

ଅଭିଭାବକଙ୍କୁ ମାରାଧନ ଜେରାକଲା ଏନଆଇଏ

ଭୁବନେଶ୍ୱର, ୧୦।୭(ସତ୍ୟଜିତ୍ ରାଉତ) ପାକିସ୍ତାନୀୟ ଶିକ୍ଷକଙ୍କୁ ଶିକ୍ଷକଙ୍କୁ ଶିକ୍ଷକଙ୍କୁ ଶିକ୍ଷକଙ୍କୁ...

ଆଖି ଧରିଲେ ସ୍କୁଲ ନ ଯିବାକୁ ପରାମର୍ଶ

ଭୁବନେଶ୍ୱର, ୧୦।୭(ଅଭିଜିତ ଦାସ) ବର୍ଷ ଆରମ୍ଭରୁ ତେଜୁ ଭଳି ଆଖିଧରା ରୋଗ ଆଉ ଏକ ଚିକିତ୍ସା ଆଣିଛି।

ପାର୍ଶ୍ୱଦର୍ଶିକା ଜାରିକଲା ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ବିଭାଗ

ଆଖି ଧରିବା ସମୟରେ ନିଜ ଚଷମାକୁ ପ୍ରତ୍ୟେକ ଦିନ ନିୟମିତ ଭାବରେ ସଫା କରନ୍ତୁ।

ଆଖି ଧରିଲେ ପରିଷ୍କାର କପଡ଼ାକୁ ଉତ୍ତୁମ ପାଣିରେ ପକାଇ ଆଖିକୁ ଭଲ ଭାବରେ ଯତ୍ନ ଦେବାକୁ ନିର୍ଦ୍ଦେଶ ଦିଆଯାଇଛି।

ଅଲ୍ଲୋଚନ ଯାଏ ଡେଙ୍ଗୁ ସତର୍କତା

ଭୁବନେଶ୍ୱର, ୧୦।୭(ଅଭିଜିତ ଦାସ) ରାଜ୍ୟରେ ଏବେ ଡେଙ୍ଗୁ ବ୍ୟାପି ଚାଲିଛି। ୧୬ ଜିଲ୍ଲାରେ ୨୫୦ ଡେଙ୍ଗୁ ରୋଗୀ ଚିହ୍ନିତ ହୋଇଥିବାବେଳେ ଖୋର୍ଦ୍ଧା ଜିଲ୍ଲା ଶୀର୍ଷରେ ରହିଛି।

Advertisement for Reserve Bank of India (RBI) featuring a portrait of a man and text about digital services, including contact information and QR codes.

Advertisement for Gayatri Group of Institutions, listing various courses like B.Tech, MCA, MBA, BCA, and BBA, along with placement assistance and contact details.







ଆରୁଧାବିରେ ହେବ ଦିଲ୍ଲୀର ଆଇଆଇଟି କ୍ୟାମ୍ପସ: ଧର୍ମେନ୍ଦ୍ର



ଭୁବନେଶ୍ୱର, ୧୦୭(ପୁନିବ ମିଶ୍ର) ଆରୁଧାବିରେ ଦିଲ୍ଲୀର ଆଇଆଇଟି କ୍ୟାମ୍ପସ ପ୍ରତିଷ୍ଠା ହେବ।

ସହ ସେ ଯୁବକର ଛାତ୍ରାଛାତ୍ରୀମାନଙ୍କୁ ଭେଟି ସେମାନଙ୍କ ଉତ୍ସାହ ଉଦ୍ଦୀପିତ କରିବେ।

କ୍ରୀଡ଼ା ବନ୍ଦ ଦାବିରେ ସ୍କୁଲ ପାଠକରେ ତାଲି

ପାଟଣା, ୧୦୭(ବୀରକିଶୋର ଦାଶ) କେନ୍ଦ୍ରରେ ଜିଲା ପାଠକ ତହସିଲ ଗଠନପଦ୍ଧତି ଆରମ୍ଭ କରିବା ପାଇଁ ଆଇଆଇଟି କ୍ୟାମ୍ପସ ପ୍ରତିଷ୍ଠା ହେବ।



ପ୍ରଶାସନ ପକ୍ଷରୁ ସ୍କୁଲ ପାଠକରୁ ତାଲି ଖୋଲାଯାଇଛି। ୧୦ରୁ ଉର୍ଦ୍ଧ୍ୱ ଲୋକଙ୍କ ଘର, ଅଗ୍ରନିକ୍ଷେପ ଓ ସ୍କୁଲ କାନ୍ଥ ପାଟି, ଗାଲ ଗାଲ ଶସ୍ତ୍ରାସ୍ତ୍ର ତାଲି ପକାଇ ପ୍ରତିବାଦ କରିଥିଲେ।



ସ୍ୱତନ୍ତ୍ର ଆଲୋଚନା କେନ୍ଦ୍ର ଉଦ୍ଦୀପିତ ଲୋକଙ୍କୁ ବୁଝାଖୁଣି କରୁଛନ୍ତି। ଉର୍ଦ୍ଧ୍ୱ କର୍ମଚାରୀ ଜାମିନ ବିନାରେ ଜଙ୍ଗଲ ଭିତରକୁ ଚାଲିଯାଇଥିଲେ।

ସ୍କୁଲରେ ଗାଁ ଥରବା ଘଟଣା

ପ୍ରଭାବିତଙ୍କ ଘର ବୁଲି ଦେଖିଲେ ତହସିଲଦାର ସାମୟିକ ଭାବେ କ୍ରୀଡ଼ା ବନ୍ଦ ନିର୍ଦ୍ଦେଶ ଦେଲେ।

LEVEL-II TRANSPORT CONTRACTOR 2023-25 NOTICE INVITING TENDER. Odisha State Civil Supplies Corporation Ltd., Nayagarh. Tender No. 2651, 2652, 2653, 2654, 2655, 2656, 2657 & 2658/Dt. 07.07.2023.

The Odisha Small Industries Corporation Ltd. (A Government of Odisha Undertaking) TENDER CALL NOTICE. Tender Notice No. 3446/RE/OSIC Dt. 07.07.2023.

OFFICE OF THE EXECUTIVE ENGINEER PODAGADA DAM DIVISION, UIDC, KHATIGUDA AT/PO- KHATIGUDA, DIST.- NABARANGPUR, Pin-764085.

ODISHA JOINT ENTRANCE EXAMINATION (OJEE) - 2023. No. 310/OJEE Dt. 10/07/2023. TENTATIVE SCHEDULE OF REGISTRATION.

OFFICE OF THE GENERAL MANAGER, WATCO PROJECT DIVISION, SAMBALPUR, ODISHA - 768005. NATIONAL COMPETITIVE BIDDING THROUGH e-PROCUREMENT.

GOVERNMENT OF ODISHA No. O-329 OFFICE OF THE ENGINEER-IN-CHIEF, RURAL WORKS, ODISHA, BHUBANESWAR.

ବୈଷୟିକ ଶିକ୍ଷା ଓ ତାଲିମ ନିର୍ଦ୍ଦେଶାଳୟ, ଓଡ଼ିଶା, କଟକ SAMS Student Academic Management System.

OFFICE OF THE CHIEF CONSTRUCTION ENGINEER, RURAL WORKS CIRCLE, BARIPADA. "e" Procurement Notice for Building Work.

OFFICE OF THE PANCHAYAT SAMITI, BARGAON, DIST.: SUNDARGARH. TENDER CALL NOTICE - 02/2023-24.

ରାଜ୍ୟ ସରକାରୀ ଓ ବେସରକାରୀ ଆଇଟିଆଇ ମାନଙ୍କର ୨୦୨୩-୨୪ ଶିକ୍ଷାବର୍ଷର ବିଜ୍ଞାପନ।

GOVERNMENT OF ODISHA OFFICE OF THE SUPERINTENDING ENGINEER, RURAL WORKS DIVISION, GUNUPUR. E-Procurement Notice.

OFFICE OF THE SUPERINTENDING ENGINEER, RURAL WORKS DIVISION, GUNUPUR. E-Procurement Notice.















# ଆଖୁଧରା

## ପିଲାଙ୍କ କନ୍ଦିତକ ସୁକ୍ଷ୍ମଚିକିତ୍ସା



ଆଖୁଧରା ରୋଗ ବର୍ତ୍ତମାନ ଚାରିଆଡ଼େ ବ୍ୟାପିବାରେ ଲାଗିଛି। ଯେଉଁଥିରୁ ବାଢ଼ ପଢ଼ି ନାହାନ୍ତି ପିଲାମାନେ। ସ୍କୁଲ, ଚ୍ୟୁଟର ଲାଗି ବାହାରକୁ ଯିବା ବେଳେ ପୂର୍ବରୁ ରୋଗରେ ଆକ୍ରାନ୍ତ କୌଣସି ପିଲା କିମ୍ବା ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କ ସଂସ୍ପର୍ଶରେ ଆସିବା ଦ୍ୱାରା ଏହି ରୋଗ ସଂକ୍ରମଣର ଆଶଙ୍କା ବୃଦ୍ଧି ପାଇଛି। ତେବେ ଏମିତି ପରିସ୍ଥିତିରେ ପିଲାଙ୍କ ସହିତ ପରିବାର ସଦସ୍ୟଙ୍କୁ ସୁରକ୍ଷିତ ରଖିବା ଲାଗି ସତର୍କ ରହିବା ଆବଶ୍ୟକ...

ରୋଗ ଏକ ସପ୍ତାହ ମଧ୍ୟରେ ଆପେ ଭଲ ହୋଇଯାଏ। ତଥାପି ଡାକ୍ତରଙ୍କ ପରାମର୍ଶକ୍ରମେ ଆଇଡ୍ରପ୍ ପକାଇବା, ଆଇ ଅଏଣ୍ଡମେଣ୍ଟ ଲଗାଇବା ଏବଂ ଔଷଧ ସେବନ କରିବା ଦ୍ୱାରା ଶୀଘ୍ର ଏହି ସମସ୍ୟାକୁ ମୁକ୍ତି ମିଳିଥାଏ।

**ମନେରଖନ୍ତୁ...**  
ଆଖୁଧରା ରୋଗକୁ ନେଇ ଏବେ ବି ସମାଜରେ ଅନେକ ଭ୍ରାନ୍ତଧାରଣା ଏବଂ ଦେଶୀ ଚିକିତ୍ସା ଉପାୟ ପ୍ରଚଳିତ ହେଉଛି। ଯଥା- ଆଖୁଧରା ରୋଗର ଆଖୁକୁ ଚାହିଁଦେଲେ ଏହି ରୋଗ ବ୍ୟାପିଥାଏ। କେତେକ ଗଛର କ୍ଷୀର, ନିଜ ପରିସ୍ରା ଆଦି ପକାଇବା ଦ୍ୱାରା ଏହି ରୋଗ କମିଥାଏ। ହେଲେ ମନେରଖନ୍ତୁ, ଆଖୁ ମଣିଷ ଶରୀରର ସବୁଠାରୁ ସୁରକ୍ଷିତ ଅଙ୍ଗ। ତେଣୁ ଡାକ୍ତରଙ୍କ ବିନା ପରାମର୍ଶରେ କୌଣସି ଦେଶୀ ଚିକିତ୍ସା ପଦ୍ଧତି ଆପଣାନ୍ତୁ ନାହିଁ, ଯାହାକି ଚକ୍ଷୁ ସମସ୍ୟାକୁ ଆହୁରି ବଢ଼ାଇବା ସହ କେବେ କେବେ ଦୃଷ୍ଟିଶକ୍ତି ନଷ୍ଟ ହେବା ଆଶଙ୍କାକୁ ବଢ଼ାଇ ଦେଇଥାଏ।

- ଡା. ନରେଶ ଚନ୍ଦ୍ର ଆଚାର୍ଯ୍ୟ,  
ଶିଶୁରୋଗ ବିଶେଷଜ୍ଞ  
ଡା. ଅପରାଜିତା ଆଚାର୍ଯ୍ୟ,  
ଚକ୍ଷୁ ବିଶେଷଜ୍ଞ, ଭୁବନେଶ୍ୱର

### ଏମିତି ପିନ୍ଧନ୍ତୁ ଶାଢ଼ି

ଶାଢ଼ି ପ୍ରତ୍ୟେକ ନାରୀକୁ ଖୁବ୍ ସୁନ୍ଦର ମାନେ। ହେଲେ କେଉଁ ଶାଢ଼ିକୁ କିପରି ପିନ୍ଧିଲେ ଅଧିକ ଆଇକ୍ୟାଚି ଭୁଲ୍ ମିଳିବ ନାହିଁ ତାହାକୁ ଚାହୁଁଥିଲେ ଆପଣାନ୍ତୁ ଏହି ଟିପ୍ସ...



- କୌଣସି ପାର୍ଟି କିମ୍ବା ଫଙ୍କସନକୁ ଯିବାର ଥିଲେ ଫ୍ୟାସି ସିପନ୍, ଜକେଟ୍, ଭେଲଭେଟ୍, ନେଟ୍ ଭଳି ଶାଢ଼ିକୁ ଆପଣ ଲେହେଙ୍ଗା ଖାଇଲେ ପିନ୍ଧିପାରିବେ। ଷ୍ଟୋନ୍ ଓ ଖିଲି ବର୍ତ୍ତର ଶାଢ଼ିରେ ଏପରି ପିନ୍ଧିଲେ ଅଧିକ ସୁନ୍ଦର ଲାଗିଥାଏ। ଆପଣ ଚାହିଁଲେ ଲେହେଙ୍ଗା ଖାଇଲେ ଶାଢ଼ି ମଧ୍ୟ କଣି ପିନ୍ଧିପାରିବେ।

- ଯଦି ଆପଣଙ୍କୁ ହ୍ୟାଣ୍ଡଲ୍ସ କିମ୍ବା କଟନ ବର୍ତ୍ତର ଥିବା ଶାଢ଼ି ପସନ୍ଦ ତେବେ ଏହାକୁ ବଙ୍ଗାଳି ଖାଇଲେ ପିନ୍ଧିଲେ ଅଧିକ ସୁନ୍ଦର ଲାଗିବେ। ବିଶେଷକରି ସ୍ଲାଇଟ୍, ମାଠା କିମ୍ବା ଅନ୍ୟ ଲାଇଟ୍ କଲର ବର୍ତ୍ତର ସହ ଡିପ୍ କଲର ବର୍ତ୍ତର ଥିବା ଶାଢ଼ିକୁ ଏପରି ପିନ୍ଧନ୍ତୁ ଆଗ୍ରାଦ୍ୱାରା ଲାଗିବେ।



- ହେଲି ଏବଂ କଣ୍ଟ୍ରାଷ୍ଟ ବର୍ତ୍ତର ଥିବା ପାଟଶାଢ଼ିରୁଟିକୁ ମରାଠା ଖାଇଲେ ପିନ୍ଧିଲେ ଅପେକ୍ଷାକୃତ ସୁନ୍ଦର ଏବଂ ଖୁଲିଲିମିଶି ମଧ୍ୟ ଲାଗିଥାଏ। ତେବେ ଏହା ସହ ଏଲେବୋ ଲେଙ୍ଗ କିମ୍ବା ୩/୪ ଲେଙ୍ଗ ଲାଭକ୍ତ ପିନ୍ଧନ୍ତୁ।

- ବର୍ତ୍ତମାନ ମରମେଡ୍ ବା କକପରା ଡିଜାଇନ୍ସ ଶାଢ଼ି ମଧ୍ୟ ମାର୍କେଟ୍ରେ ମିଳୁଛି। ଆପଣ ଚାହିଁଲେ ଡିଫରେଣ୍ଟ ଲୁଗା ପାଇଁ ଏହାକୁ ମଧ୍ୟ ଗ୍ରାହ୍ୟ କରିପାରିବେ।

- କୌଣସି କର୍ପୋରେଟ୍ ମିଟିଂ କିମ୍ବା ଅଫିସ୍ ଆଲ୍ ମିଟିଂକୁ ଯାଉଥିଲେ କମ୍, ପାଟ, ମାଠା ଭଳି ଗ୍ରାଣ୍ଡିଗନାଲ୍ ଶାଢ଼ିକୁ ପ୍ରିଫର କରି ଅବା ଓ୍ୱାନ୍ ପିନ୍ କରି ପିନ୍ଧିଲେ ସ୍ପାର୍ଟି ଲାଗିବେ। ମନେରଖନ୍ତୁ ସ୍ଲାଇଟ୍ କମ୍ ହୋଇଥିଲେ ପଟଳା ପ୍ରିଫର କରି ପିନ୍ଧିଲେ ବେଶି ଭଲ ଲାଗିବ।

### ରକ୍ତଚାପ ବଢ଼ୁଥିଲେ...

ବର୍ତ୍ତମାନ ପରିବର୍ତ୍ତିତ ଜୀବନଶୈଳୀ, ଅସୁଚ୍ଚିତ ଖାଦ୍ୟାଭ୍ୟାସ ଭଳି କେତେକ କାରଣ ପାଇଁ ଅଧିକାଂଶ ମହିଳାଙ୍କଠାରେ ହାଇପରଟେନ୍ସନ ବା ଉଚ୍ଚ ରକ୍ତଚାପ ସମସ୍ୟା ବଢ଼ୁଥିବା ଦେଖିବାକୁ ମିଳୁଛି। ହେଲେ କେତୋଟି କଥା ପ୍ରତି ଦୃଷ୍ଟିଦେଲେ ଏହାକୁ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ କରିବା ସହଜ ହୋଇପାରିବ...

■ କଙ୍କପୁଡ଼, ଫାଷ୍ଟପୁଡ଼, ପ୍ୟାକେଜ୍ଡ ଫୁଡ୍ ସହ ଚର୍ବିକାତୀୟ ଖାଦ୍ୟ ପ୍ରତି ବର୍ତ୍ତମାନ ସଜାବୁ ଆଗ୍ରହୀ ହେଉଛନ୍ତି। ହେଲେ ଏହାଦ୍ୱାରା ମନବହୁଳତା ବଢ଼ିବା ସହ ରକ୍ତଚାପ ବୃଦ୍ଧି ସମସ୍ୟା ଦେଖାଦେଇଥାଏ। ସେହିପରି ଅଧିକ ଲୁଣାତୀୟ ଖାଦ୍ୟ ଯଥା ଆଚାର, ଶୁଖିଲା ଖାଉଥିବା ମହିଳାଙ୍କଠାରେ ବି ରକ୍ତଚାପ ସମସ୍ୟା ଦେଖାଦେଇଥାଏ। ତେଣୁ ରକ୍ତଚାପ ନିୟନ୍ତ୍ରଣରେ ରହିବା ଲାଗି ଏଭଳି ଖାଦ୍ୟ ଖାଇବା କମ୍ କରନ୍ତୁ।



■ ଶାରୀରିକ ପରିଶ୍ରମ ଅଭାବରେ ବର୍ତ୍ତମାନ ଅଧିକାଂଶ ମହିଳାଙ୍କ ଶରୀରରେ ଚର୍ବି ଅଂଶ ଜମାହୋଇ ରକ୍ତ ସଞ୍ଚାଳନ ବାଧାପ୍ରାପ୍ତ ହେଉଛି; ଯାହାକି ରକ୍ତଚାପ ବୃଦ୍ଧି ପାଇବା ମୁଖ୍ୟ କାରଣ। ତେଣୁ ସବୁବେଳେ ଓଜନକୁ ନିୟନ୍ତ୍ରଣରେ ରଖିବାକୁ ଚେଷ୍ଟା କରନ୍ତୁ। ଏଥିପାଇଁ ଘରେ ହେଉ କିମ୍ବା ଜିମ୍ରେ କିଛି ସମୟ ବ୍ୟାୟାମ, ଯୋଗ ଆଦି ଅଭ୍ୟାସ କରନ୍ତୁ।

■ ଆର୍ଥିକ, ପାରିବାରିକ ସହ ଜର୍ଦ୍ଧ ଭଳି ବିଭିନ୍ନ କାରଣକୁ ନେଇ ମାନସିକ ଚାପରେ ରହୁଥିବା ମହିଳାମାନେ ହାଇପରଟେନ୍ସନର ଶିକାର ହୋଇଥାନ୍ତି। ତେଣୁ ମାନସିକ ଚାପର କାରଣ ଜାଣିବା ସହ ମନ ଖୁସି ଏବଂ ଅସାଧ୍ୟତାକୁ ରଖିଲେ ରକ୍ତଚାପ ମଧ୍ୟ ନିୟନ୍ତ୍ରଣରେ ରହିବ।

■ ଧୂମପାନ ଏବଂ ଆଲକହଲ ଭଳି ମାଦକଦ୍ରବ୍ୟ ସେବନ ବି କେତେକ ମହିଳାଙ୍କଠାରେ ହାଇପରଟେନ୍ସନ ସୃଷ୍ଟି କରିବାର ଅନ୍ୟତମ ମୁଖ୍ୟ କାରଣ। ତେଣୁ ମଜାମତ୍ରି ଆଇନରେ ଏଭଳି ବଦାଭ୍ୟାସକୁ ଆଦୌ ଆପଣାନ୍ତୁ ନାହିଁ।



### ସୌନ୍ଦର୍ଯ୍ୟ

## ତ୍ୱଚାର ଶ୍ଳେଷ୍ମା ବଢ଼ାଏ ଚିନାବାଦାମ

ବିଭିନ୍ନ ପୋଷକ ତତ୍ତ୍ୱରେ ପରିପୁର୍ଣ୍ଣ ଚିନାବାଦାମ ଶରୀରକୁ ସୁସ୍ଥ ରଖିବା ସହ ସୌନ୍ଦର୍ଯ୍ୟ ମଧ୍ୟ ବୃଦ୍ଧି କରିବାରେ ବେଶ୍ ସାହାଯ୍ୟ କରିଥାଏ। ଏହାକୁ ବ୍ୟବହାର କରି କିପରି ସୌନ୍ଦର୍ଯ୍ୟ ଉପଚାର କରିପାରିବେ ଜାଣିବାକୁ କେତୋଟି ସହଜ ଉପାୟ...



- ଆଖୁ ତଳ କଳାଦାଗ, ଆଖୁ କୁଣ୍ଡଳ ହେବା ଭଳି ସମସ୍ୟା ଦୂରକରିବା ଲାଗି ଚିନାବାଦାମ ବେଶ୍ ଉପଯୋଗୀ। ଏଥିରେ ଥିବା ଅଧିକ ପରିମାଣର ଓମେଗା ଫ୍ୟାଟି ଏସିଡ୍ ଓ ଖଣିଜ ଲବଣ ଦୃଷ୍ଟିଶକ୍ତି ବଢ଼ାଇଥାଏ। ଆଖୁପତା ଉପରେ ଏହାର ତେଲ ଲଗାଇ ଧୀରେ ଧୀରେ ମସାକ କରିବା ଦ୍ୱାରା ଆମକୁ ଦିନ ଯାକ ଚାପକୁ ମଧ୍ୟ ମୁକ୍ତିମିଳେ।
- ବାଦାମରେ ଭିଟାମିନ୍-ଇ ଥିବାରୁ ଏହାକୁ ପ୍ରତିଦିନ ବ୍ୟବହାର କରିବା ଦ୍ୱାରା ଏହା ଚର୍ମକୁ

ସୋଷଣ ଯୋଗାଇବା ସହ ନରମ ଏବଂ ଚିକ୍ନି ରଖିଥାଏ। ଏହାର ତେଲ ଲଗାଇବା ଦ୍ୱାରା ସୂର୍ଯ୍ୟକିରଣ ଯୋଗୁ ହେଉଥିବା 'ସ୍କାନ୍' ଭଳି ସମସ୍ୟା ଦୂରହୋଇଥାଏ। ଏହା ଚର୍ମକୁ ବ୍ରଣମୁକ୍ତ ରଖି କୋମଳତା ପ୍ରଦାନ କରିଥାଏ।

- ଏଥିରେ ଆର୍ବି-ଏକ୍ସିଡାଣ୍ଟ ଓ ଭିଟାମିନ୍ ଥିବାରୁ ଏହା ଶରୀରର ଚର୍ମକ ବଢ଼ାଇଥାଏ। ମୁଣ୍ଡ ଏବଂ ଶରୀରର ବିଭିନ୍ନ ଅଂଶକୁ ମସାକ କରିବା ପାଇଁ ଚିନାବାଦାମ ତେଲ ବ୍ୟବହାର କରାଯାଇଥାଏ। ଏହାଦ୍ୱାରା ଚର୍ମ ପୁଷ୍ଟିକର ତେଲ ଶୋଷଣ କରିପାରେ। ବିଶେଷକରି କେଶ ମୂଳରେ ଏହି ତେଲ ମସାକ କରିବା ଦ୍ୱାରା ରକ୍ତ ପ୍ରବାହ ଭଲ ହେବା ଦ୍ୱାରା କେଶ ଲମ୍ବା ଏବଂ ମଜବୁତ ହୋଇଥାଏ। ଏହା କେଶ ପାଚିବା, ଝଡ଼ିବା, ଫାଟିବା ଆଦି ସମସ୍ୟାକୁ ମଧ୍ୟ ଦୂର କରିଥାଏ।

### ଖାଦ୍ୟଗୁଡ଼ିକ

## ପ୍ୟାଙ୍ଗୋ ଜାମ୍

ଆବଶ୍ୟକ ସାମଗ୍ରୀ: ପାଚିଲା ଆମ୍ବର ୨ କପ୍, ଚିନି ଅଧା କପ୍ ଏବଂ ଲେମ୍ବୁରସ ୧ ଚାମଚ।  
ପ୍ରସ୍ତୁତି ପ୍ରଣାଳୀ: ଚୁଲାଇ ନନ୍‌ଷ୍ଟିକ୍ ପ୍ୟାନ୍ ବ୍ୟାକ୍ସ। ସେଥିରେ ଆମ୍ବରସ, ଚିନି ଏବଂ ଲେମ୍ବୁରସ ପକାଇ ଧୀରେ ଧୀରେ ଭୋଜାନ୍ତୁ। ୨୦-୨୫ ମିନିଟ୍ ପରେ ଏହି ମିଶ୍ରଣ ଧୀରେ ଅଠାଳିଆ ହୋଇଗଲେ ଗାୟା ବନ୍ଦକରି ଦିଅନ୍ତୁ। ଏହାକୁ ପଥା କରିବା ପରେ ଏୟାର ଟାଇଟ୍ ବୋତଲରେ ରଖି ଦିଅନ୍ତୁ। ଏହି ଜାମ୍ ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ କେମିକାଲ ମୁକ୍ତ ହୋଇଥିବାରୁ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ପ୍ରତି ହିତକର। ଏହାକୁ ଆପଣ ଟ୍ରାକ୍ସରେ ରଖି ୧୦-୧୨ ଦିନ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଖାଇପାରିବେ।



ପୁରୁଷପ୍ରାଧାନ୍ୟ କ୍ରୀଡ଼ାରେ ସୋପିଆ

ଲକ୍ଷ୍ୟ ସେନ୍ ଜିତିଲେ କାନାଡ଼ା ଓପନ

ରେସିଂ ଅବା ଗ୍ରୀ ପ୍ର କଥା ଯେତେବେଳେ ଉଠେ ସେତେବେଳେ ସାଧାରଣତଃ ପୁରୁଷ ଖେଳାଳିମାନଙ୍କ ନାମ ଆସିଥାଏ। ମାଲକେଲ ପୁମାକର, ସେବାଷ୍ଟିଆନ୍ ଭେଲେକ, ଲୁଇସ୍ ହାମିଲଟନ୍ଙ୍କ ପରି ଖେଳାଳି ରେସିଂ ସ୍ତରରେ ନିଜର ଏକ ସ୍ୱତନ୍ତ୍ର ପରିଚୟ ସୃଷ୍ଟି କରିଛନ୍ତି।



ସୋପିଆ ଫ୍ଲୋରେସ୍

ମୋଟର ସ୍କୋଟ୍ ଇତିହାସର କିମ୍ବଦନ୍ତୀ ମାଲକେଲ ପୁମାକରଙ୍କ ଦେଶ ଜର୍ମାନୀରେ ସୋପିଆଙ୍କ ଜନ୍ମ ସ୍ଥଳ। ପୁମାକରଙ୍କୁ ଆଦର୍ଶ ମାନ୍ୟତା ଏହି ମହିଳା ଜଗତ ଆରମ୍ଭ ହେଉଛି ରେସିଂ ପ୍ରତି ଆକୃଷ୍ଟ ଥିଲେ। ମୋଟର ସ୍କୋଟ୍ ବ୍ୟତୀତ କାର୍ଟିଂ ଓ ସିଂ ପ୍ରତି ମଧ୍ୟ ସେ ଆକର୍ଷିତ ଥିଲେ।

ପରିଚୟ। ୨୦୧୭ରେ ଏକ ଭୟଙ୍କର ଦୁର୍ଘଟଣାର ଶିକାର ହୋଇଥିବା ବେଳେ ଆଉଥରେ ରେସିଂ ଟ୍ରାକ୍ କୁ ଫେରିବା ନେଇ ମଧ୍ୟ ସନ୍ଦେହ ସୃଷ୍ଟି ହୋଇଥିଲା। ତେବେ ସମସ୍ତ ଆକଳନକୁ ଭୁଲି ପ୍ରମାଣିତ କରି ୨୦୨୦ରେ ଓଲିମ୍ପିକ୍ସ କମନ୍ୱେଲଥ୍ ଅଫ୍ ଦ ଇଣ୍ଡିୟନ୍ ଆଣ୍ଡ ଥାଇଲ୍ୟାଣ୍ଡରେ ଫେରିବା ବେଳେ ସମାଜ ବର୍ଗରେ ଲୋଚିତ୍ୟ ସୃଷ୍ଟି ହୋଇଥିଲା।

ଫର୍ମୁଲା-୪

୨୦୧୬ରେ ସୋପିଆ ଫର୍ମୁଲା-୪ରେ ପଦାର୍ପଣ କରିଥିଲେ। ମୋଟୋଗାର୍ଡ କମ୍ପାନୀ ତାଙ୍କୁ ରେସିଂର ସୁଯୋଗ ଦେଇଥିବା ବେଳେ ସେ ୯୯ ନମ୍ବର କାର୍ରେରେ ରେସ୍ କରୁଥିଲେ।

ସୁପରୋରିଟିଭିଟାସ ବେଳେ ଚୁପାୟାରେ ସେ ହିଁ ସେ ପୋଡିୟମ ଫିନିଶ କରିବାର ନିକଟତର ଥିଲେ। ତେବେ ଫାଇନାଲ୍ ଏକ କାର୍ ଧକା ଦେବା ଫଳରେ ସେ ପଞ୍ଚମ ସ୍ଥାନରେ ରେସ୍ ଶେଷ କରିଥିଲେ। ଏହାର ଦୁଇଟି ରେସ୍ ପରେ ପୋଡିୟମ ଫିନିଶ କରିବାର ସୌଭାଗ୍ୟ ହାସଲ କରିଥିଲେ ସୋପିଆ।

ଆହତ ଓ ପ୍ରତ୍ୟାବର୍ତ୍ତନ

୨୦୧୬ ମସିହାରେ ସୋପିଆ ଏକ ଭୟଙ୍କର ଦୁର୍ଘଟଣାର ସମ୍ମୁଖୀନ ହୋଇଥିଲେ। ମକାଉ ରେସ୍ରେ ତାଙ୍କ କାର୍ ଦୁର୍ଘଟଣାଗ୍ରସ୍ତ ହେବା ସହିତ ତାଙ୍କ ମେଡିକାଲ ଟିମ୍ ଆଣିବା ଆରମ୍ଭ କରିଥିଲେ। ଆହାତର ମାତ୍ରା ଏତେ ଅଧିକ ଥିଲା ଯେ ସୋପିଆଙ୍କୁ ୮ ଘଣ୍ଟା ବିଜୟୀ ହୋଇଥିଲେ। ସର୍ବନିମ୍ନ ଖେଳାଳି ଭାବରେ ଏହି ରେସ୍ ଜିତିଥିଲେ ସୋପିଆ।



ପୁରସ୍କାର ସହ ଲକ୍ଷ୍ୟ ସେନ୍

କାଲଗାରୀ, ୧୦୭(ପିଟି)

ଭାରତୀୟ ସ୍ଟାର ବ୍ୟାଡମିଣ୍ଟନ ଖେଳାଳି ଲକ୍ଷ୍ୟ ସେନ୍ କାନାଡା ଓପନ ବିଡବ୍ଲ୍ୟୁଏଫ୍ ଷ୍ଟୁପର୍ ୫୦୦ ଟାଇଟଲ ବିଜୟୀ ହୋଇଛନ୍ତି। ରବିବାର ବିକାଶ୍ୱରୀ ରାଠିର ଅନୁଷ୍ଠିତ ଫାଇନାଲରେ ସେ ଅଲ ଇଣ୍ଡିଆନ୍ ଚାମ୍ପିୟନ ଚାଲମର ଲି ଶି ଫେଙ୍କଙ୍କୁ ୨୧-୧୮ ଓ ୨୨-୨୦ର ସିଧାସଳଖ ସେଟ୍ରେ ପରାସ୍ତ କରିଛନ୍ତି।

ଅଲ ଇଣ୍ଡିଆନ୍ ଚାମ୍ପିୟନଙ୍କୁ ହରାଇଲେ

ଚାଲମର ଜିତିଲେ। ମେ ମାସରେ ଏହି ପ୍ରମୁଖ ମାଲକେଲ ପୁମାକରଙ୍କୁ ବିଜୟୀ ହୋଇଥିଲେ। ବିଶ୍ୱ ମାନ୍ୟତାର ୧୦ ନମ୍ବର ସ୍ଥାନରେ ଥିବା ଶି ଫେଙ୍କ ପ୍ରଥମ ସେଟ୍ରେ ୬-୨ର ପଛୁଆ ରହିଥିଲେ।

ରିଜର୍ଭରେ ସ୍ୱର୍ଣ୍ଣ ଜିତିବାରେ ସାଲୁଜେ ପ୍ରଥମ ଭାରତୀୟ



ସ୍ୱର୍ଣ୍ଣ ପଦକ ସହ ପାର୍ଥ ସାଲୁଜେ(ମଝି)।

ଲିମିଟ୍ଡ (ଆୟର୍ଲ୍ୟାଣ୍ଡ), ୧୦୭ (ପିଟି) ପାର୍ଥ ସାଲୁଜେ ପ୍ରଥମ ଭାରତୀୟ ପୁରୁଷ ଚାରମାଳ ଭାବେ ଯୁଦ୍ଧ ଚାରମାଳୀ ବିଶ୍ୱ

ଚାମ୍ପିୟନସ୍ଥିରେ ସ୍ୱର୍ଣ୍ଣ ପଦକ ହାସଲ କରିଛନ୍ତି। ଭାରତ ଏହି ଚାମ୍ପିୟନସ୍ଥିରେ ଶ୍ରେଷ୍ଠ ପ୍ରଦର୍ଶନ ସହିତ ମୋଟ ୧୧ ପଦକ

ସହ ଅଭିଯାନ ଶେଷ କରିଛି। ମହାରାଷ୍ଟ୍ରର ସପ୍ତାହା ବାସିନ୍ଦା ଏହି ୧୯ ବର୍ଷୀୟ ଚାରମାଳ ୨୧ ବର୍ଷରୁ କମ୍ ପୁରୁଷ ରିଜର୍ଭ ବ୍ୟକ୍ତିଗତ ଫାଇନାଲରେ ୭ମ ସ୍ଥାନ ଦଖଲ କରିଥିଲେ।

ଚାରମାଳ ଭାବେ ଜଣେ ଯୁବ ବିଶ୍ୱ ଚାମ୍ପିୟନ ହୋଇପାରିଛନ୍ତି। ସାତ୍ତ୍ୱିକ ପ୍ରତିଭା ବିକାଶ କରିବା ପରେ ସାଲୁଜେ ସୋପିଆଙ୍କ ପରିପଦ୍ଧତିରୁ ସାଲୁଜେ ଯେଉଁଠି ଭାରତ ଆସୁଅଛି ସେହିଭାବେ ଆଧାରରେ ତାଲିମ ନେଉଥିଲେ।

ଲାରୀ ନାସାରଙ୍କୁ ଛୁଟା ମାଡ଼

ଫାଇନାଲ୍, ୧୦୭ (ପିଟି)

ଅଲିମ୍ପିକ୍ ପଦକ ବିଜେତାଙ୍କ ସମେତ ବହୁ ମହିଳା ଜିମ୍ନାସ୍ଟିକ୍ସ ଯୌନ ନିର୍ଯାତନା ଦେଇଥିବା ଅଭିଯୋଗରେ ଜେଲ ଦଣ୍ଡ ଭୋଗୁଥିବା ଜିମ୍ନାସ୍ଟିକ୍ସ ଲାରୀ ନାସାରଙ୍କୁ ଛୁଟା ମାଡ଼ ହୋଇଛି।



ଛୁଟିରେ ଆକ୍ରମଣ କରିଥିଲେ। ଜଣେ ଦେଖାଶାହୀରୀଙ୍କ କହିବା ଅନୁସାରେ ନାସାରଙ୍କ ପିଠି ଛାତିରେ ଘଷା ଯାଇଥିଲା। ତେବେ ତାଙ୍କ ସାମ୍ମୁଖ୍ୟ ସ୍ତ୍ରୀ ଲାରୀ ଛୁଟି ରହିଛି।

ନଟ୍ ଯେଟ୍ ଏସ୍ ସି ଚାମ୍ପିୟନ୍



ଗ୍ରୁପ୍ ସହ ଚାମ୍ପିୟନ ଦଳ।

ଭୁବନେଶ୍ୱର, ୧୦୭(ସରୋଜ କେନା)

ଓଡ଼ିଶା ଯୁବକ ଲୁକ୍ସ (ଏସ୍ଏସ୍) ପକ୍ଷରୁ ଆୟୋଜିତ ସିକ୍ସ ଏ ସାଇଡ୍ ଯୁବକ ଚାମ୍ପିୟନସ୍ଥିରେ ଚାମ୍ପିୟନ ଆଖ୍ୟା ଅର୍ଜନ କରିଛି ନଟ୍ ଯେଟ୍ ଏସ୍ ସି।

ସିକ୍ସ ଏ ସାଇଡ୍ ଯୁବକ ଚାମ୍ପିୟନସ୍ଥି

ଗୋଲରେ ଭୁବନେଶ୍ୱର ଦଳକୁ ପରାସ୍ତ କରିଥିଲା। ଓଡ଼ିଶାରେ ଯୁବ ଯୁବକ ପ୍ରତିଭାକୁ ସୁଯୋଗ ଦେବା ପାଇଁ ଏଭଳି ପ୍ରତିଯୋଗିତା ଅନୁଷ୍ଠିତ ହେଉଥିବା ମଧ୍ୟରେ ଅନୁଷ୍ଠିତ ହୋଇଥିଲା।

ଫାଓ ଲିଗା: କିଶୋର କ୍ଳବ ବିଜୟୀ

କଟକ, ୧୦୭(ପୁସ୍ତକ ପ୍ରସ୍ତୁତକର୍ତ୍ତା)

ବାରବାଟୀ ସ୍ତରରେ ଅନୁଷ୍ଠିତ ଫାଓ ଲିଗାର ଫାଇନାଲରେ ଖେଳାଯାଇଥିବା ଏକ ମ୍ୟାଚରେ କିଶୋର କ୍ଳବ ୩-୧ ଗୋଲରେ ବିଜୟୀ ହୋଇଛନ୍ତି।

ବେହେରା ଗୋଟିଏ ଲେଖାଏଁ ଗୋଲ ଖୋର କରିବା ସହ ଦଳକୁ ସହଜ ବିଜୟ ପ୍ରଦାନ କରିଥିଲେ।

ଫ୍ରେମଲଡନ୍ ଟେନିସ୍

ଫ୍ରେମଲଡନ୍, ୧୦୭

ଟେନିସ୍ ଗ୍ରାଣ୍ଡସ୍ଲାମ ଫ୍ରେମଲଡନ୍ ଟେନିସ୍ ଗ୍ରାଣ୍ଡସ୍ଲାମ ପ୍ରଦେଶ କରିଛନ୍ତି ସର୍ବିୟାନ୍ ନୋଭାକ୍ ଜୋକୋଭିଚ୍ ଓ ବେଲାରୁଷର ଆରିନା ସାବାଲେକା।

କ୍ୱାର୍ଟରରେ ଜୋକୋଭିଚ୍, ସାବାଲେକା



ନୋଭାକ୍ ଜୋକୋଭିଚ୍

୩-୬, ୬-୬(୭-୪), ୩-୬, ୬-୪ ଓ ୬-୪ ସେଟ୍ରେ କ୍ରିଷ୍ଣାଫର୍ ଯୁବକଙ୍କୁ ଏହି ମ୍ୟାଚକୁ ଜିତି ନେଇଥିଲେ। ମହିଳା ସିଙ୍ଗଲ୍ସରେ ବେଲାରୁଷର ଆରିନା ସାବାଲେକା ୬-୪, ୬-୦ରେ ଚିଲିଆର ଏକାଦେଶିକୀ ଆଲେକ୍ସାଣ୍ଡ୍ରାକା ପରାସ୍ତ କରିଥିଲେ।

ସିରିଜ୍ ଜିତିବା ଲକ୍ଷ୍ୟରେ ଭାରତ

ମାରପୁର, ୧୦୭

ଭାରତ ଓ ବାଂଲାଦେଶ ମହିଳା ଦଳ ମଧ୍ୟରେ ବିପକ୍ଷତା ଚିହ୍ନିତ ଫିଡ୍ ଟ୍ରାୟ ମ୍ୟାଚ୍ ମଙ୍ଗଳବାର ଖେଳାଯିବ। ପ୍ରଥମ ମ୍ୟାଚ ଜିତିଥିବା ଭାରତ ଏହି ମ୍ୟାଚ

ଉପା ବେଗୁଆ ଭାରତୀୟ ଦଳରେ ଥିବାରୁ ଯଦିଫଳା ଭାରିଆଳ ସ୍ଥାନରେ ଥିବାରୁ ମିଳିପାରେ। ସେହିପରି ପ୍ରତି ବୋଲି ବିଭାଗରେ ଭାରତ ପରିବର୍ତ୍ତନ କରିବାକୁ ଚାହଁବ।

ମ୍ୟାଚ୍ ସ୍ଥାନ: ଶେରୁ ଏ ବାଂଲା ନ୍ୟାଶନାଲ୍ ସ୍ପୋର୍ଟସ୍, ବାକା ମ୍ୟାଚ୍ ସମୟ: ଅପରାହ୍ଣ ୧.୩୦ ପ୍ରସାରଣ: ଫ୍ୟାନ୍ସକୋର୍ଡା

