





# तेजु निराकरण सत्रोन्तमा मास

जुलाई २०१४



## मने रक्षन्:

यह उत्तर ओ चतुर्थपार्श्व परिषार  
रक्षन् ओ पाणी जमिबाकु दिअन्तु नाहीँ।

## तेजु रोगर लक्षण ओ प्रतिकार

बुर एहित देह हात घोला बिशा, गष्टि दरज,  
देहरे लाल लाल होइ पालियिबा आदि तेजु रोगर  
लक्षण होइपारे। एपरि लक्षण देखादेले तुरन्त  
निकटस्थ स्वास्थ्य कर्मी किया डाक्तरजां यह  
परामर्श करन्तु।

सरकारी डाक्तरजानारे तेजु रोगीकां पाइँ पराई ओ चिकित्सा बिनादेयरे उपलक्ष।

OIPR-10003/13/0046/2425

स्वास्थ्य ओ परिवार कल्याण विभाग, ओडिशा

एति संग्रह बंग बृद्धि करिबा स्वान



१

स्वास्थ्य ओ परिवार कल्याण विभाग, ओडिशा

१

१

१

१

१

१

१

१

१

१

१

१

१

१

१

१

१

१

१

१

१

१

१

१

१

१

१

१

१

१

१

१

१

१

१

१

१

१

१

१

१

१

१

१

१

१

१

१

१

१

१

१

१

१

१

१

१

१

१

१

१

१

१

१

१

१

१

१

१

१

१

१

१

१

१

१

१

१

१

१

१

१

१

१

१

१

१

१

१

१

१

१

१

१

१

१

१

१

१

१

१

१

१

१

१

१

१

१

१

१

१

१

१

१

१

१

१

१

१

१

१

१

१

१

१

१

१

१

१

१

१

१

१

१

१

१

१

१

१

१

१

१

१

१

१

१

१

१

१

१

१

१

१

१

१

१

१

१

१

१

१

१

१

१

१

१

१

१

१

१

१







# ধৰ্ম টিকিত

টিকিত বৰ্ষ দ্বাৰা জিগুৰে অথবান কৰিবা পহ নভেম্বৰ ১৫-১৬ রিও

৩ দ জৈনগোৱে সন্ধিলনী আয়োজন কৰছিছি। এহা পূর্বৰ কুলাই ৭৪

ও ২৭ জৈনগোৱে জিগুৰে ১০ সদয় রাষ্ট্ৰগুৰুত্বক দুর্বিনিম্নী

বেঁকে শেষ হোলছিল। এথুৰে শিক্ষা, স্বাস্থ্য ও জলবায়ু সঞ্চৰ মুক্তিবালী

কৰিবা পাই অংশ ধনী ব্যক্তিগোষ্ঠীনো পোমানক পৰ্যাপ্তি অতিকৃতে ৭%

টিকিত বৰ্ষ আকারে দেবা লাগি প্রযুক্তি আশায় রথালু। এহা উপরে পোমানতি

পুকাশ পাইখুলে মধ কৌশি রুক্ষিমামা হোলপাইলাহু। এহাৰু আমেৰিকা

ও জৰুৰী বিবোধ কৰিথৈলো। প্রাপ্তি অৰ্থনীতিজ্ঞ ব্যক্তিগুলি কুকুমানক রিপোর্ট

মুত্তোবক বিশ্বে শীৰ্ষী ৩০০০ অংশ ধনী ব্যক্তিগোষ্ঠী এবে মাত্ৰ ০.৯% টিকিত

দেৱৰাত্তি। যদি ৭% টিকিত আদায় হুঁ তেবে ১০০-১৪০ বিলিয়ন তলার

ৰাষ্ট্ৰগুৰুত্ব হোলপাইব। রিও বেঁকে র টিকিত প্রযুক্তি কেন্দ্ৰীকৰণ কৰিতে

মধ পুত্ৰিকা পুকাশ পাইছিল। কংগ্ৰেস পোমানতি কৰিব পৰে পোমানতি

কৰিব নোৱে মোড়ি ধারণা ও মতামত ক'শ। জিগুৰে ভারতে এহি

## গোটী পঠে বৃহত্ত কল্পনাৰুত্তি পৰিবেশ

### পৃষ্ঠি স্বৰ্ণু ভাবে আৰু

### বন্দ কৰিবেজেজত্তি, অন্য

### পঠে বিশ্বৰ জনসাধাৰণ

### পৰিবেশৰে ঘৃণুখুবা

### ষণতিকু ব্যক্তিগত ভাবে

### প্ৰতাৰিত কৰিপাবিৰে নহাঁ

### যাহা কৰিবে তাহা সমুদ্রকু

### শঙ্গো শেষৰে কহিবাকু

### গলে এহি ধনী টিকিত

### যদি আৰাম্বা নভেম্বৰে

### জিগুৰে সন্ধিলনীৱে মুখ্য

### বিশ্ব হেব, তেবে পোহি

### ৩ বেঁকে স্বৰ্ণু ভাবে

### বিপাক হেবা

তাহা উপৰে কৌশি কৰ্ম্মান্বান পুৰুষ কৰায়াতনাহু। বৃক্ষ দেশৰে

অন্ধ পঞ্চ থাক্ক অৰ্থাত গোটী পুৰুষ কৰ দেবা পৰে পোহি দেশৰ

নাগৰিকক্ষ তাঙ্কে অৰ্থুপ, দৰমা উপৰে লংগায়াঠুৰা রিতিখৰ এবং অন্যৰু

খ্যাকু ভৰিস্বারা পৰে পুৰুষ কীয়া মোৰবায়াকেল কীয়াবাৰু লক্ষ্মী

নাগৰিক পুনৰ্বৰ পেহি গাঢ়ি কীয়াবাৰু পাই টিকিত দেবাৰু পোহিৰে

যেহেতু পুত্ৰিকা পুত্ৰী ভাবে আৰু পুত্ৰী ভাবে আৰু পুত্ৰী ভাবে আৰু

পুত্ৰী পুত্ৰী ভাবে আৰু পুত্ৰী ভাবে আৰু পুত্ৰী ভাবে আৰু

পুত্ৰী পুত্ৰী ভাবে আৰু পুত্ৰী ভাবে আৰু পুত্ৰী ভাবে আৰু

পুত্ৰী পুত্ৰী ভাবে আৰু পুত্ৰী ভাবে আৰু পুত্ৰী ভাবে আৰু

পুত্ৰী পুত্ৰী ভাবে আৰু পুত্ৰী ভাবে আৰু পুত্ৰী ভাবে আৰু

পুত্ৰী পুত্ৰী ভাবে আৰু পুত্ৰী ভাবে আৰু পুত্ৰী ভাবে আৰু

পুত্ৰী পুত্ৰী ভাবে আৰু পুত্ৰী ভাবে আৰু পুত্ৰী ভাবে আৰু

পুত্ৰী পুত্ৰী ভাবে আৰু পুত্ৰী ভাবে আৰু পুত্ৰী ভাবে আৰু

পুত্ৰী পুত্ৰী ভাবে আৰু পুত্ৰী ভাবে আৰু পুত্ৰী ভাবে আৰু

পুত্ৰী পুত্ৰী ভাবে আৰু পুত্ৰী ভাবে আৰু পুত্ৰী ভাবে আৰু

পুত্ৰী পুত্ৰী ভাবে আৰু পুত্ৰী ভাবে আৰু পুত্ৰী ভাবে আৰু

পুত্ৰী পুত্ৰী ভাবে আৰু পুত্ৰী ভাবে আৰু পুত্ৰী ভাবে আৰু

পুত্ৰী পুত্ৰী ভাবে আৰু পুত্ৰী ভাবে আৰু পুত্ৰী ভাবে আৰু

পুত্ৰী পুত্ৰী ভাবে আৰু পুত্ৰী ভাবে আৰু পুত্ৰী ভাবে আৰু

পুত্ৰী পুত্ৰী ভাবে আৰু পুত্ৰী ভাবে আৰু পুত্ৰী ভাবে আৰু

পুত্ৰী পুত্ৰী ভাবে আৰু পুত্ৰী ভাবে আৰু পুত্ৰী ভাবে আৰু

পুত্ৰী পুত্ৰী ভাবে আৰু পুত্ৰী ভাবে আৰু পুত্ৰী ভাবে আৰু

পুত্ৰী পুত্ৰী ভাবে আৰু পুত্ৰী ভাবে আৰু পুত্ৰী ভাবে আৰু

পুত্ৰী পুত্ৰী ভাবে আৰু পুত্ৰী ভাবে আৰু পুত্ৰী ভাবে আৰু

পুত্ৰী পুত্ৰী ভাবে আৰু পুত্ৰী ভাবে আৰু পুত্ৰী ভাবে আৰু

পুত্ৰী পুত্ৰী ভাবে আৰু পুত্ৰী ভাবে আৰু পুত্ৰী ভাবে আৰু

পুত্ৰী পুত্ৰী ভাবে আৰু পুত্ৰী ভাবে আৰু পুত্ৰী ভাবে আৰু

পুত্ৰী পুত্ৰী ভাবে আৰু পুত্ৰী ভাবে আৰু পুত্ৰী ভাবে আৰু

পুত্ৰী পুত্ৰী ভাবে আৰু পুত্ৰী ভাবে আৰু পুত্ৰী ভাবে আৰু

পুত্ৰী পুত্ৰী ভাবে আৰু পুত্ৰী ভাবে আৰু পুত্ৰী ভাবে আৰু

পুত্ৰী পুত্ৰী ভাবে আৰু পুত্ৰী ভাবে আৰু পুত্ৰী ভাবে আৰু

পুত্ৰী পুত্ৰী ভাবে আৰু পুত্ৰী ভাবে আৰু পুত্ৰী ভাবে আৰু

পুত্ৰী পুত্ৰী ভাবে আৰু পুত্ৰী ভাবে আৰু পুত্ৰী ভাবে আৰু

পুত্ৰী পুত্ৰী ভাবে আৰু পুত্ৰী ভাবে আৰু পুত্ৰী ভাবে আৰু

পুত্ৰী পুত্ৰী ভাবে আৰু পুত্ৰী ভাবে আৰু পুত্ৰী ভাবে আৰু

পুত্ৰী পুত্ৰী ভাবে আৰু পুত্ৰী ভাবে আৰু পুত্ৰী ভাবে আৰু

পুত্ৰী পুত্ৰী ভাবে আৰু পুত্ৰী ভাবে আৰু পুত্ৰী ভাবে আৰু

পুত্ৰী পুত্ৰী ভাবে আৰু পুত্ৰী ভাবে আৰু পুত্ৰী ভাবে আৰু

পুত্ৰী পুত্ৰী ভাবে আৰু পুত্ৰী ভাবে আৰু পুত্ৰী ভাবে আৰু

পুত্ৰী পুত্ৰী ভাবে আৰু পুত্ৰী ভাবে আৰু পুত্ৰী ভাবে আৰু

পুত্ৰী পুত্ৰী ভাবে আৰু পুত্ৰী ভাবে আৰু পুত্ৰী ভাবে আৰু

পুত্ৰী পুত্ৰী ভাবে আৰু পুত্ৰী ভাবে আৰু পুত্ৰী ভাবে আৰু

পুত্ৰী পুত্ৰী ভাবে আৰু পুত্ৰী ভাবে আৰু পুত্ৰী ভাবে আৰু

পুত্ৰী পুত্ৰী ভাবে আৰু পুত্ৰী ভাবে আৰু পুত্ৰী ভাবে আৰু

পুত্ৰী পুত্ৰী ভাবে আৰু পুত্ৰী ভাবে আৰু পুত্ৰী ভাবে আৰু

পুত্ৰী পুত্ৰী ভাবে আৰু পুত্ৰী ভাবে আৰু পুত্ৰী ভাবে আৰু







ଦୂର୍ମାତ୍ର ଅଭିଯୋଗ  
ପରେ ପଦବୀ ପରିବର୍ତ୍ତନ

ଉତ୍ତରପାଞ୍ଚିକ ଉତ୍ତରପାଞ୍ଚିକ

# ବ୍ରିପ୍ରାଣିକ ବ୍ରିଠକରୁ ବାହାରିଲାମି ନିଷ୍ପାର୍ଶ

## କାର୍ଯ୍ୟାଳୟ ବସ୍ତି ଓ ଲକ୍ଷ୍ମୀ ବସ୍ତି ବିବାଦର ସମାଧାନ ଉଦ୍ୟମ



ଭୁବନେଶ୍ୱର, ୨୦୧ (ବାବୁଲା ପ୍ରଧାନ):  
ରାଜନଗର ନିଷ୍ପାର୍ଶ ବାରାର କର୍ମଚାରୀ (ଆର୍ଥିକରୀ) କାର୍ଯ୍ୟାଳୟରେ ଗୋଟିଏ ପରେ ଗୋଟିଏ ଦୂର୍ମାତ୍ର ଅଭିଯୋଗ ଆସୁଛି। ବିବାର କର୍ତ୍ତା ବର୍ଷ ହେବ ଏହି ସମସ୍ୟା ଲାଗି ରହିଛି। ଯେଉଁ ତୋସ ପ୍ରମାଣ ମିଳିଛି ସେଠି କର୍ମଚାରୀଙ୍କ ବିବାର ଦୃଢ଼ କାର୍ଯ୍ୟାଳୟରେ ନିଆୟାରାଇଛି ସେଠି ତୋସ ପ୍ରମାଣ ମିଳିଛି ସେଠି ବିବାର ପଦକ୍ଷେପ ନେଇଛନ୍ତି ବିବାର ଉଚ୍ଚ କର୍ମଚାରୀ ବିବାର ପ୍ରବେଶ କରିବାର ଉଚ୍ଚ କର୍ମଚାରୀଙ୍କ ବିବାର ରେ ଅର୍ଥ ଆମ୍ବାତ ଅଭିଯୋଗ ଆର୍ଥିକରୀ। ଏହାପରେ ବିବାର ଉଚ୍ଚ କର୍ମଚାରୀ ଘରଣାର ଦତ୍ତ କରିଥିଲେ। କାର୍ଯ୍ୟାଳୟ ଦୂର୍ମାତ୍ର ଦତ୍ତ କରିଥିଲେ ଏହାପରେ ଅଗ୍ରଗତି ଜଣାପଡ଼ିଲାଛି। ପ୍ରମାଣ ଯଦି ମିଳିବ ତେବେ ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ କର୍ମଚାରୀଙ୍କ ବିବାର ରେ ଦୃଢ଼ କାର୍ଯ୍ୟାଳୟରେ ନିଆୟାରାଇଛି କାର୍ଯ୍ୟାଳୟର ନିଆୟାରା ବୋଲି କୁହାଯାଇଛି। ଜିଲ୍ଲାରେ ଏବେ ୨୨୩ କୁକରେ ୧୨୪ ଲକ୍ଷୀ ବସ କାର୍ଯ୍ୟାଳୟର କୁହାଯାଇଛି। କାର୍ଯ୍ୟାଳୟର ନିଆୟାରା ବୋଲି କୁହାଯାଇଛି। ଏବେ ବ୍ରିଠକରେ କୌଣସି ନିଷ୍ପାର୍ଶ ବାହାରି ନଥିବା ଘରୋଇ ବସ ମାଲିକ ସଂଘର ସଭାପତି ଶ୍ରୀ ପତି ଗଣମାଧ୍ୟମରୁ ସତକାନ ଦେଇଛନ୍ତି। ଆସନ୍ତା ୧ରେ ବାଜ୍ୟୁଗ୍ରାୟ ଏକ ବ୍ରିଠକ ରହିଛି, ସେଠି ଯଦି କୌଣସି ସମାଧାନ ବାଟ ନ ବାହାରି ତେବେ ତେବେ ସେମାନଙ୍କ ବିବାର ରେ ବସ ମାଲିକ ସଂଘର ସଭାପତି ସହାର ବସ ମାଲିକ ସଂଘର ସଭାପତି ସହାର ବସ ମାଲିକ ଏବେ ଲକ୍ଷୀ ବସ ସୁପରଭାଇଜରମାନେ ଉପରୁତ ଥିଲେ।

## ପାଲାରସିଂ୍ହାରେ ମିଳିତ ଜନ ଅଭିଯୋଗ ଶୁଣାଣି

ପାଲାରସିଂ୍ହାରେ, ୨୦୧ (ରାଜ୍ୟାଧୀନ ପରିଷା):

କାର୍ଯ୍ୟାଳୟର କାର୍ଯ୍ୟାଳୟର କୁକ ଅର୍ଥଗତ ଖାଣ୍ଡା ଗ୍ରାମ ପଞ୍ଚାୟତର ପାଲାରସିଂ୍ହା ଗ୍ରାମ ଏକ ପଞ୍ଚାୟତ ପରେ ଅଭିଯୋଗ ଶୁଣାଣି ଅନୁଷ୍ଠାନିତ ହୋଇଯାଇଛି।

ଏହି ବିବାର ଆଗରୁ ବିବାର ସମ୍ବନ୍ଧରେ ଉଚ୍ଚ କର୍ମଚାରୀ ରହିଛନ୍ତି। ଏହା ପୂର୍ବ ବିବାର ଉଚ୍ଚ କର୍ମଚାରୀ ରହିଛନ୍ତି। ଏହା ପରେ ସମ୍ବନ୍ଧରେ ଆଶ୍ରମ ଆଶ୍ରମ ପରେ ଅଭିଯୋଗ ଶୁଣାଣି କରିଛନ୍ତି।

ଏହା ପରେ ସମ୍ବନ୍ଧରେ ଆଶ୍ରମ ଆଶ୍ରମ ପରେ ଅଭିଯୋଗ ଶୁଣାଣି କରିଛନ୍ତି।

ଏହା ପରେ ସମ୍ବନ୍ଧରେ ଆଶ୍ରମ ଆଶ୍ରମ ପରେ ଅଭିଯୋଗ ଶୁଣାଣି କରିଛନ୍ତି।

ଏହା ପରେ ସମ୍ବନ୍ଧରେ ଆଶ୍ରମ ଆଶ୍ରମ ପରେ ଅଭିଯୋଗ ଶୁଣାଣି କରିଛନ୍ତି।

ଏହା ପରେ ସମ୍ବନ୍ଧରେ ଆଶ୍ରମ ଆଶ୍ରମ ପରେ ଅଭିଯୋଗ ଶୁଣାଣି କରିଛନ୍ତି।

ଏହା ପରେ ସମ୍ବନ୍ଧରେ ଆଶ୍ରମ ଆଶ୍ରମ ପରେ ଅଭିଯୋଗ ଶୁଣାଣି କରିଛନ୍ତି।

ଏହା ପରେ ସମ୍ବନ୍ଧରେ ଆଶ୍ରମ ଆଶ୍ରମ ପରେ ଅଭିଯୋଗ ଶୁଣାଣି କରିଛନ୍ତି।

ଏହା ପରେ ସମ୍ବନ୍ଧରେ ଆଶ୍ରମ ଆଶ୍ରମ ପରେ ଅଭିଯୋଗ ଶୁଣାଣି କରିଛନ୍ତି।

ଏହା ପରେ ସମ୍ବନ୍ଧରେ ଆଶ୍ରମ ଆଶ୍ରମ ପରେ ଅଭିଯୋଗ ଶୁଣାଣି କରିଛନ୍ତି।

ଏହା ପରେ ସମ୍ବନ୍ଧରେ ଆଶ୍ରମ ଆଶ୍ରମ ପରେ ଅଭିଯୋଗ ଶୁଣାଣି କରିଛନ୍ତି।

ଏହା ପରେ ସମ୍ବନ୍ଧରେ ଆଶ୍ରମ ଆଶ୍ରମ ପରେ ଅଭିଯୋଗ ଶୁଣାଣି କରିଛନ୍ତି।

ଏହା ପରେ ସମ୍ବନ୍ଧରେ ଆଶ୍ରମ ଆଶ୍ରମ ପରେ ଅଭିଯୋଗ ଶୁଣାଣି କରିଛନ୍ତି।

ଏହା ପରେ ସମ୍ବନ୍ଧରେ ଆଶ୍ରମ ଆଶ୍ରମ ପରେ ଅଭିଯୋଗ ଶୁଣାଣି କରିଛନ୍ତି।

ଏହା ପରେ ସମ୍ବନ୍ଧରେ ଆଶ୍ରମ ଆଶ୍ରମ ପରେ ଅଭିଯୋଗ ଶୁଣାଣି କରିଛନ୍ତି।

ଏହା ପରେ ସମ୍ବନ୍ଧରେ ଆଶ୍ରମ ଆଶ୍ରମ ପରେ ଅଭିଯୋଗ ଶୁଣାଣି କରିଛନ୍ତି।

ଏହା ପରେ ସମ୍ବନ୍ଧରେ ଆଶ୍ରମ ଆଶ୍ରମ ପରେ ଅଭିଯୋଗ ଶୁଣାଣି କରିଛନ୍ତି।

ଏହା ପରେ ସମ୍ବନ୍ଧରେ ଆଶ୍ରମ ଆଶ୍ରମ ପରେ ଅଭିଯୋଗ ଶୁଣାଣି କରିଛନ୍ତି।

ଏହା ପରେ ସମ୍ବନ୍ଧରେ ଆଶ୍ରମ ଆଶ୍ରମ ପରେ ଅଭିଯୋଗ ଶୁଣାଣି କରିଛନ୍ତି।

ଏହା ପରେ ସମ୍ବନ୍ଧରେ ଆଶ୍ରମ ଆଶ୍ରମ ପରେ ଅଭିଯୋଗ ଶୁଣାଣି କରିଛନ୍ତି।

ଏହା ପରେ ସମ୍ବନ୍ଧରେ ଆଶ୍ରମ ଆଶ୍ରମ ପରେ ଅଭିଯୋଗ ଶୁଣାଣି କରିଛନ୍ତି।

ଏହା ପରେ ସମ୍ବନ୍ଧରେ ଆଶ୍ରମ ଆଶ୍ରମ ପରେ ଅଭିଯୋଗ ଶୁଣାଣି କରିଛନ୍ତି।

ଏହା ପରେ ସମ୍ବନ୍ଧରେ ଆଶ୍ରମ ଆଶ୍ରମ ପରେ ଅଭିଯୋଗ ଶୁଣାଣି କରିଛନ୍ତି।

ଏହା ପରେ ସମ୍ବନ୍ଧରେ ଆଶ୍ରମ ଆଶ୍ରମ ପରେ ଅଭିଯୋଗ ଶୁଣାଣି କରିଛନ୍ତି।

ଏହା ପରେ ସମ୍ବନ୍ଧରେ ଆଶ୍ରମ ଆଶ୍ରମ ପରେ ଅଭିଯୋଗ ଶୁଣାଣି କରିଛନ୍ତି।

ଏହା ପରେ ସମ୍ବନ୍ଧରେ ଆଶ୍ରମ ଆଶ୍ରମ ପରେ ଅଭିଯୋଗ ଶୁଣାଣି କରିଛନ୍ତି।

ଏହା ପରେ ସମ୍ବନ୍ଧରେ ଆଶ୍ରମ ଆଶ୍ରମ ପରେ ଅଭିଯୋଗ ଶୁଣାଣି କରିଛନ୍ତି।

ଏହା ପରେ ସମ୍ବନ୍ଧରେ ଆଶ୍ରମ ଆଶ୍ରମ ପରେ ଅଭିଯୋଗ ଶୁଣାଣି କରିଛନ୍ତି।

ଏହା ପରେ ସମ୍ବନ୍ଧରେ ଆଶ୍ରମ ଆଶ୍ରମ ପରେ ଅଭିଯୋଗ ଶୁଣାଣି କରିଛନ୍ତି।

ଏହା ପରେ ସମ୍ବନ୍ଧରେ















# ଘର ମେଡ୍ ରଖିଥିଲା...

## ଚପିଂ କୋଡ଼ ସଂକଳନ

ପରିବା କାଟିବା ପାଇଁ ଅଧିକାଂଶ ଗୃହିଣୀ ଘରେ  
ପ୍ଲାଷ୍ଟିକ ଚପିଂ ବୋର୍ଡ ବ୍ୟବହାର କରିଥାନ୍ତି କିନ୍ତୁ  
ଏହାର ବ୍ୟବହାର ସ୍ଵାସ୍ଥ୍ୟ ପାଇଁ ଖରାପ।

ଶରୀରକୁ ପ୍ଲାଷ୍ଟିକ୍ କଣିକା ଯିବା ଫଳରେ ଧୀରେ ଥିବା ମାନଙ୍କୋ ମୂଳ୍ୟକୁ ଆମ ଶରୀର ଉତ୍ତରକୁ ଯାଇଥାଏ, ଯାହା ଅଭ୍ୟନ୍ତରାପ । ବାରମ୍ବାର ଛୁଟିରେ କାଟିବା ଫଳରେ ଏଥରେ ହୋଇଥିବା ଦାଗ ନାମରେ ବ୍ୟାକ୍ରେରିଆ ହେବାର ଶାଙ୍କା ରହିଥାଏ । ପ୍ଲାଷ୍ଟିକ୍ ବିଛିଟି ହାଇ ନଷ୍ଟହେବା ପାଇଁ ହଜାର ଜାର ବର୍ଷ ଲାଗିଥାଏ । ତେଣୁ ରାଗକୁ ଯାଉଥିବା ମାଜଙ୍କୋ ପ୍ଲାଷ୍ଟିକ୍ ନଷ୍ଟ ନ ହୋଇ ରହୁଥିବା ଶିଖିଥାଏ, ଯାହା ବନ୍ଦ ସମସ୍ୟା ବୃଦ୍ଧି କରିଥାଏ । କାଠର ବୋର୍ଡ ଏଥ ବ୍ୟାକ୍ରେରିଆ ସ୍ଥିତି କରିଥାଏ । ପିଂ ବୋର୍ଡ ବ୍ୟକ୍ତହାର ଫଳରେ ତତ୍ତ୍ଵ ସମସ୍ୟା ଆସିପାରେ ଆସନ୍ତିବା ।

ଚପିଂ ବୋର୍ଡ ମାଧ୍ୟମରେ

# ସାମାଜିକାରରେ ସଫଳତା ଲାଗି...

ଶକ୍ତିର ଯୋଗ୍ୟତା ସବୁ ଅନେକ ସମୟରେ  
ସାକ୍ଷାତ୍କାରରେ ବିଫଳତା ମିଳିଥାଏ ତେବେ  
ଏଥୁରେ ସଫଳ ହେବା ପାଇଁ ବିଭିନ୍ନ  
ଦିଗରୁ ପ୍ରସ୍ତୁତି କରିବାକୁ ହେବା

■ ସାକ୍ଷାତକାର ଦେବାକୁ ଯିବା  
ବୁନ୍ଦୁ ସର୍ବପ୍ରଥମେ କେଉଁ ସବୁ  
ଅନ୍ୟମୟରେ ଆପଣଙ୍କୁ ପ୍ରଶ୍ନ ଆସିବ  
ସନ୍ତେଜ ପ୍ରସ୍ତୁତ ହୁଅଛୁ । ନଚେତ୍  
ସହି ସବୁ ବିଷୟରେ ପ୍ରଶ୍ନ ଉଭର  
ଦଇ ନ ପାରିଲେ ଆପଣଙ୍କ  
ଜୀବାକୁ ନେଇ ସୋଠାରେ ଭିନ୍ନ  
ରହିଛି ସୃଷ୍ଟି ହୋଇପାରେ ।

■ ନିଜର ଆଗ୍ରହ ଥିବା କ୍ଷେତ୍ରରେ ହେ  
ଯାଇଥର ବନ୍ଧନ କରନ୍ତୁ । ଫଳରେ  
କ୍ଷେତ୍ରରେ ଆପଣ ନିଜ ଆତ୍ମ ଭିନ୍ନ  
ଛି କରିବା ପାଇଁ ପ୍ରୟାସ କରିବେ ।  
ଫଳରେ ଆପଣ ଏ କ୍ଷେତ୍ରରେ ନିଜକୁ  
ଅନ୍ତରଭୂତ୍ୟରେ ଯୋଗ୍ୟ ପ୍ରମାଣିତ  
ରହିପାରିବେ ।

■ ସାକ୍ଷାତକାର ନିମନ୍ତେ ପ୍ରତିଦିନ  
ଭିତ୍ୟାସ କରନ୍ତୁ । କିଭଳି ସମୟକୁ  
ଆସାରେ କହିବେ ସେକଥା ଭାବି  
ପ୍ରତ୍ୟେ ହୁଅନ୍ତା । ସପଳ ନ ହେବା

ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ବାରମ୍ବାର ବିଷୟବସ୍ତୁ  
ପଡ଼ନ୍ତୁ । ଏହା ସହ ନିଜ ବ୍ୟକ୍ତିର  
ବଢ଼ାଇବାକୁ ପ୍ରୟାସ କରନ୍ତୁ ।

■ ସାକ୍ଷାତକାରକୁ ଯିବା  
ସମୟରେ ପରିଧାନର ଏକ  
ବିଶେଷ ଗୁରୁତ୍ୱ ରହିଥାଏ ।  
ସେଥିପୁଣି ଧାନ ଦେବାକୁ  
ଭୁଲନ୍ତୁ ନାହିଁ । ଯେଉଁ କଳାମାନକୁ  
ଲକ୍ଷ୍ମରଭ୍ୟ ଦେବାକୁ ଯାଉଛନ୍ତି  
ସେଠି ଅନ୍ୟମାନେ କିଭଳି  
ପୋକାକ ପିଲୁଛୁକ୍ତି ଲକ୍ଷ୍ୟ  
କରନ୍ତୁ । ସେହି ଅନୁସାରେ ନିଜେ  
ପ୍ରସ୍ତୁତ ହୋଇ ଯାଆନ୍ତା ।

■ ଏହି ସମୟରେ ଆମ୍ବିଶାସ  
ହରାନ୍ତୁ ନାହିଁ । କୌଣସି ବିଷୟରେ  
ଜାଣିନାହାନ୍ତି ଭାବି ଆଦୌ ନର୍ଜୟ  
ହୁଅନ୍ତା ନାହିଁ । ବରଂ ଆମ୍ବିଶାସ  
ଥିବା ଅନୁଭବ କଲେ ଆପଣ  
ସଫଳ ହୋଇପାରିବେ ।



ଆଜିକାଲି ଅଧିକାଂଶ  
ପରିବାରରେ ମେଘଙ୍କୁ  
ସମୟତା ମେବାକୁ  
ବାଧ ହେଉଛନ୍ତି  
ଗୃହିଣୀ ତେବେ ଘରେ  
ଏମାନେ କାମ କରୁଥିବା  
ସମୟରେ ବିଭିନ୍ନ  
ଦିଗକୁ ନେଇ ସତେତନ  
ରହିବାକୁ ହୁଏ ନଚେତ୍  
ବହୁ ସମସ୍ୟା ଆସିଥାଏବା  
ଏହି ଦୃଷ୍ଟିରୁ କେଉଁ ସବୁ  
କଥାକୁ ଦୃଷ୍ଟିଦେବାକୁ  
ହେବ ଜାଣନ୍ତି...

ଥାଜିକାଳ ଅଧିକାଂଶ ମହିଳା କର୍ମଚାରୀ ହେବାକୁ ପ୍ରସାଦ କରୁଛନ୍ତି । ତେଣୁ ପରକାମରେ ସହାୟତା ପାଇଁ ସେମାନେ ମେଡ଼ ରଖିବାକୁ ବାଧ ହେଉଛନ୍ତି । କେତେକ କ୍ଷେତ୍ରରେ ଗୃହିଣୀମାନେ ଏକାନିବର୍ଷା ପରିବାରରେ ରହୁଥିବାରୁ ମେଡ଼ଙ୍କ ସହାୟତା ମେବାକୁ ଚାହୁଁଛନ୍ତି । ଏଭଳି କ୍ଷେତ୍ରରେ ନିଜର ଆବଶ୍ୟକତା ଅନୁସାରେ କେହି ମୁଲ୍କ ଗାଇମ ତ କେହି ପାର୍ଟ ଗାଇମ ମେଡ଼ ରଖୁଛନ୍ତି । ତେବେ ଯାହା ବି ହେଉ ଘରେ ଯଦି ମେଡ଼ କାମ କରୁଛି ସେ ସମୟରେ ଆପଣଙ୍କ ବିଭିନ୍ନ ଦୃଷ୍ଟିରୁ ସଚେତନ ରହିବାକୁ ହେବ । ନଚେତ ଏମାନଙ୍କ କାରଣରୁ ବହୁ ପାରିବାରିକ ଓ ଧାରାଜିକ ବିଶ୍ଵାସିଳା ସୃଷ୍ଟି ହେବାକୁ ବେଶି ସମୟ ଲାଗିବ ନାହିଁ ।

ମେଡ଼ ସାମ୍ବାରେ ଝଗଡ଼ା କରିବୁ ନାହିଁ : ବେଳେବେଳେ ଅତ୍ୟଧିକ ରାଗରେ ଆମେ କାହାକୁ କ’ଣ ସବୁ କହି ଦିଅନ୍ତି ସେକଥା ନିଜେ ବି ଜାଣିପାରନ୍ତି ନାହିଁ । ଏଭଳି ପ୍ରିତିରେ ଘରେ ଯଦି ମେଡ଼ କାମ କରୁଥିବାବେଳେ ଆପଣ କାହା



ଆଗରେ ଏତଳ ଭୁଲ୍ କରନ୍ତୁ ନାହା।  
ବିଶେଷକରି ସ୍ଥାମାଙ୍କ ସହ ଖଣ୍ଡା  
କରନ୍ତୁ ନାହିଁ।

**ପଡ଼ୋଶୀଙ୍କ ନିମ୍ବ କରନ୍ତୁ**

ନାହିଁ: ପଡ଼ୋଶୀଙ୍କ ବିଷୟରେ  
ମେଉ ଆଗରେ କୌଣସି ପ୍ରକାର  
ନକାରାମକ କଥା ହୁଏନ୍ତି ନାହିଁ କିମ୍ବା  
ତା' ଠାରୁ ଶୁଣନ୍ତି ନାହିଁ। ଏତଳ ଭୁଲ୍  
ପାଇଁ ବହୁ ଆପଣ ଅମୁରିଧାରେ

ପଢ଼ି ପାରନ୍ତି ।

କାରଣ କୌଣସି  
ମୁଁ ହୁଏ ରୁଁ ର  
ହୁଏତ ମେଉ  
ପ ଦେ । ଶ 1 ଙ୍କ  
ଆଗରେ ଆପଣ  
କହିଥିବା କଥା  
କହି ସେମାନଙ୍କ  
ନୀ କ ଚ ତ ର  
ହେବାକୁ ଚେଷ୍ଟା  
କରିପାରେ । ଏହା

ଫଳରେ ଅୟଥାରେ ପଡ଼ୋଶୀଙ୍କ  
ସହ ଆପଣଙ୍କର ସମ୍ପର୍କ ଖରାପ  
ହୋଇପାରେ ।

ଚଙ୍ଗା ଥିବା ନେଇ ଦେଖେଇ  
ହୁଅନ୍ତୁ ନାହିଁ: ଆପଣଙ୍କର ଅଧିକ  
ଚଙ୍ଗା ଓ ସୁନା ଅଳଙ୍କାର ଅଛି ବୋଲି  
ମେଉ ଆଗରେ ଆବେ ପ୍ରକାଶ  
କରନ୍ତୁ ନାହିଁ କି ସେତିକୁ କୌଣସି  
ଆଚରଣ କରନ୍ତୁ ନାହିଁ । କାରଣ  
ଚଙ୍ଗା ପ୍ରତି ଅଧିକାଂଶ ମେତ୍ରଙ୍କର  
ଲୋଭ ଆଧିକାଂଶ । ଫଳରେ  
ସେମାନେ ଚଙ୍ଗା ନେବା ପାଇଁ  
ହୁଏତ ଆପଣଙ୍କୁ ମିଳି କହିପାରନ୍ତି

ମାଲିନୀ କୁର୍ତ୍ତିକାଳ ସ୍ମୃତି

ଘରକାମରେ ସାହାଯ୍ୟ ପାଇଁ ମେଡ଼ ରଖୁଛି  
ସତ, ହେଲେ ସେଥିପାଇଁ ବହୁ ଚେନ୍‌ସନ  
ନେବାକୁ ପଡ଼ୁଛି । ଅଧିକାରୀ ଦିନ ସେ ଠିକ୍  
ସମୟରେ ଆସୁନାହୁଁ । ବେଳେବେଳେ  
ସକାଳ ସମୟରେ ଡେରି କରିଦେଉଛି  
ତ କେବେ ପୁଣି ସନ୍ଧ୍ୟାବେଳେ ଡେରିରେ  
ଆସୁଛି । ଏଥିପାଇଁ ଅସୁରିଧା ହେଲେ ବି କିଛି  
କହିଛେଉନି । ମେଡ଼କୁ ବିଳମ୍ବ କଥା ପଚାରିଲେ  
ସେ ବିଭିନ୍ନ ପ୍ରକାର କାରଣ କହିଥାଏ । ତେଣୁ ଭଲ ଲାଗେନି । ବରଂ  
ନିଜେ ବେଳେବେଳେ କଷ୍ଟ ହେଲେ ବି କାମ କରିଦିଏ । ସେ ଆସିବା  
ପରେ ତା' ପାଇଁ କମ୍ଳ କାମ ଥାଏ । ଏହା ସହ ସେ କାମ କରିବାବେଳେ  
ସବୁବେଳେ ତାକୁ ମାଇଦ୍ର କରିବାକୁ ହୁଏ, ନଚେତ ସବୁ କାମ ଏପଚ  
ସେପଚ କରିଦେବ । ତେଣୁ ସବୁବେଳେ ତା' ଉପରେ ନଜର ରଖିବା  
ସହ ତାକୁ କଣ ସବୁ କରିବାକୁ ହେବ କହିଥାଏ ।

- ମହାତ୍ମା ଜେନ୍ଦ୍ରା, ଗୃହିଣୀ, ବରତାଳ୍ପାତା, ଖୁବନେଶ୍ୱର  
 ସିସିଟିଭି ଲାଗେଇଛି  
 ଘରେ ମେଘ ରଖିଛି ବୋଲି ସିସିଟିଭି ଲାଗେଇବାକୁ ବାଧ ହେଲି।  
 କାହିଁକିମା ସେମାନଙ୍କୁ ସହଜରେ ବିଶ୍ୱାସ କରି  
 ହେଉନି। ସିସିଟିଭି ଲାଗେଇଛି ଜାଣିବା  
 ପରେ ସେ କୌଣସି ଭୁଲ କାମ କରିବାକୁ  
 ସାହସ କରୁନି। କିନ୍ତୁ ଅନେକ ଥର ଡେରିରେ  
 ଆସିବା ଆର ବାରମାର ଛୁଟିରେ ରହିବା ପାଇଁ  
 ସେ ବାହାନା କରେ। ସବୁ ଜାଣିବା ପରେ ବି  
 ତାକୁ କିନ୍ତି କହି ହୁଏନି। ଯାହା ବି ହେଉ ସେ ନ  
 ଆସିଲେ ସବୁ କାମ କରିଛେବନି। ଘରର ସବୁ  
 କାମ, ପିଲାଙ୍କ ଖରର ବୁଝିବା ପାଇଁ ମତେ ଏକ ସମୟ ହେଉନି। ତେଣୁ  
 ମେଘ ଉପରେ ନିର୍ଭର କରୁଛି। ସେ ଆସିବା ଫଳରେ ମତେ ସାହସ୍ୟ  
 ମିଳୁଛି। ତେଣୁ ବାଧହୋଇ ତାକୁ କାମ କରିବାକୁ କଷ୍ଟ ଓ ସେ କାମ  
 କରିବାବେଳେ ସବୁବେଳେ ମୋ ନଜର ବି ତା' ଉପରେ ରହିଥାଏ ।

କମ୍ପ୍ୟୁଟର କାମ କରିବା ପାଇଁ ଚେଷ୍ଟା କରିପାରନ୍ତି । ତେଣୁ ସେମାନଙ୍କ ଆଗରେ ଟଙ୍କାର ଲୋଭ ସୁଷ୍ଠୁ କରାନ୍ତୁ ନାହିଁ ନିଜେ ଅସୁବିଧାରେ ପଡ଼ିବେ ।

**ବିରୋଧରେ ଗପିବାକୁ ପ୍ରସ୍ତ୍ରୟ ଦିଅନ୍ତୁ ନାହିଁ :** ଅନେକ ସମୟରେ ଘରେ କାମ କରିବା ସହ ପାରିବାରିକ ଜୀବନରେ ହସ୍ତକ୍ଷେପ କରିବା ପାଇଁ ଚେଷ୍ଟା କରନ୍ତି ମେହା ଏଥପାଇଁ ସେମାନେ ପ୍ରଥମେ ଘରର ସଦସ୍ୟଙ୍କ ସହ ଘନିଷ୍ଠତା ଦେଖାଇବାକୁ ଚେଷ୍ଟା କରନ୍ତି । ପରେ ଜଣଙ୍କ ବିରୋଧରେ ଅନ୍ୟ ଆଗରେ କହି ନିଜର ହେବାକୁ ଚେଷ୍ଟା କରନ୍ତି । କିନ୍ତୁ ତାଙ୍କୁ ଏହି ସୁଯୋଗ ଦିଅନ୍ତୁ ନାହିଁ । ଏହିକି ବାହାର ଲୋକଙ୍କ ବିଶ୍ୟରେ ଯଦି ସେମାନେ କିଛି କହିବାକୁ ଚେଷ୍ଟା କରନ୍ତି ହେସବୁ ମଧ୍ୟ ଶୁଣନ୍ତୁ ନାହିଁ । ଘରର କୌଣସି ସଦସ୍ୟଙ୍କ ବିଶ୍ୟରେ ଆପଣଙ୍କ କହି ଆମିଯତା ଦେଖାଇବା ଚେଷ୍ଟାକଲେ ଦୁଇତି ଆକଟ କରନ୍ତୁ ଦାମୀ । ଜିନିଷକୁ ସୁରକ୍ଷିତରେ ରଖନ୍ତୁ : ଘରର କୌଣସି ଦାମ ଜିନିଷକୁ ଖାମଖାଲ ଭଙ୍ଗିବା ଏଣେ ତେଣେ ରଖନ୍ତୁ ନାହିଁ । କାରଣ ମେଉଁ ଯେ ସଜୋଇ ହୋଇଥିବେ ତା' ସୁରବେଳେ ଠିକ୍ ହୋଇ ନ ଥାଏ । ତେଣେ ଲୋଭର ବଶବର୍ଜୀ ହୋଇ ଯେ ତୋରି କମ୍ପ୍ୟୁଟର ଆକ୍ରମ ଯୋଜନା କରିପାରନ୍ତି । ଏସା ଦୃଷ୍ଟିରୁ ବିଚାରକଲେ ଘରେ ସାହିତ୍ୟରେ ଜିନିଷକୁ ସୁରକ୍ଷିତ ପ୍ଲାନରେ ପାଇବାକୁ ହୁଁ ଠିକ୍ ହେବ ।



# ବର୍ଷାରେ ଗ୍ରୋଟିଂ ସିମ୍ବୁଦ୍ଧି

ବର୍ଷାଦିନେ ସୁନ୍ଦର ଓ  
ଗୋଲେ ଦୃଚା ପାଇବା  
ନିମକ୍ତ କିଞ୍ଚଳି ଯତ୍ତ  
ନେବାକୁ ହେବ  
ଜାଣିରଖନ୍ତା

- ▶ ଦ୍ଵିତୀୟ ସୁଦେଶ କରିବା ପାଇଁ ପ୍ରଥମେ କ୍ଲିଞ୍ଚର ଲଗାନ୍ତୁ । ଯେକୌଣସି ପ୍ରକାରର ଲାଇଟ୍ କ୍ଲିଞ୍ଚର ବ୍ୟବହାର କରନ୍ତୁ । ଏହାଦ୍ଵାରା ପ୍ରାକୃତିକଭାବେ ଦ୍ଵିତୀୟ ରିକଷଣ ରହିଥାଏ । ତେବେ ମୁହଁକୁ ସଫା କରିବା ପାଇଁ ସବୁବେଳେ ଭଲ କ୍ଲିନିଟିର କ୍ଲିଞ୍ଚର ବ୍ୟବହାର କରନ୍ତୁ ।
- ▶ ବର୍ଷାଦିନେ ଦ୍ଵିତୀୟ ସାମାନ୍ୟ ତିଲା ହୋଇଥାଏ । ତେଣୁ ପ୍ରତିଦିନ ମଣ୍ଡଗାଇଜର ଲଗାନ୍ତୁ । ଫଳରେ ଦ୍ଵିତୀୟ ସୁଦେଶ ଦେଖାଯିବ ।
- ▶ ବର୍ଷାଦିନେ ବି ବାହାରକୁ ବାହାରିଲେ ସନ୍ତ୍ରିନ୍ଦ୍ରିୟର ଲୋସନ ଲଗାନ୍ତୁ । ଏହି ରତ୍ନରେ ଦ୍ଵିତୀୟ ଅଧିକ ଅଧିଳି ଦେଖାଯାଏ, ତେଣୁ ଝାରେବେସ ସନ୍ତ୍ରିନ୍ଦ୍ରିୟର ଲୋସନ ଲଗାଇବା ଦରକାର । ସାଧାରଣତଃ ଖରାଦିନେ ସନ୍ତ୍ରିନ୍ଦ୍ରିୟର ଲୋସନ ଲଗାଇବା ଦରକାର ବୋଲି ଲୋକେ ଭାବିଥାନ୍ତି । ମାତ୍ର ଏହି



ଧାରଣା ଭୁଲ । ସବୁ ରହୁରେ ସମ୍ପଦିନ ଲୋଶନ  
ଲଗାଇବାକୁ ହୋଇଥାଏ ।

▶▶ ବର୍ଷାଦିନେ ଯଦି ମେଳାଥ୍ୟ ନେଉଛକ୍ତି ଦେବେ  
କୁଟି ପେପର ବ୍ୟବହାର କରନ୍ତୁ। ଏଥରେ  
ମେଳାଥ୍ୟ ଭଲଭାବେ ସେବା ହୋଇ ରହିବା  
ଓ ମୁଁହଁରେ ଥିବା ଅତ୍ୟଧିକ ତେଳ ଅଂଶ କମ  
ହୋଇପିବ।

▶ ବର୍ଷାଦିନେ ଦୂରାର ଗୋ ବଡ଼ାଇବା ପାଇଁ  
ଉଷୁମପାଶିରେ ମୁଁ ଝୁଅନ୍ତିରୁ ଏହା ସହ ମଞ୍ଚିରେ  
ମଞ୍ଚିରେ ସ୍କ୍ରିବ ନିଶ୍ଚଯ କରନ୍ତୁ ପାଣି ଅଧିକ  
ପିଆନ୍ତୁ ଏହା ବ୍ୟତାତ ଡିଗାମିଲ୍ ସି ବେରେମ୍  
ଲଗାନ୍ତୁ ଏଥିରେ ଆଶି ଅଛିଦାଶ ଥାଏ । ତେଣୁ  
ଏହା ଦୂରା ପାଇଁ ବସୁ ଜୁଗରା । ପ୍ରତିଦିନ ଏହାର  
ବ୍ୟବହାର ଫଳରେ ଦିନ ଟାଙ୍କଟ୍ ହେବା ସମ୍ଭବ

# ଶାନ୍ତିରୁଚି

## ଭେଦିଟେବଳ ହିଙ୍ଗ ରୋଲ



A white rectangular plate holds four large, cylindrical spring rolls, each filled with visible ingredients like vegetables and meat. To the right of the plate is a small white bowl containing a vibrant red dipping sauce. The background features a red and white striped pattern.





