



# ମା' ଅତ୍ୟନ୍ତ ମନ୍ଦିରରୁ ଚୋରି

**ପୁରୀ: ଏକପ୍ରକାର ନୂଆ**  
 ପୁରୀ ଜିଲ୍ଲା ଗୋପାଳୀ ଅନ୍ତର୍ଗତ ଶୋକପୁର ନିକଟ ମା' ଅତ୍ୟନ୍ତ ମନ୍ଦିରରୁ ଚୋରି ହୋଇଛି । ସୋମବାର ରାତିରେ ଚୋରମାନେ ମନ୍ଦିରର ତାଲା ଭାଙ୍ଗି ଭିତରେ ପଶିବା ସହ ୨ଟି ହୁଣ୍ଡି ଏବଂ ପୁରୀ ଅଳଙ୍କାର ଲୁଟ୍ କରିଥିବା ଅଭିଯୋଗ ହୋଇଛି । ୨ଟି ହୁଣ୍ଡିରେ ୨ ଲକ୍ଷରୁ ଊର୍ଦ୍ଧ୍ୱ ଟଙ୍କା ଥିବା ସୂଚନା ମିଳିଛି ।  
 ମନ୍ଦିରର ପୂଜକ ମଙ୍ଗଳଦାସ ସକାଳେ ମନ୍ଦିରକୁ ପୂଜା କରିବାକୁ ଆସିବା ବେଳେ ଏହା ଦେଖି ପ୍ରଥମେ ଯୋଗାଯୋଗ କରିବାକୁ ଖବର ଦେଇଥିଲେ । ମନ୍ଦିର ପାଟକର ତାଲା ଭାଙ୍ଗାଯାଇଥିବା ଏବଂ ଦୁଇଟି ହୁଣ୍ଡି ନଥିବା ସେ ଦେଖିବାକୁ ଯାଇଥିଲେ । ମା'ଙ୍କର କିଛି ସୁନା ଓ ରୂପା ଅଳଙ୍କାର ଏବଂ ପିତଳ ସାମଗ୍ରୀ ମଧ୍ୟ ଚୋରି ହୋଇଛି । ଖବର ପାଇ ଯୋଗାଯୋଗ ଘଟଣାସ୍ଥଳରେ ପହଞ୍ଚି ତଦନ୍ତ କରୁଛି । ସନ୍ଦେହରେ ଜଣକଙ୍କୁ ଅଟକ ରଖି ପଚାରି ଉତ୍ତରା ଚଳାଇଛି । ମନ୍ଦିର ନିକଟରୁ ତାଲା ଭାଙ୍ଗା ଅବସ୍ଥାରେ ପଡିଥିବା ଦୁଇଟି ହୁଣ୍ଡି ବାକ୍ସକୁ ଯୋଗାଯୋଗ କରାଯାଇଛି । ମନ୍ଦିରରେ ଲାଗିଥିବା ବିଭିନ୍ନ ପ୍ରକାରର ଯାନ୍ତ୍ରିକ ଯନ୍ତ୍ର ଯୋଗାଯୋଗ କରାଯାଇଛି ।



# ଓଡ଼ିଶା ଏକପ୍ରକାର

ଭୁବନେଶ୍ୱର ଓ କେନ୍ଦ୍ରାପଡ଼ା ରୁ ଏକସଙ୍ଗେ ପ୍ରକାଶିତ  
 ଭୁବନେଶ୍ୱର ୧୧ ଫେବୃଆରୀ ୨୦୨୬ । ବୁଧବାର  
**ପୃଷ୍ଠା: ୨**

## ଗଞ୍ଜେଇ ବେପାରୀ ଗିରଫ

**ମାଲକାନଗିରି: ଏକପ୍ରକାର ନୂଆ**  
 ମାଲକାନଗିରି ଜିଲ୍ଲା ଯୋଗାଯୋଗ ନିର୍ମାଣ ବିଭାଗର ଅଧିକାରୀ ଗଞ୍ଜେଇ ଚୋର ପ୍ରସ୍ତୁତି କାରଖାନା, ୩୦ କେଜି ଗଞ୍ଜେଇ କଳି ଓ ୨୫ଲକ୍ଷ ଟଙ୍କାର ଗଞ୍ଜେଇ ଚୋର ଜବତ କରିବା ସହ ୪ ଜଣ ଗଞ୍ଜେଇ ଚୋର ପ୍ରସ୍ତୁତିକାରୀଙ୍କୁ ଗିରଫ କରିଛି । ଜବତ ୨ ଲିଟର ଗଞ୍ଜେଇ ଚୋରର ମୂଲ୍ୟ ୨୫ ଲକ୍ଷ ଟଙ୍କା ହେବ ବୋଲି ଯୋଗାଯୋଗ ଅଧିକାରୀ ସୂଚନା ପ୍ରକାଶ । ୪ ମାସରେ ମାଲକାନଗିରି ଜିଲ୍ଲା ଯୋଗାଯୋଗ ଦ୍ୱାରା ୭.୫ କୋଟି ଟଙ୍କାର ଗଞ୍ଜେଇ ଚୋର ଜବତ କରାଯାଇଛି । ମାଲକାନଗିରି ଏସପି ବିନୋଦ ପାଟିଲ ମାଲକାନଗିରି ଜିଲ୍ଲା ଯୋଗାଯୋଗ କାର୍ଯ୍ୟାଳୟରେ ଆୟୋଜିତ ସାମ୍ବାଦିକ ସମ୍ମିଳନୀରେ ସୂଚନା ଦେଇଛନ୍ତି ।  
 ମାଲକାନଗିରି ଜିଲ୍ଲା ବଦଳରେ



ଜଙ୍ଗଲ ଉପରେ ବୁଢ଼ାଇ କରି କରାଯାଇ ଘଷ ଜଙ୍ଗଲ ପାହାଡ଼ ଉତ୍ତରରେ ଗଞ୍ଜେଇ ଚୋର ପ୍ରସ୍ତୁତି କାରଖାନାକୁ ଯୋଗାଯୋଗ ଠାବ କରିଥିଲେ । ସେଠାରୁ ଚୋର ପ୍ରସ୍ତୁତି ଅଞ୍ଚଳର ବୋଲି ଏସପି ଶ୍ରୀ ପାଟିଲ ଚୋର ପ୍ରସ୍ତୁତି ପାଇଁ ବ୍ୟବହୃତ କେମିକାଲ ସହ ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ସାମଗ୍ରୀ ଯୋଗାଯୋଗ ଜବତ କରିଛି । ଗଞ୍ଜେଇ ଚୋର ପ୍ରସ୍ତୁତି କରି ବାହାର ରାଜ୍ୟକୁ ବାଣ୍ଟିବା କରୁଥିବା ଗଞ୍ଜେଇ ମାଫିଆ

## ଖଣ୍ଡିଆ ଗେଟ ନିର୍ମାଣ ସରିବ କେବେ ?

**ପୁରୀ: ଏକପ୍ରକାର ନୂଆ**  
 କନ୍ଧମାଳ ଜିଲ୍ଲା ପୁରୀବାଣୀ ସ୍ଥିତ ସର୍ବ ପୁରାତନ ସରକାରି ଅତିଥି ବଙ୍ଗଳା ବା ସର୍ବତ୍ର ହାଉସକୁ ଚୈତନ୍ୟ କେତେକେ, ମଙ୍ଗା, ସାଂସଦ, ବିଧାୟକଙ୍କ ସହିତ ଅନେକ ବରିଷ୍ଠ ପ୍ରଶାସନିକ ଅଧିକାରୀମାନେ ବିଭିନ୍ନ ସମୟରେ ପରିଦର୍ଶନରେ ଆସି ଏଠାକୁ ବିଶ୍ରାମ କରନ୍ତି, ଆଉ ଆବଶ୍ୟକ ପରିଚ୍ଛେଦ ରାତି ଯାଏନ ମଧ୍ୟ କରନ୍ତି । ଏହି ସମୟରେ କନ୍ଧମାଳ ଜିଲ୍ଲାର ମୁଖ୍ୟାଳୟ କିଲ୍ଲାପାଳଙ୍କ ସମେତ ଅନ୍ୟ ବିଭାଗର ଅଧିକାରୀମାନେ ମଧ୍ୟ ନିରନ୍ତର ଭାବେ ଯାତାୟାତ କରିଥାନ୍ତି । କିନ୍ତୁ ଯାତାୟାତ କରୁଥିବା ସମୟରେ କାନ୍ଧମାଳ ମଧ୍ୟ ଅତ୍ୟନ୍ତ ଗୁଣ୍ଡା ଫଟକ ଅବସ୍ଥାକୁ ଦୃଷ୍ଟି ପଡ଼ୁନାହିଁ । ଯାହାକି ସମସ୍ତଙ୍କ ପାଇଁ ଏକ ଦୁଃଖ ଦାୟକ ଘଟଣା ଥାଏ । ଆଜିଯାଏ ଏହି ସର୍ବତ୍ର ହାଉସର ପରିସାରିତ ଯାକ ସମ୍ପା କରାଯାଇପାରିନି କି କୋଠରୀ ଗୁଡ଼ିକ ମଧ୍ୟ ଏତେ ଉନ୍ନତମାନର ଦୁର୍ଦ୍ଦି ବୋଲି ଆପଣଙ୍କୁ ଅବଗତ କରିବାକୁ ଚାହୁଁଛୁ ।



ନିର୍ମାଣ କାର୍ଯ୍ୟର ଅବସ୍ଥା କେବେ ଥିବା ତାହା ବି ଉଲ୍ଲେଖ ନାହିଁ । ଉଚ୍ଚ କାର୍ଯ୍ୟ ଆବ୍ୟବସ୍ଥା ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ହୋଇପାରିନାହିଁ । ଏହା ବଡ଼ ପରାମର୍ଶ ବିଷୟ ଅଟେ । ସରକାର ଓ ଜିଲ୍ଲା ପ୍ରଶାସନ କନ୍ଧମାଳ ମହୋତ୍ସବ, ସୁରତ୍ର ଶକ୍ତି ମେଳା, କୃଷି ମେଳା, ପ୍ରାଣୀ ସମ୍ମାନ ମେଳା ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ଖର୍ଚ୍ଚ ଦେଖାଇ ଲକ୍ଷ୍ୟ ଲକ୍ଷ୍ୟ ଟଙ୍କା ହତ୍ୟା କରିବାରେ ବ୍ୟସ୍ତ ରହୁଛନ୍ତି । ବିଭାଗୀୟ ଅଧିକାରୀମାନେ ହେଲେ ଏକା ଏକ ମହତ୍ତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ବେଷ୍ଟ ହାଉସର ମୁଖ୍ୟ ପ୍ରଦେଶ ଦ୍ୱାରା ପୂର୍ଣ୍ଣ ହୋଇପାରିବ ବୋଲି ଆଶା କରାଯାଉଛି ।

**ବାଣୀ ପୁରୀର ଜଣେ ଗୁରୁତର**  
 ଅନୁରୁଦ୍ଧ: ଏକପ୍ରକାର ନୂଆ  
 ଅନୁରୁଦ୍ଧ ଚାନ୍ଦନୀ ଆନନ୍ଦ ଅନ୍ତର୍ଗତ ଯୋଗାଯୋଗ ନଗର ଅଞ୍ଚଳରେ ଅବସର । ଅପୂର୍ବ ବାଣୀ ପୁରୀର ଜଣେ ଗୁରୁତର ହୋଇଛନ୍ତି । ଗୁରୁତର ଜଣକ ହେଲେ ଯୋଗାଯୋଗ ନଗର ଅଞ୍ଚଳର ପବିତ୍ର ବେହେରାଙ୍କ ପୁଅ ଆକାଶ ବେହେରା । ସୂଚନା ଯେ, ଯୋଗାଯୋଗ ନଗର ନିକଟରେ ଥିବା ପଡିଆରେ ଏକ ଅପୂର୍ବ ବାଣୀ ପଡିଥିଲା । ଯାହାକୁ ମଙ୍ଗଳକାରୀ ଦିନବେଳା ଆକାଶ ପାଇଁ ସେହି ଅପୂର୍ବ ବାଣୀ ପାଇଥିଲା । ଯାହାକୁ ଆଣି ଦିଆଯିବ ଯେତେବେଳେ ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ କରାଯାଉଥିଲା । ସେହି ବାଣୀ ପ୍ରତି ଆକାଶ ଗୁରୁତର ହୋଇଥିଲା । ସଙ୍ଗେ ସଙ୍ଗେ ପରିବାର ଲୋକ ଆକାଶକୁ ଗୁରୁତର ଅବସ୍ଥାରେ ଉଦ୍ଧାର କରି କିଲ୍ଲା ମୁଖ୍ୟ ବିକିଷାଳୟରେ ଭର୍ତ୍ତି ହେଲେ । ଆକାଶଙ୍କ ଅବସ୍ଥା ସକାତପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ହେବାକୁ ଚାହୁଁ କଟକ ବଡ଼ ଡାକ୍ତରଖାନାକୁ ସ୍ଥାନାନ୍ତରିତ କରାଯାଇଥିଲା । ଆକାଶଙ୍କ ବାମ ହାତ ଛିଣ୍ଡି ଯାଇଥିବା ବେଳେ ମୁହଁ, ଦେହ ଏବଂ ଗୋଡ଼ରେ ଗଭୀର ଆଘାତ ଲାଗିଥିଲା ।

## କୋଟିଏ ଟଙ୍କାର ସୁନା ଗହଣା ଲୁଟ୍

**ସୋର: ଏକପ୍ରକାର ନୂଆ**  
 ସୁନା ଦୋକାନୀ କାନ୍ତ ଭାଙ୍ଗି ଲୁଟ୍ କରି ଟାଣି ଟାଣି ୧ କୋଟି ଟଙ୍କାର ସୁନା, ରୂପା ଗହଣା ଲୁଟି ନେଲେ ଲୁଟେରା । ଏଭଳି ଘଟଣା ଦେଖିବାକୁ ମିଳିଛି ବାଲେଶ୍ୱର ଜିଲ୍ଲା ସୋର ଥାନା ଫଟା ଅଞ୍ଚଳର ଛକରେ ଥିବା ନୀଳମଣି କୁଂଭାରୀ ଦୋକାନୀରେ । ଦୋକାନୀ ଭାଙ୍ଗିବାକୁ ଲୁଟେରା ସହକୃତ ପୁରୀରୁ ଯାତ୍ରା କରୁଥିବା ସୋରରୁ ଗୋପାଳ ଯୋଗାଯୋଗ ଭିତରେ ଲୁଟେରାମାନେ ଟାଣି ଦୋକାନୀ କାନ୍ତ ଭାଙ୍ଗି ଦୋକାନୀରେ ପଶି ଲୁଟ୍ କରି ଟାଣି ଟାଣି ୫ ଶହ ଗ୍ରାମର ସୁନା ଗହଣା ଲୁଟି ନେଇଛନ୍ତି । ଯାହାର ଆନୁମାନିକ ମୂଲ୍ୟ ୮୦ ଲକ୍ଷ ଟଙ୍କା ହେବ । ୫ କିଲୋ ଓଜନର ରୂପା ଗହଣା ଓ ନଗଦ ୧୦ ହଜାର ଟଙ୍କା ମଧ୍ୟ ଲୁଟ୍ କରି ଫେରାର ହୋଇଯାଇଛନ୍ତି । ଖବର ପାଇ ଯୋଗାଯୋଗ ସ୍ଥଳରେ ପହଞ୍ଚି ତଦାୟନ କରୁଛି ।

## 'ସମାଦ କଳିକା' ପ୍ରତିଷ୍ଠାତା ଅଭୟ ସ୍ୱାଇଁଙ୍କ ପରଲୋକ

**ଭୁବନେଶ୍ୱର/କଟକ ଏକପ୍ରକାର ନୂଆ**  
 ଚୈତନ୍ୟ ଖବରକାଗଳ 'ସମାଦ କଳିକା'ର ପ୍ରତିଷ୍ଠାତା ତଥା ଇଣ୍ଡିଗ୍ରାଲ ପବ୍ଲିକେଶନ ପ୍ରା.ଲି.ର ପ୍ରତିଷ୍ଠାତା ନିବେଶକ ଅଭୟ କୁମାର ସ୍ୱାଇଁଙ୍କର ଗତ ୮ ତାରିଖ ବିଳମ୍ବିତ ରାତିରେ ପରଲୋକ ପଡିଛି । ମୃତ୍ୟୁ ବେଳକୁ ତାଙ୍କୁ ୭୨ ବର୍ଷ ବୟସ ହୋଇଥିଲା । ତାଙ୍କର ହୃଦ୍‌ଘାତରେ ପରଲୋକ ହୋଇଥିବା ଜଣାପଡିଛି । ପୁରୀ ସ୍ୱର୍ଗଦ୍ୱାରରେ ତାଙ୍କ ଶେଷକୃତ୍ୟ ଏପଡ଼ି ହୋଇଥିଲା । ମୁଖାନ୍ତ ଦେଇଥିଲେ କ୍ୟୋଷପୁତ୍ର ଆଶୀଷ ସ୍ୱାଇଁ । ବହୁ କଷ୍ଟ ସ୍ୱୀକାର କରି ସେ ସମାଦ କଳିକା ଆରମ୍ଭ କରିବା ସହ କମ୍ପାନୀ ଚଳାଇଥିଲେ ହେଁ ଆର୍ଥିକ ଅନଟନ କାରଣରୁ ୨୦୦୬ ମସିହାରେ ଉଭୟ



ଖବରକାଗଳ ଓ କମ୍ପାନୀରୁ ସେ ଅବ୍ୟାହତ ନେଇଥିଲେ । ଭାରତୀୟ ସ୍ତ୍ରୀ ଓ ମଧ୍ୟମ ସମାଜରୁ ମହାସଂଘର ଓଡ଼ିଆ ଶାଖାର ସଭାପତି ଭାବେ ମଧ୍ୟ ସେ ଦାୟିତ୍ୱ ନିର୍ବାହ କରିଥିଲେ । ପରବର୍ତ୍ତୀ ସମୟରେ ସେ ବିଭିନ୍ନ ସଂସ୍ଥାରେ କର୍ମସଂଲଗ୍ନ ଭାବେ କାମ କରି ଗତ କିଛିବର୍ଷ ହେବ ସ୍ୱାଧୀନ ଭାବେ

## ହାଇଡ଼େଲୁଟେରା ଗ୍ୟାଙ୍ଗ ଗିରଫ

**ବଲାଙ୍ଗୀର: ଏକପ୍ରକାର ନୂଆ**  
 ବଲାଙ୍ଗୀର ଜିଲ୍ଲା ପୁଲିସ୍‌ଫୋର୍ସ ପୁଣି ମିଳିଛି ସଫଳତା । ପୁଣି ଏକ ବାଇକ ଲୁଟେରା ଗ୍ୟାଙ୍ଗକୁ ଧରିବାରେ ସଫଳତା ହୋଇଛି ଯୋଗାଯୋଗ । ଚାରିଜଣ ହାଇଡ଼େଲୁଟେରା ଗିରଫ କରାଯିବା ସହିତ ସେମାନଙ୍କ ଠାରୁ ଛଅଟି ବାଇକ ଜବତ ହୋଇଛି । ସୋମବାର ବଲାଙ୍ଗୀର ଏସପିଓ ସରୋଜ ଉପାଧ୍ୟାୟ ପୁଲିସ୍‌ଫୋର୍ସ ଥାନାରେ ସାମ୍ବାଦିକ ସମ୍ମିଳନୀ କରି ଲୁଟେରାମାନେ କିପରି ଲୁଟ୍ କରୁଥିଲେ, ସେନେଇ ସୂଚନା ଦେଇଥିଲେ ।  
 ବଲାଙ୍ଗୀର-ସୋନପୁର ଏନଏଚ୍ ୫୭ ରାସ୍ତାରେ ଲୋକମାନେ ଯାଉଥିବା

ସମୟରେ ଏକ୍ସପ୍ଲୋସିଭ୍ ଲୁଟ୍ କରୁଥିଲେ ଲୁଟେରା । ରାସ୍ତାରେ ଯାଉଥିବା ବାଇକ ଆରୋହୀମାନଙ୍କୁ ଚାର୍ଜେଜ୍ କରୁଥିଲେ । ବାଇକ ସହିତ ଜିନିଷପତ୍ର ଲୁଟିପାଦ କରୁଥିଲେ । ବିଭିନ୍ନ ଲୁଟ୍ ଓ ଚୋରି ମାମଲାର ତଦନ୍ତ କରୁଥିବା ବେଳେ ଯୋଗାଯୋଗ ହାତରେ ଏହି ଲୁଟେରାମାନେ ପଡିଥିଲେ । ପୁଲିସ୍‌ଫୋର୍ସ ଆନା ଆନାୟାକାରୀ ଲୁଟେରାମାନଙ୍କୁ ଗିରଫ କରିଥିବା ବେଳେ ଲୁଟେରାଙ୍କ ମାଷ୍ଟର ମାଜୁର କିନ୍ତୁ ଦାହାର ରାଜ୍ୟକୁ ଫେରାର ମାରିଥିବା ଯୋଗାଯୋଗ ସୂଚନା ଦେଇଛି । ଖବରଦାତା ସମ୍ମିଳନୀରେ ଏପିଓ ଉପାଧ୍ୟାୟଙ୍କ ସମେତ ପୁଲିସ୍‌ଫୋର୍ସ ଆନା ଆନାୟାକାରୀ ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ରାଜତରାୟ ଉପସ୍ଥିତ ଥିଲେ ।

## ମୃତବଳ ଖେଳରୁ ମହାଭାରତ

**ପୁରୀ: ଏକପ୍ରକାର ନୂଆ**  
 ଖେଳରେ କିଏ ମରାକୁ କେହିକରି ଜଣେ ଛାତ୍ରଙ୍କୁ ସହଯୋଗୀରେ ସଂଘବଦ୍ଧ ଭାବେ ଆକ୍ରମଣ କରିଛନ୍ତି । ଏଥିରେ ନବମ ଶ୍ରେଣୀ ଛାତ୍ର ଅଭିରାମ ଦାସ ଗୁରୁତର ହୋଇ ବାଲେଶ୍ୱର ଫକୀର ମୋହନ ମେଡିକାଲ କଲେଜରେ ଭର୍ତ୍ତି ହୋଇଛନ୍ତି । ଏଭଳି ଘଟଣା ଦେଖିବାକୁ ମିଳିଛି ନାଲଗିରି ଥାନା ସରକାରୀ ଛାତ୍ରାଳୟରେ । ଛାତ୍ରଙ୍କୁ ଧରିବେଳେ ନବମ ଶ୍ରେଣୀର ଛାତ୍ରମାନେ ୩ ଦିନ ତଳେ ମୃତବଳ ଖେଳରେ ହୋଇଥିବା ଫାଇ ପାଇଁ ବାହୁଡ଼ଖାନା ଗାଁର ଜୟଦେବ ଦାସଙ୍କ ପୁଅ ଅଭିରାମକୁ ମାରଣାତ୍ମକ ଆକ୍ରମଣ କରିଥିଲେ । ବି ସେକ୍ସନର ୪ରୁ ୫ ଜଣ ଛାତ୍ର ମିଶି ଅଭିରାମଙ୍କୁ ଆକ୍ରମଣ କରିଥିଲେ । ତାଙ୍କୁ ପ୍ରଥମେ ସରକାରୀ ଡାକ୍ତରଖାନାରେ ଚିକିତ୍ସା କରାଯିବା ପରେ ଫକୀରମୋହନ ମେଡିକାଲ କଲେଜକୁ ସ୍ଥାନାନ୍ତରିତ କରାଯାଇଛି । ଉଚ୍ଚ ଛାତ୍ରମାନେ ଅଭିରାମକୁ ଜୀବନକୁ ମାରିଦେବା ପାଇଁ ବ୍ୟାନ୍ଧରେ ମାରଣାତ୍ମକ ଆକ୍ରମଣ କରିଥିଲେ । ଆକ୍ରମଣ ସମୟରେ ଖେଳ ପଡିଆରେ କାମ କରୁଥିବା ଶ୍ରମିକମାନେ ଛାତ୍ରଙ୍କୁ ଗୁରୁତର ଅବସ୍ଥାରେ ଉଦ୍ଧାର କରି ଅଭିରାମଙ୍କୁ କଲେଜ ପରେ କଥା ପ୍ରସ୍ତୁତ ହୋଇଥିଲା । ସେପରେ ସ୍କୁଲ କର୍ତ୍ତୃପକ୍ଷଙ୍କ ପକ୍ଷରୁ ଏନେଇ କୌଣସି ଯୋଗ୍ୟ ପଦକ୍ଷେପ ନିଆଯାଇନଥିବା ଅଭିଯୋଗ ହୋଇଛି ।

## ନିଶାଙ୍କୁ ଜାମିନ

**ବଲାଙ୍ଗୀର: ଏକପ୍ରକାର ନୂଆ**  
 ବଲାଙ୍ଗୀର ସଦର ଥାନା ଅନ୍ତର୍ଗତ ବ୍ରହ୍ମଗଡ଼ି ଗାଁର ଏକ ଯାତ୍ରା ମଞ୍ଚରେ ଅଶ୍ୱଳ ନୃତ୍ୟ ପ୍ରଦର୍ଶନ ଘଟଣାକୁ ନେଇ କିଛି ଦିନ ତଳେ ନିଶା ମହାରଣାଙ୍କ ବିରୁଦ୍ଧରେ ମାମଲା ରୁଜୁ ହୋଇଥିଲା । ଏହି ମାମଲାରେ ନିଶା ହାଇକୋର୍ଟର ଦ୍ୱାରସ୍ଥ ହୋଇଥିଲେ । ହାଇକୋର୍ଟ ସର୍ବମୂଳକ ଆଶୁଆ ଜାମିନ ଦେଇଥିଲେ । ମଙ୍ଗଳବାର ନିଶା ବଲାଙ୍ଗୀର ଏସପିଓଙ୍କୁ କୋର୍ଟରେ ହାଜର ହେବା ପରେ ତାଙ୍କୁ ସର୍ବମୂଳକ ଜାମିନ ପ୍ରଦାନ କରାଯାଇଥିବା ଜଣାପଡିଛି ।  
 ଏହି ଘଟଣାରେ ଯୋଗାଯୋଗ ନିକ ଆଡ଼ୁ ମାମଲା ରୁଜୁ କରିଥିଲା । ଏଭଳି ୨ ଆୟୋଜକଙ୍କୁ ମଧ୍ୟ ବଲାଙ୍ଗୀର ଯୋଗାଯୋଗ ଗିରଫ କରିଥିଲା । ତେବେ ଗିରଫ ଭୟରେ ଆଶୁଆ ଜାମିନ ଆସିବ ବୋଲି ନିଶା ମହାରଣା କାମିନ ପାଇବା ପରେ ମଙ୍ଗଳବାର ବଲାଙ୍ଗୀର ଏସପିଓଙ୍କୁ କୋର୍ଟରେ ଆସିବ ବୋଲି କହିଥିଲେ ।

## ରାଜପାଳଙ୍କୁ ସାହାଯ୍ୟ ହାତ ବଢାଇଲେ ସୋନୁ

**ଏକ ପୁରୁଣା ଚେକ-ବାଉଁ**  
 ମାମଲାରେ ଫସିଥିବା ବଳିଭୃତ୍ ଅଭିନେତା ରାଜପାଳ ଯାଦବଙ୍କୁ ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ବିକ୍ୱାର ତିହାର କେଳରେ ଆତ୍ମସମର୍ପଣ କରିବାକୁ ପଡିଛି । ଆତ୍ମସମର୍ପଣ କରିବା ପୂର୍ବରୁ ସେ ଖୁବ୍ ଭାବପ୍ରକଣ ହୋଇଥିଲେ ଏବଂ ଷଷ୍ଠ ଭାବରେ କହିଥିଲେ ଯେ ତାଙ୍କ ପାଖରେ ଟଙ୍କା ନାହିଁ । ଏଥିପରେ ବଳିଭୃତର ରିୟଲ୍ ହିରୋ ଭାବରେ ଜଣାଶୁଣା ସୋନୁ ସୁଦ ପୁଣିଥରେ ଟଙ୍କା ଚାହିଁଲେ ଏବଂ ଏହି ମାମଲାରେ ରାଜପାଳ ଯାଦବଙ୍କୁ ସାହାଯ୍ୟ କରିବା ପାଇଁ ସ୍ୱର ଉଠାଇଛନ୍ତି ।  
 ୨୦୧୦ ମସିହାର ଏକ ଚେକ୍-ବାଉଁ ମାମଲାରେ ୫ କୋଟି ଟଙ୍କା ରଖି ପରିଶେଷ କରିନଥିବା ଅଭିନେତା ରାଜପାଳ ଶେଷରେ ଆତ୍ମସମର୍ପଣ କଲେ । ଆତ୍ମସମର୍ପଣ କରିବା ପୂର୍ବରୁ ସେ ଖୁବ୍ ଭାବପ୍ରକଣ ହୋଇଥିଲେ ଏବଂ ଷଷ୍ଠ ଭାବରେ କହିଥିଲେ ଯେ ତାଙ୍କ ପାଖରେ ଟଙ୍କା ନାହିଁ । ଏଥିପରେ ବଳିଭୃତର ରିୟଲ୍ ହିରୋ ଭାବରେ ଜଣାଶୁଣା ସୋନୁ ସୁଦ ପୁଣିଥରେ ଟଙ୍କା ଚାହିଁଲେ ଏବଂ ଏହି ମାମଲାରେ ରାଜପାଳ ଯାଦବଙ୍କୁ ସାହାଯ୍ୟ କରିବା ପାଇଁ ସ୍ୱର ଉଠାଇଛନ୍ତି ।

### ବାଣିଜ୍ୟ

## ସୁପିଆଇ ଜରିଆରେ ଉଠାଇ ହେବ ଇପିଏଫ୍ ଟଙ୍କା

**ନୂଆଦିଲ୍ଲୀ: ଏକପ୍ରକାର ନୂଆ**  
 କର୍ମଚାରୀ ଭବିଷ୍ୟତ ନିଧି ସଙ୍ଗଠନ (ଇପିଏଫ୍) ଏହାର ହିରୋଇନାଟାଲ ଲାଭ ଶାସ୍ତ୍ର ଏକ ମୋବାଇଲ ଆପ୍ଲିକେସନ ଆଣିବ । ଏହାଦ୍ୱାରା ସୁପିଆଇ ଜରିଆରେ ଇପିଏଫ୍ ଟଙ୍କା ଉଠାଇ ହେବ । ମନିଷ୍ଟ୍ରାଲ ଡିପାର୍ଟମେଣ୍ଟ ମୁତାବକ, ଇପିଏଫ୍‌ରେ ଏହି ଆପ୍ଲିକେସନ ଚଳିତ ବର୍ଷ ମାର୍ଚ୍ଚ-ଏପ୍ରିଲରେ ଆସିବାକୁ ଯାଉଛି । ବର୍ତ୍ତମାନ ଏହାର

ପରୀକ୍ଷଣ ହେଉଛି । ଇପିଏଫ୍ ଆପ୍ଲିକେସନ ଉପର ଆପ୍ଲିକେସନ ଠାରୁ ଭିନ୍ନ ରହିବ । ଆପ୍ଲିକେସନଟି ହିରୋଇନାଟାଲ ବ୍ୟାଙ୍କ ଆକାଉଣ୍ଟ ସହ ଲିଙ୍କ ରହିବ । ଏହାସହ ଏହା ଡାମ୍ ଏବଂ ଅନ୍ୟ ସୁପିଆଇ ଆପ୍ଲିକେସନ ସହ ମଧ୍ୟ ଯୋଡି ହେବ । ମନିଷ୍ଟ୍ରାଲ ଡିପାର୍ଟମେଣ୍ଟର ଭବିଷ୍ୟତ ଅନୁଯାୟୀ, ଇପିଏଫ୍ ଜରିଆରେ ସିଧା ବ୍ୟାଙ୍କ ଆକାଉଣ୍ଟକୁ ସ୍ଥାନାନ୍ତର କରିବାର ସୁବିଧା ପାଇବେ ।

## ଲକ୍ଷ୍ମୀଭୃତ୍ସୁରୀକୁ ଏତିହାସିକ ପ୍ରକୃତି ଉଦ୍ୟାନ ନିର୍ମାଣ ଦାବି

**ସମ୍ବଲପୁର: ଏକପ୍ରକାର ନୂଆ**  
 ଭାରତୀୟ ସମାଜ ପକ୍ଷରୁ ଉଦ୍ଧାର ଲକ୍ଷ୍ମୀଭୃତ୍ସୁରୀ ବିକାଶ ସଂକଳ୍ପ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ ଅନୁଷ୍ଠିତ ହୋଇଯାଇଛି । ୨୦୧୬ ମସିହାରୁ ବିକାଶକାରୀମାନଙ୍କ ନାମରେ ପ୍ରତିବର୍ଷ ଭାରତୀୟ ସମାଜ ପକ୍ଷରୁ ସମର୍ପଣ ହେଉଥିବା ଆୟୋଜନ ହୋଇଆସୁଛି । ଲକ୍ଷ୍ମୀଭୃତ୍ସୁରୀ ଠାରେ ଗୁରୁ ପଦ୍ମସହର, ଗୁରୁ ଉତ୍କଳ, ଲକ୍ଷ୍ମୀଭୃତ୍ସୁରୀ, ସାତବହନୀ ଏବଂ ଅନ୍ୟ ବିକାଶକାରୀ ସ୍ଥଳରେ ଦୃଶ୍ୟ ଗୁଡ଼ିକୁ ସମର୍ପଣ କରାଯାଇଛି । ଆଜି ସେହି ସମର୍ପଣ ଦୃଶ୍ୟ ଗୁଡ଼ିକୁ ପରିଦର୍ଶନ କରିବା ସହ ତାର ସ୍ମୃତି ଆକଳନ କରାଯାଇଥିଲା । ଏହାସହ ସମ୍ବଲପୁରରେ ପର୍ଯ୍ୟଟନ ଶିଳ୍ପ ବିକାଶ ପାଇଁ ସରକାର ଗୁରୁତ୍ୱ ଦେଇ ବିଭିନ୍ନ ପ୍ରକଳ୍ପ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ କରୁଥିବାରୁ ସେଥିରେ ଲକ୍ଷ୍ମୀ ଭୃତ୍ସୁରୀକୁ ସାମିଲ କରିବାକୁ ଭାରତୀୟ ସମାଜ ପକ୍ଷରୁ ଦାବି କରାଯାଇଛି । ଲକ୍ଷ୍ମୀଭୃତ୍ସୁରୀ ଅପରାଧିତ ହୋଇ ପଡିଥିବାରୁ ବିଭିନ୍ନ ସମୟରେ ଅନେକ ଦାମୀ ଗଢ଼ ଗୁଡ଼ିକୁ ଲୋକ କାଟି ନେଉଥିବା ଏବଂ ବିଭିନ୍ନ ଲୋକଙ୍କ ଲୋପୁପ ଦୃଷ୍ଟିରେ ରହିଛି । ତେଣୁ ଏହାର ସୁରକ୍ଷା ଏବଂ ବିକାଶ

କରାନଗରେ ଲକ୍ଷ୍ମୀଭୃତ୍ସୁରୀ କେତେବେଳେ କୌଣସି କମ୍ପାନୀ ଅଧିକାରୀ ଯାଇ କଳ କାରଖାନା ନିର୍ମାଣରେ ବ୍ୟବହାର ହୋଇଯିବାର ଆଶଙ୍କା ମଧ୍ୟ ସୃଷ୍ଟି ହୋଇଛି । ତେଣୁ ୨୦୧୬ ମସିହାରୁ ଦାବି ହୋଇ ଆସୁଥିବା ଲକ୍ଷ୍ମୀଭୃତ୍ସୁରୀରେ ଏତିହାସିକ ପ୍ରକୃତି ଉଦ୍ୟାନ ନିର୍ମାଣ କରାଯାଇ ପର୍ଯ୍ୟଟନମାନଙ୍କୁ ଆକର୍ଷିତ କରିବା ସହ ଲକ୍ଷ୍ମୀ ଭୃତ୍ସୁରୀର ପ୍ରକୃତି ମଧ୍ୟ ସୁରକ୍ଷିତ କରାଯାଇ ପାରିବ ବୋଲି ଭାରତୀୟ ସମାଜ ପକ୍ଷରୁ କୁହାଯାଇଛି । ଲକ୍ଷ୍ମୀଭୃତ୍ସୁରୀରେ ଗଢ଼ ଗୁଡ଼ିକୁ କଟାଯାଇ ସେଠାରେ ବ୍ୟବସ୍ଥିତ ଜଙ୍ଗଲରେ ନୂତନ ଦୃଶ୍ୟରୋପଣ କରାଯାଇ ଏହାକୁ ଆହୁରି ଆକର୍ଷଣୀୟ କରାଯାଇ ପାରିବ ବୋଲି ଆଜିର ବୈଠକରେ ମତପ୍ରକାଶ ପାଇଛି । ଲକ୍ଷ୍ମୀଭୃତ୍ସୁରୀର ମହାନ ସାଧୁଙ୍କ ଲକ୍ଷ୍ମୀଭୃତ୍ସୁରୀ ନାମରେ ନାମିତ ହୋଇଥିବା ବିଶ୍ୱାସ ରହିଛି । ତେଣୁ ଏହା ଆଞ୍ଚଳିକ ଇତିହାସ ଏବଂ ସଂସ୍କୃତି ସହ ଲୋକଙ୍କ ଭାବନା ମଧ୍ୟ ଜଡ଼ିତ ରହିଛି । ତେଣୁ ଏହାର ସୁରକ୍ଷା ପ୍ରତି ବନ ବିଭାଗ ଅଧିକ ଦୃଷ୍ଟି ଦେଇ ୫୨ ନମ୍ବର ରାଜପଥରେ ସୁନ୍ଦର ଗେଟ ଲଗାଯିବ । ସହ ପର୍ଯ୍ୟଟକଙ୍କ ପାଇଁ ସୁବିଧା କରିବାକୁ ଭାରତୀୟ ସମାଜ

ପକ୍ଷରୁ ଦାବି କରାଯାଇଛି । ଲକ୍ଷ୍ମୀଭୃତ୍ସୁରୀ ଅଞ୍ଚଳର ସର୍ବବୃହତ୍ ଶାଶୁଆନ ବଣ ରହିଛି । ପୁଣି ଲକ୍ଷ୍ମୀ ଭୃତ୍ସୁରୀରୁ ହାତୀଙ୍କୁ ବନ୍ଧ ନିର୍ମାଣ ପାଇଁ ପଥର ବ୍ୟବହାର କରାଯାଇଥିଲା । ୭୫ ବର୍ଷ ପୂର୍ବରୁ ପାହାଡ଼ରୁ କଟାଯାଇଥିବା ପଥର ବର୍ତ୍ତମାନ ଆକର୍ଷଣୀୟ ଦେଖାଯାଉଛି । ପୁଣି ଲକ୍ଷ୍ମୀଭୃତ୍ସୁରୀ ଓଡ଼ିଶାର ସର୍ବ ପୁରାତନ ମାଟି ପରିଣା କେନ୍ଦ୍ର ରହିଥିଲା । ତେଣୁ ବିଭିନ୍ନ ଦୃଷ୍ଟିରୁ ଲକ୍ଷ୍ମୀଭୃତ୍ସୁରୀ ପର୍ଯ୍ୟଟକଙ୍କୁ ଆକର୍ଷିତ କରିବାକୁ ସମ୍ପନ୍ନ ବୋଲି ଭାରତୀୟ ସମାଜ ପକ୍ଷରୁ ଦାବି କରାଯାଇଛି । ଏଥିପାଇଁ ଲକ୍ଷ୍ମୀଭୃତ୍ସୁରୀର ଏତିହାସିକ ପ୍ରକୃତି ଉଦ୍ୟାନ ନିର୍ମାଣ ପାଇଁ ବର୍ତ୍ତମାନ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ ହାତକୁ ନିଆଯିବାକୁ ଆଜିର କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମରେ ସ୍ଥିର କରାଯାଇଛି । ଆଜିର କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମରେ ଭାରତୀୟ ସମାଜର ଆବଦ୍ଧ ଭାବନା ଉପରେ ସଂଯୋଜନାରେ ଅନୁଷ୍ଠିତ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମରେ ଭାରତୀୟ ସମାଜର ମହାସଂଘର ବେଦୀ ପ୍ରସାଦ ଭୋଗ, କ୍ଷେତ୍ରୀୟ ସଂଯୋଜକ ଡ. ସୁନ୍ଦର ପ୍ରକାଶ ପଣ୍ଡା, ସୁନ୍ଦର ପ୍ରଧାନଙ୍କ ଭାରତୀୟ ସମାଜର ସଦସ୍ୟ ମାନେ ସାମିଲ ହୋଇଥିଲେ ।

### ସିନେମାଟିନେମା ଟିଭି

## ରାଜପାଳଙ୍କୁ ସାହାଯ୍ୟ ହାତ ବଢାଇଲେ ସୋନୁ

**ଏକ ପୁରୁଣା ଚେକ-ବାଉଁ**  
 ମାମଲାରେ ଫସିଥିବା ବଳିଭୃତ୍ ଅଭିନେତା ରାଜପାଳ ଯାଦବଙ୍କୁ ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ବିକ୍ୱାର ତିହାର କେଳରେ ଆତ୍ମସମର୍ପଣ କରିବାକୁ ପଡିଛି । ଆତ୍ମସମର୍ପଣ କରିବା ପୂର୍ବରୁ ସେ ଖୁବ୍ ଭାବପ୍ରକଣ ହୋଇଥିଲେ ଏବଂ ଷଷ୍ଠ ଭାବରେ କହିଥିଲେ ଯେ ତାଙ୍କ ପାଖରେ ଟଙ୍କା ନାହିଁ । ଏଥିପରେ ବଳିଭୃତର ରିୟଲ୍ ହିରୋ ଭାବରେ ଜଣାଶୁଣା ସୋନୁ ସୁଦ ପୁଣିଥରେ ଟଙ୍କା ଚାହିଁଲେ ଏବଂ ଏହି ମାମଲାରେ ରାଜପାଳ ଯାଦବଙ୍କୁ ସାହାଯ୍ୟ କରିବା ପାଇଁ ସ୍ୱର ଉଠାଇଛନ୍ତି ।  
 ୨୦୧୦ ମସିହାର ଏକ ଚେକ୍-ବାଉଁ ମାମଲାରେ ୫ କୋଟି ଟଙ୍କା ରଖି ପରିଶେଷ କରିନଥିବା ଅଭିନେତା ରାଜପାଳ ଶେଷରେ ଆତ୍ମସମର୍ପଣ କଲେ । ଆତ୍ମସମର୍ପଣ କରିବା ପୂର୍ବରୁ ସେ ଖୁବ୍ ଭାବପ୍ରକଣ ହୋଇଥିଲେ ଏବଂ ଷଷ୍ଠ ଭାବରେ କହିଥିଲେ ଯେ ତାଙ୍କ ପାଖରେ ଟଙ୍କା ନାହିଁ । ଏଥିପରେ ବଳିଭୃତର ରିୟଲ୍ ହିରୋ ଭାବରେ ଜଣାଶୁଣା ସୋନୁ ସୁଦ ପୁଣିଥରେ ଟଙ୍କା ଚାହିଁଲେ ଏବଂ ଏହି ମାମଲାରେ ରାଜପାଳ ଯାଦବଙ୍କୁ ସାହାଯ୍ୟ କରିବା ପାଇଁ ସ୍ୱର ଉଠାଇଛନ୍ତି ।

ସୋନୁ ସୁଦ ଲେଖୁଛନ୍ତି, ରାଜପାଳ ଯାଦବ ଜଣେ ପ୍ରତିଭାବାନ ଅଭିନେତା ଯିଏ ବର୍ଷ ବର୍ଷ ଧରି ଆମ ଶିଳ୍ପକୁ ସୁରକ୍ଷା ଦେଇ ଚାଲି ଯାଇଛନ୍ତି । କେତେବେଳେ କାଳରେ ଅନ୍ୟାୟ ହୋଇଯାଏ, ପ୍ରତିଭା ପାଇଁ ନୁହେଁ, ବରଂ ଖରାପ ସମୟ ପାଇଁ । ସେ ମୋ ଫିଲ୍ମର ଏକ ଅଂଶ ହେବ ଏବଂ ମୁଁ ବିଶ୍ୱାସ କରୁଛି ଯେ ଆମ ସମସ୍ତଙ୍କ ପାଇଁ ପ୍ରଯୋଜକ, ନିବେଶକ ଏବଂ ସମ୍ପାଦକ ଏକାଠି ହେବାର ସମୟ ଆସିଛି ।  
 ସୋନୁ ଅଭିନେତାଙ୍କ ସାହାଯ୍ୟ ପାଇଁ ଏକ ବୃତ୍ତ ସ୍ୱର ଉଠାଇ କହିଲେ, ଏକ ଛୋଟ ରାଶି ଯାହାକୁ ଭବିଷ୍ୟତର କାମ ବଦଳରେ ଦିଆଯାଇପାରେ,





ଜଳକୁ ପ୍ରକୃତି ବିଶୋଧନ କ୍ଷମତା ଦେଇଛି । ପ୍ରତ୍ୟେକ ଆବର୍ଜନାକୁ ସଫା କରିଦେଇପାରେ ଏହା । ଏହାର ଚମତ୍କାରିତା ଗୁଣ ରହିଛି । ସୁସ୍ୱାସ୍ତ୍ୟର ବୀଜ ରହିଛି ଏଥିରେ । ତେବେ ଆଜିକାଲି ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ଓ ସୁଠାପତା କ୍ଷେତ୍ରରେ ଏକ ଶବ୍ଦର ପ୍ରଚଳନ ବହୁଳ ହେଉଛି । ଏହା ହେଉଛି ଡିଟକ୍ସ ଡ୍ରାଟର ବା ବିଶୋଧନୀ ଜଳ । ସାଧାରଣ ବିଶୁଦ୍ଧ ପାନୀୟ ଜଳ ତୁଳନାରେ ଏହାର ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ସହାୟକ ଗୁଣ ଖୁବ୍ ଅଧିକ । ତେବେ ସବୁଠାରୁ ବଡ଼ କଥା ଏହି ବିଶୋଧନୀ ଜଳ ଆପଣ ନିଜ ଘରେ ନିଜ ପାଇଁ ନିଜ ଆବଶ୍ୟକତା ଅନୁସାରେ ଓ ବଜେଟ୍ ମଧ୍ୟରେ ରହି ତିଆରି କରିପାରିବେ । ଏହା ବଜାରରେ ଉପଲବ୍ଧ ଯେ କୌଣସି ହେଲ୍ଥ ଡ୍ରାକ୍ ତୁଳନାରେ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟପ୍ରଦ ଓ ସୁସ୍ୱାଦୁ ହୋଇପାରିବ ।



ସାଧାରଣ ପାନୀୟ ଜଳରେ ଆପଣଙ୍କ ନିକଟରେ ଉପଲବ୍ଧ ଯେକୌଣସି ରସାଳ ଫଳ, କୋଳି ଲତ୍ୟାଦିକୁ ଛୋଟ ଛୋଟ କିମ୍ବା ପତଳା ଖଣ୍ଡରେ କାଟି ପକାଇ କେଲଭଣ୍ଡା ରଖିବା ପରେ ଏହା ଡିଟକ୍ସ ଡ୍ରାଟର ବା ବିଶୋଧନୀ ଜଳରେ

ବ୍ୟବହାର କରିହେବ । ଦିନରେ ଦୁଇ ଡିଲିଟର ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ପାଣି ପିଇଲେ ଶରୀରକୁ ପର୍ଯ୍ୟାପ୍ତ ପରିମାଣରେ ଜଳାନ୍ତରଣ ଉପାଦାନ ମିଳିବ। ସହ ଶରୀରରେ ଥିବା ବିଷାକ୍ତ ଉପାଦାନ ବାହାରି ଯାଇପାରିବ । କିନ୍ତୁ ଅଧିକାଂଶ ଲୋକ ଏହାକୁ ନିୟମିତ ଭାବରେ କରନ୍ତି ନାହିଁ । ଶୋଷ ନଥାଇ କେବଳ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟରତ କାରଣରୁ ପାଣି ପିଇବା ମଧ୍ୟ ବିରଳ କର । କିନ୍ତୁ ଫଳର ପୋଷକତତ୍ତ୍ୱ ଥିବା ଏହି ଡିଟକ୍ସ ଡ୍ରାଟର ସୁସ୍ୱାଦୁ ହେବା ସହ ଆକର୍ଷକ ମଧ୍ୟ । ବଜାରରେ ମିଳୁଥିବା ଫଳରସ କିମ୍ବା ପ୍ୟାକେଟ୍ ହୋଇଥିବା ଫଳର ସଠାରେ ଏହା ଅଧିକ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟପ୍ରଦ । ଏହି ଜଳ ସମୁଦାୟ ଫଳର ସମସ୍ତ ସୁଗୁଣ ବେଲପାଉନଥିଲେ ମଧ୍ୟ ଏହାକୁ ନେବା ଆଣିବା କରିବା ଏବଂ ଆବଶ୍ୟକତା ଅନୁଯାୟୀ ପିଇବା

ଦେଇପାରେ । ପାଚନ ଏବଂ ରୁଚା ପାଇଁ ଲାଭଦାୟକ ହେବା ସହ ଏହା ଶରୀର ନେତ୍ର ସ୍ତ୍ରୀୟ କରିବାରେ ମଧ୍ୟ ସାହାଯ୍ୟ କରେ । ୨୦୧୩ ମସିହାରେ ବି ଆମେରିକୀୟ ଜର୍ଣ୍ଣାଲ୍ ଅଫ୍ ନ୍ୟୁଟ୍ରିସନ୍‌ର ସୂଚନା ଅନୁଯାୟୀ ପାଣି



# ଓଡ଼ିଶା ଏକ୍ସପ୍ରେସ୍

ଭୁବନେଶ୍ୱର ଓ କେନ୍ଦ୍ରାପଡ଼ା ରୁ ଏକସଙ୍ଗେ ପ୍ରକାଶିତ

ଭୁବନେଶ୍ୱର ୧୧ ଫେବୃଆରୀ ୨୦୨୬ ବୁଧବାର ପୃଷ୍ଠା ୫

ଅଧିକ ପରିମାଣର ପେକ୍ଟିନ୍ ଥାଏ । ତେଣୁ ପାଣିରେ ପକାଇବା ସହ ଗୋପା ଏବଂ ଏହି ଧଳା ଅଂଶ ମଧ୍ୟ ଏଥିରେ ରଖିବା ଉଚିତ୍ । ଏହି ପାଣି ପ୍ରସ୍ତୁତ କରିବା ପାଇଁ ଦୁଇ ଲିଟର ପାଣିରେ ଦୁଇଟି କମଳା ଏବଂ ଦୁଇଟି ସେଓଲ୍ ଛୋଟ ଛୋଟ ଖଣ୍ଡରେ କାଟି ପକାଇ ୨୪ଘଣ୍ଟା ପରେ ପିଇପାରିବେ ।

**ପୋଦିନା, ଅଳୁର :** ଏହି ଉପାଦାନକୁ ପାଣିରେ ପକାଇ ପିଇବା ଦ୍ୱାରା ବୃକ୍କକ ସଫା ହୁଏ ଏବଂ ହୃଦାୟ ଚଳନ ବଢ଼େ । ଏହା ଖାଦ୍ୟ ହଜନ ହେବାରେ ମଧ୍ୟ ସାହାଯ୍ୟ କରେ । ଦୁଇ ଲିଟର ପାଣିରେ



## ମନପସନ୍ଦର ହେଲ୍ଥ ଡ୍ରାକ୍ ଡିଟକ୍ସ ଡ୍ରାଟର

କାର୍ଯ୍ୟକ୍ଷମତା ବୃଦ୍ଧି କରିବା ସହ ଶରୀରକୁ ହାନିକାରକ ଆମୋନିଆ ନିଷ୍କାସନ କରିଦିଏ । ଶରୀରରେ ଶକ୍ତି ନିମନ୍ତେ ପ୍ରୋଟିନ୍‌ର ବହନ ଦ୍ୱାରା ଆମୋନିଆ ସୃଷ୍ଟି ହୁଏ ଏବଂ ଏହା ଆମ ଶରୀରର କୋଷଗୁଡ଼ିକ ପାଇଁ କ୍ଷତିକାରକ ।

**ଲେମ୍ବୁ :** ଲେମ୍ବୁ ଓ ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ଲେମ୍ବୁ ଜାତୀୟ ଫଳ ଆମର ପାଚନ ପ୍ରକ୍ରିୟାକୁ ଦ୍ରବୀଭୂତ କରେ । ତେଣୁ ଲେମ୍ବୁ ପାଣି ପିଇବା ଦ୍ୱାରା ଖାଦ୍ୟ ବଦଳିତ, କୋଷକାଠିନିତା, ଛାତି

ପାଣି ପିଇବା ଏବଂ ଶରୀରର ଓଜନ ମଧ୍ୟରେ ଆନୁପାତିକ ସମ୍ପର୍କ ରହିଛି । ସବୁଠାରୁ ପ୍ରଥମ କଥା ହେଉଛି ପାଣି ପିଇବା ପରେ ପେଟ ଭରିବା ପରି ଲାଗେ, ତେଣୁ ଲୋକମାନେ କମ୍ ଖାଆନ୍ତି । ତେଣୁ ଯେଉଁମାନେ ଅଧିକ ପାଣି ପିଅନ୍ତି ସେମାନଙ୍କ ଶରୀରର ଓଜନ କମ୍ ଥାଏ । ତେବେ ଖାଦ୍ୟ ବଦଳରେ ପାଣିର ପରିମାଣ ଅଧିକ ହେବା ଦ୍ୱାରା ଶରୀରରେ ପୋଷକତତ୍ତ୍ୱର ଆବଶ୍ୟକତା ପୂରଣ ହୋଇପାରେ ନାହିଁ । କିନ୍ତୁ ଫଳ ପଡ଼ିଥିବା ବିଶୋଧନୀ ଜଳ ସବୁପ୍ରକାରର ପୋଷକତତ୍ତ୍ୱ ଆବଶ୍ୟକତା ପୂରଣ କରିପାରେ । ଫଳରେ ଥିବା ସର୍କରା ଶରୀରର ସର୍କରା ଆବଶ୍ୟକତାକୁ ମଧ୍ୟ ପୂରଣ କରିଦେଇପାରେ ।

ସୁସ୍ୱାଦୁ ଶରୀରକୁ ନିର୍ମଳ ରଖିବା ପାଇଁ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ଷମ ଥାଆନ୍ତି । ଡିଟକ୍ସ ଡ୍ରାଟର ଏସବୁ ଅଙ୍ଗର କାର୍ଯ୍ୟକ୍ଷମତା ବଢ଼ାଇ ଥାଆନ୍ତି ।

### ବିଭିନ୍ନ ପ୍ରକାର ବିଶୋଧନୀ ଜଳ ବିନ୍ଦୁ :

ଯକୃତରୁ ନିର୍ଗତ ହେଉଥିବା ବାଇଲ୍ ରସକୁ ପତଳା କରିବାରେ ସାହାଯ୍ୟ କରେ ବିନ୍ଦୁ । ଏହା ଯକୃତର କାର୍ଯ୍ୟକ୍ଷମତାକୁ ବୃଦ୍ଧି କରେ । ଆପଣ ଦୁଇ ଲିଟର ପାଣିରେ ଫଳ ବିନ୍ଦୁ ପତଳା କରି କାଟି ଏଥିରେ ଚାରି ଚାମଚ କମା ପୋଦିନା ପତ୍ର ଓ ଫଳକ ଲେମ୍ବୁର ରସ ପକାଇ ବିଶୋଧନୀ ଜଳ ପ୍ରସ୍ତୁତ କରିପାରିବେ । ଫ୍ରୁକ୍ଟରେ ୧୨-୧୪ ଘଣ୍ଟା ରହିବା ପରେ ଏହି ପାଣି ପିଇବା ପାଇଁ ପ୍ରସ୍ତୁତ ହୋଇଯାଇପାରିବ । ଫ୍ରୁକ୍ଟରେ ରଖି



ଦିନରେ ଦୁଇ ଡିଲିଟର ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ପାଣି ପିଇଲେ ଶରୀରକୁ ପର୍ଯ୍ୟାପ୍ତ ପରିମାଣରେ ଜଳାନ୍ତରଣ ଉପାଦାନ ମିଳିବା ସହ ଶରୀରରେ ଥିବା ବିଷାକ୍ତ ଉପାଦାନ ବାହାରି ଯାଇପାରିବ । କିନ୍ତୁ ଅଧିକାଂଶ ଲୋକ ଏହାକୁ ନିୟମିତ ଭାବରେ କରନ୍ତି ନାହିଁ । ଶୋଷ ନଥାଇ କେବଳ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟରତ କାରଣରୁ ପାଣି ପିଇବା ମଧ୍ୟ ବିରଳ କର । କିନ୍ତୁ ଫଳର ପୋଷକତତ୍ତ୍ୱ ଥିବା ଏହି ଡିଟକ୍ସ ଡ୍ରାଟର ସୁସ୍ୱାଦୁ ହେବା ସହ ଆକର୍ଷକ ମଧ୍ୟ । ବଜାରରେ ମିଳୁଥିବା ଫଳରସ କିମ୍ବା ପ୍ୟାକେଟ୍ ହୋଇଥିବା ଫଳର ସଠାରେ ଏହା ଅଧିକ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟପ୍ରଦ ।

ଜଳିବା ଓ ଗ୍ୟାସ୍ ପରି ସମସ୍ୟାକୁ ଦୂରତ ପୁଣି ମିଳିଥାଏ । ଏହା ବାଇଲ୍ ରସକୁ ପତଳା କରି ଏହାର କାର୍ଯ୍ୟକ୍ଷମତା ବୃଦ୍ଧି କରେ ।

**ପୋଦିନା ପତ୍ର :** ପୋଦିନା ପତ୍ରର ବାସ୍ନା ସତେଜକାରୀ ଏହା ମଧ୍ୟ ଲେମ୍ବୁ ପରି ବାଇଲ୍ ରସକୁ ପତଳା କରି ଲିଭାଇ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ଷମତା ବୃଦ୍ଧି କରେ । ପେଟ ମାଂସପେଶୀର ଯନ୍ତ୍ରଣା ମଧ୍ୟ ଏହା ଉପଶମ କରିଥାଏ ।

**ଅଳୁର :** ଏଥିରେ ଅଧିକ ପରିମାଣର ଆର୍ଥ୍ଟିକ୍ୟୁଲାର୍ ଓ ଭିଟାମିନ୍ ସି ଥାଏ । ଏହା ଶରୀରୁ କ୍ୟାଲ୍‌ସିୟମ ଉପାଦାନକୁ ନିଷ୍କାସିତ କରିବାରେ ସାହାଯ୍ୟ କରିଥାଏ । ବିଭିନ୍ନ ଖାଦ୍ୟ ବେଲ ଶରୀରରେ ଜମା ହେଉଥିବା କାଟନାଶକ ମଧ୍ୟ ଏହା ସହଜରେ ଶରୀରକୁ ନିଷ୍କାସିତ କରିଦିଏ ।

ସବୁପ୍ରକାର ଫଳ ସ୍ୱସ୍ଥ ପୋଷକ ତତ୍ତ୍ୱରେ ଭରପୂର । ତେବେ ଆମେ ବଜାରରେ ମିଳୁଥିବା ଦାମୀ ଫଳ ଉପରେ ନିର୍ଭର ନକରି ଆଖପାଖରେ ସହଜରେ ମିଳୁଥିବା ଫଳକୁ ଡିଟକ୍ସ ଡ୍ରାଟର ପ୍ରସ୍ତୁତ କରି ଏହାଦ୍ୱାରା ଶରୀରକୁ ବିଶୋଧନ କରିପାରିବା ।

ଘରେ ନିତିଦିନ ବ୍ୟବହାର ପାଇଁ କାଲୁଡ଼ି, ଲେମ୍ବୁ, ଅଦା, ପୋଦିନାପତ୍ର, ବୁଲ୍‌ସା ପତ୍ର ଓ ଏଥିସହ ରସୁକାଳୀନ ଫଳକୁ ନେଇ ବିଶୋଧନୀ ଜଳ ପ୍ରସ୍ତୁତ କରାଯାଇପାରିବ । ଗବେଷଣାଶୁଳ୍ବ ଜଣାପଡ଼ିଛି ଏପରି ଫଳ ମିଶ୍ରିତ ଜଳ ଶରୀରକୁ ବିଷାକ୍ତ ଉପାଦାନ ନିଷ୍କାସିତ କରିବା ସହ ହୃଦ୍‌ସ୍ପନ୍ଦ, ବୃକ୍କ ଓ ଯୌଗିକ ଉପାଦାନ ଥାଏ । ଏହା ଏକପ୍ରକାର ଆମିନୋ ଏସିଡ୍ । ଏହା ଶରୀରର ଓଜନ ହ୍ରାସ କରିବା ସହ ହୃଦାୟ ଚଳନ ବଢ଼ାଇଥାଏ ।



ପରିଶତ ହୋଇଯାଏ । ଫ୍ରୁକ୍ଟରେ ରଖି ଏହାକୁ ଦୁଇ ଡିଲିଟର ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ବ୍ୟବହାର କରିହେବ । ଏଥିପାଇଁ ପ୍ରଥମେ ଗୋଟିଏ କାଚ ଜାର୍ କିମ୍ବା ବଡ଼ ମୁହଁ ଥିବା କାଚ ଜାର୍‌ରେ ପାଣି ଭର୍ତ୍ତି କରିବା ପରେ ସେଓ, ଚରଭୁକ୍, କମଳା, ଲେମ୍ବୁ, କାଲୁଡ଼ି ଏବଂ ନାନାପ୍ରକାର କୋଳି ଛୋଟଛୋଟ ଖଣ୍ଡରେ ପକାଇ ଫ୍ରୁକ୍ଟରେ କେଲଭଣ୍ଡା ରଖିଦିଅନ୍ତୁ । କୋଳି ଗୋଟା

ସହଜସାଧ୍ୟ । ଜଳରେ ଅଧିକ ପରିମାଣର ଲେମ୍ବୁ ଜାତୀୟ ଫଳ ମିଶିଥିଲେ ଏହା ପାଚନକ୍ରିୟାକୁ ସହଜ କରେ । ସବୁବେଳେ ମନେ ରଖିବାକୁ ହେବ ଫଳକୁ ପରିଷ୍କାର କରି ଥୋଇ ଗୋପା ସହିତ କାଟି ପାଣିରେ ପକାଇବା ଆବଶ୍ୟକ । ଏହା ସାଧାରଣ ପାନୀୟ ଜଳ କମଳା, ଲେମ୍ବୁ, କାଲୁଡ଼ି ଏବଂ ନାନାପ୍ରକାର କୋଳି ଛୋଟଛୋଟ ଶରୀରକୁ ବିଶୋଧନ କରିପାରେ । ଏଥିସହ ଶରୀରକୁ ଆବଶ୍ୟକ ପରିମାଣର ପୋଷକ ତତ୍ତ୍ୱ



ପିଇବା ଏବଂ ଶରୀରର ଓଜନ ମଧ୍ୟରେ ଆନୁପାତିକ ସମ୍ପର୍କ ରହିଛି । ସବୁଠାରୁ ପ୍ରଥମ କଥା ହେଉଛି ପାଣି ପିଇବା ପରେ ପେଟ ଭରିବା ପରି ଲାଗେ, ତେଣୁ ଲୋକମାନେ କମ୍ ଖାଆନ୍ତି । ତେଣୁ ଯେଉଁମାନେ ଅଧିକ ପାଣି ପିଅନ୍ତି ସେମାନଙ୍କ ଶରୀରର ଓଜନ କମ୍ ଥାଏ । ତେବେ ଖାଦ୍ୟ ବଦଳରେ ପାଣିର ପରିମାଣ ଅଧିକ ହେବ । ଦ୍ୱାରା ଶରୀରରେ ପୋଷକତତ୍ତ୍ୱର ଆବଶ୍ୟକତା ପୂରଣ ହୋଇପାରେ ନାହିଁ । କିନ୍ତୁ ଫଳ ପଡ଼ିଥିବା ବିଶୋଧନୀ ଜଳ ସବୁପ୍ରକାରର ପୋଷକତତ୍ତ୍ୱ ଆବଶ୍ୟକତା ପୂରଣ କରିପାରେ । ଫଳରେ ଥିବା ସର୍କରା ଶରୀରର ସର୍କରା ଆବଶ୍ୟକତାକୁ ମଧ୍ୟ ପୂରଣ କରିଦେଇପାରେ ।

ଏହାକୁ ଚାରିଦିନ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ବ୍ୟବହାର କରିପାରିବେ ।



ଶରୀରରୁ ମଳ ଦ୍ୱାରା ନିଷ୍କାସନ କରିଦିଏ । ଏହା ଯକୃତର କାମକୁ ସହଜ କରିଦିଏ । କମଳା ଗୋପା ତଳେ ଥିବା ପତଳା ଧଳା ଅଂଶରେ

**ସପୁରି, ଆଖୁ :** ପାଣିରେ ସପୁରି ଏବଂ ଆଖୁକୁ ଖଣ୍ଡ ଖଣ୍ଡ କରି ପକାଇ କେଲଭଣ୍ଡା ରଖି ପିଇବା ଦ୍ୱାରା ଶରୀରରେ ଥିବା ଫ୍ରିଟେଟିକାଲ୍ ଗୁଡ଼ିକ ନଷ୍ଟ ହୁଏ । ଏହି ପାଣିକୁ ଯେତେ ଅଧିକ ସମୟ ଫ୍ରୁକ୍ଟରେ ରଖିବେ ଏହାର ସ୍ୱାଦ ସେତେ ବଢ଼ିବ ।

**ସୁପରି, ରୁଚସୀ :** ଦୁଇ ଲିଟର ପାଣିରେ ୪-୫ଟି କାଲୁକୋଳି, ଅଧାକପ୍ ସପୁରି, ଦୁଇ

ଚାମଚ ସେଓ ରସ ଏବଂ ୪-୫ଟି ବୁଲ୍‌ସା ପତ୍ର ପକାଇ କେଲଭଣ୍ଡା ରଖିବା ପରେ ବ୍ୟବହାର କରନ୍ତୁ । ଏହି ପାଣି ଶରୀରର ଚାପ ଦୂର କରିବାରେ ସହାୟକ ହୋଇଥାଏ । ବୁଲ୍‌ସା ଶରୀରର ହାନିକାରକ ତତ୍ତ୍ୱଗୁଡ଼ିକ ନଷ୍ଟ କରିବା ସହ ଏଥିରେ ଥିବା ମ୍ୟାଗ୍ନେସିୟମ୍ ହୃଦୟକୁ ନିରାପଦ ରଖିବାରେ ସହାୟକ ହୋଇଥାଏ ।

**ଚରଭୁକ୍ :** ଚରଭୁକ୍ ଶରୀରର ବିଷାକ୍ତ ଉପାଦାନକୁ ନିଷ୍କାସନ କରିବାରେ ସାହାଯ୍ୟ କରେ । ଲିଟର ପାଣିରେ ଚାରିକପ୍ କମା ଚରଭୁକ୍ ପକାଇ ଫ୍ରୁକ୍ଟରେ ରଖି ସାରାଦିନ ବ୍ୟବହାର କରିବା ଅଧିକ ଉପଯୋଗୀ ହୋଇଥାଏ ।

**ଆମ-ଅଦା :** ଉଚ୍ଚତମ ଅଦା ଏବଂ ଆମ ଶରୀରର ପାଚନ ପ୍ରକ୍ରିୟାକୁ ଦ୍ରବୀଭୂତ କରିବା ସହ ଅଦା ପ୍ରାକୃତିକ ଯନ୍ତ୍ରଣା ନିବାଚକ ଭାବରେ କାର୍ଯ୍ୟ କରେ । ଆମ ଶରୀରର



ପକାଇଥିଲେ ଏହାକୁ ସାମାନ୍ୟ ଚକଟି ଦେଇପାରିବେ । ଫଳରେ ଥିବା ରସ ଏବଂ କିଛି ପରିମାଣର ତତ୍ତ୍ୱ ଧୀରେ ଧୀରେ ପାଣିରେ ମିଶିଯାଇ ଏହାକୁ ଉଚ୍ଚତମ ପୋଷକତତ୍ତ୍ୱ ଏବଂ ମହକ ଦେବ । ଆପଣ ଏଥିରେ ନିଜ ପସନ୍ଦ ଅନୁଯାୟୀ ପୋଦିନା ପତ୍ର କିମ୍ବା ବୁଲ୍‌ସା ପତ୍ର ମଧ୍ୟ ପକାଇ ପାରିବେ । ଏହି ପାଣି ପ୍ରସ୍ତୁତ କରିବା ପାଇଁ ନିଜ ପସନ୍ଦର ଫଳ ନେବା ଉଚିତ୍ । ତେବେ ରସୁକାଳୀନ ଫଳ ଅଧିକ ଲାଭଦାୟକ ହୁଏ କାରଣ ସେହି ରସୁକାଳୀନ ଏଥିରେ ସର୍ବାଧିକ ପୋଷକତତ୍ତ୍ୱ ଥାଏ । ଥରେ ଫଳରେ ଥିବା ପୋଷକତତ୍ତ୍ୱ ଏବଂ ତତ୍ତ୍ୱ ପାଣିରେ ମିଶିଯିବା ପରେ ଫ୍ରୁକ୍ଟରେ ରଖି ଏହାକୁ ଦୁଇ ଡିଲିଟର ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ







