

ରେଳଫାଟକ ବନ୍ଦ ନ କରିବା ଲାଗି ପ୍ରତିନିଧି ଦଳ ଉପଜିଲ୍ଲାପାଳଙ୍କୁ ସ୍ଥାନୀୟତା ଦେଖାଇଛି

ରାଜ୍ୟସ୍ତରୀୟ ସମ୍ବଲପୁରୀ ଦିନ ପାଇଁ ପ୍ରସ୍ତୁତି

[illegible]

9

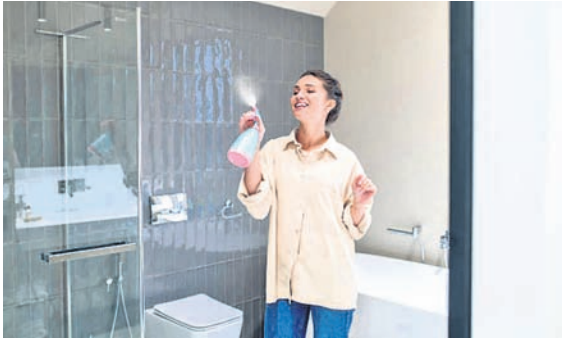
ଭାରତୀୟ ଖେଳାଳି

ଝିଟିପିଟି ପ୍ରାୟ ଅଧିକାଂଶଙ୍କ ଘରେ ଥିବା
ଦେଖିବାକୁ ମିଳିଥାଏ। କେହି କେହି ସହାକୁ
ଦେଖିଲେ ଭୟ ମଧ୍ୟ କରିଥାନ୍ତି। ଯଦି ଆପଣଙ୍କ
ଘରେ ବି ଅଧିକ ଝିଟିପିଟି ଅଛନ୍ତି ଏବଂ ତାଙ୍କୁ ନ ମାରି
ଘରୁ ବାହାର କରିବାକୁ ଚାହାନ୍ତି ତେବେ ଜାଣିରଖନ୍ତୁ
କେତୋଟି ସହଜ ଉପାୟ...



ଉପାୟ । ଗୋଟିଏ
ବଡ଼ ପିଆଜକୁ କାଟି ଦିଅନ୍ତୁ ।
ସେଥିରେ ଗୋଟିଏ ଉଣ୍ଟଣର
୧୦-୧୨ କୋଲି ମିଶାଇ
ଗ୍ରାଉଣ୍ଡ କରିଦିଅନ୍ତୁ । ଏହାକୁ
ଏକ କପଡ଼ାରେ ଚିତୁଡ଼ି ରସ
ବାହାର କରନ୍ତୁ । ସେଥିରେ
ସମ ପରିମାଣର ପାଣି ମିଶାଇ
ଶ୍ଵେତ ବଳ୍ମରେ ରଖି ଘରେ ଶ୍ଵେ
ଦି କରନ୍ତୁ । ଏହାର ଡାଫୁ ଗଣ୍ଠରେ
ଘାଣ୍ଟି ଝିଟିପିଟି ଚାଲିଯିବେ ।

★ ସେହିପରି ପିପରମିଷ୍ଟ ଅଏଲ
୧୦-୧୫ ଟୋପା ନେଇ
ପାଣିରେ ମିଶାଇ କ୍ଷେତ୍ର ବର୍ତ୍ତୁଳରେ
ରଖି ଡିଟିପିଟି ହେଉଥିବା



ଶାସ୍ତ୍ରରୂପି

ପଞ୍ଜାବ ରାଜତା



ଆବଶ୍ୟକ ସାମଗ୍ରୀ: ୨ କ୍ୱ
ମଖାନା, ୨ କ୍ୱ ଦହି, ଅଧା
ଚାମଚ ଲେଖାଏ ଛିରା ଏବଂ
ଧନିଆ ପାଉଁର, ଗୋଟିଏ
କଞ୍ଚାଲଙ୍କା(ଛୋଟ ଛୋଟ
କଟାହୋଇଥିବା), କଳା ଲୁଣ,
ଧନିଆ ପତ୍ର(ଛୋଟ ଛୋଟ
କଟାହୋଇଥିବା) ।

ପ୍ରସ୍ତୁତି ପ୍ରଣାଳୀ: ପ୍ରଥମେ ଏକ ପାତ୍ରରେ ମଧ୍ୟାହ୍ନ ଭିଜାଇ ଦିଅନ୍ତୁ ।

୨୨ମିନିଟ୍ ପରେ ଏହାକୁ
ଭଲ ଭାବେ ଧୋଇ
ଛାରିଦିଅନ୍ତୁ। ଆଉ ଏକ
ପାତ୍ରରେ ଦହି ନେଇ
ସେଥିରେ ଜିରା ଏବଂ
ଧନିଆ ପାଉଡର ପକାନ୍ତୁ।
ସେଥିରେ କଟା ଲଙ୍କା ଏବଂ

ସ୍ବାଦ ଅନୁସାରେ କଳା ଲୁଣ
ପକାଇ ମିଶାନ୍ତୁ । ବର୍ତ୍ତମାନ
ସେଥିରେ ମଖାନା ପକାଇ
ଭଲ ଭାବେ ଗୋଲାଇ ଦିଅନ୍ତୁ ।
ଏହାକୁ ୧୫-୨୦ ମିନିଟ୍
ଫ୍ରିଜ୍‌ରେ ରଖନ୍ତୁ । ଏହା
ଉପରେ କଟା ଧନିଆପତ୍ର
ପକାଇ ଗାର୍ନିସ୍ କରି ଖାଇବାର
ମଜା ନିଅନ୍ତୁ ।

ସୌନ୍ଦର୍ଯ୍ୟ

❖ ଏହିଦିନେ କେଶବୁ ବର୍ଷାପାଣି
ସଂସ୍ପର୍ଶରେ ଆସିବାକୁ ଦିଅନ୍ତୁ
ନାହିଁ । କାରଣ ବର୍ଷାପାଣି
ସାଧାରଣତଃ ସାମାନ୍ୟ
ଅମ୍ଳପ୍ରକୃତ ହୋଇଥିବା ବେଳେ
ଏଥିରେ ଅନେକ ଧୂଳିକଣା ମଧ୍ୟ
ମିଶାଥାଏ, ଯାହାକି କେଶକୁ କ୍ଷତି
ପହଞ୍ଚାଇଥାଏ । ଯଦି ହଠାତ୍

ବର୍ଷାରେ ଓଦାହୋଇଯାଏ ତେବେ
ତୁରନ୍ତ ଶୁଖିଲା ଟାଙ୍ଗେଲରେ ଭଲ
ଭାବେ କେଶ ପୋଛିଦିଅନ୍ତୁ ।
ମାଈଲୁ, ସଲଫେଟ୍ ଟ୍ରି ଶାମୁରେ
ଧୋଇପାରିଲେ ଖୁବ୍ ଭଲ ।
ନଚେଟ୍ ପାଣି ଜମି ରହିବା ଯୋଗୁ



ମହିଳାମାନେ ସାଧାରଣତଃ ସୁନାଗହଣା ପ୍ରିୟ । ତେଣୁ ସୁନା ଦର ଦିନକୁ ଦିନ ବଢ଼ୁଥିଲେ ସୁଦ୍ଧା ଅନେକେ ଏହାକୁ କିଣିବାକୁ ଆସିବା ପଛପୁଅା ଦିଅନ୍ତି ନାହିଁ । ଏହା ପଛର ମୂଖ୍ୟ କାରଣ ହେଉଛି ସୁନା ଏଭଳି ଏକ ମୂଲ୍ୟବାନ ଧାତୁ ଯାହାକି ଜଳଭେଷ୍ଟମେଣ୍ଟ ପାଇଁ ମଧ୍ୟ ଏକ ଭଲ ବିକଳ୍ପ ସାଜିପାରେ । ତେବେ



ବୋଲୁ ନେମା

ହୌଡ଼ ଟଙ୍କା ଆବଶ୍ୟକ ସମୟରେ
ପାଖରେ ସୁନା ଥିଲେ ଏହାକୁ
ନିବେଶକରି ସହଜ ଏବଂ ସୁରକ୍ଷିତ
ଭାବେ ଲୋଡ଼ ଆସାଯାଇପାରିବ ।
ବର୍ତ୍ତମାନ ଆମ ଦେଶରେ ମଧ୍ୟ
ଗୋଲ୍ଡ ଲୋଡ଼ ନେମା ପାଇଁ ଅନେକ
ସୁବିଧା ଉପଲବ୍ଧ ହୋଇଛି ।
ଯେଉଁଥିପାଇଁ ଅସମୟରେ
ଲୋକଙ୍କୁ ଆଉ ସୁନା ବିକ୍ର କରିବାକୁ
ପଡୁନାହିଁ ବିବାହ, ବିଜ୍ଞାପ, ପିଲାଙ୍କ
ହାୟର ଷ୍ଟୁଡି ଏମିତିକି କେହି କେହି
ହାତ କରିବା ଲାଗି ମଧ୍ୟ ପ୍ରଧୁ
ଶାନ୍ତ କରି ସତ୍ୟକୁ ଗୋଲ୍ଡ ଲୋଡ଼
ନେଉଛନ୍ତି । ତେବେ ଗୋଲ୍ଡ ଲୋଡ଼
କିପରି ମିଳିଥାଏ, ଏଥିରେ କ'ଣ
ସୁବିଧା ବା ଅସୁବିଧା ରହିଛି,
ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ରଖା ଶୁଦ୍ଧିତା ପରେ ସୁନା
ମିଳିବା କଷ୍ଟକର ରୁହେଁ ତ ଇତ୍ୟାଦି
ଭଳି ପ୍ରଶ୍ନ ଅନେକଙ୍କ ମନରେ
ଆସୁଥାଇପାରେ । ତାହାକୁ ଏହା
ସମ୍ପର୍କରେ...

ଗୋଲ୍ଡଲୋନ୍ ମିଳେ କିପରି:
ଏହି ପ୍ରକ୍ରିୟା ଆଦୌ କଷ୍ଟକର
ନୁହେଁ। ଯଦି କୌଣସି ବ୍ୟାଙ୍କ,
ଗୋଲ୍ଡଲୋନ୍ ଦେଉଥିବା କମ୍ପାନୀ
ବା ନନ୍ ବ୍ୟାଙ୍କିଙ୍ଗ୍ ଫାଇନାନ୍ସିଆଲ୍

କମ୍ପାନୀ(ଏସଏସଏସଏ)ରେ ନିଜର ସୁଧାଗହଣା, ବାରୁ, କଏଦ ଆଦି ବନ୍ଧକ ରଖି ଲୋନ୍ ନେବାକୁ ଚାହୁଁଥାନ୍ତି ତେବେ ସେଠାରେ ସେମାନେ ପ୍ରଥମେ ଏହାର କ୍ଲାରିଫିକାସନ୍ କରିଥାନ୍ତି । ଏହାକୁ ଆଧାରକରି ବର୍ତ୍ତମାନର ମାଜେକ୍ ରେଟ୍ ବା ବଜାର ମୂଲ୍ୟ ଅନୁଯାୟୀ କେତେ ଲୋନ୍ ମିଳିପାରିବ ତାହା ନିର୍ଦ୍ଧାରଣ କରିଥାନ୍ତି । ଏହି ବାମ୍ବୁ ନିବେଶକମାନଙ୍କୁ ପ୍ରସସ୍ତ ଆସିଲେ କେତେକ ପ୍ରସିଦ୍ଧିଆଳ କାରଗପପ୍ତ କାମ ବା ଡକ୍ଯୁମେଣ୍ଟେସନ୍ କରାଯିବା ପରେ ଲୋନ୍ ମିଳିଥାଏ । ଅନ୍ୟ ଲୋନ୍ ପରି ଏଥିପାଇଁ ଦିନ ଦିନ ବ୍ୟାଙ୍କକୁ ଧାର୍ଯ୍ୟର ଚେନ୍ଦସନ ନ ଥାଏ । ମାତ୍ର ଶେଷେତଷ୍ଟାରେ ଏହା ମିଳିଯାଏ । ଯଦି ଲୋନ୍ ରାଶି ଅଳ୍ପ ଅଟେ ତେବେ କ୍ୟାଶ୍ ଆକାରରେ ମିଳିଯାଉଥିବା ବେଳେ ଅଧିକ ସେଇଥିପାଇଁ ଅନ୍ୟାନ୍ୟରେ ଆକାରଖୁବ୍ ଗ୍ରାସ୍ତଫର କରିଦିଆଯାଇଥାଏ ।

ଜାଣିରଖନ୍ତୁ

→ ଗୋଲ୍ ଲୋନ୍ ନେଉଥିଲେ ଯଦି ମଝିରେ ମଝିରେ କିଛି ମାସ ଆଉଁଟି ସୁଧ ନ ଦିଅନ୍ତି ତେବେ ବ୍ୟାଙ୍କ କିମ୍ବା ଉଚ୍ଚ କମ୍ପାନୀ ପକ୍ଷରୁ ନୋଟିସ ଆସିଥାଏ । ତଥାପି ସୁଧ ନ ଦେଲେ ଉଚ୍ଚ ବ୍ୟାଙ୍କର ଅଧିକାର ଅଛି ଯେ ସେ ଆପଣଙ୍କ ସୁନାଗହଣାକୁ ନିଲାମ କରିଦେଇପାରିବ । କେବଳ ଏତିକି ନୁହେଁ, ଠିକ୍ ସମୟରେ ସୁଧ ନ ଦେଲେ ବିଜିଲ୍ କୋର୍ଟ ତା'ର ହୋଜାଇଯାଇଥାଏ ।

→ଲୋନ୍ ସେଡ଼ିକି ନିଅନ୍ତୁ ଯେତିକି ଶୁଦ୍ଧିପାରିବେ । ଅର୍ଥାତ୍
୧୨ମସୀହା ଯେପରି ନିଜ ମାସିକ ରୋଜଗାରର ୪୦%ରୁ କମ୍
ହୁଏ ସେଥିପ୍ରତି ଆନଦିଅନ୍ତୁ ।



ସବୁରୁ ଭଲ କଥା ହେଉଛି ଅନ୍ୟ
ଲୋକ ଛୁଳନାରେ ଏଥିରେ
ସୁଧାହର କମ୍ ରହିଥାଏ ।
କେତେ ମିଳେ ଲୋକ:
ରିଜର୍ଭ ବ୍ୟାଙ୍କର ଗୋଲ୍ଡଲୋକ
ଗାଢ଼ଜାଲିଆ ଅନୁପାୟୀ ଲୋକ
ହୁ ଭାଲ୍ୟୁ(ଏଲିଟି) ବା ସୁନା
ବାମ୍ ଅନୁପାୟୀ ଲୋକର ଅନୁପାୟ
ସର୍ବାଧିକ ୭୫% ରହିଥାଏ । ଅଥ

ଯଦି ଜଣେ ୧୦୦୦ ଟଙ୍କାର
ସୁନା ବନ୍ଧକ ରଖେ ତେବେ ତାଙ୍କୁ
ସର୍ବାଧିକ ୭୫୦ ଟଙ୍କା ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ
ଲୋଡ଼ ମିଳିପାରିବ । ତେବେ
ନିକଟରେ ଚିକିତ୍ସା ବ୍ୟୟ ପକ୍ଷରୁ
୨୩୯୯ ଟଙ୍କା ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ସୁନା
ପାଇଁ ୮୫% ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଲୋଡ଼
ଦେବାକୁ ନିଷ୍ପତ୍ତି ନିଆଯାଇଛି ।
ଗୋଲ୍ଡ଼ ଲୋଡ଼ରେ କେତେ ହଜାର
ଟଙ୍କାରୁ ଲକ୍ଷ ଲକ୍ଷ ଟଙ୍କା ଲୋଡ଼
ନେଇପାରିବେ । ଯେଉଁଥିରେ ଲୋଗ
ଶୁଣିବେନା ସମସ୍ତ ଯାଏଁ ଏ ମାସରୁ
୫ ବର୍ଷ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ରହିଥାଏ ।

କପରି କରିବେ ଗଣନା: କେତେ ସୁନା ପାଇଁ କେତେ ଟଙ୍କା ଲୋନ୍ ପାଇପାରିବେ ଜାଣିବା ଲାଗି ବ୍ୟାଙ୍କ କିମ୍ବା ଗୋଲ୍ଡ ଲୋନ୍ କମ୍ପାନୀ ସହ ଯୋଗାଯୋଗ କରିପାରିବେ । ଯଦି ଘରେ ରହି ଏହା ଅନୁମାନ ଲଗାଇବାକୁ ଚାହାନ୍ତି ତେବେ ବ୍ୟାଙ୍କ କିମ୍ବା କମ୍ପାନୀର ଫ୍ରେସ୍‌ବାଇଟ୍‌ରେ ଦିଆଯାଇଥିବା କାଲକୁଲେଟରର ସାହାଯ୍ୟ ନେଇପାରିବେ । ଏଥିରୁ ଆପଣଙ୍କୁ ପ୍ରତି ମାସରେ କେତେ ଟଙ୍କା ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଇଏପଆଇ ଦେବାକୁ ପଡ଼ିବ ମଧ୍ୟ ଜାଣିପାରିବେ ।

ସୁଧ ହାର: ବିନା ସିକ୍ୟୁରିଟି ଥିବା ପର୍ଯ୍ୟାଳବ ଲୋନ୍ କିମ୍ବା କ୍ରେଡିଟ୍ କାର୍ଡରେ ନେଇଥିବା ଲୋନ୍‌ରେ ସୁଧ ହାର ୯%ରୁ ଆରମ୍ଭକରି ୪୫% ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ରହୁଥିବା ବେଳେ ଗୋଲ୍ଡ ଲୋନ୍‌ରେ ସୁଧ ସୁଧ ହାର ଅପେକ୍ଷାକୃତ କମ୍‌ ଅର୍ଥାତ୍ ଦିଇନ ବ୍ୟାଙ୍କ ତଥା କମ୍ପାନୀ ଅନୁଯାୟୀ ୮.୮%ରୁ ୭୭% ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ରହିଥାଏ । ଏହାକୁ ଚାର୍ଜିଲେ ପ୍ରତି ମାସରେ ଇନ୍‌ଷ୍ଟାଲ୍‌ମେଣ୍ଟରେ କିଛି ଖର୍ଚ୍ଚ ହେବ ନାହିଁ ।

ଶୁଦ୍ଧିପାରିବେ କିମ୍ବା ଏକକାଳୀନ ମଧ୍ୟ ଶୁଦ୍ଧିପାରିବେ ।

ଲୋକ ନେତାବର ଯୋଗାଯୋଗ:
 ଯେତେବେଳେ ଚାହିଁଲେ ଗୋଲ୍ଡ ଲୋକ
 ନେଇପାରିବେ ନାହିଁ । ଏଥିପାଇଁ
 ବୟସ ସୀମା ୧୮ରୁ ଉର୍ଦ୍ଧ୍ବ ଏବଂ
 ୭୫ ବର୍ଷରୁ କମ୍ ହୋଇଥିବା
 ଦରକାର । ପାଖରେ ପାହାନ୍ତି
 କାର୍ଡ, ଆଧାର କାର୍ଡ, ଡ୍ରାଇଭିଂ
 ଲାଇସେନ୍ସ, ଭୋଟର ଆଇଡି,
 ପାସପୋର୍ଟ ଭଳି କୌଣସି ଆଇଡି
 ପୁରୁ ଦରକାର । ଏହାସହ ଜଳଜଳ୍ପ
 ବିଲ୍, ପୋଷ୍ଟପେଡ଼ ଫୋନ୍ ବିଲ୍,
 ଖାତର ବିଲ୍ ଭଳି ଆକ୍ରେସ ପୁରୁ
 ଏବଂ ୨ଟି ପାସପୋର୍ଟ ସାଇଜ
 ଫଟୋଗ୍ରାଫ ସହ ବନ୍ଧା ରଖିବା
 ଲାଗି ସୁଦ୍ଧା ଥିବା ଦରକାର ।

ବର୍ଷାରେ କେଣ ଝୁଲୁଥିଲେ...

ବର୍ଷାଦିନେ କେଶ ଝଡ଼ିବା ସମୟା ସାଧାରଣତଃ
ବଢ଼ିଯାଏ। ବର୍ଷାପାଣି ସଂସ୍ପର୍ଶରେ ଆସି କେଶ ନ
ଶୁଖିବା, ଫଙ୍ଗାଲ ଜନଫେକ୍ସନ୍ ହେବା ଆଦି ଏହାର
ମୁଖ୍ୟ କାରଣ। ତେଣୁ ଏଦିନେ କିପରି ଯତ୍ନ ନେଲେ
କେଶ ଝଡ଼ିବ ନାହିଁ ଜାଣିରଖନ୍ତୁ ସେ ସମ୍ପର୍କରେ...

ପଞ୍ଜାବୀ ଭନପଫେସ୍ତନ ହୋଇ
କେଶ ଝିପ୍ପାପାରେ ।

❖ ବର୍ଷାଦିନେ ସପ୍ତାହରେ ଅତି
କମ୍‌ରେ ୨-୩ ଥର ମାଛଲୁ
ହରାଲ ଶାଝି ଲଗାଇ କେଶ
ଧୁଅନ୍ତୁ । ନିୟମିତ ନଡ଼ିଆକେଲା,
ଆଁଳା, ଆଳମଗୁଡ଼ ତଳେ ଚୋକା
ବ୍ରାନ୍ଡି କେଶ ଲଗାଇ ସାଲୁ ଏବଂ
କେଶକୁ ଭଲ ଭାବେ ମସାଜ
କରନ୍ତୁ, କେଶ ମଜୁତ ହେବ ।
ତା'ଛଡ଼ା ଏପରି କଲେ କେଶରେ
ପଞ୍ଜାବୀ ଭନପଫେସ୍ତନ ହେବ ନାହିଁ
ଏବଂ କେଶ ଝିପ୍ପା ସମସ୍ୟା ମଧ୍ୟ
ବେଶାଦେବ ନାହିଁ ।

❖ ଅନେକେ ବର୍ଷାପାଣି ପଡ଼ିଲେ
ହେଉନା ବ୍ରାଉନର, ଷ୍ଟେନ୍‌ନର
ଆଦି ସାହାଯ୍ୟରେ କେଶ
ଶୁଣାଇଦିଅନ୍ତି । ହେଲେ କେଶକୁ

ଅଧିକ କ୍ଷତି ପହଞ୍ଚାଇଥାଏ । ତେଣୁ ଏପରି ଆଦେଶ କରନ୍ତୁ ନାହିଁ ।
 ❖ ଏଦିନେ ଖାଦ୍ୟପେୟରେ ଅବହେଳା ମଧ୍ୟ କେଶ ଝଡ଼ିବାର ଅନ୍ୟତମ ମୁଖ୍ୟ କାରଣ । ତେଣୁ ଯଥା ସମ୍ଭବ ବାହାର ଖାଦ୍ୟ, ଜଳ୍‌ଫୁଡ଼, ସ୍ମିଟ୍‌ଫୁଡ଼ ବଦଳରେ ସ୍ୱଚ୍ଛତ ଖାଦ୍ୟ ଗ୍ରହଣ କର । ଏହାଦ୍ୱାରା ଶରୀରର ରୋଗ ପ୍ରତିରୋଧକ ଶକ୍ତି ବୃଦ୍ଧି କରିବ ।

ଏହା କେଣ ଝଡ଼ିବା ସମୟ। ବି
କମାଇବ ।

❖ ବର୍ଷାଦିନେ ଅନେକେ ପାଣି
ପିଇବା କମ୍ କରିଦିଅନ୍ତି । ହେଲେ
ଏମିତି ନ କରି ଅତି କମରେ
ଦିନକୁ ୩-୪ ଲିଟର ପାଣି ପିଅନ୍ତୁ ।
ଯାହା କେଣ ଏବଂ ଖାଲୁକୁ ଡିଡ଼ରୁ
ମଣ୍ଡାଇଲୁ ରଖିବ ଏବଂ ଝଡ଼ିବାକୁ
ଦେବ ନାହିଁ ।

❖ ବର୍ଷାରେ ବାୟୁମଣ୍ଡଳ ଆର୍ଦ୍ରତା
ବଢ଼ିପାଉଥିବାରୁ କେଣ ଝଡ଼ିବା
ସମୟ। ବୃଷ୍ଟିପାଇଥାଏ । ତମ୍ଭ
ବିଶେଷଜ୍ଞଙ୍କ କହିବା ଅନୁଯାୟୀ
ଯଦି ଏହିଦିନେ ୧୦୦ରୁ ୧୫୦ଟି
କେଣ ଝଡ଼ୁଥାଏ ତେବେ ତାହା
ସାଧାରଣ କଥା । ହେଲେ ଯଦି
ଏହାଠାରୁ ଅଧିକ କେଣ ଝଡ଼ୁଛି
ତେବେ ତାହାରକ ପରାଣୀ
ନେବା ଆବଶ୍ୟକ ।



ବର୍ଷାରେ ଗଭୀରତାଈଁ ଯନ୍ତ୍ର

ବର୍ଷାଦିନେ ସାଧାରଣତଃ
ଅନେକଙ୍କଠାରେ
ବିଭିନ୍ନ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ସମସ୍ୟା
ଦେଖାଦେଇଥାଏ।
ଗର୍ଭବତୀ ନାରୀମାନଙ୍କୁ
ନିଜ ସହ ଗର୍ଭସ୍ଥ ଶିଶୁ
ପାଇଁ ବିଶେଷ ଧ୍ୟାନ ଦେବା
ଆବଶ୍ୟକ...

→ ବର୍ଷା ସମୟରେ ଗର୍ଭବତୀ ନାରୀମାନଙ୍କ ଦେହର ରୋଗ ପ୍ରଚୋରାଧକ ଶକ୍ତି କନିଯାହଥ୍ୟବାରୁ ଡାହା, ବାନ୍ତି, ଜନ୍ତିସ୍, କ୍ରୁର ଆଦି ଅନେକ ଖାଦ୍ୟଜନିତ ସଂକ୍ରମଣ ରୋଗ ହୋଇଥାଏ । ତେଣୁ ନିଜ ସହ ଗର୍ଭସ୍ଥ ଶିଶୁର ଶରୀରକୁ ଶକ୍ତି ଯୋଗାଇ ଦେବା ଭଳି ସୁସମ୍ପଦ ତଥା ବେଶି ପୁଷ୍ଟିକର ଖାଦ୍ୟ ଖାଇବା ଆବଶ୍ୟକ । ବେଶି ତେଲ ମସଲାଯୁକ୍ତ, ବାସିଖାଦ୍ୟ, ବଜାରରେ ମିଳୁଥିବା ଖାଦ୍ୟ ଖାଇବା ଅନୁଚିତ ।

→ ବର୍ଷା ଅଧିକ ହେଲେ ଅନେକଦେଶ ଜଳବାୟୁ ଆର୍ଦ୍ର ଥିବାରୁ ପାଣି ପିଇବାରେ

ଅବହେଳା କରି ବସନ୍ତି । ହେଲେ ଏ ସମୟରେ କମ୍ ପାଣି ପିଇଲେ ଗର୍ଭବତୀଙ୍କୁ ଡିହାଇଡ୍ରେଶନ ହୋଇ ବାନ୍ତି ଲାଗେ, ମୁଣ୍ଡ ବିନ୍ଦେ ଏବଂ ଅଚେତ ହେବା ଭଳି ଲାଗେ । ତେଣୁ ସେମାନେ ଫଳଗୁଡ଼ିଏ, ପକ୍ୱ ଫାଣି, ଲେମ୍ବୁ ଗରବତ, ସୁସ୍ୱାଦୀ ପ୍ରଚୁର ପରିମାଣରେ ପିଇବା ଦରକାର ।

→ ଗର୍ଭବତୀଙ୍କୁ ସ୍ବାସ୍ଥ୍ୟରକ୍ଷା
ନିମନ୍ତେ ସମୀପସ୍ଥରା ରହିବା
ଆବଶ୍ୟକ । ଭଲ ଭାବରେ ସ୍ନାନ
କରିବା ଦ୍ବାରା ଚର୍ମ ପରିଷ୍କାର
ହୁଏ ଓ ଜୀବାଣୁ ଚର୍ମ ଭିତରକୁ

ଯାଇପାରେ ନାହିଁ । ଖାଇବା
ଆବଶ୍ୟକ ତିବ୍-ଜନମୁଁଦାଂଶୁ
ହ୍ୟାଂଶୁଡ଼ି ଲଗାଇ ହାତ ଧୋଇବା
ଆବଶ୍ୟକ ।

→ ମଧ୍ୟାହ୍ନରେ ୩ ଓ ୧୧ ଘଣ୍ଟା ରୋଗରୁ
ରକ୍ଷା ପାଇଁ ମଣ୍ଡାରି ଗଣି ଖୋଇବା
ଦରକାର ।

→ ଗର୍ଭବତୀ ମହିଳା ଗର୍ଭାଦିନେ
ବାହାରକୁ ଯାଉଥିଲେ ପାଖରେ
ଛତା, ଭେନିକୋଟ ରକ୍ଷଣା ନିହାତି
ଆବଶ୍ୟକ ।

→ ଏଦିନେ ଶୋଇବା ପୂର୍ବରୁ
ପାଦରେ ଉଷୁମ୍ମାମେଳ
ମାଲିସକଲେ ଉପକୃତ ହେବେ ।



ଈଲଣୁ ଚୁର୍ଚ୍ଚୁ ନୀତୀଶ ବାଦ୍



ଓଲୁ ଗ୍ରାପୋର୍ଡ଼ କ୍ରିକେଟ ଗ୍ରାଉଣ୍ଡରେ ପ୍ରାୟ ସେସନରେ ଯଶସୀ ଜୟଶାଳ ଓ ଯଶପ୍ରୀତ ବୁଢ଼ା। ଅଞ୍ଚଳ କାମୋଜ୍



ଭାରତୀୟ ଦଳ: ଶୁବମନ ନାୟାର, ରବୀନ୍ଦ୍ର ଜାଡେଜା, ଧୂବ ଗିଲ୍ (ଅଧିନାୟକ), ରିଷଭ ପନ୍ତ(ଉଇକେଟ୍‌କିପର) ଓ ଉପ ଅଧିନାୟକ), ଯଶସୀ ଜୟଶାଳ, ଚୁମ୍ବରା, ମହମ୍ମଦ ସିରାଜ, ପ୍ରଦିପ୍ତ ଲୋକେଶ ରାହୁଲ, ସାଇ ସୁଦର୍ଶନ, ଜିଷ୍ଣୁ, ଆକାଶ ଦାସ, କୁଲଦୀପ ଅଭିମନ୍ୟୁ ଈଶ୍ୱରନ, କରୁନ

ଓଲୁ ଗ୍ରାପୋର୍ଡ଼ରେ ଇଞ୍ଜିନିୟରଙ୍କ ନାମରେ ନାମିତ ହେବ ଷ୍ଟାଣ୍ଡ

ଭାରତର ପୂର୍ବତନ ଉଇକେଟ୍‌କିପର-ବ୍ୟାଟର ଫାରୁଖ୍ ଇଞ୍ଜିନିୟର ଓ ଫ୍ରେସ୍କଜର୍ଣ୍ଣଲି ଲିକେଣ୍ଡ ଲୟଡଙ୍କ ନାମରେ ଆଇକନିକ୍ ଓଲୁ ଗ୍ରାପୋର୍ଡ଼ ଗ୍ରାଉଣ୍ଡରେ ଷ୍ଟାଣ୍ଡ ନାମିତ କରାଯିବ। ଉଇକେଟ୍‌କିପର ପୂର୍ବତନ କାଉଣ୍ଟି କ୍ଲବ ଲଙ୍କାଶାୟାର ପକ୍ଷରୁ ଏହି ଯୋଷଣା କରାଯାଇଛି। ଭାରତ ଓ ଇଂଲଣ୍ଡ ମଧ୍ୟରେ ଏଠାରେ ଗୁପ୍ତବାରଠାରୁ ଆରମ୍ଭ ହେବାକୁଥିବା ଚତୁର୍ଥ ଟେଷ୍ଟର ପ୍ରଥମ ଦିନରେ ଷ୍ଟାଣ୍ଡର ନାମକରଣ ଉତ୍ସବ ଆୟୋଜନ ହୋଇପାରେ। ଇଂଲଣ୍ଡ ଏବେ ୫ ମ୍ୟାଟ୍‌ବିଶିଷ୍ଟ ଆଣ୍ଡରସନ-ଡେଲୁଲକର ଟ୍ରଫି(ଏଟି) ସିରିଜରେ ୨-୧ରେ ଆଗରେ ରହିଛି। ଫାରୁଖ୍ ୧୯୬୮ରୁ ୧୯୭୬ ମଧ୍ୟରେ ଲଙ୍କାଶାୟାର ପାଇଁ ୧୭୫ ମ୍ୟାଚ୍ ଖେଳି ୫,୯୪୨ ରନ୍ କରିବା ସହ



ଅନୁଶ ଜିତିଲେ ଡ୍ରେସେଜ ଇଭେଣ୍ଟ

ବର୍ଲିନ,୨୧୭(ପି.ଟି.): ଭାରତର ଅନୁଶ ଅଗ୍ରୱାଲ ଜୁବିଲୋମ୍‌ସ୍‌ପୁରନିୟର ହଫଟେସ୍‌ଲାର ଓପନ୍‌ର ଡ୍ରେସେଜ ଇଭେଣ୍ଟରେ ଗାମ୍ପିୟନ ହୋଇଛନ୍ତି। ପ୍ୟାରିସ୍ ଅଲିମ୍ପିକ୍‌ସରେ ଭାରତକୁ ପ୍ରତିନିଧିତ୍ୱ କରିଥିବା ଅନୁଶ ୬୯.୮୯୧ ପ୍ରତିଶତ ପଏଣ୍ଟ୍ ସହ ୬ ପ୍ରତିଯୋଗୀବିଶିଷ୍ଟ ଫାଇନାଲରେ ସ୍ୱର୍ଣ୍ଣ ପଦକ ଅଧିକାର କରିଛନ୍ତି। ତାଙ୍କ ବ୍ୟତୀତ ଅନ୍ୟ ସମସ୍ତ ପ୍ରତିଯୋଗୀ ଜର୍ମାନୀର ଥିଆ ପିଓଗ୍ରୋଫ୍ସ୍କି ଓ କାଥାରିନା ହେମର ଯଥାକ୍ରମେ ବ୍ରୈତାୟ ଓ ତୃତୀୟ ସ୍ଥାନରେ ରହିଥିଲେ। ଅନୁଶ ଓ ତାଙ୍କ ୬ ବର୍ଷର ଯୋଡ଼ା ଫ୍ଲୋରିଆନାଙ୍କ ଲାଗି ଏହି ଲିଭେଲରେ ପ୍ରଥମ ସଫଳତା ହାସଲ କରିଛନ୍ତି।



ସିଦ୍ଧାପୁରରେ ଚାଲିଥିବା ଖ୍ରୀଷ୍ଟ ଆକ୍ୱାଟିକ ଗାମ୍ପିୟନଶିପର ଆର୍ଟିଷ୍ଟିକ୍ ସ୍ୱଇମିଂର ଓମେନ୍‌ ଡୁଏର୍ ଟେକ୍‌ନିକାଲ ଫାଇନାଲରେ ଅଂଶଗ୍ରହଣ ଅବସରରେ ପ୍ରାଚୁର ଆନାନ୍ଦାସିଆ ବାୟାନ୍‌ଟିନା ଓ ରୋମେନ୍‌ ଜୁଲେନ।

ରାଜ୍ୟସ୍ତରୀୟ ସ୍କୁଲ ଚେସ୍: ଶ୍ରଦ୍ଧା ସ୍ମରଣିକା ଗାମ୍ପିୟନ

ଭୁବନେଶ୍ୱର, ୨୧୭ (ବିଜୟ ରଣା)

କଟକ ଟ୍ରିଗ୍‌ଲିଆସ୍ତିତ ସେରିମୋନିୟମ ମଣ୍ଡପଠାରେ ପ୍ରଥମ ରାଜ୍ୟସ୍ତରୀୟ ଏସ.ଆର ଦିନିକିଆ ଗାପିର୍ ରାଜ୍ୟସ୍ତରୀୟ ସ୍କୁଲ ଚେସ୍ ଟୁର୍ନାମେଣ୍ଟ ଅନୁଷ୍ଠିତ ହୋଇଯାଇଛି। ଏଥିରେ ସିଡିଏ ଡିଏଭି ସ୍କୁଲ ଛାତ୍ରା ଶ୍ରଦ୍ଧା ସ୍ମରଣିକା ନନ୍ଦ ଡ୍ରାଉଣ୍ଡ ବିଶିଷ୍ଟ ଏହି ପ୍ରତିଯୋଗିତାରେ ୬.୫ ପଏଣ୍ଟ୍ ଅର୍ଜନ କରି ଗାମ୍ପିୟନ ହୋଇଛନ୍ତି। ଅନ୍ତର୍ଜାତୀୟ ଚେସ୍ ଦିବସ ଉପଲକ୍ଷେ ରାଜ୍ୟର ଅଗ୍ରଣୀ ଚେସ୍ ପ୍ରଶିକ୍ଷଣ କେନ୍ଦ୍ର ଏସ୍.ଆର୍ ଚେସ୍ ସେଣ୍ଟର ଓ କ୍ରୀଡ଼ା ସଂଗଠନ ତି ଫ୍ରେଡ୍‌ବିଫ୍‌ବର ମିଳିତ ଆନୁକୁଲ୍ୟରେ ଅନୁଷ୍ଠିତ ଏହି ଟୁର୍ନାମେଣ୍ଟରେ ରାଜ୍ୟର ୧୭ଟି ଜିଲାରୁ ୩୦ ଅନ୍ତର୍ଜାତୀୟ ରେଟେଡ ଖେଳାଳିଙ୍କ ସମେତ ମୋଟ ୧୯୦ ଜଣ ଖେଳାଳି

ଅଂଶଗ୍ରହଣ କରିଥିଲେ। ଭୁବନେଶ୍ୱର ଚନ୍ଦ୍ରଶେଖରପୁର ଡିଏଭି ସ୍କୁଲର ଓମ୍ ସ୍ୱରୂପ ପାଢୀ ସମାନ ୬.୫ ପଏଣ୍ଟ୍ ଅର୍ଜନ କରି ରନରଅପ୍ ହୋଇଥିବା ବେଳେ ଡିଏଭିଏ ପବ୍ଲିକ୍ ସ୍କୁଲର ସାୟାଶି ଦାସ ତୃତୀୟ ଏବଂ ଆୟାଶା ମହାନ୍ତି ୪ର୍ଥ, ଆଦିତି ଆଦିତ୍ୟ ସ୍ୱାଇଁ ୫ମ, ସତ୍ୟ ସ୍ୱରୂପ ସାହୁ ୬ଷ୍ଠ ଏବଂ ଲଳିତ ରଞ୍ଜନ ସାହୁ ୭ମ ସ୍ଥାନରେ ରହିଥିଲେ। ଏମାନେ ସମେସ୍ତ ୬ ପଏଣ୍ଟ୍ ଲେଖାଏଁ ଅର୍ଜନ କରିଥିଲେ। ସେହିପରି ୬ ବର୍ଷରୁ କମ୍, ୭ ବର୍ଷରୁ କମ୍, ୯ ବର୍ଷରୁ କମ୍, ୧୧ ବର୍ଷରୁ କମ୍ ବିଭାଗରେ ପ୍ରତିଯୋଗିତା ମାନ ହୋଇଥିଲା। ଏସ୍.ଆର୍ ଚେସ୍‌ର ସଭାପତି ସୁଭାଶିଷ୍ଟ ପଟ୍ଟନାୟକଙ୍କ ତତ୍ତ୍ୱାବଧାନରେ ଉଦ୍‌ଘାଟନା ଉତ୍ସବ ଅନୁଷ୍ଠିତ ହୋଇଥିଲା। ଚାର୍ଟର୍ ଆକାଉଣ୍ଟାଣ୍ଟ ରାଜନାରାୟଣ

ଡ୍ରାପାଠୀ ଓ ପୂର୍ବତନ ରାଜ୍ୟ ଚେସ୍ ସଂଘର ଆଡହକ୍ କମିଟି ଅଧ୍ୟକ୍ଷ ଅସିତ ମୁଖାର୍ଜୀ ଚେସ୍ ବୋର୍ଡରେ ପ୍ରଥମ ଚାଲ୍ ଚଳାଇ କରି ରନରଅପ୍ ହୋଇଥିବା ବେଳେ ପ୍ରତିଯୋଗିତାର ଉଦ୍‌ଘାଟନ କରି ଥିଲେ। ସନ୍ଧ୍ୟାରେ ଆୟୋଜିତ ପୁରସ୍କାର ବିତରଣ ଉତ୍ସବରେ ରାଜ୍ୟର ପ୍ରଥମ ଗ୍ରାଣ୍ଡମାଷ୍ଟର ଦେବାଶିଷ୍ଟ ଦାସ ମୁଖ୍ୟ ଅତିଥି ଭାବେ ଯୋଗ ଦେଇ କୃତୀ ଶ୍ରେଷ୍ଠ ୧୫ ଖେଳାଳିଙ୍କୁ ୨୦ ହଜାର ଟଙ୍କାର ଆର୍ଥିକ ପୁରସ୍କାର ସହ ବିଭିନ୍ନ ବୟସବର୍ଗର ୬୫ ଜଣଙ୍କୁ ଟ୍ରଫି ପ୍ରଦାନ କରାଯାଇଥିଲା। ଏଥିରେ ସମ୍ମାନିତ ଅତିଥି ଭାବେ ବିଶିଷ୍ଟ ବ୍ୟବସାୟୀ ସିଦ୍ଧାର୍ଥ ଦାସ, କଟକ ଜିଲ୍ଲା ଚେସ୍ ସଂଘର ମେଣ୍ଡର ହେମନ୍ତ କୁମାର ନାୟକ ଏବଂ ବଳାଙ୍ଗୀର ଚେସ୍ ଜିଲ୍ଲା ଉଦ୍‌ଘାଟନା ଉତ୍ସବ ଅନୁଷ୍ଠିତ ହୋଇଥିଲା। ଚାର୍ଟର୍ ଆକାଉଣ୍ଟାଣ୍ଟ ରାଜନାରାୟଣ



ଅତିଥିଙ୍କ ସହ କୃତୀ ଖେଳାଳି।

ଈଲଣୁର ରୂଢ଼ାନ୍ତ ଏକାଦଶ ଘୋଷଣା

ମାଞ୍ଚେଷ୍ଟର,୨୧୭(ପି.ଟି.)

ଆସନ୍ତା ଗୁପ୍ତବାରଠାରୁ ଭାରତ ବିପକ୍ଷରେ ଆରମ୍ଭ ହେବାକୁ ଥିବା ଚତୁର୍ଥ ଟେଷ୍ଟ ଲାଗି ସୋମବାର ଇଂଲଣ୍ଡ ତାର ରୂଢ଼ାନ୍ତ ଏକାଦଶ ଘୋଷଣା କରିଛି। ଆହତ ସମସ୍ୟା ଯୋଗୁ ଦଳରୁ ବାଦ୍ ପଡ଼ିଥିବା

ଭାରତ ବିପକ୍ଷ ଚତୁର୍ଥ ଟେଷ୍ଟ

ଶୋଏବ ବଶିରଙ୍କ ବଦଳରେ ବାମହାତୀ ସ୍ଥିନର ଲିଆନ ଡସନଙ୍କୁ ଦଳରେ ସାମିଲ କରାଯାଇଛି। ଏହା ଛଡ଼ା ଦଳରେ ଅନ୍ୟ କୌଣସି ପରିବର୍ତ୍ତନ କରାଯାଇ ନାହିଁ। ବଶିରଙ୍କ ବିଦାୟ ଯୋଗୁ ୩୫ ବର୍ଷୀୟ ଡସନ ୮ ବର୍ଷର ବ୍ୟବଧାନ ପରେ ଜାତୀୟ ଦଳକୁ ଫେରିଛନ୍ତି। ଇଂଲଣ୍ଡର ରୂଢ଼ାନ୍ତ ଏକାଦଶ: କ୍ୟାଟ୍ ଜୁଲି, ବେନ ଡେକଟ, ଓଲି ପୋପ (ଉପ ଅଧିନାୟକ), ଜୋ ରୁଟ୍, ହ୍ୟାରୀ ବ୍ରୁକ, ବେନ ଷ୍ଟୋକ୍ସ (ଅଧିନାୟକ), ଜେମି ବ୍ଲିଥ (ଉଇକେଟ୍‌କିପର), ଲିଆନ ଡସନ, କ୍ରିସ ଷ୍ଟୁକ୍, ବ୍ରାଉଡନ କାର୍ସ ଓ କୋଫ୍ରା ଆର୍ଜର।

ଅଷ୍ଟ୍ରେଲିଆକୁ ଜିତାଇଲେ ଓଫ୍‌ସ୍ପିନ୍

କାମାକା,୨୧୭

ପଦାର୍ପଣକାରୀ ମିଚେଲ ଓଫ୍‌ସ୍ପିନ୍‌ଙ୍କ ଅଲ୍ରାଉଣ୍ଡ ପ୍ରଦର୍ଶନ ଦଳରେ ଫ୍ରେସ୍କଜର୍ଣ୍ଣଲି ବିପକ୍ଷ ରବିବାର ରାତିରେ ଖେଳାଯାଇଥିବା ପ୍ରଥମ ଟି୨୦ ମ୍ୟାଚ୍‌କୁ ଅଷ୍ଟ୍ରେଲିଆ ୩ ଉଇକେଟ୍‌ରେ ଜିତିନେଇଛି। ଏହି ବିଜୟ ସହ ୫ ମ୍ୟାଟ୍‌ବିଶିଷ୍ଟ ଟି୨୦ ସିରିଜରେ ଭ୍ରମଶକାରୀ ଅଷ୍ଟ୍ରେଲିଆ ୧-୦ର ଅଗ୍ରଣୀ ହାସଲ କରିଛି। କ୍ୟାରିୟରର ପ୍ରଥମ ମ୍ୟାଚ୍‌ରେ ଓଫ୍‌ସ୍ପିନ୍ ଫ୍ଲେୟର ଅଫ୍ ମ୍ୟାଚ୍ ବିବେଚିତ ହୋଇଛନ୍ତି। ସିରିଜର ତୃତୀୟ ମ୍ୟାଚ୍ ସମାନ ଭେଲୁରେ ମଙ୍ଗଳବାର ଖେଳାଯିବ। ଆମନ୍ତ୍ରଣ ପାଇ ପ୍ରଥମେ ବ୍ୟାଟିଂ କରିଥିବା ଫ୍ରେସ୍କଜର୍ଣ୍ଣଲି ନିର୍ଦ୍ଧାରିତ ୨୦ ଓଭରରେ ୮ ଉଇକେଟ୍ ହରାଇ ୧୮୯ ରନ୍ କରିଥିଲା। ଦଳ ପକ୍ଷରୁ ଗୋଷ୍ଠନ ଚେକ୍ ୬୦(୯ ଟୋକା ଓ ୨ ଛକା), ଅଧିନାୟକ ଶାଲ ହୋପ୍ ୫୫(୪ ଟୋକା ଓ ୩ ଛକା) ଓ ସିମରନ ହେଟମେୟର ୩୮(୨ ଟୋକା ଓ ୩ ଛକା) ରନ୍ କରିଥିଲେ। ବୋଲିଂରେ ଅଷ୍ଟ୍ରେଲିଆ ପାଇଁ ଦେବ୍ ବ୍ଲାର୍‌ଲେସ୍ ୪ ଉଇକେଟ୍ ନେଇଥିବା ବେଳେ ସିନ ଆବଟ, କୁପର କୋନୋଲି, ନାଥନ ଏଲିସ୍ ଓ ଓଫ୍‌ସ୍ପିନ୍ ଗୋଟିଏ ଲେଖାଏଁ ଉଇକେଟ୍ ନେଇଥିଲେ। କଟାବରେ ଅଷ୍ଟ୍ରେଲିଆ ୧୮.୫ ଓଭରରେ



ଅର୍ଦ୍ଧଶତକୀୟ ଇନିଂସ ଅବସରରେ ମିଚେଲ ଓଫ୍‌ସ୍ପିନ୍ (ବାମ)।

୬ ଉଇକେଟ୍ ହରାଇ ୧୯୦ ରନ୍ କରି ମ୍ୟାଚ୍ ଜିତି ନେଇଥିଲା। ଦଳ ଲାଗି କାମେରନ ଗ୍ରାନ୍ ୨୬ ବଲରେ ୫୧(୨ ଟୋକା ଓ ୫ ଛକା) ଓ ଓଫ୍‌ସ୍ପିନ୍ ୨୬ ବଲରେ ୫୦(୬ ଛକା) ରନ୍ କରିଥିଲେ। ଅନ୍ୟମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ଅଧିନାୟକ ମିଚେଲ ମାର୍ଶ ୨୪(୩ ଛକା) ଓ କୋଶ ଜଙ୍ଗଲିସ୍ ୧୮(୨ ଟୋକା ଓ ୩ ଛକା) ରନ୍ କରିଥିଲେ। ଘରୋଇ ଫ୍ରେସ୍କଜର୍ଣ୍ଣଲି ପକ୍ଷରୁ ଜାସନ ହୋଲ୍ଡର, ଅଲ୍‌କାରି ଯୋଶେଫ ଓ ଗୁରାକେଶ ମୋତି ଦୁଇଟି ଲେଖାଏଁ ଉଇକେଟ୍ ନେଇଥିଲେ।

ସାହାଣୀ କପ୍ ଫୁଟ୍‌ବଲ: ଖୋର୍ଦ୍ଧା, କଟକ ବିଜୟୀ

ରାଜକନିକା, ୨୧୭ (ରବୀନ୍ଦ୍ର କୁମାର ଦାସ)

ଓଡ଼ିଶା ଫୁଟ୍‌ବଲ ଆସୋସିଏଶନ୍ ଆନୁକୁଲ୍ୟରେ କେନ୍ଦ୍ରାପଡ଼ା ଜିଲ୍ଲା କ୍ରୀଡ଼ା ସଂସଦ ଅନୁବନ୍ଧିତ ରାଜକନିକା ଆଥ୍‌ଲେଟିକ ଆସୋସିଏଶନ ଦ୍ୱାରା ଆର୍.ଏନ୍. ହାଇସ୍କୁଲ ମିଳିତ ସ୍ଥଳରେ

ଅନ୍ୟ ଜୋର୍ ଫଳାଫଳ

କେନ୍ଦୁଝର କୋର୍ ବାଲେଶ୍ୱର-୦, ସୁନ୍ଦରଗଡ଼-୧ ଡେକାନାଲ-୦, ସୁବର୍ଣ୍ଣପୁର-୦ ବ୍ରହ୍ମପୁର କୋର୍ କୋରାପୁଟ-୪, ରାୟଗଡ଼ା-୦ ମାଲକାନଗିରି-୦, ମୟୂରଭଞ୍ଜ-୫। ପ୍ରତିଯୋଗିତାର ଭାର୍ତ୍ତର ଫାଇନାଲ ପର୍ଯ୍ୟାୟ ୨୩ ଗରଖିରୁ ଆରମ୍ଭ ହେବ। ରାୟଗଡ଼ା କୋର୍‌ରେ ସେଦିନ କଟକ ବନାମ ଶରସ୍ୱତପୁଡ଼ା, ବ୍ରହ୍ମପୁର କୋର୍‌ରେ ଭୁବନେଶ୍ୱର ବନାମ କୋରାପୁଟ, କେନ୍ଦୁଝର କୋର୍‌ରେ ସୁନ୍ଦରଗଡ଼ ବନାମ ରାଉରକେଲା ଷ୍ଟିଲ୍‌ପ୍ଲାଷ୍ଟ ମ୍ୟାଚ୍ ଖେଳାଯିବ। ବୌଦ୍ଧ କୋର୍‌ରେ ଲିଗ୍ ପର୍ଯ୍ୟାୟ ଶେଷ ହେବା ପରେ ଭାର୍ତ୍ତର ଫାଇନାଲ ପାଇଁ ଦିନ ଧାର୍ଯ୍ୟ ହେବ।



ମ୍ୟାଚ୍ ପୂର୍ବରୁ ଅତିଥିଙ୍କ ସହ ଖେଳାଳିମାନେ।

ସିରିୟର ଆନ୍ଧ୍ର ଜିଲ୍ଲା ସାହାଣୀ କପ୍ ଫୁଟ୍‌ବଲ ଟୁର୍ନାମେଣ୍ଟର ୬ଷ୍ଠ ଦିନ ଖେଳ ସୋମବାର ଅନୁଷ୍ଠିତ ହୋଇଯାଇଛି। ପ୍ରଥମ ମ୍ୟାଚ ଖୋର୍ଦ୍ଧା ଓ ପୁରୀ ମଧ୍ୟରେ ହୋଇଥିଲା। ଏଥିରେ ଖୋର୍ଦ୍ଧା ୫-୦ ଗୋଲରେ ବିଜୟ ଲାଭ କରିଥିଲା। ଏହି ଖେଳରେ ମୁଖ୍ୟ ଅତିଥି ଭାବେ ଆସୋସିଏଶନର ଉପସଭାପତି କମିଳେନ୍ଦ୍ର ମଲିକ, ସମ୍ମାନିତ ଅତିଥି ଭାବେ କାର୍ଯ୍ୟକାରୀ ସବସ୍ୟ ବେଣୁଧର ପରିଡା, ରଙ୍ଗାଧର ବେହେରା ଓ ଶରତ କୁମାର ମଲିକ ପ୍ରମୁଖ ଯୋଗଦେଇ ଥିଲେ। ସେହିପରି ବ୍ରୈତାୟ ମ୍ୟାଚ କଟକ ଓ ପାତାଦାସ ମଧ୍ୟରେ ହୋଇଥିଲା।

ଏଥିରେ କଟକ ୬-୦ ଗୋଲରେ ବିଜୟ ଲାଭ କରିଥିଲା। ପ୍ରଥମ ମ୍ୟାଚରେ ଖୋର୍ଦ୍ଧା ଦଳର ଜଳଧର ନାୟକ ଓ ବ୍ରୈତାୟ ମ୍ୟାଚରେ କଟକ ଦଳର ଦାନବନ୍ଧୁ ଦାସ ମ୍ୟାଚ ଅଫ ଦି ମ୍ୟାଚ ହୋଇଥିଲେ। ଡିଫେନ୍ସ ଭାବେ ଆଲୋକ ଦେହୁରା, ଶଶିକାନ୍ତ ଦାସିଆ ଖେଳ ପରିଚାଳନା କରିଥିବାବେଳେ ଦିନାପ ରାଉତ ମ୍ୟାଚ କମିଶନର କାର୍ଯ୍ୟ ସମ୍ପାଦନ କରିଥିଲେ। ଏହି ଖେଳରେ ମୁଖ୍ୟ ଅତିଥି ଭାବେ ଆସୋସିଏଶନର ସଭାପତି ଦୋକ ଗୋବିନ୍ଦ ନାୟକ, ସମ୍ମାନିତ ଅତିଥି ଭାବେ ଉପସଭାପତି ପ୍ରଫେସର ବୈକୁଣ୍ଠ ନାଥ ପରିଡା, ଯୁଗ୍ମ ସମ୍ପାଦକ ଡ. ଫକୀର

ଚନ୍ଦ୍ର ପ୍ରଧାନ, କୋଷାଧ୍ୟକ୍ଷ ଦେବେନ୍ଦ୍ର କୁମାର ନାୟକ, କାର୍ଯ୍ୟକାରୀ ସବସ୍ୟ ବିଜୟ କୁମାର ଭୂୟାଁ ଓ ଅକ୍ଷୟ କୁମାର ନାଥ, ମିଡ଼ିଆ ସମ୍ପାଦକ ଅଜୟ କୁମାର ରାଉତ ପ୍ରମୁଖ ଯୋଗଦେଇଥିଲେ। ଏହି ଅବସରରେ ଅନୁଷ୍ଠାନର ସାଧାରଣ ସମ୍ପାଦକ ଅଜୟ କୁମାର ନାୟକ, ଉପଦେଷ୍ଟା ଆଦିକନ୍ଦ ଦାସ, ବାସୁଦେବ ବେହେରା, କେତନ ଦାସ ପ୍ରମୁଖ ଉପସ୍ଥିତ ଥିଲେ। ଗୋଲକ ବିହାରୀ ମଲିକ, ପର୍ଶୁରାମ ସାହୁ, ଶରତ ଜେନା, ସୋମ୍ୟକାନ୍ତ ନାୟକ, ବିଶ୍ୱନାଥ ଦାଶ, ବିଶ୍ୱ ରଞ୍ଜନ ପଣ୍ଡିଆରୀ ଆଦି କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ ପରିଚାଳନାରେ ସହଯୋଗ କରିଥିଲେ।