



ଶ୍ରଦ୍ଧାଦିବସରେ ଶହୀଦ ବିର୍ଷା ମୁଣ୍ଡାଙ୍କୁ ଶ୍ରଦ୍ଧାଞ୍ଜଳି

‘ବୁଦ୍ଧିଶୂଳ ଅତ୍ୟାଚାର ବିରୁଦ୍ଧରେ ସଂଗ୍ରାମ କରୁଥିଲେ ବିଷ୍ଣ୍ଵ’

ଭୁବନେଶ୍ୱର(ଭାଷାର ନ୍ୟୁକ):
ଉନ୍ନବିଂଶ ଶତାବ୍ଦୀର ଶୈଳାଗରେ
ଭାରତର ପୂର୍ବାଞ୍ଚଳ ଘାଁ ଜଙ୍ଗଳ
ମଧ୍ୟରେ ଯେଉଁ ବିପୁଲର ସ୍ଵର ଝଙ୍କୁଡ଼
ହୋଇଥିଲା ତାହା ହିଁ ଥିଲା ବ୍ରିଟିଶ ରାଜ
ପ୍ରତିଷ୍ଠା ବିରୁଦ୍ଧରେ ପ୍ରତିବାଦର ସ୍ଵର ।
ଏହି ଆବୋଳନର ମୁଖ୍ୟ ସ୍ମୃତିଧର
ମହାନ ବିପୁଲବୀ ବିର୍ତ୍ତା ମୁଣ୍ଡା । ୧୯୭୫
ମସିହା ନତେଯର ୧୫ ଡିକ୍ରି ଦିନ
ଜନ୍ମ ଗ୍ରହଣ କରିଥିଲେ । ବ୍ରିଟିଶ
ଶାସନର ଦାସଭ୍ରତ ମୁକ୍ତ ପାଇବା
ନିମନ୍ତେ ବିପୁଲବୀ ବିର୍ତ୍ତା ମୁଣ୍ଡାମାନଙ୍କୁ
ସଂଗଠିତ କରିବା ନିମନ୍ତେ କାର୍ଯ୍ୟ
ଆରମ୍ଭ କଲେ । ସେତେବେଳେ
ଜାଗିରିଦାର, ଜମିଦାର ଓ
ଟିକାଦାରମାନେ ମୁଣ୍ଡା ତଥା
ଆଦିବାସାମାନଙ୍କ ଉପରେ ଅତ୍ୟାଚାର
କରିବା ସହିତ ବିଭିନ୍ନ ଭାବରେ
ଶୋଷଣ କରୁଥିଲେ ଏବଂ ଉତ୍ତରାତ
କରି ରଖୁଥିଲେ । ଏହିଭଳି ଏକ
ସନ୍ଧିକ୍ଷଣରେ ମହାନ ବିପୁଲବୀ ତଥା



ସ୍ବାଧୀନଚେତା ବିର୍ଦ୍ଦ୍ଧ ମୁଣ୍ଡାଙ୍କର
ଆଦିର୍ଭାବ ଘଟିଥିଲା । ସେ ମୁଣ୍ଡା
ସମ୍ପୂଦନାଯର ନେବୁଦ୍ଧ ନେବା ସଙ୍ଗେ
ସଙ୍ଗେ ବୃତ୍ତିଶ ଶାସନର ଅନ୍ୟାୟ
ଅତ୍ୟାଚାର ବିରୁଦ୍ଧରେ ସଂଗ୍ରାମ
କରିବାକୁ ସେମାନଙ୍କୁ ପ୍ରବର୍ତ୍ତି ଥିଲେ
। ବିର୍ଦ୍ଦ୍ଧ ମୁଣ୍ଡା ମାତ୍ର ୨୫ ବର୍ଷ
ବୟସରେ ଶହୀଦ ହୋଇଥିଲେ ।
ବିର୍ଦ୍ଦ୍ଧଙ୍କ ସହ ହାତ ମିଳାଇ ଦେଶ ପାଇଁ
ହଜାର ହଜାର ସଂଖ୍ୟକ ସଂଗ୍ରାମୀ
ମୃତ୍ୟୁବରଣ କରିଥିଲେ । ଆଜି ବିର୍ଦ୍ଦ୍ଧଙ୍କ
ସମ୍ବାଦ କରାଯାଉଛି ଏବଂ ସେ „ବିର୍ଦ୍ଦ୍ଧ
ଭଗବାନ“ ଭାବେ ଓଡ଼ିଶା ଏବଂ ଭିରିନ୍ଦ
ରାଜ୍ୟରେ ଆଦିବାସୀ ସମ୍ପୂଦନଙ୍କ
ମଧ୍ୟରେ ପୂଜା ପାଉଛନ୍ତି । ଆମେ
ଭାରତୀୟମାନେ ଗର୍ବତ ଯେ ଆମ
ମାତୃଭୂମିରେ ଏପରି ଜଣେ ତେଜସ୍ୱୀ
ବୀର ସନ୍ତାନ ଭୂମିଷ ହୋଇଥିଲେ ।

ଗୋଟି ତଥା କୁଠଦାସ ପ୍ରଥା
ବିରୁଦ୍ଧରେ ଜଣେ ଯୋଦା ଭାବେ
ଅଦମ୍ୟ ସାହସ ଓ ପୁଣଶ୍ଚନୀୟ
ଉଦ୍ଘାତର ମୂର୍ଖମ୍ଭାବ ପ୍ରତିକ ଭାବେ
ବିର୍ଦ୍ଧ ଗଣା ହୁଅଛି । ଆଜି ସେ
ଆଦିବାସୀମାନଙ୍କ ନିମନ୍ତେ
ଗୋରବମୟ ପରିଚିତ ଓ ଭାବିଷ୍ୟତ
ପିଢ଼ିଙ୍କ ନିମନ୍ତ ଆଲୋକବର୍ଷିକା ।
ସୋମବାର ସୁଚନା ଓ ଲୋକସମ୍ପର୍କ

ନଦିନୀ ଶତପଥୀଙ୍କୁ ପିସିଥି ପକ୍ଷରୁ ଶ୍ରୀଦ୍ଵାଣୀଙ୍କି



ଭୁବନେଶ୍ୱର(ଭାବୁକ ନୂଜି) : ଓଡ଼ିଶାର ପୂର୍ବତନ ପ୍ରଥମ ମହିଳା ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀ ତଥା ଓଡ଼ିଶା ପ୍ରଦେଶ କଂଗ୍ରେସ ପୂର୍ବତନ ସାରାପତି ସ୍ଵର୍ଗତା ନନ୍ଦିନୀ ଶତପଥୀଙ୍କ ୧୪ ତମ ଜୟନ୍ତୀ ଅବସରରେ ପ୍ରଦେଶ କଂଗ୍ରେସ କମିଟି ସାରାପତି ଚଣଣ ଦାସ ଓ ଅନ୍ୟ ବରିଷ୍ଠ କଂଗ୍ରେସ ନେତୃବର୍ଗ ଶ୍ରୀଭାଙ୍ଗିଳି ଅର୍ପଣ କରିଛନ୍ତି । ଏହି ଅବସରରେ ଶ୍ରୀ ଦାସ ବରିଷ୍ଠ କଂଗ୍ରେସ ନେତୃବର୍ଗ ଓ କର୍ମାଙ୍କ ସହ ଭୁବନେଶ୍ୱରରେ ଥବା ନନ୍ଦିନୀ ଶତପଥୀ ପ୍ରତିମୁଣ୍ଡରେ ପୁଷ୍ପମାଲ୍ୟ

ମୃତ ଶ୍ରମିକ ପରିବାରକୁ ୫୦

ଲକ୍ଷ ଙ୍କୋ ସତ୍ୟରେ ଦାବ

କଟକ (ଡାସ୍କର ନ୍ୟୁଜି): ଗତକାଶେଳବାଳୀ କଲେଜ ସଂପ୍ରାଚାରଣ କାବେଳେ ଏ ମହିଳାରୁ ପଡ଼ି ଜଣେ ଶ୍ରମିକ ମୃତ୍ୟୁ ଘଟଣା ଠିକା ସଂଖ୍ୟା ବେପରୁଆ କାର୍ଯ୍ୟ, ଶ୍ରମ ବିଭାଗ ପ୍ରଶାସନର ଉପରତା ଅଭାବରୁ ଘଟି ବୋଲି କେହୁଁୟ ଶ୍ରମିକ ସଂଗଠନ ଏଥାଜୟୁଦ୍‌ଧ୍ୟୁମିତ୍ୟ ପକ୍ଷରୁ ଉଦବେ ପ୍ରକାଶ କରାଯାଇଛି। ଏହି ଭଲି ଘଟନା କରିଯାଇରୁ ନିରିହ ଶ୍ରମିକ ମାନବ ପ୍ରାଣହାନୀ ଘଟି ଚାଲିଛି। ଏବେକା

ରଥଯାତ୍ରା ପାଇଁ
ସ୍ଵାସ୍ଥ୍ୟ ବିଭାଗ ପ୍ରସ୍ତୁତ

ଭୁବନେଶ୍ୱର(ଭାଷ୍ଟର ନ୍ୟୁକ):
ରଥୟାତ୍ରା ପାଇଁ ସାମ୍ବ୍ରଦ୍ଧ ବିଭାଗ ପ୍ରସ୍ତୁତ
ଥିବା ସାମ୍ବ୍ରଦ୍ଧମଣ୍ଡଳ ମୁକେଶ ମହାଲିଙ୍ଗ
ସୂଚନା ଦେଇଛନ୍ତି । ରଥୟାତ୍ରା ପାଇଁ
୩୦୦ ଡାକ୍ତର ନିଯୋଜିତ ହେବେ
। ଅସ୍ଵାୟୀ ବର୍ଷ ଯୁନିଟ୍, ଆଇସ୍‌
ହୋଇଛି । କୋରି ପାଇଁ

ଗ୍ୟାଙ୍କୁ ଠାବ କରିଛି । ପୁଲିସ୍ ଠାବ ମାଙ୍ଗାରୁ ବିଭିନ୍ନ ସ୍ଥାନରୁ ଗୋରି ହୋଇଥିବା
ଓ ମୋଟର ସାଇକ୍ଲେ ଜବତ କରିଛି । ଶିରଫ୍ ଗୋରମାନେ ହେଲେ ବାରଙ୍ଗର
ଚନ୍ଦ ବେହେରା (୨୪), ଶିବାନୀ ଓରଫ୍ ଶିବ ଜେନା (୨୯) ଓ ଗୋପାଳଜୀର
ଲେନ୍ଦର ମହାଦେବ ନାୟକ (୩୦) । ଅଭିଷ୍ଟକୁଳ୍କୁ ଯୋଗବାର ଅପରାହ୍ନରେ କୋର୍ଟ୍
ଚାଲଣ କରାଯାଇଛି । ପୋଲିସ୍ ସୂଚନା ପ୍ରକାଶ ପୁରୀଘାଟ ଥାନା ଅଞ୍ଚଳରେ ସନ୍ଧ୍ୟାକାଳୀନ୍
ପତିଆ ନିକଟରେ ଗତ ଗରେ ଓଡ଼ିୟେ ୪୫ ଏଞ୍ଜି ୧୪୦୮ ନଂ ମୋଟର ସାଇକ୍ଲେ
ଗୋରି ହୋଇଥିଲା । ଏ ସଂପର୍କରେ ହରିପୁରର ବାସିଙ୍କ ଦାପକର ପଲାର ଥାନାରେ
ଲିଖିତ ଅଭିଯୋଗ କରିଥିଲେ । ଅଭିଯୋଗ ପରେ ପୁଲିସ୍ ଏକ ମାମଳା ରୁକ୍ଷ କରି
ଘରଣା ସ୍ଥଳରେ ଲାଗିଥିବା ସିହିତିରେ ଫୁରେଇ ଜବତ କରି ଲୁଟେରା ଗ୍ୟାଙ୍କୁ ଠାବ
କରିଥିଲେ । ଲୁଟେରା ବାରଙ୍ଗ, ଜଗତପୁର, କ୍ୟାରିନମେଣ୍ଟ୍ ଭଲି ବିଭିନ୍ନ ସ୍ଥାନରୁ
ଏକାଧିକ ମୋଟର ସାଇକ୍ଲେ ଗୋରି କରିଥିବା ସଂପର୍କରେ ତଦତ୍ତରୁ ଜଣାପଢିଛି ।

ନୟନକାନନ ନିକଟରେ ପ୍ରତିଷ୍ଠା ହେବ ସାଇନ୍ସ ସିଟି

ଭୁବନେଶ୍ୱର(ଭାଷ୍କର ନୂୟକ): ଭୁବନେଶ୍ୱର
ନନ୍ଦନକାନନ ନିକଟରେ ପ୍ରତିଷ୍ଠା ହେବ ସାଇନ୍ସ ସିଟି ।
୧୦୦ ଏକର ଜ୍ଞାଗାରେ ପ୍ରତିଷ୍ଠା ହେବ ସାଇନ୍ସ ସିଟି ।
ରାଜ୍ୟ ସରକାର ବିଜ୍ଞାନ ଏବଂ ପ୍ରୟୁକ୍ତିବିଦ୍ୟାକୁ ପ୍ରୋତ୍ସହିତ
କରିବା ପାଇଁ ଅନେକ ପଦକ୍ଷେପ ନେଉଛନ୍ତି ।
ନନ୍ଦନକାନନ ପାଖରେ ବିଜ୍ଞାନ ସହର ପ୍ରତିଷ୍ଠା କରାଯିବ
ସୂଚନା ଦେଇଛନ୍ତି ବିଜ୍ଞାନ ଓ ପ୍ରୟୁକ୍ତି ବିଦ୍ୟା ମାତ୍ରା କୃଷ୍ଣ
ଚନ୍ଦ୍ର ପାତ୍ର । ପୂର୍ବରୁ ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀ ମୋହନ ମାଣ୍ଡୀ ଏହି
ପ୍ରକଳ୍ପ ପାଇଁ ରାଜ୍ୟ ରାଜଧାନୀରେ ୧୦୦ ଏକର ଜମି

ପ୍ରତିଷ୍ଠା ହେବ ସାଇନ୍ସ ସିଟି
ଆବଶ୍ୟନ ପାଇଁ ଏକ ପ୍ରସ୍ଥାବକୁ ଅନୁମୋଦନ କରିଥିଲେ
ସେ କହିଛନ୍ତି ଯେ, ମୁଁ ପୂର୍ବରୁ କୋଳକାତା ଏବଂ
ହାତଗ୍ରାବାଦର ବିଜ୍ଞାନ ସହର ପରିଦର୍ଶନ କରିପାରିଛି,
ଏବଂ ଖୁବଶାସ୍ତ୍ର, ଭ୍ରମଣେଶ୍ୱର ନିଜ୍ଞାସ ଏକ ବିଜ୍ଞାନ
ସହର ହେବ। ଏହା ଛାତ୍ର, ଛାଡ଼ୀ ଏବଂ ସାଧାରଣ ଜନତା

ଆଇଏମ୍ବି ଡିଜି'ସାପାକାଥ୍ରୀ' ପୁରସ୍କାରରେ ସନ୍ମାନିତ, ଶୁଭେଳା ଜଣାଇଲେ ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀ
ଭୁବନେଶ୍ୱର(ଭାଷ୍କର ନ୍ୟୁଳ) : ଭାରତୀୟ ପାଣିପାଗ ବିଭାଗର ମହାନିଦେଶକ ଶ୍ରୀ
ମୃତ୍ୟୁଜ୍ଞୟ ମହାପାତ୍ର ପ୍ରତିଷ୍ଠିତ ଜାତିରେ ସାପାକାଥ୍ରୀ ପୁରସ୍କାର - ୨୦୧୫ ରେ
ସନ୍ମାନିତ ହୋଇଥିବାରୁ ହାର୍ଦିକ ଶୁଭେଳା ଓ ଅଭିନନ୍ଦ ଜଣାଇଛନ୍ତି ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀ ମୋହନ
ଚରଣ ମାଝୀ ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀ କହିଛନ୍ତି ଯେ, ପ୍ରାକୃତିକ ବିପର୍ଯ୍ୟୁକ୍ତ ସମୟରେ ଆପଣଙ୍କ
ସଠିକ୍ ଆକଳନ ଅଗଣିତ ବହୁମଳ୍ୟ ଜାବନ ରକ୍ଷା କରିବାରେ ସହାୟକ ହୋଇଛି ।

ପଞ୍ଜାପିତ୍ତ ବହାକମାରୀ ପକ୍ଷର ଗୀର୍ଷକାଳୀନ ଶିଖ

‘ଟଙ୍କା ତିଆରି ମେସିନ୍ ନୁହେଁ, ଭଲ ମଣିଷ ତିଆରି କରନ୍ତୁ’



ଭୁବନେଶ୍ୱର(ଭାଷ୍ଟର ନ୍ୟୁକ): ଆଜିର ସମୟରେ ଶିକ୍ଷା ବ୍ୟକ୍ତିଗତିରେ ହଜିଗଲାଣି ନେଇତିକ ଶିକ୍ଷା । ଶିକ୍ଷାର ଅବଶ୍ୟକତା ନେଇ ସମସ୍ତେ ଚିନ୍ତିତ । ଶତକତା କିଏ କେତେ ଅଧିକ ନଂ ପରାମାରେ ରଖୁଥାରିଛି ତାକୁ ନେଇ ଦିନରାତି ପ୍ରତିଯୋଗିତା ଚାଲିଛି । ରାତିଦିନ ପାଠ୍ୟତାରେ ପିଲାଙ୍କର ସମସ୍ତ ସମୟ ଚାଲିଯାଉଛି । ଶିଶୁର ସୁଲଭଭ୍ରତା, ବିଦ୍ରୋହ, ଚେତନା, ସୁଳକ୍ଷଣାଙ୍କି ଓ ଆର୍ଥିକ ମାତି ମକବି ଆଧ୍ୟାତ୍ମନେ ନଷ୍ଟ କରିବେଉଁଛି । ସେମାନଙ୍କୁ ଗୋଟିଏ ଚଙ୍ଗା ତିଆରି ମେସିନ୍ ଭାବରେ ତିଆରି କରିଛୁ । ସେମାନଙ୍କୁ ଯେଉଁ ସଂଭାବ ଦେବା କଥା ସେଥିରୁ ବଞ୍ଚିତ ହେଉଛନ୍ତି । ସମାଜରେ ତାଙ୍କର, ଉତ୍ସିଷ୍ଟରଙ୍କ ଅଭାବ ନାହିଁ, କିନ୍ତୁ ଭଲ ମଣିଷର ଅଭାବ ଅଛି ଗୋଲି ପ୍ରଜପିତା ବ୍ରହ୍ମକୁମାରା ଜିଶ୍ଵରାୟ ବିଶ୍ଵବିଦ୍ୟାଳୟ, ଫରେଷ୍ଟ

ଜୀବନ ଫେରିପାଇଲେ ଯୁବକ

ମଣିପାଳ ହଷ୍ଟିଟାଲରେ ଜଟିଳ ଅସ୍ଥିମଞ୍ଚା ରୋଗର ସଂକ ଚିକିତ୍ସା

ଭୁବନେଶ୍ୱର(ଭାସ୍କର ନ୍ୟୁଜି): ରାଜ୍ୟର
ପ୍ରମଶ ଘରୋଇ ଚିକିତ୍ସାଳୟ ତଥା
ଭୁବନେଶ୍ୱର ଖଣ୍ଡଗରି ସ୍ଥିତ ମଣିପାଲ
ହୃଦୀଶାଳ ଠାରେ ଏକ ଜଟିଳ ଅସ୍ଥିମଞ୍ଜା
ଚିକିତ୍ସା ସଫଳତାର ସହିତ କରାଯାଇଛି
। ମଧ୍ୟପ୍ରଦେଶ ଜାମୋରୁ ଆସିଥିବା
୨୦ ବର୍ଷ ବୟବସ ଜଣେ ଯୁକ୍ତକଙ୍କର
ଦୂର୍ଭାଗ୍ୟ ଅସ୍ଥିମଞ୍ଜା ଗୋମ ଓ ସଂକ୍ରମଣ
ଗୋଗରେ ଆକ୍ରାନ୍ତ ଥିଲେ । ବିଭିନ୍ନ
ହସ୍ତିଟାଲରେ ତାଙ୍କର ଚିକିତ୍ସା
ହୋଇଥିଲେ ମଧ୍ୟ କୌଣସି ଚିକିତ୍ସା
ଉପଶମ ନମିଲିବାରୁ ତାଙ୍କ ପରିବାର
ସଦସ୍ୟ ମାନେ ମଣିପାଲ ହସ୍ତିଟାଲର
ତାଙ୍କରଙ୍କର ସହ ପରାମର୍ଶ ନେଇଥିଲେ
। ମଣିପାଲ ହସ୍ତିଟାଲର ତାଙ୍କରଙ୍କ
ସଠିକ୍ ଚିକିତ୍ସା କାରଣରୁ ଯୁବକ ଜଣଙ୍କ
ନିର୍ଣ୍ଣିତ ମୃତ୍ୟୁ ମୁଖର ଫେରିଆସିଛନ୍ତି
। ଯୁବକ ଜଣଙ୍କ ଗୋଟିଏ ମାସ ଧରି
ବାରମାର ଅଚେତ ହେବା, ନିଯମିତ
ଜୁର ଓ ଦୃଷ୍ଟି ଶକ୍ତିରେ ସମସ୍ୟା

ଛୀରନ୍ଦ ପେରିମାଳକେ ଯତନ

ମଣିପାଳ ହୁଣ୍ଡିଟାଳରେ ଜଟିଳ ଅସ୍ତିମଞ୍ଜା ରୋଗର ସଫଳ ଚିକିତ୍ସା



କନ୍ସଲଟେଣ୍ଡାଣ୍ଡ୍- କିମ୍ବିକାଳ୍
ହେମାଗୋଲୋକି, ବୋନ୍ ମ୍ୟାରୋ
ଗ୍ରାନେସ୍ପ୍ଲୁଷ୍ ଡାଙ୍ ଚିକିତ୍ସା ଆରମ୍ଭ
କରିଥିଲେ । ପ୍ରାରମ୍ଭିକ ତଥା ତଥାରେ
କୌଣସି ସ୍ଵଷ୍ଟ ରୋଗ ନିର୍ଣ୍ଣୟ
ହୋଇନଥିଲା, କିନ୍ତୁ ଡାଙ୍ ଅସ୍ତ୍ରମଜ୍ଞା
ରିପୋର୍ଟରେ ଗୋଟିଏ ଜଳି ଓ ଦୂର୍ଲଭ
ରୋଗ ପ୍ରକାଶ ପାଇଥିଲା-ଯାହାରେ
ଅସ୍ତ୍ରମଜ୍ଞାର ଏକ ବୈଶିଷ୍ଟ୍ୟପୂର୍ଣ୍ଣ
ମାଇଲୋଇଡ୍ ଆଣ୍ଟିଜେନ୍ ହାରାଇୟିବା
ସହିତ ଅସ୍ତ୍ରମଜ୍ଞା ଟିବି, ଲ. କୋଲି ଓ
ପ୍ୟାଣେନିଆ ଜନିତ ବ୍ୟାକ୍ତେରିଆଲ୍
ସଂକ୍ରମଣ, ଅଙ୍ଗଗୁଡ଼ିକ ଚାରିପାଖରେ
ପାଣି ଜମିଯିବା ଓ ଏକ ଦୂର ଗମ୍ଭୀର
ଅବସ୍ଥା ବିକାଶ ହେଉଥିବା
ଦେଖୁଯାଇଥିଲା । ସଠିକ୍



ସୁମ୍ମ ଶରାର ପାଇଁ ସକଳିର ଜଳଧ୍ଵା, ଦିନ ଓ ରାତି ଭୋଜନ ଖୁବ ଗୁଡ଼ିପୂର୍ଣ୍ଣ । ଏହା ଦାରା ଶରାରକୁ ଉପଯୁକ୍ତ ପୋଷଣ ମିଳିଥାଏ । ମାତ୍ର ଅନେକ ସମୟରେ ଦେଖାଯାଏ, କେତେକ ଲୋକେ ରାତି ଖାଇ ଖାଇ ନଥିଥାନ୍ତି । କିନ୍ତୁ ଲୋକେ କର୍ମଚାରୀଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ଘରକୁ ଆସି ଥକୁଥାଣ କାରଣରୁ ଖାଲି ପେଟରେ ଶୋଇ ପଡ଼ିଥାନ୍ତି । ସେହିପରି ଜେଣ ବୃଦ୍ଧି ପାଇଁ କେତେକ ଲୋକେ ଗଢ଼ି ଭୋଜନ କରିଥିଥାନ୍ତି । ମାତ୍ର ଏପରି କରିବା ଦ୍ୱାରା ସ୍ଥାପନ ପାଇଁ ବେଶ କ୍ଷତିକାରକ ହୋଇଥାଏ । ଜୀବ୍ରି ରାତି ଭୋଜନ ନକଳେ ସ୍ଥାପନ ଉପରେ କି ପ୍ରଭାବ ପକାଯ.. ।



ଶୋଇବା ପୂର୍ବରୁ ପିଅନ୍ତୁ ଲବଙ୍ଗ ପାଣି

ଭଲ ନିଦ ପହା
ରହିବେ ସୁମ୍ବ

ରୋଷେଇ ୱାରୁ ଆରମ୍ଭ କରି ଅଷ୍ଟାୟ ଗୁଣରେ
ଉଚ୍ଚପୂର ଲବଙ୍ଗ । ଏହାର ପ୍ରତ୍ୟେକ ଉପାଦାନ ନିଜସ୍ଵ
ଗୁଣରେ ପରିପୂର୍ଣ୍ଣ । ଏଗୁଡ଼ିକ କେବଳ ଖାଦ୍ୟକୁ ସ୍ଵାଦିଷ୍ଟ
କରିବାରେ ସହାୟକ ନୁହେଁ, ବରଂ ସ୍ଵାସ୍ଥ୍ୟ ପାଇଁ ମଧ୍ୟ
ଲାଭଦାୟକ । ଯାହାର ସୁଗନ୍ଧ ଏବଂ ସ୍ଵାଦ ସମସ୍ତଙ୍କୁ ଯେତିକି
ପସନ୍ଦ, ଏହା ସ୍ଵାସ୍ଥ୍ୟ ପାଇଁ ମଧ୍ୟ ସମାନ ଭାବରେ
ଲାଭଦାୟକ । କେବଳ ଲବଙ୍ଗ ନୁହେଁ, ଏହାର ପାଣି ମଧ୍ୟ
ସ୍ଵାସ୍ଥ୍ୟ ଉପରେ ବହୁତ ଭଲ ପ୍ରଭାବ ପକାଇଥାଏ । ଯଦି
ଏହାକୁ ଶୋଇବା ପୂର୍ବରୁ ସେବନ କରାଯାଏ, ତେବେ
ଅନେକ ପ୍ରକାରର ରୋଗରୁ ରକ୍ଷା ପାଇଛେବା । ଆସନ୍ତୁ
ଜାଣିବା ଏହାର ଲାଭ...

ଜାଣନ୍ତ ଲବଙ୍ଗ ପାଣି କିପରି ପିଇବେ

ଲବଙ୍ଗର ସେବନ ଶରୀର ପାଇଁ ଅନେକ ଦୃଷ୍ଟିରୁ ଲାଭଦାୟକ
ବୋଲି ବିବେଚନା କରାଯାଏ । କିନ୍ତୁ ରାତିରେ ଲବଙ୍ଗ ପାଣି ପିଇବା
ଦ୍ୱାରା ଶରୀର ଉପରେ ଅନେକ ପ୍ରଭାବ ପଡ଼ିଥାଏ । ଏଥିପାଇଁ ଦୁଇଟି
ଲବଙ୍ଗକୁ ପାଣିରେ ଫୁଟାନ୍ତୁ । ତା'ପରେ ଏହି ପାଣି ଥଣ୍ଡା କିମ୍ବା ଉଷ୍ଣମୁଖ
ଥିବା ବେଳେ ସେବନ କରନ୍ତୁ ।

ସକ୍ଷୁତକୁ ସଫା କରେ

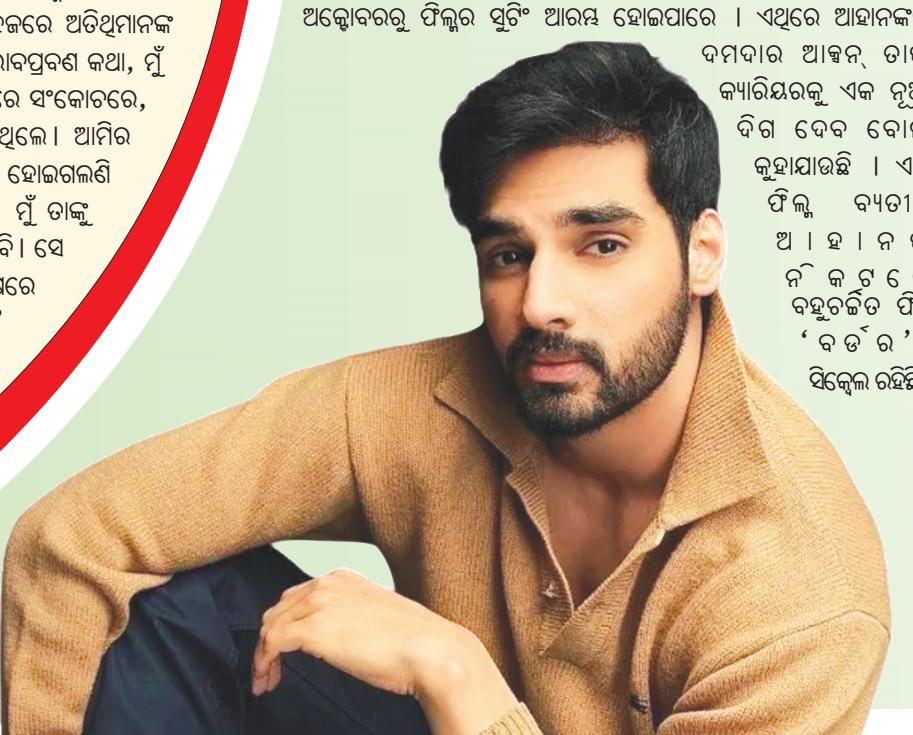
ପାଚନ ପ୍ରଣାଳୀ ମଜ୍ବୁତ ହୁଏ

ପାଚନ ପ୍ରଣାଳୀ ମଜ୍ବୁତ ହୁଏ ରାତ୍ରି ଭୋଜନ ପରେ ଲୋକମାନେ
ପ୍ରାୟତ୍ତଃ ଗ୍ୟାସ, ବଦହଜମି ଭଳି ପାଚନ ସମସ୍ୟାର ସମ୍ମୁଖୀନ ହୁଅଥି ।

ଏଁ ବର୍ଷରେ ଦେବୁୟ କରିବେ ଅମୀରଙ୍ଗୀ ମାଆ



ଅଭିନେତା ଆମିର ଖାନ ଆଜିକାଲି ତାଙ୍କ ଆଗାମୀ ପିଲ୍ଲ ସୀତାରେ ଜମିନ ପର ପାଇଁ ଖବରରେ ଅଛନ୍ତି । ଏହି ପିଲ୍ଲ କେବଳ ଏହାର ବିଶେଷ କାହାଣୀ ପାଇଁ ନୁହେଁ ବରଂ ଉକୁଷ କ୍ୟାମିଓ ପାଇଁ ମଧ୍ୟ ଲଗାତାର ଖବରରେ ରହିଛି । ରିପୋର୍ଟ ହୋଇଛି ଯେ ଅମାର ଖାନଙ୍କ ମାଆ ଏହି ପିଲ୍ଲ ମାଧ୍ୟମରେ ଦେବ୍ୟୁ କରିବାକୁ ଯାଉଛନ୍ତି । ଅଭିନେତା ପ୍ରକାଶ କରିଛନ୍ତି ଯେ ତାଙ୍କ ମାଆ ଜାନତ ହୁଏଥେନ ଜୁନ ୧୩ ଡାରିଖରେ ୧୯ ବର୍ଷ ବୟସରେ ପାଦ ଦେବେ । ସେ ତାଙ୍କ ଆଗାମୀ ପିଲ୍ଲ ସୀତାରେ ଜମିନ ପର ସହିତ ବଳିଉଡ଼ରେ ଦେବ୍ୟୁ କରୁଛନ୍ତି । ଲଣ୍ଠିଆ ଚାତେ ଅନୁଯାୟୀ, ଅମାର କହିଛନ୍ତି ଯେ ପିଲ୍ଲ ନିର୍ଦ୍ଦେଶକ ଆରାସ ପ୍ରସନ୍ନ ଆମିରଙ୍କୁ ତାଙ୍କ ମାଆଙ୍କୁ ପିଲ୍ଲରେ ଆସିବାକୁ ରାଜି କରାଇବାକୁ ଅନୁ କରିଥିଲେ । ଏହା ପରେ ଅମାର ଜାନତଙ୍କୁ ପଚାରିଥିଲେ । ଅମାରଙ୍କ ଭରଣୀ ନିଖିତ ଖାନ ମଧ୍ୟ ସୁଟିଂ କରୁଥିଲେ, ତାଙ୍କ ମାଆ ଯିଏ କେବେ ସେଟକୁ ଯାଇ ନଥିଲେ, ସେ ଅମାରଙ୍କ ସ୍ନାନ ପଚାରିଥିଲେ । ଅନ୍ତିମ ପିଲ୍ଲ କିପିର ତିଆରି ହୁଏ ତାହା ଜାଣିବା ପାଇଁ ସୁଟିଂ ଦେଖିବାକୁ ଯେତେବେଳେ ଅନ୍ତିମ ଆଗ୍ରହ ଦେଖାଇଲେ, ମୁଁ କହିଲି- ‘ଏତାକୁ ଆସ ।’ ମୁଁ ଗାଢି ଏବଂ ସେ ମୋ ଭରଣୀଙ୍କ ସହିତ ସେଟକୁ ଆସିଥିଲେ । ସେ ହ୍ରିଲିଚେଯାଇରେ ଆମେ ହାପି ଡ୍ରେଟିଂ ଗାତର ସୁଟିଂ କରୁଥିଲୁ ଏବଂ ଏହା ଏକ ବହୁତ ମଜାଦାର ଅନ୍ତିମ ଆଗାମରେ ବଦି ଆମକୁ ଦେଖୁଥିଲେ । ସେତେବେଳେ ପିଲ୍ଲ ଚିମ ହାପି ଡ୍ରେଟିଂ ସୁଟିଂ କରୁଥିଲା । ଆମିର ଆହୁରି କହିଥିଲେ, ‘ପ୍ରସନ୍ନ ମୋ ପାଖକୁ ଆସ ‘ସାର, ଯଦି ଆପଣଙ୍କର କିଛି ଆପରି ନାହିଁ, ତେବେ ଆପଣ କ’ଣ ଅସରରେ ସାମିଲ କରିବାକୁ ଅନୁରୋଧ କରିପାରିବେ ? ଏହା ପିଲ୍ଲର ଫେ ଏବଂ ଏହା ଏକ ବିବାହ ଉତ୍ସବର ସିକ୍ରେନ୍ । ସେ ସହଜରେ ଅତିଥି ମଧ୍ୟରୁ ଜଣେ ହୋଇପାରିବେ । ଏହା ମୋ ପାଇଁ ଏକ ଭାବପ୍ରବଣ କହାନ୍ତିର ଅମାର ପ୍ରଥମେ ଏହା କରିବାକୁ ମନ କରିଦେଇଥିଲେ । ଆମିର କହିଥିଲେ, ‘ମୁଁ ତାଙ୍କୁ କହିଥୁଲି, ‘ତୁମେ ପାଗଳ ହୋଇଗଲିମେ ଆଜିଙ୍କୁ ପଚାରିବାକୁ ସାହସ ହେବ ନାହିଁ । ମୁଁ ତାଙ୍କୁ କିପରି ପିଲ୍ଲରେ ମୋତେ ଏକ ସଟ ଦେବାକୁ କହିବି । ସେ ବହୁତ ଜଦଖୋର । କିନ୍ତୁ ଯେତେବେଳେ ମୁଁ ଶେଷରେ ତାଙ୍କୁ ପଚାରିଲି, ସେ କହିଲେ, ‘ହଁ, ଠିକ ଅଛି ।’ ମୁଁ ଆଶ୍ରମ୍ୟ ହୋଇଗଲି । ଅମାର କହିଥିଲେ ଯେ ଆମ୍ବି ଗୋଟିଏ କିମ୍ବା ଦୁଇଟି ସରରେ ଅଛନ୍ତି । ଏହା ମୋର ଏକମାତ୍ର ପିଲ୍ଲ ଯାହାର ସେ ଅଂଶ ହୋଇଛନ୍ତି ।



ପୁଣି ଆଦ୍ୟାତ୍ମକ ବଳିଭର୍ତ୍ତ କମ୍ପ୍ୟୁଟର

୨ ୦୭୧ରେ ‘ଡଡ଼ପ’ ଫିଲ୍ ମାଧ୍ୟମରେ ବଳିଉତ୍ତ ତେବ୍ୟ କରିଥିଲେ ଅଭିନେତା ସୁନୀଳ ସେଣାଙ୍କ ପୁଆ ଆହାନ ସେଣା । ସେହି ଫିଲ୍ ରେ ତାଙ୍କ ବିପକ୍ଷରେ ତାରା ସୁତାରୀଆ ସ୍କିନ୍ ସେୟାର କରିଥିଲେ । ଯଦିଓ ଫିଲ୍ଟି ବଜ୍ର ଅଫିସରେ ସେଉଳି କିଛି ଯାତ୍ରୁ ଦେଖାଇପାରିନ୍ଥିଲା ତେବେ ସେଥିରେ ଆହାନଙ୍କର ଅଭିନୟକୁ ସମାଲୋଚକମାନେ ପ୍ରଶଂସା କରିଥିଲେ । ଏପରିକି ଶ୍ରେଷ୍ଠ ନବାଗତ ଭାବେ ସେ ଦୁଇଟି ପୁରୁଷାର ବି ପାଇଥିଲେ । ତାର ଦୀର୍ଘ ୪ ବର୍ଷ ପରେ ଆହାନ ପୁଣି ବଳିଉତ୍କୁ କମବ୍ୟାକ୍ କରିବାକୁ ଯାଇଛନ୍ତି । ଆଗକୁ ତାଙ୍କୁ ଏକ ଆହ୍ଵାନ ଥିଲରରେ ଦେଖିବାକୁ ମିଳିବ । ଲୋକପ୍ରିୟ ବଜ୍ରଙ୍କା ଫିଲ୍ମନିର୍ମାତା ବିର୍ଦ୍ଦୀ ଦାସଗୁପ୍ତ ତାର ନିର୍ଦ୍ଦେଶମା ଦେବେ ବୋଲି ଖରବ ମିଳିଛି । ଶିବାଶିଷ ସରକାର ଓ ରିଭ୍ୟୁ ଦାସଗୁପ୍ତ ପ୍ରୟୋଜନରେ ରହିବେ । ଅଞ୍ଜୋରର ଫିଲ୍ମର ସଂହିଂ ଆରମ୍ଭ ହୋଇପାରେ । ଏଥରେ ଆହାନଙ୍କୁ ର

ଦମଦାର ଆଜ୍ଞନ ତାଙ୍କ
କ୍ୟାରିଯାଇକୁ ଏକ ନୂଆ
ଦିଗ ଦେବ ବୋଲି
କୁହାଯାଉଛି । ଏହି
ଫିଲ୍ମ ବ୍ୟତୀତ
ଥ । ହ । ନ ଙ୍କ

ନ କାହିଁ ର
ବହୁତକିମ୍ବ ପିଲ୍ଲ
'ବ ଡର' ର
ସିଙ୍ଗେ ରହିଛି ।

“I’m not a fan of the term ‘greenwashing.’ I think it’s important to be transparent about what you’re doing.”

...and the first time I ever saw a real live gator.

...and the other side of the jacket.

www.oriental.com

...and the best part is that you can do it all from the comfort of your own home.

A close-up photograph showing a person's hand holding a yellow, ribbed, textured garment, likely a sweater or cardigan. The garment has a visible zipper pull near the bottom center. The background is dark.

