



ଆପଣଙ୍କ ସ୍ବର

ନିରପେକ୍ଷ ମାସିକ ଖବରକାଗଜ

PRGI/R.N.I No: ORMUL/25/A5279



ସଂପାଦକ, ଆପଣଙ୍କ ସ୍ବର

Vol. 01 | Issue -02

ଭାର-୦୧ | ସଂଖ୍ୟା-୦୨

Jajpur 01-28, February 2026 | Rs. 2.00 | Pages - 08

ଯାଜପୁର ୦୧-୨୮ ଫେବୃଆରୀ, ୨୦୨୬ | ମୂଲ୍ୟ ୨.୦୦ ଟଙ୍କା | ପୃଷ୍ଠା-୦୮

ନୂଆ ବର୍ଷରେ ଆପଣଙ୍କ କଥା କହିଲା ଆପଣଙ୍କ ସ୍ବର

ଭୁବନେଶ୍ୱର, (ଆପଣଙ୍କ ସ୍ବର ବ୍ୟୁରୋ) : ସବୁ କଳ୍ପନା କଳ୍ପନାର ଅବସାନ ଘଟାଇ ଓଡ଼ିଶା ଓ ସାଧାରଣ ଲୋକଙ୍କ ସମସ୍ୟା, ଦୁଃଖ, ଦୁର୍ଦ୍ଦଶା ଓ ଯନ୍ତ୍ରଣା କଥା କହିବାକୁ ଚାହୁଁଥିବା ସାଧାରଣ ଲୋକଙ୍କ ଖବରକାଗଜ ଆପଣଙ୍କ ସ୍ବର ପୂର୍ବ

ପହଞ୍ଚିଥିଲା ଏବଂ ଖବରକାଗଜ ଏକ କପି ପ୍ରକାର କରିବା ସହ ଖବରକାଗଜ ବିଷୟରେ ଉପଯୁକ୍ତ ମାଗଣା କ'ଣ ସହ ଆଲୋଚନା କରିଥିଲା । ଶ୍ରୀମତୀ ପରିଡ଼ା ଖବରକାଗଜ ଓ ବାସ୍ତବିକାମାନା କରିବା ସହ ଖବରକାଗଜକୁ ଶୁଭେଚ୍ଛା ଜଣାଇ

ସମ୍ପର୍କ ଅଧିକାରୀଙ୍କ ସହ ସାକ୍ଷାତ କରିବା ସହ ସମସ୍ତ କିଛିରେ ଥିବା କନସାଇଡେନ୍ସାନ୍ସ ମାନଙ୍କ ବିଚ୍ଛିନ୍ନ ମୌଳିକ ସମସ୍ୟା ବିଷୟରେ ସାଧାରଣ ଲୋକଙ୍କ ସ୍ବର ଆମ କାଗଜ ମାଧ୍ୟମରେ କିପରି ପ୍ରକାଶ ପାଖରେ ପହଞ୍ଚିବା ସହ କିପରି ସମାଧାନ ହୋଇ ପାରିବ ସେ ସ୍ବଚ୍ଛାନ୍ତରେ ଆଲୋଚନା କରିଥିଲା ।

ଏବେ ଥିବା ଆମର ଖବରକାଗଜ ପ୍ରକାଶନ ପର ର କଥା କିନ୍ତୁ ପ୍ରକାଶନ ପୂର୍ବର ଯନ୍ତ୍ରଣା ଆପଣ ମାନଙ୍କୁ ନିଶ୍ଚିତ ଆଶ୍ଚର୍ଯ୍ୟ ଚକିତ କରିବ । ୨୦୨୫ବର୍ଷର ଶାସ୍ତ୍ରସମ୍ମତ ଅର୍ଥ ୧୮ ଡିସେମ୍ବରରେ ଆମେ ପ୍ରେସ୍ କନେରାଉ ରେକର୍ଡିଂ ଆପ୍ ରଖିଥିବା ଯାହା ଚିଠି ପାଇଲୁ ଖବରକାଗଜ ଛାପିବାକୁ । ନୂଆ ବର୍ଷ ଦିନ ଖବରକାଗଜର ପ୍ରଥମ ସଂସ୍କରଣ ପ୍ରକାଶିତ କରିବାକୁ ଆମେ ଘୋଷଣା କରି ଦେଲୁ । ଘୋଷଣା ତ କରିଦେଲୁ କିନ୍ତୁ ତା ପରେ ଆମର ଯନ୍ତ୍ରଣା ଆମେ ହୋଇଥିଲା । ନୂଆ ଖବରକାଗଜର ଲେ ଆମର ପ୍ରସ୍ତୁତି ଆମ ମୁଣ୍ଡର ଆମ ଆମରେ ବିରାଟ ସମସ୍ୟା ହୋଇ ଠିଆ ହୋଇ ଥିଲା । ଯାହାରେ ଆମ ଦିନ କେବଳ ନୂଆ ବର୍ଷ ସରିବାକୁ ଚାପରେ ପ୍ରେସ୍ କର୍ମଚାରୀଙ୍କ ନୂଆ ବର୍ଷ ପାଇଁ ହୁଏ । ସବୁ ବାଧା ବିପ୍ଳବକୁ ଖୁବ୍ ଶୀଘ୍ର ନିକଟି ଆମେ ଆମ ଓ ସଂସ୍ପର୍ଶ କରି ରଖୁଥିବା ନୂଆ ବର୍ଷ ଦିନ କାଗଜର ପ୍ରକାଶନ ପାଇଁ । ଶେଷରେ ଜଗତ ର ନାଥ କରନ୍ତା ଥିବା କିନ୍ତୁ ଆମରେ ସବୁ ବାଧା ବିପ୍ଳବରେ ଯାଇଥିଲା । ନୂଆ ବର୍ଷ ଦିନ କାଗଜ ପ୍ରକାଶିତ ହୋଇ ଥିଲା ।



ଶ୍ରୀମତୀ ପରିଡ଼ା ପରିଡ଼ା, ଉପ ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀ

ସ୍ବର କରିବା ଆମେ କୌଣସି ପୁଣି ପଡ଼ି, ଶିଶୁପତି କିମ୍ବା କୌଣସି ରାଜନେତାଙ୍କ ଓ ଖବରକାଗଜ ନୁହେଁ । କିମ୍ବା ଆପଣଙ୍କ ସ୍ବର କାହାର ଅନୁଗ୍ରହରେ ପରିଚାଳିତ ହେଉ ନାହିଁ କିମ୍ବା ଆମକୁ ବି ହେବାର ନାହିଁ । କେବଳ ସାଧାରଣ ଲୋକଙ୍କ ସମସ୍ୟା, ଦୁଃଖ, ଦୁର୍ଦ୍ଦଶାକୁ ନେଇ ଆପଣଙ୍କ ସ୍ବର ଯୋଗାଯୋଗ ପ୍ରକାଶିତ ହେଉ ଏହିପରି ଆମେ ନେଇଛୁ । ଦରକାର ପଡ଼ିଲେ ସାଧାରଣ ଲୋକଙ୍କୁ ସାହାଯ୍ୟ ମାଗି ଆମେ କାଗଜ ଚଳାଇଛୁ ପଛେ କୌଣସି ନେତା, ମନ୍ତ୍ରୀ ଠିକାଦାର କିମ୍ବା ପୁଣି ପଡ଼ି ପାଖରେ ଲୁହ ବିକିବୁ ନାହିଁ ଏବଂ ଆମେ ନେଇଛୁ ।

ଉପ ପୂର୍ବ ସଂସ୍କରଣରେ ମୁଁ ସଂପାଦକୀୟରେ ଲେଖିଥିଲି ଏବେ ଗୁଡ଼ିଏ ଛାପା ଏବଂ ବୈଦୃତିକ ଗଣମାଧ୍ୟମ ରାଜ୍ୟରେ ଥିବା ବେଳେ ପୁଣି ଗୋଟିଏ ନୂଆ ଖବରକାଗଜ ଆପଣଙ୍କ ସ୍ବର ଆବଶ୍ୟକତା କଣ ପାଇଁ? ଖବରକାଗଜ ଶିଶୁ ନିମ୍ନ ଶାଳୀ ହେଉଥିବା ବେଳେ ପୁଣି ରାଜ୍ୟରେ କାହିଁକି ଆଉ ଗୋଟିଏ ଛାପା ଗଣମାଧ୍ୟମ ର ଆମୁ ପ୍ରକାଶ? ଏହାର ଉତ୍ତର ଗତ ସଂସ୍କରଣରେ ଆମେ ସଂପାଦକୀୟରେ ରଖୁଛୁ । ଆମେ କହିବୁ ନିରପେକ୍ଷତା ବଦଳାଇ ରଖୁଛୁ । ଆମେ ସଂକଳ୍ପବଦ୍ଧ ଆମ ରାଜ୍ୟର ପ୍ରତ୍ୟେକ ଅଞ୍ଚଳ, ନିଷ୍ପେଷିତ, ଗରିବ ଲୋକଙ୍କ ସମସ୍ୟା ଭିତ୍ତି ଖବର ଆମ ପାଇଁ ବହୁ ମୂଲ୍ୟବାନ । କୌଣସି ନେତା, ମନ୍ତ୍ରୀ ରାଜନେତାଙ୍କ ଖବର

ଛାପିବା ପରିବର୍ତ୍ତେ ଗରିବ ମା ଚିର ଦିନରେ ସୂର୍ଯ୍ୟ ଓ ରାତିରେ ଚନ୍ଦ୍ର ଦିଶୁଥିବା ନୂଆ ଖବରକାଗଜର ସମସ୍ୟାକୁ ନେଇ ଖବର ଛାପିବାକୁ ଆମେ ପସନ୍ଦ କରିଛୁ । ହଁ ଏବେ ଆପଣଙ୍କ ମନକୁ ଏକ ବଡ଼ ପ୍ରଶ୍ନ ଆସୁଥିବ ଯେତେବେଳେ ବଡ଼ ବଡ଼ ଖବରକାଗଜ ସରକାରଙ୍କ ପାଖରେ ଲୁହ ବିକି ସରକାରଙ୍କ ଗୁଣଗାନ କରୁଛନ୍ତି ଯେତେବେଳେ ରାଜ୍ୟର ପ୍ରତିଷ୍ଠିତ ଅଧିକାରୀଙ୍କ ଛାପା ଗଣମାଧ୍ୟମ କୌଣସି ରାଜନେତାଙ୍କ ଓ ଅନୁଗ୍ରହରେ ଚାଲିଛି ସେଠାରେ ଆପଣଙ୍କ ସ୍ବର ଚାଲିବ କେମିତି ?

ସବୁ ସେଇ ଜଗତର ହାତରେ ଛାଡ଼ିବୁ । କଗର ନାଥ କରନ୍ତା ଥିବା ଅନୁଗ୍ରହ, ବାବା କଳେବରଙ୍କ କଳ୍ପଣା ଆମ ଆମର ଅଗଣିତ ପାଠକ, ଶୁଭେଚ୍ଛା ମାନଙ୍କ ଉପ ପାଇବାକୁ ନେଇ ଆମର ଯାତ୍ରା କାରି ରହିଥିବ ଏବଂ ଆପଣଙ୍କ ପାଖରେ ଆମେ ରଖୁଛୁ । ଆପଣଙ୍କ ଖବରକାଗଜ ଆପଣଙ୍କ ସ୍ବର ଖବରକାଗଜ ଯାଜପୁରରୁ ପ୍ରକାଶିତ ହେଉଥିବା ବେଳେ ଏହାର ମୁଣ୍ଡପ୍ରେସ୍ କର୍ମ ଏବଂ ଏହାର ରାଜ୍ୟବାସୀଙ୍କୁ ନିଶ୍ଚିତ ଭାବରେ ରହିଛି । ଶେଷରେ ଆମ ଓଡ଼ିଶା ଓ କୋଟି କୋଟି ଭାଇ, ଭଉଣୀ, ଶୁଭେଚ୍ଛା, ବାପା ଗୁରୁଜନ ମାନଙ୍କ ଆଶୀର୍ବାଦ ଆମର ଆପଣଙ୍କ ସ୍ବର ଖବରକାଗଜ ପ୍ରତି ରହିଥାଉ ।

ଉପ ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀ ପ୍ରଭାତୀ ପରିଡ଼ାଙ୍କ ଶୁଭେଚ୍ଛା ।
ଖୋର୍ଦ୍ଧା ଜିଲ୍ଲାପାଳଙ୍କୁ ଆରମ୍ଭ କରି ଯାଜପୁର ଏସପି, କଟକ ଡିଆଇପିଆରଓ, ଯାଜପୁର ଡିଆଇପିଆରଓ ତଥା ଅନେକ ସାମ୍ବାଦିକ, ବୁଦ୍ଧିଜୀବୀ, ରାଜନେତା ସମସ୍ତଙ୍କୁ ଅଭିନନ୍ଦନର ସୁଆ ।

ନିର୍ଦ୍ଧାରିତ ସମୟ କାନ୍ଦୁଆଣ 1, 2026 ଅର୍ଥାତ୍ ନୂଆବର୍ଷରେ ଆମୁ ପ୍ରକାଶ କଲା । ପ୍ରଭୁ ଜଗନ୍ନାଥଙ୍କ ଅପାର କରୁଣା ଏବଂ ବାବା କଳେବର ଠାକୁରଙ୍କ ଆଶିର୍ବାଦକୁ ପାଶେ କରି ଭୁବନେଶ୍ୱର ରାଧା କୃଷ୍ଣ ମନ୍ଦିରରେ ପୂଜାର୍ଚ୍ଚନା ପରେ ଖବରକାଗଜକୁ ବିତରଣ ପାଇଁ ଓଡ଼ିଶା ଓ ବିଭିନ୍ନ ପ୍ରାନ୍ତରୁ ଲୁ ପଠା ଯାଇଥିଲା ।

ଆପଣଙ୍କ ସ୍ବର ଖବରକାଗଜ ଓ ପ୍ରଥମ କପି ସହ ଆମେ ଓଡ଼ିଶା ଓ ଉପମୁଖ୍ୟ ମନ୍ତ୍ରୀ ଶ୍ରୀମତୀ ପରିଡ଼ାଙ୍କ ସହ କାର୍ଯ୍ୟକାରୀ ବାସ୍ତବିକାମାନାରେ



ଅମ୍ବିତ ରତ୍ନରାଜ, ଜିଲ୍ଲାପାଳ, ଖୋର୍ଦ୍ଧା



ଖୋର୍ଦ୍ଧା ଗ୍ରାମୀଣ ଏସପି ଆଇପିଏସ୍ ବିବେକାନନ୍ଦ ଶର୍ମା



ବିନିତ ଅଗ୍ରୱାଲ, ଏସପି, କଟକ ଗ୍ରାମୀଣ



କାମିନୀରଞ୍ଜନ ପଟ୍ଟନାୟକ, ଡିଆଇପିଆରଓ, ଯାଜପୁର



ପବିତ୍ର ମୋହନ ମାଝି, ଡିଆଇପିଆରଓ, କେନ୍ଦ୍ରାପଡ଼ା



ଆଇପିଏସ୍ ଯସ୍ ପ୍ରତାପ ଏସପି, ଯାଜପୁର



ଲଲାଟେନ୍ଦୁ ଭୂୟାଁ, ଡିଆଇପିଆରଓ, କଟକ



ବିଜିତ, କେନ୍ଦ୍ରାପଡ଼ା



ଲଲାଟେନ୍ଦୁ ଭୂୟାଁ, ଡିଆଇପିଆରଓ, କଟକ



ଲଲାଟେନ୍ଦୁ ଭୂୟାଁ, ଡିଆଇପିଆରଓ, କଟକ

ବିମାନ ଦୁର୍ଘଟଣା

ଅଜିତ ପାଞ୍ଜାରଙ୍କ ପରଲୋକ

ଯୁଗ୍ମ (ଆପଣଙ୍କ ସ୍ବର) : ବୃତ୍ତବାର ସକାଳ ୮ଟା ୪୦ ମିନିଟ୍ରେ ଏକ ଛାତିଆ ବିମାନ ଦୁର୍ଘଟଣାରେ ମହାରାଷ୍ଟ୍ର ଉପମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀ ତଥା ଏନ୍ଡିପି ମୁଖ୍ୟ ଅଜିତ ପାଞ୍ଜାରଙ୍କ ପରଲୋକ ଘଟିଛି । ତାଙ୍କୁ ନେଇ ଯାଇଥିବା ବାର୍ଦ୍ଧୀ ବିମାନଟି ବାମାମ୍ବି ବିମାନବନ୍ଦରେ ଦିହାନ୍ତ ହୋଇଥିଲା । ପାଞ୍ଜାରଙ୍କ ବ୍ୟତୀତ ତୁଳ ପାଞ୍ଜାରଙ୍କ ଓ ବୁଦ୍ଧ ପ୍ରଭାତୀ (କଣ୍ଠେ

ବିଏସ୍ ଓ କଣ୍ଠେ ଆକେଶ୍) ମଧ୍ୟ ପ୍ରାଣ ହରାଇଛନ୍ତି । ପାଞ୍ଜାରଙ୍କ ନିଧନ ସହିତ ମହାରାଷ୍ଟ୍ର ରାଜନୀତିରେ ଆଜି ଏକ ଯୁଗର ଅନ୍ତ ଘଟିଛି । ବାମାମ୍ବିରେ ଜନ୍ମିତ ୬୭ ବର୍ଷୀୟ ଅଜିତ ପାଞ୍ଜାର ସର୍ବୋଚ୍ଚ ନିର୍ବାଚନମନ୍ତ୍ରୀଙ୍କ ରାଜନୈତିକ କ୍ୟାରିୟର ଆରମ୍ଭ କରିଥିଲେ । ଆଜି ବାମାମ୍ବିରେ ତାଙ୍କର ଦୁର୍ଘଟଣାଜନିତ ମୃତ୍ୟୁ ଘାତାନ୍ତ ଅନ୍ତରାଳକୁ ସ୍ପଷ୍ଟ କରିଦେଇଛି । ସେଠାରେ ସେ କିଛି ପରିଷଦ ନିର୍ବାଚନ ପୂର୍ବରୁ ଗାରିବ ସାଧାରଣ ସମାଜ ସମ୍ମୁଖରେ କରୁଥିବା କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ ଥିଲା । (ସ୍ବସ୍ଥ-୨)

ଯାଜପୁର ଜିଲ୍ଲା ଧର୍ମଶାଳା ଅଞ୍ଚଳରେ ସାଇବର ଠକେଇ ମାମଲା

'ଆପଣଙ୍କ ସ୍ବର'ର ମହାପ୍ରଭାବ, ନିଦରୁ ଉଠିଲା ଯାଜପୁର ପୁଲିସ୍

ଏସପି ଯସ୍ ପ୍ରତାପ କହିଲେ କେଶ ର ରିଭ୍ୟୁ କରାଯିବ । ଅତିରିକ୍ତ ଏସପି ସୁବିକାନ୍ତ କାନୁନଗୋ କହିଲେ ରଞ୍ଜନ ମାଝୀ ଫେରିଲେ ହେବ ତଦନ୍ତ । ଯାଜପୁର/ଧର୍ମଶାଳା (ଆପଣଙ୍କ ସ୍ବର) : ସାଇବର ଠକେଇ ମାମଲା ସାମ୍ବାଦିକ ସମାଜର କୋଟି କୋଟି ଟଙ୍କା ପାଣି ଭଳି ଖର୍ଚ୍ଚ କରୁଛନ୍ତି । ରାଜ୍ୟ



ତଥା ଜିଲ୍ଲା ପୁଲିସ୍ ଷ୍ଟେସନ୍ ମଧ୍ୟ ସରକାରୀ ଅଞ୍ଚଳରେ ବ୍ୟାପକ ସତେଜତା କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ କରାଯାଇଛି । କିନ୍ତୁ

ଲାଗିଛି । ଗତ କେନ୍ଦ୍ର ମାସ ଠକେଇ ଯାଜପୁର ଜିଲ୍ଲା ଧର୍ମଶାଳା ବ୍ଲକ୍ରେ ଏକ ବଡ଼ ଧରଣର ସାଇବର ଠକେଇ ହୋଇଥିଲା । ଏ ସଂକ୍ରାନ୍ତରେ ଆମେ ଗତ ସଂସ୍କରଣରେ ଖବର ପ୍ରକାଶ କରିଥିଲୁ । ଖବର ଶାନ୍ତ ଥିଲା ଏହାର ଠକେଇ ମାଷ୍ଟର ମାଇଣ୍ଡ କେବେ ବାନ୍ଧିବ ପୁଲିସ୍ । ଖବର ପ୍ରକାଶ ପରେ ସାଧାରଣ ଆପଣଙ୍କ ସ୍ବର ଚପଟକୁ ଜିଲ୍ଲା ପୁଲିସ୍ ଅଧିକାରୀ ଯସ୍ ପ୍ରତାପ କୁ କେବେ ଧର୍ମଶାଳା ସାଇବର ଠକେଇ ମାମଲା ବିଷୟରେ ଚାଲିଛି । ଏହାପ୍ରାୟ ନିରାଶ ଲୋକଟି ସର୍ବସ୍ୱାନ୍ତ ହେବାର

ଚିତାଲୋ କଲେଜରେ ପୂର୍ବତନ ଅଧ୍ୟକ୍ଷ ଓ ସଭାପତିଙ୍କୁ ବାନ୍ଧିଲା ଭିଜିଲାନ୍ସ

ଯାଜପୁର (ଆ.ସ୍) : ଯାଜପୁର ଚିତାଲୋ କଲେଜର ପୂର୍ବତନ ସଭାପତି ଶ୍ରୀ ବସନ୍ତ ନାରାୟଣ ରାୟ ଏବଂ ପୂର୍ବତନ ଅଧ୍ୟକ୍ଷ ଶ୍ରୀ ଅର୍ପିତ ପ୍ରସାଦ ମଲିକଙ୍କୁ ଗିରଫ କଲା ଭିଜିଲାନ୍ସ, ୩୨ ଜଣ ୬ ହଜାର ୬୨୦ ଟଙ୍କା ଆତ୍ମୀୟ ଅଭିଯୋଗରେ ଉଭୟ ଗିରଫ ହୋଇଥିବା ସୂଚନା । ଏଥିସହିତ ପ୍ରାନ୍ତର ଅଧ୍ୟକ୍ଷ ଶ୍ରୀ ମଲିକଙ୍କୁ ପରୋକ୍ଷରେ ଗିରଫ କଲେ । ଅନିୟମିତତାରେ ମହାବିଦ୍ୟାଳୟର ଚଳାଚଳନା ପରିଚାଳନା ସମ୍ପର୍କରେ ସଭାପତି ବସନ୍ତ ନାରାୟଣ ରାୟଙ୍କ ସମ୍ପର୍କରେ ଗିରଫ ଅଧ୍ୟକ୍ଷ ଶ୍ରୀ ମଲିକଙ୍କୁ ଭିଜିଲାନ୍ସ ବାନ୍ଧିବାକୁ ପାଇଥିଲା । ଆଜି ଆଜି ଉଭୟ ଶ୍ରୀ ମଲିକ ଓ ଶ୍ରୀ ରାୟଙ୍କୁ ଭିଜିଲାନ୍ସ ସୁରକ୍ଷା ଗୋଟିଏ କୋର୍ଟରେ କଟକ କାର୍ଯ୍ୟାଳୟରେ ହାଜର ହେବାକୁ ନିର୍ଦ୍ଦେଶ ଦେଇଥିଲା । ଗୋଟିଏ କ୍ରମେ ଆଜି କଟକ କାର୍ଯ୍ୟାଳୟରେ ଉଭୟଙ୍କୁ ବାର୍ଦ୍ଧୀ ସମୟରେ ପରୋକ୍ଷରେ ଗିରଫ କରାଯିବ । କେ.ଏ. ୪୦/ ୩୧.୧୨.୨୦୨୫ରେ ଉଭୟଙ୍କୁ କୋର୍ଟରୁ ଗିରଫ କରାଯାଇଛି ।

ଦିଦିଙ୍କ ଦାବୀଗିରି, ଇତି ଉପରେ ହାଇଦ୍ରାବାଦ

କଳିକତା (ଆ.ସ୍) : ବୋଇଲା ଦୁର୍ଗା ମାମଲାରେ ମନିଲଣ୍ଡି ଚକ୍ରବର୍ତ୍ତୀ ଏବଂ ଅନ୍ୟ ଭାବରେ ପ୍ରବର୍ତ୍ତନ ନିର୍ଦ୍ଦେଶାବଳୀ (ଇଡି) ଆଜି ରାଜନୈତିକ ପରାମର୍ଶଦାତା ଏସ୍.ଆ. 'ଆଇ-ପ୍ୟାକ୍' କାର୍ଯ୍ୟାଳୟରେ ଚକ୍ରବର୍ତ୍ତୀଙ୍କୁ ଗିରଫ କରିବା ପରେ କୋକାଟାରେ ହାଇଦ୍ରାବାଦ ଦେଖିବାକୁ ନିର୍ଦ୍ଧାରିତ ହୋଇଥିବା ମାମଲା ବାମାମ୍ବି କେନ୍ଦ୍ରୀୟ ଏକେଡ଼ି

କମିସନର ମଧ୍ୟ ଯନ୍ତ୍ରଣାରେ ପହଞ୍ଚିଥିଲା । ଏହି ସମୟରେ ମମତା ବାମାମ୍ବି ସେବୁର କାର୍ଯ୍ୟାଳୟରେ ଯାଇ ପୁଲିସ୍ ଗିରଫିତ କରି ହାତକୁ ଧରି ଆଜି ଛାଡ଼ିଲା ନେଇ ହେବାକୁ ପକାଇଥିଲା । ସାମ୍ବାଦିକମାନଙ୍କ ସହ କଥାବାର୍ତ୍ତା ବେଳେ ମମତା ଅଭିଯୋଗ କରିଛନ୍ତି ଯେଉଁଠି ଚକ୍ରବର୍ତ୍ତୀଙ୍କ ଦଳର ଆଖ୍ୟାତରାଶି ରାଜନୈତିକ ଚଳାଚଳନରେ କଳିକତା ପାଇଁ ଉଦ୍ଦିଷ୍ଟ ଥିଲା । ପ୍ରାଣୀ ଚାଲିବା, ବକାୟ ରଖିବା, ଯୋଜନା ଓ ଗୋପନୀୟ ସମ୍ପର୍କିତ ସମ୍ପର୍କ କରିବାକୁ ଇଡି ଆମ କାର୍ଯ୍ୟାଳୟକୁ ଆସିବା ଅତ୍ୟନ୍ତ ଦୁର୍ଗନ୍ଧାଜନକ ବୋଲି ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀ ଅଭିଯୋଗ କରିଛନ୍ତି । ମମତା ସାଧାରଣଙ୍କୁ ଗୁହମଣୀ

ତୃଣମୂଳ ନିର୍ବାଚନୀ ରଣନୀତି ଚୋରି କରିଛି ବିଜେପି

ହାଇକୋର୍ଟରେ ପହଞ୍ଚିଲା ମାମଲା

ଅନିତ ଶାହଙ୍କୁ ଚାର୍ଜେଟ୍ କରି ଏହି କାର୍ଯ୍ୟରେ ଯୋଗଦାନ କରିଥିବା ଅଭିଯୋଗ କରିଛନ୍ତି । ସେ କହିଛନ୍ତି, ଦେଶକୁ ସୁରକ୍ଷିତ ରଖିବାକୁ ନବୀନ 'ବୁଦ୍ଧ ଗୁହମଣୀ' ଏହା ପଛରେ ଅଛନ୍ତି । ଅନିତ ଶାହ ଆମ ଦଳର ପ୍ରାଣୀ ଚାଲିବା ସମ୍ପର୍କ କରିବାକୁ ଚାହୁଁଛନ୍ତି । ଗୋଟିଏ ପଡ଼େ ଏହା ଆମ ଆମ୍ଭ ନିଜେ ନାମ ହୋଇ ପିଆଇଆଇଆଇ ବେଳେ ଏବେ ସମ୍ପର୍କିତ ନିଆଯାଇଛି । ଏହି ପଦକ୍ଷେପରେ ବିପିଏନ ଉପରେ ପ୍ରଶ୍ନ ଉଠାଇ ମମତା ପ୍ରଶ୍ନ କରିଛନ୍ତି ଯେ ପ୍ରାଣୀ ଚାଲିବା, ବକାୟ ରଖିବା? ଯଦି ନିର୍ଦ୍ଦେଶିତ ଦଳର ସମ୍ପର୍କିତ ଚାଲିଛି, ତେବେ ଫଳାଫଳ ହେବ ବୋଲି ସେ ପ୍ରଶ୍ନ କରିଛନ୍ତି । ଅନ୍ୟପକ୍ଷରେ ବିଜେପି ନେତା ଶୁଭେନ୍ଦୁ (ସ୍ବସ୍ଥ-୨)

Scanned with OKEN Scanner



ଝିଅ ହୋଇଯାନ୍ତି ପୁଅ

ଝିଅ କିମ୍ବା ପୁଅ ଭାବରେ ଜନ୍ମ ହେବା ପ୍ରକୃତିର ଏକ ଉପହାର । ଜନ୍ମ ପୂର୍ବରୁ ମା' ପେଟରେ ଲିଙ୍ଗ ନିର୍ଣ୍ଣୟ ହୋଇଯାଇଥାଏ । ତଥାପି ମଣିଷ ଏତେ ଆଗକୁ ବଢ଼ିଛି ଯେ, ସର୍ଜରୀ ମାଧ୍ୟମରେ ମଧ୍ୟ ଲିଙ୍ଗ ପରିବର୍ତ୍ତନ କରିପାରୁଛି । ସାରା ବିଶ୍ୱରେ ଅନେକ ଲୋକ ଅଛନ୍ତି, ଯେଉଁମାନେ ସର୍ଜରୀ ମାଧ୍ୟମରେ ସେମାନଙ୍କର ଲିଙ୍ଗ ପରିବର୍ତ୍ତନ କରିଛନ୍ତି । ଯଦିଓ ଏହା କେବଳ ସର୍ଜରୀ ମାଧ୍ୟମରେ ସମ୍ଭବ । ମାତ୍ର ଜାଣନ୍ତି କି ପୁଅହାରେ ଏପରି ଏକ ଗାଁ ଅଛି, ଯେଉଁଠାରେ ଝିଅମାନେ ଏକ ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ବୟସ ପରେ ପୁଅ ହୋଇଯାଆନ୍ତି ଏବଂ ତାହା ମଧ୍ୟ କୌଣସି ସର୍ଜରୀ ବିନା । ଏହା ନିଶ୍ଚିତ ଭାବରେ ଆଖ୍ୟାତ୍ମକନକ, କିନ୍ତୁ ଏହା ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ସତ୍ୟ । ସେମାନେ ବଡ଼ ହେବା ସହିତ, ଏହି ଗାଁର ଝିଅମାନଙ୍କର ଲିଙ୍ଗ ସୁନ୍ଦରାଂଶିତ ଭାବରେ ପରିବର୍ତ୍ତନ ହୁଏ । ଏହା ପରେ ଏଠାକାର ଝିଅମାନେ ପୁଅ ହୋଇଯାଆନ୍ତି । କାଣକୁ ଏପରି ଗାଁ ସମ୍ପର୍କରେ...

ଏହି ଗାଁର ନାମ ଲା ସାଲିନାସ, ଯାହା ଡୋମିନିକାନ ରିପବ୍ଲିକରେ ଅଛି । ଏହି ଗାଁର ଅନେକ ଝିଅ ୧୨ ବର୍ଷ ବୟସ ସୁଦ୍ଧା ପୁଅ ହେବା ଆକାଂକ୍ଷା କରନ୍ତି । ବୈଜ୍ଞାନିକମାନେ ମଧ୍ୟ ଝିଅମାନଙ୍କ ସହିତ ଏପରି କାହିଁକି ଘଟେ ତାହାର ଉତ୍ତର ସମାଧାନ କରିପାରି ନାହାନ୍ତି, କିନ୍ତୁ ଏହି ପରିବର୍ତ୍ତନ ଯୋଗୁଁ ଲୋକମାନେ ଏହି ଗାଁକୁ ଅଭିଶପ୍ତ ବୋଲି ମାନିଥାନ୍ତି । ଲା ସାଲିନାସ ଗାଁର ଲୋକମାନେ ଝିଅମାନେ ପୁଅ ହେବା ଏକ ଅଜବ ରୋଗରେ ଖରାବ ଭାବରେ ଚିହ୍ନିତ । ଅନେକ ଲୋକ ଏହା ମଧ୍ୟ ବିଶ୍ୱାସ କରନ୍ତି ଯେ, ଏହି ଗାଁ ଏକ ଅତ୍ୟନ୍ତ ଶକ୍ତି ହାରା କୁଟାଣୁ ପାଇଁ ଥିବା କିଛି ବୃକ୍ଷ ଏହି ଗାଁକୁ ଅଭିଶପ୍ତ ବୋଲି ଭାବନ୍ତି । ଏହି ଗାଁର ଏପରି ପିଲାମାନଙ୍କୁ 'ଗୁଡେଟେର' କୁହାଯାଏ । ପରିସ୍ଥିତି ଏପରି ଯେ, ଏହି ଗାଁର ଲୋକମାନେ ଝିଅ ଜନ୍ମ ପାଇଁ ଭୟ କରନ୍ତି । କେବଳ ଏତିକି ନୁହେଁ, ଯେତେବେଳେ କାହାର ଘରେ ଝିଅ ଜନ୍ମ ହୁଏ, ସେହି ପରିବାରରେ ଶୋକ ବ୍ୟାପିଯାଏ କାରଣ ସେମାନେ ଭୟ କରନ୍ତି ଯେ, ତାଙ୍କ ଝିଅ ବଡ଼ ହେଲେ ପୁଅ ହୋଇଯିବ । ଏହି ରୋଗ ଯୋଗୁଁ ଗାଁରେ ଝିଅଙ୍କ ଫାଶ୍ୟା ମଧ୍ୟ ବହୁତ ଖ୍ରାସ ପାଇଛି । ଏହି ଗାଁ ସମୁଦ୍ର କୁଳରେ ଅବସ୍ଥିତ ଏବଂ ଏହାର ଜନଫାଶ୍ୟ ପ୍ରାୟ ୬୦୦୦ । ଏହି ଅଜବ ଉତ୍ତର ଯୋଗୁଁ ଏହି ଗାଁ ବିଶ୍ୱବ୍ୟାପୀ ଗବେଷକଙ୍କ ପାଇଁ ଗବେଷଣାର ବିଷୟ ପାଇଛି । ଅନ୍ୟପକ୍ଷରେ ଡାକ୍ତରମାନେ କୁହନ୍ତି, ଏହି ରୋଗ ଏକ ଜେନେଟିକ ବ୍ୟାଧି । ଏହି ଗାଁର ପ୍ରତି ୧୦ କୋଶ ପିଲାଙ୍କ ମଧ୍ୟରୁ ଜଣେ ଏହି ଅବସ୍ଥାର ଶିକାର ହୁଏ । ଏହି ରୋଗରେ ପୀଡ଼ିତ ଝିଅମାନେ ଏକ ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ବୟସ ପରେ ପୁଣି ପରି ଶରୀରର ଅଙ୍ଗ ବିକଶିତ ହେବା ଆରମ୍ଭ କରନ୍ତି । ସେମାନଙ୍କର ସ୍ତନ ମଧ୍ୟ କର୍ତ୍ତବ୍ୟ ହୋଇଯାଏ ଏବଂ ସେମାନଙ୍କ ଶରୀରରେ ପରିବର୍ତ୍ତନ ଆରମ୍ଭ ହୁଏ ଯାହା ଧିରେ ଧିରେ ସେମାନଙ୍କୁ ଝିଅର ପୁଅରେ ପରିବର୍ତ୍ତନ କରେ ।

ସମସ୍ତେ ରଙ୍ଗକୁ ଭଲ ପାଆନ୍ତି । ରଙ୍ଗୀନ ଘର, ରଙ୍ଗିନୀ କୋଠା ସମସ୍ତଙ୍କୁ ଆକର୍ଷିତ କରେ । ଆପଣ ଜାଣନ୍ତି କି, ବିଶ୍ୱରେ ଏପରି ଏକ ସହର ଅଛି ଯେଉଁଠାରେ ସବୁକିଛି ଧଳା । ଏହି ସହର ରଙ୍ଗୀନ ପୋଷାକ କିମ୍ବା ରଙ୍ଗୀନ ଯାନବାହନ ପସନ୍ଦ କରେ ନାହିଁ? ଆଜ୍ଞା ହଁ ଏପରି ଏକ ସହର ହେଉଛି ବୁର୍ଜମେନ୍ସ୍ଟ୍ରାନ୍ର ରାଜଧାନୀ ଆଣ୍ଟରୱାର୍ଡ । ଯାହା ଧଳା ମାର୍ବଲ ସହର ଭାବରେ ଜଣାଯାଏ । ଏଠାରେ ପ୍ରତ୍ୟେକ କୋଠା ଧଳା ମାର୍ବଲରେ ତିଆରି । ଏହା ଏକ ସାଧାରଣ ଗ୍ରାମ ନୁହେଁ, ସ୍ୱାମୀୟ ନିୟମର ଏକ ଅଂଶ ଆଣ୍ଟରୱାର୍ଡରେ ସବୁକିଛି ଧଳା ରଙ୍ଗ ଦେଖାଯାଏ । ପ୍ରତ୍ୟେକ କୋଠା, ରାସ୍ତା, ଫୁଟପାଥ, ବସ୍ ଷ୍ଟପ, ସବୁକିଛି ଧଳା ଚାବରରେ ଆଚ୍ଛାଦିତ । ଯେତେବେଳେ ସୂର୍ଯ୍ୟକିରଣ ଏହି ମାର୍ବଲ କୋଠାଗୁଡ଼ିକ ଉପରେ ପଡ଼େ, ଏହା ଏକ ଆଶ୍ଚର୍ଯ୍ୟଠାରୁ କମ ନୁହେଁ । ସହରର ଚମକ ଦେଖିବା ପାଇଁ ଏକ ଦୃଶ୍ୟ । ଆଣ୍ଟରୱାର୍ଡ ରିନିଜ କୁବ ଅଫ୍ ଆରଟ୍ ରେକର୍ଡରେ ସ୍ଥାନ ପାଇଛି ।

୨୦୦୦ ପରେ ଯେତେବେଳେ ଆଣ୍ଟରୱାର୍ଡ ପୁରୁଣା ସୋଭିଏତ ଯୁଗର କାଞ୍ଚିରୁ ଉଦ୍ଧାର ହୋଇଥିଲା । ସେତେବେଳେ ରାଷ୍ଟ୍ରପତି ସହରକୁ ଧଳା ମାର୍ବଲରେ ଆଚ୍ଛାଦିତ କରିବାକୁ ନିଷ୍ପତ୍ତି ନେଇଥିଲେ । ଧଳା ମାର୍ବଲର ବ୍ୟବହାର ସହିତ ୫୫୦୦୦ ଅଧିକ ନୂତନ କୋଠା ନିର୍ମାଣ କରାଯାଇଥିଲା । ସବୁଠାରୁ ଆଶ୍ଚର୍ଯ୍ୟଜନକ କଥା ହେଉଛି ଆଣ୍ଟରୱାର୍ଡର ରାସ୍ତାରେ କେବଳ ଧଳା କାର୍ ଚାଲିପାରିବ । ଯଦି କେହି ରଙ୍ଗୀନ କାର୍ ଚଳାନ୍ତି, ତେବେ ବୁର୍ଜମେନ୍ସ୍ଟ୍ରାନ୍ ପୋଲିସ୍ ଫୁର୍କ ଏହାକୁ ଜବତ କରି ଗାର କରିମାନ ଆଦାୟ କରେ । କୁହାଯାଏ, କାରଟିର ମାଲିକ ଧଳା ରଙ୍ଗ ନ କରିବା ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ତାଙ୍କୁ ଗ୍ରାହି ନାହିଁ । ଏହି ନିୟମ ୨୦୧୮ରେ ଚଳାନ୍ତର ରାଷ୍ଟ୍ରପତି ଭୁରଗାସ୍କିର ବର୍ଦ୍ଧିତ ଆନ୍ତର୍ଜାତୀୟତା ପ୍ରଚଳନ କରାଯାଇଥିଲା । କୁହାଯାଏ, ସେ ଧଳା ରଙ୍ଗକୁ ବହୁତ ପସନ୍ଦ କରୁଥିଲେ । ପ୍ରାରମ୍ଭରେ ରାଷ୍ଟ୍ରପତି ନିଜର ଉଚ୍ଚା ପୁରଣ କରିବା ପାଇଁ ସମସ୍ତ ସହରକୁ ଧଳା ରଙ୍ଗ କରିଥିଲେ, ଯାହା ପରେ ଏକ ସରକାରୀ ନିୟମ ପାଲଟିଥିଲା ।



ବିଶ୍ୱର ଏକମାତ୍ର ବୁଲେଟ୍ ପୁଫ୍ ପ୍ରାଣୀ

ସାରା ବିଶ୍ୱରେ ଲକ୍ଷକୋଟି ପ୍ରଜାତିର ପ୍ରାଣୀ ଦେଖିବାକୁ ମିଳିଥାନ୍ତି । କିଛି ଜୀବ ଆନନ୍ୟ ଗଠନ ପାଇଁ ଜଣାଶୁଣା ଥିବାବେଳେ ଆଉ କିଛି ସେମାନଙ୍କର ଆକୃତିମାନଙ୍କୁ ପାଇଁ ବି ଜଣାଶୁଣା । ଏପରି ଏକ ପ୍ରାଣୀ ଏହାର ପ୍ରାକୃତିକ ବୁଲେଟ୍ ପୁଫ୍ କ୍ୟାବେଟ୍ ପାଇଁ ସାରା ବିଶ୍ୱରେ ଜଣାଶୁଣା । ଏହି ପ୍ରାଣୀ ହେଉଛି ବିଶ୍ୱର ଏକମାତ୍ର ବୁଲେଟ୍ ପୁଫ୍ ପ୍ରାଣୀ । ଏହାର ଶରୀର ଗଠନ ଏହାକୁ ଅନ୍ୟମାନଙ୍କଠାରୁ ବହୁତ ଭିନ୍ନ କରିଥାଏ । ଏହି ପ୍ରାଣୀର ନାମ ହେଉଛି ଆର୍ମାଡିଲୋ, ଯାହାର 'ବୁଲେଟ୍ ପୁଫ୍' ଶରୀର ପ୍ରକୃତରେ ଆଖ୍ୟାତ୍ମକନକ । ଏହା ଏହାକୁ ବାହ୍ୟ ବିପଦ ବିରୋଧରେ ଏକ ପ୍ରାକୃତିକ ପ୍ରତିରକ୍ଷା ବ୍ୟବସ୍ଥା ପ୍ରଦାନ କରେ । ଆର୍ମାଡିଲୋର ଏକ ପ୍ରକାର ରିମ୍ପିଟ କବଚ ଅଛି, ଯାହା ଏକ ବୁଲେଟ୍ ପୁଫ୍ କ୍ୟାବେଟ୍ ଠାରୁ କମ ନୁହେଁ । ଏହାର ଚର୍ମ ବହୁତ କଠିନ, ଯାହା ଏହାକୁ ଶିକାରୀଙ୍କଠାରୁ ରକ୍ଷା କରେ । କିଛି ରିପୋର୍ଟ ଅନୁସାରେ, ଏହି ଚର୍ମ ଏତେ କଠିନ ଯେ,

ଗୁଳି ମଧ୍ୟ ଏହା ଉପରେ କୌଣସି ପ୍ରଭାବ ପକାଏ ନାହିଁ । ଆର୍ମାଡିଲୋର ଚର୍ମ UV ଆଲୋକରେ ଉଜ୍ଜ୍ୱଳ ଭାବରେ ଚମକିଥାଏ । ଏହାର ଲାଞ୍ଜ, ଉପର ଅଙ୍ଗ ଏବଂ ମୁହଁର ସମସ୍ତ କ୍ଷେତ୍ରରେ ଆଚ୍ଛାଦିତ । ଏହା ଦେଖାଯାଇଛି ଯେ, ଆର୍ମାଡିଲୋମାନେ ଶିକାରୀଙ୍କ ବିରୋଧରେ ପ୍ରତିରକ୍ଷା ପାଇଁ ସେମାନଙ୍କର ବାହ୍ୟ ଚର୍ମ ଉପରେ ବହୁତ ନିର୍ଭର କରନ୍ତି, ଯାହା ଏକ ଚାଲ ପରି । ଶିକାରୀଙ୍କ ଆକ୍ରମଣ ଅନୁଭବ କରିବା ମାତ୍ରେ ସେମାନେ କାଳିକୂଳି ହୋଇଯାନ୍ତି । ଆର୍ମାଡିଲୋମାନେ ମୁଖ୍ୟତଃ ମଧ୍ୟ ଏବଂ ଦକ୍ଷିଣ ଆମେରିକା ଏବଂ ଯୁକ୍ତରାଷ୍ଟ୍ରରେ ଦେଖାଯାଆନ୍ତି । ଏମାନଙ୍କୁ ଭଲମୋଇସ ଏବଂ ନେଭାସ୍କାରେ ମଧ୍ୟ ଦେଖାଯାଇଛି । ଆର୍ମାଡିଲୋମାନେ ଭଲମିଟ୍ ଭଳି କାଟପଟ୍ଟ ଖାଇଥାନ୍ତି । କିଛି ରିପୋର୍ଟ କଣାପଡ଼ିଛି ଯେ, ସେମାନେ ଭଲ ପର୍ଯିରନ୍ତି ଏବଂ ୪-୬ ମିନିଟ୍ ପାଇଁ ସେମାନଙ୍କର ନିଶ୍ୱାସ ବନ୍ଦ କରିପାରନ୍ତି । ରିପୋର୍ଟ ଅନୁସାରେ, ଆର୍ମାଡିଲୋ କର୍ତ୍ତବ୍ୟ ପରି ଏକ ପ୍ରାଣୀ, ଯାହାର କଠିନ ବାହ୍ୟ ଚର୍ମ ଏହାର ମାଳୁଙ୍କ ଚଳାଚଳକୁ ସୁରକ୍ଷା ଦିଏ । ଏହି ଅନନ୍ୟ ପ୍ରାଣୀ ଏହାର ପ୍ରାକୃତିକ ଭାବରେ ବୁଲେଟ୍ ପୁଫ୍ ଚର୍ମ ପାଇଁ ସର୍ବଦା ଚର୍ଚ୍ଚାରେ ରହିଥାଏ ।



ଶାତଦିନେ ମୁହଁ ଘୋଡ଼ାଇ ଶୋଉଥିଲେ ସାବଧାନ!

ପ୍ରାୟତଃ, ଶାତ ମାସରେ, ଆମେ ଶୋଇବା ସମୟରେ ଆମର ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ମୁହଁକୁ କମ୍ପ୍ୟୁଟର ଘୋଡ଼ାଇ ରଖିଥାଉଁ କିନ୍ତୁ ଏହା ଆମକୁ ଆରାମଦାୟକ ଏବଂ ଗରମ ଅନୁଭବ କରାଏ । ତଥାପି ଡାକ୍ତରମାନେ ଏହାକୁ ଏକ ବିପଦପୂର୍ଣ୍ଣ ଅଭ୍ୟାସ ବୋଲି ବିବେଚନା କରନ୍ତି । ସେମାନେ କୁହନ୍ତି ଯେ ଏହା ଆପଣଙ୍କ ନିଦ ଗୁଣବତ୍ତା ଏବଂ ଆପଣଙ୍କ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ଉପରେ ପାଇଁ କ୍ଷତିକାରକ । ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ବିଶେଷଜ୍ଞଙ୍କ କହିବା ଅନୁସାରେ, ମୁହଁ ଘୋଡ଼ାଇ ଶୋଇବା ଦ୍ୱାରା ଅନୁକାମ ଗ୍ରହଣ ହୁଏ ପାଇଥାଏ । ଏହି ପରିସ୍ଥିତିରେ, ପୁଅପୁଅକୁ ପକ୍ଷ କରିବା ପାଇଁ ଅଧିକ ପରିଶ୍ରମ କରିବାକୁ ପଡ଼ିଥାଏ । କମ୍ପ୍ୟୁଟର ମୁହଁ ଘୋଡ଼ାଇ ରଖିବା ଦ୍ୱାରା ତାହା ପବନ ପ୍ରବେଶ କରିପାରେ ନାହିଁ, ଯାହା ଆପଣଙ୍କୁ ବାରମ୍ବାର କାର୍ବନ ଡାଇଅକ୍ସାଇଡ୍ ସ୍ତର ବାୟୁରେ ନିଶ୍ୱାସ ନେବାକୁ ବାଧ୍ୟ କରେ । ଏହା ଅନୁକାମ ଖ୍ରାସ କରେ ଏବଂ କମ୍ପ୍ୟୁଟର ଭିତରେ କାର୍ବନ ଡାଇଅକ୍ସାଇଡ୍ ବୃଦ୍ଧି କରେ । ଏହା ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟକୁ ଅନୁଭବ, ବାରମ୍ବାର ନିଦ ବ୍ୟାଘାତ ଏବଂ ଅଳ୍ପ କିମ୍ବା ମୁଣ୍ଡବିନ୍ଧା ହେବାର ସମ୍ଭାବନା ଅଧିକ ରହିଥାଏ । ଗରମ ନିଦ୍ୱା ପାଇଁ ଟିକିଏ ଅଣ୍ଟା ଚାପମାତ୍ରା ଭଲ । ମୁହଁ ଘୋଡ଼ାଇ ରଖିବା ଦ୍ୱାରା କମ୍ପ୍ୟୁଟର ଭିତରେ ଚାପମାତ୍ରା ବଢ଼ିଯାଏ ଏବଂ ଅତ୍ୟଧିକ ଗରମ ଝାଳ, ଅସ୍ଥିରତା ଏବଂ ବାରମ୍ବାର ନିଦ ବ୍ୟାଘାତ ସୃଷ୍ଟି କରିପାରେ, ଯାହା ଦ୍ୱାରା ଆପଣଙ୍କ ନିଦ ବାହାର ହୁଏ । ଅନୁକାମର ଅଭାବ ଏବଂ ଅତ୍ୟଧିକ ଗରମ ଗରମ ନିଦକୁ ବାଧ୍ୟ ଦେଇଥାଏ । ଖରାପ ନିଦ ବିନା ଅବାସ, ଚିଡ଼ିଚିଡ଼ି ଏବଂ ଧ୍ୟାନ କେନ୍ଦ୍ରିତ କରିବାରେ ଅସୁବିଧା ସୃଷ୍ଟି କରିପାରେ । ଏକ ସାମାନ୍ୟ ସ୍ଥାନରେ ଝାଳ ବାହାରିବା ଦ୍ୱାରା ଛିପ୍ ବସ ହୋଇପାରେ । ଯାହା ପକ୍ଷରେ ବୁଣ୍ଡ, ଫୋଟୋ କିମ୍ବା ଚିଡ଼ିଚିଡ଼ି ଭଳି ଚର୍ମ ସମସ୍ୟା ଦେଖାଦେଇପାରେ । ଯେଉଁ ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କର ପୂର୍ବରୁ ଶ୍ୱାସ ସମସ୍ୟା ରହିଛି ସେମାନଙ୍କ ପାଇଁ ବିପଦ ହୋଇପାରେ ।

ଆକ୍ସିଡ଼ାଣ୍ଟିଭ୍ (Antioxidant) ବିଶେଷରେ ଉପକ୍ରମ ହେଉଛି । ତେବେ ପ୍ରଶ୍ନ ଉଠେ: ଆକ୍ସିଡ଼ାଣ୍ଟିଭ୍ କ'ଣ, ଏହା ଆମ ଶରୀର ପାଇଁ କେତେ ଆବଶ୍ୟକ, ଏହା କ'ଣ ଶରୀରକୁ ମିଳିବ କିପରି? ଆକ୍ସିଡ଼ାଣ୍ଟିଭ୍ ହେଉଛି ଏକ ପ୍ରକାରର ରାସାୟନିକ ପଦାର୍ଥ, ଯାହା ଆମ ଶରୀରରେ ନିରନ୍ତର ଉତ୍ପନ୍ନ ହେଉଥିବା ମୁକ୍ତ ମୂଳକ (Free radicals) ରୁକ୍ତିକୁ ନଷ୍ଟ କରି ଶରୀରକୁ ସୁରକ୍ଷିତ ରଖିଥାଏ । ଏହାଦ୍ୱାରା ଅକାଳ ବାକ୍ସିକ୍ୟ, ହୃଦରୋଗ, ଚର୍ମ ବ୍ୟାଧିସମୂହ ବ୍ୟାଧି, ଯଥା କର୍ଚ୍ଚକ, ମଧୁମେହ, ହୃଦରୋଗ, ବୟସ ହେତୁ କେନ୍ଦ୍ରୀୟ ମୁକ୍ତମିକାର ଅବସ୍ଥାବଳିତ ଚକ୍ଷୁ ରୋଗ ଓ ଅଲ୍ଲର୍ଜିକ ରୋଗରୁ ମୁକ୍ତି ମିଳେ । ମୁକ୍ତ ମୂଳକ କ'ଣ? ମୁକ୍ତ ମୂଳକ ଏକ ପ୍ରକାରର ରାସାୟନିକ ପଦାର୍ଥ, ଯାହା ଶରୀରର ନିଜସ୍ୱ ଚକ୍ଷୁ ପ୍ରକାରର ପ୍ରକ୍ରିୟାରେ ନିରନ୍ତର ସୃଷ୍ଟି ହେଉଥାଏ । ଶରୀରର କିଛି ମୁକ୍ତ ମୂଳକ ମଧ୍ୟ ବିଭିନ୍ନ ପାର୍ଯ୍ୟବାର୍ତ୍ତକ କାରକ ଯଥା ଧୂମପାନ, ବାୟୁ ପ୍ରଦୂଷଣ ଏବଂ ଅତିବାଇରଣି ଋତୁର ଫସ୍ତକ ପକ୍ଷରେ କାଳ ହୁଏ । ଏହା ଅସ୍ତ୍ରୋକ୍ତ ଲକ୍ଷଣଗୁଡ଼ିକ ବିଶେଷ ଅଣୁ, ଯାହା ରାସାୟନିକ ଦୃଷ୍ଟିକୋଣରୁ ଅତ୍ୟନ୍ତ ପ୍ରତିକ୍ରିୟାଶୀଳ, ସକ୍ରିୟ ଏବଂ ଅସ୍ଥାୟୀ । ସେଗୁଡ଼ିକର ମାତ୍ରା ଶରୀରରେ ବୃଦ୍ଧି ପାଇଲେ ସେଗୁଡ଼ିକ ଜୀବନ ବୋଧିକାମାନଙ୍କୁ ଆକ୍ରମଣ କରି ସେଥିରେ ଥିବା ଟି.ଏନ୍.ଏ.କୁ ନଷ୍ଟ କରିଥାନ୍ତି । ପକ୍ଷରେ ଶରୀର ସ୍ୱଳ୍ପକ ହୋଇଯାଇ ଉପରୋକ୍ତ ବ୍ୟାଧିଗୁଡ଼ିକର ପ୍ରାକୃତିକ ଘଟଣା । ଏକାକି ପରିସ୍ଥିତିକୁ କାରକତ୍ୱ ଦାପ (Oxidative Stress) କହନ୍ତି । ଆକ୍ସିଡ଼ାଣ୍ଟିଭ୍ ଶରୀରକୁ ରକ୍ଷା କରେ କିପରି: ଆକ୍ସିଡ଼ାଣ୍ଟିଭ୍ ମଧ୍ୟ ଏକ ପ୍ରକାରର ରାସାୟନିକ ପଦାର୍ଥ, ଯାହା ଶରୀରରେ ସ୍ୱଳ୍ପକ ସୃଷ୍ଟି ହୋଇଥାଏ । କିଛି ଆକ୍ସିଡ଼ାଣ୍ଟିଭ୍ ମଧ୍ୟ ବାହ୍ୟ ଉତ୍ସରୁ ଯଥା ଆମେ ଖାଇଥିବା ଖାଦ୍ୟ, ପକ୍ଷମୂଳ, ପାନିପାନୀୟ ଇତ୍ୟାଦିରେ



ମାତ୍ରକୁ ଥାଏ । ଆକ୍ସିଡ଼ାଣ୍ଟିଭ୍ ଅଣୁ ଶରୀରରେ ସୃଷ୍ଟି ହେଉଥିବା ମୁକ୍ତ ମୂଳକର ଅଣୁ ସହିତ ରାସାୟନିକ ପ୍ରତିକ୍ରିୟା କରି ସେଗୁଡ଼ିକୁ ନିଜର ଲକ୍ଷଣଗୁଡ଼ିକ ପ୍ରଦାନ କରିବା ପୂର୍ବକ ସେଗୁଡ଼ିକର ଲକ୍ଷଣଗୁଡ଼ିକ ଫାଶ୍ୟାତ୍ମକ ଅବସ୍ଥାକୁ ଆକ୍ସିଡ଼ାଣ୍ଟିଭ୍ ଉଦ୍ଧାରଣ (Neutralization) କରିଥାଏ, ପକ୍ଷରେ ଶରୀରରେ ମୁକ୍ତ ମୂଳକର ମାତ୍ରା ହ୍ରାସ ପାଇବା ଦ୍ୱାରା ଶରୀରରେ ବୃଦ୍ଧି ପାଇଲେ ସେଗୁଡ଼ିକ ଜୀବନ ବୋଧିକାମାନଙ୍କୁ ଆକ୍ରମଣ କରି ସେଥିରେ ଥିବା ଟି.ଏନ୍.ଏ.କୁ ନଷ୍ଟ କରିଥାନ୍ତି । ପକ୍ଷରେ ଶରୀର ସ୍ୱଳ୍ପକ ହୋଇଯାଇ ଉପରୋକ୍ତ ବ୍ୟାଧିଗୁଡ଼ିକର ପ୍ରାକୃତିକ ଘଟଣା । ଏକାକି ପରିସ୍ଥିତିକୁ କାରକତ୍ୱ ଦାପ (Oxidative Stress) କହନ୍ତି । ଆକ୍ସିଡ଼ାଣ୍ଟିଭ୍ ଶରୀରକୁ ରକ୍ଷା କରେ କିପରି: ଆକ୍ସିଡ଼ାଣ୍ଟିଭ୍ ମଧ୍ୟ ଏକ ପ୍ରକାରର ରାସାୟନିକ ପଦାର୍ଥ, ଯାହା ଶରୀରରେ ସ୍ୱଳ୍ପକ ସୃଷ୍ଟି ହୋଇଥାଏ । କିଛି ଆକ୍ସିଡ଼ାଣ୍ଟିଭ୍ ମଧ୍ୟ ବାହ୍ୟ ଉତ୍ସରୁ ଯଥା ଆମେ ଖାଇଥିବା ଖାଦ୍ୟ, ପକ୍ଷମୂଳ, ପାନିପାନୀୟ ଇତ୍ୟାଦିରେ

ସବୁକିଛି ପରି କେଳରେ ଥାଏ । ଏବଂ ସୁରୋମେ ଏବଂ ଯଥା ହେଉଥିବା (ଯାହା ଲେମ୍ବୁ କାଟାୟ ଖଟା ଲାଘୁଥିବା ସାଲଡ୍ ସ୍ୱଳ୍ପକରେ ଥାଏ), ଆକ୍ସିଡ଼ାଣ୍ଟିଭ୍ (ଯାହା ବୁ ବେରି, ଲାଲ ଉଷର କୋଟି ଓ ଅଳ୍ପରେ ଥାଏ), କେସିନି (ଯାହା ପିଆଜ, ଖଇର, କୋଟି, ଚେରି, ବ୍ରୁକୋଲି ଏବଂ ଖଟା ଲାଘୁଥିବା ପକ୍ଷରେ ଥାଏ) ଏବଂ କ୍ୟାଟେନିନ୍ (ଯାହା ସବୁଜ ଚା, କୋଲି ଏବଂ କୋକୋର ଥାଏ)ରେ ମଧ୍ୟ ପ୍ରଭୁର ଆକ୍ସିଡ଼ାଣ୍ଟିଭ୍ ଉପକ୍ରମ ଥାଏ । ଆକ୍ସିଡ଼ାଣ୍ଟିଭ୍ ଗୁଡ଼ିକୁ ସମୁଦାୟ ବୁଲ ଭାବରେ ବିଭକ୍ତ କରାଯାଏ, ଯଥା ଜଳରେ ଦ୍ରବଣୀୟ ଓ ସ୍ୱେଦ୍ୟାବଳ ଦ୍ରବଣୀୟ । ଜଳରେ ଦ୍ରବଣୀୟ ଆକ୍ସିଡ଼ାଣ୍ଟିଭ୍ ସବୁର ଉଦ୍ଧାରଣ ହେଲା ବିଟାମିନ୍ C, ପ୍ରୋଟୋଲିକ୍ ଏସିଡ୍, କ୍ୟାଟେନିନ୍ ଇତ୍ୟାଦି ଏବଂ ସ୍ୱେଦ୍ୟାବଳ ଦ୍ରବଣୀୟ ଆକ୍ସିଡ଼ାଣ୍ଟିଭ୍ ଗୁଡ଼ିକ ହେଲେ ବିଟାମିନ୍ A, E, କ୍ୟାଟେନିନ୍ ଏବଂ ଇତ୍ୟାଦି । ଆକ୍ସିଡ଼ାଣ୍ଟିଭ୍ ଖାଇବାର ବିଧି ଆମକୁ କେବଳ ଗୋଟିଏ କିମ୍ବା ଦୁଇଟି ଆକ୍ସିଡ଼ାଣ୍ଟିଭ୍ ଖାଇଲେ ଚଳି ନାହିଁ, ବରଂ ବିଭିନ୍ନ ପ୍ରକାରର ଆକ୍ସିଡ଼ାଣ୍ଟିଭ୍ ମିଶ୍ରଣ ସେବନ କରିବାକୁ ପଡ଼ିବ । ଏହାର ଏକ ଉଦାହରଣ ନିମ୍ନରେ ଦିଆଯାଇପାରେ: ଆକ୍ସିଡ଼ାଣ୍ଟିଭ୍ ରୂପେ ଜଣାଥିବା ବିଟାମିନ୍ 'ସି'ର ଅଣୁ ନିଜର ଏକ ଲକ୍ଷଣଗୁଡ଼ିକ ଗୋଟିଏ ମୁକ୍ତ ମୂଳକକୁ ପ୍ରଦାନ ପୂର୍ବକ ତାହାକୁ ଉଦ୍ଧାରଣ କରି ନିଜେ ନିଷ୍ପ୍ରଣ ହୋଇଯାଏ । ସେତେବେଳେ ଅନ୍ୟ ଗୋଟିଏ ଆକ୍ସିଡ଼ାଣ୍ଟିଭ୍ ହେଉଥିବା ବିଟାମିନ୍ 'ସି' ସହିତ ରାସାୟନିକ ପ୍ରତିକ୍ରିୟା କରି ଗର୍ଭୀ ପୁଣି ସକ୍ରିୟ ଅବସ୍ଥାକୁ ଆଣେ । ତେଣୁ ଉଭୟ ଆମର ନିମ୍ନରେ ଦିଆଯାଇଛି ଖାଦ୍ୟର ସମସ୍ତ ଆକ୍ସିଡ଼ାଣ୍ଟିଭ୍ ପଦାର୍ଥ ପକ୍ଷମୂଳ, ପାନିପାନୀୟ, କୋଲି ଇତ୍ୟାଦି ଖାଇବାକୁ ପଡ଼ିବ । ଆହୁରି ମଧ୍ୟ କୃତ୍ରିମ ଫେଣ୍ଡେଡ୍ ଉତ୍ସ ପରିବର୍ତ୍ତେ ପ୍ରାକୃତିକ ଉତ୍ସରୁ ଆହାରିତ ଆକ୍ସିଡ଼ାଣ୍ଟିଭ୍ ସେବନ କଲେ ଭଲ ।



ଶୋଇବା ପୂର୍ବରୁ ଖାଆନ୍ତୁ ଛୋଟ ଅଳେଇଚ

ଅଳେଇଚ ରୋଗରେ ଘରେ ବ୍ୟବହୃତ ଏକ ବିଶେଷ ମସଲା । ଯାହା କେବଳ ଖାଦ୍ୟର ସ୍ୱାଦ ବୃଦ୍ଧି କରେ ନାହିଁ ବରଂ ଅନେକ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ଲାଭ ମଧ୍ୟ ପ୍ରଦାନ କରେ । ଆୟୁର୍ବେଦରେ ଏହାକୁ ଔଷଧୀୟ ଗୁଣରେ ଉଲ୍ଲେଖ ବୋଲି ବିବେଚନା କରାଯାଏ । ବିଶେଷକରି ଶୋଇବା ପୂର୍ବରୁ ସେବନ କଲେ, ଏହା ଶରୀରରେ ଅନେକ ଆଶ୍ଚର୍ଯ୍ୟଜନକ ପରିବର୍ତ୍ତନ ଆଣିପାରେ । ଅଳେଇଚ ଖାଇବା ଦ୍ୱାରା ନିଦ ଭଲ ହୁଏ, ପାଚନ ଶକ୍ତି ଉନ୍ନତ ହୁଏ, ଚର୍ମ ରକ୍ଷା ଆସେ ଏବଂ ରୋଗ ପ୍ରତିରୋଧକ ଶକ୍ତି ବୃଦ୍ଧି ହୋଇଥାଏ । ପାଚନ କ୍ରିୟା ଉନ୍ନତ କରେ-ରାତିରେ ଅଳେଇଚ ଖାଇବା ଦ୍ୱାରା ପାଚନ ଶକ୍ତି ଉନ୍ନତ ହୁଏ । ଏହା ଖାଦ୍ୟ ବଦଳେ ଏବଂ ପୁରୁଷମାନଙ୍କୁ ଟିଏ ଏବଂ ପରସ୍ପର ସମ୍ପର୍କରେ ପଡ଼େ ସଦା କରିବାରେ ସାହାଯ୍ୟ କରେ ।

ନିଦ୍ରାରେ ଉନ୍ନତ-ଅଳେଇଚରେ ପ୍ରାକୃତିକ ଶାନ୍ତକାରୀ ଉପାଦାନ ରହିଛି ଯାହା ମାନସିକ ଶ୍ରାସ ହ୍ରାସ କରେ । ଏହା ଗରୀର ଏବଂ ଆଗାମିୟାୟକ ନିଦକୁ ପ୍ରୋତ୍ସାହିତ କରେ । ମୁଖ ଦୁର୍ଗନ୍ଧ ଦୂର କରେ-ଗୋଟିଏ ମୁଖ ଦୁର୍ଗନ୍ଧ ଦୂର କରେ ଏବଂ ମୁଖ କାଦାୟ ମୁକ୍ତ ରଖେ । ଏହା ଆପଣଙ୍କୁ ସକାଳେ ସେତେ ଅନୁଭବ କରାଏ । ଖୁବ୍ ଶ୍ରାସ କରିବାରେ ସାହାଯ୍ୟ କରେ-ଏହା ମେଗାସୋଲିମ୍ ଫୋସ୍ଫୋର କରେ, ଯାହା ଶରୀରର ଚର୍ମ-କୋଇବା ଖଟା ବୃଦ୍ଧି କରେ ଏବଂ ଖୁବ୍ ଶ୍ରାସ କରିବାରେ ସାହାଯ୍ୟ କରେ ।



ଶରୀର ସ୍ତର ନିୟନ୍ତ୍ରଣ କରେ-ଅଳେଇଚ ମଧୁମେହ ରୋଗୀଙ୍କ ପାଇଁ ଲାଭଦାୟକ । ଏହା ଗୁଳୁ ଶରୀର ସ୍ତର ସନ୍ତୁଳିତ କରିବାରେ ସାହାଯ୍ୟ କରେ । ଚର୍ମକୁ ଉଜ୍ଜ୍ୱଳ ଏବଂ ସୁସ୍ଥ କରିଥାଏ-ଅଳେଇଚ ଶରୀରକୁ ବିଶାଳ ପଦାର୍ଥ ବାହାର କରି ଚର୍ମକୁ ସଫା, ଉଜ୍ଜ୍ୱଳ ଏବଂ ସୁସ୍ଥ କରିଥାଏ । କେଶକୁ ମଜବୁତ କରିଥାଏ-ଏହାରେ ଥିବା ଆକ୍ସିଡ଼ାଣ୍ଟିଭ୍ ଏବଂ ସୃଷ୍ଟିକର ଚକ୍ଷୁ କେଶ ମୂଳକୁ ପୋଷଣ କରିଥାଏ, କେଶ ଝଡ଼ିବା ହ୍ରାସ କରିଥାଏ ଏବଂ ଘନ କରିଥାଏ । ରୋଗ ପ୍ରତିରୋଧକ ଶକ୍ତିକୁ ମଜବୁତ କରିଥାଏ-ପ୍ରତି ରାତିରେ କଞ୍ଚାକଞ୍ଚା ଖାଇବା ରୋଗ ପ୍ରତିରୋଧକ ଶକ୍ତିକୁ ମଜବୁତ କରିଥାଏ ଏବଂ ଅଣ୍ଡା ଏବଂ କାଶ ଭଳି ଉତ୍ସାହୀନ ରୋଗକୁ ରୋକିଥାଏ । ଶୋଇବା ପୂର୍ବରୁ ଛୋଟ ଅଳେଇଚ ଖାଇବା କେବଳ ଏକ ସୁସ୍ଥ ଅଭ୍ୟାସ ନୁହେଁ, ବରଂ ଅନେକ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ସମସ୍ୟାର ଏକ ସହଜ ଏବଂ ପ୍ରାକୃତିକ ସମାଧାନ ମଧ୍ୟ ।

Scanned with OKR

ଆମିଙ୍କ
ଇଚ୍ଛା



ଆଦିତ୍ୟ ଧରଙ୍କ ଫିଲ୍ମ 'ଧୃତରାଷ୍ଟ୍ର' ୨୦୨୫ର ସବୁଠାରୁ ବଡ଼ ଫିଲ୍ମ ହୋଇଛି । ଏହି ଫିଲ୍ମଟି ସାରା ବିଶ୍ୱରେ ୧୦୦୦ କୋଟିରୁ ଅଧିକ ଆୟ କରିଛି । ଋଣବୀର ସିଂ, ଅକ୍ଷୟ ଖାନା, ସଞ୍ଜୟ ଦତ୍ତ, ଅର୍ଚ୍ଚନ ରାମପାଲ ଏବଂ ସାରା ଅଭି ଖାନ ଅଭିନୀତ ଏହି ଫିଲ୍ମର ବିତ୍ତୀୟ ଭାଗ ୨୦୨୬ ମାର୍ଚ୍ଚରେ ମୁକ୍ତିଲାଭ କରିବ ବୋଲି ଯୋଜନା କରାଯାଇଛି । ଆଦିତ୍ୟଙ୍କ ସ୍ତ୍ରୀ ଅଥା ଅଭିନେତ୍ରୀ ଯମି ଗୌତମ ଏହି ଫିଲ୍ମକୁ ନେଇ ନିଜ ମତ ବେଞ୍ଚିଛନ୍ତି । ଯମି କହିଛନ୍ତି, ମୁଁ ସ୍ତ୍ରୀ ପଡ଼ିବାବେଳେ ଆଦିତ୍ୟଙ୍କୁ କହିଥିଲି, ମୁଁ ପୁଅ ହୋଇଥାନ୍ତି କି! ସ୍ତ୍ରୀଟି ଚମକ୍କାର । ଯମି ଆହୁରି କହିଛନ୍ତି, ସେ ତାଙ୍କର ବ୍ୟକ୍ତିଗତ ଏବଂ ବୃତ୍ତିଗତ ଜୀବନକୁ ପୃଥକ ରଖନ୍ତି । ସମ୍ମାନର ସହିତ, ମୋର କୌଣସି ଆଶା ନାହିଁ । ଆମେ ବୃତ୍ତିଗତ ଜୀବନକୁ ସମ୍ମାନ କରୁ । ଯଦି ଆଦିତ୍ୟ ଏବଂ ସ୍ତ୍ରୀ ଲେଖକ ଏବଂ ତାଙ୍କୁ ଏଥିରେ ସିଏ ଫିଲ୍ମ ଲାଗେ ସେ ହିଁ ଅଟନ୍ତି । ମୁଁ ବି ଏଥିରେ ସହମତ ଥାଏ । ଆମ ଭିତରେ ଆଗନ୍ତୁ ଏହି ବୃତ୍ତମଣ୍ଡଳ ଅଛି । ଯମି ୨୦୨୧ରେ ଆଦିତ୍ୟଙ୍କୁ ବିବାହ କରିଥିଲେ । ସେମାନେ ବିବାହକୁ ଗୋପନୀୟ ରଖୁଥିଲେ । ମେ ୨୦୨୪ରେ ଯମି ପୁଅ ବେବବିନ୍ଦୁଙ୍କୁ ଜନ୍ମ ଦେଇଥିଲେ ।

୫୨ ବର୍ଷ ବୟସରେ ମଧ୍ୟ ସେ ପୁରା ଫିଲ୍ମ । ତାଙ୍କୁ ଦେଖିଲେ ଲାଗେ ବୟସ କେବଳ ଗୋଟିଏ ଦିନ । ନିଜର ଫିଟନେସ୍ ସାଙ୍ଗକୁ ସୌନ୍ଦର୍ଯ୍ୟ ପାଇଁ ସବୁବେଳେ ଚର୍ଚ୍ଚାରେ ରହିଥାନ୍ତି ମଲାଲିକା ଅରୋରା । ନିଜର ଷ୍ଟାଇଲିସ୍ ଲୁକ୍ ସାଙ୍ଗକୁ ଏକରକେଟିକ୍ ଜୀବନଶୈଳୀ ଦେଖିଲେ ସୁବର୍ଣ୍ଣାମାଳେ ମଧ୍ୟ ପଛରେ ପଡ଼ିଯିବେ । ତେବେ ବ୍ୟାୟାମ ଏବଂ ତାଏଲ୍ ଚାକ୍ ପିଟନେସର ମୂଳ ମନ୍ତ୍ର ଦୁହେଁ । ସେ ଅନେକ ଘରୋଇ ଉପଚାର ଏବଂ ପ୍ରାକୃତିକ ଖାଦ୍ୟ ଖାଇଥାନ୍ତି । ନିଜର ନିଜ ପିଟନେସକୁ ଏକ ଭିଡିଓ ପୋଷ୍ଟ କରିଛନ୍ତି । ଯେଉଁଥିରେ ସେ ନିଜେ ପ୍ରସ୍ତୁତ କରୁଥିବା ଏକ ପମାୟ ସମ୍ପର୍କରେ କହିଛନ୍ତି । ଯାହାକୁ ସେ ନିଜେ ଘରେ ପ୍ରସ୍ତୁତ କରିଥାନ୍ତି । ଯାହାକି ତାଙ୍କ ସୌନ୍ଦର୍ଯ୍ୟର ବୃଦ୍ଧିର ଏକ ପ୍ରମୁଖ କାରଣ ବୋଲି ମଧ୍ୟ ସେ ଏହି ଭିଡିଓରେ କଣ୍ଠଦାନ କରିଛନ୍ତି । ତେବେ ଆସନ୍ତୁ ଜାଣିବା ଏହି ପମାୟକୁ ସେ ବିଭିନ୍ନ ଭାବେ ପ୍ରସ୍ତୁତ କରନ୍ତି । ମଲାଲିକା ଏହି ପମାୟ ପ୍ରସ୍ତୁତ କରିବା ପାଇଁ ପ୍ରଥମେ ଗାଁରେ ଚିନୋଟି ସାମଗ୍ରୀ ଯଥା ଭିରା, ପାନ ମଧୁରା ଏବଂ କୁଆଖୀକୁ ନିଅନ୍ତୁ । ଏହାକୁ ଗୁଣ୍ଡ କରିବା ପରେ ଗୋଟିଏ ଚାମଚ ଭିଜାନ୍ତି । ସବାଳୁ ଏହି ପାଣିକୁ ଏକ ଗ୍ଲାସରେ ଲେମ୍ବୁର ସମାନ ପିଅନ୍ତି । ମଲାଲିକା କହିଛନ୍ତି ଯେ ଏହି ପମାୟ ଅନ୍ତର୍ଜାତୀୟ ସ୍ତରରେ ପାଇଁ ସର୍ବୋତ୍ତମ । ପିଇବା ପରେ ସକାଳେ ସତେଜନା ଏବଂ ଶକ୍ତିର ଅନୁଭବ ହୁଏ । ଏଥିରେ ମିଶିଥିବା ଚିନୋଟି ଯାକ ଜିନିଷ ପୁଷ୍ଟିକର ପଦାର୍ଥରେ ଭରପୂର । କେବଳ ଏତିକି ନୁହେଁ ଏହା ପେଟ ପାଇଁ ଲାଭଦାୟକ ହୋଇଥାଏ । ପାନ ମଧୁରାରେ ଭିନାମିନ ଏ, ସି, କ୍ୟାଲସିୟମ ଏବଂ ଆଲୁମିନିୟମ ଥାଏ । ଯାହା ହଜମ, ଦୂର୍ବଳ ଏବଂ ଚୋଟ ଯନ୍ତ୍ରଣା ଆଦି ଦୂର କରାଏ । ଏହାଦ୍ୱାରା ଆପଣଙ୍କ ମେଟାବୋଲିଜ୍ମ ମଧ୍ୟ ବୃଦ୍ଧି କରାଯାଏ । ଏହାସହ ଏହି ପମାୟ ପିଇବା ଦ୍ୱାରା ଆପଣଙ୍କ ଫେଟ୍ ସମସ୍ୟା, ଏସିଡିଟି ଏବଂ କୋଷ୍ଠାବିକଳତା ମଧ୍ୟ ମୁକ୍ତି ମିଳିଥାଏ । ଏହାସହ ଏହି ପମାୟ ପିଇବା ଦ୍ୱାରା ସର୍ବୋତ୍ତମ ଚାମଚ ବଜାୟ ରଖିବା ଏବଂ ଶରୀରକୁ ସିସ୍ଟମ କରିବାରେ ମଧ୍ୟ ସହାୟକ ହୋଇଥାଏ ।

ମଲାଲିକାଙ୍କ
ଫିଟନେସ୍
ମନ୍ତ୍ର



ପୁଣି ଚର୍ଚ୍ଚାରେ ରଶ୍ମିକା-ବିଜୟ ଯୋଡି

ସାଲ ସିନେମାର ଷ୍ଟାର କପଲ୍ ରଶ୍ମିକା ମହାପାତ୍ର ଏବଂ ବିଜୟ ଦେବରକୋଣ୍ଡା ସେମାନଙ୍କ ବିବାହକୁ ନେଇ ବହୁତ ଦିନ ଧରି ଚର୍ଚ୍ଚାରେ ରହି ଆସିଛନ୍ତି । ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ଲୁଚେ ପ୍ରତୀତି ହୋଇଥିଲା ଯେଉଁଠିକି ଏବଂ ବିଜୟଙ୍କୁ ଭାବରେ ନିର୍ଦ୍ଦେଶ ଦିଆଯାଇଥିଲା, ଯାହାକୁ ପରେ ବିଜୟଙ୍କ ପିଆର ବାଉ ନିଶ୍ଚିତ କରାଯାଇଥିଲା । ଏହା ପରେ, ଖବର ଆସିଥିଲା ଯେ ଦୁହେଁ ଖୁବ୍ ଶୀଘ୍ର ବିବାହ କରିବେ ବିଜୟ ଦେବରକୋଣ୍ଡା ଏବଂ ରଶ୍ମିକା ମହାପାତ୍ର ନିର୍ଦ୍ଦେଶ ଗଡ଼ ଡେକ୍ରେସନରେ ହୋଇଥିବା ନେଇ ଗୁଜ୍ଜର ହୋଇଥିଲା । ସେବେଠାରୁ ପ୍ରଶ୍ନ ସଙ୍କଳନେ ବମ୍ପଟି ପଛକୁ ଏବଂ ଆନୁଷ୍ଠାନିକ ଘୋଷଣାକୁ ଅପେକ୍ଷା କରିଛନ୍ତି । ଏବେ, ଏହା ପରି ମନେ ହେଉଛି ଯେ ଶେଷରେ ଅପେକ୍ଷାର ଅନ୍ତ ହୋଇଛି । କାରଣ ଏହି ଷ୍ଟାର ୨୦୨୬ରେ ବିବାହ ବନ୍ଧନରେ ବାନ୍ଧି ହେବାକୁ ଯାଇଛନ୍ତି । ଏକ ମିଡିଆ ରିପୋର୍ଟ ଅନୁସାରେ, ରଶ୍ମିକା ଏବଂ ବିଜୟଙ୍କ ବିବାହ ତାରିଖ ଏବଂ ସ୍ଥାନ ନିଶ୍ଚିତ ହୋଇଯାଇଛି । କିନ୍ତୁ ରଶ୍ମିକା କିମ୍ବା ବିଜୟ ଏପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ସେମାନଙ୍କ ସମ୍ପର୍କ ବିଷୟରେ କିଛି ସାବିତ୍ରୀ ନା କଲିନାହିଁ । ମିଡିଆ ରିପୋର୍ଟ ଅନୁଯାୟୀ, ସେମାନଙ୍କ ଚିନ୍ତା ନିଶ୍ଚିତ କରିଛନ୍ତି ଯେ ଏହି ଦମ୍ପତି ଫେବୃଆରୀରେ ବିବାହ କରିବେ । ଏହି ଦମ୍ପତିଙ୍କ ନିକଟତର ଏକ ସୂତ୍ର ଏବେ ନିଶ୍ଚିତ କରିଛନ୍ତି ଯେଉଁଠିକି ଏବଂ ବିଜୟ ଫେବୃଆରୀ ୨୬ ତାରିଖରେ ଉପସ୍ଥାପନ ଏକ ପ୍ରାସାଦରେ ବିବାହ କରିବେ । ସେମାନେ ବିବାହ ପାଇଁ ଏକ ଐତିହାସିକ ଦୁବାଇକୁ ଯୋଜନା କରୁଛନ୍ତି, କେବଳ ସେମାନଙ୍କ ନିକଟତମ ବନ୍ଧୁମାନେ ଉପସ୍ଥିତ ରହିବେ ବୋଲି ଜଣାପଡିଛି । ଋଣମାଧ୍ୟମ ରିପୋର୍ଟ ଅନୁଯାୟୀ, ବନ୍ଧୁଗଣ ଗୋଟିଏ ଦିନ ପରେ, ଅକ୍ଟୋବର, ୨୦୨୫ରେ ରଶ୍ମିକା ଏବଂ ବିଜୟଙ୍କୁ ବିବାହରେ ସିଲ୍ସ ନିର୍ଦ୍ଦେଶ ଦିଆଯାଇଛି । ଯଦି ଏହି ବିଜୟ କିମ୍ବା ରଶ୍ମିକା କେହି ସାବିତ୍ରୀ ଘୋଷଣା କରିନଥିଲେ, ଖବର ଭିନ୍ନ ହେବା ପରେ ବିଜୟଙ୍କ ଚିନ୍ତା ଋଣମାଧ୍ୟମକୁ ଖବରଟି ନିଶ୍ଚିତ କରିଥିଲେ । ସେମାନେ ଏହା ମଧ୍ୟ କହିଥିଲେ ଯେ ଏହି ଦମ୍ପତି ଫେବୃଆରୀରେ ବିବାହ କରିବେ ।



ବାପା-ମାଆ ହେଲେ ସବ୍ୟାଚିତା



ଖୁସି ଖବର ଦେଲେ ଉଲ୍ଲସିତ ଷ୍ଟାର ଦମ୍ପତି । ବାପା-ମାଆ ହେଲେ ସବ୍ୟାଚିତା । ପୁତ୍ର ସମ୍ଭାବନା ବାପା ହେଲେ ଅଭିନେତା ସବ୍ୟାସାଗା ମିଶ୍ର ଏବଂ ମାଆ ହେଲେ ଅଭିନେତ୍ରୀ ଅର୍ଚ୍ଚନା । ପୁଅ ହେଲେ ସୁଦୃଶ୍ୟ ନେଇ ସୋସିଆଲ ମିଡିଆରେ ସୁତରା ବେଳେ ଖୁସି କାହିଁ କରିଛନ୍ତି ସବ୍ୟାସାଗା । ଏଥିସହ କାନ୍ଦିଆ ଆସିଲା... ବୋଲି କହିଛନ୍ତି । ତାଙ୍କ କୁନି ପୁଅକୁ ଆଶୀର୍ବାଦ କରିବାକୁ ସେ ସମସ୍ତଙ୍କୁ ପ୍ରାର୍ଥନା କରିଛନ୍ତି । ତେବେ ଆଜି ସକ୍ଷରେ ନୂଆ ଅଭିଯାନ ଆସିବା ନେଇ ସୁଦୃଶ୍ୟ ଦେଇଥିଲେ ସବ୍ୟାସାଗା । ଏକ ମେସେଜରେ କିଛି ପଠାଇଥିବାର ଏକ ଫଟୋ ସୁତରା ଦେଇଥିଲେ ବି ସେହି ବାର୍ତ୍ତା ଯେତେବେଳେ ବାପା ହେବାର ଖୁସି-ତାହା ଏବେ ସ୍ପଷ୍ଟ ହୋଇଛି । ତେବେ ଡିସେମ୍ବର ୧୪ରେ ଉଲ୍ଲସିତ ଷ୍ଟାର ଦମ୍ପତି ସବ୍ୟାଚିତା ଖୁବ୍ ଶୀଘ୍ର ନୂଆ ଅଭିଯାନ ସାଗର କରିବାକୁ ଯାଇଛନ୍ତି ବୋଲି ଏକ ପୋଷ୍ଟ କରିଥିଲେ । ଭବିଷ୍ୟ ଏହି ଖୁସି ଖବରକୁ ସେମାନଙ୍କ ପ୍ରଶ୍ନସଙ୍କଳନ ସହ ସେୟାର କରିଥିଲେ । ସବ୍ୟାସାଗା ଏ ଅଭିଯାନ ଖୁବ୍ ଶୀଘ୍ର ବାପା-ମା ହେବାକୁ ଯାଇଛନ୍ତି ବୋଲି ସୋସିଆଲ ମିଡିଆରେ ସେବେ କହିଥିଲେ । ଆଜି ଏହାପରେ ତାଙ୍କୁ ଶୁଭେଚ୍ଛା କୁଟିଥିବା ବେଳେ ଏବେ ବାପା-ମାଆ ହେବା ପରେ ଦୁହେଁଙ୍କୁ ଶୁଭେଚ୍ଛା ଦେଉଛନ୍ତି ।

ଖୁସି ଖବର ଦେଲେ ଋଣବୀର କପୁର



ବଲିଉଡ଼ ଅଭିନେତା ଋଣବୀର କପୁର ଆଜିକାଲି ତାଙ୍କ ଆଶାମା ଫିଲ୍ମ ପାଇଁ ବ୍ୟସ୍ତ ଅଛନ୍ତି । ତାଙ୍କର ଅନେକ ବଡ଼ ପ୍ରୋଜେକ୍ଟ କାମ ଚାଲିଛି । ଋଣବୀରଙ୍କ ଦୁଇଟି ପ୍ରମୁଖ ପ୍ରୋଜେକ୍ଟ ହେଉଛି ସକ୍ଷୟ ଲାଲା ଟ୍ୟାକ୍ସାଙ୍କ ଲାଲ ଆଖି ଖାଲୁ ଏବଂ ନିତେଶ ଟିଆରୀଙ୍କ ରାମାୟଣ । ସେ ୨୦୨୩ରେ ରିଲିଜ୍ ହେବାକୁ ଥିବା ଆନିମଲର ସିକ୍ୱେଲରେ ମଧ୍ୟ ନଜର ଆସିବେ । ଋଣବୀର ଆନିମଲ ସିକ୍ୱେଲ ସମ୍ପର୍କରେ ଏକ ବଡ଼ ଅପଡେଟ ଦେଇଛନ୍ତି, ଯାହା ଶୁଣି ସିନେ ପ୍ରଶ୍ନୀଙ୍କ ଖୁସି ହୋଇଯାଇଛି । ଆନିମଲ ନିର୍ଦ୍ଦେଶକ ସନ୍ଦୀପ ରେଡ୍ଡୀ ଲାଙ୍ଗା ବର୍ତ୍ତମାନ ତାଙ୍କର ଆଶାମା ଫିଲ୍ମ ସ୍ଥିତି ଉପରେ ଧ୍ୟାନ ଦେଇଛନ୍ତି । ଆନିମଲର ସିକ୍ୱେଲରେ ସନ୍ଦୀପ ଫିଲ୍ମ ସହିତ ପ୍ରକୃତରେ କାଣ୍ଡ କରିବାକୁ ଚାହୁଁଛନ୍ତି ସେ ବିଷୟରେ ଋଣବୀର ଏକ ସଙ୍କେତ ଦେଇଛନ୍ତି । ସେ ଏହାକୁ ଚିନୋଟି ଭାବରେ ଚିଆରି କରିବାକୁ ଚାହାଁନ୍ତି । ବିତାୟ ଲାଗିର ନାମ 'ଆନିମଲ ପାର୍ଟ' । ଏହା ବହୁତ ଗୋପାନ୍ଧବ । କାରଣ ଖବରାୟ ଏବଂ ନାୟକ ଭାବେ ମୁଁ ଦୁଇଟି ଚରିତ୍ରରେ ଅଭିନୟ କରିବାକୁ ଯାଉଛି । ତେଣୁ ଏହା ଏକ ଟ୍ରିପ୍ଲ ପ୍ରୋଜେକ୍ଟ । ଆମେ ଏହି ଫିଲ୍ମ ୨୦୨୬ରେ ଆରମ୍ଭ କରିବାକୁ ବୋଲି କହିଛନ୍ତି ଋଣବୀର ।

ପର୍ଯ୍ୟଟନ ଦୁନିଆ

ଭାରତର ମିନି ଇସ୍ରାଏଲ୍

ଭାରତର ମିନି ଇସ୍ରାଏଲ୍ । ଏଠାରେ ଭାରତୀୟ କମ୍ପ୍ୟୁଟର, ବିଦେଶୀ ଅଧିକ । ଏଠାକୁ ଥରେ ଯିଏ ଆସିଲେ ସେ ଫେରିବାର ବାଟ ଲୁଲିଛି । ପୃଥିବୀରୁ ନୁହେଁ ତ ଖଣ୍ଡର ଲ୍ୟାଣ୍ଡ । ବିମୋହିତ କରିଦେବ ଏଠାକାର ପ୍ରାକୃତିକ ସୌନ୍ଦର୍ଯ୍ୟ । ଶାନ୍ତରେ ମିଳିବ ସର୍ବାଙ୍ଗ ଅନୁଭବ । ପ୍ରକୃତି ଓ ବୈଶିଷ୍ଟ୍ୟ ଫ୍ୟାସ୍ତିକର ସଙ୍ଗମ ସ୍ଥଳ । ବିଦେଶୀ ପ୍ରଭାବ, ଡିଜିଟାଲ ଅନୁଭବ । ଏହି ହିମାଳୟର ସୁନ୍ଦରତା ଏହି ସ୍ଥାନକୁ ଆହୁରି ଅନନ୍ୟ କରୁଛି । ଏଠାକୁ ବିଦେଶୀ ବୁଲିବାକୁ ଆସନ୍ତି କିନ୍ତୁ ଫେରିବାକୁ ମନ କରନ୍ତି ନି । ମାସ ମାସ ଧରି ଘର ଚାନ୍ଦି ନେଇ ରୁହନ୍ତି । ଯଦି ଆପଣ ଏକ ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକ, ପ୍ରାକୃତିକ ଓ ଶାନ୍ତ ପରିବେଶ ଚାହୁଁଛନ୍ତି କିମ୍ବା ଗୋଟିଏ ସ୍ଥାନରେ ଭିନ୍ନ ଭିନ୍ନ ଫ୍ୟାସ୍ତିକର ମତା ନେବାକୁ ଚାହୁଁଛନ୍ତି ତାହେଲେ ଥରେ ଧର୍ମକୋଟ ବୁଲି ଆସନ୍ତୁ । ଏହା ଆପଣଙ୍କୁ ସବୁର ଅନୁଭବ ଦେବ ।



ଆରମ୍ଭ ହୋଇଗଲାଣି ଭ୍ରମଣ ରତ୍ନ । ଶାନ୍ତର ପହିଲି ପୁଲକର ମତା ନେଇ ବିଭିନ୍ନ ସ୍ଥାନ ବୁଲିବେ ପର୍ଯ୍ୟଟକ । ତେବେ ହିମାଚଳ ପ୍ରଦେଶରେ ଏଭଳି ଏକ ଗାଁ ରହିଛି । ଯେଉଁଠି ଆପଣଙ୍କୁ ବିଦେଶୀ ଫ୍ୟାସ୍ତିକର ଝଲକ ଦେଖିବାକୁ ମିଳିବ । ଏହି ଗାଁର ନାମ ଧର୍ମକୋଟ । ଏହାକୁ ମିନି ଇସ୍ରାଏଲ୍ ମଧ୍ୟ କୁହାଯାଏ । ମ୍ୟାଲେଟଗାଟ ଠାରୁ ମାତ୍ର ୨ କିଲୋମିଟର ଦୂରରେ ଏହି ଗାଁ ଅବସ୍ଥିତ । ବିଶେଷ କରି ବିଦେଶୀ ପର୍ଯ୍ୟଟକଙ୍କ ପାଇଁ ଏହା ଆକର୍ଷଣର କେନ୍ଦ୍ରବିନ୍ଦୁ । ଏଠାକାର ବୋକାନ, ଘର, ଚେନ୍ନୁରାଣ୍ଡ, କ୍ୟାପ୍ଟେ ସବୁକିଛି ଇସ୍ରାଏଲ୍ ଷ୍ଟାଇଲରେ ନିର୍ମାଣ କରାଯାଇଛି । ସହରର ଭିତ୍ତ ଭିତ୍ତ ପୁ ବହୁ ଦୂରରେ ଧର୍ମକୋଟ । ଏଠାକାର ସୁନ୍ଦର ପର୍ବତମାଳା, ଘନ ବେଦବାହୁ ଜଙ୍ଗଲ ଏକ ଅଣ୍ଡା ଓ ଶାନ୍ତ ପରିବେଶ ଦେବ । ବିଶେଷ କରି ଗ୍ରୀଷ୍ମ ଋତୁରେ ଅଣ୍ଡା ପରିବେଶ ମିଳିବ । ଶାନ୍ତ ଋତୁରେ ଧନା ବରପ ଜୀବନ ଚଳେ ତାଙ୍କ ହୋଇଥିବା ଧର୍ମକୋଟ ସର୍ବପୁରା ଭଳି ଲାଗିବ । ବିଶେଷ କରି ଦୁଶ୍ମରାପାତ ସମୟରେ ଏହା ଖଣ୍ଡରଲ୍ୟାଣ୍ଡର ଅନୁଭବ ଦେବ । ପଟୋଗ୍ରାଫି ଓ ପ୍ରକୃତିପ୍ରେମୀଙ୍କ ପାଇଁ ଏହା ସଠିକ୍ ସ୍ଥାନ । ପ୍ରାକୃତିକ ସୌନ୍ଦର୍ଯ୍ୟ ବ୍ୟତୀତ ଧର୍ମକୋଟ ଶାନ୍ତ ବାତାବରଣ ପାଇଁ ଲୋକପ୍ରିୟ । ଏଠାରେ ପର୍ଯ୍ୟଟକମାନେ ଧ୍ୟାନ, ଯୋଗ କରୁଥିବା ନଜର ଆସନ୍ତି । ଏହି ଗାଁ ମୁଖ୍ୟତଃ ସୁସ୍ଥ, ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକ, ଓ ଅନ୍ତରାତ୍ମୀୟ ଫ୍ୟାସ୍ତିକର କେନ୍ଦ୍ରସ୍ଥଳୀ ରୂପେ ପରିଚିତ ହୋଇସାରିଛି ।



Scanned with OKEN Scanner

ଭେଦକୁ ଆଉ ସୁଯୋଗ
ଭରଥୁବା ସ୍ୱାଧୀନ ଦିନକିଆ
ହାର ହାରାହାରି ୨୯.୮।
ବାଲିରେ ମଧ୍ୟ କୋଣସି
ପ୍ରସ୍ତୁତ ମାତ୍ର ୧୨ଟି ଦିନକିଆ
ପ୍ରସ୍ତୁତ ଦିନକିଆ
ଦିନକିଆ ୧। ସେ ଦିନକିଆ
୨୯.୮ ରନ କରିଥିଲେ।
ଦିନକିଆ ୧। ସେ ଦିନକିଆ
୧। ସେ ଦିନକିଆ
୧। ସେ ଦିନକିଆ

ବୋକା ବାହରରେ ଉପବାସୀର ଯୋଗାଯୁକାବଳିରେ ନିମ୍ନ ପ୍ରକଳ୍ପ କାର୍ଯ୍ୟ ଶେଷ ହୋଇଛି ଏବଂ ଏହାପରେ ବୋକା ଅଞ୍ଚଳରେ ନିମ୍ନ ପ୍ରକଳ୍ପର ଶିକାଧାରୀ ମାଲବର ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀ ତିରିକେଟି । ଏହାପରେ ଡିଫିଣ୍ଡା ରାଜ୍ୟ ଅଞ୍ଚଳରେ ପରିଷଦ ନିଜମ ପକ୍ଷରୁ ବରଗେଥପୁର ବୁକରେ ମୋଟ ୧୧ କୋଟି ୬୦୯ ଲକ୍ଷ ବୋକା ବାହରରେ ନିମ୍ନ ପ୍ରକଳ୍ପରୁ ବକାକାପାଠା ଅଟକ ବସଷ୍ଟାୟ କନବାଧାରଣକ ଉପକ୍ରମରେ ତିରିକେଟିର ଯୋଗାଯୁକାବଳି ଏବଂ ଉପବାସୀର କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମର ଯାବତପୁର ବିଧାୟକା ଶ୍ରୀମତୀ ସୁକାମା ସାହୁ, ଅଭିଭୁକ୍ତି କିଶୋରୀନ ରାଜପୁତ୍ର ଶ୍ରୀ ଶିବାନର ସାହି, ଓଏସଆରଟି ବିକ୍ରାମ ପରିବାରକ ଅନଳକ୍ଷ ସିଂହା, ବୁକ ଅଧ୍ୟକ୍ଷ ଏବଂ କିଶ୍ରା ପରିଷଦ ସଦସ୍ୟ ଯୋଗ ବେଳେଥିଲା । ସେହିଭଳି ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀ ଗୋବିନ୍ଦ ଚରଣ ମାତା ସାଧୁପୁରରେ ଉପବାସୀ ବାହର ନିମ୍ନ କାର୍ଯ୍ୟର ଶିକାଧାରୀ ବକିଥିଲେ ।

ପଞ୍ଚାୟତ ସ୍ତରର ବିଭିନ୍ନ କୃଷିର ବିକାଶ ଯୋଜନା, ସେବା
 ବୃଦ୍ଧିହୋଇଛି। ସେହିଭଳି ଗ୍ରାମାଞ୍ଚଳ ଅର୍ଥସମ୍ପାଦନ ପଣ୍ଡା
 ଗୁରୁତ୍ବ ଏବଂ କାର୍ଯ୍ୟକାରୀତା ଗତବର୍ଷ ସୁଦ୍ଧିର ଅକାଶର ଗର୍ବ
 ଗର୍ବୀକୃତମାନଙ୍କର ଯୋଗଦାନକୁ ଗୁରୁତ୍ବ ଦେଇ ପ୍ରାୟ ୧୦
 ଯନ୍ତ୍ର ଅର୍ଥସମ୍ପାଦନା ହୋଇଛି, ଲିଫ୍ଟ ସୁରକ୍ଷା ନୋଡ଼ ସମ୍ପାଦନ
 କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ ଗତବର୍ଷ ପ୍ରକାଶନ, ସହକାରୀ ଯନ୍ତ୍ର ସ୍ଥାପନ କ୍ରମା
 ଯନ୍ତ୍ର ବିପଦ ନିରାପଦ ସେବା ପ୍ରଦାନ କରିବାକୁ ଯୁକ୍ତ। ଗତବର୍ଷ
 ପ୍ରାୟ ୧୦୦୦ ଯନ୍ତ୍ର, କୃଷିବିଭାଗ, ଗ୍ୟାସ୍ ଗ୍ୟାସ୍ ଗ୍ୟାସ୍
 ବିଭାଗ, ବୃଦ୍ଧ ସୁରକ୍ଷା କଲେଜର ଗ୍ୟାସ୍ ଗ୍ୟାସ୍ ଗ୍ୟାସ୍
 ହୋଇଥିଲା। ଏହି ଅବସରରେ ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ହୋଇଥିବା ବି
 ବିଭାଗର ଗ୍ୟାସ୍ ଗ୍ୟାସ୍ ଗ୍ୟାସ୍ ଗ୍ୟାସ୍ ଗ୍ୟାସ୍ ଗ୍ୟାସ୍ ଗ୍ୟାସ୍
 ପାଳନରେ ଲିଫ୍ଟ ସୁରକ୍ଷା ପଣ୍ଡା ଗ୍ୟାସ୍ ଗ୍ୟାସ୍ ଗ୍ୟାସ୍, ଏବଂ
 ଏବଂ ଗତବର୍ଷ ସୁଦ୍ଧି ପ୍ରାୟ ୧୦୦୦ ଗ୍ୟାସ୍ ଗ୍ୟାସ୍ ଗ୍ୟାସ୍
 ସମ୍ପାଦନ କରାଯାଇଛି। ପୁଣି ଧନ୍ୟବାଦ ଅର୍ପଣ କରିଥିଲା

ପ୍ରେସିଡିଣ୍ଟ ନିଆଯିବ । ତେବେ ଏହି ନିଷ୍ପେଷ ଆବେଶକୁ ଭାରତୀୟ ବାୟୁସେନା, ଭାରତୀୟ ସ୍ୱଚ୍ଛ ସେନାର ବିମାନ କିମ୍ବା ହେଲିକପ୍ଟର ଏବଂ ଭିତିଆରପିକ ଗସ୍ତରେ ବ୍ୟବହୃତ ରାତ୍ରି ସରକାର ତଥା କେନ୍ଦ୍ର ସରକାରଙ୍କ ବିମାନକୁ ବାଦ୍ ଦିଆଯାଇଛି । ସୂଚନାଯୋଗ୍ୟ, ମହାମହିମ ରାଷ୍ଟ୍ରପତି ବିମାନ ବିରକ୍ତ ମନ୍ଦିରରେ ବୋଙ୍କ ବର୍ଷନ ସହ ନଗ୍ନିୟାୟର ପିଣ୍ଡପାଦ କରିବେ । ଏହିପାଇଁ କିଛି ପ୍ରଶାସନ ପକ୍ଷରୁ ସମସ୍ତ ପ୍ରସ୍ତୁତି କରାଯାଇଛି ।

ମାମୁଣୀ କଳା ଯୋଗାଣ ଏବଂ ଆନନ୍ଦ ମୁକ୍ତି ଦିଏ ପ୍ରତି
ମାମୁଣୀ ବିଭାଗର କାର୍ଯ୍ୟଗୁଡ଼ିକର ସମୀକ୍ଷା କରାଯାଇଥିଲା।
ଆନନ୍ଦର ମନ୍ତ୍ରୀ ସମସ୍ତ ଅଧିକାରୀଙ୍କୁ ସମାଜର ଶେଷ
ସ୍ତରର ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କ ପାଇଁ ପ୍ରସ୍ତୁତ। ପାଇଁ ପରାମର୍ଶ
ପ୍ରଦାନ କରୁଥିଲା। ସୂଚନା ନିର୍ବାଚନମଣ୍ଡଳରେ ଗୁରୁତ୍ବପୂର୍ଣ୍ଣ
ସମ୍ପର୍କଗୁଡ଼ିକର କାର୍ଯ୍ୟାନୁଷ୍ଠାନ ଗ୍ରହଣ କରିବା
ଏବଂ ସେବା ଯୋଗାଣକୁ ସୁସ୍ଥ କରିବା ଉପରେ
ଫିକ୍ସେଡ୍ ଗୁରୁତ୍ବ ଦିଆଯାଇଥିଲା।

କୋଟି ବାଲଶକ୍ତିକରିଛି । ଗିରିପା ଯୁବକ ଶକ୍ତି ହେଉଛନ୍ତି ସାବେଳୁର ଆମ ଆମ ମାତନଗର ଗ୍ରାମର ସହର ଏହି ଯୁବନୀ ଅନୁସାସ, ସହର ନିଜ ମୋବାଇଲ ଫୋନ୍ ଆମଧ୍ୟରେ ସରକାର କୁଳା ନିଷିଦ୍ଧ କରାଯାଇଥିବା ବିଚିନ ଆଶାକ୍ଷ ସେବାସାହାଯ୍ୟ ବାରମ୍ବାର ଖୋଜି ଗିରିପା ବେଢ଼ୁଥିଲେ । ଏହି ସେଆଇନ କାର୍ଯ୍ୟକଳାପ ଉପରେ ମୋବାଇଲ୍ କର୍ମ ନଗର ଗୁପ୍ତତା ବେଳେ ସହରର ଗୋବାଇଲ ଆନ୍ତରିକିତ ଗ୍ରାମ କରାଯାଇ ସାବେଳୁର ପୁଲିକାବଳ ଏ ସମ୍ପର୍କରେ ସର୍ବଦତ କରାଯାଇଥିଲା । ଗ୍ରାମକମିଶ୍ନରୀ ଯୁବନୀ ପାଗର ପରେ ସାବେଳୁର ପୁଲିକା ଏହି ପେଶାକ୍ଷ ଗୁପ୍ତତା ସହ ମନ ଆହୁ ସେବ୍ ୧୪-୪/୨୭ରେ ଏକ ମାମଲା ଗୁପ୍ତ କରିଥିଲେ । ପୁଲିକା ସମ୍ପୃକ୍ତ ଯୁବକଙ୍କୁ ଗିରିପା କରିବା ସହ ଶାଳ ମୋବାଇଲ୍ ଶକ୍ତିକୁ ବଦଳ କରିଛି ।

[illegible][illegible]