





























ସଂକ୍ଷେପରେ

ବ୍ରିଟେନ ପ୍ରତିରକ୍ଷା

ମନ୍ତ୍ରୀ ଲକ୍ଷ୍ମୀପା ଦେବେ

ଲକ୍ଷ୍ମୀ, ୧୬୭୨: ବ୍ରିଟେନ ପ୍ରତିରକ୍ଷା ମନ୍ତ୍ରୀ ଲକ୍ଷ୍ମୀପା ଦେବେ କ୍ୟାବିନେଟର ଆଗାମୀ ସମ୍ମୁଖାଳନ ବେଳେ ଲକ୍ଷ୍ମୀପା ଦେବେ ବୋଲି



ବେନ ଖୁଲାଇ

ରବିବାର କହିଛନ୍ତି। ସେ ୪ ବର୍ଷ ହେଲା ପ୍ରତିରକ୍ଷା ଦାୟିତ୍ୱରେ ଥିଲେ। ୨୦୦୫ରୁ କଞ୍ଚରଭେଦିତ୍ ପାର୍ଟିର ପାର୍ଲିମେଣ୍ଟ ସଦସ୍ୟ ୫୩ ବର୍ଷୀୟ ଖୁଲାଇ ଆସନ୍ତା ବର୍ଷ ହେବାକୁ ଥିବା ଯାଧାରଣ ନିର୍ବାଚନରେ ଲଢ଼ିବେ ନାହିଁ ବୋଲି କହିଛନ୍ତି। ପ୍ରତିରକ୍ଷା ମନ୍ତ୍ରୀ ଭାବେ ସେ ବ୍ରିଟେନର ୩ ପ୍ରଧାନମନ୍ତ୍ରୀ ବୋରିସ ଜନ୍ସନ, ଲିଡ଼ ପ୍ରତ୍ ସର୍ବ ୧୩ ରଖି ସୁନକଙ୍କ ସହ ଏକାଠି କାମ କରିଛନ୍ତି। ଗୁଣିଆ-ସୁକେନ୍ଦ୍ର ଯୁଦ୍ଧରେ ବ୍ରିଟେନ ଗ୍ରହଣ କରିଥିବା ପଦକ୍ଷେପରେ ତାଙ୍କର ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ଭୂମିକା ରହିଛି।

ଭାଜପା ନେତାଙ୍କ

ପୁଅ ବିରୋଧରେ

ବଳାଜୀର ଅଭିଯୋଗ

ଭୋପାଳ, ୧୬୭୨: ମଧ୍ୟପ୍ରଦେଶ ଦାଡ଼ିଆ ଜିଲ୍ଲାରେ ଜଣେ ମହିଳାଙ୍କୁ ଗଣବଳାହାର ଅଭିଯୋଗ ହୋଇଛି। ଘଟଣାରେ ସମ୍ପୃକ୍ତ ଥିବା ୪ଜଣଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ଭାଜପା ନେତାଙ୍କ ପୁଅଙ୍କ ସମ୍ପୃକ୍ତ ଥିବା ଜଣାପଡ଼ିଛି। ପାଡ଼ିତା ଓ ତାଙ୍କ ଭଗିନୀଙ୍କୁ ଅଭିଯୁକ୍ତମାନେ ଅପହରଣ କରି ସେମାନଙ୍କୁ ୧ ନିଜାଡ଼ିଆ ଘରକୁ ନେଇଯାଇଥିଲେ। ସେଠାରେ ଅଭିଯୁକ୍ତମାନେ ମହିଳାଙ୍କୁ ବଳାହାର କରିବା ସହ ତାଙ୍କ ସାନ ଭଉଣୀଙ୍କ ସହ ଦୁର୍ଭିକ୍ଷକାରୀ କରିଥିଲେ। ଦୁର୍ଭିକ୍ଷ ଘରକୁ ଫେରିବା ପରେ ପାଡ଼ିତା ଆତ୍ମହତ୍ୟା ଉଦ୍ୟମ କରିଥିଲେ। ଏହାପରେ

ପାଡ଼ିତାଙ୍କ ଭଉଣୀ ଆନାରେ ଅଭିଯୋଗ

କରିଥିଲେ। ପାଡ଼ିତାଙ୍କ ବୟାନ ରେକର୍ଡ କରାଯାଇ ନ ଥିବାବେଳେ ସେ ଯଦି ଘଟଣାରେ ଭାଜପା ନେତାଙ୍କ ପୁଅଙ୍କ ସମ୍ପୃକ୍ତ ଥିବା କୁହନ୍ତି ତେବେ ତାଙ୍କ ବିରୋଧରେ କଡ଼ା କାର୍ଯ୍ୟାନୁଷ୍ଠାନ ଗ୍ରହଣ କରାଯିବ ବୋଲି ରାଜ୍ୟ ଭାଜପା ପାର୍ଟି ମୁଖ୍ୟ କହିଛନ୍ତି।

ହସିଗାଳରେ ମହିଳାଙ୍କୁ

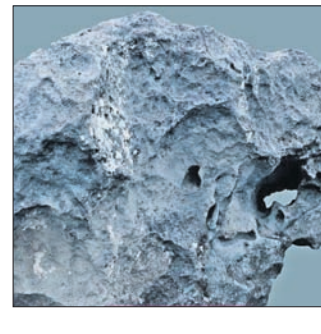
ଗୋଡ଼ାଇ ହତ୍ୟା

ଏନାକ୍ସଲମ୍, ୧୬୭୨: କେରଳର ଏନାକ୍ସଲମ୍ ଜିଲ୍ଲାର ଏକ ହସିଗାଳରେ ଜଣେ ୪୦ ବର୍ଷୀୟା ମହିଳାଙ୍କୁ ଜଣେ ବ୍ୟକ୍ତି ଗୋଡ଼ାଇ ଗୋଡ଼ାଇ ଛୁରିଦ୍ୱାରା ହତ୍ୟା କରିଛନ୍ତି। ଅଙ୍ଗମାଲିଭୂତ ଏମ୍ବିଡ଼ିଲ୍ ହସିଗାଳରେ ଏହି ହତ୍ୟାକାଣ୍ଡ ଘଟିଛି। ଅଭିଯୁକ୍ତ ମହେଶଙ୍କୁ ପୋଲିସ୍ ଗିରଫ କରିଛି। ଲିଜା ନାମ୍ନୀ ମହିଳା ହସିଗାଳର ବସ୍ତ୍ର ମହଲାରେ ଚିକିତ୍ସିତ ହେଉଥିବା ତାଙ୍କ ମାଆଙ୍କୁ ସହାୟତା କରିବା ପାଇଁ ଥିଲେ। ଲିଜା ଓ ମହେଶଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ପୂର୍ବରୁ ବନ୍ଧୁତା ଥିଲା। ମହେଶ ଲିଜାଙ୍କୁ ଭେଟିବା ପାଇଁ ହସିଗାଳ ଯାଇଥିବାବେଳେ ସେମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ କୋରୋନା ବଚସା ହୋଇଥିଲା। ମହେଶ ହଠାତ୍ ଛୁରି ବାହାର କରି ଲିଜାଙ୍କୁ ବାରମ୍ବାର ଭୁସିଥିଲା ବୋଲି ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷଦର୍ଶୀ କହିଛନ୍ତି।

ଫରାସୀ ମହିଳାଙ୍କୁ ଧକ୍କାଦେଲା ଉଲ୍ଲକା ପିଣ୍ଡ

ଫ୍ରାନ୍ସର ଜଣେ ମହିଳା ତାଙ୍କ ବନ୍ଧୁଙ୍କ ସହ ଛାଡ଼ି ଉପରେ ବସି କର୍ପି ପିନ୍ଧିବାବେଳେ ଏକ ଉଲ୍ଲକା ପିଣ୍ଡ ତାଙ୍କୁ ଧକ୍କା ଦେଇଛି। ଏହା ଏକ ବିରଳ ସହାକାଶୀୟ ଘଟଣା। ରହସ୍ୟମୟ ପଥରଟି ମହିଳାଙ୍କ ପଞ୍ଜରାରେ ମାଡ଼ ହୋଇଥିଲା। ଆକାଶରୁ ଏକ ଦୀର୍ଘ ଶବ୍ଦ ଶୁଣିବାର ମୁହୂର୍ତ୍ତକ ପରେ କୌଣସି ଜିନିଷ ତାଙ୍କ ଦେହରେ ମାଡ଼ ହେବାର

ସେ ଅନୁଭବ କଲେ ବୋଲି କହିଛନ୍ତି। ପ୍ରଥମେ ସେ ଏହାକୁ ଏକ ବାବୁଡ଼ି କିମ୍ବା ପିନ୍ଧିବାବେଳେ ଏକ ଉଲ୍ଲକା ପିଣ୍ଡ ତାଙ୍କୁ ଧକ୍କା ଦେଇଛି। ଏହା ଏକ ବିରଳ ସହାକାଶୀୟ ଘଟଣା। ରହସ୍ୟମୟ ପଥରଟି ମହିଳାଙ୍କ ପଞ୍ଜରାରେ ମାଡ଼ ହୋଇଥିଲା। ଆକାଶରୁ ଏକ ଦୀର୍ଘ ଶବ୍ଦ ଶୁଣିବାର ମୁହୂର୍ତ୍ତକ ପରେ କୌଣସି ଜିନିଷ ତାଙ୍କ ଦେହରେ ମାଡ଼ ହେବାର



ଫ୍ରାନ୍ସର ଫାରେ ଆଲକାଣ୍ଡର୍ ରାଜଧାନୀ ଚୋର୍ଗାଭନ ନିକଟରେ ଯାତ୍ରାମାନଙ୍କ ସମ୍ମୁଖରେ ୭୮ଟି ପାଇଲଟ୍ ଡିମିଙ୍କୁ ନିର୍ମମ ଭାବେ ହତ୍ୟା କରାଯାଇଛି। ଏଥିପାଇଁ କୁଳ୍ କାହାକ ପକ୍ଷରୁ ରବିବାର ଯାତ୍ରାମାନଙ୍କୁ କ୍ଷମା ମଗାଯାଇଛି। ଫାରେ ଆଲକାଣ୍ଡର୍ ପାଇଲଟ୍ ଡିମି ଶିକାର ବହୁବର୍ଷର ପୁରୁଣା ପରମ୍ପରା। ତେବେ ଗତ ୯ ଡିସେମ୍ବରରେ ହଜାର

ଯାତ୍ରୀଙ୍କ ଆଗରେ ୭୮ ଡିମିଙ୍କୁ ମାରିଦେଲେ

ଫାରେ ଆଲକାଣ୍ଡର୍ ରାଜଧାନୀ ଚୋର୍ଗାଭନ ନିକଟରେ ଯାତ୍ରାମାନଙ୍କ ସମ୍ମୁଖରେ ୭୮ଟି ପାଇଲଟ୍ ଡିମିଙ୍କୁ ନିର୍ମମ ଭାବେ ହତ୍ୟା କରାଯାଇଛି। ଏଥିପାଇଁ କୁଳ୍ କାହାକ ପକ୍ଷରୁ ରବିବାର ଯାତ୍ରାମାନଙ୍କୁ କ୍ଷମା ମଗାଯାଇଛି। ଫାରେ ଆଲକାଣ୍ଡର୍ ପାଇଲଟ୍ ଡିମି ଶିକାର ବହୁବର୍ଷର ପୁରୁଣା ପରମ୍ପରା। ତେବେ ଗତ ୯ ଡିସେମ୍ବରରେ ହଜାର

ହଜାର ଯାତ୍ରୀଙ୍କ ଆଗରେ ଏତେ ସଂଖ୍ୟାରେ ଡିମିଙ୍କୁ ମାରିଦିଆଯିବା ସେମାନଙ୍କୁ ବ୍ୟଥା ଓ ଭୟଭୀତ କରିଥିଲା। ଫାରେ ଆଲକାଣ୍ଡର୍ରେ କାହାକି ଅତି ରହିଥିବାବେଳେ ଗୋଟିଏ ଗ୍ରୁପ୍ ସେମାନଙ୍କ ନିୟନ୍ତ୍ରିତ ଡିମି ଶିକାରରେ ସାମିଲ ଥିଲେ। ବ୍ରିଟିଶ୍ କୁଲ୍ ଶିପ୍ଟ ଅପରେଟର ଟୁଡ଼ର ଯୋଗେ ଯାତ୍ରୀଙ୍କୁ କ୍ଷମା ମାଗିଛନ୍ତି।



୭୮ ଲକ୍ଷ ତୋଣା ଥିବା ପାଇଲଟ୍ ଡିମି ଓସନିକ ଡକ୍ଟରର ଏକ ପ୍ରକାରି।

ସ୍ୱେନ୍ରେ ବନାଗ୍ନି ଅଣାୟତ୍ତ

୪ ହଜାର ଲୋକ ସ୍ଥାନାନ୍ତର

ମାଡ଼ିଗ୍, ୧୬୭୨

ସ୍ୱେନ୍ କାନାରି ଆଲକାଣ୍ଡର ଲା ପାଇମାରେ ବନାଗ୍ନି ସ୍ଥିତି ଅଣାୟତ୍ତ ହେବାରେ ଲାଗିଛି। ପୁରୁଣାକୁ ଦୃଷ୍ଟିରେ ରଖି ସ୍ଥାନାନ୍ତର ଅଞ୍ଚଳକୁ ପାଖାପାଖି ୪୦୦୦ ଲୋକଙ୍କୁ ସ୍ଥାନାନ୍ତର କରାଗଲାଣି। ଲଗାତର ସ୍ୱେନ୍ରେ ସମାନ ସ୍ଥିତି ଲାଗି ରହୁଥିବାରୁ ସ୍ଥାନାନ୍ତର ଶିବିର ଉପାଦାନ ବାଧାପ୍ରାପ୍ତ ହୋଇଛି। ଶିବିରର ସକାଳେ ଆଲକାଣ୍ଡର ଉତ୍ତରାଞ୍ଚଳର ଏଲ୍ ପିନାର ଅଞ୍ଚଳର ଜଙ୍ଗଲରେ ପ୍ରଥମେ ନିଆଁ ଲାଗିଥିଲା। କମ୍ ସମୟରେ ନିଆଁ ଦ୍ରୁତ ବେଗରେ ବ୍ୟାପିବାକୁ ନେଇ ନିକଟସ୍ଥ ଗ୍ରାମ ପୁଞ୍ଜରୋର୍ଡ ଏବଂ ଡିକାରାଫୋର୍ ଲୋକଙ୍କୁ



ସ୍ୱେନ୍ କାନାରି ଆଲକାଣ୍ଡର ଲା ପାଇମାରେ ବନାଗ୍ନି ଯୋଗୁଁ ଡିକାରାଫୋର୍ ସହର ଧୂଆଁମୟ ହୋଇଯାଇଛି। ଦୁରନ୍ତ ପୁରୁଣିତ ସ୍ଥାନକୁ ନିଆଯାଇଥିଲା। ଜଙ୍ଗଲ ନିଆଁରେ ୧୩ ଘର ପୋଡ଼ିଯାଇଥିବାବେଳେ ପାଖାପାଖି ୪,୬୫୦ ହେକ୍ଟର (୧୧,୪୯୦ ଏକର) ଜମିର ଫସଲ ଜଳି ନଷ୍ଟ ହୋଇଯାଇଛି। ନିଆଁକୁ ଆୟତ୍ତ କରିବା ପାଇଁ ୩୦୦ରୁ ଊର୍ଦ୍ଧ୍ୱ ଅଗ୍ନିଶମ କର୍ମଚାରୀ ଏବଂ ୧୦ ଉଡ଼ାଜାହାଜକୁ ନିୟୋଜିତ କରାଯାଇଛି। ଖୁବ୍ ଚୁପ୍ ଚୁପ୍ ଚଳୁଥିବା ଏଥିରେ ସାମିଲ କରାଯିବ। କମ୍ ସମୟରେ ନିଆଁ ବାରିଆଡ଼େ ଖେଳିଯାଉଥିବା କାନାରି ଆଲକାଣ୍ଡ ରାଷ୍ଟ୍ରପତି ଫେର୍ନାଣ୍ଡୋ

ପାକିସ୍ତାନରେ ୧୫୦ ବର୍ଷର ମନ୍ଦିର ଭାଙ୍ଗିଲା



କରାଚି, ୧୬୭୨

ପାକିସ୍ତାନରେ ୨୪ ଘଣ୍ଟା ମଧ୍ୟରେ ୨ଟି ମନ୍ଦିର ଉପରେ ଆକ୍ରମଣ ହୋଇଛି। ଶିବିରର କରାଚିଠାରେ ଥିବା ୧୫୦ ବର୍ଷ ପୁରୁଣା ମନ୍ଦିରକୁ ଭାଙ୍ଗି ଦିଆଯାଇଛି। ୨୪ ଘଣ୍ଟା ନ ପୁରୁଣୁ ସିନ୍ଧ ପ୍ରଦେଶର କାଶ୍ମିରରେ ଥିବା ଆଉ ଏକ ହିନ୍ଦୁ ମନ୍ଦିର ଉପରେ ରବିବାର କେତେଜଣ ତକାୟତ ରକେଟ୍ ଲଞ୍ଚରରେ ଆକ୍ରମଣ କରିଛନ୍ତି। ସୂଚନା ପାଇ ପୋଲିସ୍ ଘଟଣାସ୍ଥଳରେ ପହଞ୍ଚିବା ପୂର୍ବରୁ ତକାୟତମାନେ ଫେରାର ହୋଇଯାଇଥିଲେ। ସ୍ଥାନୀୟ ଲୋକଙ୍କ କହିବା ଅନୁସାରେ, ରକେଟ୍ ଲଞ୍ଚରରେ ନିଆଁ ନ ଲାଗିବାରୁ



ତକାୟତଙ୍କ ଯୋଜନା ପଞ୍ଚ ହୋଇଥିଲା। ଘଟଣା ନେଇ ପୋଲିସ୍ ପକ୍ଷରୁ ସର୍ଚ୍ଚ ଅପରେଶନ୍ ଆରମ୍ଭ କରାଯାଇଛି। ଉକ୍ତ ମନ୍ଦିରଟି ବର୍ଷକୁ ଏକ ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ସମୟ ପାଇଁ ଖୋଲାଯାଉଥିବା କାଶ୍ମିରରେ କଞ୍ଚକୋଟ ଏସଂସଦ୍ ଭରପାନ୍ ସାମୋ କହିଛନ୍ତି। ସ୍ଥାନୀୟ ଅଞ୍ଚଳରେ କାଶ୍ମିରରେ ଥିବା ଆଉ ଏକ ହିନ୍ଦୁ ମନ୍ଦିର ଉପରେ ରବିବାର କେତେଜଣ ତକାୟତ ରକେଟ୍ ଲଞ୍ଚରରେ ଆକ୍ରମଣ କରିଛନ୍ତି। ସୂଚନା ପାଇ ପୋଲିସ୍ ଘଟଣାସ୍ଥଳରେ ପହଞ୍ଚିବା ପୂର୍ବରୁ ତକାୟତମାନେ ଫେରାର ହୋଇଯାଇଥିଲେ। ସ୍ଥାନୀୟ ଲୋକଙ୍କ କହିବା ଅନୁସାରେ, ରକେଟ୍ ଲଞ୍ଚରରେ ନିଆଁ ନ ଲାଗିବାରୁ

ସାମା ପାକିସ୍ତାନ ଫେରିବା

ଚାହୁଁ ନାହାନ୍ତି ସମ୍ପର୍କୀୟ

କରାଚି, ୧୬୭୨

ସାମା ଗୁଲାନ ହାଇଦର ଅନ୍ଲାଇନ୍ ପବ୍ଲିକ୍ ଷେଜି ନୋଏଡାର ସିନି ମିଶାଙ୍କ ପ୍ରେମରେ ପଡ଼ିବା ପରେ ପାକିସ୍ତାନ ଛାଡ଼ି ଭାରତ ଚାଲିଆସିଥିଲେ। ନିଜ ୪ ପିଲାଙ୍କ ସହ ସେମାନଙ୍କ ଦେଇ ଭାରତ ଆସିଥିବା ସାମା ପୁଣିଥରେ ପାକିସ୍ତାନ ନ ଫେରୁଥିବେ ବୋଲି ତାଙ୍କ ସମ୍ପର୍କୀୟ କହିଛନ୍ତି। ସେମାନଙ୍କ ମତରେ ସାମା ଏବେ ଅନ୍ୟ ସମ୍ପର୍କୀୟ ହୋଇଗଲେଣି। ସେଥିପାଇଁ ତାଙ୍କୁ ପୁଣିଥରେ ଗ୍ରହଣ କରାଯାଇ ପାରିବ ନାହିଁ। ଭାରତରେ ବେଆଇନ ପ୍ରବେଶ ନେଇ ସାମାଙ୍କୁ ଜୁଲାଇ ୪ରେ ଗିରଫ କରାଯାଇଥିଲା। କାମିନରେ ଆସିବା ପରେ ସେ ପାକିସ୍ତାନ ଯିବାକୁ ଅରାଜି। ସେଠାକୁ ରାମନାଥ ମିଶ୍ର କହିଛନ୍ତି। ୪୦୦ରୁ ୫୦୦୦ ଟଙ୍କା ଯାତ୍ରା ଯାତ୍ର ପରିମିତ ସ୍ଥାନରେ ଥିବା ମନ୍ଦିରର ଜାଗା ହତ୍ୱେଦ କରିବା ପାଇଁ ବହୁ ବର୍ଷରୁ ସରକାର କରୁ ବୋଲି ପାକିସ୍ତାନ ମନବାସ୍ତୁକାର ଆୟୋଗ ପକ୍ଷରୁ ବାଦି କରାଯାଇଛି। କରାଚିରେ ବହୁ ପୁରୁଣା ଓ ପିପସକ୍ଷୁ ଅବସ୍ଥାରେ ଥିବାରୁ ମନ୍ଦିର ଭଙ୍ଗାଯାଇଥିବା କୁହାଯାଉଛି। ଶୁକ୍ରବାର

ବିରୋଧୀ ବୈଠକରେ

ଯୋଗଦେବ ଏଏପି

ନ୍ୟାସିକା, ୧୬୭୨

୨୦୨୪ ସାଧାରଣ ନିର୍ବାଚନରେ ଭାଜପାକୁ ପରାସ୍ତ କରିବା ପାଇଁ ବିରୋଧୀ ଦଳଗୁଡ଼ିକର ବିତୀୟ ତଥା ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ବୈଠକ ଯୋଗବାନଠାରୁ ହୁଲୁଦିନ ବେଙ୍ଗାଲୁରୁରେ ଅନୁଷ୍ଠିତ ହେବାକୁ ଯାଉଛି। ଏଥିରେ ଆମ୍ ଆର୍ପା ପାର୍ଟି (ଏଏପି) ଯୋଗ ଦେବାକୁ ନିଷ୍ପତ୍ତି ନେଇଛି। ଦିଲ୍ଲୀ ସେବା ପ୍ରଶାସନକୁ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ କରିବା ଲାଗି କେନ୍ଦ୍ର ସରକାରଙ୍କ ଅଧ୍ୟାଦେଶକୁ କଂଗ୍ରେସ ସମର୍ଥନ କରିବ ନାହିଁ ବୋଲି ରବିବାର ଘୋଷଣା କରିବା ପରେ ବିରୋଧୀ ବୈଠକରେ ଯୋଗଦେବା ଲାଗି ଏଏପି ପକ୍ଷରୁ ସ୍ୱୟଂ କ୍ରିୟାଯାଇଛି। ଦେଶର ସଂଘୀୟ ବ୍ୟବସ୍ଥାକୁ ଗାଢ଼ିବା ପାଇଁ କେନ୍ଦ୍ର ସରକାରଙ୍କ ଯେକୌଣସି ଉଦ୍ୟମକୁ ବିରୋଧ କରାଯିବ ବୋଲି କଂଗ୍ରେସ ସାଧାରଣ ସମ୍ପାଦକ କେ.ସି. ବେଣ୍ଟଗୋପାଳ କହିଛନ୍ତି। ରାଜ୍ୟପାଳଙ୍କ ଜରିଆରେ ବିରୋଧୀ ଦଳ ଶାସିତ ରାଜ୍ୟଗୁଡ଼ିକରେ କେନ୍ଦ୍ରର ହସ୍ତକ୍ଷେପକୁ ବରଦାସ୍ତ କରାଯିବ ନାହିଁ। ଏନେଇ ତାଙ୍କ ଦଳର ଆଭିମୁଖ୍ୟ ସ୍ପଷ୍ଟ ବୋଲି ବେଣ୍ଟଗୋପାଳ କହିଛନ୍ତି। ଆସନ୍ତା ବର୍ଷ ହେବାକୁ ଥିବା ଲୋକ ସଭା ନିର୍ବାଚନରେ ଭାଜପାକୁ ପରାସ୍ତ କରିବା ଲାଗି ବେଙ୍ଗାଲୁରୁ ବୈଠକରେ ବିରୋଧୀ ଦଳଗୁଡ଼ିକ ରଣମତି ପ୍ରସ୍ତୁତ କରିବେ। କେନ୍ଦ୍ର ଅଧ୍ୟାଦେଶ ବିରୋଧରେ

ଦିଲ୍ଲୀ ଅଧ୍ୟାଦେଶକୁ ସମର୍ଥନ କରିବନି କଂଗ୍ରେସ



ରାଘବ ଚଟ୍ଟା

ଏଏପିର ଅଭିଯାନ ଜାରି ରଖିବାକୁ ଦଳର ରାଜନୈତିକ କ୍ରିୟାନୁଷ୍ଠାନ କମିଟି ବୈଠକରେ ନିଷ୍ପତ୍ତି ନିଆଯାଇଥିବା ଏଏପି ରାଘବ ଚଟ୍ଟା କହିଛନ୍ତି। କେନ୍ଦ୍ରର ଦେଶ ବିରୋଧୀ ଅଧ୍ୟାଦେଶକୁ ଟୁଣ୍ଡୁ ବରଦାସ୍ତ କରାଯିବ ନାହିଁ। ଏନେଇ ତାଙ୍କ ଦଳର ଆଭିମୁଖ୍ୟ ସ୍ପଷ୍ଟ ବୋଲି ବେଣ୍ଟଗୋପାଳ କହିଛନ୍ତି। ଆସନ୍ତା ବର୍ଷ ହେବାକୁ ଥିବା ଲୋକ ସଭା ନିର୍ବାଚନରେ ଭାଜପାକୁ ପରାସ୍ତ କରିବା ଲାଗି ବେଙ୍ଗାଲୁରୁ ବୈଠକରେ ବିରୋଧୀ ଦଳଗୁଡ଼ିକ ରଣମତି ପ୍ରସ୍ତୁତ କରିବେ। କେନ୍ଦ୍ର ଅଧ୍ୟାଦେଶ ବିରୋଧରେ

ମସ୍ଜିଦ୍ ପ୍ରବେଶ ବନ୍ଦ କଲେ ଜିଲ୍ଲାପାଳ ରାସ୍ତାରୁ ଶୁଖୁନି ପାଣି, ଲୋକେ ହତସତ

ଓରଙ୍ଗାବାଦ, ୧୬୭୨

ହାଇକୋର୍ଟ ଗଲା ଗ୍ରନ୍ଥ

ପିଟିଶନରେ କୁହାଯାଇଛି, ବହୁ ଦଶନ୍ଧି ହେଲା ଉକ୍ତ ମସ୍ଜିଦ୍ ରହିଥିବାବେଳେ ମହାରାଷ୍ଟ୍ର ସରକାର ଏହାର ଡାହାଣକୁ ପୁରାତନ ତଥା ଐତିହାସିକ କାର୍ତ୍ତିକର ଘୋଷଣା କରିଛନ୍ତି। ପୁରୁଣିତ କାର୍ତ୍ତିକର ତାଳିକାରେ ଏହାକୁ ସାମିଲ କରାଯାଇଛି। ଗ୍ରନ୍ଥ ମସ୍ଜିଦ୍ରେ ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ଯତ୍ନ ନେଇଆସୁଛି, ଯାହା ଉପରେ ପ୍ରତ୍ୱତ୍ୱ ବିଭାଗ କିମ୍ବା ରାଜ୍ୟ ସରକାରଙ୍କର କୌଣସି ଆପତ୍ତି ଅଭିଯୋଗ ନାହିଁ। ତେବେ ଗତ ମେ'ରେ ପାଣ୍ଡରାଡ଼ା ସଂଘର୍ଷ ସମିତି ଜଳଗାଁଠିରେ ଏରାଣ୍ଡୋଲ ତାଲୁକରେ ଅସ୍ଥିରତା ସୃଷ୍ଟି ଲାଗି ଜିଲ୍ଲାପାଳଙ୍କୁ ଏକ ଆଦେଶ ପତ୍ର ଦେଇଥିଲେ। ଉକ୍ତ ପୁରାତନ କାର୍ତ୍ତିକରରେ ମନ୍ଦିର ଆକୃତି ରହିଥିବା ସେମାନେ ଦାବି କରି ସେଠାରୁ ମୁସଲମାନ ସମ୍ପ୍ରଦାୟକୁ ବାହାର କରାଯିବାକୁ ନିବେଦନ କରିଥିଲେ।

ନ୍ୟାସିକା, ୧୬୭୨

ଯମୁନା ନଦୀରୁ ବନ୍ୟା ଜଳ କମୁଥିବାବେଳେ ଏବେ ବି ଏହାର ଜଳସ୍ତର ବିପଦ ସଙ୍କେତ ତଳକୁ ଖସିନାହିଁ। ସହରର ତଳିଆ ଅଞ୍ଚଳରୁ ଧୀରେ ଧୀରେ ଜଳ ଶୁଖୁଥିବାବେଳେ କିଛି ରାସ୍ତା ଏବେବି ଜଳମଗ୍ନ। ରବିବାର ଯମୁନା ଜଳସ୍ତର ୨୦୫.୯୧ ମିଟରକୁ ଖସିଛି। କିଛି ମଝିରେ ମଝିରେ ହେଉଥିବା ବର୍ଷା ଦିଲ୍ଲୀବାସୀଙ୍କ ବିପଦକୁ ଅଧିକ ବଢ଼ାଇ ଦେଇଛି। ସହରରେ ବନ୍ୟାସ୍ଥିତି ଲାଗି ରହିଥିବା ନେଇ ସରକାରଙ୍କ ପକ୍ଷରୁ ସତର୍କ ସୂଚନା ଜାରି କରାଯାଇଛି। ପୁରୁଣା ଦିଲ୍ଲୀ ଯମୁନା ବନ୍ଧାର ଶୁଖିଲା ରହିଥିବାରୁ ଗତ ଗୁରୁବାର ସେଠାରେ ଅସ୍ଥାୟୀ ଶିବିର ନିର୍ମାଣ କରିଥିଲେ। କିଛି ବର୍ଷମାନ ଶିବିରରେ ପାଣିପତ୍ତିବା ଦ୍ୱାରା ସେଠାରେ ଆଶ୍ରୟ ନେଇଥିବା ଲୋକେ ହଜରାଣ ହୋଇଛନ୍ତି। ସହରର ବିଭିନ୍ନ ସ୍ଥାନରେ



ଲାଲକିଲା ପଛପାଖ ଜଳସ୍ତର ରାସ୍ତାରେ ଗାଡ଼ି ଯାଉଛି।

ମୋଟ ୨୭୦୦ ଚେଷ୍ଟ ବାନ୍ଧି ଅସ୍ଥାୟୀ ଶିବିର ତିଆରି କରାଯାଇଥିବାବେଳେ ସେଥିରେ ପାଖାପାଖି ୨୭,୦୦୦ ଲୋକ ନାମ ପଞ୍ଜୀକରଣ କରି ଆଶ୍ରୟ ନେଇଛନ୍ତି। ଅନେକ ଚିଲିଙ୍ଗ କ୍ୟାମ୍ପ ମଧ୍ୟ ଜଳମଗ୍ନ ହୋଇଯାଇଛି। ଦିଲ୍ଲୀ

ବନ୍ୟାସ୍ଥିତି ସମ୍ପର୍କରେ ଉପରାଜ୍ୟପାଳ ଭି.ଜେ. ସଙ୍କେନାଙ୍କ ସହ ପ୍ରଧାନମନ୍ତ୍ରୀ ମୋଦି ଆଲୋଚନା କରିଛନ୍ତି।

ଦିଲ୍ଲୀ ବନ୍ୟାକୁ ନେଇ ରାଜନୀତି

ଦିଲ୍ଲୀ ବନ୍ୟାସ୍ଥିତିକୁ ନେଇ ଏଏପି ଓ ଭାଜପା ମୁହାଁମୁହାଁ ସ୍ଥିତିରେ ଅଛନ୍ତି। ବନ୍ୟା ସମ୍ପର୍କିତ ତଥ୍ୟ ପ୍ରଦାନରେ ପିଡ଼ିକ୍ସିଟି ମନ୍ତ୍ରୀ ମିଛ କହୁଛନ୍ତି। ଗତ ୨ ବର୍ଷ ମଧ୍ୟରେ ବନ୍ୟାସ୍ଥିତି ମୁକାବିଲା ପାଇଁ ବିଭାଗ ତରଫରୁ କୌଣସି ବୈଠକ ହୋଇ ନ ଥିବା କେନ୍ଦ୍ର ମନ୍ତ୍ରୀ ମାନାକ୍ଷୀ ଲେଖୁ ଅଭିଯୋଗ ଆଣିଛନ୍ତି। ସେହିପରି ଦିଲ୍ଲୀ ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀ ଅରବିନ୍ଦ କେଜ୍ରିୱାଲ ନିଜ ଦାୟିତ୍ୱ ପକାୟନ କରୁଥିବା କେନ୍ଦ୍ର ସୂଚନା, ପ୍ରସାରଣ ମନ୍ତ୍ରୀ ଅନୁରାଗ ଠାକୁର କହିଛନ୍ତି। ବନ୍ୟାକୁ ନେଇ ଦିଲ୍ଲୀବାସୀଙ୍କ ବିରୋଧରେ ସତ୍ୱପନ୍ନ କରାଯାଉଥିବା ଶିବିରର ଏଏପି କହିଥିଲା।



















## ଷ୍ଟ୍ରେକ୍ ଆଶଙ୍କା ବଢ଼ାଏ ଫ୍ୟାଟ୍ ଜାତୀୟ ଖାଦ୍ୟ

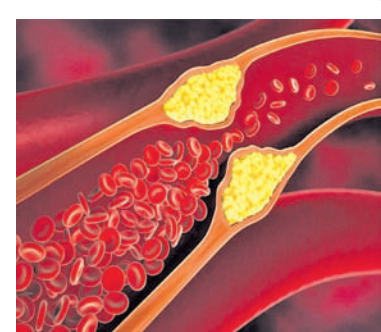
ଆଲିକାଳି ଅନେକ ଲୋକ ନିଜର ଖାଦ୍ୟ ଶୈଳୀ ବିଷୟରେ ପ୍ରାୟ ସଚେତନ ନ ଥାନ୍ତି। ଫଳରେ ସେମାନେ ବିଭିନ୍ନ ରୋଗରେ ଆକ୍ରାନ୍ତ ହୋଇଥାଆନ୍ତି। ଅଧିକ ତେଲ ମସଲାଯୁକ୍ତ କିମ୍ବା ଫ୍ୟାଟ୍ ଜାତୀୟ ଖାଦ୍ୟ ଖାଇବା ଦ୍ୱାରା ଷ୍ଟ୍ରେକ୍ ଭଳି ମାତ୍ରାମୂଳକ ସମସ୍ୟା ସୃଷ୍ଟି ହେବାର ଆଶଙ୍କା ରହିଛି। ଆମେରିକୀୟ ହାର୍ଟ ଆସୋସିଏସନ୍ ଆଣ୍ଡ ସାଇକ୍ଲୋପେଡିକ୍ ରିସର୍ଚ୍ଚ ତରଫରୁ ହୋଇଥିବା ଏକ ସମୀକ୍ଷା ଗବେଷଣାରୁ ଏକ ସ୍ପଷ୍ଟ ଖବର ମିଳିଛି। ତେଣୁ ଏକାଧିକ ଖାଦ୍ୟ ଯେତେ କମ୍ ଖାଇବେ ତାହା ସେତେ ଭଲ। ଏପରି ଖାଦ୍ୟର ପରିମାଣ ଅଧିକ ହେଲେ ତାହା ଶରୀରରେ ତରଳ ବୃକ୍କାଳୟ ସହ ହାର୍ଟ ଉପରେ ଲୁପ୍ତଭାବ ପକାଇଥାଏ। ଫଳରେ ଉଚ୍ଚ ରକ୍ତଚାପ ହେବାର ମଧ୍ୟ ଆଶଙ୍କା ରହିଛି। ତେଣୁ ଦୈନନ୍ଦିନ ଖାଦ୍ୟ



ତାଲିକାରେ ସବୁଜ ପାନପରିବା, କ୍ଷୀର, ମାଛ ତଥା ସଚ୍ଚୁଳିତ ଖାଦ୍ୟ ସାମିଲ କରନ୍ତୁ।

## ସଚ୍ଚୁଳିତ ରହିବ କୋଲେଷ୍ଟରଲ

ଆମ ଶରୀରରେ କୋଲେଷ୍ଟରଲ ପରିମାଣ ସଚ୍ଚୁଳିତ ରହିବା ନିହାତି ଦରକାର। ଏଥିରେ ଦହର ଭୂମିକା ମଧ୍ୟ ରହିଛି। ଯଦି ଜଣେ ବ୍ୟକ୍ତି ନିଜର ଦୈନନ୍ଦିନ ଖାଦ୍ୟ ତାଲିକାରେ ଦହି ସାମିଲ କରନ୍ତି, ତେବେ ତାହା ତାଙ୍କ ପାଇଁ ବେଶ୍ ଉପକାରୀ ସାବ୍ୟସ୍ତ ହୋଇଥାଏ। ଏଥିରେ କ୍ୟାଲସିୟମ୍ ଓ ପୋଟାସିୟମ୍ ଭରପୂର୍ଣ୍ଣ ମାତ୍ରାରେ ରହିଛି। ଏହା ମଧ୍ୟ ଶରୀରରେ ରୋଗ ପ୍ରତିରୋଧକ ଶକ୍ତିକୁ ବୃଦ୍ଧିଦେଇଥାଏ। ଦହିରେ କ୍ୟାଲସିୟମ୍ ଥିବାରୁ ଏହା ଅସ୍ଥି ଓ ଆଖୁରଖିକୁ ମଜବୁତ କରିବାରେ ସାହାଯ୍ୟ କରେ। ଏଥିସହ ଦାନ୍ତକୁ ମଧ୍ୟ ଦୃଢ଼ ରଖେ। ପ୍ରତିଦିନ ଆମେ ଖାଉଥିବା ଖାଦ୍ୟରେ ଦହିକୁ ସାମିଲ କରନ୍ତୁ, ଯାହା ଖାଦ୍ୟରୁ ଠିକ୍ ଭାବେ ହ୍ରାସ କରିବାରେ ସାହାଯ୍ୟ କରିବ। ଶରୀରରେ କୋଲେଷ୍ଟରଲ କମିଥିବାରୁ ଏହା କେତେକାଂଶରେ କମାଇଥାଏ। ବେଳେବେଳେ ଶରୀରରେ ହରମୋନ୍ ଅସଚ୍ଚୁଳିତ ହେଉଥିବାରୁ ପ୍ରତିରୋଧକ ଶକ୍ତିକୁ ବୃଦ୍ଧିଦେଇଥାଏ।



ଏହାକୁ ସଚ୍ଚୁଳିତ ରଖେ ଦହି। ରକ୍ତରେ ଶରୀରର ପରିମାଣକୁ ମଧ୍ୟ ନିୟନ୍ତ୍ରଣରେ ରଖେ।

# ଚନ୍ଦ୍ରଧାନ-୩ର ଲକ୍ଷ୍ୟ



“ଭାରତ ଚନ୍ଦ୍ର ଦକ୍ଷିଣ ମେରୁ ନିକଟରେ ଯାନକୁ ଅବତରଣ କରାଇବା ଆଜି ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଅନ୍ୟ କୌଣସି ଦେଶ ଏହି ଅଞ୍ଚଳକୁ ଲକ୍ଷ୍ୟ କରିନାହାନ୍ତି। କାରଣ ଚନ୍ଦ୍ରର ବିଖୁବରେଖା ନିକଟରେ ଅବତରଣ କରିବା ହେଉଛି ଅଧିକ ସହଜ ଏବଂ ନିରାପଦ। ଏଠାରେ ଚାପମାତ୍ରା ଓ ପୃଷ୍ଠଭାଗ ହେଉଛି କାର୍ଯ୍ୟ କରିବା ପାଇଁ ସୁବିଧାଜନକ ଏବଂ ଯାନର ଯନ୍ତ୍ରପାତି ଏହି ଅଞ୍ଚଳରେ ଅଧିକ ଦିନ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ କାର୍ଯ୍ୟ କରିପାରିବ। ଏହି ଅଞ୍ଚଳର ପୃଷ୍ଠ ହେଉଛି ମରୁତ ଓ ସମତଳ, ତାହା ଡାକ୍ତରୀ ପ୍ରାୟ ନାହିଁ ଏବଂ ଏଠାରେ ବହୁତ କମ୍ ପାହାଡ଼ କିମ୍ବା ଗର୍ଭ ଅଛି। ପୃଥିବୀକୁ ମୁହଁ କରିଥିବା ପାର୍ଶ୍ୱରେ ପ୍ରଚୁର ସୂର୍ଯ୍ୟକିରଣ ପଡିଥାଏ, ଯାହା ସୌରଶକ୍ତିର ଯନ୍ତ୍ରପାତିଗୁଡ଼ିକୁ ନିରନ୍ତର ଶକ୍ତି ଯୋଗାଇବ।”

ଚନ୍ଦ୍ର ଉତ୍ତର କିମ୍ବା ଦକ୍ଷିଣ ଅକ୍ଷାଂଶରେ ଏକାଧିକ ନିରାପଦରେ ଅବତରଣ କରିନପାରିବ। ବିଖୁବରେଖାଠାରୁ ସବୁଠାକୁ ଅଧିକ ଦୂରରେ ଅବତରଣ କରିଥିବା ଯାନ ହେଉଛି ‘ନାସା’ର ସର୍ଭେୟର-୭। ଏହା ୧୯୬୮ ଜାନୁଆରୀ ୧୦ରେ ୪୦ ଡିଗ୍ରୀ ଦକ୍ଷିଣ ଅକ୍ଷାଂଶରେ ଅବତରଣ କରିଥିଲା। ଚାଇନାର ଚାଙ୍ଗେ-୪ ଯାନ ଆମକୁ ବେଖାୟାଦ ନ ଥିବା ଚନ୍ଦ୍ର ପାର୍ଶ୍ୱରେ ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ଲ୍ୟାଣ୍ଡିଙ୍ଗ କରିବାରେ ସମର୍ଥ ହୋଇ ଥିଲା। ଏହା ୨୦୧୯ ଜାନୁଆରୀ ୩ ତାରିଖରେ ଚନ୍ଦ୍ରର ୪୫

## ବୃଦ୍ଧି ପାଇବ ସ୍ମରଣ ଶକ୍ତି



ଉତ୍ତମ ଖାଦ୍ୟ ହେଉ କିମ୍ବା ଯୋଗ, ବ୍ୟାୟାମ ଓ ପ୍ରାଣାୟାମ ସ୍ମରଣ ଶକ୍ତି ବୃଦ୍ଧି ପାଇବାରେ କେତେକାଂଶରେ ସାହାଯ୍ୟ କରିଥାଏ। କେବଳ ସେତିକି ନୁହେଁ, ମନ ପସନ୍ଦର ସଙ୍ଗୀତ ଶୁଣିବା ଦ୍ୱାରା ମଧ୍ୟ ଏହା ବୃଦ୍ଧି ପାଇଥାଏ। ସ୍ମରଣଶକ୍ତି ଅଧିକ ହେଲେ ଏବଂ ସ୍ମରଣ ହେଲେ ତରଳ ହୋଇଥାଏ। ଏକ ମିଳିତ ପରୀକ୍ଷାରୁ ଏକଥା ଜଣାପଡିଛି। ଚିପଚାପରେ ଭଲେଖା କରାଯାଇଛି ଯେ, ନିଜର ପ୍ରିୟ ଗୀତକୁ ବାରମ୍ବାର ଶୁଣିବା ଦ୍ୱାରା ଆମ ସ୍ମରଣଶକ୍ତିକୁ ଆରାମ କରିଥାଏ, ଯାହା ମନୁଷ୍ୟକୁ ଦୃଢ଼ କରିବାରେ ସାହାଯ୍ୟ କରେ। ମନୁଷ୍ୟ ସହ ଯୋଡ଼ି ହୋଇ ରହିଥିବା ସମସ୍ତ ସ୍ମାୟୁକୋଷ୍ଠ ଧୀରେ ଧୀରେ ଡିଗ୍ରୀରେ ହୋଇ ଉଠେ, ଫଳରେ ଉଚ୍ଚ ସଞ୍ଚାଳନ ଠିକ୍ ଭାବେ ହେବା ସହ ମନ ସୁସ୍ଥିତ ରୁହେ। ଯେ କୌଣସି କାର୍ଯ୍ୟ କରିବା ପାଇଁ ଏହା ଆଗ୍ରହ ସୃଷ୍ଟି କରେ। ତା’ ସହ ନିଜର ଆଗ୍ରହ ଅନୁଯାୟୀ ବିନା ଚିନ୍ତାରେ ଯେ କୌଣସି କାର୍ଯ୍ୟ କଲେ କାର୍ଯ୍ୟଟି ସଫଳ ହେବା ସହ ନିଜକୁ ଆନନ୍ଦ ମଧ୍ୟ ଲାଗିଥାଏ। ଆଉ ଏବେ ‘ସଙ୍ଗୀତ’ ଖୁସି ରହିବାର ଏକ ମାଧ୍ୟମ ପାଲଟିଯାଇଛି ବୋଲି ଗବେଷଣାକୁ ଜଣାପଡିଛି।



ମେରୁ ଅଞ୍ଚଳରେ ପଡିଥିଲା। ଏହି ସ୍ଥାନରୁ ନାମ ‘କବାହାର ବିନ୍ଦୁ’ ରଖାଯାଇଛି। ଏହି ଅଭିଯାନରେ ଚନ୍ଦ୍ରଧାନ-୧ରେ ଥିବା ଯନ୍ତ୍ରପାତି ସାହାଯ୍ୟରେ ଚନ୍ଦ୍ର ପୃଷ୍ଠରେ ଲାନ୍ଡିଙ୍ଗ କରିବା ପ୍ରଥମ ପ୍ରମାଣ ମିଳିଥିଲା। ଭାରତର ଚନ୍ଦ୍ରଧାନ-୨ ଅଭିଯାନ ୨୦୧୯ ଜୁଲାଇ ୨୨ରେ ଉଡ଼େଇପାଶ ହୋଇଥିଲା। ଏଥିରେ ଗୋଟିଏ ଅର୍ବଚର, ଗୋଟିଏ ଲ୍ୟାଣ୍ଡର ଓ ଗୋଟିଏ ରୋଭର ମାଧ୍ୟମରେ ଅବତରଣ କରିବା ପାଇଁ ଯୋଜନା କରାଯାଇଛି। ବିଶ୍ୱ ଗୋଟିଏ ଏକାଧିକ ସଫଳ ଲ୍ୟାଣ୍ଡିଙ୍ଗ ହୋଇଛି। ଯେହିତ ବର୍ଷ ସେପ୍ଟେମ୍ବର ୬ରେ ଲ୍ୟାଣ୍ଡର ଓ ରୋଭର ମୂଳ ଯାନକୁ ପୃଥିବୀ ଛାଡି ଚନ୍ଦ୍ର ପୃଷ୍ଠରେ ଅବତରଣ କରିବା ବେଳେ ସଫଳ ଲ୍ୟାଣ୍ଡିଙ୍ଗ ହୋଇ ନ ପାରି ହାର୍ଡ ଲ୍ୟାଣ୍ଡିଙ୍ଗ ହେଲା। ଫଳରେ ଚନ୍ଦ୍ର ସପ୍ତାହ

ଚନ୍ଦ୍ର ଅକ୍ଷାଂଶରେ ଅବତରଣ କରିଥିଲା। ଭାରତ ଚନ୍ଦ୍ର ଦକ୍ଷିଣ ମେରୁ ନିକଟରେ ଯାନକୁ ଅବତରଣ କରାଇବା ଆଜି ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଅନ୍ୟ କୌଣସି ଦେଶ ଏହି ଅଞ୍ଚଳକୁ ଲକ୍ଷ୍ୟ କରିନାହାନ୍ତି। କାରଣ ଚନ୍ଦ୍ରର ବିଖୁବରେଖା ନିକଟରେ ଅବତରଣ କରିବା ହେଉଛି ଅଧିକ ସହଜ ଏବଂ ନିରାପଦ। ଏଠାରେ ଚାପମାତ୍ରା ଓ ପୃଷ୍ଠଭାଗ ହେଉଛି କାର୍ଯ୍ୟ କରିବା ପାଇଁ ସୁବିଧାଜନକ ଏବଂ ଯାନର ଯନ୍ତ୍ରପାତି ଏହି ଅଞ୍ଚଳରେ ଅଧିକ ଦିନ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ କାର୍ଯ୍ୟ କରିପାରିବ। ଏହି ଅଞ୍ଚଳର ପୃଷ୍ଠ ହେଉଛି ମରୁତ ଓ ସମତଳ, ତାହା ଡାକ୍ତରୀ ପ୍ରାୟ ନାହିଁ ଏବଂ ଏଠାରେ ବହୁତ କମ୍ ପାହାଡ଼

## ଜୀବନଶୈଳୀ ଓ ତାହାରେଟିସ୍



ଆଲିକାଳି ତାହାରେଟିସ୍ ଏକ ସାଧାରଣ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ସମସ୍ୟା ପାଳିବା ଗଲଣା କହିଲେ ଆଜି ଭୁଲ ହେବ ନାହିଁ। ରକ୍ତରେ ଖୁବ୍ ଚାହା ପରିମାଣ ଅଧିକାଂଶ ସମୟ ଅସଚ୍ଚୁଳିତ ରହିଲେ ତାହା ଜଟିଳ କରିଥାଏ। କେବଳ ସେତିକି ନୁହେଁ, ଏହା ଦୀର୍ଘ ଦିନ ଧରି ଅସଚ୍ଚୁଳିତ ରହିଲେ ତାହାର କୁପ୍ରଭାବ ହାର୍ଟ, କିଡ୍ନୀ ଏପରି କି ବୃକ୍ଷିକୃତ ଉପରେ ପଡ଼ିଥାଏ। ଏହି ରୋଗ ସମ୍ପର୍କରେ ଜାଣିବା ପରେ ତାହାର ରୁକ୍ଷ ଚିକିତ୍ସା କରାଇ ନେବା ଦରକାର। ଅନ୍ୟପକ୍ଷରେ ଅସଚ୍ଚୁଳିତ ଜୀବନଶୈଳୀ ମଧ୍ୟ ଏଥିପାଇଁ ଅନେକାଂଶରେ ଦାୟୀ। ଏଥିପ୍ରତି ସଚ୍ଚକ ରହିବା ସହ ଖାଦ୍ୟପେୟ ପ୍ରତି ନଜର ଦେବା ନିହାତି ଜରୁରୀ। ଆଲିକାଳି କେତେବେଳେ କାହାଠାରେ ଏହାର ଲକ୍ଷଣ ପ୍ରକାଶ ପାଇବ ତାହା ଆକଳନ କରିବା କଷ୍ଟକର। ତେଣୁ ଏ ବିଷୟରେ ଜାଣିବା ମାତ୍ରେ ବିକଳ ନ କରି ଡାକ୍ତରଙ୍କ ସହ ପରାମର୍ଶ କରନ୍ତୁ।

## ଭିଗାମିନ୍-ଡି’ର ଅଭାବ ହେଲେ...

ଭିଗାମିନ୍ ‘ଡି’ ଶରୀରରେ ଅଳ୍ପ ଓ ମା’ସପେଣାକୁ ମଜବୁତ ରଖିବାରେ ସାହାଯ୍ୟ କରେ। ଏଥିରେ ଆହୁରି ଅନେକ ପ୍ରକାର ସାହାଯ୍ୟକାରୀ ଗୁଣ ଭରି ରହିଛି। ଏପରି ଏହାର ଅଭାବରେ ହୃଦକମ୍ପନ ସମସ୍ୟା ବେଖାୟାଦ ହୋଇଥାଏ। ତେଣୁ ଭିଗାମିନ୍-ଡି’ର ଅଭାବ ପରେ ଖାଦ୍ୟରୁ ଭିଗାମିନ୍-ଡି’ର ଅଭାବ ପୂରଣ କରିବା ପାଇଁ ଲାଭକାରୀ ହେବାର ଆଶଙ୍କା ରହିଛି। ତା’ ସହ ଏହାର ପ୍ରଭାବ ରକ୍ତଚାପ ଉପରେ ମଧ୍ୟ ପଡିଥାଏ। ତେଣୁ ଆମେ ପ୍ରତିଦିନ କିଛି ଭିଗାମିନ୍ ‘ଡି’ମୂଳ ଖାଦ୍ୟ ଖାଇବା



ନିହାତି ଦରକାର। ସବୁଦିନ ସକାଳେ କିଛି ସମୟ ସୂର୍ଯ୍ୟକିରଣ ସଂସ୍ପର୍ଶରେ ଆସିଲେ ଆମ ଶରୀରକୁ ଅନେକ ପରିମାଣର ଭିଗାମିନ୍ ‘ଡି’ ମିଳିଥାଏ। କଦଳୀ, କମଳା, ଆଲମୱ, ଛତୁ, ଅଣ୍ଡା କେଶର, କ୍ଷୀର, ଛୁଇଁକେ ଭିଗାମିନ୍ ‘ଡି’ ଭରି ରହିଛି।

# କୃତ୍ରିମ ମେଧା-କିଛି କଥା

(ଶେଷ ଭାଗ)

ଆଜିର ଆଉ ଗୋଟିଏ ଲକ୍ଷ୍ୟ ହେଲା କ୍ୟାମେରା ଦ୍ୱାରା ଉଚ୍ଚ ଯାଇଥିବା ଚିତ୍ର ବା ଭିଡିଓ ପାରିବାରିକ ବସ୍ତୁକୁ ଚିହ୍ନିବା ଓ ସେଗୁଡ଼ିକର ପାରସ୍ପରିକ ଅବସ୍ଥାନ ରକ୍ଷା କରିବା। ଗୋଟିଏ ରୋବଟର ଏହି କ୍ଷମତା ବିଶେଷ ପ୍ରୟୋଗ ହୁଏ, କାରଣ ତା’ହେଲେ ହିଁ ତାହା କେମିତି କାର୍ଯ୍ୟ କରିବ ତା’ ପରିକଳ୍ପନା କରିପାରେ। ଗତ ଶତାବ୍ଦୀର ଷ୍ଟାର୍ଟିଆ ଚଳଚ୍ଚିତ୍ରରେ ଏହା ଦୃଶ୍ୟକୁ ହିଁ ଏହା ଗବେଷକମାନଙ୍କର ଦୃଷ୍ଟି ଆକର୍ଷଣ କରିଥିଲା ଓ ଏଥିରେ ବହୁତ କାର୍ଯ୍ୟ ମଧ୍ୟ କରାଯାଇଛି। କ୍ୟାମେରାକୁ ଯେଉଁ ଚିତ୍ର ମିଳେ, ତାହାର ପ୍ରତ୍ୟେକ ବିନ୍ଦୁରେ ରଙ୍ଗ ଓ ଉଜ୍ଜ୍ୱଳତା କେତେ ସେହି ଚିତ୍ର ମଧ୍ୟ ରଖିଯାଏ। ଏହି ଚିତ୍ରକୁ କମ୍ପ୍ୟୁଟରକୁ ଦିଆଯାଏ। ଏହି ଚିତ୍ରକୁ କମ୍ପ୍ୟୁଟର ଚିହ୍ନିବାକୁ ଚେଷ୍ଟା କରେ ଚିତ୍ରରେ କ’ଣ ଦିଶୁଛି। ଏଥିପାଇଁ ଚିତ୍ରର ବିଭିନ୍ନ ଅଂଶକୁ ଅଲଗା ଅଲଗା କରାଯାଏ-ଯେମିତି ଗୋଟିଏ ଚିତ୍ରରେ କାଢ, ଚେରୁଲ, ଚେରୁଲ ଉପରେ ଥିବା ବହି ଇତ୍ୟାଦିକୁ ଅଲଗା କରାଯାଇପାରେ। ଗୋଟିଏ ଅଂଶରେ ରଙ୍ଗ ଓ ଉଜ୍ଜ୍ୱଳତା ମାତ୍ରା ପ୍ରାୟ ଏକା ହୋଇଥାଏ ଅଥବା ସ୍ଥିର ସାମାନ୍ୟ ପାର୍ଥକ୍ୟ ଥାଏ, ପ୍ରାଥମିକ ଭାବେ ଏହି ନୀତି ପ୍ରୟୋଗ କରି କି ଅଂଶଗୁଡ଼ିକୁ ଅଲଗା କରାଯାଏ। ଏହାପରେ ପ୍ରତ୍ୟେକ ଅଂଶ ଉପରେ ପ୍ରଭୁଳ ବସ୍ତୁର ସାମାନ୍ୟଗୁଡ଼ିକୁ ଚିହ୍ନିବା କରାଯାଏ। ଚିତ୍ରରେ ଯେଉଁ ବିନ୍ଦୁଗୁଡ଼ିକରେ ଉଜ୍ଜ୍ୱଳତା ପରିବର୍ତ୍ତନ ହାର ସବୁଠୁ ବେଶି ହେଉଛି ସେହି ବିନ୍ଦୁଗୁଡ଼ିକୁ ଚିହ୍ନିବା ଏକ ବିଶେଷତା ଅଟେ। ଏହା ଚିହ୍ନିବା ପାଇଁ ଏକ ବିଶେଷ ପ୍ରକାରର ଡାକ୍ତରୀ କିଛି ରୋଗିର ସହିତ ନିଗୋଳ ଚିତ୍ରରେ କେଉଁ ବିନ୍ଦୁ ଚିହ୍ନିବାକୁ ହେଉଛି, ତାହା ସହ ଏହି ପ୍ରାଥମିକ ପଦ୍ଧତି ସହିତ ଆହୁରି ଅନେକ ଆବିଷ୍କାର ପଦ୍ଧତି ମୁକ୍ତ କରାଯାଏ। ଏହାକୁ ସହାୟକ ଭାବେ ଏହାକୁ ବ୍ୟବହାର କରିବା ପାଇଁ ଏହାକୁ ସହାୟକ କରାଯାଏ। ଏହାକୁ ସହାୟକ ଭାବେ ଏହାକୁ ବ୍ୟବହାର କରିବା ପାଇଁ ଏହାକୁ ସହାୟକ କରାଯାଏ।



ନିହାତି ଦରକାର। ସବୁଦିନ ସକାଳେ କିଛି ସମୟ ସୂର୍ଯ୍ୟକିରଣ ସଂସ୍ପର୍ଶରେ ଆସିଲେ ଆମ ଶରୀରକୁ ଅନେକ ପରିମାଣର ଭିଗାମିନ୍ ‘ଡି’ ମିଳିଥାଏ। କଦଳୀ, କମଳା, ଆଲମୱ, ଛତୁ, ଅଣ୍ଡା କେଶର, କ୍ଷୀର, ଛୁଇଁକେ ଭିଗାମିନ୍ ‘ଡି’ ଭରି ରହିଛି।

## ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ସୂଚକ

ପ୍ରତିଦିନ ଶିତ୍ତ ରହିବା ଏକ ଭଲ ବ୍ୟାୟାମ। ହେଲେ, ଆପଣଙ୍କର ଯଦି କିଛି ଆଖୁରଖିଜନିତ ସମସ୍ୟା ରହିଛି, ତେବେ ଏଥିପ୍ରତି ସଚ୍ଚକ ରୁହନ୍ତୁ। ଏକେକ ଶାରୀରିକ ବ୍ୟାୟାମ ନୁହେଁ ମାନସିକ ଯୋଗ ମନକୁ ଶାନ୍ତି ପ୍ରଦାନ କରିଥାଏ। ସବୁବେଳେ ମାନସିକତାକୁ ସକାରାତ୍ମକ ରଖନ୍ତୁ।

ଦିନଟମାମ ଯେତେ ବ୍ୟସ୍ତ ରହିଲେ ମଧ୍ୟ ତ୍ରେକ୍ ଫାଷ୍ଟ କରିବାକୁ ଭୁଲନ୍ତୁ ନାହିଁ। ତ୍ରେକ୍ ଫାଷ୍ଟରେ ଫଳମୂଳ ସହ ଲୁଗୁମିଶାନ୍ତ, ଯାହା ଶରୀର ପାଇଁ ଲାଭକାରୀ। ଦୈନନ୍ଦିନ ଖାଦ୍ୟ ତାଲିକାରେ ପ୍ରୋଟିନ୍ ଡାକ୍ତରୀ ଖାଦ୍ୟ ଏବଂ ସବୁଜ ପାନପରିବା ସାମିଲ କରନ୍ତୁ। ଏହା ଆପଣଙ୍କୁ ସତେଜ ରଖିବା ସହ ଶରୀରକୁ ଶକ୍ତି ଯୋଗାଇଥାଏ।

କିଛି ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କର ବିକଳିତ ରାତିରେ ଖାଦ୍ୟ ଖାଇବା କେତେକ ଲୋକଙ୍କର ଅଭ୍ୟାସ। ଏଭଳି ଅଭ୍ୟାସ ବଦଳାଇବାକୁ ଚେଷ୍ଟା କରନ୍ତୁ ଏବଂ ଠିକ୍ ସମୟରେ ଖାଦ୍ୟ ଖାଆନ୍ତୁ। ଅଧିକ ଲୁଗୁ ଓ ଚିନିଜାତୀୟ ଖାଦ୍ୟ ଆଜି ଖାଆନ୍ତୁ ନାହିଁ। ଏହା ରୁଚି ପ୍ରସାର ଏବଂ ହୃଦକମ୍ପନ ସମସ୍ୟା ସୃଷ୍ଟି କରିବାର ଆଶଙ୍କା ରହିଛି। ଖାଇବାର ସମୟରେ କେବେ ବି ପାଣି ପିଅନ୍ତୁ ନାହିଁ। ଖାଇବାର ଘଣ୍ଟା ପରେ କିମ୍ବା ଘଣ୍ଟା ପୂର୍ବରୁ ପାଣି ପିଅନ୍ତୁ। ସବୁବେଳେ ଠିକ୍ ସମୟରେ ଖାଆନ୍ତୁ ଏବଂ ଅତିକମ୍ପରେ ୬-୭ ଘଣ୍ଟା ଶୁଅନ୍ତୁ।







ଫ୍ରିୟେଲଡନ ରୟାଲ ବକ୍ସରେ ରବିବାର ପରିବାର ସଭାରେ ପୁରୁଷ ସିଙ୍ଗଲ୍ ଫାଇନାଲ ଉପଭୋଗ କରୁଛନ୍ତି ଫ୍ରେଣ୍ଡ୍ ପ୍ରିୟେସ କ୍ୟାପ୍ଟିନ ଓ ପ୍ରିଭ୍ ଫ୍ରିୟେସନ।

## ବାଲାଦେଶୀୟ ପ୍ରଥମ ଥର ହାରିଲା ଭାରତ

ମାନ୍ଦ୍ରାପୁର, ୧୬୭୭(ପି.ଟି.): ବାଲାଦେଶୀୟ ବିପକ୍ଷ ମହିଳା ଦିନିକିଆ କ୍ରିକେଟ ସିରିଜର ଓପନିଂ ମ୍ୟାଚରେ ଭାରତ ୪୦ ରନରେ ହାରିଛି। ମହିଳା ଅନ୍ତର୍ଜାତୀୟ ଦିନିକିଆରେ ଭାରତର ବାଲାଦେଶୀୟ ବିପକ୍ଷରେ ଏହା ପ୍ରଥମ ପରାଜୟ। ଡାକ୍ତାରିଟ ଶେର୍-ଲ-ବାଲା ଷ୍ଟୁଡିୟୋରେ ଖେଳାଯାଇଥିବା ଏହି ମ୍ୟାଚରେ ଚ୍ୟୁ ହାରି ପ୍ରଥମେ ବ୍ୟାଟି କରିଥିବା ବାଲାଦେଶୀୟ ୪୩୩ ଓଭରରେ ୧୫୨ ରନରେ ଅଲଆଉଟ ହୋଇଯାଇଥିଲା। ଭାରତର ନବାଗତ

ଭାରତ ପାଇଁ ପଦକ ସୁଯୋଗ ମୁମ୍ବାଇ, ୧୬୭୭: ଆଗାମୀ ଏସିଆନ ଗେମ୍ସ ପୁରୁଷ ଡବଲ୍ ଟେନିସ୍ ଇଭେଣ୍ଟରେ ଭାରତ ପଦକ ଜିତିବା ସୁଯୋଗ ରହିଛି ବୋଲି ଅନୁଭବ କରୁଛନ୍ତି କିରୀତ୍ତୀ ଖେଳାଳି ଲିଆଣ୍ଡର ପେସା। ଏଥିରେ ରୋହନ ବୋପାନା ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ଭୂମିକା ନେବେ ବୋଲି ସେ କହିଛନ୍ତି।

## ଅନ୍ତର୍ଜାତୀୟ ଦିନିକିଆ ମହିଳା କ୍ରିକେଟ

ସିନ୍ଧୁ ବୋଲର ଅମନଜୋର୍ କୌର ଚମତ୍କାର ବୋଲି କରି ୪୫ରୁକେଟ ଅଭିଆର କରିଥିଲେ। ଜବାବରେ ଭାରତ ୩୫.୫ ଓଭରରେ ମାତ୍ର ୧୧୩ ରନ କରି ଅଲଆଉଟ ହୋଇଯାଇଥିଲା। ଫଳରେ ବାଲାଦେଶୀୟ ଏହି ମ୍ୟାଚରେ ବିଜୟ ଲାଭ କରିବା ସହ ୩ ମ୍ୟାଚ ବିଶିଷ୍ଟ ସିରିଜରେ ୧-୦ରେ ଅଗ୍ରଣୀ ଲାଭ କରିଛି। ବର୍ଷା ଯୋଗୁ ମ୍ୟାଚଟୁ ୪୫ ଓଭର ବିଶିଷ୍ଟ କରାଯାଇଥିଲା। ଡକ୍ଟ୍ରେସ୍ ଲୁଇସ ପକ୍ସଟରେ ଭାରତ ପାଇଁ ୧୫୪ରନର ବିଜୟ ଲକ୍ଷ୍ୟ ଧାର୍ଯ୍ୟ କରାଯାଇଥିଲା।

ଗ୍ୟାସ୍ ଓ ଏସିଡିଟି ପାଇଁ ଚିକିତ୍ସା କି ? available at amazon  
ଢେ଼ଣା ଆୟୁର୍ବେଦିକ ଭବନ ଦ୍ୱାରା ପ୍ରସ୍ତୁତ  
**ଶିବାଞ୍ଜଳ ଚୂର୍ଣ୍ଣ**  
ଗ୍ୟାସ୍, ଏସିଡିଟି, ବଦହଜନି, ଆୟିକା ହାଜୁଟି, ହାଟି ଚଢ଼ି ପୋଡ଼ା, ଜଳା ଅକାର୍ଷ ବୋଷ କାଠିନ୍ୟ ଦୂର କରି ଆୟୁର୍ବିଦ୍ୟ ଭାବରେ ହଜନ ଶକ୍ତି ବଢ଼ାଏ  
Fast Relief from ACIDITY, INDIGESTION & CONSTIPATION  
ସହୃଦମନ ଯାତୁ ମଲମ (ଯାତୁ ପାଇଁ ବେଶ୍) ଢେ଼ଣା ଆୟୁର୍ବେଦିକ ଭବନ, କଲେଜ ଛକ, ଚଟକ  
Contact: 9437883226

# ଅଲକାରାଜ ନୂଆ ଚାମ୍ପିୟନ

ଲଣ୍ଡନ, ୧୬୭୭  
ବିଶ୍ୱର ନୟରଫ୍ରିନ ଟେନିସ୍ ଖେଳାଳି ସ୍ନେନର କାର୍ଲୋସ୍ ଅଲକାରାଜ ଗାର୍ଟିଆ ଚଳିତ ବର୍ଷର ଫ୍ରିୟେଲଡନ ଗ୍ରାଣ୍ଡସ୍ଲାମ ପୁରୁଷ ସିଙ୍ଗଲ୍ ଚାମ୍ପିୟନ ହୋଇଛନ୍ତି। ରବିବାର ଅନୁଷ୍ଠିତ ଏକ ଡାବ୍ଲୁ ଏଫ୍ଏସ୍ପିଏସ୍ ଫାଇନାଲରେ ସେ ଦ୍ୱିତୀୟ ସିଡ୍ ତଥା ୬ ଥର ଚାମ୍ପିୟନ ସର୍ବସ୍ତର ନୋଭାକ୍ ଜୋକୋଭିଚ୍ଙ୍କୁ ୧-୨, ୬-୨ (୮/୬), ୬-୧, ୩-୬, ୬-୪ ସେଟ୍ରେ ପରାସ୍ତ କରିଛନ୍ତି। ଏଥିସହ ଫ୍ରିୟେଲଡନରେ ଜୋକୋଭିଚ୍ଙ୍କ ବିଜୟ ପଥରେ ବ୍ରେକ୍ ଲାଗିଛି। ଫାଇନାଲର ପ୍ରଥମ ସେଟ୍ଟ୍ ଅତି ସହଜରେ ଜିତିଥିଲେ ଜୋକୋଭିଚ୍। ନିଜ ଅଭିଜ୍ଞତାର ଉପଯୋଗ କରି ସେ ୬-୧ରେ ବିଜୟ ହୋଇଥିଲେ। ଦ୍ୱିତୀୟ ସେଟ୍ଟ୍ରେ କିନ୍ତୁ ଜଡ଼ା ଚ୍ୟାଲେଞ୍ଜି ଦେଇଥିଲେ ଅଲକାରାଜ। ଉଭୟଙ୍କ ପଏଣ୍ଟ ୬-୬ ହେବାପରେ ଗାଲଭ୍ରେକର ପକ୍ଷରୁ ଅବଲମ୍ବନ କରାଯାଇଥିଲା। ଏଥିରେ ଅଲକାରାଜ ୮-୬ରେ ବାଜି ମାରିଥିଲେ। ତୃତୀୟ ସେଟ୍ଟ୍ରେ ଅତି ସହଜରେ ୬-୧ରେ ଜିତିଥିଲେ ବିଶ୍ୱର ଏହି ନୟରଫ୍ରିନ ଖେଳାଳି ମାତ୍ର ୪ର୍ଥ ସେଟ୍ଟ୍ରେ ପୁଣି ନିଜ ଦକ୍ଷତା ଦେଖାଇଥିଲେ ଜୋକୋଭିଚ୍। ୬-୩ରେ ବିଜୟ ହୋଇ ସପ୍ତମ ପ୍ରତ୍ୟାବର୍ତ୍ତନ କରିଥିଲେ। ୫ମ ତଥା



ଫ୍ରିୟେଲଡନ ଫାଇନାଲ ଜିତିବା ପରେ କାର୍ଲୋସ୍ ଅଲକାରାଜ ଗାର୍ଟିଆ।

## ଫ୍ରିୟେଲଡନ ଟେନିସ୍

ଫ୍ରେଣ୍ଡ୍ ଓପନ ଏବଂ ୩ ଥର ଯୁବସ୍ତ୍ର ଓପନ ଗ୍ରାଣ୍ଡସ୍ଲାମ ଗାଲଭ୍ରେକ ହାସଲ କରିଛନ୍ତି। ଜୋକୋଭିଚ୍ ଓ ଅଲକାରାଜଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ଏହା ପୁରୁଷ ସିଙ୍ଗଲ୍। ୨୦୨୨ରେ ମାଡ୍ରିଡ୍ ଓପନ ସେଟ୍ଟ୍ରେ ଅଲକାରାଜ ବିଜୟ ହୋଇଥିବା ବେଳେ ୨୦୨୩ ରୋଲାଣ୍ଡ ଗ୍ୟାସ୍ଟୋସ୍ ସେଟ୍ଟ୍ରେ ଅଲକାରାଜ ଜୋକୋଭିଚ୍ ବାଜି ମାରି ନେଇଥିଲେ। ଫ୍ରିୟେଲଡନ ଫାଇନାଲରେ ବିଜୟ ହୋଇ ପରାଜୟର ମଧୁର ପ୍ରତିଶୋଧ ନେଇଛନ୍ତି ଅଲକାରାଜ। ଶନିବାର ଅନୁଷ୍ଠିତ ମହିଳା ସିଙ୍ଗଲ୍ ଫାଇନାଲରେ ଲୁସିଏଥାଉ ଓଡ଼ି ଜାବେରଙ୍କୁ ୬-୪, ୬-୪ ସିଧାସଳଖ ସେଟ୍ରେ ପରାସ୍ତ କରି ଚେକ୍ ରିପବ୍ଲିକ୍ ନାକେଟା ଭୋକ୍ସୋସୋଭା ଫ୍ରିୟେଲଡନ ମହିଳା ସିଙ୍ଗଲ୍ ଗାଲଭ୍ରେକ ହାସଲ କରିଥିଲେ।

ନିର୍ଣ୍ଣାୟକ ସେଟ୍ଟ୍ରେ ଅଲକାରାଜ ୬-୪ରେ ଜିତି ହୋଇଥିଲେ ନୂଆ ଚାମ୍ପିୟନ। ପ୍ରଥମଥରପାଇଁ ଫ୍ରିୟେଲଡନ ଫାଇନାଲରେ ପ୍ରବେଶ କରିଥିଲେ ଏବଂ ଚାମ୍ପିୟନ ହୋଇଥିଲେ। ଗତବର୍ଷ ସେ ୪ର୍ଥ ରାଉଣ୍ଡରୁ ବିଦାୟ ନେଇଥିଲେ ଏବଂ ଏହାପୂର୍ବ ଡାକ୍ତର ଶ୍ରେଣ୍ଠ। ୨୦୨୨ରେ ଯୁବସ୍ତ୍ର ଓପନ ଜିତି ଗ୍ରାଣ୍ଡସ୍ଲାମ ବିଜୟର ସ୍ୱାଦ ଚାଖୁଥିବା ଅଲକାରାଜ ଚଳିତ ବର୍ଷ ଫ୍ରେଣ୍ଡ୍

ଓପନ କ୍ଲେ କୋର୍ଟ ଟୁର୍ନାମେଣ୍ଟର ସେଟ୍ଟ୍ରେ ଅଲକାରାଜ ଥିଲେ। ଅନୁପକ୍ଷରେ ଜୋକୋଭିଚ୍ ଏହା ପୂର୍ବରୁ ସେ ୨୦୧୧, ୨୦୧୪, ୨୦୧୫, ୨୦୧୮, ୨୦୧୯, ୨୦୨୧ ଓ ୨୦୨୨ରେ ଚାମ୍ପିୟନ ଏବଂ ୨୦୧୩ରେ ରନରଅପ୍ ହୋଇଥିଲେ। ୨୦୨୩ରେ ତାଙ୍କୁ ପୁଣି ରନରଅପ୍ରେ ସମ୍ମାନ ଦେବାକୁ ପଡ଼ିଛି। ଏହା ବ୍ୟତୀତ ସେ ୧୦ ଥର ଅଷ୍ଟ୍ରେଲିଆନ ଓପନ, ୩ ଥର

**ଗଣ୍ଡି ବ୍ୟଥା ସହିତ ସାଲିସ୍ କରନ୍ତୁ ନାହିଁ**  
ଏବେ ହିଁ କରନ୍ତୁ  
**7876977777**

୧ Paraben Free  
୨ Alcohol Free  
୩ Steroids Free  
୪ Silicon Free  
୫ Mineral Oil Free

ଶୁଷ୍କ ଆୟୁର୍ବେଦିକ ଜଡ଼ି-ବୁଟିରେ ତିଆରି  
ରୂପ ମନ୍ତ୍ରା ଆୟୁର୍ବେଦିକ କ୍ରିମରେ ରହିଥିବା ଏଲୋଭେରା, ତୁଳସୀ, ଦ୍ରାକ୍ଷା, ହରିଦ୍ରା, ଚନ୍ଦନ, ବାଦାମ ଇତ୍ୟାଦି ଆୟୁର୍ବେଦିକ ଜଡ଼ି ବୁଟି ତେହେରାର ପ୍ରାକୃତିକ ଆର୍ଦ୍ରତାକୁ ସୁରକ୍ଷିତ ରଖି ଏକ ତ୍ରିଗ୍ଗେଣ୍ଡ ଭଳି କାମ କରିଥାଏ। ଏହା କୌଣସି କର୍ମପେଟିକ୍ ନୁହେଁ, ଆୟୁର୍ବେଦିକ ଔଷଧ ଅଟେ।

**TATA MOTORS**  
Connecting Aspirations

**TATA**

ଏହି ବର୍ଷା ରତ୍ନରେ, ଟାଟା ମୋଟର୍ସ ପ୍ରସ୍ତୁତ ସୁରକ୍ଷିତ ଭାବେ ଘରକୁ ଯାଆନ୍ତୁ  
ଏବେ ବୁକ୍ କରନ୍ତୁ ଏବଂ ମୂଲ୍ୟ ବୃଦ୍ଧିରୁ ରକ୍ଷା ପାଆନ୍ତୁ

₹65 000 ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଲାଭ\* ୧୭ ଜୁଲାଇ ୨୦୨୩ ରୁ ମୂଲ୍ୟ ବୃଦ୍ଧି ବର୍ତ୍ତମାନ ମୂଲ୍ୟରେ ଆପଣଙ୍କ କାର୍ କୁ ଏବେ ବୁକ୍ କରି ନିଅନ୍ତୁ

NOW WITH **3 years | 100 000 km WARRANTY**

\*Lower EMI on new car on exchange | \*Fair resale price of your existing car | Trust of ownership transfer to safe hands | Quick and free evaluation at your convenience

Terms and conditions apply. \*Warranty cover for 3 years/1 Lakh km, whichever ends earlier. Images and illustrations are indicative and for information purposes only. All features/specifications are not available in all variants and may vary for different variants. Specifications/features are subject to change without prior information. Please consult an authorised Tata Motors dealer for latest information on features/specifications before deciding to place an order. Colours may vary due to printing limitations. Local taxes and octroi extra. \*Lower EMI would only be if existing car is traded for new car and is the value given by our channel partner if agreed by the customer is used as a downpayment for new car purchase, thereby reducing the loan amount and hence EMI. \*Fair Value is a value as determined by our channel partner through fair assessment of existing car given for evaluation. The price offered is dependent on multiple factors such as condition of existing car, age, mileage, color, market dynamics, statutory taxes etc. \*Bookings within 17<sup>th</sup> July 23 and Retails by 31<sup>st</sup> July 23. Price protection applicable on all existing variants. Newly launched variants will not be covered.

**MONALISHA MOTORS: Angul: 7506018729, Dhenkanal: 9619331549**