



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 239 | ଭାଗ ୩ମା | ସଂଖ୍ୟା ୨୩୯

Saturday 22 November 2025 | Page 8 Rs. 5.00

ଭୁବନେଶ୍ୱର ଶନିବାର ୨୨ ନଭେମ୍ବର ୨୦୨୫ | ପୃଷ୍ଠା, ମୂଲ୍ୟ ୫ ଟଙ୍କା

ହୁମାନଙ୍କ ମୃତ୍ୟୁ ପାଇଁ ଦୁଇ ମ୍ୟାନେଜର୍ ଦାୟୀ!

- ବଲାଙ୍ଗୀର ଗଭନ ଥାନାରେ ଏତଲା
- ଅସୁସ୍ଥତା ସତ୍ତ୍ୱେ ପ୍ରୋଗ୍ରାମ୍ କରାଉଥିବା ଅଭିଯୋଗ
- କାହା ସହ ବି ମିଶିବାକୁ ତିଆରିକରାଯିଲା



ଭୁବନେଶ୍ୱର, ୨୧।୧୧ (ସଂଚାର ବ୍ୟୁରୋ): ଗତ ୧୭ ତାରିଖରେ ଭୁବନେଶ୍ୱର ଏସ୍‌ରେ ମୃତ୍ୟୁବରଣ କରିଥିବା ଜଣାଶୁଣା ଓଲିଭର୍ ଗାୟକ ହୁମାନଙ୍କ ସାଙ୍ଗରେ ମାମଲାରେ ଏବେ ଦୁଇ ମ୍ୟାନେଜରଙ୍କ ଅତ୍ୟୁତ୍ତା ବଢ଼ିଛି। କାରଣ ସେମାନଙ୍କ ବିରୋଧରେ ଆଜି ଥାନାରେ ଅଭିଯୋଗ ହୋଇଛି। ଆଜି ବଲାଙ୍ଗୀର ଗଭନ ଥାନାରେ ବଲାଙ୍ଗୀର ସାମାଜିକ ଓ କୋଶଳ ସଂଗଠନ ପକ୍ଷରୁ ତିଆରିକରାଯିବା ଏତଲାରେ ହୁମାନଙ୍କ ମୃତ୍ୟୁ ପାଇଁ ଗଭନ ଦୁଇ ମ୍ୟାନେଜର ଦାୟୀ ବୋଲି ଦେହାନ୍ତ ଓଡ଼ିଆ ପତ୍ରିକା ପ୍ରୋଗ୍ରାମ୍ କରାଇ ଉଭୟ ହୁମାନଙ୍କ ପ୍ରାୟୋଜିତ ହତ୍ୟାର କାରଣ ସାଜିଥିବା ଅଭିଯୋଗରେ ଚର୍ଚ୍ଚା ଚାଲିଛି। ଏଥିସହ ହୁମାନଙ୍କ ମୃତ୍ୟୁ ପରେ ପରେ ଭୁବନେଶ୍ୱର ଏସ୍‌ରେ ଗଭନ ମା'ଙ୍କୁ ପଦ୍ମ ସେପରି ଭାବେ ଅଭିଭାବିତ ଭାବରେ ଗାଳିଗୁଳିକ କରିଛି, ଯେତେବେଳେ ମଧ୍ୟ ଏତଲାରେ ଉଲ୍ଲେଖ ରହିଛି।

ପୁରୀରୁ ଆସି, ହୁମାନଙ୍କ ମୃତ୍ୟୁ ପରେ ଗଭନ ମା' ଶେଫାଳି ସୁନା ଗଭନ ପୁଅକୁ ଯୁଦ୍ଧ କରାଯାଇଥିଲା ବୋଲି ସାମାଜିକ ଅଭିଯୋଗ ଆଣିଥିଲେ। ପୁରୀ ମୃତ୍ୟୁ ପାଇଁ ସେ ମୁଖ୍ୟତଃ ୩ ଜଣଙ୍କୁ ୯ ପୃଷ୍ଠା-୬

ରାଜ୍ୟ କ୍ୟାବିନେଟରେ ୯ ବିଭାଗର ୧୨ ପ୍ରସ୍ତାବକୁ ମଞ୍ଜୁରୀ

ନିୟୁକ୍ତିରେ ସୁଚ୍ଛତା ପାଇଁ ଆୟୋଗ

- ଓଡ଼ିଶା ଯୁନିଟ୍‌ସ୍‌ ସେବା କର୍ମଚାରୀ ଚୟନ ଆୟୋଗ ଗଠନକୁ ମଞ୍ଜୁରୀ
- ଏସସି-ଏସଟି ଛାତ୍ରଛାତ୍ରୀଙ୍କ ସ୍ୱଳ୍ପାୟତ୍ତ ବୃଦ୍ଧି
- ଓଡ଼ିଶା ଶ୍ରେଣୀକାଳ କାପାରିଲିଟି ସେଣ୍ଟର ନୀତି-୨୦୨୫କୁ ଅନୁମୋଦନ
- ଖଣିଜ ପଦାର୍ଥ ଚୋରା ଚାଲାଣ ରୋକିବାକୁ କଠୋର ଆଇନ
- ଲଘୁ ଖଣିଜ ସମ୍ପଦ ଆବଣ୍ଟନ ପାଇଁ ଇ-ଲଟେରୀ ବ୍ୟବସ୍ଥା



ଭୁବନେଶ୍ୱର, ୨୧।୧୧ (ସଂଚାର ବ୍ୟୁରୋ): ଏଣିକି ରାଜ୍ୟରେ ସବୁ ଯୁନିଟ୍‌ସ୍‌ ସେବା ପରାମ୍ପରା ପାଇଁ ଗଠନ କରାଯିବ। ପୂର୍ଣ୍ଣ ସମୟରେ କେଳେକାରା ଧରାପଡ଼ିବା ପରେ ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀ ମୋହନ ମାଟ୍‌ର ଅଧ୍ୟକ୍ଷତାରେ ଅନୁଷ୍ଠିତ ରାଜ୍ୟ କ୍ୟାବିନେଟ୍ ଆଜି ଯୁନିଟ୍‌ସ୍‌ ସେବା ପରାମ୍ପରାକୁ ସୁଚ୍ଛତା ସହ କରିବାକୁ ଏହି କମିଶନ ଗଠନକୁ ମଞ୍ଜୁରୀ ଦେଇଛନ୍ତି। ଆଜି ରାଜ୍ୟ କ୍ୟାବିନେଟ୍ ବୈଠକରେ ୯ ବିଭାଗର ୧୨ ପ୍ରସ୍ତାବକୁ ମଞ୍ଜୁରୀ ମିଳିଛି।

ସେବାରେ ନିୟୁକ୍ତି ପ୍ରକ୍ରିୟାକୁ ସୁଚ୍ଛ ଓ ସୁବ୍ୟବସ୍ଥିତ କରିବା ପାଇଁ ଗଠନକୁ କ୍ୟାବିନେଟ୍ ମଞ୍ଜୁରୀ ପ୍ରଦାନ କରିଛନ୍ତି। ଗୃହ ବିଭାଗ ସମେତ ଅବକାରୀ, ଜଙ୍ଗଲ ଓ ପରିବେଶ ବିଭାଗ ଏବଂ ଦାଣ୍ଡିକ ଓ ପରିବହନ ବିଭାଗ ଅଧିନରେ ଥିବା ବିଭିନ୍ନ ପଦବୀ ପାଇଁ ଏକ ନିୟୁକ୍ତି ପ୍ରକ୍ରିୟାକୁ ଏହି ଆୟୋଗ ହିଁ ପରିଚାଳନା କରିବେ। ଏହାଦ୍ୱାରା ନିୟୁକ୍ତି ପ୍ରକ୍ରିୟା ସୁଚ୍ଛ, ଦକ୍ଷ ଏବଂ ସମୟାନୁବର୍ତ୍ତୀ ହୋଇପାରିବ ବୋଲି ସରକାର ଆଶା ରଖିଛନ୍ତି। ଏଥିସହ ଓଡ଼ିଶା ଯୁନିଟ୍‌ସ୍‌ ସେବା କର୍ମଚାରୀ ଚୟନ ଆୟୋଗ ନିୟମାବଳୀ ପ୍ରାୟୋଗ କରିବାକୁ ମଧ୍ୟ କ୍ୟାବିନେଟ୍ ଅନୁମୋଦନ ଦେଇଛି।

ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀ ମୋହନ ଛାତ୍ର ପ୍ରୋଫେସର ଯୋଜନା ଅଧୀନରେ ଅନୁସୂଚିତ ଜନଜାତି (ଏସସି) ଓ ଅନୁସୂଚିତ ଜାତି (ଏସସି) ବର୍ଗର ଛାତ୍ରଛାତ୍ରୀମାନଙ୍କ ପାଇଁ ପ୍ରାକ୍-ମାନ୍ଦ୍ରାଳ ଏବଂ ମାନ୍ଦ୍ରାଳ ପରବର୍ତ୍ତୀ ଛାତ୍ରବୃତ୍ତି ହାରରେ ବୃଦ୍ଧି ପ୍ରସ୍ତାବକୁ କ୍ୟାବିନେଟ୍ ମଞ୍ଜୁରୀ ମିଳିଛି। ବଜାର ଦର ବୃଦ୍ଧିକୁ ଦୃଷ୍ଟିରେ ରଖି ଛାତ୍ରାଭ୍ୟାସରେ ରହିଥିବା ଛାତ୍ରମାନଙ୍କ ପାଇଁ ବାର୍ଷିକ ବୃଦ୍ଧି ସାତେ ୧୦ ହଜାରରୁ ୧୬ ହଜାର ଟଙ୍କା ଓ ଛାତ୍ରମାନଙ୍କ ପାଇଁ ୧୧ ହଜାରରୁ ୧୬ ହଜାର ଟଙ୍କାକୁ ବୃଦ୍ଧି କରାଯାଇଛି। ସେହିପରି 'ଅନେକା' ୯ ପୃଷ୍ଠା-୬

ମୋଦିଙ୍କ ନେତୃତ୍ୱକୁ ସ୍ୱୀକୃତି ଦେଇଛି ବିହାର ବିଜୟ



ଭୁବନେଶ୍ୱର, ୨୧।୧୧ (ସଂଚାର ବ୍ୟୁରୋ) : ବିହାର ବିଜୟ ପ୍ରଧାନମନ୍ତ୍ରୀ ନରେନ୍ଦ୍ର ମୋଦିଙ୍କ ନେତୃତ୍ୱକୁ ବଡ଼ ସ୍ୱୀକୃତି ଦେଇଛି। ବିହାରରେ ଲଗାତାର ୨୦ ବର୍ଷ ଶାସନ ପରେ ବି ପୁଣି ଥରେ ଏହି ବିଜୟ ହୋଇଛି। ପୂର୍ଣ୍ଣ ଦେଶରେ କଲ୍ୟାଣକାରୀ ଶାସନ ଚାଲିଥିବାରୁ ଏକତିଏ ଆହ୍ୱାନକର ହୋଇପାରିଛି ବୋଲି କହିଛନ୍ତି

➤ କଂଗ୍ରେସର ନକାରାତ୍ମକ ରାଜନୀତିକୁ ସମାଲୋଚନା
➤ ନୂଆପଡ଼ାରେ ବିଜେପିକୁ ମିଳିଛି ଅଭୁତପୂର୍ବ ସମର୍ଥନ
➤ ବିମାନବନ୍ଦନରେ ଧର୍ମେନ୍ଦ୍ରଙ୍କୁ ଭବ୍ୟ ସ୍ୱାଗତ ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ

କଂଗ୍ରେସକୁ ଲୋକ ପ୍ରତ୍ୟାଖ୍ୟାନ କରିଛନ୍ତି। ନୂଆପଡ଼ାରେ ବିଜେପି ବିପକ୍ଷରେ ବିଜୟ ହୋଇଛି, ଏହା ଅଭୁତପୂର୍ବ ବିଜୟ ବୋଲି କହିଛନ୍ତି ଧର୍ମେନ୍ଦ୍ର ପ୍ରଧାନ। ନୀତୀଶ କୁମାରଙ୍କ ନେତୃତ୍ୱକୁ ପୁଣି ସ୍ୱୀକୃତି ଦେଇଥିବାରୁ ବିହାର ଲୋକଙ୍କୁ ସେ କୃତଜ୍ଞତା ଜଣାଉଛନ୍ତି। ଉତ୍ତମ ଶାସନକୁ ବିହାରବାସୀ ପୁଣି ପସନ୍ଦ କରିଛନ୍ତି ବୋଲି କହିବା ସହ କଂଗ୍ରେସର ନକାରାତ୍ମକ ରାଜନୀତିକୁ ସେ ସମାଲୋଚନା କରିଛନ୍ତି। ୯ ପୃଷ୍ଠା-୬



ଭୁବନେଶ୍ୱର, ୨୧।୧୧ (ସଂଚାର ବ୍ୟୁରୋ) : ଶ୍ରୀମନ୍ଦିର କାର୍ଯ୍ୟାଳୟରେ ଆଜି ଅନୁଷ୍ଠିତ ହୋଇଥିବା ଶ୍ରୀମନ୍ଦିର ପରିଚାଳନା କମିଟିର ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ବୈଠକରେ ବିଭିନ୍ନ ପ୍ରସଙ୍ଗ ଉପରେ ଆଲୋଚନା କରାଯାଇଥିଲା। ବୈଠକରେ ବିଶେଷ କରି ୫ଟି ବିନ୍ଦୁ ଉପରେ ଆଲୋଚନା ହୋଇଥିଲା। ନୀତିବଦ୍ଧ ନିଧି ସମୟରେ ରକ୍ତଚକ୍ର ଅଳଙ୍କାର ଗଣତିମଣ୍ଡଳ କରାଯିବାକୁ ସ୍ଥିର ହୋଇଥିବା ବେଳେ ଏହା ପୂର୍ବରୁ ଆଉ ଏକ ବୈଠକ ବସି ନିଷ୍ପତ୍ତି ନିଆଯିବ ବୋଲି ଜଣାପଡ଼ିଛି। ତେବେ

ଶ୍ରୀମନ୍ଦିର ପରିଚାଳନା କମିଟି ବୈଠକ ଅକ୍ଷୟ ତୃତୀୟା ପରେ ଗଣତିମଣ୍ଡଳ

ଅଳଙ୍କାର ଗଣତିମଣ୍ଡଳ କରାଯିବାକୁ ସ୍ଥିର ହୋଇଛି। ଏନେଇ ବୈଠକ ପରେ ଶ୍ରୀମନ୍ଦିର ମୁଖ୍ୟ ପ୍ରଶାସକ ଡଃ ଅରବିନ୍ଦ ପାଢ଼ୀ ସୂଚନା ଦେଇଛନ୍ତି। ସେ କହିଛନ୍ତି ଯେ ମହାପ୍ରଭୁଙ୍କୁ ସୁନାବେଶ ପାଇଁ ପୂର୍ଣ୍ଣ ଅଳଙ୍କାରର ଏକ ନୂତନ ସେଟ୍ ନିର୍ମାଣ ପାଇଁ ବୈଠକରେ ଆଲୋଚନା ହୋଇଛି। ଆହୁରି ଶ୍ରୀମନ୍ଦିର ନାଟ ମଣ୍ଡପରେ ଶୁଣ୍ଠିକିତ ବର୍ଣ୍ଣନା ଉପରେ ଆଲୋଚନା ହେବା ସହ ନାଟ ମଣ୍ଡପରେ ଧାଡ଼ି ବର୍ଣ୍ଣନା ଉପରେ ସୁଚ୍ଛ ଆଲୋଚନା ହୋଇଛି। କିନ୍ତୁ ବର୍ଣ୍ଣନା ବ୍ୟବସ୍ଥା ପୂର୍ବରୁ ପ୍ରସ୍ତୁତ ହୋଇଥିବା ରାମାଣ୍ଡ ଓ ଦ୍ୟାଗ୍ରାମକୁ ସମାପ୍ତ କରାଯିବ। ଖ୍ୟାତିସମ୍ପନ୍ନ ନିଆଯାଇ ଚୂଡ଼ିସ୍ତମ୍ଭ ବ୍ୟବସ୍ଥା କରାଯିବ। ନିଷ୍ପତ୍ତି ହୋଇଥିବା ତ. ପାଢ଼ୀ କହିଛନ୍ତି। ଏହାଛଡ଼ା ୨୦୨୪-୨୦୨୫ ଆର୍ଥିକ ବର୍ଷର ୧୦୪ ଦେଇଥିବା ବେଳେ ବିଭିନ୍ନ ପର୍ଯ୍ୟୟରେ

ପାଠ୍ୟ ସମ୍ପାଦକଙ୍କୁ ବାନ୍ଧିଲା ଭିଜିଲାନ୍ସ

➤ ୪୦.୭୧ ଲକ୍ଷ ଟଙ୍କା ହତୁଡ଼ ଅଭିଯୋଗରେ କାର୍ଯ୍ୟାନୁଷ୍ଠାନ
ଭୁବନେଶ୍ୱର, ୨୧।୧୧ (ସଂଚାର ବ୍ୟୁରୋ): ଭିଜିଲାନ୍ସ ହାତରେ ଗିରଫ ହୋଇଛନ୍ତି ଦେବଗଡ଼ ଜିଲ୍ଲା କାରୋପଠା ପାଠ୍ୟ ସମ୍ପାଦକ ସୁରେଶ୍ କୁମାର ସାହୁ। ୪୦ ଲକ୍ଷ ୭୧ ହଜାର ୬୪୪ ଟଙ୍କାର ଆର୍ଥିକ ହେରଫେର ଅଭିଯୋଗରେ ତାଙ୍କୁ ଗିରଫ କରାଯାଇଛି। ଜିଲ୍ଲାର ଦାଖଲରେ ରଖି ବାବଦ ଅର୍ଥ ପଇଠ କରିଥିଲେ ମଧ୍ୟ ଏହାକୁ ସରକାରୀ କାଗଜପତ୍ରରେ ନ ଦର୍ଶାଇ ଶ୍ରୀ ସାହୁ ହତୁଡ଼ କରିଥିଲେ। ଫଳତଃ ସୋପାଇଟିର ଆର୍ଥିକ କ୍ଷତି ହୋଇଥିଲା। ସାହୁର ପୁରୀର ସ୍ୱାଧୀନ ଗଣମାନଙ୍କ ଉପରେ ମଧ୍ୟ ପଡ଼ିଥିଲା। କାରଣ ସୋପାଇଟି ପକ୍ଷରୁ ସୁଦ୍ଧା ଦାଖଲ କରାଯାଇ ନଥିବା ସହାୟତା ଯୋଗାଇ ଦିଆଯିବାର ବ୍ୟତିକ୍ରମ ଦେଖାଦେଇଥିଲା। ଶ୍ରୀ ସାହୁଙ୍କ ବିରୋଧରେ ସରକାରୀ ଅର୍ଥ ଡୋଷରପତ ଅଭିଯୋଗ ନେଇ ଚାଉରକେଳା ଭିଜିଲାନ୍ସରେ ୨୨/୧୦/୨୫ରେ ଏକ ମାମଲା ରୁଜୁ ହେବା ପରେ ତଦନ୍ତ ହୋଇଥିଲା। ଶେଷରେ ଆଜି ଏହି ଅଭିଯୋଗର ସତ୍ୟତା ଆଧାରରେ ଶ୍ରୀ ସାହୁଙ୍କୁ ଭିଜିଲାନ୍ସ ପକ୍ଷରୁ ଗିରଫ କରାଯାଇଛି। ଗିରଫ ପରେ ତାଙ୍କୁ ସମ୍ବଲପୁର ଭିଜିଲାନ୍ସର ସ୍ୱତନ୍ତ୍ର ବିଚାରପତିଙ୍କ କୋର୍ଟକୁ ଚାଲାଣ କରାଯାଇଥିବା ବେଳେ ଏହି ମାମଲାରେ ଭିଜିଲାନ୍ସ ଅଧିକ ତଦନ୍ତ କରି ରହିଛି।

ଅମୁନି ଭାରସାହେବଙ୍କ ଭାର ରାଜ୍ୟପାଳଙ୍କ ପରେ ଏବେ ସାଂସଦଙ୍କ ପାଳି

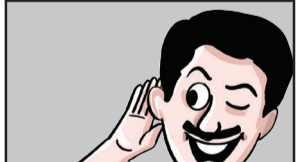
ଭୁବନେଶ୍ୱର, ୨୧।୧୧ (ସଂଚାର ବ୍ୟୁରୋ): ଗତ ବାଲିପାତ୍ରା ମଞ୍ଚରେ ରାଜ୍ୟପାଳ ଡ. ହରିବୀର କୁମ୍ଭମପାଟିଙ୍କ ସମ୍ମୁଖରେ ଭାର ଦେଖାଇବା ପରେ କଟକ ଜିଲ୍ଲାପାଳ ଦତ୍ତାତ୍ରେୟ ଭାରସାହେବ ଶ୍ରୀରେ ଆଜି କଟକ ସାଂସଦ ଭୃତ୍ୱପ୍ରସା ମହତାବଙ୍କ ସାମ୍ମୁଖରେ ଭାର ଖାଇଛନ୍ତି। ରାଜ୍ୟପାଳଙ୍କ ପାଖରେ ଗୋଟିଏ ବେଳେ ଦସି ଏକ ସାମ୍ପ୍ରଦାୟିକ ପଦକୁ ଅସମ୍ମାନ କରିଥିବାବେଳେ ଭାର ସାଂସଦ ଶ୍ରୀ ମହତାବଙ୍କ ସାମ୍ମୁଖରେ ପାଖ ପକେଟରେ ଦୁଇ ହାତ ପୁରାଇ ଅତି ବେଶାନ୍ତର ଭଙ୍ଗରେ କଥା ହେଉଥିବା ଦେଖିବାକୁ ମିଳିଛି। ଏପରି ଏକ ଫଟୋ ଏବେ ସୋସିଆଲ ମିଡ଼ିଆରେ ଭାଇବାଇ ହେଉଥିବା ବେଳେ କାହା ସାହସରେ

ପ୍ରଶାସନିକ ଅଧିକାରୀ ଲକ୍ଷ ଲକ୍ଷ ଜନସାଧାରଣଙ୍କ ଦ୍ୱାରା ନିର୍ବାଚିତ ହୋଇଥିବା ଅଭିଜ୍ଞ ସାଂସଦଙ୍କ ସମ୍ମୁଖରେ କଣେ ଜିଲ୍ଲାପାଳଙ୍କ ଏଭଳି ଆଚରଣକୁ ସାଧାରଣରେ ନିନ୍ଦା କରାଯିବ ସହ ୯ ପୃଷ୍ଠା-୬

ଡିସେମ୍ବର ୩୧ରେ ସରୁଛି ଆହୁଜାଙ୍କ କାର୍ଯ୍ୟକାଳ

ଅନୁ ଗର୍ଣ ହୋଇପାରୁଛି ପରବର୍ତ୍ତୀ ମୁଖ୍ୟସଚିବ
ମୋହନ ଖେଳିବେ!
ମହିଳା କାର୍ତ୍ତିକ!
ଭୁବନେଶ୍ୱର, ୨୧।୧୧ (ସଂଚାର ବ୍ୟୁରୋ): ଆସନ୍ତା ଡିସେମ୍ବର ୩୧ରେ ସଚିବ ବର୍ତ୍ତମାନର ମୁଖ୍ୟ ଶାସନ ସଚିବ ମନୋଜ ଆହୁଜାଙ୍କ କାର୍ଯ୍ୟକାଳ ସରିବ।

କାର୍ଯ୍ୟକାଳ ରାଜ୍ୟରେ ବିଜେପି ସରକାର ଆସିବା ପରେ ମନୋଜଙ୍କୁ ଏହି ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ଦିଆଯାଇଥିଲା। ଗତ ବର୍ଷ ଡିସେମ୍ବରରେ ମନୋଜଙ୍କ କାର୍ଯ୍ୟକାଳ ସରିଥିଲେ ମଧ୍ୟ ସରକାର ୯ ପୃଷ୍ଠା-୬



କାନ ଡେରିଆ
ବୋପା ପୁଅଙ୍କର ପାଖର ଉପରେ
ପ୍ରଶ୍ନବାଚୀ ଆସିଗଲା
ସବୁଥିରୁ ଖାଇ ହାତ ପୋଛିଦେଇ
କରୁଥିଲେ ଠିଆ ପାଲା
ନୁଆଁପତା ଖସିଗଲା...
କଂଗ୍ରେସ ପାଖରୁ ପ୍ରବଳ ଖାଇଲେ
ଆଉ ଖାଇବାର ଥିଲା।
■ ଦେବାଶିଷ୍ୟ

ପହିଲାରେ ନବୀନ ନେବେ ନୁଆପଡ଼ା ହିସାବ

ଭୁବନେଶ୍ୱର, ୨୧।୧୧ (ସଂଚାର ବ୍ୟୁରୋ): ନୁଆପଡ଼ା ନିର୍ବାଚନ ପରାଜୟର ଦାୟିତ୍ୱରେ ଥିବା ନେତାଙ୍କୁ ହିସାବ ମାଗିବେ ନବୀନ ପଟ୍ଟନାୟକ। ଆସନ୍ତା ଡିସେମ୍ବର ପହିଲାରେ ନବୀନ ନୁଆପଡ଼ା ଉପନିର୍ବାଚନ ଦାୟିତ୍ୱରେ ରହିଥିବା ଦଳୀୟ ନେତାଙ୍କୁ ହିସାବ ନେବେ ବୋଲି ବିଶ୍ୱସ୍ତ ସୂତ୍ରରୁ ସୂଚନା ମିଳିଥିବା ବେଳେ ବୈଠକ କେଉଁଠାରେ

➤ ହରିବୀର ଅଧକାରଣ ପରାବିବେ
➤ ଦିନ ଗଣିଲେଣି ମାମଲତକାର

ହେବ. ସେତେବେଳେ ଅଧ୍ୟକ୍ଷ କିଛି ବି ଦୂରକୁ ହୋଇନାହିଁ। ଯଦି ଶେଷ ଭବନରେ ବୈଠକ ବସିବ, ତା'ହେଲେ ନବୀନ ଆହ୍ୱାନ ମାଧ୍ୟମରେ ଏହାକୁ ସମ୍ମୁଖରେ କରିବେ ବୋଲି ଜଣାଯାଇଛି। ନୁଆପଡ଼ାରେ ବିଜେଡି କେବଳ ହରିବୀର, କଂଗ୍ରେସ ପକ୍ଷରୁ ତୃତୀୟ ସ୍ଥାନରେ ରହିବା ଏବେ ଦଳ ସଭାପତିଙ୍କ

ପାଇଁ ସବୁଠାରୁ ବଡ଼ ଆହ୍ୱାନ ହୋଇଛି। ୨୫ ବର୍ଷ ଧରି କ୍ଷମତାରେ ଅବସ୍ଥାରେ ଥିବା ନିର୍ବାଚନ ପ୍ରକାରକୁ ଯିବା ସତ୍ତ୍ୱେ ବିଜେଡି କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ ତୃତୀୟ ସ୍ଥାନରେ ରହିଲା, ତା'ର ହିସାବ ସିଧାସଳଖ ନୁଆପଡ଼ାରେ ତେରା ପକାଇ ନିର୍ବାଚନ ପରିଚାଳନା କରୁଥିବା ନେତାଙ୍କୁ ମାଗିବି। ବିଶେଷକରି ନୁଆପଡ଼ାରେ ବିଭିନ୍ନ ଅଞ୍ଚଳ ଦାୟିତ୍ୱରେ ଥିବା ପୂର୍ବତନ ମନ୍ତ୍ରୀ ପ୍ରଶାସକ ଗାସ,

ଅତରୁ ସବ୍ୟସାଚୀ ନାୟକ, ସଞ୍ଜୟ କୁମାର ଦାଶଗର୍ପୀ, ରୁକ୍ଷରାଜାଜି ଦେହେରା, ପ୍ରତି ରଞ୍ଜନ ଦତ୍ତା, କ୍ୟାପଟେନ ବିଦ୍ୟାଶଙ୍କର ମିଶ୍ର, ବିଧାୟକ ତନ୍ଦ୍ର ଅରୁଣ କୁମାର ସାହୁ, ପୂର୍ବତନ ବିଧାୟକ ପ୍ରଶାସକ ବଳବନ୍ଦରାୟଙ୍କ ଭଳି ମାଳମାଳ ନେତା ନବୀନଙ୍କ ଆଗରେ ନିର୍ବାଚନୀ ପରାଜୟର ହିସାବ ରଖିବେ। ତେବେ ପ୍ରଶାସକ ଭଳି ନେତା କୋମଳା ଦୁଇ ଦାୟିତ୍ୱରେ ଥିବା ବେଳେ ସେଠାରେ କିଭଳି ବିଜେଡି ପକ୍ଷରେ



ବାଗଦା ଚିକ୍କୁଡ଼ି ପ୍ରେମରେ ଏସପି
କିଛିଦିନ ତଳେ ଏକ ତାରକା ହୋଟେଲର ଉଦ୍‌ଘାଟନ ସରିଛି। ଉଦ୍‌ଘାଟନ ଉତ୍ସବରେ ବହୁ ନେତା ଓ ମହାଙ୍କ ସହ ପ୍ରଶାସନିକ ଅଧିକାରୀ ଯୋଗଦେଇଥିଲେ। ଭିଜିଆଇପିଙ୍କ ଗମ୍ଭୀର ଦୃଷ୍ଟିରେ ରଖି ଜିଲ୍ଲା ଏସପି ସୁରକ୍ଷା ବ୍ୟବସ୍ଥାର ଯାଞ୍ଚ ୭ ଦିନ ଆଗରୁ

ମାଗଣା ଖାଇବାକୁ ୬୦ କିମି ଯାତ୍ରା
କରିଥିଲେ। ଏସପି ଯେହେତୁ ପୂର୍ଣ୍ଣ ଜିଲ୍ଲାର ମୁଖ୍ୟ, ତେଣୁ ତାଙ୍କୁ ଚର୍ଚ୍ଚାରେ କୌଣସି ହେଲା କରନଥିଲେ ହେତେବଳ କର୍ତ୍ତୃପକ୍ଷ। ନୂଆ କରି ଜିଲ୍ଲା ଦାୟିତ୍ୱ ପାଇଥିବା ସୁବ ଆଇପିଏଙ୍କ ଭିଜିଏ ସମୟରେ ସି'ପୁଠାରୁ ଆରମ୍ଭ କରି କୋରାଆ ବିଜେଡି ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ସବୁକିଛି ପରାଯାଇଥିଲା। ହେତେବଳ ମ୍ୟାନେଜମେଣ୍ଟର ଆଶା ଥିଲା ଯେ ସାର ଖାଇବି ଶୁଣି ହୋଇଗଲେ ସବୁ କାମ ସୁରୁଖୁରୁରେ ହୋଇଯିବ। କିନ୍ତୁ ହାତ ଦେଖାଇ ଦେଖାଇ ସାର ଏବେ ଦାହା ଗିଳିବା ଅସମ୍ଭବ। ହେତେବଳ ଉଦ୍‌ଘାଟନ ଆଜିକୁ ୧୫ ଦିନ ତଳୁ ସରିଲାଣି। ହେତେବଳ ସାଙ୍ଗେ ଖାଇବା ସହ ପାର୍ବଲ ବାଣିକୀ ଏବେଯାଏଁ ବନ୍ଦ ହୋଇନାହିଁ। ହେତେବଳ ଉଦ୍‌ଘାଟନ ପୂର୍ବରୁ ପ୍ରାୟ ୬୦ କିମି ହୋଇଥିଲେ ହେଁ ଅଫିସ ଗାଡ଼ିରେ ତେଲି ତେଲି ଭୃତ୍ୟାଠାଉଛନ୍ତି ଜିଲ୍ଲା ପୁଲିସ ମୁଖିଆ। ହେତେବଳ ସୁତରୁ ମିଳିଥିବା ଖବର ମୁତାବକ, ପାଖାପାଖି ୯ ଲକ୍ଷରୁ ଅଧିକ ଟଙ୍କାର ବାଗଦା ଚିକ୍କୁଡ଼ି କେବଳ ଆଇପିଏଙ୍କ ଜଣାକରି ଖାଇବି ଓ ପାର୍ବଲରେ ଘରକୁ ନେଇଛନ୍ତି। ପରିସ୍ଥିତି ଏଭଳି ହୋଇଛି ଯେ କଥା ଯାଇ ବିଏଏପରେ ପହଞ୍ଚିଲାଣି। ସାଙ୍ଗେ ଏଭଳି ଖାଇବା ଚଳେ କଥା ଏବେ ପୂର୍ଣ୍ଣ ସମ୍ଭବ ହେଲେ ଉଦ୍‌ଘାଟନ ଦିଶିଯି ପାଳିବି। ତେଣୁ କେତେକ କହୁଛନ୍ତି, 'ଏବେଠୁ ଏତିକି, ତ ଆଗକୁ କେତିକି?' ୯ ପୃଷ୍ଠା-୬



ଖାଦ୍ୟଶସ୍ୟ ଉତ୍ପାଦନରେ ରେକର୍ଡ



ନୂଆଦିଲ୍ଲୀ, ୨୧।୧୧: ଆର୍ଥିକ ବର୍ଷ ୨୦୨୪-୨୫ ଖାଦ୍ୟଶସ୍ୟ ଚାଷ ଲାଗି ଥିଲା ଏକ ଚମତ୍କାର ବର୍ଷ। କେନ୍ଦ୍ର କୃଷି ଓ କୃଷକ କଲ୍ୟାଣ ମନ୍ତ୍ରାଳୟ କାରୀ କରିଥିବା ଏକ ରିପୋର୍ଟରୁ ଏହା ଜଣାପଡ଼ିଛି। ଏହିବର୍ଷ ଦେଶରେ ରେକର୍ଡ ୩୫୭.୭୩ ନିୟୁତ ଟନ୍ ଖାଦ୍ୟଶସ୍ୟ ଉତ୍ପାଦନ ହୋଇଛି ଯାହା ଏକ ରେକର୍ଡ। ଏହିବର୍ଷ ରେକର୍ଡ ପରିମାଣର ଚାଉଳ, ଗହମ, ସୋୟାବିନ ଓ ବାଦାମ ଉତ୍ପାଦନ ହୋଇଛି।

କେନ୍ଦ୍ର କୃଷି ମନ୍ତ୍ରୀ ଶ୍ରୀରାଜ କୁମାର ସିଂହ କହିଛନ୍ତି, ଉତ୍ପାଦନ କରିଥିବା ଏହି ରିପୋର୍ଟରୁ ଜଣାପଡ଼ିଛି ଯେ ଗତ ୧୦ ବର୍ଷ ମଧ୍ୟରେ ଖାଦ୍ୟଶସ୍ୟ ଉତ୍ପାଦନରେ ରେକର୍ଡ ବୃଦ୍ଧି ହୋଇଛି। ୨୦୧୫-୧୬ରେ ଉତ୍ପାଦନ ପରିମାଣ ୨୫୧.୫୪ ନିୟୁତ ଟନ୍। ୨୦୨୪-୨୫ରେ ତାହା ୧୦୬ ନିୟୁତ ଟନ୍ ବୃଦ୍ଧି ପାଇ ୩୫୭ ନିୟୁତ ଟନ୍ ଅଧିକ ହୋଇଛି। ଏହି ବର୍ଷ ରେକର୍ଡ ୧୫୦୧.୮୫ ଲକ୍ଷ ଟନ୍ ଖାଦ୍ୟଶସ୍ୟ ଉତ୍ପାଦନ ହୋଇଛି। ଏହା ୧୧୭୯.୪୫ ଲକ୍ଷ ଟନ୍ ଚାଉଳ, ୧୫୨.୨୮ ଲକ୍ଷ ଟନ୍ ସୋୟାବିନ, ୧୧୯.୪୨ ଲକ୍ଷ ଟନ୍ ବାଦାମ ଉତ୍ପାଦନ ହୋଇଛି। ଏହା ବ୍ୟତୀତ ୨୦୨୪-୨୫ରେ ୪୩୪.୦୯ ଲକ୍ଷ ଟନ୍ ମକା, ୧୮୫.୯୨ ଲକ୍ଷ ଟନ୍ ଶାମୁକା, ୪୨.୪୪ ଲକ୍ଷ ଟନ୍ ମୁଗ, ୪୫୪୬ ଲକ୍ଷ ଟନ୍ ଆଖୁ, ୨୯୭.୨୪ ଲକ୍ଷ ବେଲ୍ କପା ଓ ୮୮.୦୨ ବେଲ୍ ଷ୍ଟୋର ଉତ୍ପାଦନ ହୋଇଛି।

ଚାଉଳ, ଗହମ, ସୋୟାବିନ, ବାଦାମରେ ରେକର୍ଡ

ଆହୁରି ଶସ୍ତା ଓ ସୁଚ୍ଛ ହେବ ଅନୁଲାଇନ ସପିଂ



ନୂଆଦିଲ୍ଲୀ, ୨୧।୧୧: ଏବେ ଅନୁଲାଇନ ସପିଂ କରିବାରେ ସୁବିଧା ରହିବ। ଆଉ ଗ୍ରାହକଙ୍କୁ ଭ୍ରମିତ କଲା ଭଳି କୌଣସି ନକଲି କଥା ପରିସ୍ଥିତି ସୃଷ୍ଟି କରିପାରିବେନି ସପିଂ ଆପ୍। ତାର୍କି ପ୍ୟାଟର୍ଣ୍ଣ ବ୍ୟବହାର କରି ଅନୁଲାଇନ ସପିଂ ଆପ୍ରେ ଅଧିକତମ ଚାର୍ଜ ନେଉଥିଲେ, ଏହା ଏବେ ବନ୍ଦ ହୋଇଯିବ। ତାର୍କି ପ୍ୟାଟର୍ଣ୍ଣ ବନ୍ଦ କରିବା ନେଇ ଦେଶର ୨୬ଟି ପ୍ରମୁଖ ଇ-କମର୍ସ ପ୍ଲାଟଫର୍ମ ଘୋଷଣା କରିଛନ୍ତି। ଏହି ଇ-କମର୍ସ ପ୍ଲାଟଫର୍ମ ଗୁଡ଼ିକ ସେମାନଙ୍କର ଆପ୍ ଏବଂ ଡେଭେଲପର ତାର୍କି ପ୍ୟାଟର୍ଣ୍ଣ ବ୍ୟବହାର ବନ୍ଦ କରିବେ ବୋଲି କହିଛନ୍ତି। ଇଣ୍ଡିଆନ୍ କିମ୍ପା ଆର୍ଟ୍ ପାର୍ଟି ଅତିବ୍ରତ ପରେ, ଏହି କମ୍ପାନୀଗୁଡ଼ିକ କେନ୍ଦ୍ରୀୟ ଗ୍ରାହକ ସୁରକ୍ଷା ପ୍ରାଧିକରଣ (ସିସିପିଏ) ପାଖରେ

ତାର୍କି ପ୍ୟାଟର୍ଣ୍ଣ ବନ୍ଦ କଲେ ୨୬ଟି ଅଧିକ ଇ-କମର୍ସ କମ୍ପାନୀ

ଏହି ଘୋଷଣା ପତ୍ର ନିଜେ ଦାଖଲ କରିଛନ୍ତି। ଏବଂ ଗ୍ରାହକଙ୍କ ଅବଗତ ନିମନ୍ତେ ଏହି ଘୋଷଣାପତ୍ରକୁ ନିଜ ସାଇଟ୍ରେ ଓ ଆପ୍ରେ ଅପଲୋଡ୍ ମଧ୍ୟ କରିଛନ୍ତି। ଏହି କମ୍ପାନୀଗୁଡ଼ିକ ମଧ୍ୟରେ ଫ୍ଲିପକାର୍ଟ, ମିଶ୍ରା, ମାଗୋ, ଦିଗାବେସ୍, ଜିଓମାର୍ଟ,ଜମାଟୋ ଏବଂ ସ୍ୱିଗା ଭଳି ପ୍ଲାଟଫର୍ମ ରହିଛନ୍ତି। ଏହି କମ୍ପାନୀଗୁଡ଼ିକ କେନ୍ଦ୍ରୀୟ ସାମଗ୍ରୀ, ଖାଦ୍ୟ ସାମଗ୍ରୀ ବିତରଣ, ଔଷଧ ଓ ଫ୍ୟାଶନ୍ ଏବଂ ଗ୍ରାହକ ସେକ୍ଟରରେ କାମ କରୁଛନ୍ତି। କମ୍ପାନୀଗୁଡ଼ିକ ଏଭଳି ପଦକ୍ଷେପ ପରେ ଗ୍ରାହକ ବ୍ୟାପାର ବିଭାଗ ଏହାକୁ ଚିହ୍ନିତ ଗ୍ରାହକ ସୁରକ୍ଷା ବିଭାଗ ଏକ ପ୍ରମୁଖ ପଦକ୍ଷେପ ବୋଲି କହିଛି। ତାର୍କି ପ୍ୟାଟର୍ଣ୍ଣ ହେଉଛି ଏପରି କୌଣସି ଯାହା ଅନୁଲାଇନ ସପିଂ କରିବା ସମୟରେ ଉତ୍ପତ୍ତିକୁ ଭ୍ରମିତ କରିଥାଏ। ଯେପରିକି ଏକ ଫେକ୍ ଏମାଲ୍‌ସ୍‌ ପରିସ୍ଥିତି ସୃଷ୍ଟି କରିବା। ଉଦାହରଣ ସ୍ୱରୂପ ଅନୁଲାଇନ ପ୍ଲାଟଫର୍ମ ଗୁଡ଼ିକ ବେଳେ ବେଳେ ଏବେ କିଣିବାକୁ ନହେଲେ ଖୁବ୍ ଆଉଁସ୍ ହୋଇଯିବ ବୋଲି କେହି କେହି ଆପଣ ଦେଖିଥିବେ। ଏଭଳି କରି ଗ୍ରାହକଙ୍କ ପାଇଁ ଏମାଲ୍‌ସ୍‌ ପରିସ୍ଥିତି ସୃଷ୍ଟି କରିବ ସପିଂ କମ୍ପାନୀ। ସେହିଭଳି ଗୋପନରେ ଆପଣଙ୍କ ସପିଂ କାର୍ଡରେ ଅଧିକତମ ଜିନିଷ ମଧ୍ୟ ଯୋଡ଼ି ଦିଆଯାଏ, ଆପଣଙ୍କ ଅନିଚ୍ଛା ସତ୍ତ୍ୱେ ସେହି ଅଧିକତମ ସାମଗ୍ରୀ କିଣିବାକୁ ପଡ଼େ। ଯାହା ହିଁ ତାର୍କି ପ୍ୟାଟର୍ଣ୍ଣ ବୋଲି କୁହାଯାଏ। ୨୦୨୩ରେ ଅଧିକତମ ଗାଠିକାଲରେ ତାର୍କି ପ୍ୟାଟର୍ଣ୍ଣ ନିବାରଣ ଏବଂ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ ପାଇଁ ଏପରି ୧୩ଟି ପ୍ୟାଟର୍ଣ୍ଣକୁ ନିଷିଦ୍ଧ କରାଯାଇଛି। ଏଥିରେ ଫଲ୍ସ୍ ଅଲେକ୍ସା, ବାସ୍‌ଟ୍ ଫ୍ରିକ୍ସ, କମ୍‌ଟ୍ ଟେମ୍, ଫୋର୍ସ୍ ଆକ୍ସ, ସର୍ଭିସ୍‌ସ୍‌ ଟ୍ରାପ୍, ଇଣ୍ଟରଫେସ୍ ଇଣ୍ଟରଫେସ୍‌ରେକ୍ସ, ବେଟ୍ ଆକ୍ସ୍ ସ୍ପ୍ରିକ୍, ଡ୍ରାପ୍ ପ୍ରାଇଭ୍, ଡିଭାଇଡ୍ ଆକ୍ସ, ନାରି, ଡ୍ରାପ୍ ଡ୍ରାପ୍, ଏସ୍‌ଏଏଏଏଏ ବିଲ୍ ଏବଂ ରୋଗ୍ ମାଲ୍‌ଡେରେକ୍ସ୍ ଏହି କୌଣସିଗୁଡ଼ିକ ଗ୍ରାହକମାନଙ୍କୁ ଅନାବଶ୍ୟକ ଉତ୍ପାଦ କିଣିବାକୁ କିମ୍ବା ଅନାବଶ୍ୟକ ସର୍ବୁତ୍ପାଦନ ନେବାକୁ ବ୍ୟବହାର କରାଯାଏ। ତିନିଟାଲ୍ ବଜାରରେ ସୁବୁଦ୍ଧ ଆଣିବା ପାଇଁ ୨୦୧୯ ଓ ୨୦୨୧ ଗ୍ରାହକ ସୁରକ୍ଷା ଆଇନ ଅଧୀନରେ ଏହି ନିର୍ଦ୍ଦେଶାବଳୀ ୩୦ ନଭେମ୍ବର, ୨୦୨୩ ରେ କାର୍ଯ୍ୟକାରୀ ହୋଇଥିଲା।

ଆଜିର ସୁନା ଦର



ଯଦି ଆପଣ ଆଜି ସୁନା କିଣିବାକୁ ଚାହୁଁଛନ୍ତି ବା ଯୋଜନା କରିଛନ୍ତି ତେବେ ପ୍ରଥମେ ଜାଣି ନିଆଁ ଆଜିର ସୁନା ଦର। ଆଜି ଭାରତୀୟ ବଜାରରେ ୨୪ କ୍ୟାରେଟ୍ ସୁନା ୧,୨୪,୪୮୦ ଟଙ୍କା ରହିଛି। ସେହିପରି ୨୨ କ୍ୟାରେଟ୍ ସୁନା ଦର ୧,୧୪,୦୦୦ ଟଙ୍କା ରହିଛି। ସେହିପରି ରାଜଧାନୀ ଭୁବନେଶ୍ୱରରେ ୨୪ କ୍ୟାରେଟ୍ ସୁନା ମୂଲ୍ୟ ୧୦ ଗ୍ରାମ ପିଛା ୧,୨୪,୪୮୦ ଟଙ୍କା ରହିଥିବା ବେଳେ ୨୨ କ୍ୟାରେଟ୍ ସୁନାର ମୂଲ୍ୟ ହଜାର ୧,୧୪,୦୦୦ ଟଙ୍କାକୁ ପହଞ୍ଚିଛି। ସେହିପରି ମୁମ୍ବାଇରେ ୨୪ କ୍ୟାରେଟ୍ ମୂଲ୍ୟ ୧,୨୪,୪୮୦ ଟଙ୍କା ଓ ୨୨ କ୍ୟାରେଟ୍ ମୂଲ୍ୟ ୧,୧୪,୦୦୦ ଟଙ୍କା ରହିଛି। ନୂଆଦିଲ୍ଲୀରେ ୨୪ କ୍ୟାରେଟ୍ ୧,୨୪,୬୩୦ ଟଙ୍କା ଓ ୨୨ କ୍ୟାରେଟ୍ ୧,୧୪,୨୫୦ ଟଙ୍କା ରହିଛି। ଦକ୍ଷିଣ ଭାରତର ପ୍ରମୁଖ ସହର ଚେନ୍ନାଇରେ ୨୪ କ୍ୟାରେଟ୍ ମୂଲ୍ୟ ୧,୨୫,୦୨୦ ଟଙ୍କା ଥିବା ବେଳେ ୨୨ କ୍ୟାରେଟ୍ ମୂଲ୍ୟ ୧,୧୪,୬୦୦ ଟଙ୍କା ରହିଛି। ପୂର୍ବ ଭାରତର ପ୍ରମୁଖ ସହର କୋଲକାତାରେ ଯଥାକ୍ରମେ ୧,୨୪,୪୮୦ ଓ ୧,୧୪,୦୦୦ ଟଙ୍କା ରହିଛି। ଅନ୍ୟପଟେ ରୂପା ମୂଲ୍ୟ କିଲୋ ପିଛା ୧,୨୧,୦୦୦ ଟଙ୍କା ହୋଇଛି।

ଜୟଆଲୁକ୍ଷାସ୍ 'ବ୍ରିଲିଆନ୍ସ୍ ଡାୟମଣ୍ଡ୍ ଡୁଏଲରୀ ଶୋ'



ଭୁବନେଶ୍ୱର, ୨୧।୧୧ (ସଂଚାର ବ୍ୟୁରୋ): ନଭେମ୍ବର ୨୦୨୫: ବିଶ୍ୱର ପ୍ରିୟ ଲୁଏଲର, ଜୟଆଲୁକ୍ଷାସ୍, ଭୁବନେଶ୍ୱରରେ ତାଙ୍କର ପ୍ରତୀକାତ୍ମକ ଭୁବନେଶ୍ୱର ଶୋରୁମ୍ ରେ୨୧ ନଭେମ୍ବରରୁ 'ବ୍ରିଲିଆନ୍ସ୍ ଡାୟମଣ୍ଡ୍ ଡୁଏଲରୀ ଶୋ' ସହ ଓଡ଼ିଶାକୁ ଆକର୍ଷିତ କରିବାକୁ ପ୍ରସ୍ତୁତ। ଏହି ବହୁ ଅପେକ୍ଷିତ ପ୍ରଦର୍ଶନୀ ଡାୟମଣ୍ଡ୍ ଅଳଙ୍କାରର କାରୁକଳା, ଶୈଳୀ ଏବଂ ନୂତନତାର ଅବିସ୍ମରଣୀୟ ଉତ୍ସବ ପାଳନ କରିବାକୁ ପ୍ରତିବଦ୍ଧ। ବିବାହ ଶୁଭାର ସେବ୍ ରୁ ଆଧୁନିକ ଦୈନିକ ଚଳନ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ, ଏହି ପ୍ରଦର୍ଶନୀରେ ସେହି ସମସ୍ତ ପ୍ରସ୍ତୁତ ଦର୍ଶାଇଯାଉଛି ଯାହା ସମୟଅନୁସାରେ ପାରମ୍ପରିକତାକୁ ଆଧୁନିକ କଳାକୃତି, ଯାହା କେବଳ ପ୍ରଦର୍ଶନୀ ସମୟରେ ସାମାଜିକ ସମୟ ପାଇଁ ଉପଲବ୍ଧ। ଜୟଆଲୁକ୍ଷାସ୍ ଗ୍ରୁପ୍ ର ଚେୟରମ୍ୟାନ, ଡଃ ଜୟ ଆଲୁକ୍ଷାସ୍‌ହିରାଜି: "ବ୍ରିଲିଆନ୍ସ୍ ଡାୟମଣ୍ଡ୍ ଡୁଏଲରୀ ଶୋ ହେଉଛି ଡାୟମଣ୍ଡ୍ ଅରୁଚ୍ ସୌନ୍ଦର୍ଯ୍ୟ ପ୍ରତି ଆମର ସମ୍ମାନ ଏବଂ ଲୁଏଲରୀ ତିଳାକରଣରେ ଆମର ସଂପୂର୍ଣ୍ଣତା ପ୍ରତି ଆଗ୍ରହ। ଭୁବନେଶ୍ୱର ଆମର ଯାତ୍ରାରେ ଏକ ବିଶେଷ ସ୍ଥାନ ଧାରଣ କରିଛି, ଏବଂ ଉତ୍ସବ ଉତ୍ସବରେ ଏହି ପ୍ରଦର୍ଶନୀ ଗ୍ରାହକମାନଙ୍କ ପାଇଁ ସୌନ୍ଦର୍ଯ୍ୟ, ବ୍ୟକ୍ତିତ୍ୱ ଏବଂ ପୁସ୍ତକ କାରୁକାର୍ଯ୍ୟର ସର୍ବୋତ୍ତମ ପ୍ରତିବିମ୍ବ ଦେଖିବାକୁ ଏକ ବିଶେଷ ସୁଯୋଗ ଦେବ।" ଏହି ଅବସରକୁ ଚିହ୍ନିତ କରିବା ପାଇଁ, ପ୍ରଦର୍ଶନୀ ସମୟରେ ୧ ଲକ୍ଷ ଟଙ୍କା ଓ ତାହାଠାରୁ ଅଧିକ ମୂଲ୍ୟର ଡାୟମଣ୍ଡ୍ ଅଳଙ୍କାର କ୍ରୟ କରିଥିବା ପ୍ରତ୍ୟେକ ଗ୍ରାହକଙ୍କୁ ଏକ ମାଗଣା ସୁବର୍ଣ୍ଣ ମୁଦ୍ରା ଦିଆଯିବ, ଯାହା ଶପିକ୍ ଅନୁଭବକୁ ଅଧିକ ଆଲୋଚିତ କରିବ। ବ୍ରିଲିଆନ୍ସ୍ ଡାୟମଣ୍ଡ୍ ଡୁଏଲରୀ ଶୋ ଜୟଆଲୁକ୍ଷାସ୍, ଭୁବନେଶ୍ୱର ଶୋରୁମ୍ ରେ୨୧ ଡିସେମ୍ବର ୨୦୨୫ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଆୟୋଜିତ ହେବ। ପରିଦର୍ଶନକାରୀମାନେ ଏକ ଅଭୁତ ଡାୟମଣ୍ଡ୍ ଜଗତକୁ ଅନୁସନ୍ଧାନ କରିବାକୁ ଆମନ୍ତ୍ରିତ, ଯେଉଁଠାରେ ପ୍ରତ୍ୟେକ ପିପିଆଭିକାତ୍ୟ, ପ୍ରେମ ଏବଂ କାଳକର୍ଯ୍ୟ ଆକର୍ଷଣର କାହାଣୀ କହନ୍ତି।

ଆଜିର ପେଟ୍ରୋଲ, ଡିଜେଲ୍ ଦର

ଆଜି ପେଟ୍ରୋଲ ଓ ଡିଜେଲ୍ ମୂଲ୍ୟ ପରିବର୍ତ୍ତନ ହୋଇଛି। ପ୍ରତିଲିଟର ଟେଲର ନୂଆ ଦର ନିର୍ଦ୍ଧାରଣ କରାଯାଇଥାଏ। ହେଲେ ଭୁବନେଶ୍ୱରରେ କମିଛି ପେଟ୍ରୋଲ ଏବଂ ଡିଜେଲ୍ ଦର। ଆଜି ଭୁବନେଶ୍ୱରରେ ପେଟ୍ରୋଲ ଦର ୧୦୧.୧୭ ଟଙ୍କା ରହିଥିବା ବେଳେ ଡିଜେଲ୍ ଦର ୯୨.୬୪ ପଇସା ରହିଛି। ସେହିପରି ବିଲ୍ଲୀରେ ପେଟ୍ରୋଲ ଲିଟର ପିଛା ୯୪ ଟଙ୍କା ୬୭ ପଇସା ଓ ଡିଜେଲ୍ 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 ଦର ୯୨ ଟଙ୍କା ୪୯ ପଇସା ରହିଛି।



ତିନିଚକିଆ ଇଭିରେ ବିଶ୍ୱରେ ଭାରତ ଅଗ୍ରଣୀ ସ୍ଥାନରେ ଦ୍ୱିତୀୟ ସ୍ଥାନରେ ଦୁଇଚକିଆ

ନୂଆଦିଲ୍ଲୀ, ୨୧।୧୧: ଇଲେକ୍ଟ୍ରିକ୍ ତିନିଚକିଆ ଯାନ ଗ୍ରହଣୀୟତାରେ ସମଗ୍ର ବିଶ୍ୱରେ ଭାରତ ଅଗ୍ରଣୀ ସ୍ଥାନରେ ରହିଛି। ବ୍ରାଜିଲ୍‌ରେ ତାଲିଥିବା ସିଂଘପିଂଂ ସମ୍ମିଳନୀରେ ପ୍ରକାଶ ପାଇଥିବା ଏକ ରିପୋର୍ଟରୁ ଜଣାପଡ଼ିଛି ଯେ ବିଶ୍ୱର ୫୭ ପ୍ରତିଶତ ଇଲେକ୍ଟ୍ରିକ୍ ତିନିଚକିଆ ଯାନ ଭାରତରେ ତାଲିଛି। ୨୦୨୩-୨୪ରେ ବାର୍ଷିକ ୨୩୩ ପ୍ରତିଶତ ହାରରେ ଭାରତରେ ହାଲୁକା ଇଲେକ୍ଟ୍ରିକ୍ ତିନିଚକିଆ ଯାନ ବିକ୍ରି ହୋଇଛି। ୨୦୨୫ର ପ୍ରଥମ ଛଅ ମାସରେ ମଧ୍ୟ ସେଥିରେ ଉଲ୍ଲେଖନୀୟ ବୃଦ୍ଧି ଘଟିଛି।

କେବଳ ତିନିଚକିଆ ନୁହେଁ, ଦୁଇଚକିଆ ଇଲେକ୍ଟ୍ରିକ୍ ଯାନ ଗ୍ରହଣୀୟତାରେ ମଧ୍ୟ ଭାରତ ଦ୍ୱିତୀୟ ସ୍ଥାନରେ ରହିଛି। ସ୍ୱଳ୍ପ ଶକ୍ତିରେ ଚାଲୁଥିବା ଗାଡ଼ି ଗ୍ରହଣ କରି ଭାରତ ଦ୍ରୁତ ଗତିରେ ଶୁନ୍ୟ ନିର୍ଦ୍ଦିମନ ପରିବହନ ବ୍ୟବସ୍ଥା ଆଡ଼କୁ ଗତି କରୁଛି। ରିପୋର୍ଟରେ କୁହାଯାଇଛି ଯେ ଫେମ୍ ଓ ପିଏମ୍ ଇ-ଡ୍ରାଇଭ୍ ଭଳି ସରକାରୀ ଯୋଜନା ପ୍ରଭାବରେ କାର୍ଯ୍ୟ ଇନ୍ଦ୍ରଜିତରେ ଚାଲୁଥିବା ଗାଡ଼ି ଓ ଇଲେକ୍ଟ୍ରିକ୍ ଯାନ ମୂଲ୍ୟ ମଧ୍ୟରେ ଅନ୍ତର କମ୍ ହୋଇଛି। ଫଳରେ ସେଗୁଡ଼ିକର ଗ୍ରହଣୀୟତା ବୃଦ୍ଧି। ଉଭୟ ସରକାର ଓ ଘରୋଇ ସଂସ୍ଥାଗୁଡ଼ିକ ଇଲ ଗ୍ରହଣୀୟତା ବୃଦ୍ଧିରେ ବିଗତ କାଳ କରୁଛନ୍ତି। ପିଏମ୍ ଇ-ଡ୍ରାଇଭ୍ ସିମ୍‌ରେ ଅଧିକ ଲକ୍ଷ ଇଲେକ୍ଟ୍ରିକ୍ ଦୁଇଚକିଆ ଓ ୩,୨୦,୦୦୦ ଇଲେକ୍ଟ୍ରିକ୍ ତିନିଚକିଆ ପାଇଁ ପ୍ରୋତ୍ସାହନ ପ୍ରଦାନ କରାଯିବ। ଗାଡ଼ି ଓ ଚାର୍ଜିଂ ଇନ୍‌ଫ୍ରାସ୍ଟ୍ରକ୍ଚର ପାଇଁ ୩୧୫ ନିୟୁତ ଟଙ୍କାର ସର୍ବମୁଖ୍ୟ ନିଆଯିବ। ସହାୟକ ସରକାରୀ ନୀତି ପାଇଁ ଘରୋଇ ସଂସ୍ଥାଗୁଡ଼ିକ ମଧ୍ୟ ଇଭିରେ ନିବେଶ କରୁଛନ୍ତି। ୨୦୩୦ ସୁଦ୍ଧା ସବୁ ଗାଡ଼ିକୁ ଇଭି କରିବାକୁ ଗୋମାଟୋ ଲକ୍ଷ୍ୟ ରଖିଛି। ହାଲୁକା ଯାନ ବର୍ଗରେ ଇଭିର ଭାଗ ୨୦୨୩ରେ ୧୪ ପ୍ରତିଶତ ଥିଲା। ୨୦୨୪ରେ ସେହି ହାର ୧୮ ପ୍ରତିଶତକୁ ବୃଦ୍ଧି ପାଇଛି। ଭାରତରେ ବିକ୍ରି ହେଉଥିବା ପ୍ରାୟ ୮୦ ପ୍ରତିଶତ ଗାଡ଼ି ହେଉଛି ଦୁଇଚକିଆ ଓ ତିନିଚକିଆ। ତେଣୁ ସେହି ବର୍ଗରେ ଇଭିକୁ ପ୍ରୋତ୍ସାହିତ କରିବା ଦିଗରେ ଭାରତ ଉଚିତ ପଦକ୍ଷେପ ନେଇଥିବା ଆଇସିପିଟିର ଭାରତ ପରିଚାଳନା ନିର୍ଦ୍ଦେଶକ ଅମିତ ଭଟ୍ଟ କହିଛନ୍ତି। ଭାରତ ସରକାର ମଧ୍ୟମ ଓ ଭାରି ଯାନଗୁଡ଼ିକର ବିଦ୍ୟୁତ୍‌କରଣ କରିବା ଉପରେ କୋର ଦେବା ଆରମ୍ଭ କରିଛନ୍ତି। ଏହି ଯାନଗୁଡ଼ିକର ଅବଦାନ ମୋଟ୍ ବିକ୍ରି ପ୍ରତି ୩ ପ୍ରତିଶତ ରହିଥିଲେ ମଧ୍ୟ ଗାଡ଼ି ଜନିତ ପ୍ରଦୂଷଣ ପ୍ରତି ଅବଦାନ ୪୪ ପ୍ରତିଶତ ରହିଛି।



ଆଇଆର୍‌ଏଆଇକୁ ପଠାଯାଇଛି, ଯାହା ଉପରେ ଆଲୋଚନା କରାଯାଇଛି। ଅର୍ଥ ମନ୍ତ୍ରାଳୟ ବାମା କମ୍ପାନିଗୁଡ଼ିକର ସିଭିଏ, ବଡ଼ ବଡ଼ ହସ୍ତିକାଳ ମାଲିକ ଏବଂ ଆଇଆର୍‌ଏଆଇ ଅଧିକାରୀମାନଙ୍କ ସହ ବୈଠକ କରିଥିଲେ। ଏଥିରେ ଅର୍ଥ ମନ୍ତ୍ରାଳୟ ତରଫରୁ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ବାମା ପ୍ରିମିୟମରେ ପ୍ରତିବର୍ଷ କରାଯାଉଥିବା ମନଇଚ୍ଛା ବୃଦ୍ଧି ଉପରେ ଅସନ୍ତୋଷ ପ୍ରକାଶ ପାଇଛି।

ଶସ୍ତ୍ରା ହୋଇପାରେ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ବୀମା

ବର୍ଦ୍ଧିତ ପ୍ରିମିୟମ ଉପରେ ଲାଗିବ ରୋକ୍

ନୂଆଦିଲ୍ଲୀ, ୨୧।୧୧: ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ବୀମା ପ୍ରିମିୟମରେ ପ୍ରତିବର୍ଷ ବୃଦ୍ଧିରୁ ମିଳିପାରେ ଆଶ୍ୱସ୍ତି। ଏଥିପାଇଁ ସରକାର ଅନେକ ପ୍ରସ୍ତାବ ଆଣିଛନ୍ତି। ଏହା ଅନ୍ତର୍ଗତ ଏକେକ୍ସ୍ କମିଶନ ୨୦% ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ସୀମିତ ହୋଇପାରେ ଏବଂ ହସ୍ତିକାଳଗୁଡ଼ିକରେ ବିକିସ୍ତାର ପ୍ୟାକେଜ୍ ଦର ଉପରେ ଲାଗିପାରେ ଅକ୍ଷୁଣ୍ଣ ବର୍ତ୍ତମାନ ପାଇଁ ଏ ପ୍ରସ୍ତାବକୁ ବୀମା ନିୟମକ ଆଇଆର୍‌ଏଆଇକୁ ପଠାଯାଇଛି, ଯାହା ଉପରେ ଆଲୋଚନା କରାଯାଇଛି। ଅର୍ଥ ମନ୍ତ୍ରାଳୟ ବାମା କମ୍ପାନିଗୁଡ଼ିକର ସିଭିଏ, ବଡ଼ ବଡ଼ ହସ୍ତିକାଳ ମାଲିକ ଏବଂ ଆଇଆର୍‌ଏଆଇ ଅଧିକାରୀମାନଙ୍କ ସହ ବୈଠକ କରିଥିଲେ। ଏଥିରେ ଅର୍ଥ ମନ୍ତ୍ରାଳୟ ତରଫରୁ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ବୀମା ପ୍ରିମିୟମରେ ପ୍ରତିବର୍ଷ କରାଯାଉଥିବା ମନଇଚ୍ଛା ବୃଦ୍ଧି ଉପରେ ଅସନ୍ତୋଷ ପ୍ରକାଶ ପାଇଛି।

ସୁନା ଭଣ୍ଡାରରେ ଭାରତ ଅଷ୍ଟମ ସ୍ଥାନରେ

ନୂଆଦିଲ୍ଲୀ, ୨୧।୧୧: ସୁନା ସର୍ବବେଳେ ଦୁନିଆର ସର୍ବୁତ୍ତମ ସ୍ଥାନୀ ଏବଂ ଭାରତୀୟମାନଙ୍କ ନିବେଶର ମଧ୍ୟମ ହୋଇ ରହିଆସିଛି। ଏଥିପାଇଁ ତା' ବିକଳ ଦେଶର କେନ୍ଦ୍ରୀୟ କ୍ୟାବିନେଟ୍ ଏହାକୁ ରେକର୍ଡ୍ ଗ୍ରହଣ କରୁଛି। ଆଉ ଏହି ନେଶ୍‌ଦେଶ କାରଣରୁ ୨୦୨୫ରୁ ୨୦୨୫ରେ ବାର୍ଷିକ ୨୩୩ ପ୍ରତିଶତ ହାରରେ ଭାରତରେ ହାଲୁକା ଇଲେକ୍ଟ୍ରିକ୍ ତିନିଚକିଆ ଯାନ ବିକ୍ରି ହୋଇଛି। ୨୦୨୫ର ପ୍ରଥମ ଛଅ ମାସରେ ମଧ୍ୟ ସେଥିରେ ଉଲ୍ଲେଖନୀୟ ବୃଦ୍ଧି ଘଟିଛି।

କେବଳ ତିନିଚକିଆ ନୁହେଁ, ଦୁଇଚକିଆ ଇଲେକ୍ଟ୍ରିକ୍ ଯାନ ଗ୍ରହଣୀୟତାରେ ମଧ୍ୟ ଭାରତ ଦ୍ୱିତୀୟ ସ୍ଥାନରେ ରହିଛି। ସ୍ୱଳ୍ପ ଶକ୍ତିରେ ଚାଲୁଥିବା ଗାଡ଼ି ଗ୍ରହଣ କରି ଭାରତ ଦ୍ରୁତ ଗତିରେ ଶୁନ୍ୟ ନିର୍ଦ୍ଦିମନ ପରିବହନ ବ୍ୟବସ୍ଥା ଆଡ଼କୁ ଗତି କରୁଛି। ରିପୋର୍ଟରେ କୁହାଯାଇଛି ଯେ ଫେମ୍ ଓ ପିଏମ୍ ଇ-ଡ୍ରାଇଭ୍ ଭଳି ସରକାରୀ ଯୋଜନା ପ୍ରଭାବରେ କାର୍ଯ୍ୟ ଇନ୍ଦ୍ରଜିତରେ ଚାଲୁଥିବା ଗାଡ଼ି ଓ ଇଲେକ୍ଟ୍ରିକ୍ ଯାନ ମୂଲ୍ୟ ମଧ୍ୟରେ ଅନ୍ତର କମ୍ ହୋଇଛି। ଫଳରେ ସେଗୁଡ଼ିକର ଗ୍ରହଣୀୟତା ବୃଦ୍ଧି। ଉଭୟ ସରକାର ଓ ଘରୋଇ ସଂସ୍ଥାଗୁଡ଼ିକ ଇଲ ଗ୍ରହଣୀୟତା ବୃଦ୍ଧିରେ ବିଗତ କାଳ କରୁଛନ୍ତି। ପିଏମ୍ ଇ-ଡ୍ରାଇଭ୍ ସିମ୍‌ରେ ଅଧିକ ଲକ୍ଷ ଇଲେକ୍ଟ୍ରିକ୍ ଦୁଇଚକିଆ ଓ ୩,୨୦,୦୦୦ ଇଲେକ୍ଟ୍ରିକ୍ ତିନିଚକିଆ ପାଇଁ ପ୍ରୋତ୍ସାହନ ପ୍ରଦାନ କରାଯିବ। ଗାଡ଼ି ଓ ଚାର୍ଜିଂ ଇନ୍‌ଫ୍ରାସ୍ଟ୍ରକ୍ଚର ପାଇଁ ୩୧୫ ନିୟୁତ ଟଙ୍କାର ସର୍ବମୁଖ୍ୟ ନିଆଯିବ। ସହାୟକ ସରକାରୀ ନୀତି ପାଇଁ ଘରୋଇ ସଂସ୍ଥାଗୁଡ଼ିକ ମଧ୍ୟ ଇଭିରେ ନିବେଶ କରୁଛନ୍ତି। ୨୦୩୦ ସୁଦ୍ଧା ସବୁ ଗାଡ଼ିକୁ ଇଭି କରିବାକୁ ଗୋମାଟୋ ଲକ୍ଷ୍ୟ ରଖିଛି। ହାଲୁକା ଯାନ ବର୍ଗରେ ଇଭିର ଭାଗ ୨୦୨୩ରେ ୧୪ ପ୍ରତିଶତ ଥିଲା। ୨୦୨୪ରେ ସେହି ହାର ୧୮ ପ୍ରତିଶତକୁ ବୃଦ୍ଧି ପାଇଛି। ଭାରତରେ ବିକ୍ରି ହେଉଥିବା ପ୍ରାୟ ୮୦ ପ୍ରତିଶତ ଗାଡ଼ି ହେଉଛି ଦୁଇଚକିଆ ଓ ତିନିଚକିଆ। ତେଣୁ ସେହି ବର୍ଗରେ ଇଭିକୁ ପ୍ରୋତ୍ସାହିତ କରିବା ଦିଗରେ ଭାରତ ଉଚିତ ପଦକ୍ଷେପ ନେଇଥିବା ଆଇସିପିଟିର ଭାରତ ପରିଚାଳନା ନିର୍ଦ୍ଦେଶକ ଅମିତ ଭଟ୍ଟ କହିଛନ୍ତି। ଭାରତ ସରକାର ମଧ୍ୟମ ଓ ଭାରି ଯାନଗୁଡ଼ିକର ବିଦ୍ୟୁତ୍‌କରଣ କରିବା ଉପରେ କୋର ଦେବା ଆରମ୍ଭ କରିଛନ୍ତି। ଏହି ଯାନଗୁଡ଼ିକର ଅବଦାନ ମୋଟ୍ ବିକ୍ରି ପ୍ରତି ୩ ପ୍ରତିଶତ ରହିଥିଲେ ମଧ୍ୟ ଗାଡ଼ି ଜନିତ ପ୍ରଦୂଷଣ ପ୍ରତି ଅବଦାନ ୪୪ ପ୍ରତିଶତ ରହିଛି।

ନୂଆଦିଲ୍ଲୀ, ୨୧।୧୧: ସୁନା ସର୍ବବେଳେ ଦୁନିଆର ସର୍ବୁତ୍ତମ ସ୍ଥାନୀ ଏବଂ ଭାରତୀୟମାନଙ୍କ ନିବେଶର ମଧ୍ୟମ ହୋଇ ରହିଆସିଛି। ଏଥିପାଇଁ ତା' ବିକଳ ଦେଶର କେନ୍ଦ୍ରୀୟ କ୍ୟାବିନେଟ୍ ଏହାକୁ ରେକର୍ଡ୍ ଗ୍ରହଣ କରୁଛି। ଆଉ ଏହି ନେଶ୍‌ଦେଶ କାରଣରୁ ୨୦୨୫ରୁ ୨୦୨୫ରେ ବାର୍ଷିକ ୨୩୩ ପ୍ରତିଶତ ହାରରେ ଭାରତରେ ହାଲୁକା ଇଲେକ୍ଟ୍ରିକ୍ ତିନିଚକିଆ ଯାନ ବିକ୍ରି ହୋଇଛି। ୨୦୨୫ର ପ୍ରଥମ ଛଅ ମାସରେ ମଧ୍ୟ ସେଥିରେ ଉଲ୍ଲେଖନୀୟ ବୃଦ୍ଧି ଘଟିଛି।

କେବଳ ତିନିଚକିଆ ନୁହେଁ, ଦୁଇଚକିଆ ଇଲେକ୍ଟ୍ରିକ୍ ଯାନ ଗ୍ରହଣୀୟତାରେ ମଧ୍ୟ ଭାରତ ଦ୍ୱିତୀୟ ସ୍ଥାନରେ ରହିଛି। ସ୍ୱଳ୍ପ ଶକ୍ତିରେ ଚାଲୁଥିବା ଗାଡ଼ି ଗ୍ରହଣ କରି ଭାରତ ଦ୍ରୁତ ଗତିରେ ଶୁନ୍ୟ ନିର୍ଦ୍ଦିମନ ପରିବହନ ବ୍ୟବସ୍ଥା ଆଡ଼କୁ ଗତି କରୁଛି। ରିପୋର୍ଟରେ କୁହାଯାଇଛି ଯେ ଫେମ୍ ଓ ପିଏମ୍ ଇ-ଡ୍ରାଇଭ୍ ଭଳି ସରକାରୀ ଯୋଜନା ପ୍ରଭାବରେ କାର୍ଯ୍ୟ ଇନ୍ଦ୍ରଜିତରେ ଚାଲୁଥିବା ଗାଡ଼ି ଓ ଇଲେକ୍ଟ୍ରିକ୍ ଯାନ ମୂଲ୍ୟ ମଧ୍ୟରେ ଅନ୍ତର କମ୍ ହୋଇଛି। ଫଳରେ ସେଗୁଡ଼ିକର ଗ୍ରହଣୀୟତା ବୃଦ୍ଧି। ଉଭୟ ସରକାର ଓ ଘରୋଇ ସଂସ୍ଥାଗୁଡ଼ିକ ଇଲ ଗ୍ରହଣୀୟତା ବୃଦ୍ଧିରେ ବିଗତ କାଳ କରୁଛନ୍ତି। ପିଏମ୍ ଇ-ଡ୍ରାଇଭ୍ ସିମ୍‌ରେ ଅଧିକ ଲକ୍ଷ ଇଲେକ୍ଟ୍ରିକ୍ ଦୁଇଚକିଆ ଓ ୩,୨୦,୦୦୦ ଇଲେକ୍ଟ୍ରିକ୍ ତିନିଚକିଆ ପାଇଁ ପ୍ରୋତ୍ସାହନ ପ୍ରଦାନ କରାଯିବ। ଗାଡ଼ି ଓ ଚାର୍ଜିଂ ଇନ୍‌ଫ୍ରାସ୍ଟ୍ରକ୍ଚର ପାଇଁ ୩୧୫ ନିୟୁତ ଟଙ୍କାର ସର୍ବମୁଖ୍ୟ ନିଆଯିବ। ସହାୟକ ସରକାରୀ ନୀତି ପାଇଁ ଘରୋଇ ସଂସ୍ଥାଗୁଡ଼ିକ ମଧ୍ୟ ଇଭିରେ ନିବେଶ କରୁଛନ୍ତି। ୨୦୩୦ ସୁଦ୍ଧା ସବୁ ଗାଡ଼ିକୁ ଇଭି କରିବାକୁ ଗୋମାଟୋ ଲକ୍ଷ୍ୟ ରଖିଛି। ହାଲୁକା ଯାନ ବର୍ଗରେ ଇଭିର ଭାଗ ୨୦୨୩ରେ ୧୪ ପ୍ରତିଶତ ଥିଲା। ୨୦୨୪ରେ ସେହି ହାର ୧୮ ପ୍ରତିଶତକୁ ବୃଦ୍ଧି ପାଇଛି। ଭାରତରେ ବିକ୍ରି ହେଉଥିବା ପ୍ରାୟ ୮୦ ପ୍ରତିଶତ ଗାଡ଼ି ହେଉଛି ଦୁଇଚକିଆ ଓ ତିନିଚକିଆ। ତେଣୁ ସେହି ବର୍ଗରେ ଇଭିକୁ ପ୍ରୋତ୍ସାହିତ କରିବା ଦିଗରେ ଭାରତ ଉଚିତ ପଦକ୍ଷେପ ନେଇଥିବା ଆଇସିପିଟିର ଭାରତ ପରିଚାଳନା ନିର୍ଦ୍ଦେଶକ ଅମିତ ଭଟ୍ଟ କହିଛନ୍ତି। ଭାରତ ସରକାର ମଧ୍ୟମ ଓ ଭାରି ଯାନଗୁଡ଼ିକର ବିଦ୍ୟୁତ୍‌କରଣ କରିବା ଉପରେ କୋର ଦେବା ଆରମ୍ଭ କରିଛନ୍ତି। ଏହି ଯାନଗୁଡ଼ିକର ଅବଦାନ ମୋଟ୍ ବିକ୍ରି ପ୍ରତି ୩ ପ୍ରତିଶତ ରହିଥିଲେ ମଧ୍ୟ ଗାଡ଼ି ଜନିତ ପ୍ରଦୂଷଣ ପ୍ରତି ଅବଦାନ ୪୪ ପ୍ରତିଶତ ରହିଛି।



ଶୀତଦିନେ ଗରମ ପାଣି ପିଇବା ଦ୍ୱାରା ଶରୀରକୁ ମିଳେ ଫାଇଦା

ଏବେ ଶୀତ ଦିନ ଚାଲିଛି। ଶୀତଦିନେ ସାଧାରଣତଃ ଆମ ସମସ୍ତଙ୍କର ପାଣିକୁ ନେଇ ଚିତ୍ତେ ଡର ଥାଏ। ପାଣିରେ ଗାଧୋଇବା ଠାରୁ ଆରମ୍ଭ କରି ପାଣି ପିଇବା ଯାଏଁ। ଶୀତଦିନେ ଲୋକେ କମ୍ ପାଣି ପିଅନ୍ତି। ଶୀତଦିନେ ପାଣି କମ୍ ପିଇବା ଦ୍ୱାରା ଶାନ୍ତ ଠିକରେ ହଜମ ହୋଇ ନଥାଏ। ହେଲେ ଆପଣ ଗରମ ପାଣି ପିଇ ଏହି ସମସ୍ୟାକୁ ସମାଧାନ କରିପାରିବେ। ଶୀତଦିନେ ଗରମପାଣି ପିଇବା ଦ୍ୱାରା ଆପଣଙ୍କୁ ବି ଆହୁରି ଅନେକ ଲାଭ ମିଳିବ। ଏକ ସର୍ବେକ୍ଷଣ ମୁତାବକ ଗରମ ପାଣି ପିଇବା ଦ୍ୱାରା ଆପଣଙ୍କ ଶରୀରର ମେଟାବୋଲିକ ହାରରେ ସୁଧାର ଆସିଥାଏ। ଏହା ଫଳରେ ହଜମ ସହିତ କର୍ତ୍ତବ୍ୟ ସମସ୍ୟା ଦୂର ହୋଇଥାଏ। ଅଣ୍ଡା ପାଣି ତୁଳନାରେ ଗରମ ପାଣି ଆପଣଙ୍କ ପାଚନ କ୍ରିୟାକୁ ସର୍ବାଧିକ ତ୍ୱରାନ୍ୱିତ କରିଥାଏ। ଗରମପାଣି ପିଇବା ଦ୍ୱାରା ଅମ୍ଳ, ବାତ ଭଳି ସମସ୍ୟା ଦୂର ହୋଇଥାଏ। ଗରମ ଦିନ ତୁଳନାରେ ଶୀତଦିନେ ରକ୍ତଚାପ ଅଧିକ ରହିଥାଏ। କାରଣ ଶୀତଦିନେ ରକ୍ତ ଘୋଷିକାର ପ୍ରବାହ ଧିମା ପଡ଼ିଯାଇଥାଏ। ଏହି ସମୟରେ ଯଦି ଆପଣ ଗରମ ପାଣି ପିଇଛନ୍ତି ତେବେ ତାହା ଆପଣଙ୍କ ରକ୍ତ ପ୍ରବାହର ଗତିକୁ ତ୍ୱରାନ୍ୱିତ କରିଥାଏ। ଏହାଦ୍ୱାରା ରକ୍ତ ସଂଚାଳନରେ ସୁଧାର ଆସିଥାଏ। ଶୀତ ଋତୁରେ ଅନେକ

ଲୋକଙ୍କର ମାଂସପେଶୀରେ ଦରଜ ହୋଇଥାଏ। ଏହାର କାରଣ ଭାବେ ତାପମାତ୍ରା ହ୍ରାସ ବୋଲି କୁହାଯାଇଥାଏ। ଫଳରେ ଗଣ୍ଠିଗୁଡ଼ିକ ଯୋଗେଇ ସ୍ଥାନରେ ଲୋକମାନେ ଦରଜ ଅନୁଭବ କରିଥାନ୍ତି। ଏଣୁ ଶୀତଋତୁରେ ଗରମପାଣି ପିଇବା ଦ୍ୱାରା ମାଂସପେଶୀ ସଂକଳିତ ହୋଇଥାଏ ଓ ଗଣ୍ଠି ଦରଜ କମ ହୋଇଥାଏ। ଶୀତ ଋତୁରେ ମେଟାବୋଲିଜିମ ହାର କମିବା ଫଳରେ ମଣିଷର ଓଜନ ବୃଦ୍ଧି ହୋଇଥାଏ। ଯଦି ଆପଣ ଶୀତ ଋତୁରେ ଗରମପାଣି ପିଇଛନ୍ତି ତେବେ ତାହା ମେଟାବୋଲିଜିମ ସିଖ୍ମକୁ ବିକ୍ଷୁବିତ କରି ଶରୀରରେ କମିଥିବା କର୍ମ କମ କରିବାରେ ସହାୟକ ହୋଇଥାଏ। ଶୀତଦିନେ ବିଶେଷ ଭାବେ ନାକ ଓ ଗଳାରେ ସମସ୍ୟା ଦେଖାଦେଇଥାଏ। ନାକରୁ ପାଣି ଗତିବା, ଗଳା ସଂକ୍ରମିତ ହୋଇ କାଶ ହେବା ଭଳି ଲକ୍ଷଣ ଅଧିକାଂଶ ଲୋକଙ୍କ ଠାରେ ଦେଖିବାକୁ ମିଳିଥାଏ। ଗରମ ପାଣିରେ ଲୁଣ ଓ ଅବା ରଖି ମିଶାଇ କୁଳିକଲେ ଏହି ସମସ୍ୟାରୁ ମୁକ୍ତି ମିଳିଥାଏ।



ହୃତପିଣ୍ଡ ପାଇଁ ଗୁଜୁରାତି ବେଣ୍ଟ ଉପକାରୀ

ଗୁଜୁରାତିରେ ଅନେକ ପ୍ରକାର ଉପକାରୀ ଗୁଣ ଭରି ରହିଛି। ଏହା ପାଚନ କ୍ରିୟାକୁ କେତେକାଂଶରେ ସକ୍ରିୟ କରିଥାଏ। ତା'ସହ ଶରୀରରେ ଥିବା ଏନ୍‌କାଇମ୍‌ସ୍‌ ଚକ୍ରକୁ ମଧ୍ୟ ଦୃଢ଼ କରେ। ଶ୍ୱାସକ୍ରିୟାକୁ ସତେକ ରଖି ଗୁଜୁରାତି ଏହାକୁ ଖାଇଲେ ପାଚିରେ ଥିବା ବ୍ୟାକ୍ଟେରିଆ ନଷ୍ଟ ହୋଇଯାଇଥାଏ। ଲକ୍ଷଣ ବିଶ୍ୱବିଦ୍ୟାଳୟ ପକ୍ଷରୁ ହୋଇଥିବା ସର୍ବୋତ୍ତମ ଜଣାପଡ଼ିଛି ଯେ ଗୁଜୁରାତି ଖାଇବା ଦ୍ୱାରା ହୃତପିଣ୍ଡ କାର୍ଯ୍ୟଧାରା କେତେକାଂଶରେ ସକ୍ରିୟ ରଖିଥାଏ। ଏଥିରେ ଆର୍ଡି ଅକ୍ସିଡାନ୍ସ ଗୁଣ ମଧ୍ୟ ରହିଛି, ଯାହାଦ୍ୱାରା ରକ୍ତ ସଫାକରଣ ପୂର୍ବଦେୟା ସକ୍ରିୟ ରହିଥାଏ। ଗୁଜୁରାତିରେ ଏଭଳି ତତ୍ତ୍ୱ ରହିଛି, ଯାହା ଶରୀରରେ ଥିବା ବିଷାକ୍ତ ଜିନିଷଗୁଡ଼ିକୁ ବାହାର କରିଦିଏ। ସବୁଠାରୁ ଖାସ୍ କଥା ହେଲା, ଏହା ଓଜନକୁ ମଧ୍ୟ ସହଜରେ ରଖେ। ତାହାଦେଖି ସମସ୍ୟା ସହ କର୍ତ୍ତବ୍ୟ ଏହାକୁ ଖାଇପାରିବେ। ରୋଗ ପ୍ରତିରୋଧକ ଶକ୍ତିକୁ ଦୃଢ଼ କରେ ଗୁଜୁରାତି। ଏହା ମଧ୍ୟ ଶରୀରରେ ଶକ୍ତି ସଞ୍ଚାର କରିଥାଏ।

ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ପ୍ରତି ହିତକର ସୁଆଦିଆ ମାଣ୍ଡିଆ କାକରା କରିବେ କେମିତି ?



ମାଣ୍ଡିଆ ଆମ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ପାଇଁ ଅତି ଉପକାରୀ । ଏଥିରେ ପ୍ରୋଟିନ୍, ଫାଇବର, କ୍ୟାଲ୍‌ସିୟମ୍ ଭରିହୋଇ ରହିଛି। ଆସବୁ ମାଣ୍ଡିଆ ତୁମ୍ଭରେ ଦେଖାଇବା ସୁଆଦିଆ କାକରା ପିଠା।
ସାମଗ୍ରୀ: ଏଥିପାଇଁ ଦୁଇକପ୍ ମାଣ୍ଡିଆ ତୁମ୍ଭ, ବାଇଝିଂ ପାଇଁ ଅଧାକପ୍ ଅବା/ମଇଦା ନେବା। ଉଭୟ ଅଂଗକୁ ଭଲଭାବରେ ମିଶାଇ ଦିଅନ୍ତୁ। ଏଥର ପୁର ତିଆରି ପାଇଁ କରେଇରେ ଗୋଟେ ବାମଦ ଗୁଆଁସି ଦିଅନ୍ତୁ। ଗରମ ହେଲେ ସେଥିରେ ଗୋଟେ କପ୍ ପାଣି ନିରିତା ଛେନା ଦିଅନ୍ତୁ। ଚିକେ ଭାଲି ହେଲେ ଦେହକୁ ନଡ଼ିଆ କୋରା ଦିଅନ୍ତୁ। ନଡ଼ିଆ କୋରା ଭାଲି ହୋଇ ଆସିଲେ ସେଥିରେ ଭୋଟେ କପ୍ ଚିନି/ଗୁଡ଼, ଗୋଟେ ବାମଦ ଗୋଲମରିଚ ଓ ଦାରିଚ ଗୁଜୁରାତିକୁ ଗୁଣ୍ଡ କରି ମିଶେଇ ପୁର ପାଗ ହୋଇଗଲେ ତଳକୁ ଓହ୍ଲାଇ ଦିଅନ୍ତୁ। ଏଥରେ ଗୋଟେ ବଡ଼ କଟକେଇ (ନନ୍‌ସ୍କିକ୍ ହେଲେ ଭଲ) ନେଇ ସେଥିରେ ୪ କପ୍ ପାଣି ଗରମ କରନ୍ତୁ। ପାଣିରେ ଦୁଇଟି ତେଲପତ୍ର, ଗୋଟେ ବାମଦ ଲୁଣ, ଦୁଇ/ତିନି ବାମଦ ଚିନି, ଗୋଟେ ବାମଦ ପାଚନମୁରା, ଗୋଟେ ବଡ଼ ବାମଦ ଗୁଆଁସି ଦେଇ ପାଣି ଫୁଟିଲେ ଗାଧାଏକୁ ପୁରା କମେଇ ଦେଇ ମାଣ୍ଡିଆ ତୁମ୍ଭକୁ ଧିରେ ଧିରେ ଗୋଳାନ୍ତୁ, ଯେମିତି ଗୋଟା ନ ରହେ। ପୁରା ଯଦି ହୋଇ ମିଶ୍ରଣଟି ଶୁଖିଲା ହୋଇ ଆସିଲେ ତାକୁ ଘୋଡ଼େଇ ଦେଇ ଗାଧାଏ ବନ୍ଦ କରନ୍ତୁ। ଗୋଟେ ଆଲି ବା କଦଳୀପତ୍ର ଉପରେ ଘିଅ ମାରି ଦୁଇ/ଚାରି ମିନିଟ୍ ପରେ ଯତ୍ନଶୀଳ ଭାଙ୍ଗନ୍ତୁ। ହାତ ସହିଲା ପରି ଅଣ୍ଡା ହେଲେ ଆଉଟିକେ ତଳଟି ଦେଇ ପାଣି ହାତ ହୋଇ ଛୋଟ ଛୋଟ ଗୁଳା କରି କାକରା ପିଠା ଗଢ଼ି ତା' ଭିତରେ ପୁର ଦିଅନ୍ତୁ ଏବଂ ଚିକେ ତଳକା କରି ସବୁକେ ପିଠା ଗଢ଼ି ଗରମ ତେଲ/ଘିଅରେ କାକରାତକ ଛାଣନ୍ତୁ। ପରିବାର ସହ ଗରମ ଗରମ ପରଷନ୍ତୁ।

ଭିଜା ତଣା ଖାଇଲେ ଆର୍ଶ୍ୱର୍ଯ୍ୟଜନକ ଫାଇଦା

ସୁସ୍ଥ ଜୀବନଯାପନ କରିବାକୁ ସମସ୍ତେ ଚାହଁଥାନ୍ତି। ଏଥି ପାଇଁ ଲୋକେ ବହୁତ ପ୍ରକାରର କାର୍ଯ୍ୟ ମଧ୍ୟ କରିଥାନ୍ତି। କେହି କେହି କମ୍ ଯାଇ ନିଳକୁ ଫିଙ୍ଗି ରଖିଛନ୍ତି ତ ଆଉ କେହି ମଣ୍ଡିଆକୁ ଯାଇ ଫିଙ୍ଗି ରଖିଛନ୍ତି। ଏଥି ସହ ଲୋକମାନେ ତାଏଟ୍ ମଧ୍ୟ ମେଣ୍ଡେନ୍ କରୁଛନ୍ତି। ଏହି ସବୁ କରିବା ପରେ ମଧ୍ୟ ଲୋକେ ସୁସ୍ଥ ରହିପାରନ୍ତି ନାହିଁ। ତେବେ ଆଜି ଆପଣଙ୍କୁ ଏକ ଖାଇବା ବିଷୟରେ କହିବୁ ଯାହାକୁ ଖାଇଲେ ଆପଣ ସୁସ୍ଥ ଜୀବନଯାପନ କରିପାରିବେ। ତେବେ ଆସନ୍ତୁ ସେହି ଖାଦ୍ୟ ସମ୍ପର୍କରେ ଜାଣିବା। ଏହି ଖାଦ୍ୟର ନାମ ହେଉଛି 'ତଣା'। ତଣାକୁ ଖାଇଲେ ଶରୀର ସୁସ୍ଥ ରହିଥାଏ। ଏଥି ସହ ବିଭିନ୍ନ ପ୍ରକାର ରୋଗ ଦୂର ହେବାକୁ ମଧ୍ୟ ଲାଗିଥାଏ। ଅଧିକାଂଶ ଲୋକେ ବିଭାରେ ପଡ଼ି ଯାଆନ୍ତି, କାହିଁକି ନା ଏହି ତଣାକୁ କିପରି ଖାଇଲେ ଭଲ ଲାଭ ମିଳିବ। କିଛି ଲୋକ ଏହି ତଣାକୁ ଭାଜି ଖାଉଥିବାରଦେଲେ ଆଉ କିଛି ଲୋକ ଏହାକୁ ଭିଜାଇ ଖାଇଥାନ୍ତି। ତେବେ ଆସନ୍ତୁ ଜାଣିବା ଏହି ଭିଜା ତଣାର ଲାଭ ବିଷୟରେ ଆମେ ଆପଣଙ୍କୁ ଆଜି କଣାଉ। ଏଥିରେ ପ୍ରୋଟିନ୍, ଫାଇବର, ଭିଟାମିନ୍ ଏବଂ ଖଣିଜ ପଦାର୍ଥରେ ଭରପୁର ହୋଇଥାଏ। ତଣାକୁ ଭିଜାଇ ରଖିବା ଦ୍ୱାରା ପୋଷକ ତତ୍ତ୍ୱର ଗୋଷ୍ଠୀ ବୃଦ୍ଧି ପାଇଥାଏ। ତଣାକୁ ଭିଜାଇ ଖାଇବା ଦ୍ୱାରା ପାଚନ ଶକ୍ତି ଉନ୍ନତ ହୁଏ ଏବଂ ଗାଧାଏ ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ସମସ୍ୟା ଦୂର ହେବାକୁ ଲାଗିଥାଏ। ଭିଜା ତଣାରେ ପ୍ରୋଟିନ୍ ଏବଂ ଫାଇବରର ପରିମାଣ ଅଧିକ ଥିବାରୁ ଏହା ଓଜନ ନିୟନ୍ତ୍ରଣରେ ମଧ୍ୟ ସହାୟକ କରେ। ଯଦି ଆପଣ ଓଜନ ସମସ୍ୟାକୁ ନେଇ ଚିନ୍ତାରେ ରହୁଛନ୍ତି ତେବେ ଆପଣ ନିଶ୍ଚିତ ଭାବରେ ଭିଜା ତଣାକୁ ନିଜ ଖାଇବା ଲିଷ୍ଟରେ ଆବ୍ଦ କରନ୍ତୁ। ଖୁବ୍ ଅଳ୍ପ ଦିନ ମଧ୍ୟରେ ଆପଣଙ୍କର ଓଜନରେ ଫରକ ଦେଖିବାକୁ ପାଇବେ। ଏଥି ସହ ଭିଜା ତଣା ମ୍ୟାଗ୍ନେସିୟମ ଏବଂ ପୋଟାସିୟମ ଭଳି ଖଣିଜ ପଦାର୍ଥର ଏକ ଭଲ ଉତ୍ସ ବୋଲି ବିବେଚନା କରାଯାଏ।

କେଶ ଝଡ଼ୁଥିବାରୁ ଅଛନ୍ତି କି ଚିହ୍ନିତ !

ବନ୍ଦୁଥିବା ଜୀବନଶୈଳୀ କାରଣରୁ କେଶ ଉପରେ ଖରାପ ପ୍ରଭାବ ପକାଇଥାଏ। ଯଦି କେଶର ସଠିକ୍ ଭାବେ ଯତ୍ନ ନିଆଯାଏ ତାହେଲେ ବହୁତ ସମସ୍ୟା ସୃଷ୍ଟି ହୋଇପାରେ। ଯଥା-କେଶ ଝଡ଼ିବା, ତେନତୁଫ, ସୁଖ କେଶ ଆଦି। କିନ୍ତୁ ଏହାଠାରୁ ଦୂରରେ ରହିବା ପାଇଁ କରୁଥିବା କୁହେ ଯେ ଆପଣ ବାମା ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷରୁ ବୁଦ୍ଧି ହାର କରନ୍ତୁ କିମ୍ବା ପାଇଁରେ ପଇସା ଖର୍ଚ୍ଚ କରନ୍ତୁ। ଅନେକ ସମୟରେ ଆମେ ରୋଷେଇରେ ମେଥି ବୁଦ୍ଧି ହାର କରିଥାଉ। ସେହି ମେଥି ଖାଦ୍ୟର ସ୍ୱାଦ ବଢ଼ାଇବା ସହିତ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ଏବଂ କେଶ ସମସ୍ୟାରୁ ମୁକ୍ତି ଦେଇଥାଏ। ମେଥି ମଞ୍ଜି ଔଷଧୀୟ ଗୁଣରେ ପରିପୁର୍ଣ୍ଣ। ପ୍ରତିଦିନ ସକାଳେ ଏହାର ପାଣି ପିଇବା ଦ୍ୱାରା ଓଜନ ହ୍ରାସ, ମଧୁମେହ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ କିମ୍ବା ପାଚନ ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ସମସ୍ୟାରୁ ମୁକ୍ତି ମିଳିଥାଏ। ଏହା ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ କର୍ତ୍ତବ୍ୟ ସମସ୍ୟା ଦୂର କରିବା ସହିତ କେଶ ସମସ୍ୟାରୁ ମଧ୍ୟ ରକ୍ଷା କରିଥାଏ। ମେଥିରେ ପ୍ରୋଟିନ୍, ଭିଟାମିନ୍ ସି, ପୋଟାସିୟମ, ଆଇରନ, ନିକୋଟିନିକ ଏଥିର ଏବଂ



ଲେସିଥିନ ପ୍ରଚୁର ପରିମାଣରେ ମିଳିଥାଏ। ଏହିସବୁ ତତ୍ତ୍ୱ କେଶରେ ମଜବୁତୀ ଏବଂ ତମକ ବଢ଼ାଇବାରେ ସାହାଯ୍ୟ କରିଥାଏ। ଏହାର ବୁଦ୍ଧି ହାର କରିବାକୁ ହେଲେ ପ୍ରଥମେ ଗରମ ପାଣିରେ ମେଥି ବାମାକୁ ରାତିସାରା ଫୁଲିବା ପାଇଁ ଛାଡ଼ିଦେବେ। ପରେ କେଶର ସମସ୍ୟା ହିସାବରେ ଆପଣ ଏଥିରେ ବାକି କିଛି ମିଶାଇ ହେୟାର ମାଷ୍ଟ ତିଆରି କରିବେ। ଯଦି ଆପଣ କେଶ ଝଡ଼ିବା ବନ୍ଦ କରିବାକୁ ଚାହଁଛନ୍ତି ତାହେଲେ ରାତିସାରା ଭିଜେଇକରି ରଖିଥିବା ମେଥି ବାମାକୁ ପେଣି ପେଷ୍ଟ ପ୍ରସ୍ତୁତ କରିଦିଅନ୍ତୁ। ଏହାପରେ ଏଥିରେ ନଡ଼ିଆ ତେଲକୁ ମିଶାଇ କେଶର ମୂଳରେ ଲଗାନ୍ତୁ। ହେୟାର ମାଷ୍ଟକୁ ୩୦ ରୁ ୪୦ ମିନିଟ୍ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଶୁଖିବାକୁ ଛାଡ଼ି ଦିଅନ୍ତୁ। ଏହାପରେ ସାମ୍ପୁରେ କେଶକୁ ଭଲଭାବେ ଧୋଇ ଦିଅନ୍ତୁ। ସପ୍ତାହରେ ଏହିଭଳି ଥରେ ବୁଦ୍ଧି ହାର କଲାପରେ କେଶ ଉଠିବା ଆରମ୍ଭ ହୋଇଯିବ। ରାତିସାରା ଗରମ ପାଣିରେ ଭିଜା ହୋଇ ରଖାଯାଇଥିବା ମେଥି ବାମାକୁ ଦହି ସହିତ ପେସି ଦିଅନ୍ତୁ। ଏହାପରେ ଏହି ପେଷ୍ଟକୁ କେଶରେ ଲଗାଇ ଘଷାଏ ପରେ ଶାଖି ଲଗାଇ ଧୋଇ ଦିଅନ୍ତୁ। ସପ୍ତାହରେ ଦୁଇଥର ଏହି ମାଷ୍ଟକୁ ବୁଦ୍ଧି ହାର କଲେ ଫରକ ଅଳ୍ପ ଦିନରେ ଜାଣିପାରିବେ। ପୁରୁଣା କେଶର ଚମକ ଆଣିବା ଏବଂ ସ୍ୱାଲ୍ପରେ ଶୁଖିତା ଦୂର କରିବାକୁ ହେଲେ ରାତିସାରା ଭିଜାଇ ରଖିଥିବା ମେଥି ବାମାକୁ ପେସି ପେଷ୍ଟ ପ୍ରସ୍ତୁତ କରନ୍ତୁ। ଏଥିରେ ଅଣ୍ଡାର ହଳଦିଆ ଅଂଶକୁ ମିଶାଇ କେଶରେ ଅଧିକାଂଶ ଲଗାଇ ଶୁଖିବା ପାଇଁ ଛାଡ଼ି ଦିଅନ୍ତୁ। ଏହାପରେ ସାମ୍ପୁ ଲଗାଇ କେଶକୁ ଧୋଇ ଦିଅନ୍ତୁ। ମାସରେ ହାରାହାରି ଦୁଇଥର ଏପରି କରିବା ଦ୍ୱାରା ଆପଣଙ୍କୁ ଫାଇଦା ମିଳିଥାଏ।

୬ ଘଣ୍ଟାରୁ କମ୍ ନିଦ୍ରା ଶରୀର ପାଇଁ କ୍ଷତିକାରକ

ଆଜିକାଲିର ପ୍ରଚ୍ଚଳ ଜୀବନଶୈଳୀରେ ଅନେକ ଲୋକ ୫ରୁ ୬ ଘଣ୍ଟା ନିଦରେ କାମ ଚଳାଇ ନେଉଛନ୍ତି। ତେବେ ନୂତନ ଗବେଷଣାରୁ ଜଣାପଡ଼ିଛି ଯେ, ଲଗାତାର ୬ ଘଣ୍ଟାରୁ କମ୍ ଶୋଇବା ଦ୍ୱାରା ଏହାର ପ୍ରଭାବ କେବଳ ଅଳ୍ପପାତ୍ର ମଧ୍ୟରେ ସୀମିତ ନ ରହି ମସ୍ତିଷ୍କ, ହୃଦୟ, ମେଟାବୋଲିଜିମ ଏବଂ ରୋଗ ପ୍ରତିରୋଧକ ଶକ୍ତି ସମେତ ଶରୀରର ଅନେକ ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ପ୍ରକ୍ରିୟାକୁ ବିଗାଡ଼ି ଦିଏ। ବିଶେଷକରି ମତରେ ପ୍ରତ୍ୟେକ ବୟସ୍କ ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କ ପାଇଁ ଦୈନିକ ଅତି କମରେ ୭-୯ ଘଣ୍ଟା ନିଦ ନେବା ଜରୁରୀ। କମ୍ ନିଦ ହେତୁ ଭୋକ ଏବଂ ମେଟାବୋଲିଜିମ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ କରୁଥିବା ହରମୋନ୍ସ ପ୍ରଭାବିତ ହୁଏ। ୬-୯ ଘଣ୍ଟା ଶୋଇଥିବା ଲୋକଙ୍କ କ୍ଷେତ୍ରରେ ପ୍ରି-ଡାଇବେଟିସ୍ କିମ୍ବା ଡାଇବିଟିସ୍-୨ ବାଲକେଟିସ୍ ହେବାର ଆଶଙ୍କା ବୃଦ୍ଧିପାଏ। ଏହା ସହିତ ଭୋକ ବଢ଼ାଇଥିବା ହରମୋନ୍ସ ('ଗ୍ରେଲିନ୍') ବୃଦ୍ଧିପାଏ ଓ ପେଟ ଭରିଥିବାର ସଙ୍କେତ ଦେଉଥିବା ହରମୋନ୍ସ ('ଲେପ୍ଟିନ୍') କମିଯାଏ। ଫଳରେ ଖାଇବା କମ୍ ବଡ଼ି ଏବଂ ଶାଫ୍ ମୋଟାପଣ ଦେଖାଦିଏ। ନିଦ୍ରାର ଅଭାବରେ ମସ୍ତିଷ୍କରେ ବିଷାକ୍ତ ପଦାର୍ଥ ଜମା ହେବାକୁ ଲାଗେ। ସ୍ମରଣ ଶକ୍ତି, ଧ୍ୟାନ ଏବଂ ନିଷ୍ଠା ନେବାର କ୍ଷମତା ପ୍ରଭାବିତ ହୁଏ। ଏହା ବିକୃତପାଚନ, ତିକ୍ତା ଏବଂ ଡିପ୍ରେସନ୍ ଭଳି ଲକ୍ଷଣ ସୃଷ୍ଟି କରେ ଏବଂ ବାର୍ଷିକାକାର ଭାବରେ 'ଡିମେନ୍ଟିଆ' ରୋଗର ବିପଦ ବଢ଼ାଇଥାଏ। ୬ ଘଣ୍ଟାରୁ କମ୍ ନିଦ ଶରୀରର ଶହ ଶହ ଜିନିଷକୁ ପ୍ରଭାବିତ କରେ, ବିଶେଷ କରି ରୋଗ ପ୍ରତିରୋଧକ ଶକ୍ତି ସହ କର୍ତ୍ତବ୍ୟ କିମ୍ବା ଏହାର ପରିଣାମ ସ୍ୱରୂପ, ଶରୀର ଦୁର୍ବଳ ହୁଏ, ସଂକ୍ରମଣ ଶୀଘ୍ର ହୁଏ ଏବଂ ଆରୋଗ୍ୟ ଧାର ହୋଇଯାଏ। ଏହା 'ଡିପ୍ରେସନ୍' ଏବଂ ଶରୀରର ବିକାଶ ହରମୋନ୍ସ ଉପରେ ମଧ୍ୟ ପ୍ରଭାବ ପକାଏ। ଅନେକ ଗବେଷଣା ଅନୁଯାୟୀ, ଦୈନିକ ୫ ଘଣ୍ଟା କିମ୍ବା ତା'ଠାରୁ କମ୍ ଶୋଇଥିବା ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କ କ୍ଷେତ୍ରରେ ଅନାଲ ମ୍ୟୁଟର ଆଶଙ୍କା ପ୍ରାୟ ୧୫ ପ୍ରତିଶତ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ବୃଦ୍ଧିପାଏ। ଉପାୟ: ନିଦ୍ରା ଶରୀରର ମୌଳିକ ଆବଶ୍ୟକତା। ଏହାକୁ ଅଣବେଶା କରିବା ପରିବର୍ତ୍ତେ ନିମ୍ନଲିଖିତ ପଦକ୍ଷେପ ଗ୍ରହଣ କରନ୍ତୁ। ପ୍ରତିଦିନ ଏକ ନିଶ୍ଚିତ ସମୟରେ ଶୋଇବା ଓ ଉଠିବା ଅଭ୍ୟାସ କରନ୍ତୁ। ଶୋଇବା ପୂର୍ବରୁ ମୋବାଇଲ୍, ଲାପଟପ୍ କିମ୍ବା ଚାଟ ଆଲୋକରୁ ଦୂରରେ ରୁହନ୍ତୁ। ଶୋଇବା ପୂର୍ବରୁ ଅଳ୍ପ ଅଳ୍ପ ଏବଂ ଅଳ୍ପକାଳୀନ ଯତ୍ନ।



