

ଭୁବନେଶ୍ୱର, ମଙ୍ଗଳବାର, ୨୫ ଜୁଲାଇ, ୨୦୨୩

ସଂକ୍ଷେପରେ

କାମେଗୁରୁରେ କୋଠା ଭୁଗୁଡ଼ି ୩୩ ମୃତ

ଡୋଲି, ୨୫୪୭: କାମେଗୁରୁରେ ଡୋଲି ସହରରେ ରହିବାର ସକାଳେ ଏକ ୪ ମହଲା କୋଠା ଭୁଗୁଡ଼ିବା ପତଣାରେ ମୃତ୍ୟୁସଂଖ୍ୟା ୩୩ରେ ପହଞ୍ଚିଛି।

ସ୍ତୁଳି ଛାଡ଼ି ଭୁଗୁଡ଼ି ୧୧ ମୃତ ବେଳି, ୨୫୪୭: ଦାବି

ହେଉଲୋକାଳିଆଙ୍କ ଅଞ୍ଚଳରେ ଥିବା ଏକ ସ୍ତୁଳି ଜମିନାସିୟମ ଛାଡ଼ି ଭୁଗୁଡ଼ି ୧୧ ଜଣଙ୍କ ମୃତ୍ୟୁ ଘଟିଛି।

ସିଙ୍ଗାପୁରର ୭ ସାଟେଲାଇଟ୍ ନିର୍ମାଣ କରାଯାଇଛି

ବେଙ୍ଗାଳୁରୁ, ୨୫୪୭: ଭାରତୀୟ ମହାକାଶ ଗବେଷଣା ସଙ୍ଘଟନ (ଇସ୍ରୋ) ଜୁଲାଇ ୩୦ରେ ସିଙ୍ଗାପୁରର ୭ ସାଟେଲାଇଟ୍ ଲାନ୍ଚ କରିବା ଲକ୍ଷ୍ୟ ରଖି ଏକ ସାଟେଲାଇଟ୍ ସାଟେଲାଇଟ୍ରେ ସିନିଥେଟିକ୍ ଆପରାଟରର ପ୍ରଥମ ଅନୁସନ୍ଧାନ ଶାସ୍ତ୍ର ଗୁରୁତ୍ୱ ପ୍ରତିଷ୍ଠିତ ଦେବା ସତ୍ତ୍ୱେ ବିରୋଧୀ ହକ୍ସଗୋଲ୍ ନିକ୍ଷେପ ହୋଇ ନ ଥିଲେ।

କାନାଡ଼ାରେ ଭାରତୀୟ ଛାତ୍ରଙ୍କ ମୃତ୍ୟୁ

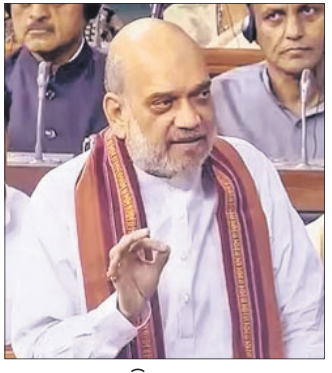
ବରୋଧୋ, ୨୫୪୭: କାନାଡ଼ା ବରୋଧୋରେ ୨୪ ବର୍ଷୀୟ ଭାରତୀୟ ଗୁରୁତ୍ୱକର ନାଥଙ୍କ ମୃତ୍ୟୁ ଘଟିଛି।



ମଣିପୁର ପ୍ରସଙ୍ଗରେ ପ୍ରଧାନମନ୍ତ୍ରୀ ନରେନ୍ଦ୍ର ମୋଦିଙ୍କ ବିକୃତି ଦାବି କରି ପାର୍ଲିାମେଣ୍ଟ ପରିସରରେ ଯୋଗଦାନ ରାଜ୍ୟ ସଭା ବିରୋଧୀ ଦଳ ନେତା ମଲିକାର୍ଜୁନ ଖାରୋଙ୍କ ସମେତ 'ଇଣ୍ଡିଆ' ମେଣ୍ଡର ଏମ୍ପିମାନେ ବିରୋଧ ପ୍ରଦର୍ଶନ କରୁଛନ୍ତି।

ମଣିପୁର ହିଂସା: ତୃତୀୟ ଦିନ ଗୃହ ଅଟଳ

ନ୍ୟାସିକା, ୨୫୪୭



ଅମିତ୍ ଶାହା

ମଣିପୁର ହିଂସା ଉପରେ ପ୍ରଧାନମନ୍ତ୍ରୀ ନରେନ୍ଦ୍ର ମୋଦିଙ୍କ ବିକୃତି ଦାବିରେ ଯୋଗଦାନ ବିରୋଧୀ ସଦସ୍ୟମାନେ ହକ୍ସଗୋଲ୍ କାରି ରଖିବାକୁ ପାର୍ଲିାମେଣ୍ଟରେ ଚୁପାୟ ଦିନ ପାଇଁ ଅଟଳାବନ୍ଧୁ ଦେଖାଦେଇଥିଲେ।

ଧରି ବିରୋଧୀ ଦଳଗୁଡ଼ିକ ପାର୍ଲିାମେଣ୍ଟ ପରିସରରେ ଥିବା ମହାତ୍ମା ଗାନ୍ଧୀଙ୍କ ପ୍ରତିମୂର୍ତ୍ତି ନିକଟରେ ସ୍ତୋତ୍ରାବଳି କାରି ରଖିଥିଲେ।

■ ପ୍ରଧାନମନ୍ତ୍ରୀଙ୍କ ବିକୃତି ଦାବିରେ ପାର୍ଲିାମେଣ୍ଟ ପରିସରରେ ବିରୋଧୀ ଏମ୍ପିଙ୍କ ବିରୋଧ

■ ସରକାର ଆଲୋଚନା ପାଇଁ ପ୍ରସ୍ତୁତ: ଶାହା

ମଣିପୁର ଛୁଟି ଉପରେ ଲୋକ ସଭାରେ ଆଲୋଚନା ପାଇଁ ଆଗ୍ରହୀ ଥିବାବେଳେ ବିରୋଧୀ କ'ଣ ପାଇଁ ଗୃହକୁ ଅଟଳ କରି ରଖିଛନ୍ତି ବୋଲି ଶାହା ପ୍ରଶ୍ନ କରିଥିଲେ।

କୁଳି ମହିଳାଙ୍କୁ ଉଲଗ୍ନ ପରେଡ଼ରେ ସମ୍ବୁକ୍ତ ଆଉ ୧୪ ଚିହ୍ନଟ

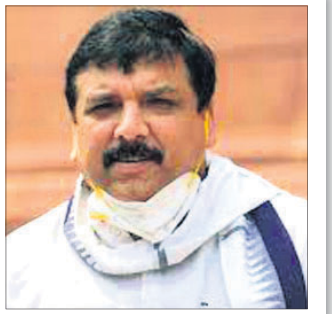
ମଣିପୁର ହିଂସା ବେଳେ କୁଳି ମହିଳାଙ୍କୁ ଉଲଗ୍ନ କରି ବୁଲାଇବା ଘଟଣାର ଭିତ୍ତିପଦାକୁ ଆସିବା ପରେ ଏପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ୬ ଜଣଙ୍କୁ ଗିରଫ କରାଯାଇଛି।

ପ୍ରକାଶ ପାଇବା ପରେ ଏହାକୁ ନେଇ ସରକାର ତୀବ୍ର ପ୍ରତିକ୍ରିୟା ପ୍ରକାଶ ପାଇଛନ୍ତି।

ସଞ୍ଜୟ ସିଂ ରାଜ୍ୟ ସଭାରୁ ନିଲମ୍ବିତ

ମଣିପୁର ପ୍ରସଙ୍ଗକୁ ନେଇ ଯୋଗଦାନ ରାଜ୍ୟ ସଭାରେ ହକ୍ସଗୋଲ୍ ବେଳେ ଏପି ସଦସ୍ୟ ସଞ୍ଜୟ ସିଂ କ୍ରମାଗତ ଭାବେ ଅଧ୍ୟକ୍ଷ ନିର୍ଦ୍ଦେଶର ଅବମାନନା କରିବାରୁ ତାଙ୍କୁ ମୋଦିଙ୍କୁ ଅଧ୍ୟକ୍ଷତାରେ ଅବଶିଷ୍ଟ ଦିନ ପାଇଁ ଗୃହକୁ ନିଲମ୍ବନ କରାଯାଇଛି।

ରାଜ୍ୟ ସଭାରେ ଗୃହର ନେତା ପୀୟୁଷ ଗୋୟଲ ଏନେଇ ଏକ ପ୍ରସ୍ତାବ ଆଣିଥିବାବେଳେ ତାହା ଧ୍ୱନିମତରେ ଗ୍ରହଣ ହୋଇଥିଲା।



ତାଙ୍କୁ ନିଲମ୍ବନ କରାଯିବା ସହ ଗୃହକୁ ମୁଲତବା ରଖାଯିବା ସତ୍ତ୍ୱେ ଏପି ନେତା ପ୍ରତିବାଦ କାରି ରଖିଥିଲେ।

ବହିଷ୍କୃତ ମନ୍ତ୍ରୀଙ୍କୁ ଗୃହରୁ ଘୋଷାଡ଼ି ବାହାରକଲେ

ନ୍ୟାସିକା, ୨୫୪୭



ରାଜେନ୍ଦ୍ର ରୁଧ୍ରା

ରାଜସ୍ଥାନ ମନ୍ତ୍ରୀମଣ୍ଡଳରୁ ଶୁକ୍ରବାର ବହିଷ୍କୃତ ମନ୍ତ୍ରୀ ରାଜେନ୍ଦ୍ର ରୁଧ୍ରାଙ୍କୁ ଯୋଗଦାନ ବିଧାନସଭାକୁ ଘୋଷାଡ଼ି ବାହାର କରିଦିଆଯାଇଛି।

ଶୁକ୍ରବାର ବେଳେ ରୁଧ୍ରା ବାସନ୍ତ ସି.ପି. ଜୋଷାଙ୍କ ଆସନ ପାଖକୁ ଯାଇ ଡାକ୍ତରୀ ଦେଖାଇବା ସହ ମୁକ୍ତିଚର୍ଚ୍ଚା କରିଥିଲେ।

କର୍ମାଟକ ହାଇକୋର୍ଟ ବିଚାରପତିଙ୍କୁ ହତ୍ୟା ଧମକ

ବେଙ୍ଗାଳୁରୁ, ୨୫୪୭

କର୍ମାଟକ ହାଇକୋର୍ଟର କେତେଜଣ ବିଚାରପତିଙ୍କୁ ହତ୍ୟା ଧମକ ଦିଆଯାଇଥିଲା।

ହତ୍ୟା ଧମକ ଓ ଇଂଲିଶରେ ଆସିଥିବା ଉକ୍ତ ବାଣୀରେ ପୁରଲୀଧରଙ୍କ ସହ ୫ ବିଚାରପତିଙ୍କୁ ହତ୍ୟା ଧମକ ଦିଆଯାଇଥିଲା।

ଫେସ୍‌ବୁକ୍ ବନ୍ଧୁଙ୍କୁ ଭେଟିବାକୁ ପାକିସ୍ତାନ ଗଲେ ମହିଳା



ଅଞ୍ଜୁ

ନୋଏଡ଼ାର ସଚିନ ମାନା ଏବଂ ପାକିସ୍ତାନର ସୀମା ହାଇବରକ ପ୍ରେମ କାହାଣୀକୁ ନେଇ ଚର୍ଚ୍ଚା ଥିବା ଏକ ବେଳେ ରାଜସ୍ଥାନ ଅଲଫ୍ରେଡର ଜଣେ ୩୫ ବର୍ଷୀୟ ବିବାହିତା ମହିଳା ତାଙ୍କ ଫେସ୍‌ବୁକ୍ ବନ୍ଧୁଙ୍କୁ ଭେଟିବା ଲାଗି ପାକିସ୍ତାନ ଚାଲିଯାଇଛନ୍ତି।

୪ ବର୍ଷ ତଳୁ ହୋଇଥିଲା ସମ୍ପର୍କ

ବେଆଇନ ଭାବେ ଭାରତରେ ପ୍ରବେଶ କରିଥିବାବେଳେ ଅଞ୍ଜୁ ଦୈନିକ ପାକିସ୍ତାନୀ ଭିତରେ ତାଙ୍କ ବନ୍ଧୁ ନସରଲ(୨୯)ଙ୍କୁ ଭେଟିବା ପାଇଁ ଯାଇଛନ୍ତି।

ମେଘାଳୟ ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀଙ୍କ କାର୍ଯ୍ୟାଳୟ ଉପରେ ଆକ୍ରମଣ

ତୁରା, ୨୫୪୭

୫ ସୁରକ୍ଷାକର୍ମୀ ଆହତ

ମେଘାଳୟ ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀ କନରାତ ସାଙ୍ଗ୍ରାମୀଙ୍କ ତୁରାସ୍ଥିତ କାର୍ଯ୍ୟାଳୟ ଉପରକୁ ଯୋଗଦାନ ସମ୍ବନ୍ଧରେ ବିରୋଧକାରୀ ଚେକାମାଡ଼ କରିଛନ୍ତି।

ପିଲିବା ଆରମ୍ଭ କରିଥିଲେ। ସେଠାରେ ଥିବା ସୁରକ୍ଷାକର୍ମୀ ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀଙ୍କୁ କାର୍ଯ୍ୟାଳୟ ଭିତରକୁ ସୁରକ୍ଷିତ ଭାବେ ନେଇଯାଇଥିଲେ।



ଉତ୍ତମ ଲୋକଙ୍କ ଚେକାମାଡ଼ରେ ଆହତ ସୁରକ୍ଷାକର୍ମୀ।

ସିମ୍ପଲ ଜବତ ଘଟଣାକୁ ୬ ବର୍ଷ

କ୍ରୀଡ଼ାମନ୍ତ୍ରାଞ୍ଚଳ ମିଳିପାରିନି ଚେର

ବ୍ରହ୍ମପୁର, ୨୪୧୭ (ସୁବାସ ବନ୍ଧୁ ପାଠକୀ)

କ୍ରୀଡ଼ାମନ୍ତ୍ରାଞ୍ଚଳ ପୂର୍ଣ୍ଣାଙ୍ଗ ପୁଣ୍ୟାଳୟ... ଘଟଣାକୁ ୬ ବର୍ଷ... ଘରଗଞ୍ଜା ଲିମ୍ବା ରମ୍ୟ ଥାନା ଅଞ୍ଚଳରେ

ଘରଗଞ୍ଜା ଲିମ୍ବା ରମ୍ୟ ଥାନା ଅଞ୍ଚଳରେ... ଘରଗଞ୍ଜା ଲିମ୍ବା ରମ୍ୟ ଥାନା ଅଞ୍ଚଳରେ

ନାମରେ ୫ ଅଭିଯୁକ୍ତ, ଆରମ୍ଭ ହୋଇନି ବିଚାର

ହୋଇଥିବା ବେଳେ ସେ ମୁଖ୍ୟଭାଗେ... ନାମରେ ୫ ଅଭିଯୁକ୍ତ, ଆରମ୍ଭ ହୋଇନି ବିଚାର

କରାଯାଇଥିଲା। ଅଧିକ ଜେରା ପାଇଁ... କରାଯାଇଥିଲା। ଅଧିକ ଜେରା ପାଇଁ

ଆଜି କ'ଣ କେଉଁଠି

- ସିପିଆଇ ପକ୍ଷରୁ ମଣିପୁର ସଂହତି... ସିପିଆଇ ପକ୍ଷରୁ ମଣିପୁର ସଂହତି



ଶ୍ରୀରାମ ମାସରେ ବି ଗଞ୍ଜାମ ଜିଲ୍ଲା ଶେରଗଡ଼ ବ୍ଲକରେ ଥିବା ନନ୍ଦିନୀ ନଦୀ ଶୁଖିଲା ପଡ଼ିଛି।

ସଂକ୍ଷେପରେ

ବିଦ୍ୟାଳୟ ବିକାଶ

ନିମନ୍ତ୍ରେ ୯ ଲକ୍ଷ ମଧୁର

ଦିନପହଣ୍ଡି, ୨୪୧୭ (ଅଶୋଷ ପାଠକୀ) - ରାଜ୍ୟ ସରକାର ମୋ... ଦିନପହଣ୍ଡି, ୨୪୧୭ (ଅଶୋଷ ପାଠକୀ)

ଲିଫ୍ଟ୍ ଅଚଳ: ସିଟି ହସ୍ପିଟାଲରେ ରୋଗୀ ହତସତ୍ତ

ବ୍ରହ୍ମପୁର, ୨୪୧୭ (ସୁବାସ ବନ୍ଧୁ ପାଠକୀ) - ଗଞ୍ଜାମ ଜିଲ୍ଲା ମୁଖ୍ୟ ଚିକିତ୍ସାଳୟ... ବ୍ରହ୍ମପୁର, ୨୪୧୭ (ସୁବାସ ବନ୍ଧୁ ପାଠକୀ)

ସେମାନେ ଅଧିକାଂଶ ସମ୍ପ୍ରଦାୟ ହେଉଛନ୍ତି... ସେମାନେ ଅଧିକାଂଶ ସମ୍ପ୍ରଦାୟ ହେଉଛନ୍ତି

ଥିବା ରାମ୍ୟରେ ଷ୍ଟେଡି ଜରିଆରେ ଖର୍ଚ୍ଚକୁ... ଥିବା ରାମ୍ୟରେ ଷ୍ଟେଡି ଜରିଆରେ ଖର୍ଚ୍ଚକୁ

ଆବାସ ଯୋଜନାରୁ ବାଦ, ବୁକ୍ ସମ୍ମୁଖରେ ହୋଇଛି

ଶେରଗଡ଼, ୨୪୧୭ (ସୁବାସ ବନ୍ଧୁ ପାଠକୀ) - ଶେରଗଡ଼ ବ୍ଲକ ଅନ୍ତର୍ଗତ ପନ୍ଥପୁର... ଶେରଗଡ଼, ୨୪୧୭ (ସୁବାସ ବନ୍ଧୁ ପାଠକୀ)

୧୫ଜଣ ପରିବାରର ସଦସ୍ୟମାନେ... ୧୫ଜଣ ପରିବାରର ସଦସ୍ୟମାନେ

କାର୍ଯ୍ୟାଳୟରୁ ବାହାରି ଯିବା ବିଠିକି... କାର୍ଯ୍ୟାଳୟରୁ ବାହାରି ଯିବା ବିଠିକି

ସରସ୍ୱତୀ ଶିଶୁ ବିଦ୍ୟାଳୟରେ ଆଲୋଚନାଚକ୍ର



ଆଲୋଚନାଚକ୍ରରେ ଉପସ୍ଥିତ ବୁଦ୍ଧିଜୀବୀ... ଆଲୋଚନାଚକ୍ରରେ ଉପସ୍ଥିତ ବୁଦ୍ଧିଜୀବୀ

ମୁକ୍ତା ଯୋଜନାର କାର୍ଯ୍ୟାଳୟ ଦେଶ ବନ୍ଧନ

ଗଞ୍ଜାମ ଏନଏସି କାର୍ଯ୍ୟାଳୟ ସଭାଗୃହରେ... ଗଞ୍ଜାମ ଏନଏସି କାର୍ଯ୍ୟାଳୟ ସଭାଗୃହରେ

ସହାୟକ ଗୋଷ୍ଠୀ କାର୍ଯ୍ୟାଳୟ ବନ୍ଧନ... ସହାୟକ ଗୋଷ୍ଠୀ କାର୍ଯ୍ୟାଳୟ ବନ୍ଧନ



କାର୍ଯ୍ୟାଳୟ ବନ୍ଧନ କରୁଛନ୍ତି ବିଧାୟକ।

Advertisement for 'ସେଲ୍ଫି କର' (Selfie Kar) featuring a selfie of a man and contact information: bmpselfie@gmail.com

ସୁବକଙ୍କ ମୁଣ୍ଡ ଉପରେ ମାଡ଼ିଗଲା ଗାଡ଼ି

ବ୍ରହ୍ମପୁର, ୨୪୧୭ (ସୁବାସ ବନ୍ଧୁ ପାଠକୀ)

ଗୋଶାଣିକୁଆଁ ଥାନା ଅନ୍ତର୍ଗତ... ଗୋଶାଣିକୁଆଁ ଥାନା ଅନ୍ତର୍ଗତ

ଉକ୍ତ ଗାଡ଼ିର ଚଳା ଚଳି ପୁଣ୍ୟ ଉପରେ... ଉକ୍ତ ଗାଡ଼ିର ଚଳା ଚଳି ପୁଣ୍ୟ ଉପରେ

ଏଏସଆଇ ପଦୋନ୍ନତି ପାଇଥିବା ୨୭ଜଣଙ୍କୁ ନିଯୁକ୍ତି

ବ୍ରହ୍ମପୁର, ୨୪୧୭ (ସୁବାସ ବନ୍ଧୁ ପାଠକୀ)

ବ୍ରହ୍ମପୁର ପୋଲିସ୍ ଜିଲ୍ଲାରେ କନଷ୍ଟେବଲ... ବ୍ରହ୍ମପୁର ପୋଲିସ୍ ଜିଲ୍ଲାରେ କନଷ୍ଟେବଲ

ରାମମୋହନ ବାଣିଜ୍ୟ ବିଦ୍ୟାଳୟ... ରାମମୋହନ ବାଣିଜ୍ୟ ବିଦ୍ୟାଳୟ

ଅତିହ୍ନା ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କ ମୃତଦେହ ଜବତ

ବ୍ରହ୍ମପୁର, ୨୪୧୭ (ସୁବାସ ବନ୍ଧୁ ପାଠକୀ)

ବ୍ରହ୍ମପୁର ଥାନା ଅନ୍ତର୍ଗତ ଚିଲିକାଖଣ୍ଡି... ବ୍ରହ୍ମପୁର ଥାନା ଅନ୍ତର୍ଗତ ଚିଲିକାଖଣ୍ଡି

ମୃତଦେହଟି ପରି ନଷ୍ଟ ହୋଇଯାଇଛି... ମୃତଦେହଟି ପରି ନଷ୍ଟ ହୋଇଯାଇଛି

ମନସ୍କୁ ଗାଡେନିଂ

ଗାଡେନିଂ ନିମନ୍ତେ ବର୍ଷାଦିନ ବହୁତ ଭଲ। ଏହି ଋତୁରେ କିପରି ଗଛର ଯତ୍ନ ନେବେ ଜାଣି ରଖନ୍ତୁ...

- ବର୍ଷାଦିନେ ଗଛରେ ଆବଶ୍ୟକତା ଅନୁସାରେ ପାଣି ଦିଅନ୍ତୁ। ନିଜ ବସିବା କିମ୍ବା ଗଛ ମୂଳରେ ଅଧିକ ପାଣି ଜମିବାକୁ ଦିଅନ୍ତୁ ନାହିଁ।
- ଫୁଲକୁଣ୍ଡ ଯଦି ଖରାପ ହୋଇଥାଏ କିମ୍ବା ଭାଙ୍ଗିଯାଇଥାଏ, ତେବେ ଏହି ଋତୁରେ ହିଁ ଗଛକୁ ଅନ୍ୟ କୁଣ୍ଡକୁ ବଦଳାଇ ଦିଅନ୍ତୁ। ଏହି ସମୟରେ ହିଁ କୁଣ୍ଡର ମାଟି ବଦଳାଇବା ସହଜ ହେବ।
- ବର୍ଷାଦିନେ ଗଛରେ ଅଧିକ ପୋକ ଲାଗିଥାନ୍ତି। ତେଣୁ ପୋକଠାରୁ ଗଛକୁ ରକ୍ଷାକରିବା ନିମନ୍ତେ ନିୟତେଲ କିମ୍ବା ଅନ୍ୟ କୌଣସି ପ୍ରାକୃତିକ ତେଲ ବ୍ୟବହାର କରନ୍ତୁ। ପ୍ରାକୃତିକ କାରକନାଶକ ସବୁ ଗଛର କୌଣସି କ୍ଷତିକରି ନ ଥାଏ।
- ଗଛମୂଳରେ ରାସାୟନିକ ସାର ବଦଳରେ କମ୍ପୋଷ୍ଟ ଖତ ବ୍ୟବହାର କରନ୍ତୁ। କମ୍ପୋଷ୍ଟ ଖତ ପ୍ରଭୁତ କରିବା ପାଇଁ ପତ୍ର, ପରିବା ଓ ଫଳ ତୋପା ବ୍ୟବହାର କରନ୍ତୁ।
- ବର୍ଷାଦିନେ ଗଛର ଠିକ୍‌ଭାବେ ଯତ୍ନ ନିଅନ୍ତୁ। ଖରାପ ପତ୍ର କିମ୍ବା ପୋକ ଲାଗିଥିବା ପତ୍ର ତାଳକୁ କାଟି ଗଛରୁ ବାହାର କରି ଦିଅନ୍ତୁ।
- କୌଣସି ଗଛର ନୂଆ ଚାଲା କରିବାକୁ ଚାହୁଁଥିଲେ ଏହି ସମୟରେ ଗଛର ତାଳ କାଟି ଲଗାଇ ଦିଅନ୍ତୁ।

ବାଳାମାନୁ ବିଜେଟ୍



ଏମାନେ କ'ଣ କରନ୍ତି

ଦାମ୍ ଦେଖି କିଶୋରୀ: ପରିବାର ରେଟ୍ ଏତେ ଅଧିକ ହୋଇଯାଇଛି ଯେ ହଠାତ୍ ଖର୍ଚ୍ଚ ବହୁତ ବଢ଼ିଯାଇଛି। କିଛି ବେଳେବେଳେ କିଛି ପରିବାର ରେଟ୍ ପୁଣି କମ୍ ବି ହେଉଛି। ତେଣୁ ରେଟ୍ ଦେଖି କିଶୋରୀ ପଢ଼ୁଛି। ଆମେ ଭେଜିଟାରିଆନ୍ ହୋଇଥିବାରୁ ପରିବାର ରେଟ୍ ଯେତେ ଅଧିକ ହେଲେ ବି ବାଧ୍ୟ ହୋଇ କିଶିରୀ ଅବଶ୍ୟ ଅଧିକ ଦାମ୍ ଥିବାରୁ କିଛି ପରିବାର ପରିମାଣ କିଶିରୀ କମାଇ ଦେଇଛି। ଫୋଟୋ ରେଟ୍ ଏତେ ଅଧିକ ହୋଇଛି ଯେ 'ଏବେ ତା' ବଦଳରେ କେଉଁଥିରେ ତେଲ୍ ତ ଅନ୍ୟ କେଉଁଥିରେ ଆମୁଳ ବ୍ୟବହାର କରିଦେଉଛି। ଏପିତିଭାବେ ଆତଙ୍କ୍ୟ କରି କିଶିରୀ ଆର୍ଥିକ ବୋଧ କମାଇବାକୁ ଚେଷ୍ଟା କରୁଛି।

—ମନାଷା ମହାଲିକ, ଗୁଣ୍ଡିଶା, ଶଶିକାଦେବୀପୁର, ଧାମରା, ଭଦ୍ରକ

ସବୁ ହିସାବ ରଖୁଛି: ପରିବାର ରେଟ୍ ବଢ଼ିବା ଦିନରୁ ମୁଁ ସଚେତନ ଅଛି। ଅତିଅଧିକ ଦାମ୍ ଥିବା ପରିବା ପ୍ରାୟତଃ କିଣୁନାହିଁ ଏବଂ ଅପେକ୍ଷାକୃତ କମ୍ ଦାମ୍ ଥିବା ପରିବା ଅଧିକ ବ୍ୟବହାର କରୁଛି। ସବୁ ଖର୍ଚ୍ଚକୁ ହିସାବକରି କରିବାକୁ ପଡ଼ୁଛି। ପରିବା ଖର୍ଚ୍ଚ କମ୍ କରିବା ପାଇଁ ଅନେକ ସମୟରେ ତାଲିଚାଖାଉ ତରକାରି କରି ବାଳାମାଣୁ କରିବାକୁ ଚେଷ୍ଟା କରୁଛି। ତଥାପି ବେଳେବେଳେ ପରିବା କିଶାରେ କିଛି ଅଧିକ ଖର୍ଚ୍ଚ ହୋଇଯାଉଛି ଯାହାକୁ ବାଦ ଦେଇ ହେଉନାହିଁ।

—ମନାଶା ଜେନା, ଗୁଣ୍ଡିଶା, ପୁରୁଷୋତ୍ତମପୁର, କେନ୍ଦ୍ରାପଡ଼ା

ପରିବା କିଣା କମିଛି: ପରିବା ଦାମ୍ ବଢ଼ିବା ଦିନରୁ ଆମ୍ମ କିଚେଟ୍‌ଗାର୍ଡେନ ଡେଇଁ ସାହାଯ୍ୟ କରିଛି। ବାଡ଼ିରେ ଅମୃତଭଣ୍ଡା ଆଉ ସଜନାଶାମ ଯେତିକି ଅଛି ଆମ୍ମ ପରିବାର ପାଇଁ ପ୍ରାୟ ହୋଇଯାଉଛି। ଡା'ଛଡ଼ା କଞ୍ଚାଳକା ବି କିଶିରୀକୁ ପଡ଼ୁନାହିଁ। ଏପିତି କିଛି ବ୍ୟବହାରକରି ରୋଷେଇ କରିବାକୁ ପଡ଼ୁଛି। ବାକି ପରିପରିବା ଯାହା କିଶାହେଉଛି ସେସବୁ ଚିକେ କମ୍ ବ୍ୟବହାର କରି ଏବେ ରୋଷେଇ କରୁଛି। ଏଥିପାଇଁ ତ କିଛି ପରିବା ପସନ୍ଦ ନ ଥିଲେ ବି ସେସବୁ ରୋଷେଇ କରିବାକୁ ପଡ଼ୁଛି।

—ରଶ୍ମିରେଖା ପ୍ରକାଶ, ଶ୍ରୀଧାର ବିହାର, ଜଗନ୍ନାଥନଗର, ଭୁବନେଶ୍ୱର

ଖର୍ଚ୍ଚ ଅଧିକ ହେଉଛି: ପରିବାର ରେଟ୍ ବଢ଼ିଲେ ବି କିଶିରୀକୁ ପଡ଼ିବ, ହେଲେ ଅଧିକ ଖର୍ଚ୍ଚ କରିବାକୁ ପଡୁଥିବାରୁ ଏବେ ଅଧିକ ଆଇଡମ୍ ହେଉନାହିଁ। ଗୋଟିଏ ଦୁଇଟି



ଖର୍ଚ୍ଚକାରୀ କରି ପରିବାରର ଆର୍ଥିକ ବୋଧକୁ କମ୍ କରିବା ପାଇଁ ପ୍ରୟାସ କରିଥାନ୍ତି ଗୁଣ୍ଡିଶା। ସେଥିପାଇଁ ତ ବଜାର ଦର ଉପରେ ସବୁବେଳେ ରହିଥାଏ ନଜର। ଦରଦାମ୍ ବୁଝିବେଳେ ବଜେଟ୍ ଯୋଜନା ବିଚ୍ଛିନ୍ନ ନ ଯିବ ସେଥିପାଇଁ ବିକଳ ପ୍ରୟାସ ଆପଣାଉଛନ୍ତି ଗୁଣ୍ଡିଶା...

ଚମାଟୋ ଦାମ୍ ବହୁତ ବଢ଼ିଯାଇଛି ତେବେ ଚମାଟୋ ବଦଳରେ ଚମାଟୋ ସର୍ବ କିମ୍ବ ତେଲୁଳି ଅଥବା ଅନ୍ୟ କିଛି ବ୍ୟବହାର କରିହେବ ସେସବୁକୁ ଆପଣାଉଛନ୍ତି। ଠିକ୍ ସେହିପରି ପରିପରିବା ଦର ବଢ଼ିଥିବାରୁ ପରିବା ବଦଳରେ ତାଲିଚାଖାଉ ଖାଦ୍ୟ କିମ୍ବା ଅନ୍ୟ କିଛି ଖାଦ୍ୟ ଉପରେ ଅଧିକ ନିର୍ଭର କରୁଛନ୍ତି। ଏଭଳି ବିଭିନ୍ନ ଉପାୟରେ ବିକଳ ମାଧ୍ୟମ ସବୁକୁ ଆପଣାଇ ଗୁଣ୍ଡିଶାମାନେ ଖର୍ଚ୍ଚ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ କରିବା ପ୍ରୟାସ ଚଳାଇଛନ୍ତି।

ବିକଳ ଉପାୟ: ବଜାରରେ କୌଣସି ଜିନିଷର ଦାମ୍ ବଢ଼ିବାମାନେ ପୁରୁଣାମାନେ ତା'ର ପ୍ରଭାବ ପରିବାର ଲୋକଙ୍କୁ ଜଣାଇବାକୁ ଦେଲ ନ ଥାନ୍ତି। ସେଥିପାଇଁ ସେମାନେ ସବୁବେଳେ ବିକଳ ପ୍ରୟାସ ଆପଣାଉଥାନ୍ତି। କୌଣସି ଜିନିଷର ଦାମ୍ ଅତ୍ୟଧିକ ବଢ଼ିଗଲେ ତା' ବଦଳରେ କେଉଁ ଜିନିଷ ବ୍ୟବହାର କରିହେବ ସେ ନେଇ ସବୁ ଉପାୟ ଖୋଜିଥାନ୍ତି। ଯଦି ଚମାଟୋ ବଦଳରେ ଚମାଟୋ ସର୍ବ କିମ୍ବ ତେଲୁଳି ଅଥବା ଅନ୍ୟ କିଛି ବ୍ୟବହାର କରିହେବ ସେସବୁକୁ ଆପଣାଉଛନ୍ତି। ଠିକ୍ ସେହିପରି ପରିପରିବା ଦର ବଢ଼ିଥିବାରୁ ପରିବା ବଦଳରେ ତାଲିଚାଖାଉ ଖାଦ୍ୟ କିମ୍ବା ଅନ୍ୟ କିଛି ଖାଦ୍ୟ ଉପରେ ଅଧିକ ନିର୍ଭର କରୁଛନ୍ତି। ଏଭଳି ବିଭିନ୍ନ ଉପାୟରେ ବିକଳ ମାଧ୍ୟମ ସବୁକୁ ଆପଣାଇ ଗୁଣ୍ଡିଶାମାନେ ଖର୍ଚ୍ଚ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ କରିବା ପ୍ରୟାସ ଚଳାଇଛନ୍ତି।

କିଚେଟ୍ ଗାର୍ଡେନ: ଅତ୍ୟାବଶ୍ୟକ ସାମଗ୍ରୀ ବୁଝି ପାଇଥିବା ସମୟରେ ବେଶ୍ ସହାୟକ ହୋଇପାରିବ ଗୁଣ୍ଡିଶାଙ୍କ କିଚେଟ୍ ଗାର୍ଡେନ। ପରିପରିବା ଦର ବୁଝି ପାଇଥିବା ସମୟରେ କିଚେଟ୍ ଗାର୍ଡେନର ସାମାଗ୍ରୀ କିମ୍ବା ଶାଗ କେଉଁ ଜିନିଷ ବ୍ୟବହାର କରିହେବ ସେ ନେଇ ସବୁ ଉପାୟ ଖୋଜିଥାନ୍ତି। ଯଦି

କର୍ଷାଦିନେ ପିନ୍ଧନ୍ତୁ

ବର୍ଷାଦିନେ ପରିବେଶକୁ ଲକ୍ଷ୍ୟକରି ପୋଷାକ ପିନ୍ଧିଲେ ଷ୍ଟାଇଲିଶ୍ ଢେଙ୍ଗାଯିବା ସହ ପରିବେଶକୁ ଉପଭୋଗ କରିହେବ। ତେଣୁ ଏହି ଋତୁରେ କିଭଳି ପରିଧାନ ଚୟନ କରିବେ ଜାଣିରଖନ୍ତୁ...

ପୋଷାକ : ବର୍ଷାଦିନ ପାଇଁ ଏଭଳି ପୋଷାକ ଚୟନ କରନ୍ତୁ ଯେପରି ବର୍ଷାପାଣି ପଡ଼ିବା ମାତ୍ରେ ତହା ସଜେ ସଜେ ଓବା ହୋଇଯାଉ ନ ଥିବ। ଏହା ସହ ଓବା ହେଲେ ଶୀଘ୍ର ଶୁଖିପାଉଥିବ। ପ୍ଲାଟୋ, ପ୍ରାଉଜର କିମ୍ବା ମ୍ୟାଟ୍ ଡ୍ରେସ୍ ଭଳି ପୋଷାକ ପିନ୍ଧନ୍ତୁ ନାହିଁ। ଆକେଲ୍ ଲେନ୍ଥ୍ କିମ୍ବା ସର୍ଟସ୍ ଅବା ଷ୍ଟର୍ଟ୍ ଆଦି ପିନ୍ଧନ୍ତୁ।

ରଙ୍ଗ: ବର୍ଷାଦିନେ ରାସ୍ତାଘାଟରେ ପାଣି କାନ୍ତୁଥିବା ସମୟରେ ରହିଥାଏ। ତେଣୁ ଏହି ଋତୁରେ ଧଳାରଙ୍ଗର ପୋଷାକ ଆଡ଼େ ଚିହ୍ନଟି ନାହିଁ। କାରଣ ଦୀର୍ଘ ଲାଗିବା ସମୟରେ ବହୁତ ରହିଥାଏ। ଏହି ଋତୁରେ ରଙ୍ଗିନ ପୋଷାକ ପିନ୍ଧନ୍ତୁ। ରଙ୍ଗିନ ପୋଷାକ ରତ୍ନ ଅନୁସାରେ ଭଲ ମ୍ୟାଟିଂ କରିବା ସହ ଦୀର୍ଘ ଲାଗିବାର ଭଲ ମଧ୍ୟ ରହି ନ ଥାଏ।

ଫାକ୍ରିକ: ବର୍ଷାଦିନେ ଏଭଳି ଫାକ୍ରିକର କପଡ଼ା ପିନ୍ଧନ୍ତୁ ଯାହା ଆରାମଦାୟକ ହେବା ସହ ଶୀଘ୍ର ଶୁଖି ପାଉଥିବ। ତେଣୁ ତେନିମ୍ ସିଲିକନ୍ ଫାକ୍ରିକର ଡ୍ରେସ୍ ବ୍ୟବହାର କରନ୍ତୁ ନାହିଁ। ଏହି ଋତୁରେ କର୍ଡନ ଫାକ୍ରିକ ବହୁତ ଭଲ ଏବଂ ଏହା ଡ୍ରପା ପାଇଁ ମଧ୍ୟ



ସୌନ୍ଦର୍ଯ୍ୟ

ଢ଼ରାରେ ବୟସର ଛାପ ନ ଥାଣିବା ପାଇଁ ଜାଣିରଖନ୍ତୁ କିଛି ଘରୋଇ ଉପାୟ।

► ମୁହଁ କିମ୍ବା ଢ଼ରାରେ ଯେକୌଣସି ଘ୍ରାଣରେ ଢ଼ରାରେ କୁମ୍ଭୀନ କିମ୍ବା ଅନ୍ୟ ଦାଗ ଦେଖାଯାଏ ସେଠାରେ ଆଲୋଭେରା ଜେଲ୍ ଲଗାନ୍ତୁ। ୨୦ ମିନିଟ୍ ରଖିବା ପରେ ମୁହଁ ଧୋଇଦିଅନ୍ତୁ।

► କାକୁଡ଼ି ଓ ମହୁ ମିଶାଇ ଏକ ଫେସ୍ ପ୍ୟାକ୍ ତିଆରି କରନ୍ତୁ। ଏହାକୁ ମୁହଁରେ ଲଗାଇ ଶୁଖିବା ପାଇଁ ଛାଡ଼ି ଦିଅନ୍ତୁ। ଏହାପରେ ଥଣ୍ଡା ପାଣିରେ ମୁହଁ ଧୋଇଦିଅନ୍ତୁ। ଲଗାତର ଏହି ପ୍ୟାକ୍ ଲଗାଇଲେ ମୁହଁରେ ବୟସର ଛାପ ଦେଖାଯିବ ନାହିଁ।

► କୁସୁ ଢ଼ରାରେ ବୟସର ଛାପ ଶୀଘ୍ର ଦେଖାଯାଏ। ତେଣୁ ଖାଉଁଳେ ଅଧାଗାତର ରାଶି ତେଲ ମିଶାଇ ମୁହଁରେ ଲଗାନ୍ତୁ। ୧୫-୨୦ ମିନିଟ୍ ପରେ ତୁଳାକୁ ପାଣିରେ ଭିଜାଇ ପୋଛି ନିଅନ୍ତୁ। ପ୍ରତିଦିନ ଏପରି କରିବା ଫଳରେ ଢ଼ରା ଅଧିକ କୋମଳ ହେବ।

► କୁସୁ ଢ଼ରାରେ ପ୍ରତିଦିନ ମ ଷ୍ଟ ର ଲ ଛ ର ଲଗାନ୍ତୁ। ଏହା ସହ ପ୍ରତିଦିନ ଶୋଇବା ପୂର୍ବରୁ ବାଦାମ ତେଲ

ଆଣ୍ଟି ଏଞ୍ଟି ଥେରାପି

କିମ୍ବା ନଡ଼ିଆତେଲରେ ମଧ୍ୟ ମସାଜ କରନ୍ତୁ।

► ଅମୃତଭଣ୍ଡାରେ ଆଣ୍ଟି ଅକ୍ସିଡାଣ୍ଟ ରୁଣି ରହିଛି। ଏହାକୁ ପ୍ରତିଦିନ ଲଗାଇଲେ ଢ଼ରାରେ ଥିବା ମୃତକୋଷ ବାହାରିଯିବା ପରେ ଢ଼ରା ଅଧିକ ସ୍ୱାଚ୍ଛ ହେବ। ତେଣୁ ଅମୃତଭଣ୍ଡାକୁ ଭଲଭାବେ ଗ୍ରାଭଣ୍ଡାକରି ସେଥିରେ ମହୁ ମିଶାନ୍ତୁ। ଏହି ମିଶ୍ରଣକୁ ମୁହଁରେ ଲଗାଇ କିଛି ସମୟ ପରେ ଉଷ୍ଣ ପାଣିରେ ଧୋଇଦିଅନ୍ତୁ। ନିୟମିତ ଏପରି କରିବା ଫଳରେ ମୁହଁରେ ବୟସର ଛାପ ଦୂର ହେବ ନାହିଁ।

► ସିରାରେ କିମ୍ବା କୌଣସି ପ୍ରକାର ନିଶାଦ୍ରବ୍ୟ ନିଅନ୍ତୁ ନାହିଁ। ସେହିପରି ଅତ୍ୟଧିକ ମିଠା ଓ ତେଲ ମସଲାଯୁକ୍ତ ଖାଦ୍ୟ ଖାଆନ୍ତୁ ନାହିଁ। ଏହା ବଦଳରେ ଫଳ, ସାଲାଡ୍, ସବୁଜ ଫଳପରିପରିବା, ଦହି, ସୁପ୍ ଆଦି ଖାଆନ୍ତୁ। ଏହା ସହ ପ୍ରତିଦିନ ଯୋଗ, ଧ୍ୟାନ କରନ୍ତୁ।

ଖାଦ୍ୟରୁଟି ଆଳୁ ଫିଙ୍ଗା

ଆବଶ୍ୟକ ସାମଗ୍ରୀ— ଅଳୁଆ ଗଉଳ- ୧ କପ୍, ସିଝା ଆଳୁ- ୪ଟି, ଜିରା- ୧ ଗାମଚ, ଗୋଲମରିଚ- ୧୫-୨୦ଟି, କଞ୍ଚାଲକା- ୨-୩ଟି, ଧନିଆପତ୍ର- ଅଳ୍ପ, ସେନ୍ଧବ ଲବଣ- ଅଳ୍ପ

ପ୍ରସ୍ତୁତ ପ୍ରଣାଳୀ— ଅଳୁଆର ପିଠାକୁ ଭଲଭାବେ ଚଳି କିମ୍ପା ଦିଅ। ଏହାକୁ ମିଶ୍ରଣରେ ଆବଶ୍ୟକ ଅନୁସାରେ ରିଫାଇନ୍ ତେଲ କିମ୍ପା ଦିଅ।

ପ୍ରସ୍ତୁତ ପ୍ରଣାଳୀ— ଅଳୁଆର ପିଠାକୁ ଭଲଭାବେ ଚଳି କିମ୍ପା ଦିଅ। ଏହାକୁ ମିଶ୍ରଣରେ ଆବଶ୍ୟକ ଅନୁସାରେ ରିଫାଇନ୍ ତେଲ କିମ୍ପା ଦିଅ।

ପ୍ରସ୍ତୁତ ପ୍ରଣାଳୀ— ଅଳୁଆର ପିଠାକୁ ଭଲଭାବେ ଚଳି କିମ୍ପା ଦିଅ। ଏହାକୁ ମିଶ୍ରଣରେ ଆବଶ୍ୟକ ଅନୁସାରେ ରିଫାଇନ୍ ତେଲ କିମ୍ପା ଦିଅ।

ପ୍ରସ୍ତୁତ ପ୍ରଣାଳୀ— ଅଳୁଆର ପିଠାକୁ ଭଲଭାବେ ଚଳି କିମ୍ପା ଦିଅ। ଏହାକୁ ମିଶ୍ରଣରେ ଆବଶ୍ୟକ ଅନୁସାରେ ରିଫାଇନ୍ ତେଲ କିମ୍ପା ଦିଅ।

ପ୍ରସ୍ତୁତ ପ୍ରଣାଳୀ— ଅଳୁଆର ପିଠାକୁ ଭଲଭାବେ ଚଳି କିମ୍ପା ଦିଅ। ଏହାକୁ ମିଶ୍ରଣରେ ଆବଶ୍ୟକ ଅନୁସାରେ ରିଫାଇନ୍ ତେଲ କିମ୍ପା ଦିଅ।



