

ଯା ଦେବୀ ସର୍ବଭୂତେଷୁ
ମାତୃ ରୂପେଣ ସଂସ୍ଥିତା
ନମସ୍ତସୈ ନମସ୍ତସୈ
ନମସ୍ତସୈ ନମୋନମଃ

ସଂଚାର

THE SANCHAR

Website: sanchar.live mail id: sancharodisha@gmail.com
RNI NO : ODIODI/2001/04811 Postal Regd No : BN/249/15-17



Vol. 33 | ISSUE 188 | ଭାର୍ଗବୀୟା ସଂଖ୍ୟା ୧୮୮ | Sunday 28 September 2025 | Page 8 Rs. 5.00 | ଭୁବନେଶ୍ୱର ବନ୍ଦିବାର ୨୮ ସେପ୍ଟେମ୍ବର ୨୦୨୫ | ୮ ପୃଷ୍ଠା, ମୂଲ୍ୟ ୫ ଟଙ୍କା

ରାଜ୍ୟ ପାଇଁ ୬୦ ହଜାର କୋଟି ପ୍ରକଳ୍ପ ଭେଟି ଦେଲେ ପ୍ରଧାନମନ୍ତ୍ରୀ

ବିକାଶକୁ ବଳ ଦେଉଛି ଡବଲ ଇଞ୍ଜିନ

ଓଡ଼ିଶା ପାଇଁ ଦୁଇଟି ସେମିକଣ୍ଡକ୍ଟର ଯୁକ୍ତ ମଞ୍ଚର ୧୩୦ ଉଚ୍ଚଶିକ୍ଷା ପ୍ରତିଷ୍ଠାନରେ ଓ୍ୱାଲ-ଫାଲ ସୁବିଧା ଏମ୍ବେସିଡି ଓ ଭିମସାର ହେବ ବିଶ୍ୱପ୍ରମାଣ ହସ୍ତିଚାଳ ୫୦ ହଜାର ହିଟାସିକାରୀଙ୍କୁ ଘର ମଞ୍ଚୁରୀ ଆଦେଶ ବନ୍ଧନ



ଝାରସୁଗୁଡ଼ା, ୨୭।୯ (ସଂଚାର ବ୍ୟୁରୋ): ଆନ୍ତର୍ଜାତୀୟ ଶାନ୍ତି ଦିନରେ ଏକ ବହୁତ ବଡ଼ ପଦକ୍ଷେପ ସ୍ୱରୂପ, ବିଏସଏନଏଲ ଏକ ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ସୁଦେଶୀ ଟିକି ପ୍ରଯୁକ୍ତିବିଦ୍ୟା ବିକଶିତ କରିଛି, ଯାହା ଭାରତକୁ ଟିକି ସେବା ଆରମ୍ଭ କରିବା ପାଇଁ ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ସୁଦେଶୀ ପ୍ରଯୁକ୍ତିବିଦ୍ୟା ସହିତ ବିଶ୍ୱର ଶ୍ରେଷ୍ଠ ପାଠ୍ୟ ପଦକ୍ଷେପର ଘର ଦେଇଛି ବୋଲି ପ୍ରଧାନମନ୍ତ୍ରୀ କହିଛନ୍ତି।

ଆଜି ଝାରସୁଗୁଡ଼ାଠାରେ ୬୦ ହଜାର କୋଟି ଟଙ୍କା ମୂଲ୍ୟର ବିକାଶମୂଳକ ପ୍ରକଳ୍ପର ଉଦଘାଟନ ଏବଂ ଶିଳାନ୍ୟାସ କରିଛନ୍ତି ମୋଦି। ପ୍ରଧାନମନ୍ତ୍ରୀ ସମାବେଶକୁ ସମ୍ବୋଧିତ କରି ସେଠାରେ ଉପସ୍ଥିତ ସମସ୍ତ ବିଶିଷ୍ଟ ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କୁ ଶୁଭେଚ୍ଛା ଜଣାଇଥିଲେ। ସେ କହିଥିଲେ, ବର୍ତ୍ତମାନ ନବରାତ୍ରି ପର୍ବ ପାଳନ କରାଯାଉଛି। ଏହି ପବିତ୍ର

ଯୁବବର୍ଗ ପାଇଁ ପ୍ରଧାନମନ୍ତ୍ରୀ ଏକ ଆଇକନ୍

- 'ସୁଭଦ୍ରା ଯୋଜନା' ଓ 'ଜିଏସ୍ଟି ବଚତ' ବଡ଼ ଉପଲବ୍ଧି
- ଜନ୍ମଦିନରେ ରାଜ୍ୟରେ ଦେଖିକୋଟି ତାରା ଲଗାଇଛନ୍ତି



ପ୍ରଧାନମନ୍ତ୍ରୀ ନରେନ୍ଦ୍ର ମୋଦି ରାଜ୍ୟ ଯୁବବର୍ଗ ପାଇଁ ଏକ ଆଇକନ୍। ସେ ହାତକୁ ନେଉଥିବା ବିକାଶମୂଳକ କାର୍ଯ୍ୟ ଓ ଦେଶଭକ୍ତି ପାଇଁ ସେ ଯୁବପିଢ଼ିଙ୍କ ଆଦର୍ଶ। ସେବା ପଥ ସମ୍ବନ୍ଧରେ ଆୟୋଜିତ ଯୁବ ସମାବେଶରେ ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀ ମୋହନ ମାଝୀ ଏହା କହିଛନ୍ତି। ସେ କହିଛନ୍ତି ଯେ, ଆଜିର ଏହି ଦିନଟି ରାଜ୍ୟବାସୀଙ୍କ ପାଇଁ ଗୋଟିଏ ମହୋତ୍ସବର ଦିନ। କାରଣ, ବିଶ୍ୱର

ସବୁଠାରୁ ଲୋକପ୍ରିୟ ନେତା, ପ୍ରଧାନମନ୍ତ୍ରୀ ନରେନ୍ଦ୍ର ମୋଦି ଆଜି ଓଡ଼ିଶା ଗସ୍ତରେ ଆଜି ୯ ପୃଷ୍ଠା-୬

ରେଳ ଭିତ୍ତିଭୂମିରେ ଯୋଡ଼ି ହେଲା ୧୭୦୦ କୋଟିର ପ୍ରକଳ୍ପ

ପ୍ରଧାନମନ୍ତ୍ରୀ ନରେନ୍ଦ୍ର ମୋଦି ଆଜି ୧୭୦୦ କୋଟି ଟଙ୍କାରୁ ଅଧିକ ମୂଲ୍ୟର ରେଳ ପ୍ରକଳ୍ପର ଶୁଭାରମ୍ଭ ସହ ଦେଶ ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟରେ ଉତ୍ସର୍ଗ କରିଛନ୍ତି। ଏହା ଓଡ଼ିଶାର ଭିତ୍ତିଭୂମି ଏବଂ ସଂଯୋଗୀକରଣକୁ ବୃଦ୍ଧି କରିବାରେ ଏକ ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ପଦକ୍ଷେପ। ଏହି ପ୍ରକଳ୍ପଗୁଡ଼ିକର ଲକ୍ଷ୍ୟ ଯାତ୍ରୀ ସୁବିଧାରେ ଉନ୍ନତି ଆଣିବା, ମାଲ ପରିବହନକୁ ସୁଦୃଢ଼ କରିବା ଏବଂ ସମଗ୍ର ଅଞ୍ଚଳରେ ଆର୍ଥିକ କାର୍ଯ୍ୟକଳାପକୁ ପ୍ରୋତ୍ସାହିତ କରିବା। ଏଥିସହ ସମାରୋହରେ ପ୍ରଧାନମନ୍ତ୍ରୀ ଅନେକ ଭିତ୍ତିପ୍ରସ୍ତର ସ୍ଥାପନ କରିଥିଲେ। ସମ୍ବଲପୁର ସହର ଏବଂ ସାରଲା ମଧ୍ୟରେ ୨୭୩ କୋଟିର ରେଳ ଫୁଏଣ୍ଡର ଦ୍ୱାରା ସାରଲା ଷ୍ଟେସନରେ ଭିଡ଼ି ତୁର ହେବ ଏବଂ କୋଇଲା, ଖଣିକ ଏବଂ ଶିଳ୍ପ ମାଲ ପରିବହନ ପାଇଁ ୯ ପୃଷ୍ଠା-୬

ଶୋଭାଯାତ୍ରା ପାଳଟିଲା ଶବ୍ଦଯାତ୍ରା



ନୂଆଦିଲ୍ଲୀ, ୨୭।୯: ତାମିଲନାଡୁର କରୁରେ ବଡ଼ ଧରଣର ଅଘଟଣ ଘଟିଛି। ଅଭିନେତାଙ୍କୁ ନେତା ହୋଇଥିବା ବିଜୟଙ୍କ ରାଜ୍ୟରେ

- ★ ବିଜୟଙ୍କ ରାଜି ଅଧାରୁ ବନ୍ଦ, ୫୫ ଆହତ
- ★ ଭିଡ଼ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ ଲାଗି ପୁଲିସର ଲାଠିଚାର୍ଜ
- ★ ପ୍ରଧାନମନ୍ତ୍ରୀ ଓ ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀଙ୍କ ଦୃଷ୍ଟି ପ୍ରକାଶ
- ★ ୧୦ ଲକ୍ଷ ଟଙ୍କାର ଅନୁକମ୍ପା ରାଶି ଘୋଷିତ

ମୃତକଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ୨ ପିଲା ଥିବା ଜଣାଯାଇଛି। ଏହା ବ୍ୟତୀତ ରାଜିକୁ ଆସିଥିବା ଅନେକ ସମର୍ଥକ ଦେହାତ୍ୟୟ ହୋଇଛନ୍ତି। ୯ ପୃଷ୍ଠା-୬

ଆଜି ଭାରତ-ପାକିସ୍ତାନ ଫାଇନାଲ



ଭୁବାଇ, ୨୭।୯: ଏସିଆ କପର ଫାଇନାଲ ମ୍ୟାଚ ରବିବାର ଭୁବାଇ ଇଣ୍ଡର ନ୍ୟାସନାଲ ଷ୍ଟାଡ଼ିୟମରେ ଖେଳାଯିବ। ଦୁଇ ପାରମ୍ପରିକ ପ୍ରତିଦ୍ୱନ୍ଦ୍ୱୀ ଭାରତ ଓ ପାକିସ୍ତାନ ମଧ୍ୟରେ ଏହି ଫାଇନାଲ ଫାଇଟ ହେବ। ଦଳିତ ଏସିଆ କପରେ ପାକିସ୍ତାନ ଟୀ'ର ସବୁ ମ୍ୟାଚ ଭାରତଠାରୁ ହାରିଛି। ଫାଇନାଲରେ ଭାରତର ପଲ୍ଲୀ ଭାରି ରହିଥିବା ବେଳେ ଚୁର୍ଣ୍ଣମେଣ୍ଡରେ ଏପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଅପରାଜେୟ ରହିଛି। ଭାରତୀୟ

ଓପନର ଅଭିଶେକ ଶର୍ମା ଏବେ ଫୁଲ ଫର୍ମରେ ଥିବା ଏକ ଶୁଭ ସଂକେତ। କିନ୍ତୁ ଅଧିନାୟକ ସୂର୍ଯ୍ୟକୃମାର, ଶିବମ ଦୁବେ ଏପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଫୁପ ସାବ୍ୟସ୍ତ ହୋଇଛନ୍ତି। ପାକିସ୍ତାନକୁ ହାଲୁକା ଭାବେ ଗ୍ରହଣ କରାଯାଇ ନପାରେ। ଦଳରେ ଅନେକ ଭଲ ଖେଳାଳି ଅଛନ୍ତି। ଉଭୟ ଦଳରେ କେତେକ ଖେଳାଳିଙ୍କୁ ପରିବର୍ତ୍ତନ କରାଯିବାର ସମ୍ଭାବନା ରହିଛି। ସର୍ବୋପରି ଚଡ଼, ପିଂ କର୍ଣ୍ଣସନ ଓ ପାଣିପାଗ ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ଭୂମିକା ଗ୍ରହଣ କରିବ। 'ଅପରେଶନ ସୁନ୍ଦର' ପରେ ଦୁଇ ଦେଶ ପାଇଁ ଏହି ଫାଇନାଲ ମ୍ୟାଚ ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ମନେ ହେଉଛି। ରାଗରେ ରକ୍ତ ଚାଉଳ କାମୁଡ଼ିଥିବା ପାକିସ୍ତାନ ପାଇଁ ଏହି ମ୍ୟାଚ ନିଶ୍ଚୟ ଉଚ୍ଚସ୍ତରୀୟ।

ମାଓବାଦୀଙ୍କ ବନ୍ଧୁକ କାରଖାନା ଧ୍ୱଂସ



ବନ୍ଧୁ ବିଷ୍ଣୋରକ ଓ ବନ୍ଧୁକ ତିଆରି ସାମଗ୍ରୀ ଜବତ
ମାଲକାନଗିରି, ୨୭।୯ (ସଂଚାର ବ୍ୟୁରୋ): ସାମାଜିକ ଛତିଶଗଡ଼ର ମାଓବାଦୀଙ୍କ ଅଞ୍ଚଳରେ ପୁଲିସକୁ ମିଳିଛି ଆଉ ଏକ ବଡ଼ ସଫଳତା। ପୁଲିସ ମାଲକାନଗିରି ଜଙ୍ଗଲରେ ମାଓବାଦୀ ତିଆରି କରିଥିବା ବନ୍ଧୁକ କାରଖାନାକୁ ଧ୍ୱଂସ କରିଛନ୍ତି ଯଦାନ। ମାଓବାଦୀ ଏକ ବଡ଼ଧରଣର ହମଲାକୁ ଯଦାନ ବିଫଳ କରିଛନ୍ତି। ଏହି କାରଖାନାରେ ବାରୁଦ, ୯ ପୃଷ୍ଠା-୬

ଗୋଟିଏ ଗୁଳିରେ ଭକ୍ତଙ୍କ ଦୈତ ଶିକାର

- ଅଧିକାଂଶ ଜିଲ୍ଲାରେ ନୂଆ ମୁହଁ
- ବରିଷ୍ଠଙ୍କ ତୃଷ୍ଣାରେ ବାନ୍ଧିଲେ ତୃଷ୍ଣି



ଏମିତିବି ବନ୍ଧୁ ଜିଲ୍ଲାରେ ଅସଫଳ ନେତାଙ୍କୁ ସୂଚନ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମରେ ପର୍ଯ୍ୟବେକ୍ଷକ ଭାବେ ଦାୟିତ୍ୱ ଦେଇ ସେମାନଙ୍କୁ ରୁପ କରାଇବାରେ ସମର୍ଥ ହୋଇଛନ୍ତି। ସବୁଠୁ ବଡ଼ କଥା ହେଲା ଏଥର ଜିଲ୍ଲା ସଭାପତି ଚୟନରେ ଭକ୍ତ ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ଭାବେ ନିଜ ଚିମ୍ପ କରିଛନ୍ତି। ଆଉ ୩୫ ସାଂଗଠନିକ ଜିଲ୍ଲାରୁ ପ୍ରାୟ ୨୯ଟିରେ ନୂଆ ନେତାଙ୍କୁ ଦାୟିତ୍ୱ ଦିଆଯାଇଛି। ସେହିଭଳି ଭକ୍ତଙ୍କ ବିରୋଧୀ କୁହାଯାଉଥିବା କମ୍ପେଟିଭ କେନାଲ ପୁଅଙ୍କୁ କେନ୍ଦ୍ରରେ ଜିଲ୍ଲା ସଭାପତି ଦାୟିତ୍ୱ ଦିଆଯାଇଛି। ସେହିଭଳି କଟକରେ ମୋକିମଙ୍କ ଅନୁଗତ ଗିରିବାଲା ବେହେରାଙ୍କୁ ଜିଲ୍ଲା ସଭାପତି କରାଯାଇଛି। ସେପଟେ ମୋକିମଙ୍କ ଝିଅ ତଥା ବିଧାୟିକା ସୋଫିଆ ଫିରୋସଙ୍କୁ ସଂଗଠନ ସୂଚନ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମରେ ତେଲକମାନା ପାଇଁ ଏଆଇସିସି ପର୍ଯ୍ୟବେକ୍ଷକ କରାଯାଇଛି। ଯଦିଓ ବରିଷ୍ଠ ନେତା ସୁରେଶ ରାଉତରାୟ କମ୍ପା ଡାକ୍ତା ୯ ପୃଷ୍ଠା-୬

ଆଇଆଇଟି ପାଟନାରେ 'ସେବା ପର୍ବ'ରେ କେନ୍ଦ୍ରମନ୍ତ୍ରୀ

ଓଡ଼ିଶାକୁ ନୂଆ ଗତି ଦେଉଛନ୍ତି ପ୍ରଧାନମନ୍ତ୍ରୀ

- ପାଟନାରୁ ଭିଡିଓ କନଫରେନ୍ସରେ ପ୍ରଧାନମନ୍ତ୍ରୀଙ୍କ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମରେ ସାମିଲ
- ଦୀପ୍ତା ବିଧାନସଭା ନିର୍ବାଚନମଣ୍ଡଳୀ ଜନସମ୍ପର୍କ ପଦସାହାଯ୍ୟରେ ଯୋଗଦେଲେ
- ଓ୍ୱାଲ-ଫାଲ ସୁବିଧା ଦ୍ୱାରା ୨.୫ ଲକ୍ଷରୁ ଉର୍ଦ୍ଧ୍ୱ ଛାତ୍ରଛାତ୍ରୀ ଉପକୃତ ହେବେ



ପାଟନା/ବିହାର, ୨୭।୯: ପ୍ରଧାନମନ୍ତ୍ରୀ ନରେନ୍ଦ୍ର ମୋଦି 'ସେବା ପର୍ବ -୨୦୨୫' ଅବସରରେ ଝାରସୁଗୁଡ଼ାରେ ଯୁବ

ବିକାଶମୂଳକ ପ୍ରକଳ୍ପର ଉଦ୍ଘୋଟନ କରିଛନ୍ତି। ଶିକ୍ଷା, ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ, ଗୃହ, ଦକ୍ଷତା ବିକାଶ ଓ ଭିତ୍ତିଭୂମି କ୍ଷେତ୍ରରେ ଏହି ପ୍ରକଳ୍ପଗୁଡ଼ିକ ଓଡ଼ିଶାର ଜନସାଧାରଣଙ୍କ ଆକାଂକ୍ଷାକୁ ପୂରଣ କରିବ। ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ଓଡ଼ିଶା ଏବଂ ଦେଶର ସାମାଜିକ-ଆର୍ଥିକ ବିକାଶରେ ନୂତନ ଗତି ଦେବ ବୋଲି କହିଛନ୍ତି କେନ୍ଦ୍ର ଶିକ୍ଷା ମନ୍ତ୍ରୀ ଧର୍ମେନ୍ଦ୍ର ପ୍ରଧାନ। ଶ୍ରୀ ପ୍ରଧାନ ଆଜି ଆଇଆଇଟି ପାଟନାରୁ ଝାରସୁଗୁଡ଼ାରେ ଆୟୋଜିତ ପ୍ରଧାନମନ୍ତ୍ରୀଙ୍କ ସେବା ପଥ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମରେ ଭିଡ଼ିଓ କନଫରେନ୍ସ ମାଧ୍ୟମରେ ଯୋଡ଼ି ହୋଇଥିଲେ। ଶିଳାନ୍ୟାସ ଓ ଶୁଭାରମ୍ଭ ହୋଇଥିବା ପ୍ରକଳ୍ପ ପାଇଁ ପ୍ରଧାନମନ୍ତ୍ରୀଙ୍କୁ ଧନ୍ୟବାଦ ଜଣାଇବା ସହ ଶ୍ରୀ ପ୍ରଧାନ କହିଛନ୍ତି, ଓଡ଼ିଶା ଏବଂ ଆମ ଦେଶର ବିକାଶ ପଥ ପାଇଁ ଆଜି ଏକ ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ଦିନ। ୩,୦୦୦ କୋଟି ଟଙ୍କା ୯ ପୃଷ୍ଠା-୬

କାନ ଡେରିଆ
ଦୁର୍ଗା ପୂଜା ଏବେ ଓଡ଼ାଳିଆ ହେବ
ଆହୁରି ବର୍ଷା କାଟିବ ବୋକାନ ବଜାର ଅଫର ଲାଗିଲ
କଣ୍ଠମର ଜଗି ଥିବ କିଏ ଓଡ଼ା ହୋଇ ଯିବ?
ପ୍ରତ୍ୟେକ ବରଷ ଅକଟୋବର ମାସ ନିହାତି ମନେ ରହିବ।
■ ଦେବାଶିଷ୍ୟ

ଖଣି ଅଞ୍ଚଳରେ ସୁଧୁରୁନି ନୂଆଙ୍ଗଙ୍କ ସ୍ଥିତି

ଭୁବନେଶ୍ୱର, ୨୭।୯ (ସଂଚାର ବ୍ୟୁରୋ) : ରତ୍ନଚର୍ଚ୍ଚା କେନ୍ଦ୍ରରେ ଗଢ଼ାଉ ଖଣିକ ସମ୍ପଦ ପାଇଁ ସାରା ବିଶ୍ୱରେ ପରିଚିତ। ଏଠାକୁ ଆସିଛନ୍ତି ଦେଶ ବିଦେଶର ବହୁ ଶିଳ୍ପପତି। କିଏ କାରଖାନା ବସାଉଛି ତ ଆଉ କିଏ ଖଣି ଖୋଳୁଛି। ହେଲେ ଏହି ଅଞ୍ଚଳରେ ମାଟିର ପୁଅ କିନ୍ତୁ ଆଜି ବି ଖାଟିମାଟି ଘରେ। ଖୋଲା ଆକାଶ ତଳେ। ଉପରେ ଛପର ନାହିଁ କି ତଳେ ବତର ନାହିଁ। ସରକାରୀ ଯୋଜନା ଏଠାରେ ସାତସପନ। ଏମାନଙ୍କ ନିକଟରେ ସରକାରୀ ବାବୁମାନେ ବି ଅପହଞ୍ଚ। କେନ୍ଦ୍ରରେ ନିର୍ବାଚନମଣ୍ଡଳୀ ବାଂଶପାଳ ବୁକ କୋଟିପଟା ପଞ୍ଚାୟତରେ ରହିଛି ଘୁଙ୍ଗି ଗାଁ। ସେଠାରେ ରୁହନ୍ତି ବନ୍ଧୁ ଲୁଆଙ୍ଗ ଜନଜାତି। ଏହି ଗାଁରେ ରୁହନ୍ତି ସୁରେନ୍ ଲୁଆଙ୍ଗ। ଘରେ ସ୍ତ୍ରୀ ସହିତ ୨ ଝିଅ ଓ ୨ ପୁଅ। ସୁରେନ୍‌ଙ୍କର ଘରଖଣ୍ଡେ ନାହିଁ। ବିଜୁ ଆବାସ ଠାରୁ ପ୍ରଧାନମନ୍ତ୍ରୀ ଆବାସ ସବୁ ଏଠାରେ ଅପହଞ୍ଚ। ସୁରେନ୍‌ଙ୍କର ଭରା ବି ହୋଇନାହିଁ। ଏବେ

- ଭଙ୍ଗା ଘରେ ଲୁଆଙ୍ଗ ଜନଜାତି
- ଭରା ପାଇଁ ହେଉଛନ୍ତି ନେହୁରୀ

ପୂରା ପରିବାର ଏକ ଖାଟିମାଟି ଘରେ ରହୁଛନ୍ତି। ସରକାରୀ ସହାୟତା ବିନା ଏମାନେ ଘରଖଣ୍ଡେ କରିବାକୁ ସମର୍ଥ ନୁହନ୍ତି। ସେହିଭଳି ଅନ୍ୟୋନ୍ୟ ଯୋଜନାରେ କେବଳ ବାଉଳ ପାଉଛନ୍ତି ସୁରେନ୍। ଛଅ ଜଣିଆ ପରିବାର ୩୫ କିଲୋ ଚାଉଳରେ ତଳିବା କଷ୍ଟ ହେଉଛି। ମଜୁରୀ ଗଞ୍ଜାକ ଉପେର ଭରସା। ତାହା ପୂର୍ଣ୍ଣ ସବୁଦିନେ ମିଳେନାହିଁ। ଆଖପାଖ ଗାଁର ଅନେକ ଲୋକ ସରକାରୀ ପକ୍ଷାପତ ପାଇଥିବା ବେଳେ, ଏ ଲୁଆଙ୍ଗ ଜନଜାତିର ଲୋକେ ଘର ପାଇବାରୁ ବଞ୍ଚିତ ହୋଇଛନ୍ତି। ଏପରି ଅବସ୍ଥାରେ ରହୁଥିବା ଲୋକଙ୍କ ଦୃଷ୍ଟି ବାବୁ କେହି ନାହିଁ। ସରକାରୀ ବାବୁଙ୍କର ବେଶା ବି ନାହିଁ।



ଏ ବର୍ଷର ମଇ ମାସରୁ ଆଜି ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ବଡ଼କଥା ହେଲା ଏଠାକାର ବିଧାୟକ ହେଉଛନ୍ତି ହେଉଥିବା ଲଗାଣ ବର୍ଷରେ କେମିତି ରହୁଥିବେ ତାଙ୍କ ପରିବାର, ସହଜରେ ବୁଝି ହେଉଛି। ସବୁଠାରୁ ପାଦ ଏଠାରେ ପଡ଼ୁନାହିଁ। ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀଙ୍କୁ ଖାତିର

ନାହିଁ କହିଲେ ତଳେ। ସେହିଭଳି ଆଉକଣେ ବ୍ୟକ୍ତି ହେଲେ କୃଷ୍ଣ ଲୁଆଙ୍ଗ। ଘର ନାହିଁ କି ଭରା ନାହିଁ। ସରକାରୀ ଯୋଜନାଠାରୁ ବହୁ ଦୂରରେ। ଏବେବି କୃଷ୍ଣଙ୍କ ପରିବାର ଖାଟିମାଟି/ ଭଙ୍ଗା ଦବରା ଘରେ ରହୁଛନ୍ତି। ହାତୀ ଉପହବ ଲଗାଣା ହୋଇଥିବାରୁ କେତେବେଳେ ହାତୀ ପାଦତଳେ କାଦନ ଦାଲିସିବ, ତାହା କହିହେବ ନାହିଁ। ପାଖ ପଡ଼ିବା ଗାଁ/ ସାହିରେ ସୁକ୍ଳ ବର୍ଗର ଲୋକ ସରକାରୀ ପକ୍ଷା ଘର ପାଇଥିବା ବେଳେ, ଏ ଗରାବ, ଆଦିବାସୀ ଜନଜାତି, ଦିନ ମଜୁରୀଆ ଲୋକେ ଘର ପାଇବାରୁ ବଞ୍ଚିତ ହେଲେ କିପରି, ତାହା ତଦନ୍ତ ସାପେକ୍ଷ। ଏଭଳି ସ୍ଥିତି ପାଇଁ ସ୍ଥାନୀୟ ସରପଞ୍ଚ, ପଞ୍ଚାୟତ ସମ୍ପ୍ରସାରଣ ଅଧିକାରୀଙ୍କର ହେରାଫେରିକୁ ବି ଏତାଇ ଦିଆଯାଇ ନପାରେ ବୋଲି ସେଠାକାର କେତେକ ସ୍ୱେଚ୍ଛାସେବୀ ସୂଚକ କହିଛନ୍ତି। ସେମାନଙ୍କ କହିବା କଥା ହେଲା ୯ ପୃଷ୍ଠା-୬



ଇରାନ ଓ ଭେନିଜୁଏଲାରୁ ତେଲ କିଣାକୁ ଅନୁମତି ଦିଆଗଲେ

ରୁଷିଆରୁ ତେଲ କିଣିବା ବନ୍ଦ କରିବ ଭାରତ

ନୂଆଦିଲ୍ଲୀ, ୨୭।୯: ରୁଷରୁ ତେଲ କିଣାକୁ ନେଇ ଆମେରିକା ଭାରତ ଉପରେ ରାପ ପ୍ରୟୋଗ କରିବାକୁ ଆମେରିକା ଭାରତ ଉପରେ ବିପୁଳ ପରିମାଣରେ ଶୁଳ୍କ ବସାଇଛି। ଏବେ ଭାରତ କହିଛି ଯେ ଯଦି ଇରାନ ଓ ଭେନିଜୁଏଲାରୁ ତେଲ କିଣାକୁ ଅନୁମତି ଦିଆଯାଏ, ତେବେ ରୁଷରୁ ତେଲ କିଣା ବନ୍ଦ କରିବାକୁ ବିଚାର କରାଯିବ। ଭାରତ ଦର୍ଶନୀ ଆମେରିକା ଦ୍ୱାରା ନାମ୍ନ କରାଯାଇଥିବା ୫୦ ପ୍ରତିଶତ ଶୁଳ୍କ ଅଧୀନରେ ଅଛି। ଏଥିରେ ୨୫ ପ୍ରତିଶତ ମୂଳ ଶୁଳ୍କ ଏବଂ ରୁଷିଆ ତେଲ କିଣିବା ପାଇଁ ଅତିରିକ୍ତ ୨୫ ପ୍ରତିଶତ କରିମାନା ଅବକୂଳ। ଭାରତ ଆମେରିକାକୁ କହିଛି ଯେ ଯଦି ନୂଆଦିଲ୍ଲୀ ଇରାନ ଏବଂ ଭେନିଜୁଏଲାରୁ ତେଲ ଆମଦାନୀକୁ ଅନୁମତି ଦିଏ, ତେବେ ଏହା ରୁଷରୁ ତେଲ କିଣିବା ବନ୍ଦ କରିଦେବ। ଟ୍ରମ୍ପ ପ୍ରଶାସନର ପ୍ରଥମ କାର୍ଯ୍ୟକାଳ



ସମୟରେ ଇରାନ ଉପରେ କଟକଣା ଲଗାଯାଇଥିଲା। ଏହା ପରେ ଭାରତ ଇରାନରୁ ତେଲ କ୍ରୟ ହ୍ରାସ କରିଦେଇଥିଲା। ଇରାନ ଭାରତର ନିକଟରେ ରହିଥିବାରୁ ସେଠାରୁ ତେଲ ଆମଦାନି ଭାରତ ପାଇଁ ସୁବିଧାନକ ଓ ଖସ୍ତା ହୋଇଥାଏ। ମୁକ୍ତେ ମୁକ୍ତ ମଧ୍ୟରେ ଅବକାଶିତ ପ୍ରତିବନ୍ଧକ ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣାନ୍ତ ହୋଇ, ରୁଷ ଶସ୍ତା ତେଲ ପ୍ରଦାନ କରିବା ଆରମ୍ଭ କରିଛି। ଭାରତ ଏହାର ତେଲ ଆବଶ୍ୟକତାର ପ୍ରାୟ ୯୦ ପ୍ରତିଶତ ଆମଦାନୀ କରେ। ତେଣୁ, ରୁଷରୁ କମ୍ ମୂଲ୍ୟରେ ତେଲ କିଣିବା ଭାରତକୁ ଏହାର ଆମଦାନୀ ବିଳ୍ ହ୍ରାସ କରିବାରେ ସାହାଯ୍ୟ କରିଛି। ପୂର୍ତ୍ତାକାଳୀନ ଯେ ଟ୍ରମ୍ପ ପ୍ରଶାସନର ପ୍ରଥମ କାର୍ଯ୍ୟକାଳ ସମୟରେ ଇରାନ ଉପରେ କଟକଣା ଲଗାଯାଇଥିଲା। ଏହା ପରେ ଭାରତ ଇରାନରୁ ତେଲ କ୍ରୟ ହ୍ରାସ କରିଦେଇଥିଲା। ଇରାନ ଭାରତର ନିକଟରେ ରହିଥିବାରୁ ସେଠାରୁ ତେଲ ଆମଦାନି ଭାରତ ପାଇଁ ସୁବିଧାନକ ଓ ଖସ୍ତା ହୋଇଥାଏ।

ଖୁବ୍‌ଶୀଘ୍ର ଭାରତ-ରୁଷିଆ ମେଗା ରୁକ୍ତି



ନୂଆଦିଲ୍ଲୀ, ୨୭।୯: ରୁଷ ସହ ଏକ ବଡ଼ ରୁକ୍ତି କରିବାକୁ ଯାଉଛି ଭାରତ। ଆମେରିକା ସହ ବିବାଦ ମଧ୍ୟରେ ଏହା ଅନେକ ମାତ୍ରାରେ ଗୁରୁତ୍ୱ ବହନ କରୁଛି। କୃଷି ଏବଂ ସାମ୍ପ୍ରଦାୟିକତା କାର୍ଯ୍ୟ କରିବାକୁ ଚିନ୍ତା କରୁଛି ଭାରତ ଏବଂ ରୁଷ। ପ୍ରକ୍ରିୟା ସହ କଠିନ ଲକ୍ଷ୍ୟ ବ୍ୟକ୍ତି ଏହି ସୂଚନା ଦେଇଛି। ବ୍ୟକ୍ତିଗତ କହିଛି ଯେ, ରୁଷ ସାମ୍ପ୍ରଦାୟିକତା ଏବଂ ରୁଷ ମଧ୍ୟରେ ଏ ଖେତ୍ରରେ ସହଯୋଗ ହେଲେ ଏହା ଉଭୟ ଦେଶ ମଧ୍ୟରେ ସମ୍ପର୍କକୁ ମଜବୁତ କରିବ। ଏହି ସହଯୋଗିତା କେବଳ କ୍ରୟ ଏବଂ ବିକ୍ରୟ ମଧ୍ୟରେ ସୀମିତ ରହିବ ନାହିଁ। ରୁଷର ଉପ-ପ୍ରାଧିକାରୀ ବିମିତ୍ର ପାପୁଶୋଭ ଭାରତରେ ଆୟୋଜିତ ହେବାରୁ ପୂର୍ବ ଲକ୍ଷ୍ୟ ଏବଂ ପ୍ରସ୍ତାବରେ ଭାଗ ନେଇ ଏ ପ୍ରସଙ୍ଗରେ ଆଲୋଚନା କରିଛି। ତାଙ୍କ ସହ ରୁଷର ଏକ ବଡ଼ ପ୍ରତିନିଧିତ୍ୱ ଏଥିରେ ଯୋଗ ଦେଇଛି। ଭାରତରୁ ରୁଷକୁ ବିକ୍ରି ରପ୍ତାନି ଯୋଗ୍ୟକୁ ଆଗକୁ ବଢ଼ାଇବାରେ ଏହି ଆଲୋଚନା ସହାୟକ ହେବ। ପ୍ରକାଶନରେ, ଭାରତରୁ ଆସୁଥିବା ବିକ୍ରି ଉପରେ ଆମେରିକା ୫୦% ବିଧି ଲଗାଇଛି। ଏଭଳି ଖେତ୍ରରେ ରୁଷ ଭାରତୀୟ ବିକ୍ରି ରପ୍ତାନିକାରୀଙ୍କ ପାଇଁ ଉତ୍ତମ ବଜାର ପାଳିପାରେ। ଉଭୟ ଦେଶ କୃଷି ଏବଂ ସାମ୍ପ୍ରଦାୟିକତା ଖେତ୍ରରେ ଯୌଥ ଉଦ୍ୟୋଗ ସ୍ଥାପନ ଉପରେ ବିଚାର କରୁଥିବା ଜଣାପଡ଼ିଛି। ଆମେରିକା ଭାରତରୁ ବିକ୍ରି କ୍ରୟ କରୁଥିବା ସର୍ବବୃହତ୍ ରାଷ୍ଟ୍ର। ଏଠାକୁ ପ୍ରତିବର୍ଷ ବହୁ କୋଟି ଡଲାର ବିକ୍ରି ଭାରତରୁ ଯାଉଥାଏ। କିନ୍ତୁ ଆମେରିକା ଭାରତ ଉପରେ ଅନେକ ପ୍ରକାର ଶୁଳ୍କ ଲାଗୁ କରିଛି। ଏଥିରେ ଆଣି-ସଂସ୍କୃତି ତୁଳ୍ୟ ଏବଂ ଆଣି-ତୃଷ୍ଣା ତୁଳ୍ୟ ସାମାଜିକ ଆଣି-ସଂସ୍କୃତି ଭାରତୀୟ ବିକ୍ରି ଉପରେ ମୋଟ ବିକ୍ରୟ ୫୮%ରୁ ଅଧିକ ହେବା ସମ୍ଭାବନା ରହିଛି। ଫଳରେ ଭାରତୀୟ ବିକ୍ରି ରପ୍ତାନିକାରୀ ଉତ୍ପାଦକ, ଇଣ୍ଡୋନେସିଆ, ଭିଏଟନାମ ଏବଂ ଚୀନ ଭଳି ଦେଶଗୁଡ଼ିକ ସହ ମୁକାବିଲା କରିପାରିବେ ନାହିଁ। ଉଚ୍ଚ ଗାମ୍ଭୀର୍ଯ୍ୟ ଯୋଗୁ ଦେଶର ବହୁ କୋଟି ଡଲାର ରପ୍ତାନି ବ୍ୟାହତ ହୋଇଛି। ସୂତ୍ର ଅନୁସାରେ, ରୁଷର ବଜାର ଭାରତୀୟ ବିକ୍ରି ରପ୍ତାନିକାରୀଙ୍କୁ ଆଶ୍ୱସ୍ତି ଦେଇପାରେ। ଯଦି ଆମେରିକା ରାଷ୍ଟ୍ରପତି ଡୋନାଲ୍ଡ ଟ୍ରମ୍ପ ରୁଷ ସହ ଭାରତର ବ୍ୟାପାରକୁ ସମାଲୋଚନା କରିଆସୁଛନ୍ତି ଭାରତ ଏହାକୁ ଖାତିର କରୁନାହିଁ। ଏହାମଧ୍ୟରେ ରୁଷ ଭାରତକୁ ସାମ୍ପ୍ରଦାୟିକତା ୨୦% ବଢ଼ାଇଛି। ଏ ବର୍ଷ ପ୍ରଥମ ୬ ମାସରେ ଏହା ୨୫ ଲକ୍ଷ ଟଙ୍କା ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ପହଞ୍ଚିଛି।

ଆଜିର ସୁନା ଦର



ଗେରେ ଯଦି ଆପଣ ଆଜି ସୁନା କିଣିବାକୁ ଚାହୁଁଛନ୍ତି ବା ଯୋଜନା କରିଛନ୍ତି ତେବେ ପ୍ରଥମେ ଜାଣି ନିଅନ୍ତୁ ଆଜି ସୁନା ଦର। ଆଜି ଭାରତୀୟ ବଜାରରେ ୨୪ କ୍ୟାରେଟ ସୁନା ୧, ୧୫,୪୮୦ ଟଙ୍କା ରହିଛି। ସେହିପରି ୨୨ କ୍ୟାରେଟ ସୁନା ଦର ୧,୦୫,୮୫୦ ଟଙ୍କା ରହିଛି। ସେହିପରି ରାଜଧାନୀ ଭୁବନେଶ୍ୱରରେ ୨୪ କ୍ୟାରେଟ ସୁନା ମୂଲ୍ୟ ୧୦ ଗ୍ରାମ ପିଛା ୧, ୧୫,୪୮୦ ଟଙ୍କା ରହିଥିବା ବେଳେ ୨୨ କ୍ୟାରେଟ ସୁନାର ମୂଲ୍ୟ ହାରା ୧,୦୫,୮୫୦ ଟଙ୍କା ପହଞ୍ଚିଛି। ସେହିପରି ମୁମ୍ବାଇରେ ୨୪ କ୍ୟାରେଟ ମୂଲ୍ୟ ୧, ୧୫,୪୮୦ ଟଙ୍କା ଓ ୨୨ କ୍ୟାରେଟ ମୂଲ୍ୟ ୧,୦୫,୮୫୦ ଟଙ୍କା ରହିଛି। ନୂଆଦିଲ୍ଲୀରେ ୨୪ କ୍ୟାରେଟ ୧, ୧୫,୬୩୦ ଟଙ୍କା ଓ ୨୨ କ୍ୟାରେଟ ୧,୦୬,୦୦୦ ଟଙ୍କା ରହିଛି। ଦକ୍ଷିଣ ଭାରତର ପ୍ରମୁଖ ସହର ଚେନ୍ନାଇରେ ୨୪ କ୍ୟାରେଟ ମୂଲ୍ୟ ୧, ୧୬,୦୮୦ ଟଙ୍କା ଥିବା ବେଳେ ୨୨ କ୍ୟାରେଟ ମୂଲ୍ୟ ୧,୦୬,୪୦୦ ଟଙ୍କା ରହିଛି। ପୂର୍ବ ଭାରତର ପ୍ରମୁଖ ସହର କୋଲକାତାରେ ଯଥାକ୍ରମେ ୧, ୧୫,୪୮୦ ଓ ୧,୦୫,୮୫୦ ଟଙ୍କା ରହିଛି। ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ଉପା ମୂଲ୍ୟ କିଲୋ ପିଛା ୧, ୪୯,୦୦୦ ଟଙ୍କା ହୋଇଛି।

ଆଇଫୋନ୍-୧୭ ପାଇଁ ଅତିରିକ୍ତ ଦେୟ ଦେଉଛନ୍ତି ଗ୍ରାହକ

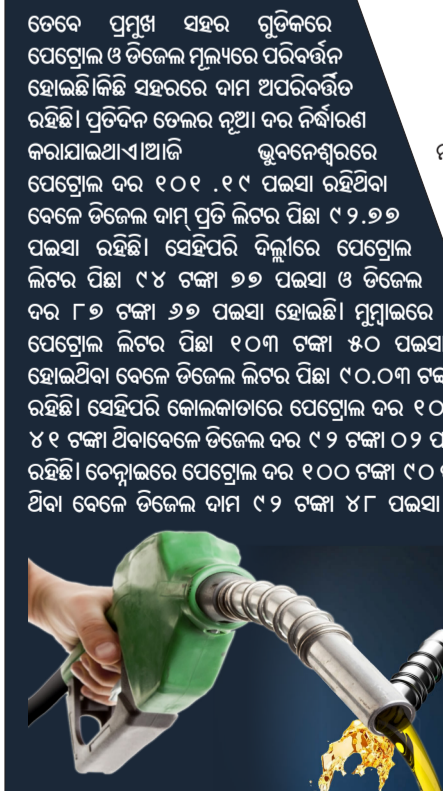


ନୂଆଦିଲ୍ଲୀ, ୨୭।୯: ସବୁ ପ୍ରକାରର ଅଳ୍ପ ଯତ୍ନ ଆଇଫୋନ୍-୧୭ ଲକ୍ଷ ହୋଇଯାଇଛି। ଏହି ଭାରତୀୟ ବଜାରରେ ଚଳୁଥିବା ପାଇଁ ଅତିରିକ୍ତ ଦେୟ ପ୍ରଦାନ କରିବାକୁ ବାଧ୍ୟ କରିଛି କମଳା ରଙ୍ଗା। କମଳା ରଙ୍ଗା ଏତେ ଯାଚିଛି ଯେ ଏହି ଫୋନ୍ ପାଇଁ ଗ୍ରାହକ କମଳା ବଜାରୀ କରିବାକୁ ବି ପଛାଇ ନାହାନ୍ତି। ଅର୍ଥାତ୍ ଚାହୁଁଥିବା ଗ୍ରାହକ ଆଇଫୋନ୍-୧୭' ଆଇଫୋନ୍-୧୭' ପ୍ରେମୀମାନେ ଏହି ରଙ୍ଗକୁ "ଭଗତ୍" ବୋଲି ବି କହୁଛନ୍ତି। କମଳା ରଙ୍ଗରେ ଦୁଇଟି ଆଇଫୋନ୍-୧୭ ବଜାରରେ ଉପଲବ୍ଧ। ଗୋଟାଏ ହେଉଛି 'ଆଇଫୋନ୍-୧୭ ପ୍ରେମ' ଏବଂ ଅନ୍ୟଟି ହେଉଛି 'ଆଇଫୋନ୍-୧୭ ପ୍ରେମାଣ୍ଡ'। ବଜାରରୁ ଉଭୟ ଫୋନ୍ ଖୁବ୍ ସରିଯାଉଛି। ଖୁବ୍ ସରିଯାଉଛି ମାନେ ନୁହେଁ ଯେ ଉପଲବ୍ଧ ନୁହେଁ। ଫୋନ୍ ଉପଲବ୍ଧ ରହିଛି। ମାତ୍ର ତାହାକୁ ପାଇବାକୁ ହେଲେ କ୍ରେଡ଼ିଟ୍ ଦେବାକୁ ପଡ଼ିବ ଅଧିକ ଦେୟ।

କଳା ବଜାରରେ କମଳା ଫୋନ୍

ସେଗୁଡ଼ିକୁ ଫୋନ୍ ଡିଲ୍ ଦ୍ୱାରା ଗଢ଼ିତ କରାଯାଉଛି। ଯେଉଁ ଗ୍ରାହକମାନେ ରୁକ୍ତ "ଭଗତ୍ ଆଇଫୋନ୍" ହାତକୁ ସେମାନେ ଅତିରିକ୍ତ ଦେୟ ଦେଇ ନେଉଛନ୍ତି। ଏହା ଏକ ପ୍ରକାରର କଳାବଜାର। ଆଇଫୋନ୍ ପ୍ରେମରେ ପଡ଼ିଥିବା ସୁବିଚିତ୍ ଭିତରେ ମୋବାଇଲ୍ ନେଇ ଏତେ କ୍ରେକ୍ ଦେଖିବାକୁ ମିଳିଥାଏ କି ସେମାନେ ଆଇଫୋନ୍-୧୭ କିଣିବାକୁ ଲକ୍ଷ ହେବାର ପୂର୍ବ ରାତିରୁ ମଲ୍ ଆଗରେ ଲମ୍ବା ଲାଇନ ଗଢ଼ାଇ ଥିବାର ଖବର ବି ଆସିଥିଲା। ତେବେ ନୂଆ ଲକ୍ଷ ହୋଇଥିବା ଆଇଫୋନ୍-୧୭ରେ ଭିନ୍ନ ଭିନ୍ନ ଫିଚର ଥିବା ଗ୍ରାହକ ହେଉଛି। ବ୍ୟାଚେରୀ ଏବଂ କ୍ୟାମେରାରେ ପୂର୍ବ ଭର୍ସନ ଠାରୁ ଅନେକ ଫିଚର ଥିବା କହିଛନ୍ତି।

ଆଜିର ପେଟ୍ରୋଲ, ଡିଜେଲ୍ ଦର



ଗେରେ ପ୍ରମୁଖ ସହର ଗୁଡ଼ିକରେ ପେଟ୍ରୋଲ ଓ ଡିଜେଲ୍ ମୂଲ୍ୟରେ ପରିବର୍ତ୍ତନ ହୋଇଛି। କିଛି ସହରରେ ଦାମ ଅଧିକରଣ ହୋଇଛି। ପ୍ରତିଦିନ ତେଲର ନୂଆ ଦର ନିର୍ଦ୍ଧାରଣ କରାଯାଇଥାଏ। ଭୁବନେଶ୍ୱରରେ ପେଟ୍ରୋଲ ଦର ୧୦୧.୧୯ ପଇସା ରହିଥିବା ବେଳେ ଡିଜେଲ୍ ଦାମ ପ୍ରତି ଲିଟର ପିଛା ୯୨.୬୭ ପଇସା ରହିଛି। ସେହିପରି ବିଲ୍ଲୁରେ ପେଟ୍ରୋଲ ଦର ୮୭ ଟଙ୍କା ୬୭ ପଇସା ହୋଇଛି। ମୁମ୍ବାଇରେ ପେଟ୍ରୋଲ ଲିଟର ପିଛା ୧୦୩ ଟଙ୍କା ୫୦ ପଇସା ହୋଇଥିବା ବେଳେ ଡିଜେଲ୍ ଲିଟର ପିଛା ୯୦.୦୩ ଟଙ୍କା ରହିଛି। ସେହିପରି କୋଲକାତାରେ ପେଟ୍ରୋଲ ଦର ୧୦୫.୪୧ ଟଙ୍କା ଥିବାବେଳେ ଡିଜେଲ୍ ଦର ୯୨ ଟଙ୍କା ୦୨ ପଇସା ରହିଛି। ଚେନ୍ନାଇରେ ପେଟ୍ରୋଲ ଦର ୧୦୦ ଟଙ୍କା ୯୦ ପଇସା ଥିବା ବେଳେ ଡିଜେଲ୍ ଦାମ ୯୨ ଟଙ୍କା ୪୮ ପଇସା ରହିଛି।

ୟୁନିୟନ୍ ବ୍ୟାଙ୍କର ଝାକାଥନ୍



ଭୁବନେଶ୍ୱର, ୨୭।୯: ଯୁନିୟନ୍ ବ୍ୟାଙ୍କ ଅଫ ଇଣ୍ଡିଆର କ୍ଷେତ୍ରୀୟ କାର୍ଯ୍ୟାଳୟ ପକ୍ଷରୁ ସର୍ବକର୍ମୀ ସତରଂଗୀ ସମାବେଶ ଆୟୋଜନ କରାଯାଇଥିଲା। ଏଥିରେ ବ୍ୟାଙ୍କର ମୁଖ୍ୟ ମୁଖ୍ୟ କାର୍ଯ୍ୟାଳୟର ମୁଖ୍ୟ ସଚକ୍ତ ଅଧିକାରୀ ଅଜୟ କୁମାର ସିଂହ, ଭୁବନେଶ୍ୱରର ଅଞ୍ଚଳ ମୁଖ୍ୟ ଏବଂ କେ ଦାସ, କ୍ଷେତ୍ରୀୟ ମୁଖ୍ୟ ନିରଞ୍ଜନ ବାରିକ ଓ କର୍ମଚାରୀମାନେ ଯୋଗଦେଇଥିଲେ। ଏହି ଝାକାଥନ୍ ରୁପାଳି ଛକରୁ ଆରମ୍ଭ ହୋଇ ରାମମନ୍ଦିର ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଯାଇ ପୁଣି ରୂପାଳି ଛକ ଫେରିଥିଲା।

ବନ୍ଦେ ଭାରତ ଟ୍ରେନ ପାଇଁ କୋଟି କୋଟି ଟଙ୍କା ଭଡ଼ା ଗଣୁଛି ରେଳବାଇ



ନୂଆଦିଲ୍ଲୀ ୨୭।୯: ଦେଶରେ ଟ୍ରେନ ସଞ୍ଚାଳନର ଦାୟିତ୍ୱ ସମ୍ଭାଳୁଛି ଭାରତୀୟ ରେଳବାଇ। ଟ୍ରେନ, ରେଳ ଷ୍ଟେସନ ଆଦିର ଦାୟିତ୍ୱ ଓ ମାଲିକାନା ମଧ୍ୟ ରେଳବାଇଙ୍କର, ହେଲେ କୃତଚ କାଣ୍ଡିଥିବେ ଦେଶରେ ଦୁର୍ଘଟଣା ଟ୍ରେନ 'ବନ୍ଦେ ଭାରତ' ଏକପ୍ରକାର ମାଲିକାନା ହୁଏ କିନ୍ତୁ ରେଳବାଇଙ୍କ ନିକଟରେ ନାହିଁ। ଏଥି ପାଇଁ ରେଳବାଇ ବାର୍ଷିକ କୋଟିକୋଟି ଟଙ୍କା ଭଡ଼ା ଗଣୁଛି। ତେବେ ଆସନ୍ତୁ ଜାଣିବା ବନ୍ଦେ ଭାରତର ଅସଲ ମାଲିକ କିଏ? ବନ୍ଦେ ଭାରତର ଅସଲ ମାଲିକ ହେଉଛନ୍ତି ଇଣ୍ଡିଆନ୍ ରେଲୱେ ଫାଇନାନ୍ସ କର୍ପୋରେସନ (ଆଇଆରଏଫସି)। କେବଳ ବନ୍ଦେ ଭାରତ ନୁହେଁ ଶତାବ୍ଦୀ, ରାଜଧାନୀ ଓ ଗତିମାନ ଏକପ୍ରକାର ଭଳି ଟ୍ରେନ ମଧ୍ୟ ଆଇଆରଏଫସିଙ୍କ ନାମରେ ରେକର୍ଡ୍ ଅଛି। ୧୯୮୬ ମସିହାରେ ସ୍ଥାପିତ ଆଇଆରଏଫସି ରେଳବାଇ ପାଖାପାଖି ୨୦,୦୦୦ କୋଟି ଟଙ୍କା ଭଡ଼ା ଚିଠି କରନ୍ତି। ଆଇଆରଏଫସି ରେଳବାଇଙ୍କୁ ରେଳବାଇ ଏକ ବଡ଼ ଅଂଶ ରେଳବାଇଙ୍କୁ ଦିଆଯାଇଥିବା ଟ୍ରେନ ଭଡ଼ାକୁ ଆସିଥାଏ। ବନ୍ଦେ ଭାରତ ଏକପ୍ରକାର କୋର୍ଡ଼ ଫ୍ୟାକ୍ଟି (ଆଇସିଏଫ)ରେ ନିର୍ମିତ ହୋଇଥାଏ। ରେଳବାଇ ଲିଜ ମଡେଲରେ ଏହି ଟ୍ରେନ ସଞ୍ଚାଳନ କରନ୍ତି। ଲିଜ ମଡେଲ ଯୋଗୁ ରେଳବାଇ ବିନା ବୋର୍ଡ଼ରେ ହାଇ-ସ୍ପିଡ୍ ନେଟୱାର୍କର ସମ୍ପାଦନା କରିପାରୁଛନ୍ତି। ବନ୍ଦେ ଭାରତ ଟ୍ରେନ ନିର୍ମାଣ ନିମନ୍ତେ ବିପୁଳ ବ୍ୟୟ ହେଉଛି। ଏପରି ଟ୍ରେନ ନିର୍ମାଣ ପାଇଁ ରେଳବାଇଙ୍କ ନିକଟରେ ଏକକାଳୀନ ପଇସା ଦେବା ସମ୍ଭବ ନୁହେଁ। ଏଣୁ ସେ ଖୋଲା ବଜାରରୁ ପଇସା ଉଠାଇଥାନ୍ତି। ଏଥି ପାଇଁ ରେଳବାଇଙ୍କ କମ୍ପାନୀ ଇଣ୍ଡିଆନ୍ ରେଲୱେ ଫାଇନାନ୍ସ କର୍ପୋରେସନ (ଆଇଆରଏଫସି) ଗଠନ କରାଯାଇଛି।

ରେଳବାଇ ପାଖାପାଖି ୨୦,୦୦୦ କୋଟି ଟଙ୍କା ଭଡ଼ା ଚିଠି କରନ୍ତି। ଆଇଆରଏଫସି ରେଳବାଇଙ୍କୁ ରେଳବାଇ ଏକ ବଡ଼ ଅଂଶ ରେଳବାଇଙ୍କୁ ଦିଆଯାଇଥିବା ଟ୍ରେନ ଭଡ଼ାକୁ ଆସିଥାଏ। ବନ୍ଦେ ଭାରତ ଏକପ୍ରକାର କୋର୍ଡ଼ ଫ୍ୟାକ୍ଟି (ଆଇସିଏଫ)ରେ ନିର୍ମିତ ହୋଇଥାଏ। ରେଳବାଇ ଲିଜ ମଡେଲରେ ଏହି ଟ୍ରେନ ସଞ୍ଚାଳନ କରନ୍ତି। ଲିଜ ମଡେଲ ଯୋଗୁ ରେଳବାଇ ବିନା ବୋର୍ଡ଼ରେ ହାଇ-ସ୍ପିଡ୍ ନେଟୱାର୍କର ସମ୍ପାଦନା କରିପାରୁଛନ୍ତି। ବନ୍ଦେ ଭାରତ ଟ୍ରେନ ନିର୍ମାଣ ନିମନ୍ତେ ବିପୁଳ ବ୍ୟୟ ହେଉଛି। ଏପରି ଟ୍ରେନ ନିର୍ମାଣ ପାଇଁ ରେଳବାଇଙ୍କ ନିକଟରେ ଏକକାଳୀନ ପଇସା ଦେବା ସମ୍ଭବ ନୁହେଁ। ଏଣୁ ସେ ଖୋଲା ବଜାରରୁ ପଇସା ଉଠାଇଥାନ୍ତି। ଏଥି ପାଇଁ ରେଳବାଇଙ୍କ କମ୍ପାନୀ ଇଣ୍ଡିଆନ୍ ରେଲୱେ ଫାଇନାନ୍ସ କର୍ପୋରେସନ (ଆଇଆରଏଫସି) ଗଠନ କରାଯାଇଛି।

ବୁଲେଟ୍‌କୁ ଟଙ୍କର ଦେବ ହୋଣ୍ଡାର ନୂଆ ବାଇକ୍



ଭୁବନେଶ୍ୱର, ୨୭।୯: ବଜାରରେ ଅନେକ ପ୍ରକାରର ବାଇକ୍ ଅଛି। କିନ୍ତୁ ସୁବିଚିତ୍ ମଧ୍ୟରେ ରୟାଲ୍ ଏନଫିଲ୍ଡ ବା ବୁଲେଟ୍‌ର ରାଜା ନିଆରା। ବିଗତ ଅନେକ ଦଶନ୍ଧି ଧରି ଏହା ନିଜର ସ୍ୱତନ୍ତ୍ର ସ୍ଥାନ ବଜାୟ ରଖିପାରିଛି। ଏବେ ହୋଣ୍ଡା କମ୍ପାନୀ ବୁଲେଟ୍‌କୁ ଟଙ୍କର ଦେବକୁ ଏକ ନୂଆ ବାଇକ୍ ବଜାରକୁ ଛାଡ଼ିଛି। ତାହାର ଡିଜାଇନ ଠିକ୍ ବୁଲେଟ୍‌ ପରି। ହୋଣ୍ଡା ପକ୍ଷରୁ ଲକ୍ଷ କରାଯାଇଥିବା ଏହି ରେସ୍ତୋ କୁସିକ୍ ବାଇକ୍‌ର ନାଁ ହେଉଛି ସିଦ୍ଧିଂଶଠିଏ ସ୍ପେଶାଲ୍ ଏଡିସନ୍। ଅଲ୍ଟ୍ରାବେ ପ୍ରଥମ ସମ୍ପାଦକ ଏହା ହୋଣ୍ଡା ବିଗ୍‌ବିକ୍ଟ୍ ସୋଲୁସ୍ ଗୁଡ଼ିକରେ ଉପଲବ୍ଧ ହେବ। ଏହାର ମୂଲ୍ୟ ରହିଛି ୨ ଲକ୍ଷ ୧ ହଜାର ୯୦୦ ଟଙ୍କା। ବୁଲେଟ୍ ସହ ଏହି ବାଇକ୍‌ର ଡିଜାଇନରେ ଅନେକ ସାମଞ୍ଜସ୍ୟ ରହିଛି। ଏହି ବାଇକ୍‌ରେ ରହିଛି ୩୫୦ ସିସି (୩୪୮.୩୬ ସିସି) ଏୟାର କୁଲିଙ୍ଗ୍ ଫୋର ଷ୍ଟ୍ରେକ୍ ସିଙ୍ଗଲ୍ ସିଲିଣ୍ଡର ଇଂଜିନ। ଏହି ବାଇକ୍‌ଟି ୨ଟି ରଙ୍ଗରେ ଉପଲବ୍ଧ- ରିଭେକ୍ ରେଡ୍ ମେଟାଲିକ୍ ଓ ମାଟ୍ ଟ୍ୟୁନ ଡ୍ରାଉନ।

ଓସିଏସ୍‌ରେ ଆସିପୁସ୍‌ର ବାଜିମାଡ଼

ଭୁବନେଶ୍ୱର, ୨୭।୯: ଓଡ଼ିଶା ପ୍ରଶାସନିକ ସେବା ପରାଷ୍ଟ୍ରରେ ଆସିପୁସ୍ ଏକାଡେମୀ ଫର୍ ସିଭିଲ୍ ସର୍ଭିସ୍ ଶାଖାରେ ରହିଛି। ଆସିପୁସ୍ ବିଭିନ୍ନ ଗାଭରାକୁ ପ୍ରୋଗ୍ରାମ୍ ନେଇ ପ୍ରଥମ ୨୦୦ଜଣଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ୧୨ଜଣଙ୍କ ସ୍ଥାନ ପାଇଛନ୍ତି। ୪ ନମ୍ବର ଗାଭରା ମିଳି ଫିଟ୍ ଅନୁମତି ଥିବା ବେଳେ ୬ରେ ଅନୁମତି ପାଇ, ୭ରେ ଶୈଳିଙ୍ଗ ଲୁଗାରେ ଭୋଇ, ୮ରେ ମହାନଗ ନାଲି ଫୁଟ୍, ୯ରେ ସୁବିକା ପକ୍ଷୀ, ୧୦ରେ ଲୁକ୍ଷ ଗୋପାଳ ସ୍ୱାଇଁ, ୧୪ରେ ସ୍ୱେଚ୍ଛା ଦାସ ମହାପାତ୍ର, ୧୫ରେ ଆଶୁତୋଷ ଶତପଥୀ, ୧୬ରେ ଦାସିନୀ ଦେବେନ୍ଦ୍ର, ୧୭ରେ ସୁପ୍ରିୟା ମିଶ୍ର, ୧୮ରେ ଅସୀମା ଅରୁଣ୍ଡା ଓ ୧୯ତମ ସ୍ଥାନରେ ପ୍ରଦୀପ୍ତ ମହାନ୍ତି ରହିଛନ୍ତି। ପ୍ରଥମ ୧୦୦ ଜଣଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ୭୬୭ ଅଧିକ ଛାତ୍ରଛାତ୍ରୀ ରହିଥିବା ଶିକ୍ଷାନୁଷ୍ଠାନ ପକ୍ଷରୁ ଏକ ପ୍ରେସ୍ ବିକ୍ଷେପରେ କୁହାଯାଇଛି। ଆସିପୁସ୍ ନିର୍ଦ୍ଦେଶକ ସୁବିକା ସ୍ୱାଇଁ କହିଛନ୍ତି ଯେ ଓଡ଼ିଶାର ଛାତ୍ରଛାତ୍ରୀଙ୍କୁ ସର୍ବଭାରତୀୟ ସ୍ତରରେ ପ୍ରତିଷ୍ଠିତ କରିବାକୁ ଆସିପୁସ୍ ବୃତ୍ତ ସଂକଳ୍ପରେ ୨୦୨୫-୨୬ରେ ପ୍ରସ୍ତୁତ କରୁଥିବା ଛାତ୍ରଛାତ୍ରୀଙ୍କ ପାଇଁ ଫାଉଣ୍ଡେସନ୍ ସହ ଆଲୋଚନା କରୁଛି। ଆସିପୁସ୍ ବୃତ୍ତ ସଂକଳ୍ପରେ ୨୦୨୫-୨୬ରେ ପ୍ରସ୍ତୁତ କରୁଥିବା ଛାତ୍ରଛାତ୍ରୀଙ୍କ ପାଇଁ ଫାଉଣ୍ଡେସନ୍ ସହ ଆଲୋଚନା କରୁଛି। ଆସିପୁସ୍ ପିଲା ସଫଳତା ଦେଖାଉଛନ୍ତି। ଏହି ଧାରା ଜାରି ରଖିବାକୁ ଆସିପୁସ୍ ବୃତ୍ତ ସଂକଳ୍ପରେ ୨୦୨୫-୨୬ରେ ପ୍ରସ୍ତୁତ କରୁଥିବା ଛାତ୍ରଛାତ୍ରୀଙ୍କୁ ପାଇଁ ଫାଉଣ୍ଡେସନ୍ ସହ ଆଲୋଚନା କରୁଛି। ଆସିପୁସ୍ ପିଲା ସଫଳତା ଦେଖାଉଛନ୍ତି। ଏହି ଧାରା ଜାରି ରଖିବାକୁ ଆସିପୁସ୍ ବୃତ୍ତ ସଂକଳ୍ପରେ ୨୦୨୫-୨୬ରେ ପ୍ରସ୍ତୁତ କରୁଥିବା ଛାତ୍ରଛାତ୍ରୀଙ୍କୁ ପାଇଁ ଫାଉଣ୍ଡେସନ୍ ସହ ଆଲୋଚନା କରୁଛି। ଆସିପୁସ୍ ପିଲା ସଫଳତା ଦେଖାଉଛନ୍ତି। ଏହି ଧାରା ଜାରି ରଖିବାକୁ ଆସିପୁସ୍ ବୃତ୍ତ ସଂକଳ୍ପରେ ୨୦୨୫-୨୬ରେ ପ୍ରସ୍ତୁତ କରୁଥିବା ଛାତ୍ରଛାତ୍ରୀଙ୍କୁ ପାଇଁ ଫାଉଣ୍ଡେସନ୍ ସହ ଆଲୋଚନା କରୁଛି।





ଫଳ ଖାଇଲେ ଶରୀର ସୁସ୍ଥ ରୁହେ

ଆଜିକାଲି ଦୂନିଆରେ ସମସ୍ତେ ବ୍ୟସ୍ତ ଆଉ ଏହି ବ୍ୟସ୍ତ ବହୁଳ ଜୀବନରେ ନିଜକୁ ସୁସ୍ଥ ରଖିବା ସବୁଠାରୁ ବଡ଼ ଚାଲେଖି। କାରଣ ଏବେ ଘରେ ଘରେ ରୋଗ, ଘରେ ଘରେ ରୋଗୀ। ଏମିତି ଗୋଟେ ବି ପରିବାର ନାହିଁ ଯାହା ଘରେ ରୋଗୀ ନଥିବେ। ତେଣୁ ଏସବୁ ପରିସ୍ଥିତିର ମୁକାବିଲା ପାଇଁ, ନିଜକୁ ସୁସ୍ଥ ରଖିବା ପାଇଁ କଣ ଖାଇବା



ଦରକାର.. କେମିତି ନିଜ ଦେହର ଯତ୍ନ ନେବା ଦରକାର ବୋଲି ପ୍ରଶ୍ନ ଥାଏ। ପ୍ରାୟତଃ ପ୍ରତି ଘରେ ଏମିତି କଣେ ବ୍ୟକ୍ତି ଥିବେ ଯାହାଙ୍କୁ ଯେତେବେଳେ ବି ଦେଖି କିଛି ନା' କିଛି ରୋଗ ଲାଗିରହିଥିବ। ବାମନୀର ଅସୁସ୍ଥ, ସାମାନ୍ୟ କ୍ଷୁଦ୍ର ଏବଂ ଅଣ୍ଡା, କାଶ, ଛିଙ୍କ ଭଳି ସମସ୍ୟା ଲାଗିରହିଥିବ। ଏହା ସାଧାରଣତଃ ଦୂର୍ବଳ ରୋଗ ପ୍ରତିରୋଧକ ଶକ୍ତି (ଇମ୍ୟୁନିଟି) କାରଣରୁ ହୋଇଥାଏ। ଯଦି ଆପଣଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ମଧ୍ୟ ପାଣିପାଗ ବଦଳିବା ସହିତ ଅସୁସ୍ଥ ହେବାର ସମସ୍ୟା ଦେଖାଯାଉଛି ତେବେ ଆପଣଙ୍କୁ ନିଜ ଖାଦ୍ୟରେ ଏପରି ଦ୍ରବ୍ୟ ସାମିଲ କରିବା ଉଚିତ ଯାହା ରୋଗ ପ୍ରତିରୋଧକ ଶକ୍ତିକୁ ଦୃଢ଼ କରିବା ପାଇଁ ସାହାଯ୍ୟ କରିବ।

ଫଳ, ବିନ୍ଦୁ, ଡ୍ରାଏ ଫ୍ରୁଟ୍ସ, ପନିପରିବା, ଲିନ୍ ପ୍ରୋଟିନରେ ଭରପୂର ଏକ ସବୁଜିତ ଆହାର ଶରୀରକୁ ସୁସ୍ଥ ରଖିବା ଏବଂ ରୋଗରୁ ରକ୍ଷା କରିବା ପାଇଁ ଜରୁରୀ। ଓଟ୍, କିନୋଆ, ସ୍ପାଉରୁ ଏବଂ ବଣା ଭଳି ଖାଦ୍ୟ ପ୍ରତିଦିନ ଖାଦ୍ୟରେ ସାମିଲ କରିବା ଉଚିତ। ଏଥିରେ ଭରପୂର ମାତ୍ରାରେ ନିନେରାଲ୍ ଏବଂ ଭିଟାମିନ୍ ଥାଏ, ଯାହା ଶରୀରକୁ ଭିତରୁ ପୋଷଣ ଦିଏ ଏବଂ ଶକ୍ତିଶାଳୀ କରେ। ଏତଦ୍ ବ୍ୟତୀତ, ଭରପୂର ମାତ୍ରାରେ ପର୍ଯ୍ୟାପ୍ତ ନିଦ, ଫିଜିକାଲ୍ ଆକ୍ଟିଭିଟି ଏବଂ ତାପକୁ କମ୍ କରିବା ମଧ୍ୟ ନିହାତି ଜରୁରୀ। ଏଠାରେ ଆମେ ଆପଣଙ୍କୁ କିଛି ଏପରି ଖାଦ୍ୟ ବିଷୟରେ କହୁଛୁ, ଯାହା ଶରୀରର ରୋଗ ପ୍ରତିରୋଧକ କ୍ଷମତା ବଢ଼ାଇବାରେ ବହୁତ ସାହାଯ୍ୟ କରେ। ଯଦି ଆପଣ ନିଜର ଇମ୍ୟୁନିଟିକୁ ବଢ଼ାଇବାକୁ ଚାହୁଁଛନ୍ତି, ତେବେ ଆପଣଙ୍କୁ ନିଜର ତେଲି ତାଏତରେ ଭିଟାମିନ୍ ସି ରିକ୍ ଫଳର ସେବନ କରିବା ଉଚିତ। କମଳା, ଲେମ୍ବୁ, କିଫ୍ରି, ଅମୃତଭଣ୍ଡା ଭଳି ଫଳରେ ଭିଟାମିନ୍ ସି ପ୍ରଚୁର ମାତ୍ରାରେ ଥାଏ ଯାହା ଇମ୍ୟୁନିଟିକୁ ବଢ଼ାଏ। ଖଟା ଫଳ ରୋଗ ପ୍ରତିରୋଧକ କ୍ଷମତାକୁ ବଢ଼ାଇଥାଏ, ଯାହା ସଂକ୍ରମଣ ସହିତ ଲଢ଼ିବା ପାଇଁ ଧଳା ରକ୍ତ କୋଷିକାର ଉତ୍ପାଦନକୁ ଉତ୍ତେଜିତ କରିଥାଏ। ଏଥିରେ ଆଣ୍ଟିଅକ୍ସିଡେଣ୍ଟ ମଧ୍ୟ ଥାଏ, ଯାହା କୋଷିକାଗୁଡ଼ିକୁ ନଷ୍ଟ ହେବାରୁ ବଢ଼ାଇଥାଏ, ଫ୍ଲୋରୋ-ଏନ୍ଥ୍ରା ଥାଏ, ଯାହା ହୃଦୟ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ପାଇଁ ଭଲ ହୋଇଥାଏ ଏବଂ ଖଟା ଫଳରେ ପ୍ରଚୁର ପରିମାଣରେ ଫାଇବର ଥାଏ, ଯାହା ହଜମରେ ସାହାଯ୍ୟ କରେ ଏବଂ ଆପଣଙ୍କ ଓଜନକୁ ମଧ୍ୟ ନିୟନ୍ତ୍ରଣରେ ରଖେ।

କିଡନୀ ଷ୍ଟୋନ ସମସ୍ୟା ଦୂରକରେ ମେହେନ୍ଦୀ ପତ୍ର

ସାଧାରଣତଃ ଝିଅମାନେ ନିଜ କେଶକୁ ସୁନ୍ଦର, ମଜଭୁତ ଓ ବମକଦାର କରିବା ପାଇଁ ଏଥିରେ ମେହେନ୍ଦୀ ଲଗାଇଥାଆନ୍ତି। ହେଲେ ଆପଣ ଜାଣନ୍ତି କି, ମେହେନ୍ଦୀ ପତ୍ର ଅନେକ ଔଷଧୀୟ ଗୁଣର ସମାହାର। ଏହି ପତ୍ରରେ ବ୍ୟାଦିନ୍, ବାସୋନ୍, ମ୍ୟାଲିକ ଏସିଡ୍, ଗ୍ଲୁକୋଜ, ମ୍ୟାଲିକୋଇ ପରି ତରୁ ରହିଛି। ତେବେ ଆସନ୍ତୁ ଜାଣିବା ମେହେନ୍ଦୀ ପତ୍ରରୁ ଆମକୁ କି'ଣ ଫାଇଦା ମିଳିଥାଏ। ଆଜିକାଲି ମୁଣ୍ଡରେ ରୁପି ହେବା ଏକ ସାଧାରଣ କଥା ହୋଇଗଲାଣି। ପ୍ରାୟ ଲୋକଙ୍କ ପାଖରେ ଏହି ସମସ୍ୟା ଦେଖାଯାଏ। ଏହାର ନିରାକରଣ ପାଇଁ ବକାରରେ ଭିନ୍ନ ଭିନ୍ନ ପ୍ରକାରର ପତ୍ରକୁ ମଧ୍ୟ ମିଳୁଛି। ତେବେ ବାମା ବାମା ପତ୍ରକୁ ପଛରେ ରଖି ନଷ୍ଟ ନକରି ଆପଣ ମେହେନ୍ଦୀ ପତ୍ର ବ୍ୟବହାର କରି ଏହି ସମସ୍ୟାର ସମାଧାନ କରିପାରିବେ। ମେହେନ୍ଦୀ ପତ୍ରକୁ ବାଟି କିମ୍ବା ଗୁଣ୍ଡ କରି ଏଥିରେ ଲେମ୍ବୁ ଓ ଦହି ମିଶାଇ ଦୁଧରେ ଲଗାନ୍ତୁ। ଏହି ଦୁଧଟି ଯାକ କିନ୍ଧରେ ଏସିଡ୍ ରହିଥାଏ, ଯାହା ରୁପି ସହ ମୁଣ୍ଡ କୁଣ୍ଡେଇ ହେବା ସମସ୍ୟା ମଧ୍ୟ ଦୂର କରିଥାଏ। ସପ୍ତାହରେ ଥରେ ମେହେନ୍ଦୀ ଲଗାନ୍ତୁ, ଦେଖିବେ ଭଲ ଫଳ ମିଳିବ।

ସେହିପରି ଆଜିକାଲି ପ୍ରାୟ ସମସ୍ତଙ୍କ ଠାରେ ଡ଼ା ଜନିତ ସମସ୍ୟା ଦେଖା ଦେଉଛି। ବାହାରର ବାଣ ଖରା ଓ ପ୍ରଦୂଷଣ ଯୋଗୁଁ ଡ଼ାରେ ପ୍ରାୟ ଇନଫେକ୍ସନ୍ ହୋଇଥାଏ। ବିଶେଷ କରି ଚିକିତ୍ସକ ପିଲାମାନଙ୍କ ଠାରେ ଏହି ସମସ୍ୟା ଦେଖା ଦେଖାଦେଇଥାଏ। ତେବେ ମେହେନ୍ଦୀ ଏହି ସମସ୍ୟା ଦୂର କରିବାରେ ଆପଣଙ୍କ ସହାୟତା କରିବ। ଏଥିରେ ଅଧିକ ମାତ୍ରାରେ ବ୍ୟାଦିନ୍ ଓ ହେନୋସ୍ୟାନିକ୍ ଏସିଡ୍ ଥିବାରୁ ଏହା ଡ଼ାରେ ମୃତ କୋଷିକାକୁ ଦୂର କରିଥାଏ। ଏଥିପାଇଁ ଆପଣଙ୍କୁ ମେହେନ୍ଦୀ ଗଛର ଛାଇକୁ ପାଣିରେ ଫୁଟାଇ କାଢ଼ା ବନେଇ ପିଇବାକୁ ହେବ। ଏହି କାଢ଼ା ପିଇଥିଲେ ମୁହଁରେ ସାବୁନର ବ୍ୟବହାର ଆଣିବା କିଛି ନାହିଁ।

ଆଜିକାଲି ବ୍ୟସ୍ତ ବହୁଳ ଜୀବନରେ ପ୍ରାୟ ଲୋକ ନିଜ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟର ଯତ୍ନ ନେଇପାରୁ ନାହାନ୍ତି। ତେଣୁ ବିଭିନ୍ନ ପ୍ରକାରର ସମସ୍ୟା ଦେଖାଦେଉଛି। ସେଥିମଧ୍ୟରୁ କିଡନୀ ଷ୍ଟୋନ ଅନ୍ୟତମ। ତେବେ ମେହେନ୍ଦୀ ଦ୍ୱାରା ଏହାକୁ ଭଲ କରିହେବ। ଏଥିପାଇଁ ଆପଣଙ୍କୁ ଅଧିକତର ପାଣିରେ ୫୦ ଗ୍ରାମ ମେହେନ୍ଦୀ ପତ୍ରକୁ ପେଣି ଏହାକୁ ଭଲ ଭାବେ ଫୁଟାଇ ପିଅନ୍ତୁ। ମେହେନ୍ଦୀ ସାଧାରଣତଃ ଅଣ୍ଡା ହୋଇଥାଏ। ତେଣୁ ଏହାକୁ ବାଟିରେ କିମ୍ବା ଖରାରେ ଯଦି ଲଗନପୁଲିଆ କିମ୍ବା ଆଇରଏଡ୍ ଥାଏ, ତେବେ ଏହାକୁ ବ୍ୟବହାର କରିବାକୁ ମନା କରିଯାଏ। ଯଦି ଆପଣଙ୍କୁ କେଉଁଠି ମାତ ହୋଇ ବସା ବା ଯନ୍ତ୍ରଣା ହେଉଛି, ବରଫ ବଦଳରେ ସେହି ଘାଟରେ ମେହେନ୍ଦୀ ପତ୍ରକୁ ବାଟି ଲଗାନ୍ତୁ।



ରତ୍ନସ୍ତ୍ରାବ ଯନ୍ତ୍ରଣା କମ୍ କରେ ଅଦା ପାଣି



ଅଦାରେ ଅନେକ ଔଷଧୀୟ ଗୁଣ ରହିଛି। ଆୟୁର୍ବେଦ ଚିକିତ୍ସା ପଦ୍ଧତିରେ ଅଦାକୁ ଅନେକ ରୋଗର ଚିକିତ୍ସା ପାଇଁ ବ୍ୟବହାର କରାଯାଇଥାଏ। ଏଥିରେ ଜିଞ୍ଜେରୋଲ, ଫାଇବର, କ୍ୟାଲସିୟମ, ପୋଟାସିୟମ ଓ ଆଣ୍ଟି-ଅକ୍ସିଡେଣ୍ଟ ତରୁ ରହିଛି, ଯେଉଁଥିରୁ ଅନେକ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ଜନିତ ଉପକାର ମିଳେ। ତା'ହେଲେ ଆସନ୍ତୁ ଜାଣିବା ଅଦା ଖାଇଲେ କେଉଁ ସବୁ ସମସ୍ୟାରୁ ମୁକ୍ତି ମିଳିଥାଏ।

- ଅଦା ରସ ମିଶା ପାଣି ପିଇଲେ ପାଚନ କ୍ରିୟା ଠିକ୍ ହୋଇଥାଏ। ତା'ସହିତ ଗ୍ୟାସ ଜନିତ ଜଳାପୋତା ମଧ୍ୟ ଦୂର ହୋଇଥାଏ।
- ଅଦାରେ ଥିବା ଜିଞ୍ଜେରୋଲ ଯୋଗୁଁ ଶରୀରରେ ଇନସୁଲିନ୍ ବୃଦ୍ଧି ପାଇଥାଏ। ଫଳରେ ଡାଇବେଟିସ ରୋଗୀଙ୍କ ରୁଚ ସୁଗାର ପ୍ରତି ନିୟନ୍ତ୍ରଣ ହୁଏ।
- ଅଦା ଖାଇଲେ ଶରୀରରୁ ଅତିରିକ୍ତ ଫ୍ୟାଟ୍ ବାହାରିଯାଏ। ତେଣୁ ଓଜନ କମ୍ ହୋଇଥାଏ। ଅଦାରେ ଜିନିଆ କ୍ୟାଲୋରୀ ରହିଛି।
- ଗର୍ବେଷଣାରୁ ଜଣାପଡ଼ିଛି ଯେ ମାସିକ ରତ୍ନସ୍ତ୍ରାବ ସମୟରେ ମହିଳାମାନେ ହାଲକା ଅଦା ରସ ମିଶା ଉତ୍ତୁମ୍ପ ପାଣି ପିଇଲେ ଭଲ। ଏହାଦ୍ୱାରା ପେଟ ଯନ୍ତ୍ରଣା କମ୍ ହୋଇଥାଏ। ଅଦାରେ ଥିବା ଆଣ୍ଟି-ଇନଫ୍ଲେମେଟୋରୀ ଗୁଣ ଆରାମ ମୁକ୍ତ କରିଥାଏ।
- ମା'ସପେଶୀରେ ଯନ୍ତ୍ରଣା ଅନୁଭୂତ ହେଲେ ଅଦା ରସ ମିଶା ପାଣି ପିଅନ୍ତୁ। ଏହା ମା'ସପେଶୀକୁ ଆରାମ ଦେଇଥାଏ।
- ସକାଳୁ ଉଠିବା ପରେ ଦୂର୍ବଳ ଲାଗୁଥିଲେ ଅଦା ରସ ମିଶା ପାଣି ପିଇବା ଅଭ୍ୟାସ କରନ୍ତୁ। ଏପରିକି ଆପଣ ବାକ୍ସତି ଲାଗିବା ସମୟରେ ମଧ୍ୟ ଅଦା ପାଣି ପିଇପାରିବେ।

କ୍ୱାଥୁଲକ୍ଷା କିମ୍ବା ଖାଇବା ଅଧିକା

କ୍ୱାଥୁଲକ୍ଷା କିମ୍ବା ଖାଇବା ଅଧିକା ରହିଥାଏ। ଘରେ ଯେତେ ପ୍ରକାର ବ୍ୟବ ରୋଷେଇ ହୋଇଥିଲେ ମଧ୍ୟ କ୍ୱାଥୁଲକ୍ଷା କିମ୍ବା ଖାଇବାର ସ୍ୱାଦ ନଥାଏ। ଅଧିକାଂଶ ଘରେ ଶୁଖିଲା ଲକ୍ଷା ପେଟ ପରିବର୍ତ୍ତେ କ୍ୱାଥୁଲକ୍ଷାକୁ ବାଟି ତରକାରୀ କରିବାକୁ ପସନ୍ଦ କରିଥାନ୍ତି। ଏହାର କାରଣ ଶୁଖିଲା ଲକ୍ଷା ପେଟ ପାଇଁ ଖରାପ। କିନ୍ତୁ କ୍ୱାଥୁଲକ୍ଷାରେ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ଉପକାରୀ ଗୁଣ ରହିଛି। ଏଥିରେ ଭିଟାମିନ୍ ଏ, ବି, ୬, ଆଇରନ୍, ପୋଟାସିୟମ୍ ପରି ପୋଷକତତ୍ତ୍ୱ ରହିଛି, ଯାହା ହୃଦୟ ଓ ପେଟଜନିତ ସମସ୍ୟାକୁ ଦୂର କରିଥାଏ। ତେବେ ଏଥିପାଇଁ ଏହାକୁ ସେମିତି କ୍ୱାଥୁ ଖାଇଲେ ଭଲ। ତା'ହେଲେ ଆସନ୍ତୁ ଜାଣିବା କ୍ୱାଥୁଲକ୍ଷା ଖାଇଲେ କେଉଁସବୁ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ଲାଭ ମିଳିଥାଏ।

କ୍ୟାନସରରୁ ରକ୍ଷା କରିଥାଏ କ୍ୱାଥୁଲକ୍ଷା

- କ୍ୱାଥୁଲକ୍ଷାରେ ଆଣ୍ଟି-ଅକ୍ସିଡେଣ୍ଟ ପ୍ରଚୁର ମାତ୍ରାରେ ରହିଛି। ତେଣୁ ପ୍ରତିଦିନ କ୍ୱାଥୁଲକ୍ଷା ଖାଇଲେ ପ୍ରୋଷ୍ଟେଟ ବା ମୁତ୍ରାଶୟ ଜନିତ ସମସ୍ୟା ହୋଇନଥାଏ।
- ଏଥିରେ ଥିବା ଭିଟାମିନ୍ ସି ଓ ବିଟା- କେରୋଟିନ୍ ତରୁ ଆଖି, ଡ଼ା ଓ ଲମ୍ଫଗୁଣା ସ୍ୱିସ୍ତକୁ ଠିକ୍ ରଖିଥାଏ।
- କ୍ୱାଥୁଲକ୍ଷା ରକ୍ତରେ ସୁଗାରର ପ୍ରଚୁର ନିୟନ୍ତ୍ରଣ କରିଥାଏ। ସେଥିପାଇଁ ଡାଇବେଟିସ ରୋଗୀ ପ୍ରତ୍ୟେକ ଦିନ କ୍ୱାଥୁଲକ୍ଷା ଖାଇଲେ ଭଲ।
- ଆହୁରି ମଧ୍ୟ କ୍ୱାଥୁଲକ୍ଷାରେ ଫାଇବରର ମାତ୍ରା ଅଧିକ ରହିଥିବାରୁ କୋଷ୍ଟକାଠିନ୍ୟ ସମସ୍ୟା ଦୂର ହୋଇଥାଏ।
- ଯଦି ଆପଣ ସବୁଦିନ କ୍ୱାଥୁଲକ୍ଷା ଖାଇଛନ୍ତି, ତେବେ ଏଥିରେ ଥିବା ପ୍ରାକୃତିକ ତରୁ ଓ ଆଣ୍ଟି-ଅକ୍ସିଡେଣ୍ଟ ମୁହଁ, ଗଳା, ଫୁସଫଟସ ଓ କୋଲୋନ୍ କ୍ୟାନସରରୁ ରକ୍ଷା କରିଥାଏ।
- ରାତିରେ ଶୋଇବା ପୂର୍ବରୁ ମାତ୍ର ୫ ଟି କ୍ୱାଥୁଲକ୍ଷାକୁ ଧୋଇ ମଝିରୁ କାଟି ଦିଅନ୍ତୁ। ଗୋଟିଏ ଗ୍ଲାସ୍ ପାଣିରେ ଏହି କ୍ୱାଥୁଲକ୍ଷା ଗୁଡ଼ିକୁ ପକାଇ ରଖନ୍ତୁ। ସକାଳେ ଉଠି ଖାଲି ପେଟରେ କେବଳ ଉକ୍ତ ପାଣି ପିଅନ୍ତୁ। ଏପରି କରିବା ଦ୍ୱାରା ପେଟଜନିତ ସମସ୍ୟା ଦୂର ହେବ।



ଆତ ଖାଇଲେ ଦୂର ହୁଏ ଶ୍ୱାସ ରୋଗ

ଆତ ଖାଇବାକୁ ଭାରି ସ୍ୱାଦିଷ୍ଟ ଲାଗିଥାଏ। ଏଥିରେ କ୍ୟାଲସିୟମ୍, ମ୍ୟାଗ୍ନେସିୟମ୍ ଓ ଫାଇବର ସହିତ ବିଭିନ୍ନ ପ୍ରକାର ପୋଷକତତ୍ତ୍ୱ ମଧ୍ୟ ରହିଛି। ଏହାକୁ ଖାଇଲେ ଅନେକ ସମସ୍ୟାରୁ ମୁକ୍ତି ମିଳିଥାଏ। ଏପରିକି ଆୟୁର୍ବେଦରେ ଆତ ପତ୍ରକୁ ମଧ୍ୟ ଔଷଧ ଭାବେ ବ୍ୟବହାର କରାଯାଇଥାଏ। ତା'ହେଲେ ଆସନ୍ତୁ ଜାଣିବା, ଆତ ଖାଇଲେ କେଉଁ ସବୁ ରୋଗୀଙ୍କ ପାଇଁ ଭଲ।

- ଆତରେ ଭିଟାମିନ୍ 'ବି'୬' ରହିଛି। ଏହାକୁ ଖାଇଲେ ଶ୍ୱାସ ରୋଗ ଭଲ ହୋଇଥାଏ।
- ଏଥିରେ ଥିବା ପୋଟାସିୟମ୍, ମ୍ୟାଗ୍ନେସିୟମ୍ ହୃଦଜନିତ ବିଭିନ୍ନ ସମସ୍ୟାରୁ ରକ୍ଷା କରିଥାଏ। ଏଥିପାଇଁ ହୃଦରୋଗୀଙ୍କୁ ନିୟମିତ ଆତ ଖାଇବା ପାଇଁ ଡାକ୍ତର ପରାମର୍ଶ ଦେଇଥାନ୍ତି।
- ଆତରେ ଭିଟାମିନ୍ ଏ, ଭିଟାମିନ୍ ସି ଓ ରିବୋଫ୍ଲାଭିନ୍ ପରି ପୋଷକତତ୍ତ୍ୱ ରହିଛି, ଯାହା ଦୃଷ୍ଟିଶକ୍ତି ବୃଦ୍ଧିରେ ସହାୟକ ହୋଇଥାଏ।
- ଏଥିରେ ଥିବା କପର୍ ଓ ଆଇରନ୍ ଗର୍ଭବତୀଙ୍କ ପାଇଁ ଦେଶ ଭଲ। ଗର୍ଭାବସ୍ଥାରେ ଆତ ଖାଇଲେ ଗର୍ଭଜନିତ କଷ୍ଟ ଅନେକାଂଶରେ ଦୂର ହୋଇଥାଏ।
- ଆତରେ ଥିବା ଫାଇବର କୋଷ୍ଟକାଠିନ୍ୟ ସମସ୍ୟାକୁ ଦୂର କରିଥାଏ ଏବଂ ହଜମ ପ୍ରକ୍ରିୟାକୁ ମଜବୁତ କରିଥାଏ।
- ଏଥିରେ ଆଇରନ୍ ଓ କପର୍ ଥିବା ଯୋଗୁଁ ଏହା ରକ୍ତହୀନତା ସମସ୍ୟାକୁ ଦୂର କରିଥାଏ।
- ଆତ ଖାଇଲେ ରୁଚ ପ୍ରେସର କମ୍ ହୋଇଥାଏ।

ସୋରିଷ ତେଲ ରୋଷେଇ ପାଇଁ ଭଲ

ରୋଷେଇ ଘରେ ଖାଇବା ତେଲ ବା କୁକିଙ୍ଗ୍ ଅଏଲ୍ ବହୁତ ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ଭୂମିକା ଗ୍ରହଣ କରିଥାଏ। ତାଲି ହେଉ କିମ୍ବା ତାରକାରୀ ସବୁଥି ପାଇଁ ତେଲ ଜରୁରୀ। ନହେଲେ ଖାଦ୍ୟ ପ୍ରସ୍ତୁତି ହୋଇପାରିବ ନାହିଁ। ତେବେ କେଉଁ ତେଲ ଶରୀର ପାଇଁ ଭଲ ? ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ବିଶେଷଜ୍ଞଙ୍କ ମତରେ ରୋଷେଇ ପାଇଁ ଅଧିକ ଓ ଆବାକ୍ସ ତେଲ ସବୁଠୁ ଭଲ। କିନ୍ତୁ ଅଧିକାଂଶ ଲୋକେ ରିଫାଇନ୍ଡ୍ ଅଏଲ୍ ବ୍ୟବହାର କରିଥାନ୍ତି। ରିଫାଇନ୍ଡ୍ ଅଏଲ୍ ଉଭୟ ରୋଷେଇ ଓ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ପାଇଁ ଭଲ ନୁହେଁ। ଏହି ତେଲକୁ ଉଚ୍ଚ ତାପମାତ୍ରାରେ ତିଆରି କରାଯାଏ। ତେଣୁ ଏଥିରେ ନ୍ୟୁଟ୍ରିଏଣ୍ଟ୍ କମ୍ ରହିଥାଏ। ତେଣୁ ରିଫାଇନ୍ଡ୍ ତେଲରେ ଟ୍ରାନ୍ସ ଫ୍ୟାଟ୍ ଅଧିକ ରହିଛି, ଯାହା ଶରୀରକୁ କ୍ଷତି ପହଞ୍ଚାଇଥାଏ। ଯଦି ପାଉଁଛନ୍ତି ରୋଷେଇରେ ସୋରିଷ ତେଲ ବ୍ୟବହାର କରନ୍ତୁ। ଏଥିରେ ଆଣ୍ଟି- ବ୍ୟାକ୍ଟେରିଆ ଗୁଣ ରହିଛି, ଯାହା ରୋଗ ପ୍ରତିରୋଧକ ଶକ୍ତି ବଢ଼ାଇଥାଏ। ସୋରିଷ ତେଲକୁ ଆପଣ ତରକାରୀ, ତାଲି ଓ ଭଜା କରିବା ପାଇଁ ବ୍ୟବହାର କରିପାରିବେ। ସେହିପରି ପାରମ୍ପାରିକ ଶୈଳୀରେ ପ୍ରସ୍ତୁତ ହେଉଥିବା ବା ପେଡ଼ା ହେଉଥିବା ଯେକୌଣସି ଖାଇବା ତେଲ ଉଭୟ ରୋଷେଇ ଓ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ପାଇଁ ଭଲ। ତେବେ ଯେକୌଣସି ଖାଇବା ତେଲକୁ କମ୍ ବ୍ୟବହାର କଲେ ଭଲ। ମାତ୍ରାଧିକ ମସଲା ଭଳି ମାତ୍ରାଧିକ ତେଲ ବି ଶରୀର ପାଇଁ ଭଲ ନୁହେଁ।



