



DSPL-467



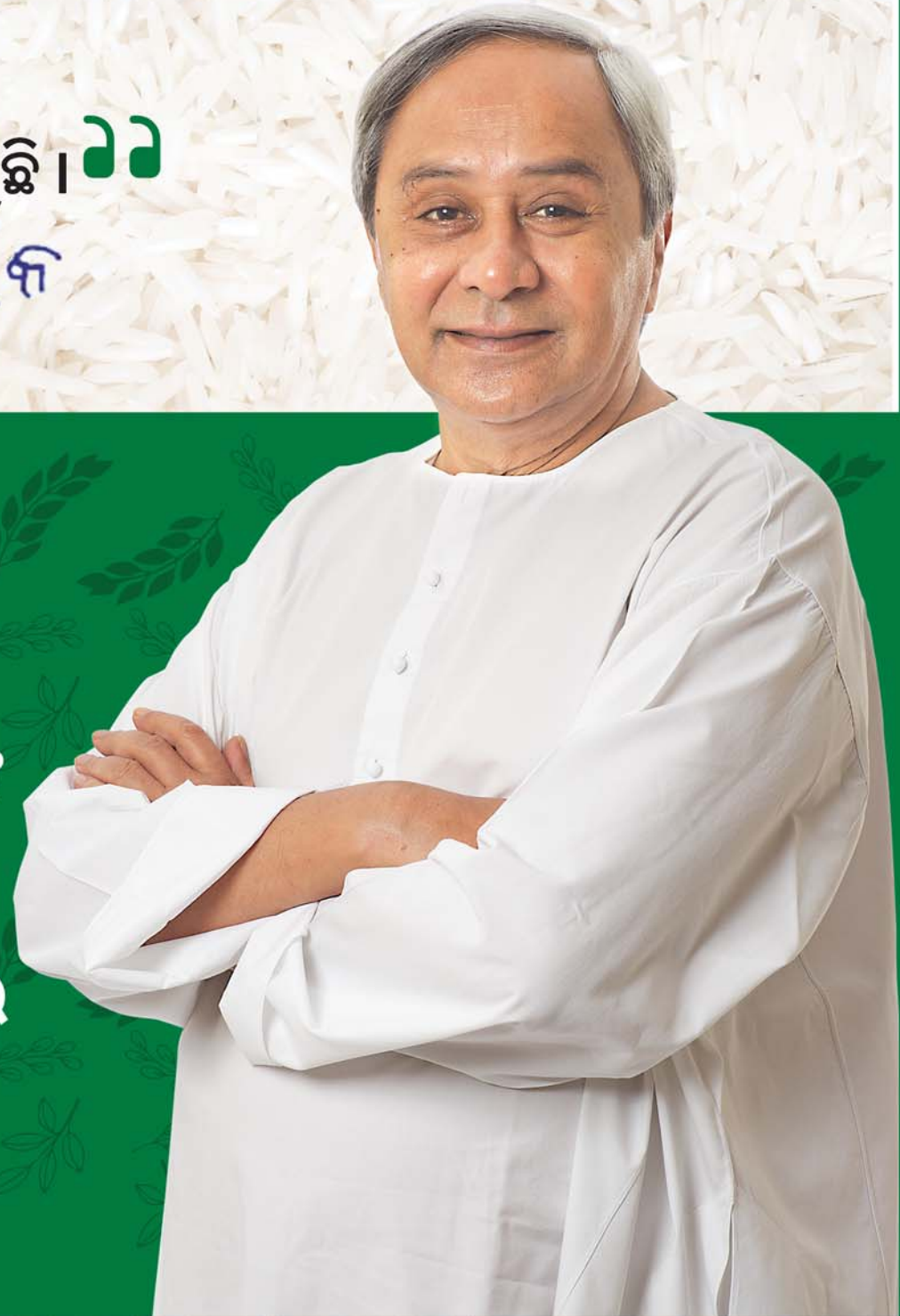
ଓଡ଼ିଶା ସରକାର



ଆମ ଓଡ଼ିଶା
ନବୀନ ଓଡ଼ିଶା

ଜଣେ ବି ଯୋଗ୍ୟ ହିତାଧିକାରୀ ଯେପରି
ଖାଦ୍ୟ ସୁରକ୍ଷାରୁ ବଞ୍ଚିତ ନ ହୁଏ ସେଥିପ୍ରତି ମୁଁ ଦୃଷ୍ଟି ରଖୁଛି ।

ନବୀନ ଲକ୍ଷ୍ମଣ ମହାପାତ୍ର
ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀ, ଓଡ଼ିଶା



ଖାଦ୍ୟ ସୁରକ୍ଷାର ଭରସା ଓଡ଼ିଶାର ମାନ୍ୟବର ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀ ଶ୍ରୀଯୁକ୍ତ ନବୀନ ଲକ୍ଷ୍ମଣମହାପାତ୍ରଙ୍କ ଦ୍ୱାରା

ରାଜ୍ୟ ଖାଦ୍ୟ ସୁରକ୍ଷା ଯୋଜନା ଅଧୀନରେ
ମାଗଣା ଚାଉଳ ବଣ୍ଟନର ଅବଧିକୁ
ଆଗାମୀ ୫ ବର୍ଷ ପାଇଁ ସମ୍ପ୍ରସାରଣ

- ✓ ପ୍ରତ୍ୟେକ ହିତାଧିକାରୀଙ୍କୁ, ପ୍ରତି ମାସ, ମାଗଣାରେ ୫ କିଲୋଗ୍ରାମ ଚାଉଳ ଯୋଗାଣ
- ✓ ସମୁଦାୟ ୧୨୫୦ କୋଟି ଟଙ୍କାର ବ୍ୟୟବରାଦ

OIPR-07001/13/0008/2324



ସଂକ୍ଷେପରେ

ବାଇଡେନଙ୍କ କାର୍ତ୍ତବ୍ୟକୁ ଧକ୍କାଦେଲା କାର୍

ଓଶିନ, ୧୮ ଡିସେମ୍ବର: ଆମେରିକା ରାଷ୍ଟ୍ରପତି ଜୋ ବାଇଡେନଙ୍କ କାର୍ତ୍ତବ୍ୟକୁ ଏକ ସମୟରେ ଚ୍ୟାଲେଞ୍ଜ କରିବାକୁ ଚାହୁଁଥିବା ବାରିଡେନଙ୍କ ଗୋଟିଏ ଟ୍ୱିଟ୍ଟର ପୋଷ୍ଟରେ ଉଲ୍ଲେଖ କରାଯାଇଛି।



ପାର୍ଲିମେଣ୍ଟ ସୁରକ୍ଷା ଉପରେ ଆଲୋଚନା ଏବଂ ସ୍ୱରାଷ୍ଟ୍ରମନ୍ତ୍ରୀ ଅମିତ ଶାହାଙ୍କ ବିକୃତି ଦାବି କରି ସୋମବାର ସଂସଦ ଭବନ ପ୍ରବେଶପଥରେ ନିର୍ଲକ୍ଷିତ ଏମ୍ପିମାନଙ୍କ ସହ ଶିବସେନା(ଭୁବିଟି) ସଦସ୍ୟ ପ୍ରିୟଙ୍କା ଚକ୍ରବର୍ତ୍ତୀ ଧାରଣାରେ ବସିଛନ୍ତି।

ଆଇଏସ୍ ଆତଙ୍କବାଦୀ ଗିରଫ

ବେଙ୍ଗାଳୁରୁ, ୧୮ ଡିସେମ୍ବର: ଆଇଏସ୍ ଆତଙ୍କବାଦୀ ସଂଗଠନ ସହ ସମ୍ପୃକ୍ତ ୮ ଜଣଙ୍କୁ ଗିରଫ କରିଥିବା ବେଳେ ସେମାନଙ୍କର ଆଇଲଟି ବିଶେଷରେ ଯୋଜନାକୁ ପଞ୍ଚ କରିଦେଇଛି।

ବିଶ୍ୱୋରଣ ଯୋଜନା ପଞ୍ଚ

ମିଳିଛି। ଏଥିସହିତ ଧାରଣା ଅପ୍ତ, ନଗଦ ଅର୍ଥ ଏବଂ ଡିଜିଟାଲ ଉପକରଣ ମଧ୍ୟ ଆତଙ୍କବାଦୀମାନଙ୍କଠାରୁ ଜବତ ହୋଇଛି।

ଜ୍ଞାନବାପି ସର୍ବୋଚ୍ଚ ନିର୍ଦ୍ଦେଶ କୋର୍ଟରେ ଦାଖଲ

ଭାରତର ପ୍ରତ୍ନତାତ୍ତ୍ୱିକ ସର୍ବୋଚ୍ଚ ସଂସ୍ଥା (ଏସ୍ଆଇଆଇ) ସୋମବାର ଅପରାହ୍ନରେ ଜ୍ଞାନବାପି ମସ୍ଜିଦ୍ ପରିସରର ସର୍ବୋଚ୍ଚ ନିର୍ଦ୍ଦେଶ କୋର୍ଟରେ ଦାଖଲ କରିଛି।



କରିବାକୁ ବିରୋଧ କରିଥିଲେ। ସପ୍ତଦଶ ଶତାବ୍ଦୀର ଏହି ମସ୍ଜିଦ୍ ଏକ ହିନ୍ଦୁ ମନ୍ଦିର ଉପରେ ନିର୍ମାଣ ହୋଇଥିବା ହିନ୍ଦୁ ପକ୍ଷ ଦାବି କରୁଥିବାବେଳେ ଏହାର ସର୍ବୋଚ୍ଚ ନିର୍ଦ୍ଦେଶ କୋର୍ଟରେ ଦାଖଲ ହୋଇଥିବା ଅନୁମୋଦିତ ହୋଇଛି।

ମୋବାଇଲ ନେଟୱାର୍କକୁ ଅକ୍ରିଆର କରିପାରିବ କେନ୍ଦ୍ର

ଲୋକ ସଭାରେ ଟେଲିକମ୍ୟୁନିକେଶନ୍ସ ବିଲ୍ ଆଗତ

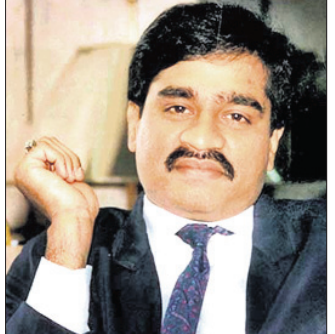
ନୂଆଦିଲ୍ଲୀ, ୧୮ ଡିସେମ୍ବର: ଜନସାଧାରଣଙ୍କ ନିରାପତ୍ତା କିମ୍ବା ଜରୁରୀ ସ୍ଥିତିରେ କେନ୍ଦ୍ର ସରକାର ଯେକୌଣସି ଟେଲି ଯୋଗାଯୋଗ ନେଟୱାର୍କକୁ ସାମୟିକ ଭାବେ ନିଜ ଅକ୍ରିଆରକୁ ନେଇପାରିବେ।



ମନ୍ତ୍ରୀ ଅଶ୍ୱିନୀ ବୈଷ୍ଣବ ଲୋକ ସଭାରେ ଟେଲିକମ୍ୟୁନିକେଶନ୍ସ ବିଲ୍, ୨୦୨୩ ଉପସ୍ଥାପନ କରିଛନ୍ତି।

ହେବ, ତେବେ ସେମାନେ ବିଜ୍ଞପ୍ତି ଦେଇ ତାହା କରିପାରିବେ। ସେହିପରି କାମରେ ସୁରକ୍ଷା କାରଣରୁ ପ୍ରସାରଣ ନିଷ୍ପନ୍ନ ହୋଇ ନ ଥିଲେ ସ୍ୱାକ୍ଷରିତ ପ୍ରାପ୍ତ ଖବରଦାତାଙ୍କ ବାର୍ତ୍ତାକୁ ଅବରୋଧ କରିବାକୁ ନିର୍ଦ୍ଦେଶ ଦିଆଯାଇପାରେ।

ଦାଉଦ୍ ମୃତ୍ୟୁ ଖବର ମିଛ



ନୂଆଦିଲ୍ଲୀ, ୧୮ ଡିସେମ୍ବର: ଭାରତର ମୋଟ୍ଟାଓଷ୍ଟେର୍ ପକାତକ ଗ୍ୟାଙ୍ଗ୍ସ୍ତର ଦାଉଦ୍ ଇସ୍ମାୟିଲୀଙ୍କର ମୃତ୍ୟୁ ଘଟିଥିବା ଖବର ବିଭିନ୍ନ ସୋସିଆଲ ମିଡିଆରେ ପ୍ରସାରିତ ହେଉଥିବାବେଳେ ତାହା ଠିକ୍ ନୁହେଁ ବୋଲି କେତେକ ପ୍ୟାକ୍ ଟେକର୍ ସ୍ପଷ୍ଟ କରିଛନ୍ତି।

ଭାରତରେ ଚାଲିବନି ଚାଳକବିହୀନ କାର୍

ନୂଆଦିଲ୍ଲୀ, ୧୮ ଡିସେମ୍ବର: ଭାରତରେ ଚାଳକବିହୀନ କାର୍ ଚଳାଚଳ ପାଇଁ କଦାପି ଅନୁମତି ଦିଆଯିବ ନାହିଁ ବୋଲି କେନ୍ଦ୍ର ସଡ଼କ ପରିବହନ ମନ୍ତ୍ରୀ ନୀତିଶ୍ ରାଉଡ଼ କହିଛନ୍ତି।



ବଜାରର ଦ୍ରୁତ ବୃଦ୍ଧିକୁ ନଜରରେ ରଖି ଆମେରିକାର ବିଦ୍ୟୁତ୍ଚାଳିତ କାର ନିର୍ମାତା କମ୍ପାନୀ ଟେସ୍ଲା ଏଠାରେ ପ୍ରବେଶ ପାଇଁ ଉଦ୍ୟମ ଚଳାଇଛି।

ଝେଣନ ଜଳାଶୂର: ପଞ୍ଚିଛନ୍ତି ୫୦୦ ଯାତ୍ରୀ

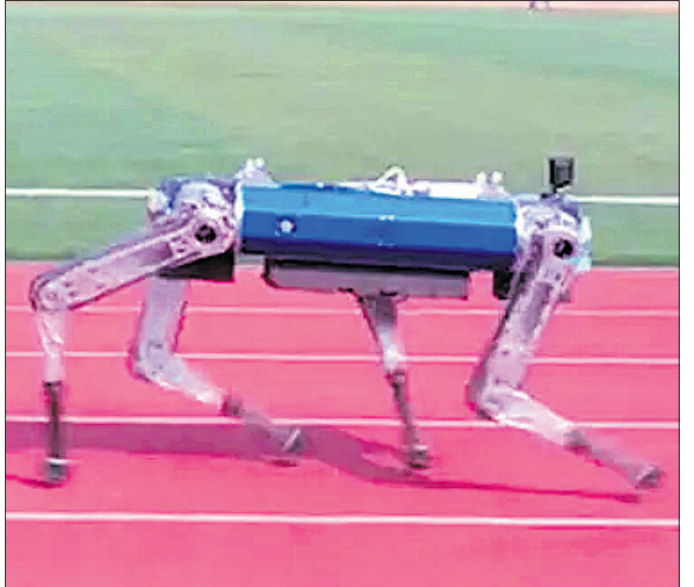
ତେରାଇ, ୧୮ ଡିସେମ୍ବର: ଗଂଗାକୂଳରେ ରବିବାରଠାରୁ ପ୍ରବଳ ବର୍ଷା ଲାଗିରହିଥିବାରୁ ଶ୍ରୀବୈକୁଣ୍ଠ ମନ୍ଦିର ଚଳାଚଳ ବନ୍ଦ ଥିବାରୁ ୫୦୦ରୁ ଊର୍ଦ୍ଧ୍ୱ ଯାତ୍ରୀ ସେଠାରେ ପଞ୍ଚିରହିଛନ୍ତି।



ପ୍ରବଳ ବର୍ଷାରେ ଶ୍ରୀବୈକୁଣ୍ଠ ମନ୍ଦିର ଚଳାଚଳ ବନ୍ଦ ଥିବାରୁ ୫୦୦ରୁ ଊର୍ଦ୍ଧ୍ୱ ଯାତ୍ରୀ ସେଠାରେ ପଞ୍ଚିରହିଛନ୍ତି।

କେତେକ ଅଞ୍ଚଳକୁ ବର୍ଷା ଛାଡ଼ିଥିଲେ ମଧ୍ୟ ତ୍ୟାମ୍ବୁଳ ବନକା ଜଳ ପ୍ରବାହ ଜାରି ରହିଥିବାରୁ ଖାଲୁଆ ଅଞ୍ଚଳଗୁଡ଼ିକ ବୁଡ଼ିରହିଛି।

ରେସରେ ଦୌଡ଼ି ରୋବଟ୍ ବିଶ୍ୱ ରେକର୍ଡ



ସିଂଗାପୁର: ମଣିଷ ବେକକୁ ବେକ ଆଧୁନିକର ଛାପରେ ଟେକ୍ନୋଲୋଜି ଆପଣେଇ ସାରିଲାଣି। ବର୍ତ୍ତମାନ ସମୟରେ ଏପରି ଜିନିଷ ସବୁ ଉଦ୍ଭାବନ ହେଉଛି, ଯାହା ସମସ୍ତଙ୍କୁ ଆଶ୍ଚର୍ଯ୍ୟ କରୁଛି।

ଭଗ୍ନ ଜାହାଜ ଖଣ୍ଡରୁ ମିଳିଲା କଳାସୁନା

ରୋମ୍: ଇଟାଲିର ସମୁଦ୍ର ତଳେ ୪ ହଜାର ବର୍ଷ ପୁରୁଣା ଏକ ଜାହାଜର ଉତ୍ତୁଅଂଶରୁ ଏକ ମୂଲ୍ୟବାନ ପଥରଖଣ୍ଡ ମିଳିଛି, ଯାହାକୁ କଳାସୁନା ବୋଲି କୁହାଯାଉଛି।

କଳାସୁନା ମଧ୍ୟ କୁହାଯାଏ। କଟିଙ୍ଗ ରୁଲ୍ ପ୍ରସ୍ତୁତିରେ ଏହି ପଥରକୁ ବ୍ୟବହାର କରାଯାଇଥାଏ।



ଶ୍ରେଷ୍ଠ ୫୦ ଏସୀୟ ତାରକା: ଶୀର୍ଷରେ ଶାହରୁଖ

ମୁମ୍ବାଇ: ଚଳିତବର୍ଷ ଶାହରୁଖ ଖାନ୍ଙ୍କୁ ତାଙ୍କ ଫିଲ୍ମ ପାଇଁ ଅନେକ ସମ୍ମାନ ମିଳିଥିବାବେଳେ କିଛି ଦିନରେ ଆଉ ଏକ ସମ୍ମାନ 'ଡକ୍' ରିଲିଜ୍ ହେବାକୁ ଯାଉଛି।





ଧରତ୍ରୀ

DHARITRI

ଭୁବନେଶ୍ୱର, ମଙ୍ଗଳବାର, ଡିସେମ୍ବର ୧୯/୨୦୨୩

Bhubaneswar, Tuesday, December 19/2023

DSPL-469



ODISHA
INDIA'S BEST KEPT SECRET.



ଶ୍ରୀଯୁକ୍ତ ନବୀନ ପଟ୍ଟନାୟକ
ମାନ୍ୟବର ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀ

ନୂଆ-ଓ ଭସ୍ମବ, ମୟୂରଭଞ୍ଜୀ

ସ୍ଥାନ : ମହାରାଜା ଶ୍ରୀରାମ ଚନ୍ଦ୍ର ଭଞ୍ଜୀ ଦେଓ
ବିଶ୍ୱବିଦ୍ୟାଳୟ ପଡ଼ିଆ, ବାରିପଦା

ସମୟ : ପୂର୍ବାହ୍ନ ୧୦ ରୁ

୧୯ ଡିସେମ୍ବର, ୨୦୨୩



ଆମ ଓଡ଼ିଶା
ନବୀନ ଓଡ଼ିଶା

OIPR-29001/13/01132324



ସମାନ ମୂଲ୍ୟବର୍ଗର ବିଭିନ୍ନ ଡିଜାଇନର ମୁଦ୍ରା ଏକ ସମୟରେ ପ୍ରଚଳନରେ ରହିଥାଏ ।

ବ୍ୟାଙ୍କ ଶାଖାଗୁଡ଼ିକ ଜନସାଧାରଣଙ୍କ ଠାରୁ ମୁଦ୍ରା ଗୁଡ଼ିକୁ ଗ୍ରହଣ କରିବା ଆବଶ୍ୟକ*



ଅଧିକ ସୂଚନା ପାଇବା ପାଇଁ 14440 କୁ ଏକ ମିନିଟ୍ କଲ୍ ଦିଅନ୍ତୁ
ବିନ୍ଧା <https://rbi.ektaahai.rbi.org.in/coins> କୁ ଯାଆନ୍ତୁ
ଫିଡ୍‌ବ୍ୟାକ୍ ଦେବା ପାଇଁ, rbi.ektaahai@rbi.org.in କୁ ଲେଖନ୍ତୁ



ଜନହିତରେ ଜାରି
ଭାରତୀୟ ରିଜର୍ଭ ବ୍ୟାଙ୍କ
RESERVE BANK OF INDIA
www.rbi.org.in



ରାଉରକେଲାରେ ଝାଡ଼ାବାନ୍ତି: ମୃତ୍ୟୁସଂଖ୍ୟା ୯କୁ ବୃଦ୍ଧି

ମଦ ବର୍ଲିଂ ଫାକ୍ଟିରେ ଚଢ଼ାଉ ଶେଷ
କାମାକ୍ଷାନଗର,
୧୮୧୨ (ଅମଳାବ ଖାନ)

ବିଧାୟକଙ୍କ ଫେସ୍‌ବୁକ୍ ଆକାଉଣ୍ଟ ହ୍ୟାକ୍
କନ୍ୟାପୁର, ୧୮୧୨ (ପବନ ପାଣିଗ୍ରାହୀ): କନ୍ୟାପୁର ବିଧାନସଭା ପ୍ରଧାନ ବିଧାନସଭା ଫେସ୍‌ବୁକ୍ ଆକାଉଣ୍ଟ ହ୍ୟାକ୍ ହୋଇଛି। ଏନେଇ ସେ ନିଜେ ଫେସ୍‌ବୁକ୍‌ରେ ଅନ୍ୟ ଏକ ପ୍ରୋଫାଇଲ୍ ଯେଉଁକୁ ସୂଚନା ଦେଇଛନ୍ତି। କେହି ବୁର୍ଲିଂ ଏପରି କରିଥିବା ଅନୁମାନ କରି ବାହିନୀପତି କୋରାପୁଟ ସାଇବର ଆନାରେ ଲିଖିତ ଅଭିଯୋଗ କରିଛନ୍ତି। ପୋଲିସ୍ ତଦନ୍ତ ଆରମ୍ଭ କରିଛି।

ରାଉରକେଲା, ୧୮୧୨ (ସଙ୍ଗୀତା କେନା)
ରାଉରକେଲା ସହର ସମେତ ଆଖପାଖ ଅଞ୍ଚଳରେ ଝାଡ଼ାବାନ୍ତି ଅଣାୟତ ହୋଇପଡ଼ିଛି। ଝାଡ଼ାବାନ୍ତିରେ ପୂର୍ବରୁ ୭ଜଣଙ୍କ ମୃତ୍ୟୁ ହୋଇଥିବା ବେଳେ ସୋମବାର ଏହି ତାଲିକାରେ ଆଉ ୨ଜଣଙ୍କ ମୃତ୍ୟୁ ହୋଇଛି। ଫଳରେ ଝାଡ଼ାବାନ୍ତି ମୃତକଙ୍କ ସଂଖ୍ୟା ୯ରେ ପହଞ୍ଚିଛି। ମୃତକ ହେଲେ ନୟାବଜାର ଅଞ୍ଚଳର ସରୋଜିନୀ ଖଣ୍ଡାୟତ ଓ କିଶାନଚୋଲାବିକ୍ରମ କିଶାନ। ସରୋଜିନୀ ପ୍ରଥମେ ରାଉରକେଲା ସରକାରୀ ଡାକ୍ତରଖାନା(ଆରଜିଏସ୍)ରେ ଚିକିତ୍ସିତ ହେଉଥିଲେ। ସୋମବାର ସକାଳେ ତାଙ୍କୁ ଇସ୍ତାଫତ କେନେରାଲ ହସ୍ପିଟାଲ(ଆଇଜିଏସ୍)କୁ ଗ୍ଲାନାଟର କରାଯାଇଥିଲା। ସେଠାରେ ତାଙ୍କର ମୃତ୍ୟୁ ହୋଇଛି।



ରେଲୱେ କଲୋନି କାମା ମନ୍ଦିର ନିକଟରେ ପାଇପ୍ ଫାଟି ପାଣି ବାହାଉଛି ।

ସଂକ୍ରମଣ ଯୋଗୁ ଏଭଳି ପରିସ୍ଥିତି ଉତ୍ପନ୍ନ ହେବା ଅଭିଯୋଗ ହେବା ପରେ ଗତ ୧୫ ତାରିଖରୁ ଜିଲ୍ଲା ପ୍ରଶାସନ ଓ ଖାରବେଳ କଲ୍ପସମ୍ପଦ ମୁକ୍ତା ପରିଚାଳନାରେ ରାଉରକେଲା ମହାନଗର ନିଗମ ଅନ୍ତର୍ଗତ ଖାରବେଳ ପ୍ରାୟ ୩୭ଟି ଗ୍ଲାନୁ ପାନାୟ ଜଳ ନିମ୍ନମାନ ଖାଦ୍ୟ ବିକ୍ରି ଉପରେ ଅକ୍ଟୋବର ୩୦ତାରିଖରୁ ଖାଦ୍ୟ ବିଭାଗ ପକ୍ଷରୁ ଆଖିବୁଜିଆ ପଦକ୍ଷେପ ଗ୍ରହଣ କରାଯାଇ ନ ଥିବା କଂଗ୍ରେସ ଅଭିଯୋଗ କରିଛି। ସେହିପରି ସହରରେ ପାନାୟ ଜଳର ଗୁଣବତ୍ତା ଉପରେ ଭାବପା ପ୍ରଶ୍ନ ଉଠାଇଛି।

ନିପୋର୍ଟ ସଂଗ୍ରହ କରାଯାଇଛି। ସୋମବାର ପୁଣି ଜଳର ଗୁଣବତ୍ତା ୦.୨-୨.୦ ପିପିଏମ୍ ମଧ୍ୟରେ ସ୍ଥିର ରହିଛି। ଏଥିରେ ଜଳବାହିତ ରୋଗ ଆଶଙ୍କା ବହୁତ କମ୍ ବୋଲି ଭୁବନେଶ୍ୱର ଖାରବେଳ ମୁଖ୍ୟ କାର୍ଯ୍ୟକାରୀ ଅଧିକାରୀ ସରୋଜ ଚନ୍ଦ୍ର ମିଶ୍ର କହିଛନ୍ତି। ସେହିପରି ବିଭିନ୍ନ ଖର୍ଚ୍ଚରେ ଥିବା ନଳକୂପରେ କ୍ଲୋରିନ୍ ଡ୍ରୁମେଣ୍ଟ କରାଯାଇଛି। ସମ୍ଭବତଃ ପ୍ରସ୍ତୁତ ଖାଦ୍ୟ ଯୋଗୁ ଏପରି ପରିସ୍ଥିତି ହୋଇଥିବ ବୋଲି ମିଶ୍ର କହିଛନ୍ତି। ଅନ୍ୟପକ୍ଷେ ସହରରେ ଏଭଳି ସମ୍ଭବନଶୀଳ ପରିସ୍ଥିତିରେ ନିମ୍ନମାନ ଖାଦ୍ୟ ବିକ୍ରି ଉପରେ ଅକ୍ଟୋବର ୩୦ତାରିଖରୁ ଖାଦ୍ୟ ବିଭାଗ ପକ୍ଷରୁ ଆଖିବୁଜିଆ ପଦକ୍ଷେପ ଗ୍ରହଣ କରାଯାଇ ନ ଥିବା କଂଗ୍ରେସ ଅଭିଯୋଗ କରିଛି। ସେହିପରି ସହରରେ ପାନାୟ ଜଳର ଗୁଣବତ୍ତା ଉପରେ ଭାବପା ପ୍ରଶ୍ନ ଉଠାଇଛି।

HOME LOAN

Rate of Interest

8.40%

(UPTO RS. 2 CRORE)

50%* Waiver On Processing Fee

Home Loan Enquiry on WhatsApp 8369998182 or log on to www.lichousing.com

NEXA

LIGHTNING RARELY STRIKES TWICE.

THE JIMNY THUNDER EDITION

Starts at ₹10.74 Lakhs for a limited period.

JIMNY

NEVER TURN BACK

CREATE. INSPIRE.

NOW AVAILABLE IN CSD

FENDER GARNISH

FRONT BUMPER AND HOOD GARNISH

FRONT SKID PLATE

DOOR CLADDING

INTERIOR STYLING KIT

DOOR VISOR

Contact us at
1800-200-6392
1800-102-NEXA

www.nexaexperience.com
NOW YOU CAN ALSO BOOK ONLINE

BHUBANESWAR: NEXA CYBER CITY (JYOTE MOTORS PH: 9776615032), NEXA TWIN CITY (SKY AUTOMOBILES PH: 9776497764, 7440000642), NEXA GAJAPATI NAGAR (TUSHI MOTORS PVT. LTD. PH: 6372802153), NEXA RAJ BHAVAN ROAD (NARAYANI MOTORS PH: 9583022008, 9583022012), **CUTTACK:** NEXA STADIUM ROAD (JYOTE MOTORS PH: 7440005202, 7440005239), **PANIKOILI:** NEXA GAJAPATI NAGAR (TUSH I MOTORS PVT. LTD. PH: 6372802153).

Scan to book

ନେକ୍ଟର-ଜେନ୍ ଟେକ୍ ବ୍ୟବସାୟ ଉପରେ ଭିଆଇଏଲ୍ ନୃସିଂହଙ୍କ

ଭୁବନେଶ୍ୱର, ୧୮.୧୨ (ଅଭିଜିତ ଦାଶ)

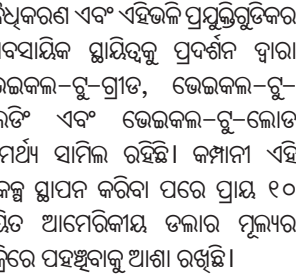
ପରିଚିତ ନେକ୍ କାର୍ଯ୍ୟାଳୟ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଶେଷ କରିବା ଏବଂ ପ୍ରକଳ୍ପକୁ ପ୍ରକାଶ କରିବା ପାଇଁ ଉପାଦାନ ସଂଗ୍ରହ କରିବାକୁ ଅନୁମତି ଦେବା ଉପରେ ନେକ୍ ବ୍ୟବସାୟ ଉପରେ ଭିଆଇଏଲ୍ ନୃସିଂହଙ୍କ



ଭିଆଇଏଲ୍ ନୃସିଂହଙ୍କ ନିର୍ଦ୍ଦେଶନାରେ ନେକ୍ କାର୍ଯ୍ୟାଳୟ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଶେଷ କରିବା ଏବଂ ପ୍ରକଳ୍ପକୁ ପ୍ରକାଶ କରିବା ପାଇଁ ଉପାଦାନ ସଂଗ୍ରହ କରିବାକୁ ଅନୁମତି ଦେବା ଉପରେ ନେକ୍ ବ୍ୟବସାୟ ଉପରେ ଭିଆଇଏଲ୍ ନୃସିଂହଙ୍କ



ନେକ୍ ବ୍ୟବସାୟ ଉପରେ ଭିଆଇଏଲ୍ ନୃସିଂହଙ୍କ ନିର୍ଦ୍ଦେଶନାରେ ନେକ୍ କାର୍ଯ୍ୟାଳୟ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଶେଷ କରିବା ଏବଂ ପ୍ରକଳ୍ପକୁ ପ୍ରକାଶ କରିବା ପାଇଁ ଉପାଦାନ ସଂଗ୍ରହ କରିବାକୁ ଅନୁମତି ଦେବା ଉପରେ ନେକ୍ ବ୍ୟବସାୟ ଉପରେ ଭିଆଇଏଲ୍ ନୃସିଂହଙ୍କ



ନେକ୍ ବ୍ୟବସାୟ ଉପରେ ଭିଆଇଏଲ୍ ନୃସିଂହଙ୍କ ନିର୍ଦ୍ଦେଶନାରେ ନେକ୍ କାର୍ଯ୍ୟାଳୟ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଶେଷ କରିବା ଏବଂ ପ୍ରକଳ୍ପକୁ ପ୍ରକାଶ କରିବା ପାଇଁ ଉପାଦାନ ସଂଗ୍ରହ କରିବାକୁ ଅନୁମତି ଦେବା ଉପରେ ନେକ୍ ବ୍ୟବସାୟ ଉପରେ ଭିଆଇଏଲ୍ ନୃସିଂହଙ୍କ

ଖସିଲା ଶେୟାର ବଜାରର କାରବାର

ଭୁବନେଶ୍ୱର, ୧୮.୧୨

ଗତ କିଛି ସପ୍ତାହ ହେବ ଘରୋଇ ଶେୟାର ବଜାରର କାରବାରରେ ଜୁମାଗତ ପରିବର୍ତ୍ତନ ଘଟୁଛି । ଏପରି କି ଚଳିତ ସପ୍ତାହର ପ୍ରଥମ କାର୍ଯ୍ୟଦିନରେ ଫଳାଫଳ ଅନୁଯାୟୀ ଶେୟାର ବଜାରର ନିବେଶକମାନେ ବିଶେଷ କରି ଯୋଗଦାନ ବଣେ ଷ୍ଟକ ଏକ୍ସଚେଞ୍ଜ (ବିଏସ୍‌ଏଲ୍)ର ସେନ୍‌ସେକ୍ସ ୧୬୯ (୧୬୮.୬୬) ପଦକ୍ଷେପ ୭୧.୯୬ (୧୬୮.୫୦) ଅଙ୍କରେ କାରବାର ବନ୍ଦ କରିଥିଲା ।

ମାଟି କଂକ୍ରିଟ ପ୍ରିଣ୍ଟିଂ ମେଶିନର ଶୁଭାରମ୍ଭ

ଭୁବନେଶ୍ୱର, ୧୮.୧୨



ଭାରତୀୟ ପ୍ରମୁଖ କଂକ୍ରିଟ ଉତ୍ପାଦନ (ଇଇସିଏସ୍‌ସି) ନିର୍ମାଣକାରୀ ଆକାଶ ଇଞ୍ଜିନିୟରିଂ ବହୁ ପ୍ରତୀକ୍ଷିତ ତଥା ଅତ୍ୟାଧୁନିକ ଜ୍ଞାନବୌଦ୍ଧିଗଣରେ ନିର୍ମିତ 'ମାଟି କଂକ୍ରିଟ ପ୍ରିଣ୍ଟିଂ ମେଶିନ'ର ସର୍ବଭାରତୀୟ ଶୁଭାରମ୍ଭ ସମ୍ପର୍କରେ ଘୋଷଣା କରାଯାଇଛି ।

ସିଜିୟୁରେ ଏସଆଇଏସ୍‌ର ଗ୍ରାଣ୍ଟ ଫାଉନାଲ



ରାଜ୍ୟର ପ୍ରମୁଖ ଘରୋଇ ଶିକ୍ଷାନୁଷ୍ଠାନ ତଥା ସି.ଭି.ଏମ.ଏସ୍. ଗ୍ଲୋବାଲ୍ ଯୁନିଭର୍ସିଟି (ସିଜିୟୁ) ପରିସରରେ ସ୍ମାର୍ଟ ଇଞ୍ଜିଆ ହାକାଥନ (ଏସଆଇଏସ୍) ର ଗ୍ରାଣ୍ଟ ଫାଉନାଲ ରାଉଣ୍ଡ ୨୦୨୩ ଡିସେମ୍ବର ୧୯ ରୁ ଅନୁଷ୍ଠିତ ହେବାକୁ ଯାଉଛି ।

ଉଚ୍ଚ ଶିକ୍ଷା ପଞ୍ଚାବ ନ୍ୟାଶନାଲ ବ୍ୟାଙ୍କ ଅଧିକାରୀ ଆସୋସିଏଟ୍ ଡିଭିଜନ ଅଧ୍ୟକ୍ଷ ପ୍ରମୋଦ କୁମାରଙ୍କୁ ସ୍ମାର୍ଟ ଇଞ୍ଜିଆ ହାକାଥନ ସଂଗ୍ରହ କରିବା ପାଇଁ ଶୁଭାଶିଷ୍ଟି ଜଣାଇଥିଲେ ।

ମିଳିମିଶି କାମ କରିବାକୁ ପରାମର୍ଶ

ଭୁବନେଶ୍ୱର, ୧୮.୧୨



ଅଞ୍ଚଳର ଆର୍ଥିକ ପ୍ରବୃଦ୍ଧି ଏବଂ ବିଭିନ୍ନ ଖାଣ୍ଟରୁ ଆସୁଥିବା ବିଭିନ୍ନ ଶାଖାରୁ ଉଦ୍ଭବ ହେଉଥିବା ସମସ୍ୟାକୁ ସମାଧାନ କରିବା ପାଇଁ ଆମେ ସମସ୍ତଙ୍କୁ ଏକତ୍ର କରିବାକୁ ପରାମର୍ଶ ଦେଉଛୁ ।

ଅଞ୍ଚଳର ଆର୍ଥିକ ପ୍ରବୃଦ୍ଧି ଏବଂ ବିଭିନ୍ନ ଖାଣ୍ଟରୁ ଆସୁଥିବା ବିଭିନ୍ନ ଶାଖାରୁ ଉଦ୍ଭବ ହେଉଥିବା ସମସ୍ୟାକୁ ସମାଧାନ କରିବା ପାଇଁ ଆମେ ସମସ୍ତଙ୍କୁ ଏକତ୍ର କରିବାକୁ ପରାମର୍ଶ ଦେଉଛୁ ।

୨୬ ଆଙ୍କର ନିବେଶକମାନଙ୍କୁ ପ୍ରାୟ ୨୮୫ କୋଟି ସଂଗ୍ରହ

ଭୁବନେଶ୍ୱର, ୧୮.୧୨

ପ୍ରମୁଖ ମାଲକୋପିଟ୍ ଲିମିଟେଡ୍ (ଏନ୍‌ଏଫ୍‌ଏଲ୍)ର ଉପାଦାନ ପ୍ରକଳ୍ପ ଅଧୀନ (ଆଇପିଓ) ଫର୍ମୁଲାରୁ କମ୍ପାନୀ ମୋଟ ୨୬ ଆଙ୍କର ନିବେଶକମାନଙ୍କୁ ପ୍ରାୟ ୨୮୫ କୋଟି ଟଙ୍କା ସଂଗ୍ରହ କରିଛି ।

ଅଭିଯୁକ୍ତଙ୍କୁ କେନ୍ଦ୍ରରୁ ଧରିଲା ଯୋଲିସ

ଶାରଳା ମନ୍ଦିର ସୁଧିରୁ ଗୋଟି ଘଟଣା

ଭିର୍ତ୍ତୀ, ୧୮.୧୨ (ଗୋବିନ୍ଦ ଚରଣ ସାହୁ)

ଜଗଦ୍‌ସିଂହପୁର ଜିଲ୍ଲା ଚିତ୍ତୋଲ ଥାନା କନକପୁରଗ୍ରାମ ପ୍ରସିଦ୍ଧ ଶାରଳା ମନ୍ଦିର ବେଢ଼ା ପରିସରରେ ଥିବା ସୁଧି କାଟି ଗୋଟି ଘଟଣାର ଅଭିଯୁକ୍ତ କେନ୍ଦ୍ରରୁ ଧରାଯାଇଛି ।



ଅଭିଯୁକ୍ତଙ୍କୁ କେନ୍ଦ୍ରରୁ ଧରିଲା ଯୋଲିସ । ଗତ କିଛି ସପ୍ତାହ ହେବ ଘରୋଇ ଶେୟାର ବଜାରର କାରବାରରେ ଜୁମାଗତ ପରିବର୍ତ୍ତନ ଘଟୁଛି ।

ଅଭିଯୁକ୍ତଙ୍କୁ କେନ୍ଦ୍ରରୁ ଧରିଲା ଯୋଲିସ । ଗତ କିଛି ସପ୍ତାହ ହେବ ଘରୋଇ ଶେୟାର ବଜାରର କାରବାରରେ ଜୁମାଗତ ପରିବର୍ତ୍ତନ ଘଟୁଛି ।

ଛାତ୍ରୀଙ୍କୁ ପ୍ରମୋଦିତ ବନ୍ଦୀହେଲେ ଶିକ୍ଷକ ମହିଳାଙ୍କୁ ପିଚୁଳି ଗଛରେ ବାନ୍ଧି ଆକ୍ରମଣ ଅଭିଯୋଗ

ଖୋର୍ଦ୍ଧା, ୧୮.୧୨ (ପୂର୍ଣ୍ଣିମା ଦାଶ)

ଖୋର୍ଦ୍ଧା ଜିଲ୍ଲା ଛାତ୍ରୀଙ୍କୁ ପ୍ରମୋଦିତ ବନ୍ଦୀହେଲେ ଶିକ୍ଷକ ମହିଳାଙ୍କୁ ପିଚୁଳି ଗଛରେ ବାନ୍ଧି ଆକ୍ରମଣ ଅଭିଯୋଗ କରାଯାଇଛି ।



ଛାତ୍ରୀଙ୍କୁ ପ୍ରମୋଦିତ ବନ୍ଦୀହେଲେ ଶିକ୍ଷକ ମହିଳାଙ୍କୁ ପିଚୁଳି ଗଛରେ ବାନ୍ଧି ଆକ୍ରମଣ ଅଭିଯୋଗ କରାଯାଇଛି ।

ଭୁବନେଶ୍ୱର, ୧୮.୧୨ (ମନୋଜ ପ୍ରଧାନ)

ଛାତ୍ରୀଙ୍କୁ ପ୍ରମୋଦିତ ବନ୍ଦୀହେଲେ ଶିକ୍ଷକ ମହିଳାଙ୍କୁ ପିଚୁଳି ଗଛରେ ବାନ୍ଧି ଆକ୍ରମଣ ଅଭିଯୋଗ କରାଯାଇଛି ।

ଶାଶୁ ଘର ଲୋକଙ୍କ ଆନାଦାନାୟ

ଶାଶୁ ଘର ଲୋକଙ୍କ ଆନାଦାନାୟ କାରଣେ ଶାଶୁ ଘର ଲୋକଙ୍କ ଆନାଦାନାୟ ହେଉଛି ।

TPWODL - Corrigendum to Notice Inviting Tender (NIT) - RC for supply of Polycarbonate LT Distribution Box

जिला परिषद का कार्यालय, सरायकेला-खरसावाँ - प्रतियोगिता सूचना

OFFICE OF THE EXECUTIVE ENGINEER RURAL WORKS DIVISION, BARGARH - e-Procurement Notice No.ONLINE-BGH-14 of 2023-24

GOVERNMENT OF ODISHA - OFFICE OF THE CHIEF CONSTRUCTION ENGINEER RURAL WORKS CIRCLE, BIRHAMPUR - NATIONAL COMPETITIVE BIDDING THROUGH e-Procurement

ଅନ୍ତରାଳର ଘର ଦିଶିବ ସୁନ୍ଦର

ଘର ସଜାଇବାକୁ କିଏ ବା ପସନ୍ଦ ନ କରେ । ବିଶେଷକରି ମହିଳାମାନେ ଏଥିପାଇଁ ବେଶ୍ ଯତ୍ନଶୀଳ । ହେଲେ କେବେ କେବେ ଘର ସଜାଇବା ଲାଗି ବିଭିନ୍ନ ସାମଗ୍ରୀ କିଣିବାରେ ଆବଶ୍ୟକତା ଅଧିକ ଖର୍ଚ୍ଚ ହୋଇଯାଏ । ହେଲେ ଯଦି ଆପଣ ଏ ଦିଗରେ ଖର୍ଚ୍ଚ କମ୍ କରିବା ସହ ଘରକୁ ସୁନ୍ଦର ଲୁକ୍ ଦେବାକୁ ଚାହାନ୍ତି ତେବେ କାଣିରଖନ୍ତୁ କିଛି ଟିପ୍ସ...



ଓଁଲ ହାଲିଲ ହେଉଛି ଘର ସଜାଇବାର ସବୁଠାରୁ ସହଜ ଉପାୟ । ଭଲ ଓଁଲ ହାଲିଲ ଖୁବ୍ ଦୀର୍ଘ ହୋଇଥାଏ । ତେଣୁ ସମସ୍ତଙ୍କ ପକ୍ଷେ ଏହାକୁ କିଣିବା ସମ୍ଭବ ନୁହେଁ । ଆପଣ ଚାହଁଲେ କୌଣସି ଦୀର୍ଘ ପେଣ୍ଟ ପରିବର୍ତ୍ତେ ଘରେ ପୁରୁଣା ଫାଟା ପ୍ରେମ୍ରେ କୌଣସି ସୁନ୍ଦର ପ୍ରିଣ୍ଟେଡ୍ ଓଁଲପେପର, କ୍ୟାଲେଣ୍ଡର ଆଦି କାଟି ପୁନର୍ବାର ବ୍ୟବହାର କରିପାରିବେ । ନିଜେ ମଧ୍ୟ ପେଣ୍ଟ କିମ୍ବା ପ୍ୟାନ୍ ଓଁଲ କରି କାନ୍ଧରେ ଲଗାଇପାରିବେ ।

ବ୍ରଜରୁମ୍ ସୁନ୍ଦର କରିବା ଲାଗି କେବଳ ଦୀର୍ଘ ଯୋଡ଼ା, ଟି ପଏ ଆବଶ୍ୟକ ନୁହେଁ ବରଂ ପୁରୁଣା ସୋଫାରେ ସୁନ୍ଦର ରଙ୍ଗର କଭର ପକାଇଲେ ତାହା ଆକର୍ଷଣୀୟ ଲାଗିବ ।

ଘେନିପରି ନିଜର ପୁରୁଣା କୌଣସି ସୁନ୍ଦର ଶାଢ଼ି କିମ୍ବା ଏନ୍ତାପତୋରି, ବୁଣା ହୋଇଥିବା କପଡ଼ାକୁ ବଡ଼ ଓ ଲମ୍ବ କାର୍ତ୍ତବର୍ତ୍ତ ଉପରେ ଲଗାଇ କାନ୍ଧରେ ଟଙ୍ଗାଇପାରିବେ । ବିଶେଷ କରି ବ୍ରଜ ରୁମ୍, ବଡ଼ ହଲ୍ କିମ୍ବା ବାରଣ୍ଡାରେ ଏହାକୁ ଲଗାଇଲେ ରମ୍ୟାଲୁକ୍ ମିଳିଥାଏ ।

ଘେନିପରି ଘରକୁ ଆକର୍ଷଣୀୟ ଲୁକ୍ ଦେବାପାଇଁ କୌଣସି ସୁନ୍ଦର ଶାଢ଼ିକୁ କାଟି ତୋର୍ ଏବଂ ଡ୍ରେସା ଟ୍ରେଜ୍ କରିପାରିବେ । ଶାଢ଼ିର ରଙ୍ଗ କାନ୍ଧ ରଙ୍ଗ ସହ କଣ୍ଠା ଫାଟାରେ ଅଧିକ ଅଧିକ ଅଧିକ ଅଧିକ ହୋଇଥିଲେ ଅଧିକ ସୁନ୍ଦର ଲାଗିବ । ଏହାଦ୍ୱାରା କମ୍ ଖର୍ଚ୍ଚରେ ଆପଣଙ୍କ ଘର ଖୁବ୍ ସୁନ୍ଦର ଲାଗିପାରିବ ।

ଆର୍ଟକିମ୍ପ୍ରାଣ୍ଟ ଓଁଲରେ ରୁଚିଥିଲେ କମ୍ ବଜେଟରେ ବିଭିନ୍ନ ପୁରୁଣା ଡବା, ଆଇସକ୍ରିମ୍ କାଠି, କାଟ ବୋତଲ ଆଦିକୁ ଡିଜାଇନ କରି ସୁନ୍ଦର ସୁନ୍ଦର ପ୍ଲାଓ୍ଵର ଭେଦ ପ୍ରସ୍ତୁତ କରି ବ୍ରଜ ରୁମ୍ରେ ସଜାଇପାରିବେ ।

କମ୍ ବଜେଟରେ ଘର ସଜାଇବାକୁ ଚାହୁଁଥିଲେ ଇନ୍ଦୋର ପ୍ଲାଷ୍ଟି ଆପଣଙ୍କ ପାଇଁ ଏକ ଭଲ ଅସ୍ତ୍ର । ତେଣୁ ମନିଫାକ୍ଟ ଏବଂ ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ଇନ୍ଦୋର ପ୍ଲାଷ୍ଟି ଲଗାନ୍ତୁ ଘର ସୁନ୍ଦର ଦିଶିବା ସହ ମାନସିକ ଶାନ୍ତି ମଧ୍ୟ ମିଳିବ ।

ଫିଟ୍ ରଖେ ଏକ୍ସରସାଇଜ୍

ବର୍ତ୍ତମାନ ଅନେକ ମହିଳାଙ୍କଠାରେ ଉପଚୁଡ଼ିବା ବିଭିନ୍ନ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ସମସ୍ୟାର ପୂର୍ଣ୍ଣ କାରଣ ହେଉଛି ମେଦବହୁଳତା ସାଙ୍ଗକୁ ଶାରୀରିକ ପରିଶ୍ରମର ଅଭାବ । ଏହା ଦୂର କରିବା ଲାଗି ପ୍ରତିଦିନ ଏକ୍ସରସାଇଜ୍ କରିବା ନିହାତି ଆବଶ୍ୟକ...

ସମସ୍ତ କାମ ବାଦ୍ ନିଜ ପାଇଁ କିଛି ସମୟ ବାହାର କରନ୍ତୁ । ଆରମ୍ଭ ଦିନକୁଡ଼ିକରେ ଘରେ ସମସ୍ତଙ୍କର ଟ୍ରେଡ଼ିଙ୍ଗ୍ ନ ଥାଏ । ତେଣୁ ଛାଡ଼ ଉପରେ କିମ୍ବା ନିକଟସ୍ଥ ପାର୍କ, ରାସ୍ତା କଡ଼ ଅବା ଅନ୍ୟ କୌଣସି ଖୋଲା ସ୍ଥାନରେ ଚାଲନ୍ତୁ । କିଛିଦିନ ଅଭ୍ୟାସ

ହେବା ପରେ ଅଧିକ ଚାଲନ୍ତୁ ।

- ମନଜିଲ୍ଲା କୌଣସି ଏକ୍ସରସାଇଜ୍ ନ କରି ଏକ୍ସରସାଇଜ୍ ପରାମର୍ଶ ନିଅନ୍ତୁ । ସ୍ତ୍ରୀମାନଙ୍କୁ ଆସୁଥିବା ଫିଟ୍ନେସ୍ ଏକ୍ସରସାଇଜ୍ ଭିତ୍ତିରେ ଦେଖି ମଧ୍ୟ ଏକ୍ସରସାଇଜ୍ କରିପାରିବେ ।
- ପ୍ରଥମେ ପ୍ରଥମେ ଏକ୍ସରସାଇଜ୍ କରୁଥିଲେ ପତଳା ହେବା ନିଶ୍ଚାରେ ଏକାସଙ୍ଗେ ବହୁତ ଏକ୍ସରସାଇଜ୍ କରନ୍ତୁ ନାହିଁ । ଏହାଦ୍ୱାରା ଦେହ ଦରଜ ଭଳି ସମସ୍ୟା ଦେଖାଦେଇପାରେ ।
- ପ୍ରତିଦିନ ଅତି କମ୍ରେ ୨୦-୪୫ ମିନିଟ୍ ଏକ୍ସରସାଇଜ୍ କରନ୍ତୁ । ଅଧିକ ସମୟ ଚାଲିବାରେ ଦିଅନ୍ତୁ । ଆଦାର୍ତମେଣ୍ଡରେ ରହୁଥିଲେ ଲିଫ୍ଟ ବଦଳରେ ପାହାଚ ବ୍ୟବହାର କରନ୍ତୁ, ଶରୀର ଫିଟ୍ ରହିବ ।
- କିଛି ସମୟ ଯୋଗ ଏବଂ ପ୍ରାଣାୟାମ ଆଦିକୁ ସାମିଲ କଲେ ଅଧିକ ଉପକୃତ ହୋଇପାରିବେ ।
- ଆପଣ ଚାହଁଲେ ସ୍ତ୍ରୀମାନଙ୍କୁ ଦେଖି ଏବେବି କିମ୍ବା କୁହା ଭଳି ଡ୍ୟାନ୍ସ ଏକ୍ସରସାଇଜ୍ ବି କରିପାରିବେ ।

ସୌନ୍ଦର୍ଯ୍ୟ

ଶୀତଦିନେ ପାଗ ଥଣ୍ଡା ଥିବା ଏବଂ ପ୍ରାୟ ସମୟରେ ସୂର୍ଯ୍ୟକିରଣ ପ୍ରଖର ନ ଥିବା ଭାବି ଅନେକେ ସନ୍ଧ୍ୟା ଲଗାନ୍ତି ନାହିଁ । ହେଲେ ଆପଣ ଜାଣନ୍ତି କି ଦୂରର ସୁରକ୍ଷା ନିମନ୍ତେ ଏଦିନେ ବି ଏହାକୁ ବ୍ୟବହାର କରିବା ନିହାତି ଆବଶ୍ୟକ ...



ପିଲା ଆଉ ଷ୍ଟ୍ରିଟ୍ ଫୁଡ୍

ମା'ବାପାଙ୍କ ସହ ବାହାରକୁ ବୁଲିବାକୁ ଗଲେ ପିଲାଙ୍କର ପ୍ରଥମ ଆକର୍ଷଣ ଥାଏ ଷ୍ଟ୍ରିଟ୍ ଫୁଡ୍ । ରାସ୍ତାର ଉଭୟ ପାର୍ଶ୍ୱରେ ଥିବା ବହୁସଂଖ୍ୟକ ଫୁଡ୍ ଷ୍ଟାଲରେ ଉପଲବ୍ଧ ଖାଦ୍ୟଗୁଡ଼ିକର ଆକର୍ଷଣୀୟ ପ୍ରସ୍ତୁତି ଏବଂ ସାଜସଜ୍ଜା ସାଙ୍ଗକୁ ମନମୁଗ୍ଧକର ସୁଗନ୍ଧ ପିଲାଙ୍କୁ ବେଶ୍ ଆକୃଷ୍ଟ କରିଥାଏ । ହେଲେ ଏଭଳି ଖାଦ୍ୟ ପିଲାଙ୍କ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ପ୍ରତି ହିତକର ନୁହେଁ । ତେଣୁ ସଚେତନତା ଦୃଷ୍ଟିରୁ ଫାଷ୍ଟଫୁଡ୍ ଏବଂ ଜଙ୍କଫୁଡ୍ ପରିବର୍ତ୍ତେ ପିଲାଙ୍କୁ ଏଭଳି କିଛି ଷ୍ଟ୍ରିଟ୍ ଫୁଡ୍ ଦେଇପାରିବେ ଯାହା ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟକର...



ଦିନ ହେଉ କି ରାତି ଛୋଟବଡ଼ ସହରର ଉଭୟ ପାର୍ଶ୍ୱରେ ଦେଖିବାକୁ ମିଳୁଛି ବିଭିନ୍ନ ପ୍ରକାର ଫୁଡ୍ ଷ୍ଟାଲର ସମାଗ, ଯାହାକୁ ଖାଇବା ଲାଗି ପିଲାଠୁ ବୃଦ୍ଧ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ସମସ୍ତଙ୍କ ଭିତ୍ତି କରୁଛି । ହେଲେ ପାଟିକୁ ସାଦିଷ୍ଟ ଲାଗୁଥିଲେ ହେଁ ଏଭଳି ଫାଷ୍ଟଫୁଡ୍ ଓ ତେଲ ମସଲାଯୁକ୍ତ ଖାଦ୍ୟ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ଉପରେ ନକାରାତ୍ମକ ପ୍ରଭାବ ପକାଉଛି । ଏଭଳି ଖାଦ୍ୟ ଅଧିକ ଖାଇବା ଦ୍ୱାରା ବିଭିନ୍ନ ରୋଗର କାରଣ ସାଜୁଛି । ଏଭଳି ଖାଦ୍ୟ ସାଙ୍ଗକୁ କୋଲିକ୍ସିକ୍ସ ଆହୁରି ବିପଦପୂର୍ଣ୍ଣ । ଏସବୁକୁ ଆଖିଆଗରେ ରଖି ବର୍ତ୍ତମାନ ଅଧିକାଂଶ ଅଭିଭାବକ ପିଲାଙ୍କୁ ଘରେ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟକର ଭାବେ ବିଭିନ୍ନ ଖାଦ୍ୟ ପ୍ରସ୍ତୁତ କରି ଖୁଆଉଛନ୍ତି । ତଥାପି ବର୍ତ୍ତମାନ ଅଧିକାଂଶଙ୍କର ପସନ୍ଦର ଖାଦ୍ୟ ପାଲଟିଛି । ଏଥିରେ ତେଲ, ମସଲା, ରାଗ କିମ୍ବା ଅନ୍ୟ କୌଣସି ହାନିକାରକ ଉପାଦାନ ଶରୀରକୁ ଯାଉନାହିଁ । ବିଭିନ୍ନ ପ୍ରକାର ଫଳ ଓ ଉଚ୍ଚ ଖାଦ୍ୟ ପୋଷାକ ତତ୍ତ୍ୱ ମିଳିଥାଏ, ଯାହାକି ସୁସ୍ଥ ଏବଂ ନାରୋଗ ରଖିବାରେ ସାହାଯ୍ୟ କରିଥାଏ । ଏହା ବେଶ୍ ସାଦିଷ୍ଟ ମଧ୍ୟ । ହେଲେ ମନେରଖନ୍ତୁ ଏଭଳି ଖାଦ୍ୟ ପିଲାଙ୍କୁ ଦେଉଥିଲା ବୋଲାନି ଫଳଗୁଡ଼ିକ ଭଲଭାବେ ଧୋଇଛନ୍ତି କି ନାହିଁ, ଘୋଡ଼ା ଭିତ୍ତିରେ ରଖିଛନ୍ତି କି ନାହିଁ ଦେଖନ୍ତୁ ।

ଜଙ୍କଫୁଡ୍ ପିଲାଙ୍କ ପାଇଁ ହାନିକାରକ

ଘର ଖାଦ୍ୟ ଅପେକ୍ଷା ବାହାର ଦୋକାନ ବଜାର ଖାଦ୍ୟ, ରାସ୍ତାକଡ଼ରେ ମିଳୁଥିବା ଖାଦ୍ୟ ଖାଇବା ପିଲାମାନଙ୍କର ଭାରି ପସନ୍ଦ । ଭଲକି ଭଲ ସୁନ୍ଦର ଭାବେ ପ୍ରସ୍ତୁତ ଏହି ଖାଦ୍ୟ ଦେଖି ପିଲାମାନେ ଲୋଭ ସମରଣ କରିପାରନ୍ତି ନାହିଁ । ବିଭିନ୍ନ ଛୋଟଛୋଟ ଖାଦ୍ୟ, ଫାଷ୍ଟଫୁଡ୍ ଜାତୀୟ ଖାଦ୍ୟ, ପ୍ରୋଜେକ୍ଟ ଏବଂ ପ୍ୟାକେଜ୍ ଫୁଡ୍, କୋଲିକ୍ସିକ୍ସରେ ଅତ୍ୟଧିକ ଚର୍ବି, ଲୁଣ, ତେଲ, ମସଲା ଏବଂ ଶର୍କରା ରହିଥାଏ । ଚା'ଛତା ଏଭଳି ଅନେକ ଖାଦ୍ୟରେ ଆର୍ଟିଫିସିଆଲ୍ କଲର ଓ ପ୍ରକୃତକୃତ ମଧ୍ୟ ମିଶାଯାଇଥାଏ । ପ୍ରାୟ ୯୩ ପ୍ରତିଶତ ପିଲା ଏଭଳି ଖାଦ୍ୟ ପସନ୍ଦ କରିଥାନ୍ତି । ଏଭଳି ଜଙ୍କଫୁଡ୍ରେ ଭିଗାମିନ୍, ପ୍ରୋଟିନ୍, ମିନେରାଲ୍ ଭଳି ପୋଷକତତ୍ତ୍ୱର ପରିମାଣ ନଗଣ୍ୟ ଥିବାବେଳେ କ୍ୟାଲୋରୀ ମାତ୍ରା ଖୁବ୍ ଅଧିକ । ଏଭଳି ଖାଦ୍ୟ ସର୍ବଦା ଗ୍ରହଣ କରିବା ଦ୍ୱାରା କମ୍ ବୟସରେ ମେଦବହୁଳତା, ଆଲର୍ଜି, ଭୋକ କମିଯିବା, ବାନ୍ତି, ବଦହଜମି, ଚିତ୍ତଚିତା ଲାଗିବା, ସ୍ମରଣଶକ୍ତି କମିଯିବା, ଦନ୍ତକ୍ଷୟ, କିଡ୍ନୀ ଏବଂ ଲିଭର ସମସ୍ୟା, ହାଇପରଚେଲେସ୍ଟେରଲ୍, ଡାଇବେଟିସ୍ ଆଦି ରୋଗ ଦେଖା ଦେଇଥାଏ । କେବଳ ଏତିକି ନୁହେଁ ଏଭଳି ଖାଦ୍ୟ ଖାଇବା ଯୋଗୁଁ ରକ୍ତଚରଣ ବୃଦ୍ଧି ଜମା ହୋଇ ବ୍ୟାଡ୍ କୋଲେଷ୍ଟେରଲ୍ ମାତ୍ରା ବୃଦ୍ଧି ପାଇବା ସହ ହୃଦ୍‌ରୋଗ ଭଳି ସମସ୍ୟା ଦେଖା ଦେବାର ଆଶଙ୍କାକୁ ଏତାଇ ଦିଆ ଯାଇ ନ ପାରେ । ତେଣୁ ପିଲାଙ୍କୁ ସେମାନଙ୍କ ମନପସନ୍ଦର ଖାଦ୍ୟ ଯଥା ସମ୍ଭବ ଘରେ ପ୍ରସ୍ତୁତ କରି ଖାଇବାକୁ ଦିଅନ୍ତୁ । ବାହାରକୁ ଯିବା ବେଳେ ପିଲା ଜିଦ୍ କରୁଥିଲେ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟକର ଖାଦ୍ୟ ହିଁ ଦିଅନ୍ତୁ ।

ଘ୍ରାଉନ୍ ଚାନ୍ଦ୍ ଡିମାଣ୍ଡ ଷ୍ଟ୍ରିଟ୍ ବେଣି । ଏଥିରେ ଗଜାପୁର, ବୁଡ଼ ସାଙ୍ଗକୁ କଟା କାକୁଡ଼ି, ଗାଜର, ବିଟ୍, ପିଆଜ, ଧନିଆପତ୍ର, କଞ୍ଚାଲଙ୍କା, ବାଦାମ, ଲେମ୍ବୁ ଆଦିର ପରପୋକ୍ କମିନେସନ୍ ଦେଖିବାକୁ ଯେତିକି ସୁନ୍ଦର ଖାଇବାକୁ ବି ସେତିକି ଟେଷ୍ଟି । ଚା'ଛତା ଏଥିରେ ଭିଗାମିନ୍, ପ୍ରୋଟିନ୍, ମିନେରାଲ୍ ସାଙ୍ଗକୁ ଲୋ ଫ୍ୟାଟ୍ ଏବଂ ହାଇ ଡାଇନାମିକ୍ ପାଉଚର ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ପାଇଁ ବହୁତ ଉପକାରୀ । ଅନ୍ୟ ତେଲମସଲାଯୁକ୍ତ ଷ୍ଟ୍ରିଟ୍ ଫୁଡ୍ ଖାଇବା ଅପେକ୍ଷା ଦିନକୁ ଥରେ ଏହି ଚା'ଛତା ଖାଇବା ପିଲାଙ୍କ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ପାଇଁ ଖୁବ୍ ଲାଭଦାୟକ ।

ମକା: ଅନେକ ପିଲା ମକା ଖାଇବାକୁ ଭଲ ପାଆନ୍ତି । ତେଣୁ ପିଲା ଷ୍ଟ୍ରିଟ୍ ଫୁଡ୍ ଖାଇବାକୁ ଯିବ୍ କରୁଥିଲେ ମକା ପୋଡ଼ା, ସିଝା ହେଉ କିମ୍ବା ସିନ୍ କର୍ନ ଖାଇବାକୁ ଦେଇପାରିବେ । ଏଥିରେ କ୍ୟାଲୋରି ଏବଂ ଫ୍ୟାଟ୍ ଖୁବ୍ କମ୍ ଥିବା ବେଳେ ପାଉଚର ଏବଂ ବିଟା କ୍ୟାରେଟିନ୍, ଆଲ୍‌ଫା କ୍ୟାରେଟିନ୍ ଭଳି ଆଣ୍ଟିଅକ୍ସିଡାଣ୍ଟ ପ୍ରଚୁର ପରିମାଣରେ ଭରି ରହିଛି । ଏହା ଶରୀରକୁ ସୁସ୍ଥ ରଖିଥାଏ ।

ଛେନା: ବର୍ତ୍ତମାନ ମାର୍କେଟ୍ରେ ଛେନା ଦୋକାନ ମଧ୍ୟ ପୂର୍ବୋପେକ୍ଷା ଅଧିକ ଦେଖିବାକୁ ମିଳୁଛି । ଛେନା ସହ ରାବିଡିର ଟେଷ୍ଟି କମିନେସନ୍ ପିଲାମାନେ ମଧ୍ୟ ଭଲ ପାଉଛନ୍ତି । ଏହା ଅନ୍ୟ ଖାଦ୍ୟଗୁଡ଼ିକ ହେବାପରି ଅଧିକ ପୁଷ୍ଟିକର ମଧ୍ୟ ।

ହେଲିଡିଲ୍‌ସ୍: କୋଲିକ୍ସିକ୍ସ ଓ ଆଇସକ୍ରିମ୍ ଛୋଟପିଲାଙ୍କର ସବୁଠୁ ପ୍ରିୟ । ହେଲେ ଏହା ସେମାନଙ୍କ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟପାଇଁ ଉପକାରୀ ନୁହେଁ । ତେଣୁ ଏହା ପରିବର୍ତ୍ତେ ଫ୍ରୁଟ୍‌ସ୍, ପଲଡ଼ପାଣି ଆଦି ପିଇବାକୁ ଦେବା ଭଲ । କେବଳ ଏତିକି ନୁହେଁ, ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟସଚେତନ ଅଭିଭାବକ ବର୍ତ୍ତେ ଆଗ୍ରହକୁ ଦେଖି ବର୍ତ୍ତମାନ ମାର୍କେଟ୍ରେ ବିଭିନ୍ନ ହର୍ବାଲ୍ ଚୁକ୍ ସ୍ୱଳ୍ପ ବିକ୍ରୟରେ ଲାଗିଛି ।

- ଯୌର୍ଣ୍ଣବାସୀ



ବାହାରକୁ ପିଲାଙ୍କୁ ନେଇ ଯାଉଥିଲେ ସେମାନଙ୍କ ଡିମାଣ୍ଡ ପୂରଣ ନିମନ୍ତେ ଏହି ଖାଦ୍ୟ ପରିବର୍ତ୍ତେ ଅନ୍ୟ ଫୁଡ୍ ଚାନ୍, କର୍ନ ସାଲାଡ୍ ଭଳି କେତେକ ଷ୍ଟ୍ରିଟ୍ ଫୁଡ୍ ଖାଇବାକୁ ଦେଉଛନ୍ତି । ବହୁଥିବା ଡିମାଣ୍ଡକୁ ଆଖିଆଗରେ ରଖି ମାର୍କେଟ୍ରେ ମଧ୍ୟ ଏଭଳି ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟକର ଖାଦ୍ୟ ଅଧିକ ଉପଲବ୍ଧ ହେଉଥିବା ଦେଖିବାକୁ ମିଳୁଛି...

ସାଲାଡ୍: ବର୍ତ୍ତମାନ ମାର୍କେଟ୍ରେ ବିଭିନ୍ନ ପ୍ରକାର ସାଲାଡ୍ ଷ୍ଟାଲ ଦେଖିବାକୁ ମିଳୁଛି । ଯେଉଁଥିରେ ଫୁଟ୍ ସାଲାଡ୍, କର୍ନ ସାଲାଡ୍ ଆଦି ମିଳୁଛି । ଫଳ କାଟି ପ୍ରସ୍ତୁତ ହେଉଥିବା ସାଲାଡ୍ ବା ଚାନ୍

କରୁଥିବା ଅଧିକାଂଶ ପିଲାଙ୍କୁ ଚାଓମିନ୍, ହାଲ୍ କ୍ୟାଲିଡି ପ୍ରୋଟିନ୍, ଭିଗାମିନ୍ କେ, ରୋଲ୍ ଆଦି ବଦଳରେ ସିଝା ଅଥବା ଖାଇବାକୁ ଦେଇପାରିବେ । କାରଣ ଏହାକୁ ଖାଇବା ଦ୍ୱାରା ଶରୀରକୁ ଅଳ୍ପ ଖର୍ଚ୍ଚରେ



ଶୀତରେ ସନ୍ଧ୍ୟା

ଶୀତଦିନେ ବି ସନ୍ଧ୍ୟା, ସନ୍ଧ୍ୟା ଆଦି ସମସ୍ୟା ଉପସ୍ଥିତ । ଯାହାକୁ ଆବୌ ଅଣବେଶା କରିବା ଠିକ୍ ନୁହେଁ । ନଚେତ୍ ଏହା ପରବର୍ତ୍ତୀ ସମୟରେ ବଡ଼ ବଡ଼ କଳାଦାରରେ ପରିଣତ ହେବ, ଯାହାକୁ କମ୍ କରିବା ଖୁବ୍ କଷ୍ଟ । ତେଣୁ ଚର୍ମ ବିଶେଷଜ୍ଞଙ୍କ ପରାମର୍ଶକ୍ରମେ ସନ୍ଧ୍ୟା ବ୍ୟବହାର କରନ୍ତୁ ।

ସୂର୍ଯ୍ୟକିରଣରେ ଥିବା ହାନିକାରକ ରଶ୍ମି ସଂସ୍ପର୍ଶରେ ଆସିଲେ ଦୂରର କୋଲାଜେନ୍, ଇଲାଷ୍ଟିନ୍ ଏବଂ ପ୍ରାକୃତିକ ମଣ୍ଡର ନଷ୍ଟ ହୋଇଯାଏ । ଯାହାଦ୍ୱାରା ସମୟ ପୂର୍ବରୁ ଅର୍ଥାତ୍ ମାତ୍ର ୨୫-୩୦ ବର୍ଷରୁ ଏକ୍ସ୍ ଲାଇନ୍, ରିଜିଲ୍ ମାର୍କ, ଫାଇନ୍ ଲାଇନ୍,

ଡାର୍କ ସ୍ପଟ୍ ଆଦି ଦେଖାଯାଏ । ଏଭଳି ସମସ୍ୟାଠୁ ଦୂରରେ ରହିବା ଲାଗି ସନ୍ଧ୍ୟା

ଲଗାଇବା ନିହାତି ଆବଶ୍ୟକ ।

ବର୍ତ୍ତମାନ ପ୍ରଦୂଷଣ ଏବଂ ସୂର୍ଯ୍ୟକିରଣରେ ଥିବା ହାନିକାରକ ରଶ୍ମି ପ୍ରଭାବରେ ସିନ୍ କ୍ୟାବୁର ସମସ୍ୟା ବୃଦ୍ଧି

ପାଉଥିବା ଦେଖିବାକୁ ମିଳୁଛି । ହେଲେ ପ୍ରତିଦିନ ସର୍ବପ୍ରଥମେ ୩୦ କିମ୍ବା ଏହାଠାରୁ ଊର୍ଦ୍ଧ୍ୱ ସନ୍ଧ୍ୟା ଲଗାନ୍ତୁ । ଲୁହୁଡି କିମ୍ବା କୋହଲା ପାଗ ହୋଇଥିଲେ ସୁଦ୍ଧା ଦୂରର ସୁରକ୍ଷା ପାଇଁ ଏହାକୁ ଲଗାଇବାକୁ ଲୁଲୁ ନାହିଁ ।

ଅଧିକ ସମୟ ଖରାରେ ରହିବାକୁ ପଡୁଥିଲେ ୩-୪ ଘଣ୍ଟାରେ ପୁଣିଥରେ ସନ୍ଧ୍ୟା ଲଗାନ୍ତୁ । ସିନି କିମ୍ବା ପୂର୍ବରୁ ଏବଂ ପରେ ବି ଲଗାଇବାକୁ ଲୁଲୁ ନାହିଁ ।

ଖାଦ୍ୟଗୁଡ଼ି ମଗୁମ ମଞ୍ଚୁରିଆନ୍

ଆବଶ୍ୟକ ସାମଗ୍ରୀ: ୨୫୦ଗ୍ରାମ ମଗୁମ୍, ୪ ବଡ଼ ଗାମଚ କର୍ନଫ୍ଲୋର୍, ୨ ବଡ଼ ଗାମଚ ମଇଦା, ୧ ଗାମଚ ଅଦାପେଷ୍ଟ, ୧ ଗାମଚ ରସୁଣ ପେଷ୍ଟ, ଗୋଟିଏ କଞ୍ଚାଲଙ୍କା ଛୋଟ କଟା ହୋଇଥିବା, ଗୋଟିଏ ମଧ୍ୟମ ଆକାରର ପିଆଜ ଛୋଟ ଛୋଟ କଟା ହୋଇଥିବା, ଏକ ବଡ଼ ଗାମଚ ଛୋଟ ଛୋଟ କଟା ହୋଇଥିବା ପିଆଜପେଷ୍ଟ, ୨ ଗାମଚ ଯୋଧା ସସ୍, ଅଧା ଗାମଚ ଚିଲିସସ୍, ୨ ବଡ଼ ଗାମଚ ଚମାଚୋ ସସ୍, ତେଲ, ଲୁଣ, ପାଣି ।

ପ୍ରସ୍ତୁତି ପ୍ରଣାଳୀ: ପ୍ରଥମେ ମଗୁମ୍ ଧୋଇ ଫାଳ କରି କାଟି ଦିଅନ୍ତୁ । ଏକ ପାତ୍ରରେ ମଇଦା, କର୍ନଫ୍ଲୋର୍, ଅଧା ଗାମଚ ଲେଖାଏ ଅଦା ଏବଂ ରସୁଣ ପେଷ୍ଟ, ଅଧା ଗାମଚ ଯୋଧା ସସ୍, ଲୁଣ ଗାମଚ ସୋଧା ସସ୍, ଅଳ୍ପ ପାଣି ଗୋଳାଇ ବହଳିଆ ମିଶ୍ରଣ ପ୍ରସ୍ତୁତ କରନ୍ତୁ । ସେଥିରେ ମଗୁମ୍ ପକାଇ ଗୋଳନ୍ତୁ । କଡ଼େଇରେ ତେଲ ଗରମ

କରି ମଗୁମ୍ ଅଳ୍ପ ଦ୍ରାଉନ୍ ହେବା ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଛାଣନ୍ତୁ । ଆଉ ଏକ କଡ଼େଇରେ ୨ ଗାମଚ ତେଲ ଗରମ କରନ୍ତୁ । ସେଥିରେ ଅଦା ରସୁଣ ପେଷ୍ଟ, କଟା ପିଆଜ, କଞ୍ଚାଲଙ୍କା ପକାଇ ଦ୍ରାଉନ୍ କଲର ହେବା ଯାଏ ଭାଜନ୍ତୁ । ସେଥିରେ କଟା ପିଆଜ ଷଷ୍ଠା ପକାଇ ଅଳ୍ପ ଭାଜିବା ପରେ ଚମାଚେ, ଚିଲି ଏବଂ ଯୋଧା ସସ୍, ଛାଣା ହୋଇଥିବା ମଗୁମ୍, ଆବଶ୍ୟକ ମାତ୍ରାରେ ଲୁଣ ପକାଇ ଗୋଳନ୍ତୁ । ୧-୨ ମିନିଟ୍ ମଧ୍ୟମ ଆଞ୍ଚରେ ରଖିବା ପରେ ଚୁଲ୍ଲା ବନ୍ଦ କରିଦିଅନ୍ତୁ । ପ୍ରସ୍ତୁତ ହୋଇଗଲା ସାଦିଷ୍ଟ ମଗୁମ୍ ମଞ୍ଚୁରିଆନ୍ ।



ସିରିଜ କବ୍‌ଜା ଲକ୍ଷ୍ୟରେ ଭାରତ

କିରୋଡ଼ା, ୧୮୧୨ (ପି.ଟି.) ଦିଏ ଇତିମଧ୍ୟରେ ତାଙ୍କର ଅନେକ ପ୍ରଶଂସକ ସୃଷ୍ଟି କରିସାରିଲେଣି। ସେମାନେ ବାମହାତୀ ବ୍ୟାଟରଙ୍କଠାରୁ ଆହୁରି ଅଧିକ ଆଶା କରୁଛନ୍ତି। ଉପମହାଦେଶ ବ୍ଲୁଜର୍ସରେ ଦକ୍ଷିଣ ଆଫ୍ରିକା ପିଚ୍‌ବୁଡ଼ିକ ବଲ୍ ଅଧିକ ବାଉଦୁ ମ୍ୟାଚ ଜିତି ସିରିଜ ଆଗୁଆ କବ୍‌ଜା କରିନେବାକୁ ଚାହଁବ। ଏହି ମ୍ୟାଚରେ ରଜତ ପଟ୍ଟିଦାର କିମ୍ବା ରିକ୍କୁ ସିଂଙ୍କୁ ପଦାର୍ପଣ ସୁଯୋଗ ମିଳିପାରେ। ପ୍ରଥମ ମ୍ୟାଚରେ ତୁଳୁ ସୁବ ଖେଳାଳି ଅର୍ଶଦୀପ ସିଂ ଓ ଆଭେସ ଖାନ୍ ନିଖୁଣ ବୋଲି କରୁଥିଲେ, ଯାହାଫଳରେ ଭାରତ ଏକତରଫା ଭାବେ ମ୍ୟାଚ ଜିତି ନେଇଥିଲା। ଭାରତ ଆହୁରି ମଧ୍ୟ ଏହାର ଏକମାତ୍ର ରିଜର୍ଭ ଖେଳାଳି ଶ୍ରେୟସ ଆୟରଙ୍କୁ ସୁଯୋଗ ଦେଇପାରେ। କାରଣ ରବିବାର ରେମ୍‌ ପରେ ଖେଳାୟିତାକୁଥିବା ଦକ୍ଷିଣ ଆଫ୍ରିକା ବିପକ୍ଷ ତୁଳୁ ଚେଷ୍ଟା ମ୍ୟାଚ 'ବକ୍ସି' ଡେ'ଠାରୁ ଆରମ୍ଭ ହେବ। ଏଥିଲାଗି ଘୋଷଣା କରାଯାଇଥିବା ଭାରତୀୟ ଦଳରେ ଶ୍ରେୟସ ସ୍ଥାନ ପାଇଛନ୍ତି। ରିକ୍କୁ

ଆହୁରି ମଧ୍ୟ ଉଲ୍‌କେଟକିପିଂ କରିପାରନ୍ତି। ଚିମ୍ ମ୍ୟାନେଜମେଣ୍ଟ ତାଙ୍କୁ ଦଳରୁ ବାହାର କରିବା ସହଜ ମନେହେଉ ନାହିଁ। ତେବେ ରିକ୍କୁଙ୍କ ଲିଷ୍ଟ-ଏ' ରେକର୍ଡ (୫୦ ପାଖାପାଖି ଆଉରେଜ) ଯୋଗୁ ତାଙ୍କୁ ଦଳରେ ସ୍ଥାନ ଦେବା ଲାଗି ଚିମ୍ ମ୍ୟାନେଜେଣ୍ଟ ବାଧ୍ୟ ହୋଇପାରନ୍ତି। ଯଦି ଉଭୟ ରିକ୍କୁ ଓ ପଟ୍ଟିଦାରଙ୍କୁ ଦଳରେ ସ୍ଥାନ ମିଳେ ତେବେ ତିନିକ ବର୍ମା ଦଳକୁ ବାଦ ପଡ଼ିପାରନ୍ତି। କାରଣ ପ୍ରଥମ ଦିନିକିଆରେ ସେ କେବଳ ତୁଳୁଟି ବଲ୍ ସାମ୍ନା କରିପାରନ୍ତି। ଏହି ମ୍ୟାଚରେ କିକୁ ହାମହାତୀ ସୁବ ଓପନର ବି. ସାଇ ସୁବର୍ଣ୍ଣନ ଏକ ଚମତ୍କାର ଅର୍ଦ୍ଧଶତକ ହାସଲ କରି ତାଙ୍କ ଦକ୍ଷତା ପ୍ରତିପାଦନ କରିଛନ୍ତି। କିନ୍ତୁ ନି' କଙ୍କ ପରେ ତାଙ୍କ ସ୍ଥାନ କିଏ ପୂରଣ କରିବ ସେ ନେଇ ଚିନ୍ତାରେ ଅଛି ଦକ୍ଷିଣ ଆଫ୍ରିକା କ୍ରିକେଟ।

ମ୍ୟାଚ ଆରମ୍ଭ:
ଅପରାହ୍ନ ୪ଟା ୩୦
ପ୍ରସାରଣ: ସ୍ଟାର ସ୍ପୋର୍ଟ୍ସ
ନେଟୱାର୍କ

ଗଣି ବ୍ୟଥା ପାଇଁ ନୂଆ ନୂଆ ପ୍ରୟୋଗ କରିବା ଛାଡ଼ନ୍ତୁ ସବୁଠାରୁ ବିଶ୍ୱାସନୀୟ ଡା.ଅର୍ଥୋ ଡେଲକୁ ଆପଣାନ୍ତୁ

Dr. Juneja's
ଡା.ଅର୍ଥୋ
Ayurvedic Oil, Capsules, Spray & Ointment

ଆପଣ ଜାଣନ୍ତି କି? ଭଲ ପରିଶ୍ରମ ପାଇଁ ଡା.ଅର୍ଥୋ ଡେଲକୁ ଜାନ୍ତୁ ବସ୍ତି ଥେରାପିରେ ବ୍ୟବହାର କରିବାର ଉପାୟ

ଜାନ୍ତୁ ବସ୍ତି ଥେରାପି କ'ଣ

ଏମିତି ତ ଆଶୁ ବ୍ୟଥାର ଉପଚାର ପାଇଁ ଅନେକ ପ୍ରକାର ଔଷଧ, ଥେରାପି ଏବଂ ସର୍ଜିରି ବିକଳ ରହିଛି କିନ୍ତୁ ସେଗୁଡ଼ିକ ମଧ୍ୟରୁ ଗୋଟିଏ ହେଉଛି ଜାନ୍ତୁ ବସ୍ତି ଥେରାପି, ଯାହାକି ବିଶେଷ ରୂପେ ଆଶୁରେ ହେଉଥିବା ବ୍ୟଥାର ସମସ୍ୟାକୁ ଠିକ୍ କରିବାର ସହାୟତା କରିଥାଏ ।

ଜାନ୍ତୁ ବସ୍ତି ଥେରାପି କେମିତି କରାଯିବାର ଉଚିତ

ଏହି ଥେରାପି କରିବା ପାଇଁ ରୋଗୀଙ୍କୁ ସିଧା କରି ଶୁଆଇ ଦିଆଯାଏ । ତା'ପରେ ବେସନ ବା ଚଣା ଅଟାକୁ ପର୍ଯ୍ୟାପ୍ତ ମାତ୍ରାରେ ପାଣି ସହିତ ଚକଟି ଦିଅନ୍ତୁ, ଆଶୁ ଚାରିପଟେ ଚକଟା ଅଟାର ମୋଟା ପ୍ରାଚୀର ତିଆରି କରନ୍ତୁ । ଏହା ପରେ ଡା.ଅର୍ଥୋ ଆୟୁର୍ବେଦ ଡେଲକୁ ସେଥିରେ ଯଥେଷ୍ଟ ମାତ୍ରାରେ ଭିଜିଦିଅନ୍ତୁ । ରୋଗୀ ସ୍ଥିର ରହିବେ ଏବଂ 15ରୁ 20 ମିନିଟ୍ ମାଧ୍ୟମରେ ଡେଲ ସେହିଭଳି ଭାରି ହୋଇ ରହିବାକୁ ଦିଅନ୍ତୁ । ଭଲ ପରିଶ୍ରମ ପାଇଁ ଏହି ଡେଲକୁ ପୁନର୍ବାର ପ୍ରୟୋଗ କରନ୍ତୁ ନାହିଁ ବରଂ ନୂଆ ଡେଲ ବ୍ୟବହାର କରନ୍ତୁ ।

ଜାନ୍ତୁ ବସ୍ତି ଥେରାପି କେମିତି କାମ କରିଥାଏ

ଆୟୁର୍ବେଦରେ ଡେଲକୁ ବାତ ଦୋଷ ଶାନ୍ତ କରିବା ନିମନ୍ତେ ସବୁଠାରୁ ମହତ୍ତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ଉପାଦାନ ବିବେଚନା କରାଯାଇଥାଏ । ଏହା ବାତ ଦୋଷ କାରଣରୁ ସୃଷ୍ଟି ହେଉଥିବା ଗଣି ସମ୍ବନ୍ଧୀୟ କଷ୍ଟକୁ କମ୍ କରିବାର ମହତ୍ତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ଭୂମିକା ତୁଲାଇଥାଏ । ଏହି ପଦ୍ଧତିରେ ଡା. ଅର୍ଥୋ ଆୟୁର୍ବେଦ ଡେଲକୁ ପର୍ଯ୍ୟାପ୍ତ ମାତ୍ରାରେ ଆଶୁ ଉପରେ ସ୍ଥିର କରି ରଖାଯାଇଥାଏ ଏବଂ ଏହାଦ୍ୱାରା ଏହି ଡେଲ ଆଶୁର ତନ୍ତୁରେ ପ୍ରବେଶ କରି ଗତିଶୀଳତାକୁ ବଢ଼ାଇବାରେ ସହାୟତା କରିଥାଏ । ବାରମ୍ବାର ଏହାକୁ କରାଗଲେ ଗଣିର ତନ୍ତୁକୁ ଶକ୍ତି ମିଳିଥାଏ । ଏହି ପ୍ରକ୍ରିୟା ପ୍ରତି ସପ୍ତାହରେ ଏକରୁ ଦୁଇଥର କରାଯାଇପାରିବ ।

Clinically Tested*
*For efficacy and safety.

24x7 Helpline: 78769 77777 | www.drorthooil.com | Available at all medical & general stores

ଇଣ୍ଡିଆନ ସ୍ପ୍ରିଟ୍ ପ୍ରିମିୟର ଲିଗ୍

ମୁୟାଲ ଚିମ୍‌ର ମାଲିକ ହେଲେ ଅମିତାଭ ବଚ୍ଚନ

ମୁୟାଲ, ୧୮୧୨ (ପି.ଟି.) ଇଣ୍ଡିଆନ ସ୍ପ୍ରିଟ୍ ପ୍ରିମିୟର ଲିଗ୍ (ଆଇଏସ୍‌ପିଏଲ୍) ସହିତ ସେ ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ଥିବା କଥା କହିଛନ୍ତି ମେଗା ଫିଲ୍ମ୍ ଷ୍ଟାର ଅମିତାଭ ବଚ୍ଚନ। ମୁୟାଲ ଚିମ୍‌ର ସେ ମାଲିକ ହୋଇଥିବା କହିଛନ୍ତି। ଆଇଏସ୍‌ପିଏଲ୍ ହେଉଛି ଭାରତର ପ୍ରଥମ ଟେଲିଭିସନ୍ ବଲ୍ ଟିଏଠ କ୍ରିକେଟ ଟୁର୍ନାମେଣ୍ଟ। ଏହା ଇନ୍‌ଡୋର ଷ୍ଟାଡ଼ିୟମରେ ଖେଳାଯାଇଥାଏ। ପ୍ରତିଯୋଗିତାର ଉଦ୍‌ଘାଟନା ସଂସ୍କରଣ ମୁୟାଲରେ ମାର୍ଚ୍ଚ ୨ରୁ ୯ ତାରିଖ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଏକ ଷ୍ଟାଡ଼ିୟମ ଭିତରେ ଅନୁଷ୍ଠିତ ହେବ। ଏଥିରେ ୧୮ ଦଳ ଯଥା ହାଇଦ୍ରାବାଦ, ମୁୟାଲ, ବେଙ୍ଗାଲୁରୁ, ଚେନାଇ, କୋଲକାତା ଓ ଶ୍ରୀନଗର ଭାଗ ନେବେ। ୮୧ ବର୍ଷୀୟ ବଚ୍ଚନ କହିଛନ୍ତି, ସେ ପ୍ରଥମ ଥର ଏକ ଲିଗ୍ ସହିତ ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ହୋଇଛନ୍ତି। ନିକଟରେ ଅକ୍ଷୟ କୁମାର ଓ ହିତେଶ ରୋଶନ ଯଥାକ୍ରମେ ଶ୍ରୀନଗର ଓ ବେଙ୍ଗାଲୁରୁ ଚିମ୍‌ର ମାଲିକ ହୋଇଥିବା ବିଷୟ ଘୋଷଣା କରିଥିଲେ।

ଚାହିଦାରେ ରାତିନ, ସ୍ଟାର୍, ଶାର୍ଦୂଳ

ବୁବାଲ, ୧୮୧୨

ଇଣ୍ଡିଆନ ପ୍ରିମିୟର ଲିଗ୍‌ର ମିନି ଅକ୍ଟ (ଖେଳାଳି ନିଲାମ) ପ୍ରକ୍ରିୟା ମଙ୍ଗଳବାର ଏଠାରେ ଅନୁଷ୍ଠିତ ହେବ। ଲିଗ୍ ଇତିହାସରେ ଏଥର ପ୍ରଥମଥର ପାଇଁ ଅକ୍ଟ ପ୍ରକ୍ରିୟା ବିଦେଶରେ ହେବାକୁ ଯାଉଛି। ଭାରତୀୟ କ୍ରିକେଟ କଣ୍ଠେଇ ବୋର୍ଡ (ବିସିଆଇ) ପୂର୍ବ ଅନୁସାରେ ଅକ୍ଟ ପାଇଁ ମୋଟ ୧୧୨୬ ଖେଳାଳିଙ୍କ ନାମ ପଞ୍ଜୀକୃତ ହୋଇଥିଲା। ସେମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରୁ ୩୩୩ ଖେଳାଳିଙ୍କ ନାମ ଶର୍ଟଲିଷ୍ଟ କରାଯାଇଛି। ଏମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ୨୧୪ ଭାରତୀୟ ଓ ୧୧୯ ବିଦେଶୀ ଖେଳାଳି ରହିଛନ୍ତି। ସେମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ଅଛନ୍ତି ୧୧୬ କ୍ୟାପେଡ, ୨୧୫ ଅନକ୍ୟାପେଡ ଓ ୨ ଆସୋସିଏଟ ଦେଶର ଖେଳାଳି। ୧୦ ପ୍ରାଥମିକ ଦଳ ନିକଟରେ ୭୭ଟି ସ୍ଥାନ ପୂରଣ ହେବାକୁ ବାକି ରହିଛି। ଏହା ମଧ୍ୟରେ ୩୦ ବିଦେଶୀ ଖେଳାଳିଙ୍କ ପାଇଁ ରିଜର୍ଭ ରହିଛି। ମିନିଅକ୍ଟ ଅନେକ ସମୟରେ ଆଶ୍ଚର୍ଯ୍ୟ କରୁଥିବା ଭଳି ହୋଇଥାଏ। କାରଣ ଅକ୍ଟ ଜଣାଶୁଣା ଖେଳାଳି ମଧ୍ୟ ହାଇ ଟିମ୍‌ରେ ରହିଥାନ୍ତି। ବିଶେଷକରି କ୍ୱାଲିଟି ଭାରତୀୟ ଖେଳାଳି ଚାହିଦାରେ ରହିଥାନ୍ତି। ବିଭିନ୍ନ ଦଳର ଅକ୍ଟ କୋଶଳକୁ ନେଇ ଏହି ଉପସ୍ଥାପନା...

ଆଜି ଆଇପିଏଲ୍ ମିନି ଅକ୍ଟ

■ ୩୩୩ ଖେଳାଳି ଶର୍ଟଲିଷ୍ଟ (୨୧୪ ଭାରତୀୟ ଓ ୧୧୯ ବିଦେଶୀ)



ଚେନାଇ ସୁପର କିଙ୍ଗ୍ସ
ବଳକା ଅର୍ଥ: ୩୧.୪ କୋଟି
ଏହି ଦଳ ଶାର୍ଦୂଳ ଠାକୁର, ମନାସ ପାଣ୍ଡେ, କୋଣ୍ଡ ହାଜେଲଉଡ୍‌ଙ୍କ ପରି ଖେଳାଳିଙ୍କ ପାଇଁ ଆଗ୍ରହ ଦେଖାଇପାରେ।
ଦିଲ୍ଲୀ କ୍ୟାପିଟାଲ୍ସ
ବଳକା ଅର୍ଥ: ୨୮.୯୫ କୋଟି
ଦିଲ୍ଲୀ କ୍ୟାପିଟାଲ୍ସ ପ୍ରାୟଶ ଆର୍ଯ୍ୟ, ହର୍ଶଲ ପଟେଲ, ଶାର୍ଦୂଳ ଠାକୁର, କୋଣ୍ଡ ଇଂଲିଶ୍ ଓ ଓପିନିଂ ସହରାଜୀଙ୍କୁ ଦଳକୁ ଆଣିବାକୁ ଚେଷ୍ଟା କରିପାରେ।
ଗୁଜରାଟ ଟାଇଟନ୍ସ
ବଳକା ଅର୍ଥ: ୩୮.୧୫ କୋଟି
ଏହି ଦଳ ଶାର୍ଦୂଳ ଠାକୁର, ରାତିନ ରବାଦ୍ରା, ହାରିଲ ମିଚେଲ ଓ ଅଜମଲ୍‌ଙ୍କୁ ଓମାରଜାଇଙ୍କ ପାଇଁ ଖେଳାଳିଙ୍କୁ କିଣିବାକୁ ଚେଷ୍ଟା କରିପାରେ।
କୋଲକାତା ନାଇଟ୍ ରାଇଡର୍ସ
ବଳକା ଅର୍ଥ: ୩୨.୧୦ କୋଟି
କୋଲକାତା ଦଳ ମିଚେଲ ଷ୍ଟାର୍, ପ୍ୟାଟ୍ କୁମିନ୍, ରାତିନ ରବାଦ୍ରା, ହର୍ଶଲ ପଟେଲଙ୍କ ଉପରେ ନଜର ରଖିବା ସମ୍ଭାବନା ରହିଛି।
ଲକ୍ଷ୍ନୋ ସୁପର ଜାଏଣ୍ଟ୍ସ
ବଳକା ଅର୍ଥ: ୧୩.୧୫ କୋଟି
ସୁପର ଜାଏଣ୍ଟ୍ସ ଗୋରାକୁ କୋଟି, ଦିଲ୍ଲୀ କ୍ୟାପିଟାଲ୍ସ, ଆଗ୍ରହ ଦେଖାଇବା ସମ୍ଭାବନା ରହିଛି।
ପଞ୍ଜାବ କିଙ୍ଗ୍ସ
ବଳକା ଅର୍ଥ: ୨୯.୧୦ କୋଟି
ଶାର୍ଦୂଳ ଓ ହର୍ଶଲଙ୍କ ସମେତ ରାତିନ ରବାଦ୍ରାଙ୍କ ଉପରେ ପଞ୍ଜାବ କିଙ୍ଗ୍ସ ନଜର ରଖିବା ସମ୍ଭାବନା ଅଧିକ ରହିବ।
ରାଜସ୍ଥାନ ରୟାଲ୍ସ
ବଳକା ଅର୍ଥ: ୧୪.୫୦ କୋଟି
ସମୀର ରିଜ୍ଜି, ସ୍ୱସ୍ତିକ ଚିନ୍ତାମା, ଆଶୁତୋଷ ଶର୍ମା, ଅଭିମନ୍ୟୁ ସିଂ, ସୌରଭ ଚୋପ୍ରାଙ୍କ ପରି ଘରୋଇ ଖେଳାଳି ଏହି ଦଳ ଚାହିଦାରେ ରହିବା ସମ୍ଭାବନା ରହିଛି।

ନବୀନ ଭଲ ହକ୍ ୨୦ ମାସ ବାସନ୍ଦ

ବୁବାଲ, ୧୮୧୨ (ପି.ଟି.) ଏହି ବିବାଦରେ ହସ୍ତକ୍ଷେପ କରିବା ଲାଗି ଶାରଜା ଓପିନିଂ ଆଇଏଲଟି୨୦କୁ ନିବେଦନ କରିଥିଲା। ଜଣେ ସ୍ୱାଧୀନ ଚୁଡ଼ାୟ ପକ୍ଷକ ଦ୍ୱାରା ଏହି ବିବାଦର ସମାଧାନ ଚାହୁଁଥିଲା। କିନ୍ତୁ ମଧ୍ୟସ୍ଥତା ଦିଫଳ ହୋଇଥିଲା। ଲିଗର ମୁଖ୍ୟ କାର୍ଯ୍ୟନିର୍ବାହୀ ଅଧିକାରୀ ତେଜିତ ସ୍ୱାଇଚଙ୍କ ଅଧିକାରରେ ଗଠିତ ୩ ଜଣିଆ ସଂସଦ ବିଶିଷ୍ଟ ଶୁଖିଲା କମିଟି ଉଭୟ ପକ୍ଷଠାରୁ ପୃଥକ ପୃଥକ ଭାବେ ସେମାନଙ୍କ କଥା ଶୁଣିଥିଲା। ପ୍ରମାଣକୁ ପରୀକ୍ଷା କରି ଚୁଡ଼ାୟ ରାୟ ପ୍ରଦାନ କରିଥିଲା। ନବୀନଙ୍କୁ କିରୀବାକୁ ମନା କରି ଦେଇଥିଲେ।

ଏହି ବିବାଦରେ ହସ୍ତକ୍ଷେପ କରିବା ଲାଗି ଶାରଜା ଓପିନିଂ ଆଇଏଲଟି୨୦କୁ ନିବେଦନ କରିଥିଲା। ଜଣେ ସ୍ୱାଧୀନ ଚୁଡ଼ାୟ ପକ୍ଷକ ଦ୍ୱାରା ଏହି ବିବାଦର ସମାଧାନ ଚାହୁଁଥିଲା। କିନ୍ତୁ ମଧ୍ୟସ୍ଥତା ଦିଫଳ ହୋଇଥିଲା। ଲିଗର ମୁଖ୍ୟ କାର୍ଯ୍ୟନିର୍ବାହୀ ଅଧିକାରୀ ତେଜିତ ସ୍ୱାଇଚଙ୍କ ଅଧିକାରରେ ଗଠିତ ୩ ଜଣିଆ ସଂସଦ ବିଶିଷ୍ଟ ଶୁଖିଲା କମିଟି ଉଭୟ ପକ୍ଷଠାରୁ ପୃଥକ ପୃଥକ ଭାବେ ସେମାନଙ୍କ କଥା ଶୁଣିଥିଲା। ପ୍ରମାଣକୁ ପରୀକ୍ଷା କରି ଚୁଡ଼ାୟ ରାୟ ପ୍ରଦାନ କରିଥିଲା। ନବୀନଙ୍କୁ କିରୀବାକୁ ମନା କରି ଦେଇଥିଲେ।

ଗୁପ୍ 'ଡି' ରେ ଓଡ଼ିଶା ଏପ୍‌ସି

ଭୁବନେଶ୍ୱର, ୧୮୧୨ (ତପନ ସାଲ୍)

କଳିଙ୍ଗ ସୁପର କ୍ୟୁ ପୁଟବଲ

ସର୍ବଭାରତୀୟ ପୁଟବଲ ଫେଡରେଶନ (ଏଆଇଏଏଏଏ) ପକ୍ଷରୁ କଳିଙ୍ଗ ସୁପର କ୍ୟୁ ପୁଟବଲ ପ୍ରତିଯୋଗିତା ପାଇଁ ତ୍ର' ଉଠାଣ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ ଯୋଗାଦାନ ଅନୁଷ୍ଠିତ ହୋଇଛି। ଚନ୍ଦ୍ରସାରେ ଗତଥର ଚାମ୍ପିୟନ ଓଡ଼ିଶା ଏପ୍‌ସି ଗୁପ୍ 'ଡି'ରେ ସ୍ଥାନ ପାଇଛି। ଏପ୍‌ସି ଗୋଆ, ବେଙ୍ଗାଲୁରୁ ଏପ୍‌ସି ଏବଂ ଆଇ-ଲିଗ୍ କ୍ୱାଲିଫାୟର ବିଜେତା ଦଳ ଏହି ଗୁପ୍‌ରେ ଖେଳିବେ। କଳିଙ୍ଗ ସୁପରକ୍ୟୁ ନାମରେ ନାମିତ

ପ୍ରତିଯୋଗିତାର ୪ର୍ଥ ସଂସ୍କରଣ ୨୦୨୪ ଜାନୁୟାରୀ ୯ରୁ ୨୮ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଓଡ଼ିଶାରେ ଅନୁଷ୍ଠିତ ହେବ। ମୋଟ ୪ଟି ଗୁପ୍‌ରେ ୧୬ ଦଳକୁ ନେଇ ପ୍ରତିଯୋଗିତା ହେବ। ପ୍ରତି ଗୁପ୍‌ରେ ଆଇଏସ୍‌ଏଲର ୩ ଓ ଆଇ-ଲିଗର ଗୋଟିଏ ଦଳ ଖେଳିବ। ପ୍ରତି ଗୁପ୍‌ରେ ବିଜେତା ଦଳ ସେମିଫାଇନାଲକୁ ଯୋଗାତା ଅର୍ଜନ କରିବ। ଗୁପ୍ 'ଏ'ରେ ମୋହନ ବାଗାନ ସୁପର ଜାଏଣ୍ଟ୍ସ,

ଇଷ୍ଟ ବେଙ୍ଗାଲ, ହାଇଦ୍ରାବାଦ ଏପ୍‌ସି, ଆଇ ଲିଗ୍-୧, ଗୁପ୍ 'ବି'ରେ କେରଳ ରାଷ୍ଟ୍ରୀୟ, ନର୍ଥ ଇଷ୍ଟ ଯୁନାଇଟେଡ, ଜାମସେଦପୁର ଏପ୍‌ସି, ଆଇ ଲିଗ୍-୨ ଏବଂ ଗୁପ୍ 'ସି'ରେ ମୁୟାଲ ସିଟି ଏପ୍‌ସି ଚେନାଇ, ପଞ୍ଜାବ ଏପ୍‌ସି ଏବଂ ଆଇ ଲିଗ୍-୩ ଦଳ ସାମିଲ ରହିବ। କଳିଙ୍ଗ କ୍ୟୁ ଚାମ୍ପିୟନ ଦଳ ଏଏପ୍‌ସି ୨୦୨୪-୨୫ ସିଜନର ଏସିଏଲ ୨ ପ୍ରତିନିଧାନିତ୍ୱ ପାଇଁ ଯୋଗାତା ଅର୍ଜନ କରିବ। ପ୍ରତି କ୍ରମକୁ ସର୍ବାଧିକ ୬ ବିଦେଶୀ ଖେଳାଳିଙ୍କୁ ଦଳରେ ସାମିଲ ପାଇଁ ଅନୁମତି ମିଳିଛି।

HONDA ELEVATE

YOU'RE THE chase

Introductory Price Starting at **₹10 99 900***
Book Now

Experience the Boldly Stylish and Comfortable SUV at your nearest Honda showroom.

SEAT BELTS FOR ALL SAFETY FOR ALL | Honda Auto Terrace | Honda ProCARE CUSTOMER SERVICE | 10 YEAR ANYTIME WARRANTY

Terms and conditions applicable. *Ex-Showroom price. Images and depictions shown above are computer generated/enhanced for illustrative and representational purpose only. Actual colour, feature and any other specification as shown may not be part of standard fitment and may differ from actual product. Appearance of black shade on glass of vehicle is due to lighting effect. All colours, features and specifications are grade specific and subject to change without prior notice. Please check and experience the availability of variants, colours and features at the authorized dealerships. *Honda Connect application works on smartphones. Android 7.0 & above; iOS 11.0 & above. All services and features of Honda Connect are subject to network availability, facility transmission limitations as per government regulation and permissions in specific regional locations. Honda Connect comes with three subscription for 1st 5 years from the date of purchase. 10 year Anytime Warranty is extendable up to the maximum age of 10 years/100000 kilometers by renewing every year and is applicable from the date of purchase of car. *Honda SENSING is Honda's exclusive Advanced Driver Assistance System (ADAS). Honda SENSING cannot substitute human acumen and vigilance while driving. Honda Cars India Limited urges drivers to follow traffic rules which are meant to keep them safe on roads. *Honda Internal Data. Measured between front & rear tyres in 1G condition at kerb (unladen) weight. For more information, please visit our authorized dealership or www.hondacarindia.com. For corporate sales enquiry please write to corporatesales@hondacarindia.com

Highway Honda Showroom: Cantonment Road Cuttack, PH: 8657589226

Highway Honda Showroom: NH-5, Plot No. 209, Mirzapur Pani Koili, Distt., Jajpur, PH: 8657588901