

hero

125M

CELEBRATING
125 MILLION CUSTOMERS

ଖୁସିର ଯାତ୍ରା Splendor+

FILL IT. SHUT IT. FORGET IT.

5 କୋଟି ରୁ ଅଧିକ ଲୋକଙ୍କର ଭରସା ର ବାଇକ୍,
ହିରୋ ସ୍ପେଣ୍ଡର+ ସହିତ ଆପଣ ମଧ୍ୟ ଆରମ୍ଭ କରନ୍ତୁ ନିଜ ଖୁସିର ଯାତ୍ରା !



SCAN TO WATCH
OUR NEW HERO
SPLENDOR FILM



ପୁରୁଣା ଏକ୍ସ-ଗୋ'ରୁମ୍	GST ବେନିଫିଟ୍	ନୂଆ ଏକ୍ସ-ଗୋ'ରୁମ୍
₹80 716* ରୁ ଆରମ୍ଭ	₹6 309	₹74 407* ରୁ ଆରମ୍ଭ

ଡାଉନ୍ ପେମେଣ୍ଟ
₹1999
ରୁ ଆରମ୍ଭ

ଦିନ ପିଛା EMI
₹69
ରୁ ଆରମ୍ଭ

ତତକ୍ଷଣାତ୍ ରିହାତି
₹10 000* ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ
HDFC BANK FESTIVE TREATS କ୍ରେଡିଟ୍ କାର୍ଡ

5 crore+
HAPPY
CUSTOMERS

Splendor+
WORLD'S
NO.1
MOTORCYCLE

Powered by pine labs



hero
GoodLife

100%
କ୍ୟାପେବାଲ୍ | ସ୍ୱର୍ଣ୍ଣ ମୁଦ୍ରା
ଜିତିବାରି ସୁଯୋଗ
ଏବଂ ଆନ୍ତରିକ ଅନେକ ସୁନିଶ୍ଚିତ ଲାଭ ପାଇନ୍ତୁ*

Also available on

Flipkart amazon.in

Hero MotoCorp Ltd, Regd. Office: The Grand Plaza, Plot No.2, Nelson Mandela Road, Vasant Kunj Phase - II, New Delhi - 110070, India. | CIN: L35911DL1984PLC0173541. For further information, contact your nearest Hero MotoCorp authorised outlet or CALL TOLL-FREE 1800 266 0018 or visit us on www.heromotocorp.com. Accessories and features shown may not be a part of standard fitment. Always wear a helmet while riding a two-wheeler. As per cumulative dispatch numbers till August 2025. 5 crore customers as per the cumulative dispatch numbers of the Splendor family series of motorcycles till March 2025. *Finance offers are at the sole discretion of the financier, subject to its respective T&Cs. Hero MotoCorp reserves the rights to modify or withdraw any or all the offers without prior notice. *Limited period offer, T&C apply. *Ex-showroom prices are applicable in Odisha.

TOLL FREE
1800 266 0018

Authorized Dealers: Angul: Parbati Hero, Ph: 9289922902, Dhenkanal: Som Hero, Ph: 9289922614, Talcher: Tarini Hero, Ph: 9289922736, Associate Dealers: Khamakhyanagar: Reliance Automobiles, Ph: 9938435743, Chendipada: Tara Motors, Ph: 8018339414, Bhuban: Padmini Automobiles, Ph: 9337971343, Barkot: Ajay Motors, Ph: 9777325917.



1.25M
CELEBRATING
125 MILLION CUSTOMERS

ଦି ଅଲ ନ୍ୟୁ
GLAMOUR X

କ୍ଲାମର୍ X
ଇଣ୍ଡିଆର ସର୍ବାଧିକ ପ୍ୟାଚରିଷ୍ଟିକ 125cc



ରାଲଡ଼ ବାଏ ଖାୟାର
3 ରାଲଡ଼ ମୋଡ଼
*ସେଗମେଣ୍ଟରେ ପ୍ରଥମ



ଜରୁରୀକାଳୀନ ବ୍ରେକ୍ ସପର୍ଟ
*ସେଗମେଣ୍ଟରେ ପ୍ରଥମ



ସ୍ପର୍ଷାଳିତ ବେଗ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ
*ସେଗମେଣ୍ଟରେ ପ୍ରଥମ

ପୁରୁଣା ଏକ୍ସ ଶୋ-ରୁମ୍	GST ଫାଇଦା	ନୂଆ ଏକ୍ସ ଶୋ-ରୁମ୍
ଆରମ୍ଭ ₹91,999* ରୁ	₹7,191	ଆରମ୍ଭ ₹84,808* ରୁ

ଡାଉନ୍ ପେମେଣ୍ଟ
₹1,999[^]
ରୁ ଆରମ୍ଭ

ଦିନ ପିଛା
ଇଏମଆଇ
₹79[^]
ଟଙ୍କାରୁ ଆରମ୍ଭ

ଡାଉନପେଇଟ୍ ରିହାତି
₹10,000[^]
ଟଙ୍କା ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ
HDFC BANK FESTIVE TREATS କ୍ରେଡିଟ୍ କାର୍ଡ



Powered by pine labs



Stand a chance to win
100% Cashback | 24 Carat Gold Coin
and many more assured benefits[^]

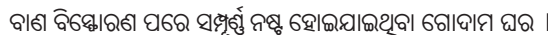
Also available on
Flipkart amazon.in

Hero MotoCorp Ltd. Regd. Office: The Grand Plaza, Plot No.2, Nelson Mandela Road, Vasant Kunj Phase - II, New Delhi - 110070, India. I CIN: L35911DL1984PLC017354 I For further information, contact your nearest Hero MotoCorp authorised outlet or visit us on www.HeroMotoCorp.com. Accessories and features shown may not be a part of standard fitment. Always wear a helmet while riding a two-wheeler. 125M is as per the cumulative dispatch number till Aug 2025. *Based on the data available in the public forum for products in 125cc Motorcycle segment. AERA Tech is Advanced Electronic Ride Assist Technology. *Finance offer is at the sole discretion of the financier, subject to its respective T&Cs. Available at select dealerships. *Ex-showroom price of Glamour X Drum variant in Bhubaneswar.

ଟୋଲ୍ ଫ୍ରି ନମ୍ବର
1800 266 0018

Authorised Dealers: : Angul: Parbati Hero, Ph: 9289922902, Dhenkanal: Som Hero, Ph: 9289922614, Talcher: Tarini Hero, Ph: 9289922736 Associate Dealers: Khamakhyanagar: Reliance Automobiles-9938435743, Chendipada:Tara Motors-8018339414 , Bhuban: Padmini Automobiles- 9337971343, Barkot: Ajay Motors- 9777325917.

ବିବେଚନା



୨୭ରେ ଝାରସୁଗୁଡ଼ା ଆସିବେ ପ୍ରଧାନମନ୍ତ୍ରୀ

ଝାରସୁଗୁଡ଼ା, ୨୧।୯ (ଆଶିଷ ରଞ୍ଜନ ଦାଶ)

ପ୍ରଧାନମନ୍ତ୍ରୀ ନରେନ୍ଦ୍ର ମୋଦି ଆସନ୍ତା ୨୭ରେ ଝାରସୁଗୁଡ଼ା ଗସ୍ତ କରିବା କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ ରହିଛି। ସେ ଅମଳିପାଲିସ୍ଥିତ ରିଜର୍ଭ ପଡିଆରେ ହେବାକୁ ଥିବା ସର୍ବ ଭାରତୀୟ ଯୁବ ସମାବେଶରେ ଯୋଗଦେଇ ଯୁବ ସମାଜକୁ ଉଦ୍‌ବୋଧନ ଦେବେ। ପ୍ରଧାନମନ୍ତ୍ରୀଙ୍କ ସୁରକ୍ଷା ଓ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ ସଫଳ କରିବା ନିମନ୍ତେ ରବିବାର ସକାଳେ ରାଜସ୍ୱ ମନ୍ତ୍ରୀ ସୁରେଶ ଚୂଡ଼ାରୀ, ଝାରସୁଗୁଡ଼ା ବିଧାନସଭା ଚଳଧର ତ୍ରିପାଠୀ, ଜିଲାପାଳ ଜୁନାଲ ମୋତିରାମ ଚୌହାନ, ଏସ୍‌ପି ଚୂଷାଲା ରେଣୁ ରାୟବେହେରା ଅମଳିପାଲିଠାରେ ଥିବା ରିଜର୍ଭ ପଡିଆରେ ପହଞ୍ଚି ସ୍ଥିତି ଅନୁଧ୍ୟାନ କରିଛନ୍ତି। ଏହି ପଡିଆରେ ସଫେଇ କାର୍ଯ୍ୟ ଆରମ୍ଭ ହୋଇଛି। ଏଥିସହ ମନ୍ତ୍ରୀ ପୂଜାରୀ, ବିଧାନସଭା ତ୍ରିପାଠୀ, ଜିଲାପାଳ ଏବଂ ଏସ୍‌ପି ଅନ୍ୟ ୨ଟି ପଡିଆ ବୁଲି ଦେଖିଥିଲେ। ତେବେ ରିଜର୍ଭ ପଡିଆରେ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ ପାଇଁ ସ୍ଥିତି କରାଯାଇଛି। ସେହିପରି ସନ୍ଧ୍ୟାରେ ଭାଜପା ରାଜ୍ୟ ସଭାପତି ମନମୋହନ

କ୍ଷେତ୍ର ପରିଦର୍ଶନ କଲେ ରାଜସ୍ୱ ମନ୍ତ୍ରୀ, ଭାଜପା ରାଜ୍ୟ ସଭାପତି



ଭାଜପା ରାଜ୍ୟ ସଭାପତି ମନମୋହନ ସାମଲ ଅମଳିପାଲିସ୍ଥିତ ରିଜର୍ଭ ପଡିଆରେ ସ୍ଥିତି ଅନୁଧ୍ୟାନ କରୁଛନ୍ତି।

ସାମଲ, ବରିଷ୍ଠ ଭାଜପା ନେତା ମାନସ ମହାନ୍ତି, ସାମାଜିକ ଖଚେଇ ରିଜର୍ଭ ପଡିଆରେ ପହଞ୍ଚି ସ୍ଥିତି ଅନୁଧ୍ୟାନ କରିଛନ୍ତି। ଏହି ପରିଦର୍ଶନ ସମୟରେ ଭାଜପା ଟିମ୍ ସହିତ ଏସ୍‌ପିର ବରିଷ୍ଠ ଅଧିକାରୀ ଉପସ୍ଥିତ ଥିଲେ। ଏନେଇ ଗଣମାଧ୍ୟମ ପ୍ରତିନିଧିଙ୍କ ପ୍ରଶ୍ନର ଉତ୍ତର ଦେଇ ଭାଜପା ରାଜ୍ୟ

ସଭାପତି ସାମଲ କହିଛନ୍ତି, ଆସନ୍ତା ୨୭ରେ ବ୍ରହ୍ମପୁରର ରଞ୍ଜେଇଲୁଣ୍ଡା ବିମାନବନ୍ଦର ପଡିଆରେ ସର୍ବ ଭାରତୀୟ ଯୁବ ସମାବେଶ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ ହେବାର ଥିଲା। ଏଥିରେ ପ୍ରଧାନମନ୍ତ୍ରୀ ମୋଦି ଯୋଗ ଦେବା ପାଇଁ ସ୍ଥିତି ହୋଇଥିଲା। ପ୍ରଧାନମନ୍ତ୍ରୀଙ୍କ ସୁରକ୍ଷା ପାଇଁ ଡେପୁଟି ଓ ମନ୍ତ୍ରୀ ସେଠାରେ ପହଞ୍ଚି

ସ୍ଥିତି ଅନୁଧ୍ୟାନ କରିଥିଲେ। ହେଲେ ଖରାପ ପାଗ ଯୋଗୁ ଉକ୍ତ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ ପାଇଁ ସ୍ଥାନ ପରିବର୍ତ୍ତନ କରାଯାଇଛି। ଝାରସୁଗୁଡ଼ାର ଅମଳିପାଲିସ୍ଥିତ ରିଜର୍ଭ ପଡିଆରେ ଏହି କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ ପାଇଁ ନିଷ୍ପତ୍ତିହୋଇଛି। ଏଥିରେ ପ୍ରଧାନମନ୍ତ୍ରୀ ମୋଦି ଯୋଗଦେଇ ଯୁବକଙ୍କ ପାଇଁ କିଛି ବଡ଼ ଘୋଷଣା କରିପାରିବେ।

ଡଙ୍ଗାରେ ବକ୍ତ୍ରପାତ: ବାପ ମୃତ, ପୁଅ ନିଷୋଜ

ମହାକାଳପଡ଼ା, ୨୧।୯ (ପ୍ରତାପ ଚନ୍ଦ୍ର ସ୍ୱାଇଁ) କେନ୍ଦ୍ରାପଡ଼ା ଜିଲ୍ଲା ମହାକାଳପଡ଼ା ବ୍ଲକ୍ ତନ୍ଦିଆପାଳ ସାମୁଦ୍ରିକ ଆନା ଅଧୀନ ତନ୍ଦିଆପାଳ ଗ୍ରାମର ବିଜୟ ପରିଡ଼ା (୪୭) ପୁଅ ସହିତ ସମୁଦ୍ରକୁ ଡଙ୍ଗା ନେଇ ଶନିବାର ମାଛ ଧରିବାକୁ ଯାଇଥିଲେ। ଏହି ସମୟରେ ଅପରାହ୍ନରେ ସମୁଦ୍ର ମଝିରେ ପ୍ରବଳ ବର୍ଷା ସହ ବକ୍ତ୍ରପାତ ହୋଇଥିଲା। ଡଙ୍ଗାରେ ଥିବା ବାପ ବିଜୟଙ୍କ ମୃତ୍ୟୁ ଘଟିଥିବା ବେଳେ ପୁଅ ମାନସ (୧୭) ଛିଟିକି ସମୁଦ୍ରରେ ପଡ଼ି ନିଷୋଜ ହୋଇଯାଇଥିବା ନିକଟରେ ଥିବା ଗ୍ରାମର ଅନ୍ୟ ମାତୃତାବାମାନଙ୍କୁ ଜଣାଇଥିଲେ। ସେମାନେ ତାଙ୍କ ଗାଁକୁ ଖବର ଦେଇଥିଲେ। ବିଜୟଙ୍କ ଛାତି ଓ ହାତରେ ବକ୍ତ୍ରପାତରେ ପୋଡ଼ିଗଲା ଭଳି କଳାଦାଗ ରହିଛି। ଖବରପାଇଁ ଗହୀରମଥା ସାମୁଦ୍ରିକ ଅଭୟାରଣ୍ୟ ବନ ବିଭାଗର କର୍ମଚାରୀ ଓ ତନ୍ଦିଆପାଳ ସାମୁଦ୍ରିକ ଆନା ପୋଲିସ୍ ସମୁଦ୍ରକୁ ପେଷ ନିକଟରୁ ଡଙ୍ଗାକୁ ଉଦ୍ଧାର କରି ତନ୍ଦିଆପାଳ ମାତୃତାକେନ୍ଦ୍ରରେ ପହଞ୍ଚିଥିଲେ। ବିଜୟଙ୍କ ମୃତ୍ୟୁ ପରେ ପରିବାରର ସ୍ତ୍ରୀ ଆଶାଙ୍କ ଆଖିରୁ ଲୁହ ଶୁଖିନି। ୨ଟି ଛୋଟ ଝିଅ, ପୁଅଙ୍କୁ ନେଇ ସଂସାର କେମିତି ଚଳେ ଜିନି

ହୁଛି ବାଟ ଦେଖାଯାଉନାହିଁ। ସରକାରୀ ସହାୟତା ଯୋଗାଇ ଦେବାକୁ ସ୍ଥାନୀୟ ଲୋକେ ବାବି କରୁଛନ୍ତି। ପୋଲିସ୍

ମୃତଦେହ ଜବତ କରି ଏକ ଅପମୃତ୍ୟୁ ମାମଲା (୧୦/୨୫) ରୁକ୍ଷ କରି ତଦନ୍ତ ଚଳାଇଛି। ମୃତଦେହ ବ୍ୟବଚ୍ଛେଦ ପାଇଁ

ବନ ବିଭାଗ, ସାମୁଦ୍ରିକ ପୋଲିସ୍ ଡଙ୍ଗା ଉଦ୍ଧାର କଲା।

କେନ୍ଦ୍ରାପଡ଼ା ଜିଲ୍ଲା ମୁଖ୍ୟ ଚିକିତ୍ସାଳୟକୁ ପଠାଯାଇଛି ବୋଲି ଆଇଆଇସି କଣୋର ଜୁମାର ତରାଇ କହିଛନ୍ତି।

ବର୍ଷ ବର୍ଷ ଧରି ବିଶ୍ୱସ୍ତ ନାମ



ଏକଜିମା, କୁଣ୍ଡିଆ ଓ ଯାଦୁ ରୋଗରୁ ବି-ଟେକ୍ସ ମଲ୍‌ସ ଆରାମ ଦିଏ।

BIJAY PHARMACEUTICAL AGENCY,
CUTTACK. Ph.: 2308429

କ୍ଷେତରେ ମଜୁରିଆଙ୍କୁ ଦଳିଦେଲା ହାତୀ

ପୁରିବାହାଲ, ୨୧।୯ (ଶ୍ରୀବତ୍ସ ବେହେରା) ବଲାଙ୍ଗୀର ଜିଲ୍ଲା ପୁରିବାହାଲ ବନାଞ୍ଚଳ ଅଧୀନ ଖଲିଆପାଲି ଗ୍ରାମରେ ରବିବାର ଏକ ଅଭାବନୀୟ ଘଟଣା ଘଟିଛି। କ୍ଷେତରେ ଔଷଧ ଛିଞ୍ଚନ କରିବାକୁ ଯାଇଥିବା ବେଳେ ବଞ୍ଚୁଆ ହାତୀ ଦଳି ଦେବାରୁ ଜଣେ ମଜୁରିଆଙ୍କ ମୃତ୍ୟୁ ହୋଇଛି। ସେ ହେଲେ ଖଲିଆପାଲି ଗ୍ରାମର ସତ୍ୟ ଦେଓ (୫୩)।

ପ୍ରକାଶ ଯେ, ଖଲିଆପାଲି ଗ୍ରାମର ଭଗବାନ ପଧାନ କପାଟାସ କରିଥିଲେ। ସେହି ଗାଁର ସତ୍ୟଙ୍କ ସହିତ ଅନ୍ୟ ଦୁଇ ଜଣ ମଜୁରିଆ ସକାଳେ ୍ଷେତରେ ଭଗବାନଙ୍କ କପାଟାସରେ ଔଷଧ

ଛିଞ୍ଚନ କରିବାକୁ ଯାଇଥିଲେ। ସେହି ସମୟରେ ୧୩ ଡିଗ୍ରୀ ହାତୀପଲ ହଠାତ କ୍ଷେତକୁ ଆସିଯିବାରୁ ୨ ଜଣ ଶ୍ରମିକ ବୈଢ଼ି ପକାଇଥିଲେ। କିନ୍ତୁ ସତ୍ୟ ଯାଇପାରି ନ ଥିଲେ। ଫଳରେ ହାତୀ

କପାଟାସରେ ଔଷଧ ଛିଞ୍ଚନ କରିବାକୁ ଯାଇଥିଲେ

ଦଳିଦେବାରୁ ଘଟଣାସ୍ଥଳରେ ତାଙ୍କର ମୃତ୍ୟୁ ଘଟିଥିଲା। ପରେ ହାତୀପଲ ସତ୍ୟ ମୃତଦେହକୁ ପ୍ରାୟ ୫ ଘଣ୍ଟା ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଘେରି ରଖିଥିଲେ। ଖବର ପାଇ ପୁରିବାହାଲ ବନାଞ୍ଚଳ ଅଧିକାରୀ

ଶିବ ପ୍ରସାଦ ନାଏକଙ୍କ ନେତୃତ୍ୱରେ ୧୦ ଜଣିଆ ଦଳ ପହଞ୍ଚି ଡ୍ରମ ସହାୟତାରେ ହାତୀପଲକୁ ଘଉଡ଼ାଇଥିଲେ। ଫଳରେ ହାତୀ ପଲ ଭଣ୍ଡାରବାଞ୍ଚି ଗ୍ରାମପଟକୁ ଚାଲିଯାଇଥିଲେ। ପୁରିବାହାଲ ପୋଲିସ୍ ପହଞ୍ଚି ମୃତଦେହ ଜବତ କରି ବ୍ୟବଚ୍ଛେଦ ପାଇଁ କଣ୍ଟାବାଞ୍ଚି ଗୋଷ୍ଠୀ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟକେନ୍ଦ୍ରକୁ ପଠାଇଛି। ଏ ନେଇ ଏକ ଅପମୃତ୍ୟୁ ମାମଲା (ନଂ. ୧୬/୨୫) ରୁକ୍ଷ କରାଯାଇଛି। ଅନ୍ୟପକ୍ଷରେ କଳାଲି ବିଭାଗ ତରଫରୁ ମୃତକଙ୍କ ପରିବାରକୁ ଅନୁକମ୍ପା ସହାୟତା ରାଶି ୧୦ ଲକ୍ଷ ଟଙ୍କା ଦେବା ପାଇଁ ବନ ବିଭାଗ ତରଫରୁ ପ୍ରତ୍ତି ଆରମ୍ଭ କରାଯାଇଥିବା ଜଣାପଡ଼ିଛି।

ଦନ୍ତା ଆକ୍ରମଣରେ ବୃଦ୍ଧଙ୍କ ମୃତ୍ୟୁ

ଚଞ୍ଚୁଆ/ଯୋଡ଼ା, ୨୧।୯ (ମହେଶ୍ୱର ଦାସ/ମାନସ ମହାନ୍ତି) କେନ୍ଦୁଝର ଜିଲ୍ଲା ଚଞ୍ଚୁଆ ରୋଞ୍ଜ ଯୋଡ଼ାପୋଖରୀ ଗ୍ରାମରେ ରବିବାର ଭୋର ସମୟରେ ଦନ୍ତା ହାତୀ ଆକ୍ରମଣରେ ଜଣେ ବୃଦ୍ଧଙ୍କ ମୃତ୍ୟୁ ଘଟିଛି। ମୃତକ ହେଲେ ଗ୍ରାମର ନରୋତ୍ତମ ମହାନ୍ତି (୬୫)। ସେ ଭୋର ପ୍ରାୟ ୫ଟା ସମୟରେ ଶୀତ ହେବା ପାଇଁ ଯାଉଥିବା ସମୟରେ ରାସ୍ତାରେ ଦନ୍ତାହାତୀ ହାବୁଡ଼ରେ ପଡ଼ିଯାଇଥିଲେ। ହାତୀ ତାଙ୍କୁ ଶୁଷ୍କରେ କଟାଡ଼ି ଦେଇଥିଲା। ବିଜୟ ହେବାରୁ ପୁଅ ପ୍ରଶାନ୍ତ ମହାନ୍ତି ତାଙ୍କୁ ଖୋଜିବାକୁ ଯାଇଥିଲେ। ଘରଠାରୁ ଅନତି ଦୂରରେ ନରୋତ୍ତମ ଅଚେତ ଅବସ୍ଥାରେ ପଡ଼ିଥିଲେ। ତାଙ୍କ ଛାତି ଓ ଉଦ୍ଗୁଳାରେ ହାତୀର ପାଦ ଚିହ୍ନ ପଡ଼ିଥିବା ଦେଖିବାକୁ ପାଇଥିଲେ। ବନ ବିଭାଗ ସହାୟତାରେ ତାଙ୍କୁ ଚୁରୁତର ଅବସ୍ଥାରେ ଚଞ୍ଚୁଆ ଉପଖଣ୍ଡ ଡାକ୍ତରଖାନାରେ ଭର୍ତ୍ତି କରାଯାଇଥିଲା। ସେଠାରେ ଡାକ୍ତର ତାଙ୍କୁ ମୃତ ଘୋଷଣା କରିଥିଲେ। ଚଞ୍ଚୁଆ ପୋଲିସ୍ ଏକ ମାମଲା(ନଂ. ୪୬/୨୫) ରୁକ୍ଷ କରି ମୃତଦେହ ବ୍ୟବଚ୍ଛେଦ ପାଇଁ ଜିଲ୍ଲା ମୁଖ୍ୟ ଚିକିତ୍ସାଳୟକୁ ପଠାଇ ତଦନ୍ତ ଆରମ୍ଭ କରିଛି।



KILLERX



VISIT STORE TO AVAIL
EXCITING PUJA
OFFERS*

FLAT ₹ 2599/-
ALL MERCHANDISE(MRP ₹2600/- TO ₹3499/-)

FLAT 6.25% OFF
ON ALL MERCHANDISE MRP ₹1049/- TO ₹2599/-

NO MRP HIKE
DESPITE INCREASE IN GST

APPARELS		EYEWEAR		INNERWEAR		ACCESSORIES		PERSONAL CARE		EXPLORE MORE 
AVAILABLE AT KILLER 3K EXCLUSIVE STORES				 		 		AND ALL LEADING RETAILERS IN YOUR CITY.		
FOR TRADE & EBO ENQUIRIES: GRC GARMENTS: 93375 11696/ 70089 40186					FOR FRANCHISEE & INSTITUTIONAL ENQUIRIES: 8657939718 / 022 26914400					
E-MAIL: FRANCHISEE@KEWALKIRAN.COM		AVAILABLE AT: 		• WOMENSWEAR • KIDSWEAR		• FOOTWEAR • TRAVEL GEAR		FOLLOW US ON:    		

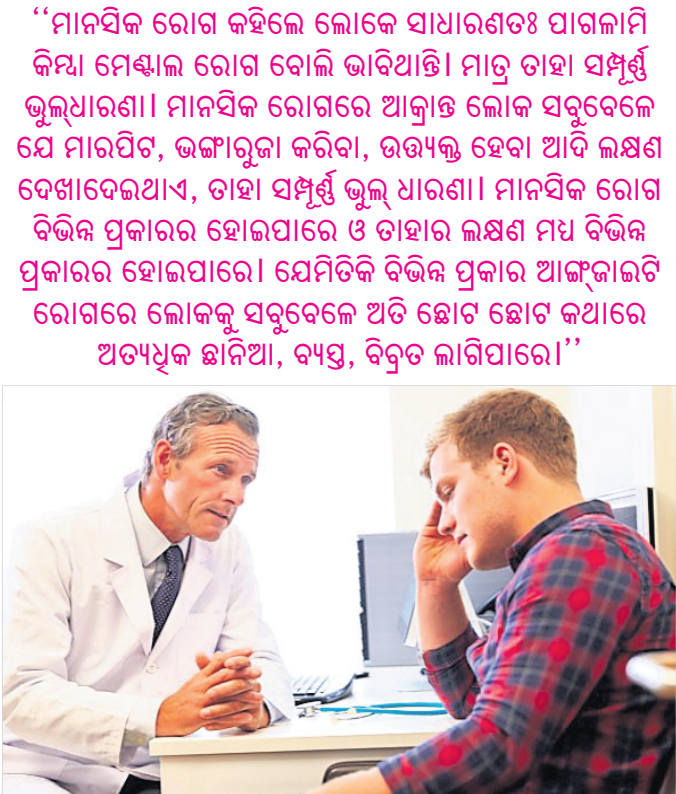


ମାନସିକ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟର ଯତ୍ନ: ବର୍ତ୍ତମାନ ସମୟର ଆହ୍ୱାନ



ଡା. ସବ୍ୟକାମ ମହାପାତ୍ର

ମାନସିକ ସ୍ୱସ୍ଥତା ଓ ମାନସିକ ରୋଗ ସମ୍ବନ୍ଧରେ ଆମ ଦେଶର ଲୋକଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ସଚେତନତା ଘୋର ଅଭାବ ରହିଛି। ବିଶ୍ୱ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ସଂଗଠନର ସାମ୍ପ୍ରତିକ ସର୍ବେକ୍ଷଣରୁ ଜଣାପଡ଼ିଛି ଯେ ସାରା ବିଶ୍ୱରେ ପ୍ରାୟ ୪୫ କୋଟି ଲୋକ ବିଭିନ୍ନ ମାନସିକ ସମସ୍ୟା ଦ୍ୱାରା ଆକ୍ରାନ୍ତ। ଭାରତବର୍ଷରେ ମାନସିକ ରୋଗୀଙ୍କ ସଂଖ୍ୟା ଅତି ଦ୍ରୁତଗତିରେ ବଢ଼ିବାରେ ଲାଗିଛି। କିନ୍ତୁ ବୁଦ୍ଧାବ୍ୟବସ୍ଥା ଓ ଆମ ଦେଶର ଲୋକଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ମାନସିକ ରୋଗ ଓ ତାହାର ଚିକିତ୍ସା ସମ୍ବନ୍ଧରେ ଅନେକ ଭୁଲ୍ ଧାରଣା ଅଛି। ମାନସିକ ରୋଗ କହିଲେ ଲୋକମାନେ ସାଧାରଣତଃ ପାଗଳାମି କିମ୍ବା ମେଞ୍ଜାଇ ରୋଗ ବୋଲି ଭାବିଥାନ୍ତି। ମାତ୍ର ତାହା ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ଭୁଲ୍ ଧାରଣା। ମାନସିକ ରୋଗରେ ଆକ୍ରାନ୍ତ ଲୋକ ସବୁବେଳେ ଯେ ମାରପିଟ, ଭଙ୍ଗାଭୁଜା କରିବା, ଉତ୍ତ୍ୟକ୍ତ ହେବା ଆଦି ଲକ୍ଷଣ ଦେଖାଦେଇଥାଏ, ତାହା ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ଭୁଲ୍ ଧାରଣା। ମାନସିକ ରୋଗ ବିଭିନ୍ନ ପ୍ରକାରର ହୋଇପାରେ ଓ ତାହାର ଲକ୍ଷଣ ମଧ୍ୟ ବିଭିନ୍ନ ପ୍ରକାରର ହୋଇପାରେ। ଯେମିତିକି ବିଭିନ୍ନ ପ୍ରକାର ଆଙ୍ଗାଙ୍ଗଟି ରୋଗରେ ଲୋକଙ୍କୁ ସବୁବେଳେ ଅତି ଛୋଟ ଛୋଟ କଥାରେ ଅତ୍ୟଧିକ ଛାନିଆ, ବ୍ୟସ୍ତ, ବିବ୍ରତ ଲାଗିପାରେ।



ମନ ଅଧିକାଂଶ ସମୟ ଦୁଃଖ ରହିଥାଏ। କାହା ସହିତ ମିଳାମିଶା କରିବାକୁ ଲଜ୍ଜା ହୁଏନାହିଁ। ସବୁବେଳେ ଏକୃଷ୍ଟିଆ ରହିବାକୁ ଭଲ ଲାଗେ। ଅବସେଧିତ କମ୍ପଲକ୍ସ ରୋଗ ବୋଲି ଭାବିଥାନ୍ତି। ମାତ୍ର ତାହା ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ଭୁଲ୍ ଧାରଣା। ମାନସିକ ରୋଗରେ ଆକ୍ରାନ୍ତ ଲୋକ ସବୁବେଳେ ଯେ ମାରପିଟ, ଭଙ୍ଗାଭୁଜା କରିବା, ଉତ୍ତ୍ୟକ୍ତ ହେବା ଆଦି ଲକ୍ଷଣ ଦେଖାଦେଇଥାଏ, ତାହା ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ଭୁଲ୍ ଧାରଣା। ମାନସିକ ରୋଗ ବିଭିନ୍ନ ପ୍ରକାରର ହୋଇପାରେ ଓ ତାହାର ଲକ୍ଷଣ ମଧ୍ୟ ବିଭିନ୍ନ ପ୍ରକାରର ହୋଇପାରେ। ଯେମିତିକି ବିଭିନ୍ନ ପ୍ରକାରର ଆଙ୍ଗାଙ୍ଗଟି ରୋଗରେ ଲୋକଙ୍କୁ ସବୁବେଳେ ଅତି ଛୋଟ ଛୋଟ କଥାରେ ଅତ୍ୟଧିକ ଛାନିଆ, ବ୍ୟସ୍ତ, ବିବ୍ରତ ଲାଗିପାରେ। ଫୋବିଆ ରୋଗରେ ଲୋକଙ୍କୁ କେତେକ ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ସ୍ଥାନ ଓ ପରିସ୍ଥିତି ପ୍ରତି ଅତ୍ୟଧିକ ଭାବରେ ଭୟ ଦେଖା ଦେଇପାରେ। ଡିପ୍ରେସନ ବା ଅବସାଦ ରୋଗରେ

ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ଭୁଲ୍ ଧାରଣା। ଠିକ୍ ସେହିପରି ଛୋଟ ପିଲାମାନଙ୍କଠାରେ ଦେଖା ଦେଉଥିବା ଅନେକ ବ୍ୟବହାରିକ ସମସ୍ୟା ବିଭିନ୍ନ ମାନସିକ ସମସ୍ୟା ହୋଇପାରେ। ଭୂତ ଲାଗିବା, କାଳିଶି ଲାଗିବା, ଠାକୁରାଣୀ ଆଦିବା ଏସବୁମଧ୍ୟ ଏକମାନସିକ ସମସ୍ୟା ଓ ତାହାର ଚିକିତ୍ସା ମଧ୍ୟ ଆଜିକାଲିର ଆଧୁନିକ ଚିକିତ୍ସା ପଦ୍ଧତିରେ ସମ୍ଭବ। ମାନସିକ ରୋଗର କାରଣ ସମ୍ବନ୍ଧରେ ମଧ୍ୟ ଲୋକଙ୍କର ଅନେକ ଭୁଲ୍ ଧାରଣା ରହିଛି। ଲୋକମାନେ ମାନସିକ ରୋଗ ଅଛି ଯେଉଁଥିରେ ଦୀର୍ଘ ଦିନ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ବିଭିନ୍ନ ଶାରୀରିକ ଲକ୍ଷଣମାନ ଦେଖାଯାଇଥାଏ, କିନ୍ତୁ ସବୁ ପ୍ରକାରର ଶାରୀରିକ ପରୀକ୍ଷା ନିରାକ୍ଷା ପ୍ରାୟତଃ ଠିକ୍ ଥାଏ। ସେହିପରି ବିଭିନ୍ନ ନିଶା ସେବନ, ଏହା ମଧ୍ୟ ଏକ ପ୍ରକାରର ମାନସିକ ସମସ୍ୟା। ଅନେକ ଲୋକ ନିଶା ସେବନକୁ ଏକ ଷ୍ଟାଇଲ ବା ବ୍ୟବହାରିକ ସମସ୍ୟା ବୋଲି ଭାବିଥାନ୍ତି। ମାତ୍ର ଏହା

ଅନେକ ଲୋକଙ୍କ କ୍ଷେତ୍ରରେ ଏହି ରୋଗ ବଂଶାନୁଗତିକ ହୋଇଥାଏ। ଅନେକ ଲୋକଙ୍କଠାରେ ନିଶାସେବନ ମୁଖ୍ୟତଃ ଗଞ୍ଜେଇ, ଭାଙ୍ଗ ଓ ମଦ ସେବନ ଦ୍ୱାରା ମାନସିକ ରୋଗ ଆରମ୍ଭ ହୋଇପାରେ। ମାନସିକ ରୋଗର ଚିକିତ୍ସା ସମ୍ବନ୍ଧରେ ଲୋକଙ୍କଠାରେ ଅନେକ ଭୁଲ୍ ଧାରଣା ଅଛି। ଅନେକ ଲୋକ ଭାବିଥାନ୍ତି ମାନସିକ ରୋଗର ଚିକିତ୍ସା ଆଦୌ ସମ୍ଭବ ନୁହେଁ ବା ମାନସିକ ରୋଗ କେବେ ଠିକ୍ ହୋଇପାରିବ ନାହିଁ। ମାତ୍ର ଏହା ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ଭୁଲ୍ ଧାରଣା। ସମସ୍ତ ମାନସିକ ରୋଗର ଚିକିତ୍ସା ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ସମ୍ଭବ। ଆଜିକାଲିର ଆଧୁନିକ ଚିକିତ୍ସା ବିଜ୍ଞାନରେ ସବୁ ମାନସିକ ରୋଗର ସଫଳ ଚିକିତ୍ସା କରାଯାଇ ପାରୁଛି। ପ୍ରାରମ୍ଭିକ ଅବସ୍ଥାରେ ରୋଗର ଲକ୍ଷଣକୁ ଚିହ୍ନିବାରେ ସାଧାରଣତଃ ବିଳମ୍ବ କରିଥାଆନ୍ତି। ଆଜିକାଲି ବି ଅନେକ ଲୋକ ଅଛନ୍ତି ଯେଉଁମାନେ ଅଳ୍ପବିଶ୍ୱାସ ଯୋଗୁ ରୋଗର ଚିକିତ୍ସା ନ କରାଇ ଗୁଣିଗାରେଡି ପାଖକୁ ଯାଇ ଅପଥାରେ ସମୟ ନଷ୍ଟ କରନ୍ତି। ଏହାଦ୍ୱାରା ରୋଗର ପ୍ରକୋପ ବଢ଼େ। ତେଣୁରେ ଚିକିତ୍ସା ଆରମ୍ଭ କଲେ ଶେଷ ଦିନ ଔଷଧ ସେବନ କରିବାକୁ ପଡ଼ିଥାଏ ଏବଂ ରୋଗ ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ଭାବେ ଠିକ୍ ହେବାର ସମ୍ଭାବନା କମି ଯାଇଥାଏ। ସେହିପରି ବହୁ ଲୋକ ମାନସିକ ସମସ୍ୟା ଦେଖାଦେଲେ ସେମାନେ କେଉଁ ବିଭାଗର ଆସିବା ଏସବୁମଧ୍ୟ ଏକମାନସିକ ସମସ୍ୟା ନ ଥାନ୍ତି କିମ୍ବା କିଛି ଲୋକ ଜାଣିଥାନ୍ତି ଯେ ମାନସିକ ରୋଗର ଚିକିତ୍ସା ପାଇଁ ମାନସିକ ରୋଗ ବିଶେଷଜ୍ଞଙ୍କୁ ପରାମର୍ଶ କରିବା ଉଚିତ, କିନ୍ତୁ ଯଦି ସେ ଜଣେ ମାନସିକ ରୋଗ ବିଶେଷଜ୍ଞଙ୍କ ପାଖକୁ ଗଲେ ଅନ୍ୟମାନେ ସମାଜରେ ତାଙ୍କୁ ସାଧାରଣତଃ ମାନସିକ ରୋଗ ହୋଇଥାଏ। ମାତ୍ର ମସ୍ତିଷ୍କରେ ଥିବା କେତେକ ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ରାସାୟନିକ ପଦାର୍ଥ ପ୍ରାୟତଃ ଠିକ୍ ଥାଏ। ସେହିପରି ବିଭିନ୍ନ ନିଶା ସେବନ, ଏହା ମଧ୍ୟ ଏକ ପ୍ରକାରର ମାନସିକ ସମସ୍ୟା। ଅନେକ ଲୋକ ନିଶା ସେବନକୁ ଏକ ଷ୍ଟାଇଲ ବା ବ୍ୟବହାରିକ ସମସ୍ୟା ବୋଲି ଭାବିଥାନ୍ତି। ମାତ୍ର ଏହା

ପଡିଥାଏ। ଏହା ମଧ୍ୟ ଅନେକାଂଶରେ ଭୁଲ୍ ଧାରଣା। କେତେକ ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ମାନସିକ ରୋଗ ଛଡ଼ା ଅନ୍ୟ କୌଣସି ରୋଗରେ ସାରା ଜୀବନ ଔଷଧ ଖାଇବାକୁ ପଡ଼େ ନାହିଁ। ମାନସିକ ରୋଗଗୁଡ଼ିକର ଚିକିତ୍ସା ନିମନ୍ତେ ଉଦ୍ଦିଷ୍ଟ ଔଷଧର ଏକ ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ କୋର୍ସ ରହିଥାଏ। ଯାହା କି ସାଧାରଣତଃ ରୋଗର ଚୀନ୍ତା, ଲକ୍ଷଣ ଦେଖା ଦେବାର କେତେଦିନ ପରେ ରୋଗୀ ଚିକିତ୍ସା ଆରମ୍ଭ କରୁଛି, ପ୍ରାରମ୍ଭିକ ଅବସ୍ଥାରେ ଚିକିତ୍ସା ଦ୍ୱାରା ରୋଗୀ କେତେ ମାତ୍ରାରେ ଭଲ ହେଉଛି ଏସବୁ ଉପରେ ନିର୍ଭର କରିଥାଏ। ଏହି କୋର୍ସ ଅନୁସାରେ ଔଷଧ ଖାଇଲେ ଆଉ ରୋଗର ଲକ୍ଷଣ ପ୍ରାୟତଃ ଦେଖାଯାଇ ନ ଥାଏ। ରୋଗର ଚୀନ୍ତା କମିଲେ ଔଷଧଗୁଡ଼ିକର ମାତ୍ରା ମଧ୍ୟ ଧୀରେ ଧୀରେ କମାଇ ଦିଆଯାଏ। ମାନସିକ ରୋଗ ବିଶେଷଜ୍ଞଙ୍କ ପରାମର୍ଶ ପୂର୍ବରୁ ଔଷଧ ବନ୍ଦ କରିଦେଲେ ରୋଗ ଦୁନିବାର ଦେଖାଯିବାର ସମ୍ଭାବନା ଥାଏ। ତେଣୁ କେତେ ଦିନ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଔଷଧ ଖାଇବାକୁ ପଡ଼ିବ ତାହା ରୋଗୀ ଓ ତାଙ୍କର ପରିବାରର ଲୋକମାନେ ଡାକ୍ତରଙ୍କଠାରୁ ବୁଝି ରଖିବା ଉଚିତ। କିଛି ମାନସିକ ସମସ୍ୟା ଅଛି ଯେଉଁଥିରେ କିଛି ମାସ ମେଡିସିନ୍ ଖାଇଲା ପରେ ରୋଗ ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ଭଲ ହୋଇଯାଏ। ଆଉ ମେଡିସିନ୍ ଖାଇବା ଦରକାର ପଡ଼ି ନ ଥାଏ। ଅନେକ ଲୋକ ଭାବିଥାଆନ୍ତି ମାନସିକ ରୋଗଗୁଡ଼ିକର ଚିକିତ୍ସା ପାଇଁ ବ୍ୟବହୃତ ଔଷଧଗୁଡ଼ିକୁ ଖାଇଲେ ଏହା ଅଜ୍ଞାପରେ ପଡ଼ିଯାଏ, ଏସବୁ ମେଡିସିନ୍ଗୁଡ଼ିକ ଏକ ପ୍ରକାରର ନିଶା, ଅବେ ଖାଇବା ଆରମ୍ଭ ଆଉ ଛାଡ଼ି ହେବନି। ମାତ୍ର ଏସବୁ ଭୁଲ୍ ଧାରଣା। ଆଜିକାଲି ବ୍ୟବହାର କରାଯାଉଥିବା ମେଡିସିନ୍ଗୁଡ଼ିକ ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ସୁରକ୍ଷିତ। ଯଦି ଆପଣ ମାନସିକ ରୋଗ ବିଶେଷଜ୍ଞଙ୍କ ପରାମର୍ଶ ଅନୁସାରେ ଖାଇବେ ତେବେ ଏସବୁସମସ୍ୟା କେବେ ଦେଖାଦେବନାହିଁ।

—ମାନସିକ ରୋଗ ବିଶେଷଜ୍ଞ,
ମହାନଦୀ ବିହାର, କଟକ
ମୋ : ୮୮୫୫୨୯୩୯୧୭

ସ୍ଥୁଳ ଜୀବନଶୈଳୀ ଓ ହୃଦ୍‌ରୋଗ

ଆଜିର ସମୟରେ ଚିକାଜନକ ହେଉଛି ହୃଦ୍‌ରୋଗ। ବିଶ୍ୱ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ସଂଗଠନର ଏକ ତଥ୍ୟ ଅନୁଯାୟୀ ପ୍ରତିବର୍ଷ ପାଖାପାଖି ୧ କୋଟି ୭୦ଲକ୍ଷରୁ ଊର୍ଦ୍ଧ୍ୱ ଲୋକଙ୍କର ଅସ୍ୱାଭାବିକ ମୃତ୍ୟୁ ହୃଦ୍‌ରୋଗ ଯୋଗୁ ଘଟୁଛି। ଶାରୀରିକ ପରିଶ୍ରମର ଅଭାବ, ନିଶାଦ୍ରବ୍ୟ ସେବନ, ମାନସିକ ଚାପ, ଖାଦ୍ୟପେୟ ଓ ବିଶ୍ରାମର ଅନିୟମିତତା ଯୋଗୁ ହୃଦ୍‌କନିତ ସମସ୍ୟା ଦେଖାଯିବାର ଆଶଙ୍କା ରହିଛି। ବର୍ତ୍ତମାନ ସମୟରେ



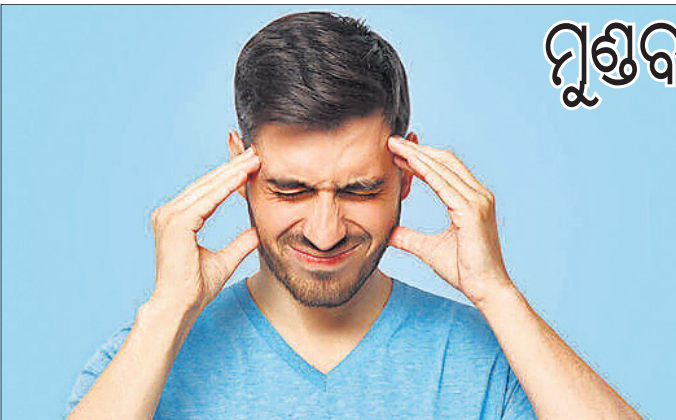
ଅଧିକାଂଶ ଯୁବବର୍ଗ ହୃଦ୍‌ରୋଗର ଶିକାର ହେଉଛନ୍ତି। ଅଳ୍ପବୟସରେ ମାସକୁ ଅଳ୍ପ ଉପବାସ ରହିବା ଦ୍ୱାରା ହୃଦ୍‌ଘାତ ଆଶଙ୍କା ହ୍ରାସ ପାଏ। ହଳଦୀରେ ଥିବା କୁର୍ନିଙ୍ ମାମକ ଔଷଧୀୟ ପଦାର୍ଥ ହୃଦ୍‌ରୋଗରୁ ରକ୍ଷା କରିଥାଏ। ବର୍ଷକୁ ଅଳ୍ପତଃ ଦୁଇଥର ରକ୍ତଦାନ ଦ୍ୱାରା ହୃଦ୍‌ରୋଗର ଆଶଙ୍କାକୁ କମ୍ କରିହେବ। ଚାପମୁକ୍ତ ସନ୍ତୁଳିତ ଜୀବନଶୈଳୀ ଅନୁସରଣ କରନ୍ତୁ। ନିଶାଦ୍ରବ୍ୟ ସେବନଠାରୁ ଦୂରରେ ରୁହନ୍ତୁ। ଦୈନିକ ଅତି କମ୍‌ରେ ଅଧ୍ୟୟନ କରନ୍ତୁ। ହୃଦ୍‌ରୋଗ ପାଇଁ ଓଜନ ବୃଦ୍ଧି ବା ମେଦ ବହୁଳତା ପ୍ରାୟ ୩୨ ଭାଗ ଦାୟୀ। ତେଣୁ ବୟସ ଅନୁସାରେ ଓଜନ କେତେ ରହିବା ଆବଶ୍ୟକ, ତାହା ଜାଣନ୍ତୁ। ଆବଶ୍ୟକତାଠାରୁ ଅଧିକ ଓଜନ ଥିଲେ, ତାହାକୁ କେମିତି ସନ୍ତୁଳିତ ଯୁଗ୍ମ ଆଣିହେବ, ସେଥିପାଇଁ ଡାକ୍ତରଙ୍କ ସହ ପରାମର୍ଶ କରନ୍ତୁ। ବ୍ୟବସ୍ଥିତ ଜୀବନଶୈଳୀ ନିଶ୍ଚିତ ଭାବରେ ଆପଣମାନଙ୍କୁ ହୃଦ୍‌ରୋଗରୁ ରକ୍ଷା କରିବ, ଏ ବିଶ୍ୱାସ ରଖନ୍ତୁ।

ଜାଣି ରଖନ୍ତୁ...



ଆଜିକାଲିର ବ୍ୟସ୍ତମୟ ଜୀବନରେ ଛୁହର ମାହୋଲରେ ରହିବା ନୁହେଁ ଏତେକ ସହଜ ହୋଇ ନ ପାରେ। ହେଲେ ଆମେ ଯଦି ନିଜକୁ ଏଭଳି ପରିବେଶରେ ରଖିପାରିବା ତେବେ ଆମେ କେତେକାଂଶରେ ସ୍ଥୁଳ ରହିବା। ଏ ନେଇ ସବୁଠାରୁ ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ କଥା ହେଲା ଏକ ବ୍ୟବହୃତ ଜୀବନଶୈଳୀ। ସବୁବେଳେ ଏକ ଭୂତିକ ଲାଭପ୍ରାପ୍ତି ଅନୁସରଣ କରନ୍ତୁ। ନିଜର ପ୍ରତିଦିନର ଜୀବନ ଯେ ଆପଣ ଆଉ କେତୋଟି ବିଷୟ ପ୍ରତି ଦୃଷ୍ଟି ଦେବାକୁ ପଡ଼ିବ। ପ୍ରଥମ କଥା ହେଲା ବ୍ୟାୟାମ। ସକାଳୁ ଅତିକମ୍‌ରେ ଆପଣ ମାନସିକ ରୋଗ ବିଶେଷଜ୍ଞଙ୍କ ପରାମର୍ଶ ଅନୁସାରେ ଖାଇବେ ତେବେ ଏସବୁସମସ୍ୟା କେବେ ଦେଖାଦେବନାହିଁ।

ଅନିୟମିତତା ଅପଥାରେ କେତେକ ରୋଗର କାରଣ ସାଜିଥାଏ। ଆଉ ଏକ କଥା, ନିୟମିତ ସମୟ ବ୍ୟବଧାନରେ ନିଜ ଶରୀର ଭୂତିକ ଚେକଅପ୍ କରାଇ ନିଅନ୍ତୁ। କୌଣସି ରୋଗର କାରଣ ବିଷୟରେ ଜାଣିପାରିଲେ ତାହାକୁ ଅବହେଳା କରନ୍ତୁ ନାହିଁ। କାରଣ ରୋଗ ଯଦି ଜଟିଳ ଆକାର ଧାରଣ କଲା ତେବେ ତାହାର ଚିକିତ୍ସା ପାଇଁ ଖର୍ଚ୍ଚାନ୍ତ ହେବାକୁ ପଡ଼ିଥାଏ। ତା'ସହ ଯୋଗ, ପ୍ରାଣାୟାମ କରନ୍ତୁ। ଏହାଦ୍ୱାରା ଶରୀର କେତେକାଂଶରେ ସ୍ଥୁଳ ରହିଥାଏ। ଅନ୍ୟ ଏକ କଥା ହେଲା ଖାଦ୍ୟପେୟ। ସବୁବେଳେ ସୁସ୍ଥମ ତଥା ଭିତ୍ତିମୁଖ୍ୟ ଖାଦ୍ୟ ଖାଆନ୍ତୁ। ଖାଦ୍ୟପେୟରେ



ଆଜିକାଲି ପ୍ରାୟ ମୁଣ୍ଡବ୍ୟଥା ଏକ ସାଧାରଣ ସମସ୍ୟା ପାଲଟି ଚଲାଣି। ଖାଦ୍ୟପେୟ ଠିକ୍ ସମୟରେ ନ

ମୁଣ୍ଡବ୍ୟଥା ଉପଶମର ସରଳ ଉପାୟ

ପାଇବା ଲାଗି କେତୋଟି ସରଳ ତଥା ସହଜ ଉପାୟ ରହିଛି। ସବୁଠାରୁ ମୁଖ୍ୟ କଥା ହେଲା ସବୁବେଳେ ଠିକ୍ ସମୟରେ ଖାଦ୍ୟ ଖାଆନ୍ତୁ। ଏଥିରେ ବିଳମ୍ବ ହେଲେ ପେଟରେ ଗ୍ୟାସ୍‌ଟ୍ରିକ ସମସ୍ୟା ଦେଖାଦେଇଥାଏ, ଯାହାଦ୍ୱାରା ମୁଣ୍ଡବିଷା ତା'ସହ ଦିନକୁ ଅତିକମ୍‌ରେ ୨-୩ ଲିଟର ପାଣି ପିଅନ୍ତୁ। ଆଉ ଏକ କଥା ହେଲା ନିଦ୍ରା। ଆମକୁ ରାତିରେ ଅତିକମ୍‌ରେ ୭-୮ ଘଣ୍ଟା ଶୋଇବା ନିହାତି ଦରକାର। ଏଥିରେ ଅସନ୍ତୁଳନ ଦେଖାଦେଲେ ତାହା ମୁଣ୍ଡବିଷାର

କାରଣ ସାଜିଥାଏ। ତେଣୁ ସବୁବେଳେ ଆବଶ୍ୟକ ମୁତାବକ ଶୁଅନ୍ତୁ। ଟୋକିଓ ବିଶ୍ୱବିଦ୍ୟାଳୟର ବିଶେଷଜ୍ଞମାନେ ଏକ ସର୍ବେକ୍ଷଣ ଜାଣି ପାରିଛନ୍ତି ଯେ ନିୟମିତ ଯୋଗ କରିବା ଦ୍ୱାରା ମୁଣ୍ଡବିଷା ପରି ସମସ୍ୟାରୁ କେତେକାଂଶରେ ଉପଶମ ମିଳିଥାଏ। ବେଳେବେଳେ ଚେନ୍‌ସନ୍‌ର ବଶବର୍ତ୍ତୀ ହେଲେ ମୁଣ୍ଡବିଷା ସମସ୍ୟା ଦେଖାଦେଇଥାଏ। ତେଣୁ ଏହାଠାରୁ ଦୂରରେ ରହିବାକୁ ଚେଷ୍ଟା କରନ୍ତୁ। ନିଜର ମାନସିକତାକୁ ସକାରାତ୍ମକ ରଖିବାକୁ ଚେଷ୍ଟା କରନ୍ତୁ।

ଆଣ୍ଟିବକ୍ଟି ଗଠନ କରେ ଗାଜର

ଗାଜର ଆମ ଶରୀର ପାଇଁ ବେଶ୍ ଉପକାରୀ। ଏଥିରେ ଭିତାମିନ୍, ଫାଇବର ଓ ଆଣ୍ଟି ଅକ୍ସିଡାଣ୍ଟ ଉପାଦାନ ଭରିହୋଇ ରହିଛି। ଏହା ଶରୀରରେ ରୋଗ ପ୍ରତିରୋଧକ ଶକ୍ତି ବଢ଼ାଇବା ସହ ଅସ୍ତି ଓ ମଜ୍ଜାକୁ ଶକ୍ତ କରିଥାଏ। ତେବେ ଏହାର ଆଉ ଏକ ଉପକାରୀ ଗୁଣ ରହିଛି। ଏହାକୁ ନିୟମିତ ଖାଇଲେ ଆଜିକାଲି ବ୍ୟବହାର କରାଯାଉଥିବା ମେଡିସିନ୍ଗୁଡ଼ିକ ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ସୁରକ୍ଷିତ। ଯଦି ଆପଣ ମାନସିକ ରୋଗ ବିଶେଷଜ୍ଞଙ୍କ ପରାମର୍ଶ ଅନୁସାରେ ଖାଇବେ ତେବେ ଏସବୁସମସ୍ୟା କେବେ ଦେଖାଦେବନାହିଁ।

ବିଶ୍ୱବିଦ୍ୟାଳୟର ପୃଷ୍ଠିବିଜ୍ଞାନୀମାନେ ନିୟମିତ ଗାଜର ଖାଇବାକୁ ପରାମର୍ଶ ଦେଇଥିଲେ। ଅନ୍ୟପକ୍ଷରେ ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ସମୟ ବ୍ୟବଧାନରେ ସେମାନଙ୍କର ଶରୀରରେ ଆଣ୍ଟିବକ୍ଟି ପରୀକ୍ଷା କରାଯିବାକୁ ଏହା ପୂର୍ବପେକ୍ଷା ବୃଦ୍ଧି ପାଇଥିବାର ଜଣାପଡ଼ିଥିଲା। ଆପଣ ଦୃଷ୍ଟିଶକ୍ତିନିତ ସମସ୍ୟା ସହ ଜଡ଼ିତ କି? ଯଦି ହଁ, ତାହା ଶରୀରରେ ଆଣ୍ଟିବକ୍ଟି ଗଠନ କରିବାରେ ଅନେକାଂଶରେ ସାହାଯ୍ୟ କରିଥାଏ। ଏଭଳି ସମସ୍ୟା ସହ ଜଡ଼ିତ କେତେକ ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କୁ କାଲିଫର୍ନିଆ

ରାଜ୍ୟରେ ଏଭଳି ତତ୍ତ୍ୱ ରହିଛି, ଯାହା ଦୃଷ୍ଟିଶକ୍ତି ପାଇଁ ବେଶ୍ ଉପକାରୀ। ଏହା ଭିତାମିନ୍ 'ସି'ର ଅନ୍ୟତମ ଉତ୍ସ। ଗାଜର ନିୟମିତ ଖାଇଲେ ତାହା ଡାକ୍ତରଙ୍କ ଆଣ୍ଟିବକ୍ଟି ପରୀକ୍ଷା କରାଯିବାକୁ ଏହା ପୂର୍ବପେକ୍ଷା ବୃଦ୍ଧି ପାଇଥିବାର ଜଣାପଡ଼ିଥିଲା। ଆପଣ ଦୃଷ୍ଟିଶକ୍ତିନିତ ସମସ୍ୟା ସହ ଜଡ଼ିତ କି? ଯଦି ହଁ, ତାହା ଶରୀରରେ ଆଣ୍ଟିବକ୍ଟି ଗଠନ କରିବାରେ ଅନେକାଂଶରେ ସାହାଯ୍ୟ କରିଥାଏ। ଏଭଳି ସମସ୍ୟା ସହ ଜଡ଼ିତ କେତେକ ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କୁ କାଲିଫର୍ନିଆ

ଚର୍ଚ୍ଚ ପରିମାଣ କମାଏ ଟମାଟୋ

ଟମାଟୋରେ ଅନେକ ଉପକାରୀ ଗୁଣ ରହିଛି। ଆପଣ ଚର୍ଚ୍ଚିକନିତ ସମସ୍ୟା ସହ ଜଡ଼ିତ କି? ଯଦି ହଁ, ତେବେ ନିଜ ଦୈନନ୍ଦିନ ଖାଦ୍ୟ ତାଲିକାରେ ଟମାଟୋ ସାମିଲ କରନ୍ତୁ। ଏହା ଶରୀରରେ ଚର୍ଚ୍ଚି ପରିମାଣ କମାଇବାରେ କେତେକାଂଶରେ ସାହାଯ୍ୟ କରିଥାଏ ବୋଲି ସିଂଗଲ ବିଶ୍ୱବିଦ୍ୟାଳୟର ବିଶେଷଜ୍ଞମାନେ ପ୍ରକାଶ କରିଛନ୍ତି। ଏଭଳି ସିଦ୍ଧାନ୍ତରେ ଉପନୀତ ହେବା ପୂର୍ବରୁ ସେମାନେ ଚର୍ଚ୍ଚିକନିତ ସମସ୍ୟା ଥିବା କେତେକ ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କୁ



ଏହାର ପରିସରଭୁକ୍ତ କରିଥିଲେ। ସେମାନଙ୍କୁ ନିୟମିତ ଖାଦ୍ୟ ସହ ଟମାଟୋରେ ପ୍ରସ୍ତୁତ ଖାଦ୍ୟ ଖାଇବାକୁ

ଦିଆଯାଇଥିଲା। କିଛି ମାସ ପରେ ସେମାନଙ୍କର ଚର୍ଚ୍ଚି କେତେକାଂଶରେ କମିଥିବାର ଜଣାପଡ଼ିଥିଲା। କେବଳ ସେତିକି ନୁହେଁ, ନିୟମିତ ଟମାଟୋ ଖାଇଲେ ଏହା ରୋଗ ପ୍ରତିରୋଧକ ଶକ୍ତି ବୃଦ୍ଧି କରିଥାଏ। ଏହା ଦୃଷ୍ଟି ଶକ୍ତି ପାଇଁ ମଧ୍ୟ ଉପକାରୀ ସାବ୍ୟସ୍ତ ହୋଇଥାଏ। ଟମାଟୋ ଖାଇଲେ ତାହା କ୍ୟାନ୍‌ସର ଆଶଙ୍କାକୁ କେତେକାଂଶରେ ଦୂରରେ ରଖେ ବୋଲି ଉକ୍ତ ରିପୋର୍ଟରୁ ଜଣାପଡ଼ିଛି। ଟମାଟୋ ଖାଇଲେ ତାହା ପାଚନ କ୍ରିୟାକୁ ମଧ୍ୟ ଦୃଢ଼ କରିଥାଏ।

ଆର୍ଟିକାରିଆ ସମସ୍ୟାର ଆୟୁର୍ବେଦୀୟ ଉପଚାର



ଡା. ଅରୁଣ ବନ୍ଦାରୀ

ଆର୍ଟିକାରିଆ ଏକ ଆଲର୍ଜିକନିତ, ଚର୍ମ ଲାଲ ରଙ୍ଗ ହୋଇ କୁଣ୍ଡାଇ ହେବା ସହ ଜଳପୋଡ଼ା ହୋଇ ତେକା ଫଳିଯାଏ। କେତେବେଳେ ପେଡ଼ିଲ୍ ବା ହାତରେ କୁଣ୍ଡାଇ ବେଲେ ସେହି କାଗା ମଧ୍ୟ ଆପେ ଆପେ ଫଳିଯାଏ। କିଛି ସମୟ ପରେ ସ୍ୱତଃପ୍ରବୃତ୍ତ ଭାବେ ଗାଳିଯାଏ ବା ଆଣ୍ଟି ଆଲର୍ଜି, ଆଣ୍ଟି ହିଷ୍ଟାମିନ୍ ଔଷଧ ସେବନ ଦ୍ୱାରା ସ୍ୱତଃ ଗାଳିଯାଇଥାଏ। ମାତ୍ର ଏହା ଏଥିରେ ଉପଶମ ନ ହୋଇ ବାରମ୍ବାର ବାହାରିଲେ ଏହାକୁ ‘କ୍ରନିକ୍ ଆର୍ଟିକାରିଆ’ ବୋଲି କୁହାଯାଏ। ଆର୍ଟିକାରିଆ ବିଭିନ୍ନ କାରଣରୁ ହୋଇପାରେ। ବେଶି ସମୟ ଉପାସରେ ରହିଲେ, ମିଠା ଜାତୀୟ ଖାଦ୍ୟ ଖାଇଲେ, ଅଣ୍ଡା ପାଣିରେ ଗାଧୋଇଲେ, ଏସି, କ୍ଲୋର ସାମୁନାରେ ଗରମରୁ ଆସି ବସିଲେ ମଧ୍ୟ ଏହି ସମସ୍ୟା ଦେଖାଯାଇପାରେ। ଏଥିରେ ଦହି, କଦଳୀ ଇତ୍ୟାଦି ଅତ୍ୟଧିକ ସେବନ କରିବା, ଅଣ୍ଡା ପାଣିର ଗାଧୋଇ



ବିକଳି ପଞ୍ଜୀ, ଏସିରେ ବସିବା, ଭୋକ ଉପାସରେ ରହିବା, ଅତ୍ୟଧିକ ଖଟା, ବାସି, ରାଗ, ତେଲ ମସଲା ସେବନ କରିବା, ଅଣ୍ଡାବାୟୁ ବା ଶୀତଳ ପଦ୍ମରେ ଖୋଲା ଦେହରେ ଢୁଲିଲେ ଏହା ହେବାର ମଧ୍ୟ ଏହି ସମସ୍ୟା ଦେଖାଯାଇପାରେ। ଏଥିରେ ଦହି, କଦଳୀ ଇତ୍ୟାଦି ଅତ୍ୟଧିକ ସେବନ କରିବା, ଅଣ୍ଡା ପାଣିର ଗାଧୋଇ

ଗାଧୋଇବା, ଅଣ୍ଡା ଉପଶମ କରିବା ପାଇଁ ଔଷଧ ସେବନ କଲେ ଏହା ଉପଶମ ହୋଇଥାଏ। ସେହିପରି କଫ ପିତ୍ତଜନିତ କରିବା, ଅଣ୍ଡାବାୟୁ ବା ଶୀତଳ ପଦ୍ମରେ ଖୋଲା ଦେହରେ ଢୁଲିଲେ ଏହା ହେବାର ମଧ୍ୟ ଏହି ସମସ୍ୟା ଦେଖାଯାଇପାରେ। ଏହିପରି ବାତକଫ ପ୍ରାଧାନ୍ୟରେ ‘ଉଦର୍’ ନାମକ ଆଲର୍ଜି ହୋଇଥାଏ। ଏଥିରେ ଉଷୁମ ପାଣିରେ

ଅଙ୍ଗପ୍ରତ୍ୟଙ୍ଗ ଭାରି ଲାଗିବା, ଆଖି ଲାଲ୍ ଦେଖାଯାଇଥାଏ। ପରେ ଚର୍ମରେ ତେକାତେକା ଫଳି ଲାଲ୍ ଦେଖାଯାଏ, କୁଣ୍ଡାଳହୁଏ, କ୍ୱାଳା, ବାନ୍ତି ଲାଗିବା, ଶରୀରରେ ଯନ୍ତ୍ରଣା ଇତ୍ୟାଦି ଲକ୍ଷଣ ଦେଖାଯାଇଥାଏ। ଏହା ୬ ସପ୍ତାହ ଭିତରେ ବା ସାମୟିକ ଭାବେ ହୋଇ ଭଲ ହୋଇଯାଏ, ତାହାକୁ ଏକ୍ସ୍ୟୁର୍ ବୋଲି କୁହାଯାଏ। ଏଥିରେ ତୃତୀୟା ଚିକିତ୍ସା ବା ଏକ୍ସୋପାଥ୍‌ସିକ ଔଷଧ ବ୍ୟବହାର ଦ୍ୱାରା ଭଲ ହୋଇଯାଏ। ମାତ୍ର ୬ ସପ୍ତାହରୁ ଅଧିକ ହେଲେ କ୍ରନିକ୍ ବୋଲି କୁହାଯାଏ। ଏହା କେବଳ ଆୟୁର୍ବେଦ ଉଷ୍ଣ ଔଷଧ ସେବନ ଦ୍ୱାରା ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ଆରୋଗ୍ୟ ହୋଇପାରିବ।

ଆୟୁର୍ବେଦୀୟ ଉପଚାର

—ସୋରିଶ ତେଲରେ ସୈନ୍ଧବ ଲବଣ ପକାଇ ଅଳ୍ପ ଉଷୁମ କରି ଡ଼ାବରେ ଲଗାଇଲେ ଭଲ ହୁଏ।
—କ୍ଷୀରରେ ହଳଦୀ ପକାଇ ଗରମ କରି ମଲମ ଭଳି ହେଲେ ଚର୍ମରେ ଲଗାଇବେ।
—ଗୋଲମରିଚ ଗୁଣ୍ଡ ବା ହଳଦୀଗୁଣ୍ଡ ୧/୪ ଗାମଚକୁ ଗୋଲ୍ଡ୍ର ସହ ସକାଳେ ଖାଲି ପେଟରେ ସେବନ କରିବେ।
—ଶୁଣ୍ଠି, ପିପ୍ପଳି, ଗୋଲମରିଚ ସମ ପରିମାଣରେ ନେଇ ଗୁଣ୍ଡ କରି ମହୁ ସହ ବା କ୍ଷୀର ସହ ସେବନ କରିବେ।
—ଏକ ଅଳ୍ପଳି ପରିମାଣ ଅବାକୁ ୧ଗାମଚ ଅବାଗୁଡ଼ି ତା'ପରିପୁଟାଇଉଷୁମ ୨ଗାମଚ ୧ ଘଣ୍ଟା ଅନ୍ତରରେ ସେବନ କରିବେ।
—ଆନନ୍ଦ ବଜାର, ବେତନଟୀ, ମୟୂରଭଞ୍ଜ
ମୋ : ୯୮୬୧୭୭୪୩୮୫



ରହିଛି। ଏହାକୁ ଖାଇଲେ କୋଲେଷ୍ଟରଲ କେତେକାଂଶରେ ନିୟନ୍ତ୍ରଣରେ ରହିଥାଏ।
►କଦାପି ଆବଶ୍ୟକତାଠାରୁ ଅଧିକ ଖାଦ୍ୟ ଖାଆନ୍ତୁ ନାହିଁ। କାରଣ ଯଦି

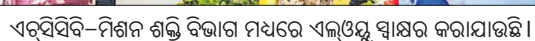
ଆପଣ ଏହି ସମୟରେ ନିଜ ଲୋଭକୁ ନିୟନ୍ତ୍ରଣରେ ନ ରଖନ୍ତି, ତେବେ ତାହା ଅକାର୍ଯ୍ୟ ସମସ୍ୟା ସୃଷ୍ଟି କରିଥାଏ।
►ରାତିରେ ଶୋଇବା ପୂର୍ବରୁ ଉତ୍ତମ ଆଲୋକ ସଂସ୍ପର୍ଶରେ ଆସନ୍ତୁ ନାହିଁ। ଏହାଦ୍ୱାରା ନିଦ୍ରାରେ ବ୍ୟାଘାତ ସୃଷ୍ଟି ହେବାର ଆଶଙ୍କା ରହିଛି।
►ନିୟମିତ ଅଳ୍ପର ଖାଇବା ଦ୍ୱାରା ସ୍ମରଣ ଶକ୍ତି କେତେକାଂଶରେ ବଢ଼ିଥାଏ ବୋଲି ଲଣ୍ଡନ ବିଶ୍ୱବିଦ୍ୟାଳୟର ବିଶେଷଜ୍ଞମାନେ ଏକ ସର୍ବେକ୍ଷଣ ଜାଣିପାରିଛନ୍ତି। ତା'ସହ ଏହା ମଧ୍ୟ ଅସ୍ତିତ୍ୱ ମଜବୁତ ରଖେ।
►ସବୁବେଳେ ନିଜ ଓଜନ କିପରି ନିୟନ୍ତ୍ରଣରେ ରହିବ ସେ ନେଇ ସତର୍କ ରୁହନ୍ତୁ। କାରଣ ଏହା ପରୋକ୍ଷରେ ଆଉ କେତେକ ରୋଗକୁ ଆମନ୍ତ୍ରଣ କରିଥାଏ।

ଭୁବନେଶ୍ୱର, ୨୧।୯

ଲାଇଫ ଇନ୍ସୁରାନ୍ସ କାର୍ଯ୍ୟସିଲ
ପକ୍ଷରୁ ପ୍ରକାଶିତ ୨୦୧୫, ଆଗଷ୍ଟ
ପାସର ତଥ୍ୟ ଅନୁଯାୟୀ, ଭାରତର
ଭାବନା ବୋର୍ଡ କମ୍ପାନୀଗୁଡ଼ିକର ବିକିତ
ବର୍ଷ ଏପ୍ରିଲରେ ୬.୦୧% ବୃଦ୍ଧି
ହାସଲ କରିଛି। ଗତ ବର୍ଷ ଜୁନଗରେ
ଏପ୍ରିଲ ୧୫, ୧୯୩.୬୭ କୋଟରୁ
୧୭୩,୫୬୧.୫୨ କୋଟରେ
ପହଞ୍ଚିଛି। ବ୍ୟକ୍ତିଗତ ଏକକ ପ୍ରିମିୟମ
୧.୨୧% ଏବଂ ବ୍ୟବସାୟିକ ଆଣ-
ଏକକ ପ୍ରିମିୟମ ୪.୫୧% ବୃଦ୍ଧି
ପାଇଛି। ବୋର୍ଡ ବ୍ୟକ୍ତିଗତ ପ୍ରିମିୟମ
ସଂଗ୍ରହ ୬.୨୦% ବୃଦ୍ଧି ପାଇଛି।

ସ୍ବାକ୍ଷର ହୋଇଛି। ଭୁବନେଶ୍ୱରରେ
ଉପଯୁକ୍ତାଧିକାରୀ ପ୍ରଭାତୀ ପରିଡ଼ାଙ୍କ
ମିଶନ ଶକ୍ତି ବିଭାଗ କମିଶନର ଓ
ସଚିବ ଶାଳିନୀ ପଣ୍ଡିତ, ମିଶନ ଶକ୍ତି
ବିଭାଗର ଷ୍ଟେସ ମିଶନର ନିର୍ଦ୍ଦେଶକ ଓ
ସିଇଓ ଡ. ମୋନିକା ପ୍ରିୟଦର୍ଶିନୀ ଏବଂ
ବେସସିବର କର୍ମଚାରୀ ହୋସାଧିଆ
ରେସପବୁକିନିଟି (ସିଏସଆର)
ମୁଖ୍ୟ ଷ୍ଟୋର ପୁନିଥାଙ୍କ ଉପସ୍ଥିତିରେ
ହସ୍ତାନ୍ତର କରାଯାଇଥିଲା।

ଶ୍ରୀଦେବୀ, ରେକ୍ରିଷ୍ଟର ଡ. ବିନିତା ପଣ୍ଡା ପ୍ରମୁଖ ଉପସ୍ଥିତ ଥିଲେ। ଏହି ଅବସରରେ ମାର୍ଗଦର୍ଶନ କରୁଥିଲେ, ଏହି ସହଭାଗିତାର ପ୍ରାଥମିକ ଲକ୍ଷ୍ୟ ଓଡ଼ିଶା ଏବଂ ଭାରତର ସେମିକଣ୍ଟ୍ରଲ ମିଶନର ଆବଶ୍ୟକତା ଅନୁଯାୟୀ ବଜାର ପ୍ରସ୍ତୁତ ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷ କରଣିତ କରି ଏବଂ ଲାଭାହୀନ, ଗବେଷକଙ୍କ ପାଇଁ ନୂତନ ସୁଯୋଗ ସୃଷ୍ଟି କରିବା।





Greatest relief!

700+ ଅମୁଲ୍ ଉତ୍ପାଦ ପ୍ୟାକ୍ ରେ ମୂଲ୍ୟ ହ୍ରାସ ଗ୍ରାହକମାନଙ୍କୁ ପ୍ରଦାନ କରାଯିବ, ଯାହା ଆଜି ସେପ୍ଟେମ୍ବର 22, 2025 ରୁ ଲାଗୁ ହେବ ।*

ବିଶ୍ୱର ସର୍ବବୃହତ୍ କୃଷକ-ମାଲିକାନାଧୀନ ବୁଲ୍ସ ସମବାୟ, ଅମୁଲ୍, ଗର୍ବର ସହିତ ଆପଣଙ୍କ ପାଖକୁ ବିଧାୟକଙ୍କ GST 2.0 ଭାବ ପହଞ୍ଚାଇଛି । ଆପଣଙ୍କ ସର୍ବଦା ଭଲ ପାଇଥିବା ସେହି ଗୁଣବତ୍ତା ଏବଂ ଉତ୍ତମତା ସହିତ ପୁଣିଥରେ ଆପଣଙ୍କ ପକେଟ୍ ପାଇଁ ହାଲୁକା ହୋଇଛି ।

ରାଷ୍ଟ୍ର ପାଇଁ ପୁଣିଥରେ ଅଧିକ ସହଜସାଧ୍ୟ ଏବଂ ସୁଲଭ କରିଥିବା ହେତୁ ଆମେ ମାନ୍ୟତା ପ୍ରାପ୍ତ ଶ୍ରୀ ଚରେନ୍ଦ୍ର ମୋଦିଙ୍କୁ ଧନ୍ୟବାଦ ଜଣାଇଛୁ ।

ବଟର  NEW MRP - ₹ 58 OLD MRP - ₹ 62 100 g	ବଟର  NEW MRP - ₹ 285 OLD MRP - ₹ 305 500 g	UHT ନିକ୍ ଗୋଲୁ  NEW MRP - ₹ 80 OLD MRP - ₹ 83 1L	UHT ନିକ୍ ଚାବା  NEW MRP - ₹ 75 OLD MRP - ₹ 77 1L	ଶୁଣ୍ଢ ଘିଅ  NEW MRP - ₹ 610 OLD MRP - ₹ 650 1L
ଭାନିକା/ ଷ୍ଟବେରା କମ୍  NEW MRP - ₹ 09 OLD MRP - ₹ 10 55 mL	ବଟରଭାବୁ/ ଚକୋଲେଟ୍ ଡ୍ରାଇକୋଲ୍  NEW MRP - ₹ 30 OLD MRP - ₹ 35 120 mL	ମ୍ୟାଗୋ ହୁଏଟ୍  NEW MRP - ₹ 14 OLD MRP - ₹ 15 60 mL	ପରିଲ୍ (ଡାକା)  NEW MRP - ₹ 92 OLD MRP - ₹ 95 200 g	ପରିଲ୍ (ଫୋକର୍)  NEW MRP - ₹ 95 OLD MRP - ₹ 99 200 g
ସୁଗାର ଫ୍ରି ଖାସି ଅଜିର  NEW MRP - ₹ 45 OLD MRP - ₹ 50 125 mL	ପଞ୍ଜାବୀ କୁଲିଫି  NEW MRP - ₹ 20 OLD MRP - ₹ 25 60 mL	ଭାନିକା ମ୍ୟାଗିକ୍ ଡେ  NEW MRP - ₹ 180 OLD MRP - ₹ 195 1L	ବାର୍ଡ ଚକୋଲେଟ୍  NEW MRP - ₹ 180 OLD MRP - ₹ 200 150 g	ଚୋକୋ ନିନି  NEW MRP - ₹ 130 OLD MRP - ₹ 140 250 g
ଡିଲ୍ ସ୍ୱାଇଭ୍  NEW MRP - ₹ 140 OLD MRP - ₹ 149 200 g	ଡିଲ୍ କ୍ୟୁବ୍  NEW MRP - ₹ 130 OLD MRP - ₹ 139 200 g	ଡିଲ୍ କାଲସ୍ ଡେସ୍  NEW MRP - ₹ 120 OLD MRP - ₹ 129 200 g	ବ୍ଲେସ୍ଟିଭ୍ ଚକୋଲେଟ୍  NEW MRP - ₹ 3690 OLD MRP - ₹ 4100 2.04 kg	ସ୍ପ୍ରିଗିର୍ ପରିଲ୍  NEW MRP - ₹ 145 OLD MRP - ₹ 150 400 g
ଫ୍ରେସ୍ ଫ୍ରାଏର୍  NEW MRP - ₹ 200 OLD MRP - ₹ 215 1.25 Kg	ଡିଲ୍ ଅନିଅର୍ ପତାଠା  NEW MRP - ₹ 200 OLD MRP - ₹ 240 500 g	ଡିଲ୍ କର୍ଣ୍ଣ ନସେସ୍  NEW MRP - ₹ 165 OLD MRP - ₹ 185 300 g	ଅମୁଲ୍ ଗ୍ରୋ  NEW MRP - ₹ 165 OLD MRP - ₹ 180 500 g	ବଟର ଖାଉଡା  NEW MRP - ₹ 95 OLD MRP - ₹ 100 200 g
ବଟର କୁକିଜ୍  NEW MRP - ₹ 75 OLD MRP - ₹ 85 200 g	ମିଠାଇ ମେକ୍  NEW MRP - ₹ 122 OLD MRP - ₹ 130 400 g	ଅମୁଲ୍ କାଲସ୍  NEW MRP - ₹ 94 OLD MRP - ₹ 100 200 g	ଚକୋଲେଟ୍ ସିରସ୍  NEW MRP - ₹ 65 OLD MRP - ₹ 70 250 g	

*ବୟାକରି ଧ୍ୟାନ ଦିଅନ୍ତୁ ଯେ ସର୍ବାଧିକ ଖୁବ୍ଧା ମୂଲ୍ୟ (MRP) କେ ଗ୍ରାହ 22 ସେପ୍ଟେମ୍ବର 2025 ଠାରୁ କାର୍ଯ୍ୟକାରୀ ହେଉଥିବ । ଏଂଗୋସ୍ତ GST ହାର ଶାବ୍ଦିକ ଏକ ପତାଠକ । ସାମିତ ଅସଲ୍ ପାଇଁ ପୁରୁଣା ଏବଂ ନୂତନ MRP ସହିତ ଉତ୍ପାଦ ବଜାରରେ ଉପଲବ୍ଧ ହୋଇପାରେ ।



QR କୋଡ୍ ସ୍କାନ କରନ୍ତୁ
<https://gst.amul.com> ପ୍ରଦର୍ଶନ କରନ୍ତୁ

Printed and published by Adyasha Satpathy on behalf of Navajati Printers & Media Pvt. Ltd. and printed at Navajati Printers, S-3/5, Industrial Estate, Angul. Editor- Tathagata Satpathy, ସମ୍ପାଦକ- ତଥାଗତ ସତପଥୀ

ସଂକଳ୍ପ ପୂରଣ କରିବେ ଯୁବବର୍ଗ: ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀ

ଭୁବନେଶ୍ୱର, ୨୧।୯ (ରବିନାଭାଣ କେନା)

ଯୁବଶକ୍ତି ହିଁ ରାଷ୍ଟ୍ର ନିର୍ମାଣର ମୁଖ୍ୟ କର୍ଣ୍ଣଧାରୀ। ଦେଶକୁ ନିଶାମୁକ୍ତ କରିବାର ଦାୟିତ୍ୱ ପ୍ରଧାନମନ୍ତ୍ରୀ ନରେନ୍ଦ୍ର ମୋଦି ଯୁବବର୍ଗଙ୍କ ଉପରେ ଅର୍ପଣ କରିଛନ୍ତି। ଆପଣମାନେ ହିଁ ମୋଦିଜୀଙ୍କ ସଂକଳ୍ପକୁ ପୂରଣ କରିପାରିବେ ଏବଂ ଏ ପରିବର୍ତ୍ତନର ସ୍ୱରୂପର ହେବେ ବୋଲି ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀ ମୋହନ ଚରଣ ମାଝୀ କହିଛନ୍ତି। ରବିବାର କଳିଙ୍ଗ ଷ୍ଟିଡିୟମରେ ପ୍ରଧାନମନ୍ତ୍ରୀ ନରେନ୍ଦ୍ର ମୋଦିଙ୍କ ଇନ୍ଦ୍ରଜା ଉପଲକ୍ଷେ ଅନୁଷ୍ଠିତ ବିଶାଳ ଗଣବୈତ୍ତକୁ ପଠାକା ଦେଖାଇ ଶୁଭାରମ୍ଭ କରି ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀ

‘ନମୋ ଯୁବା ରନ୍- ଫର୍ ନିଶାମୁକ୍ତ ଭାରତ’ ପାଇଁ ଗଣବୈତ୍ତ

ଯୁବବର୍ଗଙ୍କୁ ସକଳ୍ପ କରାଇ କହିଥିଲେ, ଆସନ୍ତୁ ଆମେ ସମସ୍ତେ ସକଳ୍ପ ନେବା, ନିଶାମୁକ୍ତ ସମାଜ ତଥା ଭାରତ ଗଠନ କରିବା, ଯୁବବର୍ଗର ଶକ୍ତିକୁ ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ଭାବେ ବେଶ ଗଠନରେ ଉପଯୋଗ କରିବା। ସମସ୍ତେ ଏକାଠି ହୋଇ ସମୃଦ୍ଧ ଓଡ଼ିଶା ଓ ବିକଶିତ ଭାରତ ଗଠନରେ ଯୋଗଦାନ ଦେବା। ସେ କହିଥିଲେ, ଆଜିର ଏହି ‘ନମୋ ଯୁବା ରନ୍ - ଫର୍ ନିଶାମୁକ୍ତ ଭାରତ’ର ଆଭିମୁଖ୍ୟ ହେଲା, ଯୁବଶକ୍ତି ନିଶାମୁକ୍ତ

ଦୂରର ରହି ରାଜ୍ୟ ତଥା ଦେଶରେ ନିଜକୁ ସାମିଲ କରିବାର ଆବଶ୍ୟକତା ରହିଛି। ଭାରତବର୍ଷକୁ ନିଶାମୁକ୍ତ କରିବା ପାଇଁ ମୋଦିଙ୍କ ଏହି ନୂଆ ସଂକଳ୍ପ ଯୁବବର୍ଗଙ୍କୁ ରାଷ୍ଟ୍ର ଗଠନ ଦିଗରେ ପ୍ରେରିତ କରିବ। ଯୁବବର୍ଗ ଉପରେ ତାଙ୍କର ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ଭରସା ଅଛି। ଯୁବବର୍ଗଙ୍କ ଜ୍ଞାନ, ଦକ୍ଷତା, କର୍ମ ଜୁଗଳତା ଓ ଦାୟିତ୍ୱବୃଦ୍ଧି କରିଥାଉ ସେ ବିକଶିତ ଭାରତ ନିର୍ମାଣର ଲକ୍ଷ୍ୟ ରଖୁଛନ୍ତି। ସେ କହିଥିଲେ, ଦେଶର ବାରିତ୍ତ୍ୟ

ବର୍ତ୍ତମାନ ସର୍ବନିମ୍ନ ସ୍ତରରେ ଅଛି। ସବୁ ଗାଁକୁ ବିଜୁଳି, ସବୁ ଗାଁକୁ ପିଇବା ପାଣି ଯୋଗାଣ କ୍ଷେତ୍ରରେ ଆମେ ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣତା ହାସଲ କରିବାର ଦ୍ୱାରଦେଶରେ ପହଞ୍ଚି ସାରିଛୁ। ମୋଦି ଇନ୍ଦ୍ରଜା, ଡିଜିଟାଲ ଇଣ୍ଡିଆ, ଷ୍ଟାର୍ଟ ଅପ୍ ଇଣ୍ଡିଆ ଆଦି କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ ଦେଶକୁ ଆତ୍ମନିର୍ଭରତାର ରାସ୍ତାରେ ଆଗକୁ ନେଉଛି। ନିଶାମୁକ୍ତ ଅଭିଯାନ ବିଷୟରେ କହିବାକୁ ଯାଇ ସେ କହିଥିଲେ, ଆଜିର ସମାଜରେ ମଦ୍ୟପାନ, ନୁହେଁ, ପୃଷ୍ଠା-୭

୩୦ ସୁଦ୍ଧା ଏସ୍ଆଇଆର୍ ପ୍ରସ୍ତୁତି

ନୂଆଦିଲ୍ଲୀ, ୨୧।୯ (ପି.ଟି.)

ଭାରତର ଚାଲିଲାର ସ୍ୱତନ୍ତ୍ର ସରଦର ସଂଶୋଧନ (ଏସ୍ଆଇଆର୍) ସେପ୍ଟେମ୍ବର ୩୦ ସୁଦ୍ଧା ଆରମ୍ଭ କରିବାକୁ ପ୍ରସ୍ତୁତ ହେବା ପାଇଁ ନିର୍ବାଚନ କମିଶନ (ଜିଏ) ରାଜ୍ୟ ଓ କେନ୍ଦ୍ରଶାସିତ ଅଞ୍ଚଳଗୁଡ଼ିକର ମୁଖ୍ୟ ନିର୍ବାଚନ ଅଧିକାରୀ (ସିଇଓ)ମାନଙ୍କୁ ପରାମର୍ଶ ଦେଇଛନ୍ତି। ନିର୍ବାଚନ କର୍ତ୍ତୃପକ୍ଷ ଅକ୍ଟୋବର-ନଭେମ୍ବରରେ ଭାରତର ଚାଲିକାରେ ସଂଶୋଧନ ଆରମ୍ଭ କରିବାକୁ ଚାହୁଁଥିବା ନେଇ ଏଥିରୁ ସଙ୍କେତ ମିଳିଛି। ନୂଆଦିଲ୍ଲୀରେ ରାଜ୍ୟ ସିଇଓମାନଙ୍କୁ ନେଇ ନିକଟରେ ଅନୁଷ୍ଠିତ ଏକ ବୈଠକରୁ

ସିଇଓମାନଙ୍କୁ ନିର୍ବାଚନ କମିଶନଙ୍କ ପରାମର୍ଶ

ଅକ୍ଟୋବର- ନଭେମ୍ବରରୁ ଆରମ୍ଭ ହୋଇପାରେ ଭୋଟର ତାଲିକା ସଂଶୋଧନ

ଜଣାପଡ଼ିଛି ଯେ, ଜାତୀୟ ବରିଷ୍ଠ ଅଧିକାରୀମାନେ ଆଗାମୀ ୧୦ରୁ ୧୫ ଦିନ ମଧ୍ୟରେ ଏସ୍ଆଇଆର୍ ପାଇଁ ପ୍ରସ୍ତୁତ ହେବାକୁ ପରାମର୍ଶ ଦେଇଥିଲେ। ଏଥିରେ ଅଧିକ ସ୍ୱସ୍ତତା ଆଣିବା ପାଇଁ ସେପ୍ଟେମ୍ବର ୨୯କୁ ଡେଡ୍‌ଲାଇନ୍ ଧାର୍ଯ୍ୟ କରାଯାଇଥିଲା। ସିଇଓମାନଙ୍କୁ ରାଜ୍ୟରେ ଗତ ଏସ୍ଆଇଆର୍ ପରେ ପ୍ରକାଶିତ ଭୋଟର ତାଲିକା ଦାଖଲ ପାଇଁ କୁହାଯାଇଥିଲା। ଅନେକ ସିଇଓ ସେମାନଙ୍କ ରାଜ୍ୟର ଭୋଟର ତାଲିକା ନିଜ ଷ୍ଟେସାଇଟରେ ଅପ୍ଲୋଡ୍ କରିସାରିଲେଣି। ଦିଲ୍ଲୀ ସିଇଓଙ୍କ ନିକଟରେ ୨୦୦୮ର ଭୋଟର ପୃଷ୍ଠା-୭

ରୋଗ ଯନ୍ତ୍ରଣା ଅସହ୍ୟ ହେବାରୁ ଦେହରେ ନିଆଁ ଲଗାଇଲେ ଯୁବକ

ଭଦ୍ରକ, ୨୧।୯ (ସମ୍ବାଦନ ରାଉତ)

ଅସହ୍ୟ ହେଲା ରୋଗ ଯନ୍ତ୍ରଣା। ନିଜ ଦେହରେ ନିଆଁ ଲଗାଇଦେଲେ ଯୁବକ। ରବିବାର ଏଭଳି ଅଭାବନାୟ ଘଟଣା ଘଟିଛି ଭଦ୍ରକ ଜିଲ୍ଲା ସଦର ବ୍ଲକ୍ ଅଧୀନ ବନ୍ଧୁ ପଞ୍ଚାୟତର ଭୋଲିଆ ଗ୍ରାମରେ। ଯୁବକ ଜଣକ ହେଲେ ଉକ୍ତ ଗ୍ରାମର ମଦନ ବାରିକଙ୍କ ପୁଅ ଦିଲୀପ (୨୮)। ତାଙ୍କ ଶରୀର ପ୍ରାୟ ୫୦ ପ୍ରତିଶତ ପେଡ଼ିହୋଇ ଯାଇଥିବା ବେଳେ ସେ ଏବେ କଟକ ବଡ଼ ଡାକ୍ତରଖାନାରେ ପୃଷ୍ଠା-୭



ଦେଶକୁ ନିଶାମୁକ୍ତ କରିବା ଲକ୍ଷ୍ୟରେ ରବିବାର ଅନୁଷ୍ଠିତ ‘ନମୋ ଯୁବା ରନ୍ - ଫର୍ ନିଶାମୁକ୍ତ ଭାରତ’ ଗଣବୈତ୍ତରେ ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀ ମୋହନ ଚରଣ ମାଝୀଙ୍କ ସମେତ ମନ୍ତ୍ରୀ, ବିଧାୟକ ଓ ଯୁବଗୋଷ୍ଠୀ ପ୍ରମୁଖ ସାମିଲ ହୋଇଛନ୍ତି। (ଫଟୋ: ବିଶାଖ ନାୟକ)

ଓମ୍‌ଫୋଡ୍

କ୍ଷୀର ଓଡ଼ିଶାର

ଜିଏସ୍‌ଟି ସଂସ୍କାର ପରେ ଆହୁରି ସୁଲଭ ମୂଲ୍ୟରେ ଶୁଦ୍ଧତା ଓମ୍‌ଫୋଡ୍‌ର ଉତ୍ତମ ଗୁଣବତ୍ତା ବିଶିଷ୍ଟ ଦୁଗ୍ଧଜାତ ଦ୍ରବ୍ୟ

ଜିଏସ୍‌ଟି ଦ୍ୱାସ ଯୋଗୁଁ ତା ୨୨/୦୯/୨୦୨୫ ରିଖଠାରୁ ନିମ୍ନଲିଖିତ ଓମ୍‌ଫୋଡ୍ ଦୁଗ୍ଧଜାତ ଉତ୍ପାଦର ମୂଲ୍ୟ ହ୍ରାସ							
	ମାପ/ଓଜନ	ପ୍ୟାକ୍	ପୁରୁଣା ଦର		ପରିବର୍ତ୍ତିତ ହ୍ରାସ ଦର (ତା ୨୨/୦୯/୨୦୨୫ ରିଖଠାରୁ ଲାଗୁ)		ଜି ଏସ୍‌ଟି ସଞ୍ଜୟ
			ଜିଏସ୍‌ଟି	ସର୍ବାଧିକ ମୂଲ୍ୟ	ଜିଏସ୍‌ଟି	ସର୍ବାଧିକ ମୂଲ୍ୟ	
ହୁଏଟ୍‌ଟି ମିଲ୍	୫୦୦ ମିଲି	ବେଡ୍‌ ପ୍ୟାକ୍	୫ ପ୍ରତିଶତ	୩୯.୦୦	୦ ପ୍ରତିଶତ	୩୭.୦୦	୨.୦୦
	୧ ଲି.	ବେଡ୍‌ ପ୍ୟାକ୍	୫ ପ୍ରତିଶତ	୭୦.୦୦	୦ ପ୍ରତିଶତ	୬୭.୦୦	୩.୦୦
ସନାଉ	୨୦୦ ଗ୍ରା.	ପାଉଡ୍	୫ ପ୍ରତିଶତ	୮୦.୦୦	୦ ପ୍ରତିଶତ	୭୫.୦୦	୫.୦୦
	୫୦୦ ଗ୍ରା.	ପାଉଡ୍	୫ ପ୍ରତିଶତ	୧୯୦.୦୦	୦ ପ୍ରତିଶତ	୧୮୦.୦୦	୧୦.୦୦
ପନୀର୍ (ମିଡିଅମ୍‌ ଫାଟ୍‌)	୨୦୦ ଗ୍ରା.	ପାଉଡ୍	୫ ପ୍ରତିଶତ	୭୦.୦୦	୦ ପ୍ରତିଶତ	୬୭.୦୦	୩.୦୦
	୫୦୦ ଗ୍ରା.	ପାଉଡ୍	୫ ପ୍ରତିଶତ	୧୭୫.୦୦	୦ ପ୍ରତିଶତ	୧୬୦.୦୦	୧୫.୦୦
ହେବର୍‌ ମିଲ୍ (ଏସ୍‌ଏଫ୍‌ଏମ୍‌)	୧୮୦ ମିଲି.	କୋଡିଲ୍‌-ପ୍ଲଷ୍ଟିକ୍	୧୨ ପ୍ରତିଶତ	୨୫.୦୦	୫ ପ୍ରତିଶତ	୨୩.୦୦	୨.୦୦
	୧୮୦ ମିଲି.	କୋଡିଲ୍‌-ଗ୍ଲାସ୍	୧୨ ପ୍ରତିଶତ	୨୫.୦୦	୫ ପ୍ରତିଶତ	୨୩.୦୦	୨.୦୦
ଟୋନେଡ୍‌ ମିଲ୍	୧୦୦ ଗ୍ରା.	ପ୍ୟାକେଟ୍	୧୨ ପ୍ରତିଶତ	୬୦.୦୦	୫ ପ୍ରତିଶତ	୫୭.୦୦	୩.୦୦
	୫୦୦ ଗ୍ରା.	ପ୍ୟାକେଟ୍	୧୨ ପ୍ରତିଶତ	୨୯୦.୦୦	୫ ପ୍ରତିଶତ	୨୭୨.୦୦	୧୮.୦୦
ଘିଅ	୧ ଲି.	ପଲି ଜାର୍	୧୨ ପ୍ରତିଶତ	୭୧୦.୦୦	୫ ପ୍ରତିଶତ	୬୭୫.୦୦	୪୫.୦୦
	୫୦୦ ମିଲି.	ପଲି ଜାର୍	୧୨ ପ୍ରତିଶତ	୩୬୦.୦୦	୫ ପ୍ରତିଶତ	୩୪୦.୦୦	୨୦.୦୦
	୨୦୦ ମିଲି.	ପଲି ଜାର୍	୧୨ ପ୍ରତିଶତ	୧୫୦.୦୦	୫ ପ୍ରତିଶତ	୧୪୦.୦୦	୧୦.୦୦
	୧ ଲି. ଡିଶ	ଡିଶ	୧୨ ପ୍ରତିଶତ	୭୨୦.୦୦	୫ ପ୍ରତିଶତ	୬୭୫.୦୦	୪୫.୦୦
	୫୦୦ ମିଲି.	ଡିଶ	୧୨ ପ୍ରତିଶତ	୩୬୦.୦୦	୫ ପ୍ରତିଶତ	୩୪୫.୦୦	୧୫.୦୦
	୨୦୦ ମିଲି.	ଡିଶ	୧୨ ପ୍ରତିଶତ	୧୬୦.୦୦	୫ ପ୍ରତିଶତ	୧୫୦.୦୦	୧୦.୦୦
	୧ ଲି.	ପାଉଡ୍	୧୨ ପ୍ରତିଶତ	୬୭୦.୦୦	୫ ପ୍ରତିଶତ	୬୨୦.୦୦	୫୦.୦୦
	୫୦୦ ମିଲି.	ପାଉଡ୍	୧୨ ପ୍ରତିଶତ	୩୩୫.୦୦	୫ ପ୍ରତିଶତ	୩୧୫.୦୦	୨୦.୦୦
	୨୦୦ ମିଲି.	ପାଉଡ୍	୧୨ ପ୍ରତିଶତ	୧୪୦.୦୦	୫ ପ୍ରତିଶତ	୧୩୦.୦୦	୧୦.୦୦
	୫ ଲି.	ପଲି ଜାର୍	୧୨ ପ୍ରତିଶତ	୩,୫୦୦.୦୦	୫ ପ୍ରତିଶତ	୩,୩୦୦.୦୦	୨୦୦.୦୦
	୧୫ ଲି.	ଡିଶ	୧୨ ପ୍ରତିଶତ	୮,୧୭୨.୦୦	୫ ପ୍ରତିଶତ	୭,୭୫୫.୦୦	୪୧୭.୦୦
	୩୫ ମିଲି.	ପାଉଡ୍	୧୨ ପ୍ରତିଶତ	୩୦.୦୦	୫ ପ୍ରତିଶତ	୨୮.୦୦	୨.୦୦
A-2 ଡେଣ୍ଡା ଘିଅ	୩୫୦ ମିଲି	ଗ୍ଲାସ୍‌ ପାଉ	୧୨ ପ୍ରତିଶତ	୪୫୦.୦୦	୫ ପ୍ରତିଶତ	୪୨୭.୦୦	୨୩.୦୦
	୧୭୫ ମିଲି	ଗ୍ଲାସ୍‌ ପାଉ	୧୨ ପ୍ରତିଶତ	୨୫୦.୦୦	୫ ପ୍ରତିଶତ	୨୩୫.୦୦	୧୫.୦୦

ଜିଏସ୍‌ଟି ହାରରେ ପରିବର୍ତ୍ତନ ହେବାରୁ ଓମ୍‌ଫୋଡ୍ ଆଇସ୍‌କ୍ରିମ୍‌ ବିଭିନ୍ନ ଏସ୍‌କେୟୁ (SKU) ର ଅଧିକତମ ମୂଲ୍ୟ (MRP) ହ୍ରାସ କରାଯାଇଛି।

ଓଡ଼ିଶା ରାଜ୍ୟ ସମବାୟ ଦୁଗ୍ଧ ଉତ୍ପାଦକ ଫେଡରେସନ୍ ଲିମିଟେଡ୍ (ଓମ୍‌ଫୋଡ୍‌)



ଇସ୍ରାଏଲର ସାମରିକ ଅଭିଯାନ ଯୋଗୁ ବିସ୍ଥାପିତ ପାଲେଷ୍ଟିନୀୟମାନେ ଉତ୍ତର ଗାଜାକୁ ଦକ୍ଷିଣାଞ୍ଚଳକୁ ପଳାୟନ କରୁଛନ୍ତି । (ଫଟୋ ସୌଜନ୍ୟ: ରଏଟର୍ସ)

ବେତନ, ଫେନ୍ସନ,
ସ୍ତ୍ରୀ ଯେଠି

ଟୁଆଦି 1,9୧୯ (ପି.ଟି.)

କର୍ମଚାରୀଙ୍କୁ ବେତନ ଓ ଯେତେସନ ପ୍ରଦାନ ଏବଂ ସ୍ଥୁଳ ପୈଠ କରିବାରେ ରାଜ୍ୟଗୃହତ୍ତ୍ୱିକର ଖର୍ଚ୍ଚ ୧୦ ବର୍ଷ ମଧ୍ୟରେ ୨.୪୪ ଲକ୍ଷ ବୃଦ୍ଧି ପାଇଛି । ୨୦୧୩-୧୪ ଆର୍ଥିକ ବର୍ଷରେ ବାବଦ ରାଜ୍ୟଗୃହତ୍ତ୍ୱିକର ମୋଟ ଖର୍ଚ୍ଚ ୭,୬୭,୮୪୯ କୋଟି ଟଙ୍କା ଥିବାବେଳେ ୨୦୨୨-୨୩ରେ ତାହା ୧୪,୭୩,୬୪୯ କୋଟି ଟଙ୍କାରେ ପହଞ୍ଚିଥିଲା । ରାଜ୍ୟ ଫାଇନାନ୍ସ ଉପରେ କମ୍ପ୍ରେହେନ୍ସିଭା ଆଣ୍ଡ ଟ୍ରାନ୍ସପାରାନ୍ସେନ୍ସ ଇନିସିଏଟିଭ (ସିବିଜି) ରିପୋର୍ଟରୁ ଜଣାପଡ଼ିଛି । ଉପରୋକ୍ତ ୧୦ ବର୍ଷରେ ରାଜ୍ୟଗୃହତ୍ତ୍ୱିକର

ରାଜ୍ୟ ବ୍ୟୟ ମୋଟ ବ୍ୟୟର ୮୦% ଗ୍ରହଣ କରେ । ସେଥିପାଇଁ ରାଜ୍ୟ ସର୍ବନିମ୍ନ ପ୍ରତିଶତ ହୋଇଥିବାବେଳେ ମୋଟ ଜିଏସ୍‌ଟିଆଇ (ମୋଟ ରାଜ୍ୟ ଘରୋଇ ଉତ୍ପାଦ)ର ୧୩.୮୮% ପ୍ରତିଶତ। ସିଏଜିଆଇ ଯଥାରୁ ପ୍ରଥମ ଥର ପାଇଁ ଏକଲକ୍ଷ ଡିଗ୍ରୀରେ ପ୍ରାପ୍ତ ପାଇଛି । ୨୦୨୨-୨୩ ଆର୍ଥିକ ବର୍ଷରେ ୨୮ ଲକ୍ଷର ମୋଟରାଜ୍ୟ ବ୍ୟୟ ପରିମାଣ ୩୫,୯୫,୬୩୬ଟି କୋଟି ଟଙ୍କା ହୋଇଥିବାବେଳେ ସେଥିରୁ ଦରମା, ପେନ୍ସନ ଓ ସ୍ଥାନାନ୍ତରଣ ବାବଦ ବ୍ୟୟ (କମିଟେଡ଼ ଏକ୍ସପେନ୍ଚର୍) ୧୫,୭୩,୬୪୯ କୋଟି, ସର୍ବସ୍ୱତ୍ୱି ବାବଦ ବ୍ୟୟ ୩,୦୯,୬୫୫ କୋଟି ଏବଂ ଅନୁଦାନ ବାବଦ ବ୍ୟୟ ୧୧,୨୭,୪୮୬ କୋଟି ଟଙ୍କା । ଏହି



୩ଟିରେ ମୋଟ ୨୯,୯୯,୭୬୦ କୋଟି
ଟଙ୍କା ଖର୍ଚ୍ଚ ହୋଇଛି, ଯାହା ମୋଟ
ରାଜସ୍ୱ ବ୍ୟୟର ୮୩ ପ୍ରତିଶତରୁ ଅଧିକ ।
୨୦୧୩-୧୪ ଆର୍ଥିକ ବର୍ଷରେ ବେତନ,

ପଦ୍ମନବ ଓ ସୁଧ ପୈଠ ବାବଦ
ବ୍ୟୟ ୬,୨୭,୪୯ କୋଟି ଟଙ୍କା
ହୋଇଥିବାବେଳେ ୨୦୨୨-୨୩ରେ
ତାହା ୧୫,୩୧,୪୪୯ କୋଟି ଟଙ୍କାରେ
ପ୍ରାୟ ୬୩.୧୧%ରୁ ଏହି ସମୟରେ
ସଂସ୍କୃତି ବ୍ୟୟ ୯୬,୪୭୯ କୋଟିରୁ ବଢ଼ି
୩,୦୯,୬୨୫ କୋଟିରେ ପହଞ୍ଚିଛି
ଉପରୋକ୍ତ ୧୦ ବର୍ଷରେ ରାଜସ୍ୱ ବ୍ୟୟ
୨.୬୬ ଗୁଣ ବଢ଼ିଥିବାବେଳେ ପ୍ରତିକ୍ଷ
ବ୍ୟୟ ୨.୪୯ ଗୁଣ ଏବଂ ସଂସ୍କୃତି
ବ୍ୟୟ ୩.୨୯ଗୁଣ ବଢ଼ି ପାରିଛି
୧୯ଟି ରାଜ୍ୟରେ ବେତନ ବାବଦ
ବ୍ୟୟ ବର୍ଦ୍ଧିତ ହୋଇଥିବାବେଳେ
ଏହା ପଛକୁ ପ୍ରତ୍ୟବର୍ତ୍ତନ ଓ ସୁଧ
ପୈଠ ବ୍ୟୟ ରହିଛି। ୯ଟି ରାଜ୍ୟରେ

ପଦ୍ମବେନାମ ସୁଧ ପୌରେ ଅଧିକ
ବ୍ୟୟ ହେଉଛି। ସେହି ରାଜ୍ୟବୃଦ୍ଧି
ହେଲେ ଆନ୍ଧ୍ରପ୍ରଦେଶ, ଗୁଜରାଟ,
ହରିୟାଣା, କର୍ନାଟକ, ପଞ୍ଜାବ,
ରାଜସ୍ଥାନ, ତାମିଲନାଡୁ, ତେଲଙ୍ଗାନା
ଓ ପଶ୍ଚିମବଙ୍ଗ। ୨୦୨୨-୨୩ ଆର୍ଥିକ
ବର୍ଷରେ ୧୨ଟି ରାଜ୍ୟ ରାଜସ୍ୱ ବଳକା
ଲକ୍ଷ୍ୟ ରଖୁଥିବାବେଳେ ୫ଟି ରାଜ୍ୟରେ
ରାଜସ୍ୱ ନିଅଣ୍ଟ ଏବଂ ୬ ରାଜ୍ୟରେ
ଶୁନି ରାଜସ୍ୱ ନିଅଣ୍ଟ ଲକ୍ଷ୍ୟଧାରୀ
କରାଯାଇଥିଲା। ତେବେ ରାଜସ୍ୱ ବଳକା
ଲକ୍ଷ୍ୟ ରଖୁଥିବା ୧୨ ରାଜ୍ୟ ମଧ୍ୟରୁ
ଆସାମ, ବିହାର, ହିମାଚଳପ୍ରଦେଶ,
ମେଘାଳୟ ଓ ରାଜସ୍ଥାନର
ରାଜସ୍ୱ ନିଅଣ୍ଟ ଦେଖାଦେଇଥିଲା।

ବିଜୁଳିକୁ ମାୟା କାରିଛି ଯୁଗେନ୍ ମୁଖ,
କୋଇଲା ବଜାର ଅସ୍ଥିରତା

ପଣକୀ, ୨୧।୯ (ପି.ଟି.)

ଭୂଷିଆ-ମୁଣ୍ଡେନୁ ନୁହଁ ଏବଂ ଅସ୍ଥିର
 ବୋଇଲାର ବଜାର ଭଲ ବୈଷ୍ଣବ ସଙ୍କଳନ
 ଭାରତରେ ବିଦ୍ୟୁତ ନୂ୍ୟାସ ଉପରେ ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷ
 ପ୍ରଭାବ ପକାଇଛି। ଫାକରର କେବଳ
 ସୁରକ୍ଷିତ ଅବାଧ ବିଦ୍ୟୁତ ଯୋଗାଣ
 ପ୍ରଦାନ ଏହା ପ୍ରମୁଖ ଚିନ୍ତା କରାଯାଉଛି
 ପଦ୍ମଧୂରା ଗୋପାଳ ଜଗନ୍ନାଥଙ୍କ ଅଧିକ
 ମାଧ୍ୟମରେ ଏବଂ ବିଦ୍ୟୁତ ଜଳାଶୟନ
 ନୂନକାୟର ମିଳିତ ଅଧ୍ୟୟନର ଜଣାପଡ଼ିଛି।
 ଭାରତରେ ବିଦ୍ୟୁତ ନୂ୍ୟାସ କାର୍ଯ୍ୟ

ବରମାନ ବକାର ମୂଲ୍ୟ ହୁଏକାରରେ
 ଅଧିକ ବଢ଼ିଛି, ଅଧିକରେ ନିର୍ଦ୍ଦେଶ
 ଭାବେ ତାହା ଉପରେ ଅନୁଧ୍ୟାନ
 କରାଯାଇଅଛି । କୋଲକା ଅନୁଧ୍ୟାନ
 ଅନୁସାରେ, ଭୁବନେଶ୍ୱରରେ ଉଦ୍ଭବଜନା,
 ଘରୋଇ ଚାଷିଆ ଡାଆ ଏବଂ ନାତିରେ
 ଅନିଷ୍ଟତା ଏହା ପଛର ମୁଖ୍ୟ କାରଣ
 ବୋଲି ଜଣାପଡ଼ିଛି । ଏନିଜି କଠାବୋନାମିଷ୍ଟ
 ନାମକ ପତ୍ରିକାରେ ଉକ୍ତ ଅଧ୍ୟୟନ ପ୍ରକାଶିତ
 ହୋଇଛି । ତୋଥା ଇନ୍ଦ୍ରବିଷ୍ଣୁ ଅପ
 ମାନକେକମେଷ୍ଟର କର୍ତ୍ତବ୍ୟ ପ୍ରଦେଶ
 ପ୍ରକାଶ ସିଙ୍ଗ କହିବା ଅନୁଯାୟୀ, ରୂଷା-

ହୃଦୟ ମୁଖ ରକ୍ତ ପ୍ରାୟମ ଏବଂ
ବନ୍ଧନ ଅସ୍ଥିରତାକୁ ଭଲଖନାୟ ଭାବେ
ବଢ଼ାଇଦେଇଛି । ଅଧିକ ରହିବା ଥିବା
ବଢ଼ାଇ (ସନ୍ଧ୍ୟା ଓ଼ୁ ରାତି ୧୧ଟା)ରେ
ବିଦ୍ୟୁତ୍ ଯୋଗାଣ ବିକ୍ତ ପ୍ରାୟମ ଥିଲେ
ରହୁଥିବାବେଳେ ସପ୍ତାହାକରେ ଏହା ୧୩
ପ୍ରତିଶତ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ବଢ଼ିଯାଇଛି । ବିଦ୍ୟୁତ୍
ଯୋଗାଣରେ ଅତ୍ୟଧିକ ନିଅନ୍ଧ ଥିବା ଏହାକୁ
ପ୍ରତିଫଳିତ ହେଉଛି । ବିଦ୍ୟୁତ୍ ସୁରକ୍ଷା ଏବଂ
ଭବ୍ୟଗତର ଅପଲକ୍ଷ୍ଯତାକୁ ନିରାପଦ କରିବାକୁ
ଦେଇଛି ଉପଲବ୍ଧ ବୁଦ୍ଧିବଳ କର୍ମଚାରୀ
ସମାଧାନ ଆବଶ୍ୟକ ବୋଲି ସିଂ କହିଛନ୍ତି ।

ଭାରତୀୟ ଛାତ୍ରାଛାତ୍ରଙ୍କ ବିବେଚନାରେ ପଡ଼ିବା ଆହୁତରେ ପରିବର୍ତ୍ତନ ଆସିଛି । ଆଇଡିପି ଏକ୍ସଟେନ୍ସନ ପକ୍ଷରୁ ରବିବାର କାରି ରିପୋର୍ଟ ଅନୁଯାୟୀ, ଭାରତୀୟ ଛାତ୍ରାଛାତ୍ରଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ଆମେରିକାରେ ପାଠପଢ଼ିବା ସମ୍ପର୍କିତ ଚ୍ୟାପ୍ସ ଖୋଜିବା ହାର ବର୍ଷକ ମଧ୍ୟରେ ୪୭.୪% ହ୍ରାସ ପାଇଛି । ସେହିପରି କାନାଡାରେ ଏହା କ୍ରମେ ୨ ବର୍ଷ ମଧ୍ୟରେ ୭୦% ୭୫% ହୋଇଛି । ଆଇଡିପି ଏକ୍ସଟେନ୍ସନର ଦକ୍ଷିଣ ଏସିଆ, କାନାଡା, ଲାଟିନ ଆମେରିକା (ଏଲ୍‌ଏସିଏଏ) ଆଫ୍ରିକା ନିର୍ଦ୍ଦେଶକ ପାଉଁଶ କୁମାର କହିଛନ୍ତି,

ଡିଆ ଖୋଜିବାରେ
ବର୍ଷକରେ ୪୭% ହ୍ରାସ



ସମ୍ପ୍ରତି ଆମେରିକା ରାଷ୍ଟ୍ରପତି ଡୋନାଲ୍ଡ
ଟ୍ରମ୍ପଙ୍କ କାର୍ଯ୍ୟକାଳରେ ବିଭିନ୍ନ ନୀତିଗତ
ପରିବର୍ତ୍ତନ ଏବଂ ଭିଜା ନିୟମାବଳୀରେ

ଅନୁଷ୍ଠିତ କାର୍ଯ୍ୟ ଯୋଗୁଁ ଗୋଟିଏ ଭାରତୀୟ ଛାତ୍ରାଛାତ୍ରୀଙ୍କ ପାଠପଢ଼ା ଯୋଜନା ପ୍ରଭାବିତ ହୋଇଛି। ୨୦୨୪ ଜୁନ ପରୀକ୍ଷା ଭାରତୀୟ ଛାତ୍ରାଛାତ୍ରୀଙ୍କ ଭିତ୍ତି ଅନୁସାରେ ହାର ହ୍ରାସ ପାଇଛି। ଏହାର ପ୍ରଭାବରେ ବେଶର ଛାତ୍ରାଛାତ୍ରୀଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ଆମେରିକାରେ ପାଠପଢ଼ା ସମ୍ପର୍କିତ ତଥ୍ୟ ଖୋଜିବା ହାର ୪୬.୪% ହ୍ରାସ ପାଇଛି। ସେହିଭଳି ଆମେରିକା ଚାରିଟି ଯୋଗୁଁ କାନାଡାର ନିୟୁତାମୀ ଅର୍ଥନୀତି ଆଦି କାରଣରୁ ଗୋଟିଏ ପଡ଼ିବାର ଆହୁଧ୍ୟ କମିଛି। ଯେତେବେଳେ ଡିସେମ୍ବର ଆସୁଛି ଏହି ପ୍ରତି ଭାରତୀୟ ଛାତ୍ରାଛାତ୍ରୀଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ଆକର୍ଷଣ ପୂର୍ବବର୍ଷ ପରି ସ୍ଥିର ରହିଛି। ଆଷ୍ଟ୍ରେଲିଆରେ ଚଳିତବର୍ଷ ଭାରତୀୟ

ଛାତ୍ରାଛାତ୍ରକ ସଂଖ୍ୟାରେ ୯% ବୃଦ୍ଧି ଘଟିଛି । ଅଷ୍ଟ୍ରେଲିଆରେ ଉଚ୍ଚଶିକ୍ଷା ଅଧ୍ୟୟନ କଲେ ନିଯୁକ୍ତି ପାଇଁ ପର୍ଯ୍ୟାପ୍ତ ସୁଯୋଗ ମିଳିପାରିବ ବୋଲି ସେମାନଙ୍କର ଭରସା ଥିବ । ପାଠ୍ୟକ୍ଷେତ୍ର କହିଛନ୍ତି । ଅଷ୍ଟ୍ରେଲିଆ ସରକାର ୧୯୬୭ରେ ଆକାଡିପି ସ୍ଥାପନ କରିଥିଲେ । ଶିକ୍ଷାକ୍ଷେତ୍ରରେ ଏହା ଏକ ବୈଶ୍ୱିକ ସଂସ୍ଥା ଯାହା ପ୍ରତିବର୍ଷ ୧ ଲକ୍ଷ ଛାତ୍ରାଛାତ୍ରକୁ ୮୦୦ରୁ ଅଧିକ ବିଦ୍ୟବିଦ୍ୟାଳୟରେ ନାନା ଲେଖାଲିପି ପାଇଁ ସାହାଯ୍ୟ କରିଥାଏ । ଏହାର ନେତୃତ୍ୱ ଅଷ୍ଟ୍ରେଲିଆ, ବ୍ରିଟେନ୍, ଆମେରିକା, କାନାଡା, ଆଇଲ୍ୟାଣ୍ଡ, ନ୍ୟୁଜିଲ୍ୟାଣ୍ଡ ଆଦି ଦେଶରେ ରହିଛି । ଭାରତର ୬୩ ସହରରେ ଆକାଡିପିର ୭୩ଟି କାର୍ଯ୍ୟାଳୟ ରହିଛି ।

ସୁରକ୍ଷା, ସଂରକ୍ଷଣ ଲାଗି
ସଚେତନତାକୁ ଗୁରୁତ୍ୱ

ଏକ ସଂସ୍ଥା ସ୍ୱାରା କର୍ମଟି ରୋଗୀଙ୍କୁ ସତେଜନ କରାଇ ଆସୁଛନ୍ତି । ଏ ସମ୍ପର୍କରେ ସ୍ୱାର୍ତ୍ତିକ କହିଛନ୍ତି, ମୁଁ ଚିକିତ୍ସିତ ହେବାବେଳେ ରୋଗୀ ଇନ୍ଦ୍ରିୟରେ କାର୍ଯ୍ୟକ ପରଠୁ ସେହି ସ୍ଥାନରେ ଅଛି । ଅର୍ଜନ କର୍ମଟି ରୋଗୀଙ୍କୁ ଗୋଲାପ ଫୁଲ ଦେଇ ପ୍ରେରଣା ଦେଉଥିଲା । କର୍ମଚରୀ ଆରୋଗ୍ୟ ସମ୍ବନ୍ଧରେ, କେବଳ ଭୟ ସୂଚକ କଲେ ଏହି ରୋଗରୁ ବଞ୍ଚିବା ସହଜ ହୋଇଥାଏ । ଏଭଳି ବାର୍ତ୍ତା କର୍ମରେ ପ୍ରତିବର୍ଷ କ୍ୟାନ୍ସର ହସ୍ପିଟାଲରେ ‘ରୋଇ ଡେ’ ପାଳିଥାନ୍ତି । କର୍ମଚାରୀ ପାଠିତକ ପାଖକୁ ଯେତେବେଳେ ଯାଏ ସେମାନେ ବହୁତ କାନ୍ଦନ୍ତି । ସେମାନଙ୍କ ମନୋବଳକୁ ବଢାଇବା ଲାଗି ମୋ ନିଜର ସଂପର୍କ କାହାଣୀ ବଢାଣିଥାଏ । ମୋରୁ ଶୁଣିବା ପରେ ସେମାନଙ୍କ ମୁହଁରେ ହସ ଫୁଟିଥାଏ । ଚଳିତବର୍ଷ ‘ରୋଇ ଡେ’ ଅବସରରେ ଶିଶୁ କର୍ମଚାରୀ ପାଠିତକ ବିଧାନସଭା ପରିଚାଳନା କରାଇବାକୁ ଯୋଜନା କରାଯାଉଛି ।

—ରିପୋର୍ଟଶିଳ୍ପୀ ପ୍ରିୟବର୍ତ୍ତୀନା, କଟକ

ଆଜି ବିଶ୍ୱ ଗଣ୍ଡା ଦିବସ



ବିଶ୍ୱପ୍ରସିଦ୍ଧ ପ୍ରଜାତିର ସୁରକ୍ଷା ଓ ସଂରକ୍ଷଣ କାଗି ସଚେତନତା ଦୃଷ୍ଟି ସକାଶେ ପ୍ରତିବର୍ଷ ସେପ୍ଟେମ୍ବର ୨୨ରେ ପାଳିତ ହୋଇଥାଏ। ଏହି ବିଶ୍ୱ ଗଣ୍ଡା ଦିବସ ୨୦୧୦ ମସିହାରେ ପ୍ରଥମେ ଏହି ବିବରଣୀ ଉଲ୍ଲେଖ୍ୟ ଏଫ୍-ସିନିଶ ଆଫ୍ରିକା ବାରା ଘୋଷଣା କରାଯାଇଥିଲା । ତେବେ ୨୦୧୧ରେ ଏହା ଏକ ବିଶ୍ୱବ୍ୟାପୀ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମରେ ପରିଣତ ହୋଇଥିଲା । ଯାହାକି ଗଣ୍ଡାମାନେ ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣମେ ହେଉଥିବା ଜିକାର ଏବଂ ବାସସ୍ଥାନନିର୍ଦ୍ଧାରଣ ବର୍ଷିତ ପିପସ୍ତୁ ଉଜାଗର କରିଥିଲା ।

ରେଷ୍ଟୁରାଣ୍ଟ ଖୋଲିଲେ
ସଞ୍ଜେ ନାହିଁ

മുദ്രാങ്ക

ବଳିଭଢ଼ ଇଷ୍ଟସ୍ଥିରେ ଏପରି ଅନେକ ଡା
ଯାହାଙ୍କର ମୁମ୍ବାଇରେ ରେଷ୍ଟୁରାଣ୍ଟ ର
ଏହି ଚାଲିକାରେ ଅଭିନେତା ସମ୍ପାଦ
ଯୋଡ଼ି ହୋଇଛି। ନିକଟରେ ମୁମ୍ବା
ନିଜ ରେଷ୍ଟୁରାଣ୍ଟକୁ ଲାଞ୍ଜ କରିଛି। ଏହ
ସେଇଯୋଗରେ ନେହେରୁ ଏହାସହ
ଅଭିନେତାଙ୍କୁ ବିନୟନମାନୀନ ହେ
ରେଷ୍ଟୁରାଣ୍ଟ ଲାଞ୍ଜ ଖୁସିରେ ଗ୍ରନିବାର ସମ୍ପା
ଗ୍ରାଞ୍ଜ ଇଭେଣ୍ଟର ଆୟୋଜନ କରିଥି
ଏଥିରେ ଡାକ୍ ବସ୍ତୁ, ସମ୍ପର୍କୀୟ ଲକ୍ଷ
ବଳିଭଢ଼ ଇଷ୍ଟସ୍ଥିର ବସ୍ତୁ ଡାକ୍ ଡାକ୍
ଦେଇଥିଲେ। ଇଭେଣ୍ଟର ସ୍ତ୍ରୀ ମାନ
ଦରଜ ସହ ସମ୍ପାଦ ଗ୍ରାଞ୍ଜ ଏଣୁ ନେଇ
ସେସିଆଲ ନିତିଆରେ ଭାଇଜନ ଟେ
ଭିଡିଓରେ ସମ୍ପାଦ ଲୁକ୍ ଟି ଶାନ୍ତି ସହ
ଲେବର ବ୍ୟାକେଟ୍ ପିଞ୍ଜିବାର ନିଜ
ସେହିପରି ମାନ୍ୟତା ଶାନ୍ତି ଡ୍ରେସ, ହାଲ
ବ୍ୟାଗ୍ ସହ ଷ୍ଟାଇଲିଶ ଲୁକ୍ରେ ନିଜ





ଆରମ୍ଭ ହୋଇଯାଇଛି

ଜିଏସ୍ଟି ସଞ୍ଚୟ ଉତ୍ସବ

ନବରାତ୍ରିର ଶୁଭ ଅବସରରେ

ଆଜିଠାରୁ ସାରା ଦେଶରେ
ହ୍ରାସିତ ଜିଏସ୍ଟି ଦର ଲାଗୁ ହେବ

ଅଧିକାଂଶ ନିତ୍ୟ ବ୍ୟବହାର୍ଯ୍ୟ ସାମଗ୍ରୀ ଉପରେ
ଜିଏସ୍ଟିର ପରିମାଣ ୦% କିମ୍ବା ୫% ରହିବ

ବର୍ତ୍ତମାନ, ମୁଖ୍ୟତଃ ମାତ୍ର ୨ଟି ଶୁଦ୍ଧ ସ୍ଥାବ୍ ରହିବ



भारत सरकार
GOVERNMENT
OF BHARAT

୯୯% ସାମଗ୍ରୀ ଏବଂ ସେବା ଟିକସମୁକ୍ତ ହେବ ନ ହେଲେ ୫% ଅଥବା ୧୮% ଜିଏସ୍ଟି ଲାଗୁ ହେବ

ଗ୍ରୋସେରୀ



ଥିଲା
ହେଲା

୧୮/୧୨/୫%
ଶୁନ/୫%

୧୩%
ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ
ସଞ୍ଚୟ

ନିତିଦିନିଆ
ଜରୁରୀ ସାମଗ୍ରୀ



ଥିଲା
ହେଲା

୧୮/୧୨%
୫%

୧୩%
ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ
ସଞ୍ଚୟ

ପୋଷାକ ଓ
ଜୋତା



ଥିଲା
ହେଲା

୧୨%
୫%

୭%
ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ
ସଞ୍ଚୟ

ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ଏବଂ
ଜୀବନ ବୀମା



ଥିଲା
ହେଲା

୧୮%
ଶୁନ

୧୮%
ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ
ସଞ୍ଚୟ

ଔଷଧ



ଥିଲା
ହେଲା

୧୨%
ଶୁନ/୫%

୭-୧୨%
ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ
ସଞ୍ଚୟ

ଝେସନାରି



ଥିଲା
ହେଲା

୫/୧୨%
ଶୁନ/୫%

୭%
ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ
ସଞ୍ଚୟ

ଏଗୁଡ଼ିକ ଉପରେ ମଧ୍ୟ ଜିଏସ୍ଟି ଦର ହ୍ରାସ କରାଯାଇଛି

ଟ୍ରାକ୍ଟର
(୧୮୦୦ ସିସି ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ)



ସଞ୍ଚୟ: ପାଖାପାଖି ₹୪୦,୦୦୦

ଛୋଟ କାର
(୧୫୦୦ ସିସି ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ)



ସଞ୍ଚୟ: ପାଖାପାଖି ₹୭୦,୦୦୦

ବାଇକ୍/ସ୍କୁଟର
(୩୫୦ ସିସି ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ)



ସଞ୍ଚୟ: ପାଖାପାଖି ₹୮,୦୦୦

ଟେଲିଭିଜନ



ସଞ୍ଚୟ: ପାଖାପାଖି ₹୩,୫୦୦

ଏୟାର କଣ୍ଡିସନର



ସଞ୍ଚୟ: ପାଖାପାଖି ₹୨,୮୦୦

ଏବେ ପ୍ରତ୍ୟେକ ଘରକୁ ମିଳିବ ଅଧିକ ସଞ୍ଚୟ ଓ ପ୍ରଚୁର ଖୁସି

“ ଏହି ନୂଆ ଜିଏସ୍ଟି ସଂସ୍କାର ସହିତ, ଦେଶର ପ୍ରତ୍ୟେକ ପରିବାର
ବହୁମାତ୍ରାରେ ଲାଭାନ୍ୱିତ ହେବ । ଗରିବ, ନବ-ମଧ୍ୟବର୍ଗ,
ମଧ୍ୟବର୍ଗ, ଚାଷୀ, ମହିଳା, ଛାତ୍ରଛାତ୍ରୀ ଓ ଯୁବବର୍ଗଙ୍କ ସମେତ
ସମସ୍ତେ ଏହି ଟିକସ ହ୍ରାସରୁ ଉପକୃତ ହେବେ । ”

ନରେନ୍ଦ୍ର ମୋଦୀ
ପ୍ରଧାନମନ୍ତ୍ରୀ

ଜିଏସ୍ଟି - ଆହୁରି ଉତ୍ତମ ଓ ସରଳତର!

ହ୍ରାସିତ ଦର ଏବଂ ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ଜିଏସ୍ଟି
ପରିବର୍ତ୍ତନଗୁଡ଼ିକର ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ତାଲିକା ପାଇଁ
ଦୟାକରି ସ୍କାନ କରନ୍ତୁ



ଭାରତୀୟ ବୋଲର ପ୍ରଭାବୀ

୧୯ ବର୍ଷରୁ କମ୍ କ୍ରିକେଟ

ଅଷ୍ଟ୍ରେଲିଆକୁ ୭ ଉଇକେଟରେ ହରାଇଲା ଭାରତ

ବ୍ରିସ୍ବେନ୍, ୨୧।୯ (ପି.ଟି.): ଉଇକେଟକିପର ଅଭିଜ୍ଞ ଲୁଗୁ ଓ ବେଦାନ୍ତ ତ୍ରିବେଦୀ ଅପରାଜିତ ଅର୍ଦ୍ଧଶତକ ଏବଂ ୧୪ ବର୍ଷୀୟ ବିପ୍ଳବ ବାଳକ ପ୍ରତିଭା ଦେଖାଇ ପୂର୍ବସଂଶୀଳ ଆକର୍ଷଣୀୟ ୩୮୮ରନ (୨୨୧ଲ, ୬ ଚୋକା) ସହାୟତାରେ ଭାରତର ୧୯ବର୍ଷରୁ କମ୍ ପୁରୁଷ ଦଳ ୧୯ବର୍ଷରୁ କମ୍ ଅଷ୍ଟ୍ରେଲିଆ ଦଳକୁ ୭ଉଇକେଟରେ ହରାଇ ଦେଇଛି। ଲଥାନ ହିଲି ଓଭାଲଠାରେ ଅନୁଷ୍ଠିତ ଏହି ମ୍ୟାଚରେ ଭାରତୀୟ ବୋଲିଂର ଉଚିତ ମୁକାବିଲା କରି ନ ପାରି ଟପ୍ କ୍ରିଟି ପ୍ରଥମେ ବ୍ୟାଟିଂ କରିଥିବା ଅଷ୍ଟ୍ରେଲିଆ ନିର୍ଦ୍ଧାରିତ ଓଭରରେ ବିନିମୟରେ ମାତ୍ର ୨୨୫ ରନ କରିଥିଲା। ଭାରତ ୧୧୭ ବଲ୍ ବାକିଆଇ ମ୍ୟାଚ ଜିତି ନେଇଥିଲା। ଲୁଗୁ ଓ ତ୍ରିବେଦୀ ଯଥାକ୍ରମେ ୮୭ ଓ ୬୧ ରନ କରି ଅପରାଜିତ ରହିଥିଲେ।

ସଂକ୍ଷିପ୍ତ ଷ୍ଟୋର ୧୯ ବର୍ଷରୁ କମ୍ ଅଷ୍ଟ୍ରେଲିଆ : ୫୦ ଓଭରରେ ୨୨୫/୯ (ଜନ୍ ଜେମ୍ସ-୭୭, ଟମ୍ ହୋଗାନ-୪୧; ହେନରି ପଟେଲ-୩୩/୩୮, କନିଷ୍ଠ ଚୋପ୍ରା-୨୮/୩୯)। ୧୯ ବର୍ଷରୁ କମ୍ ଭାରତ: ୨୨୭/୩ (ଅଭିଜ୍ଞ ଲୁଗୁ-୮୭* ବେଦାନ୍ତ ତ୍ରିବେଦୀ-୬୧*, ଚାନ୍ସି ଲାବ୍‌ସ-୨୮/୪୭)।

ବୁବ୍ବା, ୨୧।୯ ଏସିଆ କପ୍ କ୍ରିକେଟ ଟୁର୍ନାମେଣ୍ଟରେ ରବିବାର ଭାରତ ଓ ପାକିସ୍ତାନ ମଧ୍ୟରେ ସୁପର-୪ ମ୍ୟାଚ ଅନୁଷ୍ଠିତ ହୋଇଛି। ପାଞ୍ଜାବପୁରେ ଭାରତୀୟ ବୋଲରଙ୍କ ପ୍ରଦର୍ଶନ ପିଚା ରହିଥିଲେ ହେଁ ପରେ ପ୍ରଭାବୀ ବୋଲିଂ କରି ପାକିସ୍ତାନ ରନ ହାରରେ ଅଳ୍ପଶ ଲଗାଇଛନ୍ତି। ଫଳରେ ପାକିସ୍ତାନ ୨୦ ଓଭରରେ ୫ ଉଇକେଟ ହରାଇ ୧୭୧ ରନ କରିଛି। ଲିଟ୍ ପର୍ଯ୍ୟାୟରେ ଭାରତ ୭ ଉଇକେଟରେ ପାକିସ୍ତାନକୁ ପରାସ୍ତ କରିଥିଲା। ଟପ୍ କ୍ରିଟି ପିକ୍ସି ନିଷ୍ପତ୍ତି ନେଇଥିଲା ଭାରତ। ପୂର୍ବ ମ୍ୟାଚ ଭଳି ଏଥର ମଧ୍ୟ ଭାରତୀୟ ଅଧିନାୟକ ପୂର୍ବସଂଶୀଳ ଯାଦବ ପାକିସ୍ତାନ ଅଧିନାୟକ ସଲମାନ ଆଲାଙ୍କ ସହ କରମର୍ଦ୍ଦନ

ଏସିଆ କପ୍ ସୁପର-୪

କରି ନ ଥିଲେ। ପାକିସ୍ତାନ ପକ୍ଷରୁ ଶାଜଦ୍‌ହାଜି ଫରହାନ ଓ ଫାହର ଜମିନ୍‌ସ ଓପନ କରିଥିଲେ। ଜମିନ୍ ୯ ବଲ୍‌ରୁ ୧୫ ରନ କରିଥିବାବେଳେ ହାର୍ଦ୍ଦିକ ପାଣ୍ଡ୍ୟାଙ୍କ ବଲ୍‌ରେ ଉଇକେଟ କିପର ସାମ୍ରାଟ ସାମସନଙ୍କୁ ଏକ ଲୋ କ୍ୟାଚ ଦେଇ ପ୍ୟାକିଙ୍ଗିୟନ ଫେରିଥିଲେ। ଏଥିରେ ଜମିନ୍ ସବୁଜ୍‌ସ ନ ଥିଲେ ହେଁ ଟେସ୍ଟରେ ସାମସନଙ୍କ ଗ୍ଲୋବ୍ ଗ୍ରାଭିଷ୍ଟ ଉପରେ ରହିଥିବା ସ୍ପଷ୍ଟ ହୋଇଥିଲା। ଫରହାନ ଏବଂ ୩ ନମ୍ବର ବ୍ୟାଟର ସଲମ ଆୟୁର୍ ବିଷ୍ଣୋରକ ବ୍ୟାଟିଂ କରିଥିଲେ। ଅନ୍ୟପକ୍ଷରେ ପାଞ୍ଜାବପୁରେ ଭାରତୀୟ ବୋଲିଂ ଏବଂ ପିକ୍ସି ପିଚା ରହିଥିଲା। ଶାହିବଜାଦା ଖାତା ଖୋଲି ନ ଥିବାବେଳେ ହାର୍ଦ୍ଦିକଙ୍କ



ଉଇକେଟ ନେବା ପରେ ଶିବମ ଦୁବେଙ୍କୁ ସାଥୀ ଖେଳାଳିଙ୍କ ବଧେଇ।

ବଲ୍‌ରେ ଅଭିଷେକ ଟାଙ୍କ କ୍ୟାଚ ଡ୍ରପ୍ କରିଥିଲେ। ସେହିପରି ଆୟୁର୍ ୪ ରନ କରିଥିବାବେଳେ ବରୁଣ ଚକ୍ରବର୍ତ୍ତୀଙ୍କ ବୋଲିଂରେ ଟାଙ୍କର ଏକ କ୍ୟାଚରୁ କୁଲ୍‌ଦୀପ ଯାଦବ ହାତଛଡ଼ା କରିଥିଲେ। ଏହାର ସୁଯୋଗ ନେଇ ପାକିସ୍ତାନ ପାଞ୍ଜାବପୁରେ ୧ ଉଇକେଟ ହରାଇ ୫୫ ରନ ସଂଗ୍ରହ କରି ନେଇଥିଲା। ଭାରତ ବିପକ୍ଷ ୧୫ଟି ଟିଏଠ ଅଟକିଗାୟରେ ପାକିସ୍ତାନର ଏହା ସର୍ବାଧିକ ପାଞ୍ଜାବପୁରେ ଯଶପ୍ରାଦ୍‌କୁମାର ନିଜ ପ୍ରଥମ ୩ ଓଭରରେ ୩୪ ରନ ବ୍ୟୟ କରିଥିଲେ। ପାଞ୍ଜାବପୁରେ ଏହା କୁମାରଙ୍କର ସବୁଠାରୁ ମହଙ୍ଗା ଷ୍ଟେଲ। ଦ୍ୱିତୀୟ ଉଇକେଟରେ ୪୯ ବଲ୍‌ରୁ ୬୨ ରନର ଭାଗାଦାରି ପରେ

ଭାରତକୁ ବ୍ରେକ୍‌ଥ୍ରୁ ଦେଇଥିଲେ ଶିବମ ଦୁବେ। ସେ ନିଜ ପ୍ରଥମ ଓଭରର ୩ୟ ବଲ୍‌ରେ ସଲମ ଆୟୁର୍‌ଙ୍କୁ ଚକ୍ରବର୍ତ୍ତୀଙ୍କ ଖର୍ମାଙ୍କ ହାତରେ କ୍ୟାଚ କରାଇ ଯୋଡ଼ି ଭାଙ୍ଗିଥିଲେ। ଆୟୁର୍ ୧୭ ବଲ୍‌ରୁ ୨୧ ରନ କରିଥିଲେ। ଏହାପରେ ମ୍ୟାଚର ମୋଡ୍‌ ବୁଲିଥିଲା। ୧୪ତମ ଓଭରର ପ୍ରଥମ ବଲ୍‌ରେ ହୁସେନ ଚଲଟଙ୍କୁ ପ୍ୟାକିଙ୍ଗିୟନ ପଥ ଦେଖାଇଥିଲେ କୁଲ୍‌ଦୀପ ଯାଦବ ଚଳତ ୧୧ ବଲ୍‌ରୁ ୧୦ ରନ କରିବାକୁ ସମର୍ଥ ହୋଇଥିଲେ। ଅର୍ଦ୍ଧଶତକ ହାସଲକାରୀ ଶାହିବଜାଦା ଫରହାନ ଚାହାକୁ ବଡ଼ ଷ୍ଟୋରରେ ପରିଣତ କରିପାରି ନ ଥିଲେ। ସେ ୪୫ ବଲ୍‌ରୁ ୫୮ (୫ ଚୋକା, ୩ ଛକା) ରନ କରିଥିବାବେଳେ ଶିବମ ଦୁବେଙ୍କ

ବଲ୍‌ରେ ପୂର୍ବସଂଶୀଳ ଯାଦବଙ୍କୁ କ୍ୟାଚ ଦେଇଥିଲେ। ଶେଷ ଭାଗରେ ମହମ୍ମଦ ନଝାକ ୨୧, ଅଧିନାୟକ ସଲମାନ ଆଲା ୧୭* ଓ ଫିହିନ ଅଶ୍ୱିନୀ ୮୩ରୁ ୨୦* ରନ କରିବାକୁ ପାକିସ୍ତାନ ଏକ ସମ୍ପାତନଜନକ ଷ୍ଟୋରରେ ପହଞ୍ଚି ପାରିଥିଲା। ଭାରତ ପକ୍ଷରୁ ଶିବମ ଦୁବେ ୨ଟି ଏବଂ ହାର୍ଦ୍ଦିକ ପାଣ୍ଡ୍ୟା ଓ କୁଲ୍‌ଦୀପ ଯାଦବ ଗୋଟିଏ ଲେଖାଏ ଉଇକେଟ ନେଇଥିଲେ।

ସଂକ୍ଷିପ୍ତ ଷ୍ଟୋର ୧୯ ବର୍ଷରୁ କମ୍ ଅଷ୍ଟ୍ରେଲିଆ : ୫୦ ଓଭରରେ ୨୨୫/୯ (ଜନ୍ ଜେମ୍ସ-୭୭, ଟମ୍ ହୋଗାନ-୪୧; ହେନରି ପଟେଲ-୩୩/୩୮, କନିଷ୍ଠ ଚୋପ୍ରା-୨୮/୩୯)। ୧୯ ବର୍ଷରୁ କମ୍ ଭାରତ: ୨୨୭/୩ (ଅଭିଜ୍ଞ ଲୁଗୁ-୮୭* ବେଦାନ୍ତ ତ୍ରିବେଦୀ-୬୧*, ଚାନ୍ସି ଲାବ୍‌ସ-୨୮/୪୭)।

ରାଜ୍ୟ ଓପନ ଚେସ୍: ଜ୍ଞାନରଞ୍ଜନ ଚାମ୍ପିୟନ



କୃତୀ ପ୍ରତିଯୋଗୀମାନେ ଅତିଥିଙ୍କ ରହଣୀରେ।

ଭୁବନେଶ୍ୱର, ୨୧।୯ (ତପନ ସ୍ୱାଇଁ) ଓଡ଼ିଶା ରାଜ୍ୟ ଚେସ୍ ଆସୋସିଏଶନ ଆନୁକୁଲ୍ୟରେ ରବିବାର ବଡ଼ଚରସ୍ଥିତ ଓମ୍ ପୁରୁଷୋତ୍ତମ ପବ୍ଲିକ୍ ସ୍କୁଲରେ ଅନୁଷ୍ଠିତ ଓପନ ଚେସ୍‌ରେ ଜ୍ଞାନ ରଞ୍ଜନ ସେଠୀ ଚାମ୍ପିୟନ ହୋଇଛନ୍ତି। ୫ ରାଉଣ୍ଡ ବିଶିଷ୍ଟ ପ୍ରତିଯୋଗିତାରେ ଜ୍ଞାନ ଓ ପିତେ ମାଷ୍ଟର ସୌମ୍ୟ ରଞ୍ଜନ ମିଶ୍ର ୪.୫ ପଏଣ୍ଟ ଲେଖାଏ ପାଇ ପ୍ରଥମ ସ୍ଥାନରୁ ଅଧିକାର କରିଛନ୍ତି। ଆଦିତ୍ୟ ରଞ୍ଜନ ଦାସ,

ସଂକ୍ଷିତ ପଟ୍ଟନାୟକ, ସଞ୍ଜୀବନ ନାୟକ, ହର ପ୍ରସାଦ ଚାଟାର୍ଜୀ, ଦେବାଶିଷ ଦାସ ଓ ସୁଜିତ କୁମାର ଚମ୍ପତି ପରିବର୍ତ୍ତା ୬ ସ୍ଥାନ ଅଧିକାର କରିଛନ୍ତି। ବିଜିନ ସୟସ ବର୍ତ୍ତୀ ଏବଂ ବାଳିକା ବର୍ଗର ଶ୍ରେଷ୍ଠ ଖେଳାଳିଙ୍କୁ ଏକ ଗ୍ରୁପ୍ ଏବଂ ୮ ଚେସ୍ ପ୍ରତିଭାକୁ ସ୍ୱତନ୍ତ୍ର ପୁରସ୍କାରରେ ସମ୍ମାନିତ କରାଯାଇଛି। ସ୍କୁଲର ପରିଚାଳନା ନିର୍ଦ୍ଦେଶକ ଲକ୍ଷ୍ମୀଧର ବେହେରା ପ୍ରତିଯୋଗିତାକୁ ଉଦ୍‌ଘାଟନ

କରିଥିଲେ। ଏକ୍ସଆଇଏମ୍‌ ମୁନିଉର୍ଟି ପ୍ରଫେସର ଶୁଭ୍ର ପଟ୍ଟନାୟକ, ପାରାଦୀପ ପୋର୍ଟ ଟ୍ରଷ୍ଟର ମୁଖ୍ୟ ଇଞ୍ଜିନିୟର ସୁନୀଲ କୁମାର ପଟ୍ଟନାୟକ, ସ୍କୁଲ ପ୍ରିଫିପାଲ ମନୋରଞ୍ଜନ ବିଶ୍ୱାଳ, ଆୟୋଜକ ଆସୋସିଏଶନ ନିର୍ଦ୍ଦେଶକ ଦେବାଶିଷ ପାଣିଗ୍ରାହୀ ଓ ଟୁର୍ନାମେଣ୍ଟ ନିର୍ଦ୍ଦେଶକ କନୋଜ ବେହେରା ପ୍ରମୁଖ ଉପସ୍ଥିତ ରହି କୃତୀ ପ୍ରତିଯୋଗୀଙ୍କୁ ପୁରସ୍କାର ପ୍ରଦାନ କରିଥିଲେ।

କବାଡ଼ି ମ୍ୟାଚ୍ ବେଳେ ଦୁର୍ଘଟଣା, ୩ ମୃତ

ରାୟପୁର, ୨୧।୯ ଏକ କବାଡ଼ି ମ୍ୟାଚ୍ ଚାଲିଥିବା ବେଳେ ବିଦ୍ୟୁତ୍ ଆଘାତରେ ୩ ଜଣ ପ୍ରାଣ ହରାଇଛନ୍ତି। ଏହି ଘଟଣାରେ ଅନ୍ୟ ୩ ଜଣ ଆହତ ହୋଇଛନ୍ତି। ଛତିଶଗଡ଼ର କୋଣାର୍କାଠି ଜିଲାର ରାବାସାହି ଗ୍ରାମରେ ଏଭଳି ଘଟଣା ଘଟିଛି। ଶନିବାର ରାତିରେ କବାଡ଼ି ମ୍ୟାଚ୍ ଚାଲୁଥିବା ବେଳେ ହଠାତ୍ ଝଟ୍ଟ କାରଣରୁ ୧୧-କେଭି ଡାଉ ମ୍ୟାଚ୍ ଲାଗି ବନ୍ଧାଯାଇଥିବା ଚେଷ୍ଟର ଲୁହା ରଡ଼ରେ ବାଜିଥିଲା। ଫଳରେ ଅନେକଙ୍କୁ ବିଦ୍ୟୁତ୍ ଆଘାତ ଲାଗିଥିଲା। ସ୍ଥାନୀୟ ଗ୍ରାମବାସୀ ୬ ଜଣଙ୍କୁ ହସ୍ତିତାଳରେ ଭର୍ତ୍ତି କରାଇଥିଲେ। କିନ୍ତୁ ସେମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରୁ ୩ ଜଣଙ୍କୁ ଡାକ୍ତର ମୃତ ଘୋଷଣା କରିଥିଲେ। ମୃତକଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ପତ୍ତିଶ ନେତାମ ନାମକ ଜଣେ କବାଡ଼ି ଖେଳାଳି ଥିଲେ, ଯିଏକି ଦର୍ଶକଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ବସିଥିଲେ। ଘଟଣାର ତଦନ୍ତ ନିର୍ଦ୍ଦେଶ ଦିଆଯାଇଛି।

ଜେଏମ୍‌ ସ୍ପୋର୍ଟ୍‌ସ୍‌ ଦିବ୍ୟାଂଶଙ୍କୁ ଟ୍ରୋଫି

ଭୁବନେଶ୍ୱର, ୨୧।୯ (ତପନ ସ୍ୱାଇଁ) ମହାରାଷ୍ଟ୍ର ଶିରିଡ଼ିଠାରେ ସାଧିଲ ପ୍ରତିଯୁଧାଙ୍ଗ ଇଣ୍ଟରନାଶନାଲ୍ ସ୍କୁଲରେ ରବିବାର ଶେଷ ହୋଇଥିବା ସିବିଏସି ନ୍ୟାଶନାଲ୍ ଜିମ୍ନାସ୍ଟିକ୍ ଚାମ୍ପିୟନଶିପ୍‌ରେ ଜେଏମ୍‌ ସ୍ପୋର୍ଟ୍‌ସ୍‌ ଏକାଡେମୀ ପ୍ରତିଯୋଗୀ ସଫଳତା ହାସଲ କରିଛନ୍ତି। ଏକାଡେମୀରୁ ମୋଟ ୨ ଜଣ ଜିମ୍ନାସ୍ଟିକ୍ ଭାର ନେଇଥିଲେ। ସେମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରୁ ୧୧ବର୍ଷରୁ କମ ବାଳକ ବର୍ଗରେ ୮ ବର୍ଷୀୟ ଦିବ୍ୟାଂଶ କରିଥିଲେ। ଏକ୍ସଆଇଏମ୍‌ ମୁନିଉର୍ଟି ପ୍ରଫେସର ଶୁଭ୍ର ପଟ୍ଟନାୟକ, ପାରାଦୀପ ପୋର୍ଟ ଟ୍ରଷ୍ଟର ମୁଖ୍ୟ ଇଞ୍ଜିନିୟର ସୁନୀଲ କୁମାର ପଟ୍ଟନାୟକ, ସ୍କୁଲ ପ୍ରିଫିପାଲ ମନୋରଞ୍ଜନ ବିଶ୍ୱାଳ, ଆୟୋଜକ ଆସୋସିଏଶନ ନିର୍ଦ୍ଦେଶକ ଦେବାଶିଷ ପାଣିଗ୍ରାହୀ ଓ ଟୁର୍ନାମେଣ୍ଟ ନିର୍ଦ୍ଦେଶକ କନୋଜ ବେହେରା ପ୍ରମୁଖ ଉପସ୍ଥିତ ରହି କୃତୀ ପ୍ରତିଯୋଗୀଙ୍କୁ ପୁରସ୍କାର ପ୍ରଦାନ କରିଥିଲେ।



ପଦକ ସହ ଦିବ୍ୟାଂଶ ପାଣିଗ୍ରାହୀ।

୭ ବର୍ଷୀୟା ଦିବ୍ୟାଞ୍ଜଳି ମହନ୍ତ ୪ଟି ଆପାରଟସ୍‌ ଯଥା ଫ୍ଲୋର ଏକ୍ସରସାଇଜ, ଭଲିଂ ଟେବୁଲ୍, ଅନଲଭେନ୍ ବାର ଓ ବାଲ୍‌କ୍ରି ବିମ୍‌ରେ ଭାଗ ନେଇଥିଲେ। ଏଥିରେ ଅଂଶଗ୍ରହଣ କରିଥିବା

ମୋଟ ୭୬୦ ପ୍ରତିଯୋଗୀଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ଦିବ୍ୟାଞ୍ଜଳି ଭଲିଂ ଟେବୁଲ୍‌ରେ ୫ମ ସ୍ଥାନ ଅଧିକାର କରି ନିଜ ପ୍ରତିଭା ଦେଖାଇଛନ୍ତି। ପ୍ରକାଶଯୋଗ୍ୟ, ଚକେଇସିଆଣିସ୍ଥିତ ଜେଏମ୍‌ ସ୍ପୋର୍ଟ୍‌ସ୍‌ ଏକାଡେମୀ ଓଡ଼ିଶାର ଏକ ମାତ୍ର ଘରୋଇ ଏକାଡେମୀ, ଯେଉଁଠାରେ ଗତ ୧୩ ବର୍ଷ ହେଲା ଟୁଣ୍ଡମୁକ ସ୍ତରରେ ଜିମ୍ନାସ୍ଟିକ୍ ପ୍ରଶିକ୍ଷଣ ଦିଆଯାଇ ଆସୁଛି। ଏକାଡେମୀ ଏବଂ ରାଜ୍ୟକୁ ଗୌରବାଦିତ କରିଥିବା ଏହି ୨ ଜଣ ଶିଶୁ ଜିମ୍ନାସ୍ଟିକ୍ ଏକାଡେମୀର ଅଧ୍ୟକ୍ଷା ମାରାଗଣା ଦାସ ଅଭିନନ୍ଦନ ଜଣାଇଛନ୍ତି। ଏଥିସହିତ ଏକାଡେମୀର ସମ୍ପାଦକ ଯଶୋବନ୍ତ ଦାସ, ଆଇନ ପରାମର୍ଶଦା ସୁବ୍ରତ କୁମାର ମହାପାତ୍ର, ମୁଖ୍ୟ ପୁଷ୍ଟପୋଷକ ଅତିସ କୁମାର ରାଉତ, ସମସ୍ତ କର୍ମକର୍ତ୍ତାବୃନ୍ଦ ଓ ଅଭିଭାବକମାନେ ସେମାନଙ୍କର ଉତ୍ତମ ଭବିଷ୍ୟତ କାମନା କରିଛନ୍ତି। ଭୁବନେଶ୍ୱର ଜିମ୍ନାସ୍ଟିକ୍ ଆସୋସିଏଶନ୍ ସଭାପତି ସୁରେଶ କୁମାର ରାଉତରାୟ, ସମ୍ପାଦକ ନରେନ୍ଦ୍ର କୁମାର ସେଠୀ, ସୁନ୍ଦ୍ର ସମ୍ପାଦକ ରୁଦ୍ରପ୍ରସାଦ ପଟ୍ଟନାୟକ ଓ ଅନ୍ୟ ସଦସ୍ୟମାନେ ମଧ୍ୟ ଅଭିନନ୍ଦନ ଜଣାଇଛନ୍ତି।

ପ୍ରମୋଦଙ୍କ ସ୍ୱର୍ଣ୍ଣମ ପ୍ରତ୍ୟାବର୍ତ୍ତନ

ଭୁବନେଶ୍ୱର, ୨୧।୯ (ତପନ ସ୍ୱାଇଁ) ଭାରତ ଏବଂ ଓଡ଼ିଶାର ଚାରକା ପାରା ବ୍ୟାଡମିଣ୍ଟନ ଖେଳାଳି ପ୍ରମୋଦ ଭଗତ ବ୍ୟାଡମିଣ୍ଟନ କୋର୍ଟକୁ ସଫଳ ପ୍ରତ୍ୟାବର୍ତ୍ତନ କରିଛନ୍ତି। ଦୀର୍ଘ ୧୮ ମାସର ଅନୁପସ୍ଥିତି ପରେ ସେ ଚାଉଳା ଅଟକିଗାୟ ପାରା ବ୍ୟାଡମିଣ୍ଟନର ଏସ୍‌ଏଲ୍‌ଏ ବର୍ଗରେ ସ୍ୱର୍ଣ୍ଣ ପଦକ ହାସଲ କରିଛନ୍ତି। ଇଣ୍ଡୋନେସିଆର ଯୁବ ଅଲ୍‌ ଇମରାନଙ୍କ ବିପକ୍ଷ ଫାଇନାଲରେ ସେ ପ୍ରଥମ ସେଟ୍‌ରେ ୧୫-୨୧ରେ ପରାଜିତ ହୋଇଥିଲେ ହେଁ ନାଟକୀୟ ଭାବେ ପରବର୍ତ୍ତୀ ୨ ସେଟ୍‌ରୁ ୨୧-୧୯ ଓ ୨୧-୧୬ରେ ଜିତି ସ୍ୱର୍ଣ୍ଣ ପଦକ ହାସଲ କରିଥିଲେ। ‘ଥ୍ରୀ ହୋୟାରଏବାଉର୍ ଫେଲ୍‌ସ୍‌’ ଯୋଗୁ ପ୍ରମୋଦ ବାସନ୍ତ ହୋଇଥିବାବୁ ପ୍ୟାରିସ ପାରାଲିମ୍ପିକ୍‌ରେ ଅଂଶଗ୍ରହଣ କରିପାରି ନ ଥିଲେ। ଏବେ ସ୍ୱର୍ଣ୍ଣମ ପ୍ରତ୍ୟାବର୍ତ୍ତନ ତାଙ୍କୁ ଅତ୍ୟନ୍ତ ଭାବପ୍ରସନ୍ନ କରିଛି। କେବଳ ସ୍ୱର୍ଣ୍ଣ ନୁହେଁ, ସେ ତବଲ୍‌ରେ ମଧ୍ୟ ରୌପ୍ୟ ପଦକ ହାସଲ କରିଛନ୍ତି। ସୁନାନ୍ତ କଦମ୍‌ ଏବଂ ପ୍ରମୋଦଙ୍କ ଯୋଡ଼ି ଫାଇନାଲରେ ଅନ୍ୟତମ ଭାରତୀୟ ଯୋଡ଼ି ନଜୀମ ଶିବକୁମାର ଓ ଜଗଦୀଶ ଦିଲ୍‌ଲିଠାରୁ ୧୮-୨୧,



ସ୍ୱର୍ଣ୍ଣ ଓ ରୌପ୍ୟ ପଦକ ସହ ପ୍ରମୋଦ ଭଗତ।

୨୨-୨୦, ୧୮-୨୧ରେ ହାରି ଯାଇଛନ୍ତି। ସ୍ୱର୍ଣ୍ଣ ଓ ରୌପ୍ୟ ବିଜୟ ପାଇଁ ପ୍ରମୋଦଙ୍କୁ କୋର୍ଟ ଶିବ ପ୍ରସାଦ ଦାସ, ପାରା ସୋଡ଼ି ଆସୋସିଏଶନ ଅଫ୍ ଓଡ଼ିଶା ସଭାପତି କମଳାକାନ୍ତ ରଥ, ସମ୍ପାଦକ ସୁନୀଲ ପ୍ରଧାନ ପ୍ରମୁଖ ଅଭିନନ୍ଦନ ଜଣାଇଛନ୍ତି।

ଏହି ସ୍ୱର୍ଣ୍ଣ ମୋ ପାଇଁ ସ୍ୱତନ୍ତ୍ର ‘ଏହି ସ୍ୱର୍ଣ୍ଣ ପଦକ ମୋ ପାଇଁ

ଭର୍ଷ୍ମାପେନ୍ ଜିତିଲେ ଆଜରବୈଜାନ ଗ୍ରାଁ ପ୍ରି



ବାଲୁ (ଆଜରବୈଜାନ), ୨୧।୯ (ଏସି) ରେଡ୍‌ବୁଲ୍‌ର ମାସ୍କୁ ଭର୍ଷ୍ମାପେନ୍ ଆଜରବୈଜାନ ଫର୍ମୁଲା ଓପିନ ଗ୍ରାଁ ପ୍ରି ମୋଟର ରେସ୍‌ ଜିତିଥିବା ବେଳେ ପ୍ରଥମ ଲାପ୍‌ରେ ଚାମ୍ପିୟନଶିପ୍‌ ଲିଡର

ପୋଜିଶନ ହାସଲ କରି ଭର୍ଷ୍ମାପେନ୍ ରବିବାର ରେସ୍‌ରେ ଆରମ୍ଭରୁ ଶେଷ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ନିୟନ୍ତ୍ରଣରେ ଥିଲେ। ମସିତକର ଜର୍ଜ ରସେଲ ଦ୍ୱିତୀୟ ହୋଇଥିବା ବେଳେ ଫ୍ଲିଲିପ୍‌ସ କାର୍ଲୋସ ସେଣ୍ଟ ଜୁନିୟର ୪ବର୍ଷରେ ପ୍ରଥମ ଥର ପୋଡିୟମ ଫିନିଶ କରିବାରେ ସମର୍ଥ ହୋଇଛନ୍ତି। ପିଆଷ୍ଟିକ୍‌ ଡ୍ରୁଟିରୁ ନୋରିସ ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ଫାଇନା ଉଠାଇ ପାରି ନ ଥିଲେ। ସେ କେବଳ ଫର୍ମୁଲା-୧ ଚାଉଟଲ ଲାଡେଇରେ ଅଷ୍ଟେଲୀୟ ଡ୍ରାଭିଭରଙ୍କ ଅଗ୍ରଣୀ ବ୍ୟବଧାନ ୨୫କୁ ହ୍ରାସ କରିପାରିଛନ୍ତି। ଟଳିତ ସିଜନର ଆଉ ୭ଟି ରେସ୍‌ ବାକି ରହିଛି। ଚତୁର୍ଥରୁ ଦଶମ ସ୍ଥାନ ଅଧିକାର କରିଥିବା ଅନ୍ୟ ଡ୍ରାଭିଭରମାନେ ହେଲେ ଜିମି ଆଣ୍ଡେନେଲି (ମସିତକ), ଲିଆମ ଲସନ (ଆର୍ବି), ଯୁକି ଟିମ୍‌ନୋଟା (ରେଡ୍‌ବୁଲ୍‌), ଲାଣ୍ଡୋ ନେ।ରି ସ(ମ୍ୟାକଲରେନ), ଲୁଇସ୍‌ ହାମିଲଟନ(ଫେରାରୀ), ଚାଲ୍‌ସ୍‌ ଲେକ୍‌ବେକ୍‌ (ଫେରାରୀ) ଓ ଇସାକ୍‌ ହାକାର (ଆର୍ବି)।

ସାହିକ-ଚିରାଗ ରନର ଅପ୍

ଶେନ୍‌ସେନ୍, ୨୧।୯ (ପି.ଟି.): ଭାରତର ଟପ୍‌ ପୁରୁଷ ତବଲ୍‌ ଯୋଡ଼ି ସାହିକସାଇରାକ ରାକିରେଞ୍ଜା ଓ ଚିରାଗ ଶେକି ଏଠାରେ ଚାଲିଥିବା ଚାଉଳା ମାଷ୍ଟର୍ସ୍‌ ସୁପର ୭୫୦ ବ୍ୟାଡମିଣ୍ଟନ ଟୁର୍ନାମେଣ୍ଟରେ ରନରଥ୍‌ ହୋଇଛନ୍ତି। ରବିବାର ଅନୁଷ୍ଠିତ ଫାଇନାଲରେ ସେମାନେ ବିଶ୍ୱର ନମ୍ବର ଓପି କିମ୍ ଓମ୍‌ ହୋ ଓ ସିଓ ସେଅଲ୍‌ ଶାଉଳଠାରୁ ୧୯-୧୧, ୧୫-୨୧ରେ ହାରିଯାଇଛନ୍ତି। ଏହି ମ୍ୟାଚ ୪୫ ମିନିଟ୍‌ରେ ଶେଷ ହୋଇଥିଲା। ସାହିକ-ଚିରାଗଙ୍କର ଏହା ଥିଲା କ୍ରମାଗତ ଦ୍ୱିତୀୟ ଫାଇନାଲ୍‌। ଟଳିତ ସିଜନରେ ପୂର୍ବରୁ ସେ ବିଶ୍ୱ ଚାମ୍ପିୟନଶିପ୍‌ରେ ଚାଉଳ ଦ୍ୱିତୀୟ ଟ୍ରୋଫି ଜିତିବା ପରେ ହିଁ ଓପନରେ ରନରଥ୍‌ ହୋଇଥିଲେ। ଅନ୍ୟପକ୍ଷରେ ୨୦୧୫ରେ କିମ୍ ଓ ସିଓଙ୍କର ଏହା ଥିଲା ୯ମ ଫାଇନାଲ୍‌।

ଇରା ସ୍ବିଟେକଙ୍କୁ ଚାଉଟଲ



ସିଓଲ, ୨୧।୯ (ଏସି) ଇରା ସ୍ବିଟେକ୍‌ ରବିବାର କୋରିଆ ଓପନ ଟେନିସ୍‌ ମହିଳା ସିଙ୍ଗଲ୍‌ ଚାଉଟଲ ଜିତିଛନ୍ତି। ଫାଇନାଲରେ ସେ ୨ୟ ସିଡ୍‌ ଏକାଡେମିଆ ଲେଖାକ୍ଷୋଭାଙ୍କୁ ୧-୬, ୭-୬ ଓପନରେ ରନରଥ୍‌ ହୋଇଥିଲେ। ଅନ୍ୟପକ୍ଷରେ ୨୦୧୫ରେ କିମ୍ ଓ ସିଓଙ୍କର ଏହା ଥିଲା ୯ମ ଫାଇନାଲ୍‌।

ଗ୍ୟାସ୍‌ ଓ ଏସିଡିଟି ପାଇଁ ଚିକିତ୍ସା କି ?

ଶିବାସ୍ତକ ଚୂର୍ଣ୍ଣ

ଏହା ବ୍ୟବହାର କଲେ ଗ୍ୟାସ୍‌, ଏସିଡିଟି, ବଦହଜମି, ଆମ୍ବିକା ହାଜୁଟି, ଛାତି ତଣ୍ଡି ଯୋଡ଼ା ଜଳା ଅଜୀର୍ଣ୍ଣ କୋଷ୍ଠକାଠିନ୍ୟ ଦୂର କରି ଆଶ୍ଚର୍ଯ୍ୟ ଭାବରେ ହଜମ ଶକ୍ତି ବଢ଼ାଏ

FAST RELIEF FROM ACIDITY, INDIGESTION & CONSTIPATION

ସବୁବିଧୀର ଯାତ୍ରା ମଲ୍‌ସ (ଯାତ୍ରା ପାଇଁ ବେଷ୍ଟ)

ଓଡ଼ିଶା ଆୟୁର୍ବେଦ ଉପାଦେୟ ଉପାଦେୟ ଉପାଦେୟ ଉପାଦେୟ

Contact: 9437883226