















କୋରାପୁଟ, (ଭାଷର ନ୍ୟୁଜ୍) କୋରାପୁଟ ପୋଲିସ ଥାନାରେ ପଡ଼ିଆରେ ୯୦ତମ ପୋଲିସ ପ୍ରତିଷ୍ଠା ଦିବସ ପାଳିତ ହୋଇଯାଇଛି ।

କୋରାପୁଟ, (ଭାଷର ନ୍ୟୁଜ୍) କୋରାପୁଟ ପୋଲିସ ଥାନାରେ ପଡ଼ିଆରେ ୯୦ତମ ପୋଲିସ ପ୍ରତିଷ୍ଠା ଦିବସ ପାଳିତ ହୋଇଯାଇଛି ।

ଗାନ୍ଧର୍ବ କଳା ଛତ୍ରପୁରକୁ ଦେଇଛି ପରିଚୟ

ଛତ୍ରପୁର, (ଭାଷର ନ୍ୟୁଜ୍) : ଛତ୍ରପୁର ଅନନ୍ୟ କଳା ଦର୍ପଣ'ର ଦ୍ୱିତୀୟ ବାର୍ଷିକ ଉତ୍ସବ- ୨୦୨୫ ପ୍ରାନ୍ତୀୟ କଳା ସଂସ୍କୃତି ଭବନରେ ଆୟୋଜିତ ହୋଇଯାଇଛି ।



ଏହି କଳାକାର ଲୋକ ସଂସ୍କୃତି, ଲୋକକଳା, ରାଜ୍ୟ, ଦେଶ ଓ ଦେଶ ବାହାରେ ପ୍ରଦର୍ଶନ କରି ଇତିହାସରେ ଏକ ନିଆରା ଗାଥା ବର୍ଣ୍ଣନା କରି ଆସିଛି ।

ନିଆରା ଜଙ୍ଗଲେ ଜନ୍ମ ଦିନ ପାଳିତ

କଟକ, (ଭାଷର ନ୍ୟୁଜ୍) : ଜନ୍ମ ଦିନ ପ୍ରତିବର୍ଷ ନିଆରା ଜଙ୍ଗଲେ ପାଳନ କରନ୍ତି ବର୍ଷା ପ୍ରୟତ୍ନଶୀଳ ସାହିତ୍ୟ କର୍ମୀ ।



ବୁକ୍ସରୀୟ ଖଡ଼ିଛୁଆଁ ଉତ୍ସବ

ପରଜଙ୍ଗ (ଭାଷର ନ୍ୟୁଜ୍) : ଦେବାନାଳ ଜିଲ୍ଲା ପରଜଙ୍ଗ ଗୋଷ୍ଠୀ ଶିକ୍ଷାଧିନ ୧୩୪୫ରେ ଥିଲେ ଶ୍ରେଣୀ ପ୍ରବେଶ ଓ ଖଡ଼ିଛୁଆଁ ଉତ୍ସବ ଦ୍ୱାରା ତାରିଖ ଠାରୁ ପାଞ୍ଚ ତାରିଖ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଛୁଇଁ ହୋଇଥିବା ବେଳେ ଚଉଦ ଦିନ ପାଇଁ ପରଜଙ୍ଗ ଶିଶୁ ଶିଖାବାର୍ତ୍ତାକାରେ ନାମଲେଖା ପାଇଁ ଧାର୍ଯ୍ୟ ରଖି କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ ଜାରି ରହିଅଛି ।

ଭାବେ ଜିଲ୍ଲା ପରିଷଦ ସଭ୍ୟ ନିରାକାର ପ୍ରଧାନ, ସମ୍ମାନିତ ଅତିଥି ଭାବେ ବିଜୁ ଚନ୍ଦ୍ର ସିଂହ ଉପସାହାୟ ଯଶସ୍ୱିନୀ ରାଉତ, ଏବିଜିଏ ସତ୍ୟଜିତ ସାହୁ, ବିଦ୍ୟାଳୟ ପ୍ରଧାନ ଶିକ୍ଷକମତୀ ସମ୍ବିତା ନନ୍ଦ, ୧୦୮ଜଣ ଶିଶୁ ଶିଖାବାର୍ତ୍ତାକାରେ ନାମଲେଖା ପାଇଁ ଧାର୍ଯ୍ୟ ରଖି କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ ଜାରି ରହିଅଛି ।

ପାନକରେ ପାଞ୍ଚ ବର୍ଷରୁ ଅଧିକ ବୟସର ଶିଶୁ ଶିଖାବାର୍ତ୍ତାକାରେ ନାମ ଲେଖାଇ ଛଅ ବର୍ଷ ବୟସରେ ପ୍ରଥମ ଶ୍ରେଣୀରେ ପଢ଼ିଲେ ଶିଶୁର ନୈତିକ, ବୌଦ୍ଧିକ ଓ ଶିକ୍ଷାର ଦକ୍ଷତା ଉପରେ ସ୍ପଷ୍ଟ ହୋଇପାରିବ ବୋଲି ଅତିଥି ମାନେ ବକ୍ତବ୍ୟ ରଖିଥିଲେ ।



ବିବେକାନନ୍ଦ ଶିକ୍ଷା କେନ୍ଦ୍ରର ବାର୍ଷିକ ଉତ୍ସବ



ବୋଲଗଡ଼, (ଭାଷର ନ୍ୟୁଜ୍) : ବୋଲଗଡ଼ ଶିକ୍ଷା କେନ୍ଦ୍ର ଅନ୍ତର୍ଗତ ଦେଉଳି ଅଗ୍ରଣୀ ଶିକ୍ଷା ଅନୁଷ୍ଠାନ ବିବେକାନନ୍ଦ ଶିକ୍ଷା କେନ୍ଦ୍ରର ୨୪ତମ ବାର୍ଷିକ ଉତ୍ସବ ମହାଆଡ଼ମ୍ବରରେ ଅନୁଷ୍ଠିତ ହୋଇଯାଇଛି ।

କରିଥିଲେ । ଶିକ୍ଷା ଅନୁଷ୍ଠାନର ବିଭିନ୍ନ ପ୍ରତିଯୋଗିତାରେ ଅଂଶଗ୍ରହଣ କରିଥିବା କୃତି ଛାତ୍ର ଛାତ୍ରୀ ମାନଙ୍କୁ ସମସ୍ତ ନିମନ୍ତ୍ରିତ ଅତିଥି ମାନେ ପୁରସ୍କାର, ପୁମାଣ ପତ୍ର ଓ ଘୃତି ପ୍ରଦାନ କରିଥିଲେ ।

ଆଇନଜୀବୀ ସଞ୍ଜୟ ରୋଗୀ କଲ୍ୟାଣ ସମିତିର ସଭ୍ୟ



ଆଇନଜୀବୀ ସଞ୍ଜୟ କୁମାର ବେହେରାଙ୍କ ସମେତ ସୁଗନ୍ଧ କିଶୋର ପ୍ରଧାନ ଓ ପାରାଦ୍ୱୀପ ବିଜେପି ମଣ୍ଡଳ ସଭାପତି ସୁବ୍ରତ କୁମାର ପ୍ରଧାନଙ୍କୁ ମନୋନୀତ କରିଛନ୍ତି ।

ନାଟ୍ୟଭୂଷଣ ରାମଚନ୍ଦ୍ର ସ୍ୱାଇଁଙ୍କ ଜୟନ୍ତୀ ପାଳିତ

ରଘୁନାଥପୁର (ଭାଷର ନ୍ୟୁଜ୍) : ରଘୁନାଥପୁର ବୁକ୍ ଗୋଟିଣୀ ଗ୍ରାମର ଅଧ୍ୟକ୍ଷାତ୍ମା ଦେବୀ ମା, ଜୟନ୍ତୀର ପାଠ ପଢ଼ାଣ ଯୋଗେଇ ନାଟ୍ୟଭୂଷଣ ରାମଚନ୍ଦ୍ର ସ୍ୱାଇଁଙ୍କ ଜୟନ୍ତୀ ପାଳିତ ହେଲା ।



ଅଧିକାରୀ ଶିକ୍ଷକ ଶିକ୍ଷୟିତ୍ରୀ କୁହ ସମ୍ମାନୀତ ଅତିଥି ଭାବେ ଯୋଗ ଦେଇଥିବା ବେଳେ ବିଦ୍ୟାଳୟର ଛାତ୍ରଛାତ୍ରୀ ମାନେ ଅଂଶଗ୍ରହଣକରି ନାଟ୍ୟଭୂଷଣ ରାମଚନ୍ଦ୍ର ସ୍ୱାଇଁଙ୍କ ଜୟନ୍ତୀ ପାଳିତ କରିଥିଲେ ।

ବାଉଜାଙ୍କ ବିଂଶତମ ପୂଣ୍ୟତିଥିରେ ଜିନ୍ଦଲ ଷ୍ଟିଲ ପକ୍ଷରୁ ଶ୍ରଦ୍ଧାଞ୍ଜଳି ସହିତ ରକ୍ତଦାନ ଶିବିର

କେନ୍ଦୁଝର, (ଭାଷର ନ୍ୟୁଜ୍) : ବିଶିଷ୍ଟ ଶିଳ୍ପକର୍ତ୍ତା ଏଂ. ପି. ଜିନ୍ଦଲ ଗ୍ରାମର ପ୍ରତିଷ୍ଠାତା ଅଧ୍ୟକ୍ଷ ତଥା ବାଉଜା ଭାବେ ବେଶ୍ କୋଳପ୍ରିୟ ଓମ ପ୍ରକାଶ ଜିନ୍ଦଲଙ୍କ ବିଂଶତମ ପୂଣ୍ୟତିଥି ଜିନ୍ଦଲ ଷ୍ଟିଲ ପକ୍ଷରୁ ବଡ଼ବେଳେ ପୂଜା, କାଶିଆ ମାଳନ୍ଦୁରେ ଶ୍ରଦ୍ଧା ଯଜ୍ଞ ପାଳନ ପାଇବାର ସହ ପାଳିତ ହୋଇଛି ।



କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ ଅନୁଷ୍ଠିତ ହୋଇଥିଲା । ଏଥିରେ କର୍ମଚାରୀ ଓ ବିଜନେସ ଆସୋସିଏଟସ୍ ସାମିଲ ହୋଇଥିଲେ । ଜିନ୍ଦଲ ଷ୍ଟିଲ ଭୁବନେଶ୍ୱର କାର୍ଯ୍ୟାଳୟରେ ମଧ୍ୟ ଓପି ଜିନ୍ଦଲଙ୍କ କର୍ମଚାରୀମାନେ ଶ୍ରଦ୍ଧାଞ୍ଜଳି ଅର୍ପଣ କରିଥିଲେ ।

କୁଜଙ୍ଗ ପୋଲିସ ସହାୟତାରେ ବନିତାଙ୍କୁ ମିଳିଲା ବାସଗୃହ

ପାରାଦୀପ, (ଭାଷର ନ୍ୟୁଜ୍) : କୁଜଙ୍ଗ ବୁକ୍ ଅନ୍ତର୍ଗତ ବୋରିଖୁ ଗ୍ରାମର ସ୍ୱର୍ଗତ ବନବିହାରୀ ଜେନା କାହାଣୀ ଏକ ଚଳଚ୍ଚିତ୍ରର କାହାଣୀ ପରି ।



ପାଇଁ ସମ୍ଭଳ କେବଳ ୩ ଜଣ ଲୋକ ରାସନ ଚାଉଳ ଏକ ବର୍ଷ ହେବ ବିଧବା ହେଲେ ମଧ୍ୟ ବିଧବା ଭ୍ରମା ମଧ୍ୟ ମିଳି ପାରି ନାହିଁ । ବଡ଼ ଝିଅ ବର୍ତ୍ତମାନ ବୋରିଖୁ ସ୍କୁଲରେ ହୋଇ ପାଠ ପଢ଼ିବା ନାହିଁ ।

ନିକଟରେ ଗୃହାରି କରିଥିଲେ ବନିତା । ଶ୍ରୀମତୀ ଆଚାର୍ଯ୍ୟ କୁଜଙ୍ଗ ଥାନା ଅଧିକାରୀ ଓ ଜିଲ୍ଲା ଆରକ୍ଷୀ ଅଧିକାରୀଙ୍କୁ ଭେଟି ବନିତାଙ୍କ ସମସ୍ୟା ସମ୍ପର୍କରେ ଅବଗତ କରାଯାଇଥିଲା ।

ରାଶିଫଳ ଗୁରୁବାର, ୦୩ ଏପ୍ରିଲ ୨୦୨୫. Table with zodiac signs and their corresponding descriptions.









ପୁଣେ: ବସନ୍ତ ସମୟରେ ଧଳା ଦେବାଗୁଡ଼ିଏ ଜଣଙ୍କର ମୃତ୍ୟୁ ହୋଇଥିଲା। କୁଡ଼ିଆର ମହାଗଣ୍ଠିରୁ ବୁଲୁଥିବା ବେଳେ ଏକ ଭୟଙ୍କର ଘଟଣା ଘଟିଥିଲା। ପୁଣି ମହାଗଣ୍ଠିରୁ ବୁଲୁଥିବା ବେଳେ ଏକ ଭୟଙ୍କର ଘଟଣା ଘଟିଥିଲା।

୭ରେ ପର୍ଯ୍ୟାୟ ଓ ସ୍ୱେଚ୍ଛାକୃତ ରାଷ୍ଟ୍ରପତି



ନୂଆଦିଲ୍ଲୀ : ରାଷ୍ଟ୍ରପତି ଚିତ୍ତୋପମା ମୁର୍ମୁ ଚଳିତ ମାସ ୭ ତାରିଖରୁ ପରମ୍ପରାଗତ ଭାବେ ସ୍ୱେଚ୍ଛାକୃତ ଭାବେ ରାଷ୍ଟ୍ରପତି ଚାକିରୀ ପ୍ରତିପତ୍ତୀ ପାଠ୍ୟପୁସ୍ତକ ପଢ଼ିବେ। ଏହି ପରମ୍ପରାଗତ ପ୍ରଥମେ ରାଷ୍ଟ୍ରପତି ଚାକିରୀ ପ୍ରତିପତ୍ତୀ ପାଠ୍ୟପୁସ୍ତକ ପଢ଼ିବେ।

ବାୟୁ ପ୍ରଦୂଷଣ ପାଇଁ ଦିଲ୍ଲୀରେ ଜାରି ହେଲା ଗ୍ରାମ-୧ କଟକଣା

ନୂଆଦିଲ୍ଲୀ : ଗତ ୪ ଦିନ ହେଲା ରାଜଧାନୀ ଦିଲ୍ଲୀର ବାୟୁ ମାଧ୍ୟମ ଶ୍ରେଣୀରେ ଉଚ୍ଚତମ ପରେ ବାୟୁମାନ ଖରାପ ହୋଇଥିବାରୁ ଯୋଗ୍ୟ ଭାବେ ଗ୍ରାମ-୧ କଟକଣା ଜାରି କରାଯାଇଛି।



୪ରେ ବ୍ୟାଙ୍କ ଯିବେ ପ୍ରଧାନମନ୍ତ୍ରୀ



ନୂଆଦିଲ୍ଲୀ: ବେ ଅଫ୍ ଦେଝଲ ଉର୍ଦ୍ଧ୍ୱ ଶ୍ରେଣୀରେ ଚଳିଥିବା ଫର ମଲ୍ଟି ସେକ୍ଟରାଲ ଟେକ୍ନିକାଲ ଆଣ୍ଡ ଇକୋନୋମିକ କୋଅପରେସନ (ବିମସେକ) ଶିଖର ସମ୍ମେଳନ ଆୟତ୍ତ ୪ ତାରିଖରୁ ଆରମ୍ଭ ହେବ।

ନାଗାବଳୀ ଏକ୍ସପ୍ରେସ୍ ଲାଇନ ଚଳୁଛି

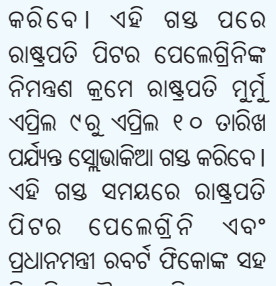


ହାଇଦ୍ରାବାଦ: ଆନ୍ଧ୍ରପ୍ରଦେଶର ବିଭିନ୍ନ ସହରମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ନିୟମିତ ଭାବେ ନାଗାବଳୀ ଏକ୍ସପ୍ରେସ୍ ଚଳାଯାଉଛି। ଏହା ଉତ୍ତର ଆନ୍ଧ୍ରପ୍ରଦେଶରୁ ଆରମ୍ଭ ହେବ।

ଗରିବଙ୍କୁ ସଶକ୍ତ କରିବା ସହ ବିକାଶକୁ ଗତିଶୀଳ କରିବ ଖୁବ୍ ଶୀଘ୍ର ବିକାଶ

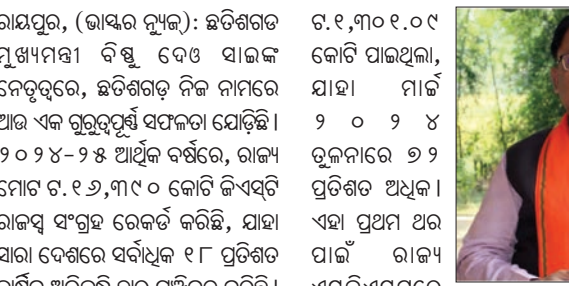
ନୂଆଦିଲ୍ଲୀ: ଖୁବ୍ ଶୀଘ୍ର ଗରିବଙ୍କୁ ସଶକ୍ତ କରିବା ସହ ବିକାଶକୁ ଗତିଶୀଳ କରିବ ଖୁବ୍ ଶୀଘ୍ର ବିକାଶ। ଏହା ଉତ୍ତର ଆନ୍ଧ୍ରପ୍ରଦେଶରୁ ଆରମ୍ଭ ହେବ।

ରାଜସ୍ୱ ବୃଦ୍ଧି ହାରରେ ଛତିଶଗଡ଼ ଅଗ୍ରଣୀ ରାଜ୍ୟ ଭାବରେ ଉଭା ହୋଇଛି : ବିଷ୍ଣୁଦେବ



ଭାରତ, (ଭାରତ ନ୍ୟୁଜ୍): ଛତିଶଗଡ଼ ରାଜ୍ୟର ରାଜସ୍ୱ ବୃଦ୍ଧି ହାରରେ ଛତିଶଗଡ଼ ଅଗ୍ରଣୀ ରାଜ୍ୟ ଭାବରେ ଉଭା ହୋଇଛି।

ରାଜସ୍ୱ ବୃଦ୍ଧି ହାରରେ ଛତିଶଗଡ଼ ଅଗ୍ରଣୀ ରାଜ୍ୟ ଭାବରେ ଉଭା ହୋଇଛି : ବିଷ୍ଣୁଦେବ



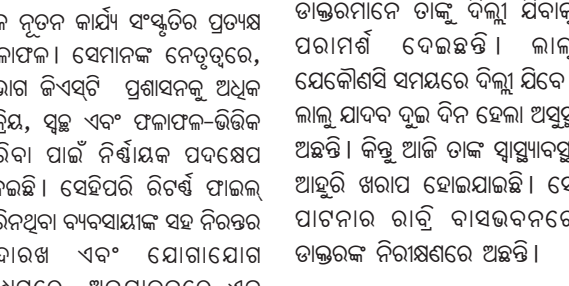
ଭାରତ, (ଭାରତ ନ୍ୟୁଜ୍): ଛତିଶଗଡ଼ ରାଜ୍ୟର ରାଜସ୍ୱ ବୃଦ୍ଧି ହାରରେ ଛତିଶଗଡ଼ ଅଗ୍ରଣୀ ରାଜ୍ୟ ଭାବରେ ଉଭା ହୋଇଛି।

ରାଜସ୍ୱ ବୃଦ୍ଧି ହାରରେ ଛତିଶଗଡ଼ ଅଗ୍ରଣୀ ରାଜ୍ୟ ଭାବରେ ଉଭା ହୋଇଛି : ବିଷ୍ଣୁଦେବ



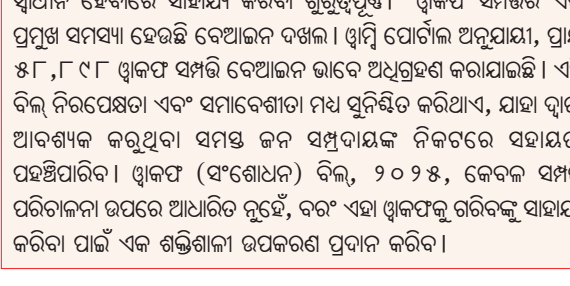
ଭାରତ, (ଭାରତ ନ୍ୟୁଜ୍): ଛତିଶଗଡ଼ ରାଜ୍ୟର ରାଜସ୍ୱ ବୃଦ୍ଧି ହାରରେ ଛତିଶଗଡ଼ ଅଗ୍ରଣୀ ରାଜ୍ୟ ଭାବରେ ଉଭା ହୋଇଛି।

ରାଜସ୍ୱ ବୃଦ୍ଧି ହାରରେ ଛତିଶଗଡ଼ ଅଗ୍ରଣୀ ରାଜ୍ୟ ଭାବରେ ଉଭା ହୋଇଛି : ବିଷ୍ଣୁଦେବ



ଭାରତ, (ଭାରତ ନ୍ୟୁଜ୍): ଛତିଶଗଡ଼ ରାଜ୍ୟର ରାଜସ୍ୱ ବୃଦ୍ଧି ହାରରେ ଛତିଶଗଡ଼ ଅଗ୍ରଣୀ ରାଜ୍ୟ ଭାବରେ ଉଭା ହୋଇଛି।

ରାଜସ୍ୱ ବୃଦ୍ଧି ହାରରେ ଛତିଶଗଡ଼ ଅଗ୍ରଣୀ ରାଜ୍ୟ ଭାବରେ ଉଭା ହୋଇଛି : ବିଷ୍ଣୁଦେବ



ଭାରତ, (ଭାରତ ନ୍ୟୁଜ୍): ଛତିଶଗଡ଼ ରାଜ୍ୟର ରାଜସ୍ୱ ବୃଦ୍ଧି ହାରରେ ଛତିଶଗଡ଼ ଅଗ୍ରଣୀ ରାଜ୍ୟ ଭାବରେ ଉଭା ହୋଇଛି।

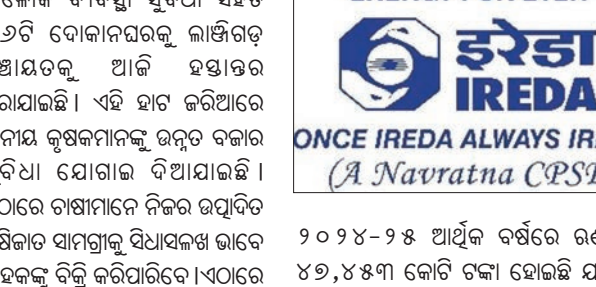
ବାଣିଜ୍ୟ

ଲାଇଂଗଡ଼ ପଞ୍ଚାୟତ ଗ୍ରାମୀଣ ହାଟ ଉଦ୍ଘାଟିତ



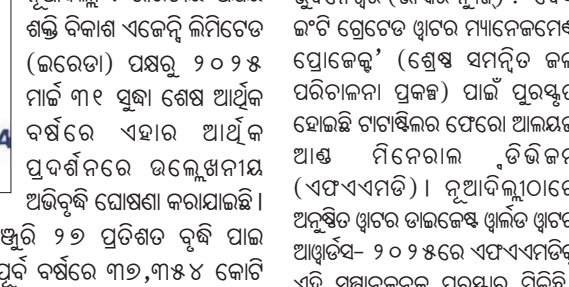
ଲାଇଂଗଡ଼ (ଭାରତ ନ୍ୟୁଜ୍): ଲାଇଂଗଡ଼ ପଞ୍ଚାୟତ ଗ୍ରାମୀଣ ହାଟ ଉଦ୍ଘାଟିତ ହୋଇଛି। ଏହା ଗ୍ରାମୀଣଙ୍କୁ ସୁବିଧା ପ୍ରଦାନ କରିବ।

ଇରେଡା ପକ୍ଷରୁ ଆର୍ଥିକ ଅଭିବୃଦ୍ଧି ଘୋଷଣା



ନୂଆଦିଲ୍ଲୀ: ଇରେଡା ପକ୍ଷରୁ ଆର୍ଥିକ ଅଭିବୃଦ୍ଧି ଘୋଷଣା କରାଯାଇଛି। ଏହା ଗ୍ରାମୀଣଙ୍କୁ ସୁବିଧା ପ୍ରଦାନ କରିବ।

ଜଳ ପରିଚାଳନା ପାଇଁ ଟାଟା ଷ୍ଟିଲର ଏସ୍ଏସଏମ୍ଡି ପୁରସ୍କୃତ



ଭୁବନେଶ୍ୱର (ଭାରତ ନ୍ୟୁଜ୍): ଟାଟା ଷ୍ଟିଲର ଏସ୍ଏସଏମ୍ଡି ପୁରସ୍କୃତ ହୋଇଛି। ଏହା ଜଳ ପରିଚାଳନାରେ ତାଙ୍କର ଅବଦାନକୁ ସମ୍ମାନିତ କରେ।

ଏସ୍ଏସଏମ୍ଡି ପୁରସ୍କୃତ



ଭୁବନେଶ୍ୱର (ଭାରତ ନ୍ୟୁଜ୍): ଟାଟା ଷ୍ଟିଲର ଏସ୍ଏସଏମ୍ଡି ପୁରସ୍କୃତ ହୋଇଛି। ଏହା ଜଳ ପରିଚାଳନାରେ ତାଙ୍କର ଅବଦାନକୁ ସମ୍ମାନିତ କରେ।

ଏସ୍ଏସଏମ୍ଡି ପୁରସ୍କୃତ

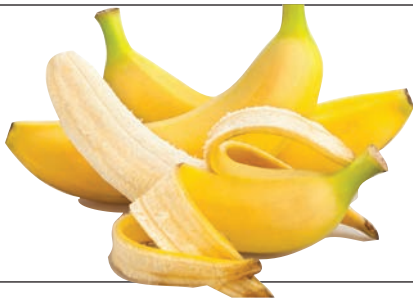
ନୂଆଦିଲ୍ଲୀ: ଦକ୍ଷିଣ ପୂର୍ବ ରେଳବାଇ ୨୦୨୪-୨୫ ଆର୍ଥିକ ବର୍ଷରେ ନୂତନ ରେଳଗଡ଼ ଗଠନ କରିବ। ଏହା ଗ୍ରାମୀଣଙ୍କୁ ସୁବିଧା ପ୍ରଦାନ କରିବ।

ଆର୍ଥିକ ବର୍ଷ ଚଳୁଥିବା ବେଳେ ଦକ୍ଷିଣ ପୂର୍ବ ରେଳବାଇ ୨୦୨୪-୨୫ ଆର୍ଥିକ ବର୍ଷରେ ନୂତନ ରେଳଗଡ଼ ଗଠନ କରିବ।

ଗାଟା ନିଉ ଏକ୍ସପ୍ରେସ୍ ବିକାଶ କାର୍ଯ୍ୟ ୨ ନିୟୁତ ଅତିକ୍ରମ: ଗାଟା ନିଉ ଏକ୍ସପ୍ରେସ୍ ବିକାଶ କାର୍ଯ୍ୟ ୨ ନିୟୁତ ଅତିକ୍ରମ ହୋଇଛି।

ନୂଆଦିଲ୍ଲୀ: ଗାଟା ନିଉ ଏକ୍ସପ୍ରେସ୍ ବିକାଶ କାର୍ଯ୍ୟ ୨ ନିୟୁତ ଅତିକ୍ରମ ହୋଇଛି। ଏହା ଗ୍ରାମୀଣଙ୍କୁ ସୁବିଧା ପ୍ରଦାନ କରିବ।





ଆଜିକାଲି ସବୁ ରୋଗର କାରଣ ପାଚିବି ଅନିୟମିତ ଜୀବନଶୈଳୀ । ବ୍ୟସ୍ତବହୁଳ ଜୀବନରେ ଖାଦ୍ୟରେ ଅନିୟମିତତା ଯୋଗୁ କେତେକଙ୍କଠାରେ ପୁଷ୍ଟି ହୋଇନାଥା ଉଚ୍ଚରକ୍ତଚାପ । ଉଚ୍ଚ ରକ୍ତଚାପ ଦେଖାଯିବାର ଅନେକ କାରଣ ରହିଛି । କାମଚାପ, ମାନସିକ ଚିନ୍ତା, ଅଧିକ ଲୁଣ ଖାଇବା, ଆଲକୋହଲ ସେବନ, ମେଦବହୁଳତା ଆଦି ଯୋଗୁ କେତେକଙ୍କଠାରେ ଉଚ୍ଚ ରକ୍ତଚାପ ଦେଖାଯାଇଥାଏ । ଏହାଯୋଗୁ ରକ୍ତଚାପ ଧୀରାଧୀନ ଭାବେ ଉପରେ ଚାପ ପଡ଼େ । ଫଳରେ ହାର୍ଟ ଆଟାକ ଓ ବ୍ରେନ ସ୍ଟ୍ରେକର ଆଶଙ୍କା ବଢ଼ିଯାଇଥାଏ । ଏହି ସମସ୍ୟାରୁ ମୁକ୍ତି ପାଇବା ପାଇଁ ପ୍ରତିଦିନ

କଦଳୀ ଖାଇଲେ ସୁଫଳ ମିଳିଥାଏ ବୋଲି ଗବେଷକମାନେ କହିଛନ୍ତି । ଏହାଦ୍ୱାରା ରକ୍ତଚାପ ସ୍ୱାଭାବିକ ଅବସ୍ଥାକୁ ଆସିଥାଏ ବୋଲି ଚିକିତ୍ସକ ପରାମର୍ଶ ଦେଇଥାନ୍ତି । କଦଳୀରେ ଥିବା ପୋଟାସିୟମ ଶରୀରରେ ଥିବା ତରଳ ପଦାର୍ଥ ମଧ୍ୟରେ ସମନ୍ୱୟ ରଖିଥାଏ । ଫଳରେ ରକ୍ତଚାପ ସ୍ୱାଭାବିକ ରୁହେ । ସେହିପରି କଦଳୀ ଖାଇଲେ ରକ୍ତ ଶର୍କରାସ୍ତର ନିୟନ୍ତ୍ରିତ ହୋଇଥାଏ । ଫଳରେ ଡାଇବେଟିସ ହେବାର ଆଶଙ୍କା କମ ହୁଏ । କଦଳୀ ହାର୍ଟଆଟାକ କ୍ଷେତ୍ରରେ ମହୋଷଧୀ ଭଳି କାମ କରିଥାଏ । ଏହା କୋଲେଷ୍ଟରଲସ୍ତରକୁ ସ୍ୱାଭାବିକ କରିଥାଏ ।

## ଅସ୍ତ୍ରୋପଚାର ପରେ ଶିକ୍ଷକଙ୍କ ଶରୀରରୁ ବାହାରିଲା ଗନ୍ଧ

ପିଲାଦିନେ, ଆପଣ ଆପଣଙ୍କ ପରିବାରର ସଦସ୍ୟଙ୍କ ଠାରୁ ଏପରି ଅନେକ କଥା ଶୁଣିଥିବେ ଯେ, ମଞ୍ଜି ଗିଳିବେଲେ ପେଟରେ ଗନ୍ଧ ଉଠିବ । କିନ୍ତୁ ଏହା ସତ ନୁହେଁ ବୋଲି ଆପଣ ଜାଣିଥିବେ । କିନ୍ତୁ ଏପରି କ'ଣ ହୋଇପାରେ କି ? ଏପରି ହେବାର କିଛି ସମ୍ଭାବନା ଅଛି କି ? ତେବେ ଆସନ୍ତୁ ଜାଣିବା ମଣିଷ ପେଟରେ ଗନ୍ଧ ବଢ଼ିପାରିବ ନା ନାହିଁ । ମଞ୍ଜିର ଅକ୍ଷରାକରଣ ପାଇଁ ଆବଶ୍ୟକୀୟ ପରିସ୍ଥିତି ଯେପରିକି ଆଲୋକ,



ଅନୁଜାନ ଏବଂ ପୋଷକ ତତ୍ତ୍ୱ ପେଟରେ ଉପଲବ୍ଧ ନାହିଁ । ପେଟ ଏସିଡ୍ ମଧ୍ୟ ଅଳ୍ପ ପରିମାଣରେ ବାହାରିବ । ମାନବ ଶରୀରର ଏକ ପାଚନ ପ୍ରଣାଳୀ ଅଛି ଯାହା ଖାଦ୍ୟକୁ ଭାଙ୍ଗି ଶୋଷଣ କରେ, ଯାହା ଫଳରେ ମଞ୍ଜି ପେଟରେ ନଷ୍ଟ ହୋଇଯାଏ । ଗନ୍ଧ ବଢ଼ିପାରେ ନାହିଁ । ମଞ୍ଜି ଗଜା ହେବା ପାଇଁ ସମୟ ଆବଶ୍ୟକ କରେ, କିନ୍ତୁ ମଣିଷ ଶରୀରରେ ଖାଦ୍ୟ ମାତ୍ର କିଛି ଘଣ୍ଟା ମଧ୍ୟରେ ହଜମ ହୋଇଯାଏ । ତଥାପି, ଚିକିତ୍ସା ଇତିହାସରେ, ଏପରି ଏକ ମାମଲା ଘଟିଛି ଯେଉଁଠାରେ ମଞ୍ଜି ପେଟରେ ଗଜା ହୋଇନଥିଲା ବରଂ ପୁସ୍ତପୁସ୍ତରେ ପ୍ରଦେଶ କରିଥିଲା । ଏହି ଘଟଣାଟି ଆମେରିକାର ମାସାଚୁସେଟ୍ସରୁ ସାମ୍ରାଜ୍ୟ ଆସିଛି । ଏହି ସମୟରେ ଜଣେ ଅବସରପ୍ରାପ୍ତ ଶିକ୍ଷକଙ୍କୁ ନିଶ୍ୱାସ ନେବାରେ କଷ୍ଟ ହେଉଥିଲା । ଯେତେବେଳେ ସେ ଡାକ୍ତରଙ୍କ ପାଖକୁ ଗଲେ ଏବଂ ତାଙ୍କ ପୁସ୍ତପୁସ୍ତ ସ୍ନାନ କରାଗଲା, ଡାକ୍ତରମାନେ ମଧ୍ୟ ଆଶ୍ଚର୍ଯ୍ୟ ହୋଇଗଲେ । ତଦନ୍ତରୁ ଜଣାପଡ଼ିଲା ଯେ ତାଙ୍କ ପେଟରେ ଏକ ମତର ଗନ୍ଧ ବଢ଼ିଥିଲା । ଡାକ୍ତର ଏହାକୁ ଅସ୍ତ୍ରୋପଚାର ମାଧ୍ୟମରେ ବାହାର କରିଥିଲେ ।

## ମନୁତର ନବାକରଣ ପାଇଁ ଆପାର୍ଟମେଣ୍ଟ ବିକିଲେ ଗୌରୀ

ବିଲିଉଡର ଷ୍ଟାରମୁଖି ଶାହରୁଖ ଖାନ ଏବଂ ଗୌରୀ ଖାନ । ସେମାନଙ୍କ ଘର ମନୁତର ନବାକରଣ କରୁଛନ୍ତି । ଗୌରୀ ଏହି ଘରକୁ ଅଧିକ ବିଳାସପୂର୍ଣ୍ଣ କରିବାକୁ ଯାଉଛନ୍ତି । ନବାକରଣ(ରିନୋଭେସନ) ପାଇଁ ମନୁତରକୁ ଖାଲି କରାଯାଇଛି ଏବଂ କିଙ୍ଗ୍ ଖାନ ତାଙ୍କ ପୁରୀ ପରିବାର ସହିତ ପାଲି ହିଲରେ ଦୁଇଟି ବିଳାସପୂର୍ଣ୍ଣ ଡୁପ୍ଲେକ୍ସ ଆପାର୍ଟମେଣ୍ଟକୁ ସିଫ୍ଟ ହୋଇଛନ୍ତି । ଶାହରୁଖ ଏହି ଆପାର୍ଟମେଣ୍ଟକୁ କ୍ୟାଲି ଭାଗ୍ୟନା ଏବଂ ତାଙ୍କ ଭଉଣୀ ଦୀପତିଖାଙ୍କ ଠାରୁ ଭଡାରେ ନେଇଛନ୍ତି । ହେଲେ ଗୌରୀ ମନୁତର ନବାକରଣ ପାଇଁ ଏକ ବୃତ୍ତିମାନ ପଦକ୍ଷେପ ନେଇଛନ୍ତି । ସେ ତାଙ୍କର ବିଳାସପୂର୍ଣ୍ଣ ଫ୍ଲାଟ ବିକ୍ରି କରିଦେଇଛନ୍ତି । ଏହି ଫ୍ଲାଟକୁ ବିକ୍ରି କରି ଗୌରୀ କୋଟି କୋଟି ଟଙ୍କା ଲାଭ କରିଛନ୍ତି । ଗୌରୀ ଖାନ ମୁମ୍ବାଇର ପଶ୍ଚିମ ଦିଗରେ ପର୍ଯ୍ୟଟର ଥିବା ତାଙ୍କର ଫ୍ଲାଟ ବିକ୍ରି କରିଦେଇଛନ୍ତି । ଗୌରୀ ଏହି ବିଳାସପୂର୍ଣ୍ଣ ଫ୍ଲାଟଟି ଅତେଜ ବର୍ଷ ପୂର୍ବେ କିଣିଥିଲେ । ଏହି ଫ୍ଲାଟ ବିକ୍ରି କରିବା ପରେ ଗୌରୀ କୋଟି କୋଟି ଟଙ୍କା ଲାଭ କରିଛନ୍ତି । ନବାକରଣ ପାଇଁ ପ୍ରାୟ ଦୁଇ ବର୍ଷ ସମୟ ଲାଗିବ ବୋଲି ଆଶା କରାଯାଉଛି । ଗଣମାଧ୍ୟମ ରିପୋର୍ଟ ଅନୁସାରେ, ଗୌରୀ ତାଙ୍କ ବାହା ଘର ମନୁତର ନବାକରଣ ସମୟରେ ମୁମ୍ବାଇର ଦାଦର ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଅଞ୍ଚଳରେ ଥିବା ବିଳାସପୂର୍ଣ୍ଣ ଆବାସିକ ସମ୍ପତ୍ତି ବିକ୍ରି କରିଥିଲେ । ରିପୋର୍ଟ ଅନୁଯାୟୀ, ସମ୍ପତ୍ତି କାରବାର ମାର୍ଚ୍ଚ ୨୦୨୫ରେ ଆନୁଷ୍ଠାନିକ ଭାବରେ ପଞ୍ଜିକୃତ ହୋଇଥିଲା । ଗୌରୀଙ୍କର ଏହି ଆପାର୍ଟମେଣ୍ଟ କୋହିନୁର ଆଲଟିସିମୋ କୋଠାରେ ଅଛି । ଏହି ପ୍ରକଳ୍ପରେ ୨.୫ ବିଏଚ୍‌ଟି, ୩ ବିଏଚ୍‌ଟି ଏବଂ ୩.୫ ବିଏଚ୍‌ଟି ମଧ୍ୟ ଅଛି । ଏହି ଆପାର୍ଟମେଣ୍ଟଟି ୧୯୮୫ ବର୍ଷରୁ ଅଞ୍ଚଳରେ ନିର୍ମିତ । ଏଥିରେ ଦୁଇଟି ପାର୍କିଂ ସ୍ଥାନ ମଧ୍ୟ ଅଛି । ଗୌରୀ ଏହି ଆପାର୍ଟମେଣ୍ଟକୁ ଅଗଷ୍ଟ ୨୦୨୨ରେ ୮.୫ କୋଟି ଟଙ୍କାରେ କିଣିଥିଲେ । ଗୌରୀ ଏହି ଆପାର୍ଟମେଣ୍ଟକୁ ୩.୧ କୋଟି ଟଙ୍କା ଲାଭ ସହିତ ବିକ୍ରି କରିଛନ୍ତି । ଏହା ୧୧.୬୧ କୋଟି ଟଙ୍କାରେ ବିକ୍ରି କରିଛନ୍ତି ।



ଅ ଭିନେତା ଅଲୁ ଅର୍ଜୁନଙ୍କ ଲୋକପ୍ରିୟତା ଏବେ ଶୀର୍ଷରେ ରହିଛି । ବନ୍ଧୁ ଅର୍ଜୁନରେ 'ପୁଷ୍ପା ୨' ଫିଲ୍ମ ସୁପର ହିଟ୍ ହେବା ପରେ ତାଙ୍କୁ ନେଇ ଚର୍ଚ୍ଚା ଲାଗିରହିଛି । ତେବେ ନିକଟରେ ଅଲୁ ନିଜର କୌଣସି ଫିଲ୍ମ ପାଇଁ ନୁହେଁ, ବରଂ ଅନ୍ୟ ଏକ କାରଣ ପାଇଁ ଚର୍ଚ୍ଚାରେ ଅଛନ୍ତି । 'କୋଇମୋଇ' ଏବଂ 'ସିନେ କୋଶ'ର ରିପୋର୍ଟ ଅନୁଯାୟୀ, ଅଲୁ ତାଙ୍କ ନାମ ସାମାନ୍ୟ ବଦଳାଇବାକୁ ନେଇ ଏବେ ଚିନ୍ତା କରୁଛନ୍ତି । ଜଣେ ଅଳ୍ପ ଜ୍ୟୋତିଷଙ୍କ ପରାମର୍ଶ ଆଧାରରେ ଅଲୁ ନିଜ ନାମର ଇଂଲିଶ ସ୍ଵେଲିଂକୁ ବଦଳାଇବା ସହ ୨ଟି ଇଂଲିଶ ଆଲଫାବେଟ 'ୟୁ' ଏବଂ ୨ଟି ଇଂଲିଶ ଆଲଫାବେଟ 'ଏନ୍'କୁ କିପରି ଯୋଡ଼ାଯିବ ସେନେଇ ଚିନ୍ତା କରୁଛନ୍ତି । ଅଲୁ ନିଜର ସଫଳତାକୁ ଆହୁରି ବଢ଼ାଇବା ସହ ତାଙ୍କ କ୍ୟାରିୟରକୁ ଅଧିକ ମଜବୁତ କରିବା ପାଇଁ ନିଜ ନାମର ସ୍ଵେଲିଂକୁ ବଦଳାଇବାକୁ ଚିନ୍ତା କରୁଛନ୍ତି ବୋଲି ରିପୋର୍ଟ ପ୍ରକାଶ ପାଇଛି । ତେବେ ଉକ୍ତ ରିପୋର୍ଟ ସମ୍ପର୍କରେ ବର୍ତ୍ତମାନ

## ନାଁ ବଦଳାଇ ପାରନ୍ତି ଅଲୁ ଅର୍ଜୁନ



ସୁଦ୍ଧା ଅଲୁ କୌଣସି ଆନୁଷ୍ଠାନିକ ପ୍ରତିକୃତ୍ୟ ଦେଇନାହାନ୍ତି । ଆଗାମୀ ଦିନରେ ଅଲୁଙ୍କୁ ଏତଲିକ ନିର୍ଦ୍ଦେଶିତ 'ଏଏ୨୨' ଫିଲ୍ମରେ ଦେଖିବାକୁ ମିଳିବ । ଆସନ୍ତା ୮ରେ ଅଲୁଙ୍କୁ ଜନ୍ମଦିନ ଅବସରରେ ଉକ୍ତ ଫିଲ୍ମରେ ତାଙ୍କ ଲୁକ୍ ଉପରୁ ପରଦା ଉଠିପାରେ ବୋଲି ସିନେ ସମାକ୍ଷକମାନେ ଜନନୀଜନନୀ ପ୍ରକାଶ କରିଛନ୍ତି ।

ଗ୍ରୀଷ୍ମ ଋତୁରେ ମାଟିରେ ସ୍ନାନ କରିବା ଏକ ପ୍ରାଚୀନ ଆୟୁର୍ବେଦିକ ଚିକିତ୍ସା । ଏହାକୁ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ପାଇଁ ବହୁତ ଲାଭଦାୟକ ବୋଲି ବିବେଚନା କରାଯାଏ । ମାଟିରେ ଥିବା ଖଣିଜ ପଦାର୍ଥ ଶରୀରକୁ ବିଷମୁକ୍ତ କରିବା ସହିତ ଚର୍ମକୁ ସଫା କରିବାରେ ସହାୟକ ହୋଇପାରେ । ଆଜିକାଲିର ସମୟରେ, ରାସାୟନିକ ଦ୍ରବ୍ୟ ବଦଳରେ ମାଟିରେ ଗାଧୋଇବା ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ପାଇଁ ଲାଭଦାୟକ ହୋଇପାରେ । ଏହା କେବଳ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ପାଇଁ ଲାଭଦାୟକ ନୁହେଁ, ବରଂ ଆପଣଙ୍କ କେଶ ଏବଂ ଚର୍ମ ପାଇଁ ମଧ୍ୟ ଅନେକ ଲାଭ ପ୍ରଦାନ କରେ ।



## ଆୟୁର୍ବେଦିକ ଚିକିତ୍ସାରେ ମାଟି ସ୍ନାନ

ମାଟିରେ ଅନେକ ପ୍ରାକୃତିକ ଉପାଦାନ ରହିଛି, ଯାହା ଆମ ଶରୀରରୁ କ୍ଷତିକାରକ ବିଷାକ୍ତ ପଦାର୍ଥ ବାହାର କରିବାରେ ସାହାଯ୍ୟ କରିପାରେ । ପ୍ରକୃତରେ, ଯେତେବେଳେ ଆମେ କାଦୁଅରେ ଗାଧୋଇଥାଉ, ଏହା ଶରୀରରେ ଥିବା ଅପରିଷ୍କାର ପଦାର୍ଥକୁ ଶୋଷିତ କରି ଚର୍ମର ଛିଦ୍ରଗୁଡ଼ିକୁ ଖୋଲିଦିଏ । ଏହା ଶରୀରକୁ ବିଷମୁକ୍ତ କରିଥାଏ ଏବଂ ଚର୍ମକୁ ସ୍ୱଚ୍ଛ କରିଥାଏ । ମାଟି ଆପଣଙ୍କ ଚର୍ମ ପାଇଁ ଏକ ପ୍ରାକୃତିକ ସ୍କ୍ରବର ଭାବରେ କାମ କରେ, ଯାହା ମୃତ ଚର୍ମ କୋଷଗୁଡ଼ିକୁ ଦୂର କରିବାରେ ସାହାଯ୍ୟ କରିପାରେ । ଏହା ଚର୍ମର ରଙ୍ଗକୁ ଉନ୍ନତ



କରିଥାଏ । ଏହା ଚର୍ମକୁ ଅଧିକ ନରମ କରିଥାଏ । ଏହା ସହିତ, ମାଟି ଚର୍ମରୁ ଅତିରିକ୍ତ ତେଲ ଏବଂ ମଇଳା ସଫା କରିପାରିବ । ମାଟିରେ ପ୍ରାକୃତିକ ପ୍ରଦାହ-ବିରୋଧୀ ଗୁଣ ଅଛି, ଯାହା ଶରୀରରେ ପ୍ରଦାହ ଏବଂ ଯନ୍ତ୍ରଣାକୁ କମ କରିପାରେ । କେବଳ ଏତିକି ନୁହେଁ, ଚର୍ମରେ କୁଣ୍ଡଳ ହେବା ଏବଂ ଜଳାପୋଡ଼ା ହେବା ଭଳି ସମସ୍ୟାକୁ ମଧ୍ୟ ଏହା ସାହାଯ୍ୟରେ ଦୂର କରାଯାଇପାରିବ । ଗ୍ରୀଷ୍ମ ଋତୁରେ ଅଳ୍ପ କାଦୁଅରେ ଗାଧୋଇବା ଦ୍ୱାରା ଶରୀର ଅଳ୍ପ ହୋଇଥାଏ, ଯାହା ଶରୀରରେ ହେଉଥିବା ଜଳାପୋଡ଼ାକୁ ଶାନ୍ତ କରିଥାଏ । ମାଟିରେ ସ୍ନାନ କରିବା ଦ୍ୱାରା ଆପଣଙ୍କ ଶରୀରର ଥକାପଣ ଦୂର ହୋଇପାରିବ । ଏହା ଶରୀରକୁ ଗଭୀର ଭାବରେ ଆରାମ ଦିଏ । ଯଦି ଆପଣ ନିୟମିତ ଭାବରେ ମାଟି ସ୍ନାନ କରନ୍ତି, ତେବେ ଏହା ମାଂସପେଶୀକୁ ଆରାମ ଦେଇପାରିବ ଏବଂ ମନକୁ ଶାନ୍ତ କରିପାରିବ । ଏହା ଏକ ପ୍ରକାରର ପ୍ରାକୃତିକ ଚିକିତ୍ସା, ଯାହା ଚାପ ଏବଂ ଚିନ୍ତାକୁ ହ୍ରାସ କରିପାରିବ ।



