



ଗ୍ୟାଙ୍ଗ୍‌ସ୍ଟର ଭୃତ୍ତିକାରେ ମୋନା

ଅଭିନେତ୍ରୀ ମୋନା ସିଂଙ୍କୁ 'ହାପି ପଟେଲ ଖତରନାକ୍ କାସ୍‌ସ୍' ଫିଲ୍ମରେ ଗ୍ୟାଙ୍ଗ୍‌ସ୍ଟର ଭୃତ୍ତିକାରେ ଦେଖିବାକୁ ମିଳିବ ବୋଲି ରିପୋର୍ଟ ପ୍ରକାଶ ପାଇଛି।

ଶ୍ରୀଜେଙ୍କୁ ଅବସର ସୂଚନା

ପ୍ୟାରିସ ଅଲିମ୍ପିକ୍ସ ପରେ ଅବସର ନେବେ ବୋଲି ସୂଚନା ଦେଇଛନ୍ତି ଭାରତୀୟ ପୁରୁଷ ହକି ଦଳର ଭେଟେରାନ ଗୋଲକିପର ପି.ଆର୍. ଶ୍ରୀଜେଙ୍କୁ।

୦୨ ୧୬

ଜିଡିପି ଅଭିବୃଦ୍ଧି ୬.୫ରୁ ୭% ରହିବ ଏଏସ୍‌ଓଙ୍କୁ ମାଡ଼: ଗୃହରେ ହଇଗୋଳ

ଅର୍ଥନୈତିକ ସର୍ତ୍ତେ ରିପୋର୍ଟରେ ଆକଳନ

ପାଇକ୍ସରେ ମୋଦି ୩.୦ ସରକାରଙ୍କ ପ୍ରଥମ ବଜେଟ ଉପସ୍ଥାପନର ଦିନକୁ ପୂର୍ବରୁ ଅର୍ଥମନ୍ତ୍ରୀ ନିର୍ମଳା ସୀତାରାମନ୍ ସୋମବାର ୨୦୨୩-୨୪ ଆର୍ଥିକ ବର୍ଷର ଅର୍ଥନୈତିକ ସର୍ତ୍ତେ ରିପୋର୍ଟ ଉପସ୍ଥାପନ କରିଛନ୍ତି। ଚଳିତ ଆର୍ଥିକ ବର୍ଷରେ ମୋଦି ଘରୋଇ ଉତ୍ପାଦ (ଜିଡିପି) ଅଭିବୃଦ୍ଧି ୬.୫ରୁ ୭ ପ୍ରତିଶତ ରହିବ ବୋଲି ଏଥିରେ ଆକଳନ କରାଯାଇଛି। ପୂର୍ବ ଆର୍ଥିକ ବର୍ଷରେ ଅଭିବୃଦ୍ଧି ଆକଳନ ୮.୨ ପ୍ରତିଶତ ରହିଥିଲା। ତେବେ ବିଭିନ୍ନ ବୈଶ୍ୱିକ ଚ୍ୟାଲେଞ୍ଜ ଭାରତର ଉତ୍ପାଦକୁ ପ୍ରଭାବିତ କରିବା ସମ୍ଭାବନା ଥିବାରୁ ୨୦୨୪-୨୫ରେ ଅଭିବୃଦ୍ଧି ହ୍ରାସ

ପାଇକ୍ସ ବୋଲି ରିପୋର୍ଟରେ କୁହାଯାଇଛି। ସୂଚନାଯୋଗ୍ୟ, ଚଳିତ ଆର୍ଥିକ ବର୍ଷରେ ଜିଡିପି ଅଭିବୃଦ୍ଧି ୬.୨ ପ୍ରତିଶତ ରହିବ ବୋଲି ଭାରତର ରିଜର୍ଭ ବ୍ୟାଙ୍କ (ଆର୍‌ବିଆଇ) ପୂର୍ବରୁ ଆକଳନ କରିଥିବାବେଳେ ଆଇଏମ୍‌ଏଫ୍ ଏଫ୍ ଏଡିଭି ଭଳି ସଂସ୍ଥା ୬ ପ୍ରତିଶତ ଆକଳନ କରିଥିଲେ। ଗତ ୬ ବର୍ଷରେ ଶ୍ରମ ବଜାର ସୂଚକାଙ୍କରେ ଉନ୍ନତି ଦେଖାଦେଇଛି। ଆବର୍ତ୍ତ ଶ୍ରମଶକ୍ତି ସର୍ତ୍ତେ (ପିଏଲ୍‌ଏଫ୍‌ଏସ୍) ତଥ୍ୟ ଅନୁଯାୟୀ ୨୦୨୨-୨୩ରେ ବେରୋଜଗାରି ହାର ୩.୨

ରାଜ୍ୟପାଳଙ୍କ ଅଭିଭାଷଣକୁ ବର୍ଜନ କଲେ ବିରୋଧୀ



ଭୁବନେଶ୍ୱର, ୨୨୭ (ଅନିଲ ଦାସ)

ରାଜ୍ୟପାଳ ରଘୁବର ଦାସ ଲଳିତ ଦାସ ଗତ ୬ ତାରିଖରେ ପୁରୀରେ ଆସିଥିବା ସେକ୍ସନ ଅଫିସର (ଏଏସ୍‌ଓ) ଦେବକୃଷ୍ଣନାଥ ପ୍ରଧାନଙ୍କୁ ମାଡ଼ ମାରିବା ଘଟଣାକୁ ନେଇ ସୋମବାର ବିଧାନସଭା ସ୍ଥଳରେ ଘୋଷଣା କରାଯାଇଥିଲା। ଏହାକୁ ନେଇ

ରାଜ୍ୟ ସରକାର ଆଇନ ଅନୁଯାୟୀ କାର୍ଯ୍ୟ କରନ୍ତୁ ନବୀନ

ଉଭୟ ବିଜେଡି ଓ କଂଗ୍ରେସ ବିଧାନସଭାରେ ପ୍ରବଳ ହଇଗୋଳ କରିବା ସହ ରାଜ୍ୟପାଳଙ୍କ ଅଭିଭାଷଣକୁ ବର୍ଜନ କରିଛନ୍ତି।

କାର୍ଯ୍ୟାନୁଷ୍ଠାନ ନ ହେବା ଯାଏ ଆନ୍ଦୋଳନ ଚାଲିବ: ତାରା ପ୍ରସାଦ

ବିରୋଧୀ ଅଭିଯୋଗ କରିଛନ୍ତି ଯେ, ରାଜ୍ୟରେ ଆଇନ ଶଙ୍ଖଳା ବିପର୍ଯ୍ୟୟ ହୋଇ ପଡ଼ିଛି। ରାଜ୍ୟପାଳଙ୍କ ପୃଥକ ସରକାରୀ ଅଧିକାରକୁ ବର୍ଜନ କରିଛନ୍ତି।

ମାଡ଼ ମାରିଥିଲେ ମଧ୍ୟ ଏ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ କାହିଁକି କୌଣସି କାର୍ଯ୍ୟାନୁଷ୍ଠାନ ହେଉନା। ସରକାର ତୁରନ୍ତ ଏ ନେଇ କାର୍ଯ୍ୟାନୁଷ୍ଠାନ ଗ୍ରହଣ କରନ୍ତୁ ବୋଲି ବିରୋଧୀ ଦଳ ଦାବି କରିଛନ୍ତି। ପ୍ରଥମ ଥର ରାଜ୍ୟରେ କ୍ଷମତାକୁ ଆସିଥିବା ଭାଙ୍ଗିବା ସରକାରର ଚାରାପ୍ରସାଦ ବାହିନୀପତି ଗୃହର ସୋମବାର ଥିଲା ବିଧାନସଭାରେ ମଧ୍ୟଭାଗକୁ ଟ୍ରାଫିକ୍-ଫ୍ଲୁ-୪

ତଦନ୍ତ ପାଇଁ ପୁରୀ ଜିଲାପାଳଙ୍କୁ ନିର୍ଦ୍ଦେଶ ଦିଆଯାଇଛି: ହରିଚନ୍ଦନ

ଭୁବନେଶ୍ୱର, ୨୨୭ (ପୁନିତ ମିଶ୍ର)



ବିଧାନସଭାରେ ସୋମବାର ରାଜ୍ୟପାଳ ରଘୁବର ଦାସ ଅଭିଭାଷଣ ଆରମ୍ଭ କରିବାବେଳେ ଉଭୟ ବିଜେଡି ଏଫ୍ କଂଗ୍ରେସ ସଦସ୍ୟମାନେ କନ୍ଧ୍ୟାଗା କରୁଛନ୍ତି। ଜଣେ ଏଏସ୍‌ଓଙ୍କୁ ରାଜ୍ୟପାଳଙ୍କ ପୃଥକ ମାଡ଼ ମାରିବା ନେଇ ଆସିଥିବା ଅଭିଯୋଗ ଉପରେ କାହିଁକି କାର୍ଯ୍ୟାନୁଷ୍ଠାନ ନିଆଯାଇ ନାହିଁ ବୋଲି ବିରୋଧୀ ପ୍ରଶ୍ନ ଉଠାଇଛନ୍ତି। ଏ ନେଇ

ଆଇନ ମନ୍ତ୍ରୀ ତଥା ଭାଙ୍ଗିବା ବରିଷ୍ଠ ନେତା ପୃଥ୍ୱୀରାଜ ହରିଚନ୍ଦନ କହିଛନ୍ତି, ରାଜ୍ୟପାଳ ଉପସ୍ଥାପନା କରିଥିବା ଅଭିଭାଷଣରେ ନୂତନ ସରକାରଙ୍କୁ ଟ୍ରାଫିକ୍-ଫ୍ଲୁ-୪

ଆଜି କେନ୍ଦ୍ର ବଜେଟ

କେନ୍ଦ୍ର ଅର୍ଥମନ୍ତ୍ରୀ ନିର୍ମଳା ସୀତାରାମନ୍ ମଙ୍ଗଳବାର ପୂର୍ବାହ୍ନ ୧୧ଟାରେ ଲୋକ ସଭାରେ ୨୦୨୪-୨୫ ଆର୍ଥିକ ବର୍ଷ ପାଇଁ ବଜେଟ ଉପସ୍ଥାପନ କରିବେ। ଏହା ନିର୍ମଳାଙ୍କର କ୍ରମାଗତ ସପ୍ତମ ବଜେଟ ହୋଇଥିବାବେଳେ ନରେନ୍ଦ୍ର ମୋଦିଙ୍କ ତୃତୀୟ ପାଳି ସରକାରର ପ୍ରଥମ ବଜେଟ। ଏନଡିଏ ସରକାରଙ୍କ ବିକଶିତ ଭାରତ ସ୍ୱପ୍ନକୁ ଦୃଷ୍ଟିରେ ରଖି ଅର୍ଥମନ୍ତ୍ରୀ ବଜେଟରେ ଅର୍ଥନୀତିର ବିଭିନ୍ନ କ୍ଷେତ୍ରକୁ ପ୍ରାଧାନ୍ୟ ଦେଇପାରନ୍ତି। ବିଶେଷ କରି ଆୟକର ଛାଡ଼ ଏବଂ ଷ୍ଟାଣ୍ଡାର୍ଡ ଡିଡିଏନ ସୀମା ବଢ଼ାଇବା ଲାଗି ସେ ଘୋଷଣା କରିପାରନ୍ତି ବୋଲି ଆଶା କରାଯାଉଛି। ରିଏଲ୍ ଇଷ୍ଟେଟ୍ ସେକ୍ଟର ମଧ୍ୟ ବଜେଟରୁ ଟିକସ ରିହାତି ପାଇବା ପାଇଁ ଆଶା ରହିଛି।

ଶାରଳାରେ ଭୂସି ସ୍ତ୍ରୀ, ଶାଶୁଙ୍କୁ ହତ୍ୟା

ରେଭାଖୋଳ, ୨୨୭ (ଅଧ୍ୟୁତାନନ୍ଦ ପୁରୋହିତ) ଘରୋଇ କଳିଙ୍ଗ ପରିଶାପ କେତେ ଭୟଙ୍କର ହୋଇପାରେ ତାହା ଦେଖିବାକୁ ମିଳିଛି ସମ୍ବଲପୁର ଜିଲ୍ଲା ରେଭାଖୋଳ ଏନଏସିର ୫ନମ୍ବର ଓଡ଼ି ପୋଡ଼ାବଳଣୀରେ। ମାନସିକ ନିର୍ଯାତନା ଅସହ୍ୟ ହେବାରୁ ସ୍ତ୍ରୀ ଓ ଶାଶୁଙ୍କୁ ଶାବକରେ ଭୂସି ହତ୍ୟା କରିଛନ୍ତି ଜଣେ ମୂବକ। ହତ୍ୟା କରିବା ପରେ ଅଭିଯୁକ୍ତ ମିଥୁନ ସାହୁ(୨୫) ଦେହବର୍ଷର ଶିଶୁପୁତ୍ରକୁ ଧରି ସୋମବାର ରେଭାଖୋଳ ଆନାରେ ଆତ୍ମହତ୍ୟା କରିବା ପରେ ଘଟଣା ସାମନାକୁ ଆସିଛି। ମୃତା ହେଲେ ଅଭିଯୁକ୍ତ ମିଥୁନଙ୍କ ସ୍ତ୍ରୀ ଗାୟତ୍ରୀ ସାହୁ(୨୨) ଓ ଶାଶୁ ରୁକ୍ମିଣୀ ସାହୁ (୫୦)। ପୋଲିସ୍ ସାଇଟ୍‌ସିକି ଚିହ୍ନି ସହ ଘଟଣାସ୍ଥଳରେ ମୃତ୍ୟୁ ଅନୁସନ୍ଧାନ କରୁଛି। ପୋଲିସ୍ ସୂଚନାମତେ, ଅନୁଗୋଳ ଜିଲ୍ଲା ଆଠମଲିକ

ଦେହବର୍ଷର ଶିଶୁଙ୍କୁ ନେଇ ଆନାରେ ଆତ୍ମହତ୍ୟା କଲେ ଅଭିଯୁକ୍ତ

ଆନା କାମୁଡ଼ାଳି ଗ୍ରାମର ମିଥୁନ ରେଭାଖୋଳ ସହର ପୋଡ଼ାବଳଣୀ ଗ୍ରାମର ଗାୟତ୍ରୀଙ୍କୁ ୩ବର୍ଷ ତଳେ ବିବାହ କରିଥିଲେ। ବିବାହ ପରେ ସେ ବାହାର ରାଜ୍ୟକୁ କାମ କରିବାକୁ ଯାଇଥିଲେ ଓ ମଝିରେ ମଝିରେ ଆସୁଥିଲେ। ତେବେ ଘର ଚଳାଇବା ପାଇଁ ତଳେ ଦେଉ ନ ଥିବା ଯୋଗୁ କଳହ ଲାଗି ରହିଥିଲା। ଏପରିକି ମିଥୁନଙ୍କୁ ନିଜ ଗାଁରେ ଥିବା ଜମିବାଡି ବିକ୍ରିକରି ପୋଡ଼ାବଳଣୀରେ ରହିବାକୁ ଶାଶୁ ଓ ସ୍ତ୍ରୀ ବାଧ୍ୟ କରୁଥିଲେ। ଏଥିପାଇଁ ତାଙ୍କୁ ବିଭିନ୍ନ ସମୟରେ ମାନସିକ ନିର୍ଯାତନା ଦେଉଥିବା ମିଥୁନ ଆନାରେ ପ୍ରକାଶ କରିଛନ୍ତି। ଉଦ୍‌ବାର ରାତିରେ ଏ ଘଟଣାକୁ ନେଇ ଘରେ ବଡ଼ସା ହୋଇଥିଲା। ସୋମବାର ପୂର୍ବାହ୍ନ ପ୍ରାୟ ୧୦ଟା ବେଳେ ପୁଣି ସେହି ଘଟଣାକୁ ନେଇ ଚାକର ସ୍ତ୍ରୀ ଓ ଶାଶୁଙ୍କ ସହ ପାଟିଭୁଷ୍ଟ ହୋଇଥିଲା। ରାଗରେ ଘରେ ଥିବା ଏକ ଶାବକରେ ଭୂସି ଶାଶୁ ଓ ସ୍ତ୍ରୀଙ୍କୁ ମାରିଦେଇଥିଲେ। ପରେ ପୁଅକୁ ଧରି ଆନାରେ ଆତ୍ମହତ୍ୟା କରିବା ଅବସରରେ ମିଥୁନ ଦୋଷ ସ୍ୱୀକାର କରିଥିବା ପୋଲିସ୍ କହିଛି। ଘଟଣା ସମ୍ପର୍କରେ ମୃତା ଗାୟତ୍ରୀଙ୍କ ସମ୍ପର୍କୀୟ କାକା ବୀରବର ସାହୁ ଅଭିଯୋଗ କରିବା ପରେ ରେଭାଖୋଳ ଆନାରେ ଏକ ମାମଲା ରୁଜୁ ହୋଇଛି। ପୋଲିସ୍ ହତ୍ୟାକାଣ୍ଡରେ ବ୍ୟବହୃତ ଶାବକ ଜବତ କରିଛି। ମୃତଦେହ ଜବତ କରି ରେଭାଖୋଳ ଡାକ୍ତରଖାନାରେ ରଖାଯାଇଛି। ମଙ୍ଗଳବାର ବ୍ୟବହୃତ କରାଯିବ ବୋଲି ଆନା ଅଧିକାରୀ ସୂଚନା ଦେଇଛନ୍ତି।

ସରୋଜ ପ୍ରଧାନ ସରକାରୀ ଦଳ ମୁଖ୍ୟ ସଚେତକ

ଗୋବିନ୍ଦ ଚନ୍ଦ୍ର ଦାସ ଉପମୁଖ୍ୟ ସଚେତକ ନିଯୁକ୍ତ

ସରୋଜ ପ୍ରଧାନ ଗୋବିନ୍ଦ ଚନ୍ଦ୍ର ଦାସ ଭୁବନେଶ୍ୱର, ୨୨୭ (ପୁନିତ ମିଶ୍ର) ସପ୍ତଦଶ ବିଧାନସଭା ଅଧିବେଶନର ସୋମବାର ପ୍ରଥମ ଦିନ କାର୍ଯ୍ୟକାଳ ସରିବା ପରେ ସରକାରୀ ଦଳ ମୁଖ୍ୟ ସଚେତକ ଭାବେ ବୌଦ୍ଧ ବିଧାୟକ ସରୋଜ କୁମାର ପ୍ରଧାନଙ୍କୁ ନିଯୁକ୍ତ କରାଯାଇଥିବା ସଂସଦୀୟ ବ୍ୟାପାର ବିଭାଗ ପକ୍ଷରୁ ଘୋଷଣା କରାଯାଇଛି। ସେହିପରି ସରକାରୀ ଦଳ ଉପମୁଖ୍ୟସଚେତକ ଭାବେ ରେମୁଣା ବିଧାୟକ ଗୋବିନ୍ଦ ଚନ୍ଦ୍ର ଦାସଙ୍କୁ ନିଯୁକ୍ତ କରାଯାଇଥିବା ସଂସଦୀୟ ବ୍ୟାପାର ବିଭାଗ ପକ୍ଷରୁ ଘୋଷଣା କରାଯାଇଛି।

ଆଜିର ସମ୍ବାଦକାରୀ
ନାମ ରୁହେଁ ମାନ

ଖାଦ୍ୟ ପାଇଁ ସୈନ୍ୟଙ୍କୁ ଦେହଦାନ କରୁଛନ୍ତି ସୁଦାନ ମହିଳା

ନୂଆଦିଲ୍ଲୀ, ୨୨୭ ମୂଳିକ କ୍ଷତିଗ୍ରସ୍ତ ସୁଦାନର ଜନସାଧାରଣ ଉତ୍ତମ ଖାଦ୍ୟାଭାବର ସମ୍ମୁଖୀନ ହୋଇଛନ୍ତି। ସେଠାର ମହିଳାମାନେ ପରିବାର ସଦସ୍ୟଙ୍କୁ ଖାଦ୍ୟ ଯୋଗାଇବାକୁ ଯାଇ ସୈନ୍ୟମାନଙ୍କୁ ଦେହଦାନ କରିବାକୁ ବାଧ୍ୟ ହେଉଥିବା ଏକ ରିପୋର୍ଟ ବିଦେଶୀ ଗଣମାଧ୍ୟମରେ ପ୍ରକାଶ ପାଇଛି। ବହୁସଂଖ୍ୟାରେ ମହିଳା ସେମାନଙ୍କ ଦୁଃଖ କାହାଣୀ ବଖାଣିଛନ୍ତି। ସୁଦାନର ଓମ୍‌ଡୁରମାନ ସହର ଛାଡ଼ି ପଳାଇଆସିଥିବା କେତେକଟା ମହିଳାଙ୍କ କହିବା ଅନୁଯାୟୀ, ଖାଦ୍ୟ ଏବଂ ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ସାମଗ୍ରୀ ପାଇବା ପାଇଁ ସେମାନଙ୍କ



ନିମନ୍ତେ ଏକମାତ୍ର ଉପାୟ ହେଲା ସୈନ୍ୟମାନଙ୍କ ସହ ଯୌନ ସମ୍ପର୍କ ରକ୍ଷା କରିବା। ଖାଦ୍ୟ ଗଲିତ ଥିବା ପ୍ୟାକିଟ୍‌ଟିକରେ ଉକ୍ତ ମହିଳାଙ୍କୁ ସୈନ୍ୟମାନେ ଯୌନ ଉପାଦାନ ଦେଇଥାନ୍ତି। ଗତବର୍ଷ ଏପ୍ରିଲ ୧୫ରେ ସୁଦାନରେ ଗୃହଯୁଦ୍ଧ ଆରମ୍ଭ ହେବା ପରେ ମହିଳାମାନେ

ENO CHEWY BITES

କାମ ଆରମ୍ଭ କରେ 1 MINUTE ରେ

ନା ବାଣି, ନା ବାସ ବୋକାଅ ଆନ ହୁଡ଼ି ବିକାସା

ଇନୋ ଚିପ୍ସି ବାଇଟ୍ସ ଚୋବାନ୍ତୁ ଏସିଡିଟି ଦୂର କରନ୍ତୁ କେତେବେଳେ ବି, କୋଉଠି ବି।

PM-IN-ENO-23-00073
*ସିଡିଟି ଦୂର କରନ୍ତୁ ବୋକାଅ ଆନ ହୁଡ଼ି ବିକାସା
*ଇନୋ ଚିପ୍ସି ବାଇଟ୍ସ ଚୋବାନ୍ତୁ ଏସିଡିଟି ଦୂର କରନ୍ତୁ କେତେବେଳେ ବି, କୋଉଠି ବି।

ଆଜି ହିଁ blinkit
ରେ କିଣନ୍ତୁ

ଅଭି ୨୦୨୪-୨୫ ପାଇଁ ଫାଇନାଣ୍ସିଆଲ୍ ବ୍ୟୟିତ୍ୱ ବଜେଟ୍



ଆହୁରି ୪ଦିନ ବର୍ଷର

ଭୁବନେଶ୍ୱର, ୨୨୧୭(ଅସମାପିତା ସାହୁ)

ରାଜ୍ୟର ବିଭିନ୍ନ ସ୍ଥାନରେ ବର୍ଷା ଲାଗି ରହିଛି। ସୋମବାର ପୁରୀରେ ସର୍ବାଧିକ ୪୭ ମିମି ବର୍ଷା ରେକର୍ଡ କରାଯାଇଥିବା ବେଳେ ଅଧିକାଂଶ ଜିଲ୍ଲାରେ ପ୍ରବଳ ବର୍ଷା ହୋଇଛି।

ବିଜୁ ପଟ୍ଟନାୟକ କ୍ରୀଡ଼ା ପୁରସ୍କାର ନାଁ ନ ଦେଲିବା ନେଇ ବିଜୁ ପ୍ରିୟ

ଭୁବନେଶ୍ୱର, ୨୨୧୭(ପୁନିତ ମିଶ୍ର) ବିଜୁ ପ୍ରିୟ ରଦ୍ଧ କରିଦିଆଯାଇଛି। ପ୍ରକାଶକ ବିଜୁ ପଟ୍ଟନାୟକ କ୍ରୀଡ଼ା ପୁରସ୍କାର ନାଁ ପରିବର୍ତ୍ତନ ହେବ ନାହିଁ ବୋଲି ରବିବାର ପୂର୍ଣ୍ଣାଙ୍ଗଣୀ ମୋହନ ଚରଣ ମାଝୀ ସୂଚନା ଦେବା ପରେ ସୋମବାର କ୍ରୀଡ଼ା ଓ ଯୁବସେବା ବିଭାଗ ପକ୍ଷରୁ ଏନେଇ ବିଜୁ ପ୍ରିୟ ପ୍ରକାଶ ପାଇଛି।

ନିର୍ଦ୍ଦେଶନାରେ ଅଗ୍ନିକାଣ୍ଡ

ଅସିକା, ୨୨୧୭ (ସୁରେନ୍ଦ୍ର ନାଥ ସାହୁ) ଗଞ୍ଜାମ ଜିଲ୍ଲା ଅସିକା ଏନ୍-ସିଏସ୍-୨ରେ ଘଟଣାକ୍ଷେତ୍ରରେ ଥିବା ଏକ ଘରୋଇ ନିର୍ଦ୍ଦେଶନାରେ ସୋମବାର ପୂର୍ବାହ୍ନରେ ଅଗ୍ନିକାଣ୍ଡ ଘଟିଛି।

ନିର୍ମାଣ ହେବ ଆଉ ଦୁଇ ମିନି ଟୁର୍କ ରୁମ୍



ଭୁଖାମଣିପାତ୍ର ସାକ୍ଷର ଅବସରରେ ମନ୍ତ୍ରୀ ସମ୍ମତ ବସ୍ତ୍ର ପାଞ୍ଜିର ସହ ଡିଭିଜନ୍ ନିର୍ଦ୍ଦେଶକ ରେଭୁ ଜି. ସିଟିସି ସାଧାରଣ ପରିଚାଳକ ଏଲ୍. ରାଜଶେଖର ଓ ଅନ୍ୟମାନେ।

ଭୁବନେଶ୍ୱର, ୨୨୧୭(ଅସମାପିତା ସାହୁ) ଦେବଗଡ଼ ଜିଲ୍ଲାର ସରକାରୀ ବାରକୋଟ୍ ଆଇଟିଆଇ ଓ ଯାକପୁର ଜିଲ୍ଲାର ସରକାରୀ ପଲିଟେକ୍ନିକ୍ରେ ମିନି ଟୁର୍କ ରୁମ୍ ନିର୍ମାଣ ହେବ। ଏଥିପାଇଁ ଦକ୍ଷତା ବିକାଶ ଓ ବୈଷୟିକ ଶିକ୍ଷା ବିଭାଗ ଅଧୀନରେ ଥିବା ବୈଷୟିକ ଶିକ୍ଷା ଓ ପ୍ରଶିକ୍ଷଣ ନିର୍ଦ୍ଦେଶାଳୟ (ଡିଭିଜନ୍) ଏବଂ କେନ୍ଦ୍ରୀୟ ଯାନ୍ତ୍ରିକ ଓ ପ୍ରଶିକ୍ଷଣ କେନ୍ଦ୍ର (ସିଟିସି) ମଧ୍ୟରେ ସୋମବାର ଏକ ଭେଦାନ୍ତ ସମ୍ମେଳନା ହୋଇଛି।

ସିଟିସି ସହ ଡିଭିଜନ୍ ଭୁଖାମଣିପାତ୍ର ସ୍ୱାକ୍ଷରିତ

ସାକ୍ଷରତା ହୋଇଛି। ଓଡ଼ିଶା ମିନିରାଲ୍ ସିଟିସି ଏବଂ ଡିଭିଜନ୍ ଭେଦାନ୍ତ ସମ୍ମେଳନାରେ ପାଞ୍ଜିର କର୍ମଚାରୀଙ୍କୁ ସାକ୍ଷର କରିବା ପାଇଁ ଏକ କୋର୍ଟିଆ ଅନୁରୋଧ କରାଯାଇଛି। ଏହି ଦୁଇ ମିନି ଟୁର୍କ ରୁମ୍ ପ୍ରକଳ୍ପରେ ମିନି ଟୁର୍କ ରୁମ୍ ଯୁକ୍ତ ଗୋଟିଏ ସରକାରୀ ଆଇଟିଆଇକୁ ଅଧିକାରୀଙ୍କୁ ପ୍ରଦାନ କରିବା ଏହାର ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟ।

ନାଟ୍ୟକାର ପୂର୍ଣ୍ଣଚନ୍ଦ୍ର ଦାସଙ୍କ ପରଲୋକ

ଭୁବନେଶ୍ୱର/ସାକ୍ଷୀଗୋପାଳ, ୨୨୧୭ (ଶର୍ମିଷ୍ଠା ପାଣିଗ୍ରାହୀ/ପ୍ରଶାନ୍ତ କୁମାର ବାରିକ/କିଶୋର ମହାପାତ୍ର)

ବର୍ଷାଯୁଗ ନାଟ୍ୟ ନିର୍ଦ୍ଦେଶକ ତଥା ନାଟ୍ୟକାର ପୂର୍ଣ୍ଣଚନ୍ଦ୍ର ଦାସଙ୍କ ରବିବାର ଭୁବନେଶ୍ୱର ଝରପଡ଼ାରେ ବ୍ୟକ୍ତିଗତ ଭାବରେ ପରଲୋକ ହୋଇଯାଇଛି। ତାଙ୍କୁ ୮୯ ବର୍ଷ ବୟସ ହୋଇଥିଲା।

ରାଜ୍ୟରେ ଆଉ ୫ ନିଶା ନିବାରଣ କେନ୍ଦ୍ର ଖୋଲିବ

ଭୁବନେଶ୍ୱର, ୨୨୧୭(ଅସମାପିତା ସାହୁ) ସାମାଜିକ ପୁରୁଣା ଓ ଭିକ୍ଷୁମାନଙ୍କ ପ୍ରତି ସମାଜର ଦୟାଳୁତା ପଦକ୍ଷେପ ରୂପେ ନିଶା ନିବାରଣ କେନ୍ଦ୍ରଗୁଡ଼ିକର ପରିଚାଳନା ନିମନ୍ତେ ବିଭିନ୍ନା କର୍ମଶାଳା ଓ ତାଲିମ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ ସୋମବାର ଆରମ୍ଭ ହୋଇଛି।

ଏଥପାଇଁ ଆଉ ସମ୍ପର୍କିତ କର୍ମକାରୀଙ୍କୁ ମଧ୍ୟ ପ୍ରସ୍ତୁତ କରିବା ପାଇଁ ଏକ କର୍ମଶାଳା ଯୋଜନା କରାଯାଇଛି।

ନିବାରଣ ପ୍ରକଳ୍ପ, ରୋଗୀ ସହାୟତା, ସମାଜରେ ପ୍ରଚାର କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ ପାଇଁ ସମସ୍ତ କର୍ମକାରୀଙ୍କୁ ପ୍ରସ୍ତୁତ କରିବା ପାଇଁ ଏକ କର୍ମଶାଳା ଯୋଜନା କରାଯାଇଛି।

ସଂଯୋଜକ ତାଲିମ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମରେ ସାମିଲ ହୋଇଥିବା ବେଳେ ସାମାଜିକ କର୍ମୀ ଓ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମରେ ତାଲିମ ପ୍ରଦାନ କରିଥିଲେ।

ମାଟିତଳୁ ହାତୀ କଳ୍ପାଳ ଜବତ

ରାୟଗଡ଼ା, ୨୨୧୭ (ଅଶ୍ରମ ରଞ୍ଜନ ପଣ୍ଡା) ରାୟଗଡ଼ା ଜିଲ୍ଲା କଳ୍ପାଳସିଆରରେ ରେଞ୍ଜ ଅଧୀନ କଳ୍ପାଳ ଜଳଜଳରେ ମାଟି ତଳେ ଯୋଡ଼ା ଯାଇଥିବା ହାତୀ କଳ୍ପାଳ ଜବତ ହୋଇଛି।

ଏକପାଏରି ଔଷଧ ଖାର ୧୬ ଛାତ୍ରାଛାତ୍ରୀ ଗୁରୁତର

ଭୁବନେଶ୍ୱର, ୨୨୧୭ (ଶ୍ରୀରତ ରାଉତ) ଭୁବନେଶ୍ୱରରେ ପ୍ରାଣୀ ଚିକିତ୍ସକ ହାତୀର ମୃତଦେହ ବ୍ୟବହାର କରାଯାଇଛି।

ଶିକ୍ଷୟିତ୍ରୀଙ୍କୁ ଅଟକ ରଖିଲେ ଭଉଁସି ଲୋକେ

ଭୁବନେଶ୍ୱର, ୨୨୧୭ (ଶ୍ରୀରତ ରାଉତ) ଭୁବନେଶ୍ୱରରେ ଉଚ୍ଚ ମାଧ୍ୟମିକ ଶିକ୍ଷୟିତ୍ରୀଙ୍କୁ ଅଟକ ରଖିଲେ ଭଉଁସି ଲୋକେ ପାରାଦୀପ, ୨୨୧୭(ଶ୍ରୀରତ ରାଉତ) ଜଗତସିଂହପୁର ଜିଲ୍ଲା ପାରାଦୀପ ପୋରାଞ୍ଚଳ ଅନ୍ତର୍ଗତ ନାମଃ ଖାର ଲକପଡ଼ା ବସ୍ତୁର ସରକାରୀ ବିଦ୍ୟାଳୟରେ ସୋମବାର ଏକ ଅଭାବନା ରାଠି (୧୧), ଦୈଶିକା ପଢ଼ାପାଠ୍ୟ ପ୍ରାଧାନ(୫), ସୋନାଳି ପ୍ରାଧାନ(୭), ଶୁଭାଶ୍ରୀ ପ୍ରାଧାନ(୮), ଆକାଶ ମଣ୍ଡଳ(୯), ବାଣୀ ମଣ୍ଡଳ(୯)। ଆଉ ୩ ଜଣ ପିଲାଙ୍କ ନାମ ଜଣାପଡ଼ିନାହିଁ।

କମଳା କୋଶ୍ଠ



କମଳା କୋଶ୍ଠ ନାମକ ଏକ ବିଭିନ୍ନ ଉପକ୍ରମ ଯାହାକି ଭୁବନେଶ୍ୱରରେ ଆରମ୍ଭ ହୋଇଛି। ଏହାର ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟ ହେଉଛି ଭୁବନେଶ୍ୱରର ଦେଶରୁ ବାହାରି ଯାଇଥିବା କମଳା କୋଶ୍ଠିକାଙ୍କୁ ସହାୟତା ପ୍ରଦାନ କରିବା।



ଭୁଖାମଣିପାତ୍ର ମୋହନ ଚରଣ ମାଝୀ ଲୋକସେବା ଭବନରେ ସୋମବାର ସାମାଜିକ ପୁରୁଣା ଓ ଭିକ୍ଷୁମାନଙ୍କ ପ୍ରତି ସମାଜର ଦୟାଳୁତା ପଦକ୍ଷେପ ରୂପେ ନିଶା ନିବାରଣ କେନ୍ଦ୍ରଗୁଡ଼ିକର ପରିଚାଳନା ନିମନ୍ତେ ବିଭିନ୍ନା କର୍ମଶାଳା ଓ ତାଲିମ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ ଆରମ୍ଭ ହୋଇଛି।

ଏକ ସମାଜ ସେବା ଉପକ୍ରମ ଯାହାକି ଭୁବନେଶ୍ୱରରେ ଆରମ୍ଭ ହୋଇଛି। ଏହାର ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟ ହେଉଛି ଭୁବନେଶ୍ୱରର ଦେଶରୁ ବାହାରି ଯାଇଥିବା କମଳା କୋଶ୍ଠିକାଙ୍କୁ ସହାୟତା ପ୍ରଦାନ କରିବା।



ମାଟିତଳୁ ମୃତ ହାତୀ ଅଂଶବିଶେଷ ଉଦ୍ଧାର କରାଯାଇଛି।

କମଳା କୋଶ୍ଠ

କମଳା କୋଶ୍ଠ ନାମକ ଏକ ବିଭିନ୍ନ ଉପକ୍ରମ ଯାହାକି ଭୁବନେଶ୍ୱରରେ ଆରମ୍ଭ ହୋଇଛି। ଏହାର ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟ ହେଉଛି ଭୁବନେଶ୍ୱରର ଦେଶରୁ ବାହାରି ଯାଇଥିବା କମଳା କୋଶ୍ଠିକାଙ୍କୁ ସହାୟତା ପ୍ରଦାନ କରିବା।

ସଂକ୍ଷେପରେ

ଚିଠିରେ ସୀମିତ ରୁପ ଟପ୍ ସୋଲାର ପ୍ଲାଣ୍ଟ

ଧବଳେଶ୍ୱରଙ୍କୁ ଜଳଲାଗି କଲେ ୯ ହଜାର ବୋଲ୍‌ବର୍ମ ଭକ୍ତ

କଟକ, ୨୨।୭ (ଶିଳ୍ପା ପ୍ରିୟଦର୍ଶିନୀ)



କଟକସ୍ଥିତ ଶ୍ରୀରାମଚନ୍ଦ୍ର ଭଞ୍ଜ ମେଡିକାଲ କଲେଜ ଆଣ୍ଡ ହସ୍ପିଟାଲ (ଏସ୍‌ସିଏଚ୍‌ଏଚ୍)ରେ ରୁପ୍ ଟପ୍ ସୋଲାର ପ୍ଲାଣ୍ଟ ଗଠନ ପାଇଁ ରାଜ୍ୟ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ଓ ପରିବାର କଲ୍ୟାଣ ବିଭାଗ ପକ୍ଷରୁ ଏସ୍‌ସିଏଚ୍‌ଏଚ୍‌ଏଚ୍ ଟିଠି ଲେଖାଯାଇଥିଲା।

ମେଡିକାଲ କଲେଜ ଅଧିକାରୀଙ୍କ ଯୋଗାଣ କଲେଜ ଆଣ୍ଡ ହସ୍ପିଟାଲ (ଏସ୍‌ସିଏଚ୍‌ଏଚ୍)ରେ ରୁପ୍ ଟପ୍ ସୋଲାର ପ୍ଲାଣ୍ଟ ଗଠନ କରାଯାଇଥିଲା।

ବିଭାଗୀୟ ପଠାଳନାହାତ୍ତି, ଯାହାଦ୍ୱାରା ସୂଚନା ଅନୁଯାୟୀ, ମେଡିକାଲରେ ବହୁ ସମୟ ବିଦ୍ୟୁତ୍ ସମସ୍ୟା ଦେଖାଦେଇଛି।

ପୁରୁଷାଣୁ ଶେଖର ମିଶ୍ର କହିଛନ୍ତି, ପୂର୍ବରୁ ବ୍ୟବସ୍ଥା ହୋଇଥିଲା ଏବେ ଏ ସମ୍ପର୍କରେ କୌଣସି ଆଲୋଚନା କରାଯାଇନାହିଁ।

ଖୁଣ୍ଟଣା, ୨୨।୭ (ସଚ୍ଚିଦାନନ୍ଦ ପଣ୍ଡା)

ଶ୍ରୀବତ୍ସର ପ୍ରଥମ ସୋମବାର

ଶ୍ରୀବତ୍ସର ପ୍ରଥମ ସୋମବାରରେ କଟକ ଜିଲ୍ଲା ଆଠଗଡ଼ର ପ୍ରସିଦ୍ଧ ଧବଳେଶ୍ୱର ପୀଠ ଚଳଚଞ୍ଚଳ ହୋଇଉଠିଥିଲା।

ନ ଥିଲେ। ପୀଠ ଓ ପୀଠ ବାହାରେ ଶାନ୍ତିଶୃଙ୍ଖଳା ରଖା ପାଇଁ ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ଆଇଆଇସି ପରେଶ କୁମାର ମହାନ୍ତି, ଧବଳେଶ୍ୱର ପୀଠ ଅଧିକାରୀ ଚିତ୍ତ ମହାନ୍ତି, ଚୌଦ୍ୱାର ଏସ୍‌ସିଏଚ୍‌ଏଚ୍ ଉପାଧ୍ୟକ୍ଷ ନାୟକଙ୍କ ଉପସ୍ଥିତିରେ ଏକ ପ୍ଲାଟ୍ଫର୍ମ ଫୋର୍ମ୍ ପୂର୍ତ୍ତୟନ କରାଯାଇଥିଲା।



ଧବଳେଶ୍ୱରଙ୍କ ପୀଠରେ କଳାଗି କରିବା ପାଇଁ ବୋଲ୍‌ବର୍ମ ଭକ୍ତମାନେ ଅପେକ୍ଷା କରିଛନ୍ତି।

‘ପ୍ରତ୍ୟେକ ବ୍ୟକ୍ତି ତାରା ଲଗାଇ ଯତ୍ନ ନିଅନ୍ତୁ’

ମା ପାଇଁ ଗଛଟିଏ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ

ଚୌଦ୍ୱାର, ୨୨।୭ (ଆଶୁତୋଷ ଦାସ)



କଟକସ୍ଥିତ ଶୈଳବାଳା ସ୍ୱୟଂଶାସିତ ମହିଳା ମହାବିଦ୍ୟାଳୟ ହଲ୍‌ରେ ଯୋଗଦାନ ଛାତ୍ରୀମାନେ ଯୁକ୍ତ ପାଇଁ ନାମ ଲେଖାଉଛନ୍ତି।

ଗଙ୍ଗା-ଚୌଦ୍ୱାର ବ୍ଲକ୍ ଅଧୀନ ଶାଳଗାଁ ଗ୍ରାମର ସ୍ୱର୍ଣ୍ଣ କୁନ୍ଦ ପକ୍ଷରୁ ମା’ ପାଇଁ ଗଛଟିଏ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ ସୋମବାର ଅନୁଷ୍ଠିତ ହୋଇଯାଇଛି।

ଚୌଦ୍ୱାରରେ ନୂତନ ଶିଳ୍ପ ପ୍ରତିଷ୍ଠା କରାଯାଉ

ଚୌଦ୍ୱାର, ୨୨।୭ (ଆଶୁତୋଷ ଦାସ)

ଆରମ୍ଭହେଲା ଦସ୍ତଖତ ସଂଗ୍ରହ ଅଭିଯାନ

ଚୌଦ୍ୱାର ସହର ଓ ଏହାର ଆଖପାଖରେ ଶିଳ୍ପୀମାନଙ୍କର ଗତି ଉଠିଥିବା ପ୍ରାୟ ଶିଳ୍ପ ବନ୍ଦ ହୋଇଯାଇଛି।

ନିଜ ଅଭିଆରକୁ ଆଣି ସେଠାରେ ନୂତନ ଶିଳ୍ପ ପ୍ରତିଷ୍ଠା କରାଗଲେ ଚୌଦ୍ୱାର ପୁଣି ଶିଳ୍ପ ନଗରୀ ହେବା ସହ ଚାହାର ଅଭିଭାବନା ଦେଖିବାକୁ ମୋକ୍ଷ ଦେଖାଯାଏ।

କ୍ଷତିପୂରଣ ପ୍ରଦାନ ପାଇଁ ବିଧାୟକଙ୍କୁ ଦାବିପତ୍ର

କଟକ ସଦର, ୨୨।୭ (ସୁଶାନ୍ତ କୁମାର ଜେନା)

କ୍ଷତିପୂରଣ ଦେବାର ବ୍ୟବସ୍ଥା ଜାତୀୟ ରାଜପଥ ପ୍ରାଧିକରଣ କରିନାହିଁ।

ବିଚାର ମଞ୍ଚ କରିଆରେ ଦିଆଯାଇଥିବା ଦାବିପତ୍ରରେ ପର୍ଯ୍ୟାୟ କ୍ଷତିପୂରଣ ଦେଇ ଉଦ୍ଧେବ ପ୍ରକ୍ରିୟା ଆରମ୍ଭ ପାଇଁ ଅନୁରୋଧ କରାଯାଇଛି।

ଅଭିଯୁକ୍ତ ସ୍ୱାମୀଙ୍କୁ ଆଜ୍ଞାବନ ଜେଲଦଣ୍ଡ

କଟକ, ୨୨।୭ (କାର୍ତ୍ତିକ ସାହୁ)

ଟିକାକରଣରେଣେ ଏସନ୍‌ଏନ୍ ସ୍ୱାକ୍ଷର ହତ୍ୟା ମାମଲା

କଟକ ସଦର ଥାନା ଅଞ୍ଚଳରେ ଘଟିଥିବା ଏକ ହତ୍ୟା ମାମଲାର ରାୟ ଯୋଗଦାନ ପ୍ରକାଶ ପାଇଛି। ଏହି ମାମଲାର କଟକର ବୃତ୍ତୀୟ ଅତିରିକ୍ତ ସେସ୍ ଜଜ୍ ଅଭିଯୁକ୍ତ ଅକ୍ଷୟ କୁମାର ସାହୁଙ୍କୁ ଆଜ୍ଞାବନ ଜେଲଦଣ୍ଡ ସହ ୧୦ ହଜାର ଟଙ୍କା ଜରିମାନା ପ୍ରଦାନ କରିବାକୁ ଆଦେଶ ଦେଇଛନ୍ତି।

ଆଶାକର୍ମୀ ଓ ଅଜନପ୍ରିୟ ସହାୟିକା ଦୁହେଁ ପ୍ରଧାନ ଶିକ୍ଷକଙ୍କ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମକୁ ଆସି ପ୍ରାକ୍ତିକ ଟାକ୍‌ସାମୀ ଭୂମିରେ ହତ୍ୟା କରିଥିବା କହିଥିଲେ।

କଟକ, ୨୨।୭ (କାର୍ତ୍ତିକ ସାହୁ)

‘ଗବେଷଣାରେ ଅକର୍ତ୍ତୃକ୍ତ କର କୌଶଳ’



ଜାତୀୟ ଧାନ ଗବେଷଣା ଅନୁଷ୍ଠାନରେ ଅନୁକର୍ମିଣୀଙ୍କୁ ଅତିଥିମାନେ ପୁସ୍ତିକ ଉଦ୍ଘାଟନ କରୁଛନ୍ତି।

ଏନ୍‌ଆର୍‌ଆର୍‌ଆଇରେ ଭକ୍ତସ୍ତ୍ରୀୟ କର୍ମଶାଳା

ପରାମର୍ଶ ଦେଇଛନ୍ତି। ସମ୍ମାନିତ ଅତିଥି ଭୃଗୁରାଟ୍ ବିଶ୍ୱବିଦ୍ୟାଳୟର ପରିବେଶ ଏବଂ ପ୍ରାକୃତିକ ସମ୍ପଦ ପୂର୍ବତନ

ନିର୍ଦ୍ଦେଶକ ପ୍ରଫେସର ଡ. ଭି. କେ. ପୃଷ୍ଠପାଠକ ତଥା ଫସଲ ସୁରକ୍ଷା ଜିନି ଆନାଲିଟିକାଲ ରିସାର୍ଚ୍ଚର ଉପରେ କେତେକ ପରାମର୍ଶ ଦେଇଥିଲେ।



ଲଗାଗ ବର୍ଷା ଫଳରେ କଟକ ଯୋଡ଼ା ଆନିକଟ ଦେଇ ମହାନଦୀରେ ପ୍ରବାହିତ ହୋଇଛି ପାଣି।



କଟକ ରାଜାହାଟ ଟାକ୍‌ସାମୀ କେନାଲର ସୌନ୍ଦର୍ଯ୍ୟକରଣ ପାଇଁ ରାସ୍ତା ପାର୍ଶ୍ୱ ପୂର୍ବପାଠରେ ବିଛା ଯାଉଥିବା ପେଡର ବ୍ଲକ୍ ଭୁକ୍ତି ପଡିଛି।

ଚିକିତ୍ସକରୀ ସମାଜ

ଯଦିଓ ଚିକିତ୍ସକରୀ ଲକ୍ଷ୍ମଣୀ ଏକ ପାରମ୍ପରିକ ପୋଷାକ, ହେଲେ ଏହାର ଡିମାଣ୍ଡ ସବୁଠାରେ ରହିଛି । ଏହାର ବିଭିନ୍ନ ରଙ୍ଗ ସାଜାକୁ ଭଲିକି ଭଲି ଡିଜାଇନର ଆଉଟ୍‌ଫିଟ୍ ସବୁବେଳେ ଟ୍ରେଣ୍ଡରେ ରହିଛି । ଯଦି ଆପଣଙ୍କୁ ବି ଚିକିତ୍ସକରୀ ପିନ୍ଧିବାକୁ ଭଲ ଲାଗେ ତେବେ ନିଜ ଆଉଟ୍‌ଫିଟ୍‌ରେ ଅଧିକ ଆଗ୍ରାହ୍ୟ କରିବା ପାଇଁ ଜାଣିରଖନ୍ତୁ ତିସୁ...

- ▶ ଚିକିତ୍ସକରୀ କୁର୍ତ୍ତା ସହ ଲେଗିଙ୍ଗ୍ ବଦଳରେ ପ୍ଲାଜା କିମ୍ବା ଧୋତି ପାଖା ପାଖିରେ ସ୍ୱାଭାବିକ ଲୁଗା ମିଳିବ ।
- ▶ ଫର୍ମାଲ କିମ୍ବା ଷ୍ଟ୍ରିଟ୍ ପାଖା ସହ ଏହାକୁ ପେୟାରକଲେ ଖୁବ୍ ସୁନ୍ଦର ଲାଗିଥାଏ ।
- ▶ ଚିକିତ୍ସକରୀ କୁର୍ତ୍ତା ସହିତ ସିଲଭର ଲୁଗାଲେଟି, ଚାନ୍ଦିଆ ଲେଟି... ଏଲିଗାଣ୍ଟ ଲୁଗା ଦେଖିଥାଏ ।
- ▶ ଅର୍ଦ୍ଧ ଫୁଲ୍ ଆଉଟ୍‌ଫିଟ୍ ହେଉଛି କାଳ୍ପନିକ ଆଉଟ୍‌ଫିଟ୍ ପାଇଁ ଚିକିତ୍ସକରୀ ଚମ୍ପ ସବୁଠୁ ଭଲ ଅସ୍ତ୍ର । ଏହାକୁ ଡେନିମ୍ ଜିନ୍ସ, ଲାଇଟ୍ କଲର ଫର୍ମାଲ ପାଖା ସହ ପିନ୍ଧିଲେ ଆଗ୍ରାହ୍ୟ ଲାଗିବେ ।
- ▶ ସ୍ୱାଇଟ୍ କଲର ଚିକିତ୍ସକରୀ ଡ୍ରେସ୍ ସହିତ ସିଲଭର, ଅକ୍ସିଡାଲକ୍ସ, ମଲ୍ଟିକଲର କଙ୍କ କିମ୍ବା ଗ୍ରାଉଜାଲ୍ ଲୁଗାଲେଟି ପିନ୍ଧିବୁ ଖୁବ୍ ସୁନ୍ଦର ଲାଗିବେ ।



▶ ଚିକିତ୍ସକରୀ କୁର୍ତ୍ତା ଏବଂ ପ୍ଲାଜା ସେଟ୍ ସହ ଗୁଡିଏଟର ସାଖାଲ, ପୁଙ୍ଗ ବ୍ୟାନ୍ଦ ବ୍ୟବହାର କଲେ ପ୍ୟାଶନେବଲ ଲାଗିବେ ।
▶ ମନେରଖନ୍ତୁ ଚିକିତ୍ସକରୀ ଡ୍ରେସ୍ ସହ ଅଧିକ ପ୍ରିଣ୍ଟିଭ୍ ପାଖା କିମ୍ବା ଗ୍ରାଉଜାଲ୍ ଲୁଗାଲେଟି ପିନ୍ଧିବୁ ଖୁବ୍ ସୁନ୍ଦର ଲାଗିବେ ।

ଅଧିକାଂଶ ନିଦ...

ଜିଣେ କର୍ମଚାରୀ ମହିଳାଙ୍କ ଉପରେ ଆସି ଉଭୟ ପରିବାର ଏବଂ ଅର୍ଦ୍ଧ ଧର୍ମ୍ୟର ଭାର । ଏଥିପାଇଁ ଅନେକ ସମୟରେ ଥକା ଲାଗିବା ସହ ଆଖୁକୁ ନିଦ ଚାଲିଯାଏ । ହେଲେ ଏହି ନିଦ ଯଦି ଅର୍ଦ୍ଧ ଧର୍ମ୍ୟରେ ଆସେ ତେବେ ବିଭିନ୍ନ ସମସ୍ୟାର ସମ୍ମୁଖୀନ ହେବାକୁ ପଡ଼ିଥାଏ । ତେଣୁ ଏମିତିରେ କେତେକ ଦିନ ପ୍ରତି ବିଶେଷ ଧ୍ୟାନଦେଇ ଶରୀରକୁ ଥକା ନ ଲାଗିବା ସହ ଉଭୟ କାର୍ଯ୍ୟକୁ ସୁଚାରୁରୂପେ ତୁଲାଇବା ସହଜ ହୋଇପାରିବ...



କର୍ମଚାରୀ ମହିଳାଙ୍କ ଦୈନିକ ଜୀବନର ଧ୍ୟାନ ଏବେ ସହଜ ହୁଅନ୍ତୁ କାରଣ ସେମାନଙ୍କୁ ଘର ସହ ଅର୍ଦ୍ଧ ଧର୍ମ୍ୟ ମଧ୍ୟ ଠିକ୍ ଭାବେ ତୁଲାଇବାକୁ ହୋଇଥାଏ । ହେଲେ କେବେ କେବେ ଘର କାମ ଚାପରେ ଅଧିକାଂଶ ନିଦ ଅଧିକାଂଶ ନିଦା ଏହା ନା କେବଳ ବ୍ୟକ୍ତିକୁ ଉପରେ ନକାରାତ୍ମକ ପ୍ରଭାବ ପକାଇଥାଏ ବରଂ ଏଥିପାଇଁ କେବେ ସମୟ ଭିତରେ କାମ ସାରିବା କଷ୍ଟ ହୁଏ ତ ଆଉ କେବେ ସହକର୍ମୀଙ୍କ ଗହଣରେ ପରିହାସ ପାତ୍ର ହେବାକୁ ପଡ଼ିଥାଏ । ଏଭଳି ସମସ୍ୟା ଦୂରରେ ରହିବା ଲାଗି କେତେକ ଦିନ ପ୍ରତି ସତେଜ ହେବା ଆବଶ୍ୟକ...

ଏପାଦେ କ'ଣ କୁହନ୍ତି

ନର୍ମଦା ଜେନା (ଶିକ୍ଷୟିତ୍ରୀ, ପୁଲନଖରା, କଟକ) - ଦୈନିକ କାର୍ଯ୍ୟବ୍ୟସ୍ତା ଭିତରେ ଶରୀର ଥକିଯିବା ଆଉ ଏଥିପାଇଁ କେବେ କେବେ ନିଦ ବେଳା ବି ନିଦ ଲାଗିବା ଏକ ସାଧାରଣ କଥା । ହେଲେ ସ୍କୁଲରେ ପିଲାଙ୍କୁ ପଢ଼ାଇବା ବେଳେ ଯେପରି ନିଦ ନ ଆସେ ଥକା ଅକାଶତରେ ପିଲାଙ୍କୁ ଭୁଲ୍ ପାଠ ନ ପଢ଼ାଇ ଦିଏ ସେଥିପାଇଁ ବିଶେଷ ସଜାଗ ରହିଥାଏ । ସବୁ କାମ ଭିତରେ ନିଜକୁ ଫିଟ୍ ରଖିବା ଲାଗି ରାତିରେ ଠିକ୍ ସମୟରେ ଶୋଇବା, ସନ୍ତୁଳିତ ଖାଦ୍ୟ ଖାଇବା ଆଦିରେ ଅବହେଳା କରନାହିଁ । ପ୍ରତିଦିନ ଅତି କମ୍ରେ ଅଧ ଘଣ୍ଟା ଯୋଗ କରିଥାଏ । ତଥାପି କେବେ ସ୍କୁଲରେ ସାମାନ୍ୟ ନିଦ ଆସିଲେ ଏହାକୁ ଦୂର କରିବା ଲାଗି ଦୂର ଉଠି ଠିକେ ଚାଲିଥାଏ, ପାଣି ପିଇିଥାଏ ଏବଂ ଆବଶ୍ୟକତାକୁ ଚା କିମ୍ବା କଫି ପିଇିଥାଏ ।

ରୋଜାଲିନ୍ ସେନାପତି (କର୍ମଚାରୀ, ଭୁବନେଶ୍ୱର) - ଶରୀରକୁ ସୁସ୍ଥ ଓ ଆକ୍ରିଭ୍ ରଖିବା ଲାଗି ଦୁଷ୍ଟ ଖାଦ୍ୟ ସହ ପ୍ରତିଦିନ ପର୍ଯ୍ୟାପ୍ତ ନିଦ୍ରା ନେବା ସବୁଠୁ ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ । କାରଣ ରାତିରେ ଭଲ ଭାବେ ନିଦ ହୋଇଥିଲେ ଦିନରେ ଅର୍ଦ୍ଧ ଧର୍ମ୍ୟ କାମ କରିବା ବେଳେ ଏନର୍ଜେଟିକ୍ ଫିଲ୍ ହୋଇଥାଏ । ହେଲେ ଝିଅ ଛୋଟ ହୋଇଥିବାରୁ ତା' ପାଇଁ ଦିନେ ଦିନେ ରାତି ଅନିଦ୍ରା ହେବାକୁ ପଡ଼େ । ଆଉ ଦିନରେ ନିଦ ଆସିବା ଯୋଗୁ ଅର୍ଦ୍ଧ ଧର୍ମ୍ୟ କାମରେ ଯେପରି କୌଣସି ଅବହେଳା ନ ହୁଏ ସେଥିପାଇଁ ବ୍ୟାଗରେ କିଛି ଚକଲେଟ୍, ଲାଇଟ୍ ସ୍ୱାଦ୍ ରଖିଥାଏ । ମଝିରେ ମଝିରେ ପାଣି ପିଇିବା ସହ କ୍ୟାମ୍ପ୍ ଭିତରେ ଅଳ୍ପ ଚଳାଚଳା କରେ ଏବଂ ସହକର୍ମୀଙ୍କ ସହ କିଛି ସମୟ ଗପସପ କରେ ।

ମଶା ଦାଉରୁ ରକ୍ଷା



କର୍ଷାଦିନେ ମଶାଙ୍କ ସଂଖ୍ୟା ବଢ଼ିଯାଏ ଏବଂ ମ୍ୟାଲେରିଆ, ଡେଙ୍ଗୁ, ଚିକେନପୁନିଆ ଭଳି ରୋଗ ବ୍ୟାପିବା ଆଶଙ୍କା ବଢ଼ିଯାଏ । ତେଣୁ ଏ ଦିନେ କେତେକ ଦିନ ପ୍ରତି ସତେଜତା ରହିବା ଦ୍ୱାରା ନିଜ ସହ ପରିବାରକୁ ମଶାଙ୍କ ଦାଉରୁ ସୁରକ୍ଷା ପ୍ରଦାନ କରିପାରିବେ...

▶ ମଶାମାନେ ସାଧାରଣତଃ ଓଦା ଓ ଅପରିଷ୍କାର ସ୍ଥାନରେ ଅଣ୍ଡା ଦିଅନ୍ତି । ତେଣୁ ବର୍ଷାଦିନେ ମଶା ବଂଶ ବିସ୍ତାର ନ ହେବା ଲାଗି ଘର ଭିତରୁ ଆରମ୍ଭକରି ବାହାର ତଥା ଆଖପାଖ ସ୍ଥାନକୁ ଭଲଭାବେ ସଫା ରଖନ୍ତୁ ।

▶ ଏଦିନେ ଘର ଭିତରେ ପୁଲକୃଷ୍ଟ ରଖନ୍ତୁ ନାହିଁ । ଯଦି ବାଲକୋନିରେ ପୁଲକୃଷ୍ଟ ରଖିଛନ୍ତି ତେବେ ନିୟମିତ ରୂପେ ମଶାମାନେ ଔଷଧ ସ୍ତ୍ରୋତ କରନ୍ତୁ ।

▶ ଘର ପାଖରେ କିମ୍ବା ଛାତ ଉପରେ କୌଣସି ଡବା, ନଡ଼ିଆ ଶକେଇ, ଗାଡ଼ିର ଚାନ୍ଦିର ଆଦିରେ ପାଣି ଜମିଥିଲେ ତାକୁ ସଫାକରନ୍ତୁ । ଅନ୍ୟ କୌଣସି ସ୍ଥାନରେ ପାଣି ଜମିବାକୁ ଦିଅନ୍ତୁ ନାହିଁ ।

▶ ମଶା ଅଧିକ ହେଉଥିଲେ ଶୋଇବା ବେଳେ ମଶାରି ଗାଢ଼ିବାକୁ ଆଦୌ ଭୁଲନ୍ତୁ ନାହିଁ । ସେହିପରି କବାଟ ଏବଂ ଝରକାରେ ନେଟ୍ ଲଗାନ୍ତୁ ।

▶ ପିଲାଠୁ ବୃଦ୍ଧ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ସମସ୍ତେ ଫୁଲ୍ ସ୍ମୃତି ଡ୍ରେସ୍ ପିନ୍ଧନ୍ତୁ । ଆବଶ୍ୟକ ସ୍ଥଳେ ଦେହରେ ମସୃଣୋ ରିପେଲାଣ୍ଟ ସ୍ତ୍ରୋ କିମ୍ବା ଲୋଶନ ଲଗାନ୍ତୁ ।

▶ ଯଦି ଆଖପାଖ ଅଞ୍ଚଳରେ ମଶାଜନିତ କୌଣସି ରୋଗ ବ୍ୟାପିଥାଏ ତେବେ କରୁନା କାମ ନ ଥିଲେ ଘରୁ ବାହାରକୁ ନାହିଁ ।

▶ ପିଲାମାନଙ୍କୁ ମଧ୍ୟ ପାର୍କ କିମ୍ବା ମଶା ହେଉଥିବା ଭଳି ଖେଳ ପଡ଼ିଆକୁ ନିଅନ୍ତୁ ନାହିଁ ।

ମୋବାଇଲରେ ବ୍ୟସ୍ତ ନ ରହି ଶାନ୍ତ ହୁଅନ୍ତୁ । ଏହାଦ୍ୱାରା ଶାନ୍ତ ଉଠି ଯଥା ସମୟରେ ଘର କାମ ସାରି ଅର୍ଦ୍ଧ ଧର୍ମ୍ୟ କାର୍ଯ୍ୟ କରିବା ଲାଗି ଫୁଲ୍ ଯୋଗାଇବ ।

ଯୋଗ ଓ ବ୍ୟାୟାମ: ଯେତେ କାମର ଚାପ ଆଉ ନା କାହିଁକି ପ୍ରତିଦିନ କିଛି ସମୟ ଯୋଗ ଏବଂ ବ୍ୟାୟାମ ଅଭ୍ୟାସ କରନ୍ତୁ । ଏହାଦ୍ୱାରା ଉଭୟ ମାନସିକ ଓ ଶାରୀରିକ ସ୍ତରରେ ଫିଟ୍ ରଖିବା ସହ ଅର୍ଦ୍ଧ ଧର୍ମ୍ୟ ଅଳସୁଆ ନ ଲାଗି କାମ କରିବା ଲାଗି ଉର୍ଜା ଯୋଗାଇବ ।

ଏମିତି ଦୂରାନ୍ତୁ ନିଦ: ଅର୍ଦ୍ଧ ଧର୍ମ୍ୟରେ କାମ କରିବା ବେଳେ ଯଦି କୌଣସି

କାରଣକୁ ନିଦ ଲାଗୁଛି ତେବେ ଏହାକୁ ଦୂରକରିବା ଲାଗି କେତୋଟି ସାଧାରଣ ଉପାୟ ଆପଣାଇପାରିବେ । ଜାଣିରଖନ୍ତୁ ସେ ସମ୍ପର୍କରେ...

▶ କାମ ବେଳେ ନିଦ ଦୂରକରିବା ଲାଗି ପାଣି ପିଇିବା ସବୁଠୁ ସହଜ ଓ ଭଲ ଉପାୟ । କାରଣ ଶରୀରରେ ପାଣିର ମାତ୍ରା କମ୍ ହେଲେ ମଧ୍ୟ ମସ୍ତିଷ୍କକୁ ଆବଶ୍ୟକ ମାତ୍ରାରେ ଅନୁଜାନ ପହଞ୍ଚିପାରେ ନାହିଁ । ଫଳରେ ହାଲ ଏବଂ ନିଦ ଆସେ ।

▶ ତଥାପି ନିଦ ଲାଗୁଥିଲେ ଗୋଟିଏ ସ୍ଥାନରେ ଅଧିକ ସମୟ ବସି ନ ରହି କିଛି ସମୟ ଉକ୍ତ ସ୍ଥାନକୁ ଉଠି ଯାଆନ୍ତୁ । ମୁହଁକୁ ଥଣ୍ଡା ପାଣିରେ ଧୋଇଦିଅନ୍ତୁ । କିଛି ହାଲୁକା ଜଳଖୁଆ ବା ସ୍ୱାଦ୍ ଖାଇଲେ ବି ନିଦ ଛାଡ଼ିଯିବ ।

▶ ବସିବାର ସ୍ଥିତି ମଧ୍ୟ ନିଦ



ସୌନ୍ଦର୍ଯ୍ୟ

ଦୃତାର ଯତ୍ନ ପାଇଁ ତେଲ



କୋକୋନଟ୍ ଅଧିକ: ଡ୍ରା ହେଉ ଅବା କେଶ ପାଇଁ ନଡ଼ିଆ ତେଲ ସବୁଠୁ ଭଲ । ଏଥିରେ ଭରି ରହିଛି ଆଣ୍ଟି-ବ୍ୟାକ୍ଟେରିଆଲ, ଆଣ୍ଟି-ଇଫ୍ଲୁଏନ୍ସା ଚର୍ବ୍ ଯାହାକି ବର୍ଷାଦିନେ ଉପୁଜୁଥିବା ବିଭିନ୍ନ ସମସ୍ୟାଠାରୁ ଡ୍ରାକୁ ସୁରକ୍ଷା ପ୍ରଦାନ କରିଥାଏ । ଏହା ଏକ ମୁକୃତ ଉପାୟରେ ଡ୍ରାକୁ ମଣ୍ଡାଇବା ରଖିବାରେ ସାହାଯ୍ୟକରେ । ଘରେ ପ୍ରସ୍ତୁତ ରକ୍ଷା ନଡ଼ିଆତେଲ ଏଥିପାଇଁ ସବୁଠୁ ବେଷ୍ଟ ।

ଟି ଟି ଅଧିକ : ଏହି ତେଲ ବ୍ରଣ, ଦାଗ ଆଦି ସମସ୍ୟା ଦୂରକରିବାରେ ଯେତିକି ସାହାଯ୍ୟକରେ କେଶକୁ ମଜବୁତ କରିବାରେ ମଧ୍ୟ ସେତିକି ସାହାଯ୍ୟ କରିଥାଏ । ଏହାକୁ କେଶରେ ଲଗାଇବା ଦ୍ୱାରା ରୁପି ଏବଂ କେଶ ଝଡ଼ିବା ସମସ୍ୟା କମ୍ ହୋଇଥାଏ । ଏହାକୁ ଅଧିକ

ଫଳପ୍ରସ୍ତ କରିବା ଲାଗି ଏଥିରେ କିଛି ବୁନ୍ଦା କୋକୋନା ଅଧିକ ମଧ୍ୟ ମିଶାଇପାରିବେ ।

କଶ୍ମୀରୀ ଲାଭେଷ୍ଟର ଅଧିକ: ଏହି ତେଲରେ ଭରିରହିଛି ଉଭୟ ଆଣ୍ଟିଫଙ୍ଗାଲ ଏବଂ ଆଣ୍ଟି ବ୍ୟାକ୍ଟେରିଆଲ ଗୁଣ ; ଯାହାକି ବିଭିନ୍ନ ଡ୍ରା ସମସ୍ୟା ସମସ୍ୟା ଦୂରକରିବାରେ ସାହାଯ୍ୟ କରିଥାଏ । ଏହାର ମିଠା ସୁଗନ୍ଧ ମୁହଁ ଫ୍ରେସ୍ ରଖିବାରେ ସାହାଯ୍ୟ କରିଥାଏ । ଏହାକୁ ସେରମ୍, ଫେସ୍ ଅଧିକ, କ୍ରିମ୍ରେ ଏହି ତେଲ କିଛି ବୁନ୍ଦା ମିଶାଇ ଲଗାଇବା ଦ୍ୱାରା କଳା ଦାଗ, ଛାଇ ଦାଗ ଦୂରକରି ଡ୍ରାକୁ ସୁନ୍ଦର ଏବଂ ଗ୍ଲୋଇଁ କରିବାରେ ସାହାଯ୍ୟକରେ ।

ପୋମୋଗ୍ରାନେଟ୍ ଅଧିକ: ବର୍ଷାଦିନେ ଅନେକ କେଶ ବାରମ୍ବାର ପାଣି ସଂସ୍ପର୍ଶରେ ଆସିବା ଯୋଗୁ ଶୁଷ୍କ ଲାଗିବା ସହ ଏହାର ଚମକ

ବାରମ୍ବାର ବର୍ଷାପାଣି ପଡ଼ିଲେ କେବେ କେବେ ଡ୍ରା ଏବଂ କେଶରେ ବ୍ୟାକ୍ଟେରିଆଲ ଏବଂ ଫଙ୍ଗାଲ ଜନିତ ସମସ୍ୟା ଦେଖାଦିଏ । ହେଲେ କେତେକ ପ୍ରାକୃତିକ ତେଲର ବ୍ୟବହାର ଦ୍ୱାରା ଏଭଳି ସମସ୍ୟା ଦୂରକରି ଡ୍ରାକୁ ସୁନ୍ଦର ଓ ସୁସ୍ଥ ରଖିହେବ । ଜାଣିରଖନ୍ତୁ ଏହା ସମ୍ପର୍କରେ...



ଖାଦ୍ୟଗୁଡ଼ି ତନ୍ତ୍ରପଣା ଛୋଲେ ଚାଟ୍

ଆବଶ୍ୟକ ସାମଗ୍ରୀ: ଛୋଲେ (ବୁଟ) ୨ କପ୍, ଅଧା ଚାମଚ କଶ୍ମୀରୀ ଲଙ୍କା, ଅଧା ଚାମଚ ଜିରା ପାଉଁଡ଼, ୧ ଚାମଚ କଟା ଧନିଆପତ୍ର, ୧ ଚାମଚ ଚୋଳି ରସ, ୨ ଚାମଚ ଲେଖାଏ କଟା ପିଆଜ, ଚମାଚୋ, କାଜୁ, ୧ଟି ଛୋଟ କଟାହୋଇଥିବା କଞ୍ଚା ଲଙ୍କା, ଛଣା ସେଓ ଗାଞ୍ଜିଆ, ୧ ଚାମଚ ତେଲ, ସ୍ୱାଦାଦୁବାରେ ଲୁଣ ।

ପ୍ରସ୍ତୁତି ପ୍ରଣାଳୀ: ବୁଟକୁ ୨-୩ ପିନ୍ଧା ଭିଜାଇଦିଅନ୍ତୁ । ଏହାକୁ ପାଣି ଓ ଆବଶ୍ୟକ ଲୁଣ ଦେଇ ସିଝାଇ ଦିଅନ୍ତୁ । ସିଝା ଆଳୁକୁ ଛୋଟ ଛୋଟ କରି କାଟି ଦିଅନ୍ତୁ । ବୁଟାରେ ଛୋଟ କରି କାଟି ଦିଅନ୍ତୁ । ବୁଟାରେ ଛୋଟ କରି କାଟି ଦିଅନ୍ତୁ । ବୁଟାରେ ଛୋଟ କରି କାଟି ଦିଅନ୍ତୁ ।

ତେଲ ଗରମ ହୋଇଗଲେ କଟା ପିଆଜ ପକାଇ ଲାଲହେବା ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଭାଜନ୍ତୁ । ସେଥିରେ କଟା ଧନିଆପତ୍ର, ଚମାଚୋ, ଲଙ୍କା, ଜିରା ପାଉଁଡ଼ର ପକାଇ ଭାଜନ୍ତୁ । ବର୍ଜମାନ ସିଝା ଆଳୁ ପକାଇ ଘାଷନ୍ତୁ । ଅଳ୍ପ ପାଣି ଓ ତେଲ ଭିଜାଇ ଭଲ ଭାବେ ମିଶାଇ ଦିଅନ୍ତୁ । ଆବଶ୍ୟକ ମାତ୍ରାରେ ଲୁଣ, ଚାଟ୍ ମସଲା ପକାଇ ଗୋଳାନ୍ତୁ । ଭଲ ଭାବେ ମିଶିଗଲା ପରେ ବୁଟା ବଦଳି ଏକ ପ୍ଲେଟ୍‌କୁ କାଢ଼ି ଦିଅନ୍ତୁ । ଏହା ଉପରେ କଟାହୋଇଥିବା ପିଆଜ, କାଜୁ ଓ ଆବଶ୍ୟକ ଲୁଣ ଦେଇ ସିଝାଇ ଦିଅନ୍ତୁ । ସିଝା ଆଳୁକୁ ଛୋଟ ଛୋଟ କରି କାଟି ଦିଅନ୍ତୁ । ବୁଟାରେ ଛୋଟ କରି କାଟି ଦିଅନ୍ତୁ ।



