

ଭୁବନେଶ୍ୱର

ନୀତି
ବାଣୀ

ODISHA EXPRESS

SIGHTS TRUTH WRITES TRUTH

ଠିକ୍ ଦେଖେ ଠିକ୍ ଲେଖେ

Website : www.odishaexpress.in

E-mail : odishaexpress@gmail.com

RNI Regd. No. ODIODI/2006/23033

Postal Regd. No. : BN/169/13-15

ଭୁବନେଶ୍ୱର ଏବଂ କେନ୍ଦ୍ରାପଡ଼ା ଏକସଙ୍ଗେ ପ୍ରକାଶିତ

ପୁଷ୍କର ଚନ୍ଦ୍ରଶେଖର ଚନ୍ଦ୍ରାକାଳୀ ମନ୍ଦିର ଲାଭାଳାକୌ ମରଣ ଜୀବିତ ଚ ପୟର୍ଣ୍ଣଶଃ ସର୍ବମେତେ ସୁଖାନ୍ତିମସ୍ତାଏ ଯୋଗୋ ନ ଚ ହୁଷ୍ଟେନ ଶୋଚେତ

ପୁଷ୍କ-ଦୁଃଖ, ଉପୁଜି-ବିନାଶ, ହାନି-ଲାଭ, ଜୀବନ-ମରଣ ଗୋଟିଏ ଗୋଟିଏ କରି ସମସ୍ତଙ୍କୁ ପ୍ରାପ୍ତ ହୁଏ । ଏଣୁ ବୀର ପୁରୁଷଙ୍କୁ ଏଥିପାଇଁ ପୁଷ୍କ କିମ୍ବା ଦୁଃଖ କରିବା ଅନୁଚିତ ।

... ବାଜିଗଲେ ଦୋଷ ନାହିଁ

ଏମାନଙ୍କ ପାଇଁ ଆଇନ୍ ନାହିଁ କି ଅଭିଯୋଗ ନାହିଁ!

ଆନା ଅଧିକାରୀ ଭିଜିଲାନୁ ଜାଲରେ

କଟକ, ୪।୧ ଏକ୍ସପ୍ରେସ୍ ନ୍ୟୁଜ୍

କଟକ ଲାଇସେନ୍ସ ପ୍ରାପ୍ତ ମଦ ବ୍ୟବସାୟୀଙ୍କୁ ଲାଞ୍ଚ ନେଇ ଧରାପଡ଼ିଛନ୍ତି ଆନା ବାବୁ ବିଜୟ କୁମାର ବାରିକ । ତାଙ୍କ ଘରୁ ମିଳିଛି ନଗଦ ୫ ଲକ୍ଷ ଟଙ୍କା । ଏହାପରେ କଟକ ସିଆରଆରଆଇ ଆନା ଆଇଆଇସି ବିଜୟ କୁମାର ବାରିକଙ୍କୁ ଭିଜିଲାନୁ ପକ୍ଷରୁ ଗିରଫ କରାଯାଇଛି ।

ରବିବାର କଟକର ସିଆରଆରଆଇ ଆନା ଆଇଆଇସି ବିଜୟ କୁମାର ବାରିକଙ୍କୁ ଭୁବନେଶ୍ୱର ରାଜମହଲ ଛକରେ ଓଡ଼ିଶା ଭିଜିଲାନୁ ଦ୍ୱାରା ଗିରଫ କରାଯାଇଛି । ସେ ଜଣେ ଲାଇସେନ୍ସ ପ୍ରାପ୍ତ ମଦ ବିକ୍ରେତାଙ୍କୁ ୪୦ ହଜାର ଟଙ୍କା ଲାଞ୍ଚ ନେଇଥିଲେ । ଅଭିଯୁକ୍ତ ଶ୍ରୀ ବାରିକଙ୍କ ଠାରୁ ସମସ୍ତ ଲାଞ୍ଚ ଟଙ୍କା କବଚ କରାଯାଇଛି । ଏହାପରେ ଶ୍ରୀ ବାରିକଙ୍କ ଦୁଇଟି ସ୍ଥାନରେ ଏକକାଳୀନ ଚଢ଼ାଉ ଜାରି ରହିଛି । ଏନେଇ ଅଭିଯୁକ୍ତ ବିଜୟ ବାରିକଙ୍କ ବିରୁଦ୍ଧରେ ମାମଲା ରୁଜୁ କରାଯାଇଛି । ଭୁବନେଶ୍ୱରର ଯୁନିଟ-୧ ଷ୍ଟିଡ ବିଜୟ କୁମାର ବାରିକଙ୍କ ସରକାରୀ କାର୍ଡରେ ଚଢ଼ାଉ ସମୟରେ ପ୍ରାୟ ୫ ଲକ୍ଷ ଟଙ୍କା କବଚ ହୋଇଛି । ଲାଞ୍ଚ ଦାବି ଏବଂ କବଚ ହୋଇଥିବା ଟଙ୍କାର ଉପ୍ ସମ୍ପର୍କରେ ତାଙ୍କୁ ପଚାରିବାକୁ କରାଯାଇଛି । ତଦନ୍ତ ଜାରି ରହିଛି ।

ଦୁର୍ଘଟଣାରେ ୯ ମୃତ

ପାରଳାଖେମୁଣ୍ଡି/ସୁବର୍ଣ୍ଣପୁର/ସମ୍ବଲପୁର/ଅନୁଗୁଳ, ୪।୧ ଏକ୍ସପ୍ରେସ୍ ନ୍ୟୁଜ୍

ନୂଆବର୍ଷର ପ୍ରଥମ ଦିନରେ ଗଜପତିଜିଲ୍ଲା ସୀମାନ୍ତ ଆନ୍ଧ୍ରପ୍ରଦେଶରେ ଘଟିଛି ଏକ ବଡ଼ଘଟଣା । ଶ୍ରୀକାକୁଳମ କିଲ୍ଲା ବାଲୁଆ ଥାନା ନିକଟରେ ଘଟିଥିବା ଏହି ଘଟଣାରେ ୯ ଜଣଙ୍କ ମୃତ୍ୟୁ ହୋଇଛି । ଶିଶୁମାରୀ ସମେତ ଅନ୍ୟ ଦୁଇ ଜଣ ଗୁରୁତର ଅଛନ୍ତି । ସେମାନଙ୍କୁ ଆନ୍ଧ୍ରପ୍ରଦେଶର ଏକ ଡାକ୍ତରଖାନାରେ ଭର୍ତ୍ତି କରାଯାଇଛି । ଦୁର୍ଘଟଣାର ସାମ୍ନା କରିଥିବା ଲୋକେ ଗୋଟିଏ ପରିବାରର କୁହାଯାଇଛି ।



ସାମ୍ନା କରିଥିଲେ । ଏହି ସମୟରେ ଏକ ଟ୍ରକ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ ହରାଇ ତିରାଇତର ଡେଇଁ ସାମ୍ନା ପଡ଼ି କାରକୁ ଧକ୍କା ଦେଇଥିଲା । କାରରେ ଥିବା ଲୋକମାନେ ଡା଼ି ପୁଡ଼ା ହେଉଥିଲେ । ଏହି ସମୟରେ ଏକ ଟ୍ରକ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ ହରାଇ ତିରାଇତର ଡେଇଁ ସାମ୍ନା ପଡ଼ି କାରକୁ ଧକ୍କା ଦେଇଥିଲା । କାରରେ ଥିବା ଲୋକମାନେ ଡା଼ି ପୁଡ଼ା ହେଉଥିଲେ । ଏହି ସମୟରେ ଏକ ଟ୍ରକ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ ହରାଇ ତିରାଇତର ଡେଇଁ ସାମ୍ନା ପଡ଼ି କାରକୁ ଧକ୍କା ଦେଇଥିଲା । କାରରେ ଥିବା ଲୋକମାନେ ଡା଼ି ପୁଡ଼ା ହେଉଥିଲେ ।

ମାହୋଲ ଥିଲା । ହେଲେ ଏହି ଖୁସିରେ ଲାଗିଗଲା ଗ୍ରହଣ । ଭଉଣୀର ବାହାଘର ପାଇଁ ନିମନ୍ତ୍ରଣ ପତ୍ର ଦେବାକୁ ଯାଇଥିବା ହର୍ଷିତାଲକ୍ଷ୍ମୀ ସୁନାତର କରିଛନ୍ତି । ଦୁର୍ଘଟଣାଗୁଡ଼ିକ ଗାଢ଼ିକ୍ଷ ପୁଲିସ୍ କବଚ କରିଛି । ରିପୋର୍ଟ ଲେଖାଯିବା ବେଳକୁ ଟ୍ରକକୁ ଉତ୍ତାର କରାଯାଇପାରି ନାହିଁ । ପୁଲିସ୍ ଏକ ମାମଲା ରୁଜୁ କରି ଘଟଣାର ଅଧିକ ତଦନ୍ତ କରୁଛି । ସେହିପରି ଭଉଣୀର ବାହାଘରକୁ ନେଇ ଦାଲିଥିବା କୋରଦାର ପ୍ରସ୍ତୁତି । ନିମନ୍ତ୍ରଣ କାର୍ଡ ବନ୍ଦା ବି ଦାଲିଥିଲା । ବାହାଘରକୁ ନେଇ ପରିବାରରେ ଖୁସିର

ହୋଇଥିବା ସୂଚନା ମିଳିଛି । ମୃତକ ବ୍ୟକ୍ତି ହେଲେ ବିନିକା ଥାନା ଅନ୍ତର୍ଗତ ବ୍ରତା ଗାଁର ପୁରୁଣା ପାଣି ବାଗ ଓ କାକା ଭଜନ ବୀର ବୋଲି ଜଣାପଡ଼ିଛି । ଗୁରୁତର ଭଜନକୁ ଭୁବନେଶ୍ୱର ଡାକ୍ତରଖାନାରେ ପ୍ରାଥମିକ ଚିକିତ୍ସା ପରେ ଅବସ୍ଥା ଗୁରୁତର ଥିବାରୁ ବୁର୍ଲା ଡାକ୍ତରଖାନାକୁ ନେଇଥିବା ସମୟରେ ବରଗଡ଼ ଠାରେ ମୃତ୍ୟୁ ହୋଇଛି । ଦୁର୍ଘଟଣା ଘଟଣା ଥିବା ସ୍ଥଳକୁ କବଚ କରି ଘଟଣାର ତଦନ୍ତ କରୁଛି ଭୁବନେଶ୍ୱର ପୁଲିସ୍ । ଅନ୍ୟଏକ ଘଟଣା ଜମିରେ କାତାୟ ରାଜପତି କନ୍ଦେ ଛିଡା ହୋଇଥିବା ପାଇଁ ଗୋଡ଼େ ଟ୍ରକର ପଛକୁ ଟୁଟିଗଲା କାର୍ ଶକ୍ତ ଧକ୍କା ଦେଇଛି । ଫଳରେ ୨ ଜଣଙ୍କର ମୃତ୍ୟୁ ଘଟିଛି । ଅନ୍ୟ ଜଣେ ଗୁରୁତରକୁ ଡାକ୍ତରଖାନାରେ ଭର୍ତ୍ତି କରାଯାଇଛି । ସମ୍ବଲପୁର ସହରର ଧନୁପାଲି ଥାନା ଅଧୀନ ନକ୍ସାପାଲିରେ ରବିବାର ଅପରାହ୍ଣରେ ଏହି ଘଟଣା ଘଟିଛି । ପୋଲିସ୍ ସୂଚନା ଅନୁସାରେ ସମ୍ବଲପୁର ଧନୁପାଲି ଥାନା ନକ୍ସାପାଲିଠାରେ (ଶେଷ ପୃଷ୍ଠା ଦେଖନ୍ତୁ)

ଆନା ଅଧିକାରୀ ଭିଜିଲାନୁ ଜାଲରେ

କଟକ, ୪।୧ ଏକ୍ସପ୍ରେସ୍ ନ୍ୟୁଜ୍

କଟକ ଲାଇସେନ୍ସ ପ୍ରାପ୍ତ ମଦ ବ୍ୟବସାୟୀଙ୍କୁ ଲାଞ୍ଚ ନେଇ ଧରାପଡ଼ିଛନ୍ତି ଆନା ବାବୁ ବିଜୟ କୁମାର ବାରିକ । ତାଙ୍କ ଘରୁ ମିଳିଛି ନଗଦ ୫ ଲକ୍ଷ ଟଙ୍କା । ଏହାପରେ କଟକ ସିଆରଆରଆଇ ଆନା ଆଇଆଇସି ବିଜୟ କୁମାର ବାରିକଙ୍କୁ ଭିଜିଲାନୁ ପକ୍ଷରୁ ଗିରଫ କରାଯାଇଛି ।

ରବିବାର କଟକର ସିଆରଆରଆଇ ଆନା ଆଇଆଇସି ବିଜୟ କୁମାର ବାରିକଙ୍କୁ ଭୁବନେଶ୍ୱର ରାଜମହଲ ଛକରେ ଓଡ଼ିଶା ଭିଜିଲାନୁ ଦ୍ୱାରା ଗିରଫ କରାଯାଇଛି । ସେ ଜଣେ ଲାଇସେନ୍ସ ପ୍ରାପ୍ତ ମଦ ବିକ୍ରେତାଙ୍କୁ ୪୦ ହଜାର ଟଙ୍କା ଲାଞ୍ଚ ନେଇଥିଲେ । ଅଭିଯୁକ୍ତ ଶ୍ରୀ ବାରିକଙ୍କ ଠାରୁ ସମସ୍ତ ଲାଞ୍ଚ ଟଙ୍କା କବଚ କରାଯାଇଛି । ଏହାପରେ ଶ୍ରୀ ବାରିକଙ୍କ ଦୁଇଟି ସ୍ଥାନରେ ଏକକାଳୀନ ଚଢ଼ାଉ ଜାରି ରହିଛି । ଏନେଇ ଅଭିଯୁକ୍ତ ବିଜୟ ବାରିକଙ୍କ ବିରୁଦ୍ଧରେ ମାମଲା ରୁଜୁ କରାଯାଇଛି । ଭୁବନେଶ୍ୱରର ଯୁନିଟ-୧ ଷ୍ଟିଡ ବିଜୟ କୁମାର ବାରିକଙ୍କ ସରକାରୀ କାର୍ଡରେ ଚଢ଼ାଉ ସମୟରେ ପ୍ରାୟ ୫ ଲକ୍ଷ ଟଙ୍କା କବଚ ହୋଇଛି । ଲାଞ୍ଚ ଦାବି ଏବଂ କବଚ ହୋଇଥିବା ଟଙ୍କାର ଉପ୍ ସମ୍ପର୍କରେ ତାଙ୍କୁ ପଚାରିବାକୁ କରାଯାଇଛି । ତଦନ୍ତ ଜାରି ରହିଛି ।

କଳା ରବିବାର

ଭୁବନେଶ୍ୱର ଗୋଟିଏ ପରିବାରର ସଦସ୍ୟ କାରରେ ବିଶାଖାପାଟଣା ଯାଉଥିଲେ । ବାଲୁଆ ନିକଟରେ ସେମାନେ ଏକ ଦୁଇବିଧି ଆନା ଯାନକୁ ବନ୍ଧାଇବାକୁ ଚେଷ୍ଟା କରୁଥିବା ସମୟରେ ଦୁର୍ଘଟଣାର

ହୋଇଯାଇଥିଲେ । ଘଟଣା ବିଷୟରେ ଜାଣିବା ପରେ ୧୦୩୩ କାତାୟ ରାଜପତି କର୍ମଚାରୀ ଘଟଣାସ୍ଥଳରେ ପହଞ୍ଚିଥିଲେ । କାର ଭିତରୁ ଚେଷ୍ଟା କରୁଥିବା ସମୟରେ ଦୁର୍ଘଟଣାର

କରି ଘଟଣାର ଅଧିକ ତଦନ୍ତ କରୁଛି । ସେହିପରି ଭଉଣୀର ବାହାଘରକୁ ନେଇ ଦାଲିଥିବା କୋରଦାର ପ୍ରସ୍ତୁତି । ନିମନ୍ତ୍ରଣ କାର୍ଡ ବନ୍ଦା ବି ଦାଲିଥିଲା । ବାହାଘରକୁ ନେଇ ପରିବାରରେ ଖୁସିର

ହୋଇଥିବା ସୂଚନା ମିଳିଛି । ମୃତକ ବ୍ୟକ୍ତି ହେଲେ ବିନିକା ଥାନା ଅନ୍ତର୍ଗତ ବ୍ରତା ଗାଁର ପୁରୁଣା ପାଣି ବାଗ ଓ କାକା ଭଜନ ବୀର ବୋଲି ଜଣାପଡ଼ିଛି । ଗୁରୁତର ଭଜନକୁ ଭୁବନେଶ୍ୱର ଡାକ୍ତରଖାନାରେ ପ୍ରାଥମିକ ଚିକିତ୍ସା ପରେ ଅବସ୍ଥା ଗୁରୁତର ଥିବାରୁ ବୁର୍ଲା ଡାକ୍ତରଖାନାକୁ ନେଇଥିବା ସମୟରେ ବରଗଡ଼ ଠାରେ ମୃତ୍ୟୁ ହୋଇଛି । ଦୁର୍ଘଟଣା ଘଟଣା ଥିବା ସ୍ଥଳକୁ କବଚ କରି ଘଟଣାର ତଦନ୍ତ କରୁଛି ଭୁବନେଶ୍ୱର ପୁଲିସ୍ । ଅନ୍ୟଏକ ଘଟଣା ଜମିରେ କାତାୟ ରାଜପତି କନ୍ଦେ ଛିଡା ହୋଇଥିବା ପାଇଁ ଗୋଡ଼େ ଟ୍ରକର ପଛକୁ ଟୁଟିଗଲା କାର୍ ଶକ୍ତ ଧକ୍କା ଦେଇଛି । ଫଳରେ ୨ ଜଣଙ୍କର ମୃତ୍ୟୁ ଘଟିଛି । ଅନ୍ୟ ଜଣେ ଗୁରୁତରକୁ ଡାକ୍ତରଖାନାରେ ଭର୍ତ୍ତି କରାଯାଇଛି । ସମ୍ବଲପୁର ସହରର ଧନୁପାଲି ଥାନା ଅଧୀନ ନକ୍ସାପାଲିରେ ରବିବାର ଅପରାହ୍ଣରେ ଏହି ଘଟଣା ଘଟିଛି । ପୋଲିସ୍ ସୂଚନା ଅନୁସାରେ ସମ୍ବଲପୁର ଧନୁପାଲି ଥାନା ନକ୍ସାପାଲିଠାରେ (ଶେଷ ପୃଷ୍ଠା ଦେଖନ୍ତୁ)

ମହୋଦଧିରେ ପାପ ଧୋଇଲେ କ'ଣ

ପୁରୀ, ୪।୧ ଏକ୍ସପ୍ରେସ୍ ନ୍ୟୁଜ୍

ବରଗଡ଼ରେ ଚାଲିଥିବା ବିଶ୍ୱ ପ୍ରସିଦ୍ଧ ଧନୁଯାତ୍ରା ଶେଷ କରି କ'ଣ ମହାରାଜ ପ୍ରାୟଶ୍ଚିତ ପାଇଁ ଶ୍ରୀକ୍ଷେତ୍ର ଆସିଛନ୍ତି । କ'ଣ ଭୂମିକାରେ ଅଭିନୟ କରିଥିବା ସୁଶିଳା ମେହେର ପୁଣି ଶ୍ରୀକ୍ଷେତ୍ର ଅଭିନୟରେ କରୁ ବାକ୍ୟ ପ୍ରୟୋଗ କରିଥିବାରୁ ପୁରୀ ଶ୍ରୀମନ୍ଦିର ଯାଇ ମହାପ୍ରଭୁଙ୍କ ନିକଟରେ କ୍ଷମା ପ୍ରାର୍ଥନା କରିଛନ୍ତି । ତେବେ କ'ଣ ମହାରାଜା ଗୋବର୍ଦ୍ଧନ ପୀଠରେ ପହଞ୍ଚିବା ପରେ ଜଗଦଗୁରୁ ଶଙ୍କରାଚାର୍ଯ୍ୟଙ୍କୁ ସାକ୍ଷାତ କରି କ୍ଷମା (ଶେଷ ପୃଷ୍ଠା ଦେଖନ୍ତୁ)

ତୁରନ୍ତ ଭେନେଜୁଏଲାର ରାଷ୍ଟ୍ରପତିଙ୍କୁ ମୁକ୍ତକର

ଝାମ୍ପିନ, ୪।୧ ଏକ୍ସପ୍ରେସ୍ ନ୍ୟୁଜ୍

ଆମେରିକା ରାଷ୍ଟ୍ରପତି ଡୋନାଲ୍ଡ୍ ଟ୍ରମ୍ପ୍ ତାଙ୍କର ଶାସକ ଜିନିଷ, ରବିବାର ଦିନ କଡ଼ା ତେଡ଼ାବନା ଦେଇଛନ୍ତି । ସେ କହିଛନ୍ତି ଭେନେଜୁଏଲାର ରାଷ୍ଟ୍ରପତି ଓ ତାଙ୍କ ପତ୍ନୀଙ୍କୁ ତୁରନ୍ତ ମୁକ୍ତ କର । ଯଦି ନକରେ ତୁରନ୍ତ ଭେନେଜୁଏଲା ଯେତେ ଶୀଘ୍ର ପାରୁଛ ଆଲୋଡ଼ନା ମାଧ୍ୟମରେ ମାମଲା ସମାଧାନ କରି ତାଙ୍କୁ ଛାଡ଼ି ଦିଅ । ଡାକ୍ତରୀ ଦୈବେଶିକ ମହୋଦଧି ପକ୍ଷରୁ ଜାରି ଏକ ବିବୃତିରେ କୁହାଯାଇଛି । ଆମେରିକା ଦ୍ୱାରା ପଦତ୍ୟୁତ ରାଷ୍ଟ୍ରପତି ନିକୋଲସ୍ ମାତୁରୋ ଓ ତାଙ୍କ ପତ୍ନୀଙ୍କୁ ବଳପୂର୍ବକ ଗିରଫ କରି, ଦେଶ ବାହାରକୁ ବେଲ ଯିବାରେ ବାଧା ଦିଆଯାଇଛି ।



ଆମେରିକାକୁ ତୀନଟି ଚେତାବନୀ

କରିବାକୁ ଆହ୍ୱାନ କରୁଛି । ତୀନ କହିଛି , ମାତୁରୋ ସରକାରର ପତନ ଓ ଆମେରିକା ଦ୍ୱାରା ତାଙ୍କୁ ଗିରଫ କରିବା ଦେଖି ପାଇଁ ଏକ ବଡ଼ ଝଟକା, କାରଣ ମାତୁରୋଙ୍କୁ ପୂର୍ବବର୍ତ୍ତୀ ହୁଏତେ ଶାଢ଼େଇ ସମୟରୁ ହିଁ ଭେନେଜୁଏଲାର ସହ ଦୀନର ଘନିଷ୍ଟ ରଖାଯାଇଛି । ଭେନେଜୁଏଲାର ରାଷ୍ଟ୍ରପତି ନିକୋଲସ୍ ମାତୁରୋଙ୍କୁ ଆମେରିକା ତାଙ୍କ ଘରେ ପଶି ଉଠାଇ ନେଇ ଯାଇଛି । ଏକ ସାମ୍ବାଦିକ ଅପରେସନ ପରେ ଏହି ଗିରଫଦାରୀକୁ ସମ୍ପଦ କରାଯାଇଛି । (ଶେଷ ପୃଷ୍ଠା ଦେଖନ୍ତୁ)

ପାତବାସ ହତ୍ୟା ମାମଲାରେ ଚାର୍ଜସିଟ୍

ପୁରୀ, ୪।୧ ଏକ୍ସପ୍ରେସ୍ ନ୍ୟୁଜ୍

ଭୁବନେଶ୍ୱର ଚାର୍ଜସିଟ୍ ପ୍ରକଳ୍ପରେ ଗଜପତି ମହାରାଜ ଅବରୋଧ ବ୍ୟକ୍ତ କରିଛନ୍ତି । ମହାପ୍ରଭୁ ବର୍ଷସାରା ବାହାରକୁ ଆସିପାରୁଥିବା ବୋଲି ଗୋଟିଏ କହିଛନ୍ତି ଗଜପତି ମହାରାଜ । ବିଦେଶରେ ଭୁବନେଶ୍ୱର ଅଦିନିଆ ରଥଯାତ୍ରା ପ୍ରସଙ୍ଗରେ ମହାପ୍ରଭୁଙ୍କ ଅବ୍ୟ ସେବକ ତଥା ଗଜପତି ମହାରାଜ ବିଦ୍ୟବିଂହ ଦେବ ସଂସ ମତ ରଖୁଛନ୍ତି । ଶ୍ରୀଜଗନ୍ନାଥଙ୍କ ଚେତନା ଓ ଚିତ୍ରନ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମରେ ବିଚାର ହେଉଥିବା କହି ନିଜର ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟ ଜଣାଇଛନ୍ତି ଗଜପତି । ମହାପ୍ରଭୁ ବର୍ଷସାରା ଶ୍ରୀମନ୍ଦିର ବାହାରକୁ ଆସି ପାରୁଥିବା କହି ନିଜ ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟ ପ୍ରକାଶ କରିଛନ୍ତି ଗଜପତି ମହାରାଜ । ସେ କହିଛନ୍ତି ଯେ, ଆୟୋଜନକାରୀ ଜାଣି ନାହାନ୍ତି ଏହା କେତେ ବଡ଼ ବ୍ୟତିକ୍ରମ । ଆମେ

ଅଦିନିଆ ରଥଯାତ୍ରାକୁ ଗଜପତିଙ୍କ ବିରୋଧ

ଯଦି ନିଜକୁ ମହାପ୍ରଭୁଙ୍କ ଭକ୍ତ ବୋଲି କହୁଛନ୍ତି ତାହା ପାଳନ କରିବ ଆବଶ୍ୟକ ବୋଲି ଗଜପତି କହିଛନ୍ତି । ମହାପ୍ରଭୁଙ୍କ ଆଦେଶ ନଥିଲେ ଆମେ କାହି ପାରୁଛୁ ନାହିଁ । ଗଜପତି ଆହୁରି କହିଛନ୍ତି ବର୍ଷକୁ ଦୁଇଥର ବାହାରକୁ ଆସିବାକୁ ମହାପ୍ରଭୁଙ୍କ ନିର୍ଦ୍ଦେଶ ରହିଛି । ଆମେ ବର୍ଷସାରା ମହାପ୍ରଭୁଙ୍କ ବାହାରକୁ ଆଣିପାରୁ ନାହିଁ ।

ନବୋଦୟ ବିଦ୍ୟାଳୟରେ ଜଣ୍ଡିସ: ୭୦ ଆକ୍ରାନ୍ତ

ଖୋର୍ଦ୍ଧା, ୪।୧ ଏକ୍ସପ୍ରେସ୍ ନ୍ୟୁଜ୍

ସ୍କୁଲ ପିଲାଙ୍କୁ ଜଣ୍ଡିସ ଖୋର୍ଦ୍ଧା ଜିଲ୍ଲା ଗୁରୁଜଙ୍ଗ ଷ୍ଟିଡ ଜବାହର ନବୋଦୟ ବିଦ୍ୟାଳୟ ପରିସରରେ ବ୍ୟାପ୍ତ ଜଣ୍ଡିସ ସ୍କୁଲରେ ୫୬୦ ଛାତ୍ରଛାତ୍ରୀ ଥିବା ବେଳେ ପ୍ରାୟ ୭୦ରୁ ଅଧିକ ଅସୁସ୍ଥ ହୋଇଥିବା ଖବର ମିଳିଛି । ଏହି ଘଟଣା ସାମ୍ନାକୁ ଆସିବା ପରେ ସ୍କୁଲ କର୍ତ୍ତୃପକ୍ଷ ଏବଂ ଅଭିଭାବକଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ଉଦ୍ବେଗ ପ୍ରକାଶ ପାଇଛି । ପିଲାଙ୍କୁ ଘରକୁ ନେବା

ପାଇଁ ଅଭିଭାବକଙ୍କ ଭିତ ଲାଗିଛି । ଗତ କିଛି ଦିନ ହେବ ସ୍କୁଲର ଅଭିଭାବକଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ଜଣ୍ଡିସର ଲକ୍ଷଣ ଦେଖାଯାଇଥିଲା । ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷ ପରିବେଶ କିମ୍ବା ଦୁଷ୍ଟ ଜଳ ଯୋଗୁଁ ରୋଗ ବ୍ୟାପିଥିବା ସନ୍ଦେହ କରାଯାଇଛି । ରବିବାର ଏକ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ଟିମ୍ ବ୍ୟାସ୍ତରେ ପହଞ୍ଚି ପୀନାୟ ଜଳର ନମୁନା ସଂଗ୍ରହ କରି ପରୀକ୍ଷା ପାଇଁ ଠାରେ । ଅସୁସ୍ଥ ଛାତ୍ରଛାତ୍ରୀଙ୍କୁ ଗୁରୁତର ଡାକ୍ତରୀ ସହାୟତା ଯୋଗାଇ ଦିଆଯାଇଛି । ସ୍କୁଲ

ପରିସରରେ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ଶିବିର ମାଧ୍ୟମରେ ସମସ୍ତ ପିଲାଙ୍କ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ପରୀକ୍ଷା କରାଯାଇଛି । ନବୋଦୟ ବିଦ୍ୟାଳୟ ଅଧ୍ୟକ୍ଷ କହିବା ଅନୁସାରେ ସମସ୍ତ ବିଦ୍ୟାର୍ଥୀଙ୍କୁ ସେମାନଙ୍କ ଘରକୁ ପଠାଯାଇଛି । ପାଣିଟାଙ୍କି ସବୁ ସଫା କରାଯାଇଛି । ପାଣି ମାନ ବି ପରୀକ୍ଷା କରାଯାଇଛି । ଡାକ୍ତର ଟିମ୍ ବି ନିୟମିତ ବ୍ୟବଧାନରେ ଛାତ୍ରଛାତ୍ରୀଙ୍କ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟପତ୍ରା ପୂର୍ଣ୍ଣ କରୁଛନ୍ତି ।

ଶୀତଳଭଣ୍ଡାର: ଦେଶରେ ୮୮୧୫ ଓଡ଼ିଶାରେ ୧୮୨

ଭୁବନେଶ୍ୱର, ୪।୧ (ତଥ୍ୟ): ସମଗ୍ର ଦେଶରେ ୮୮୧୫ଟି ଶୀତଳଭଣ୍ଡାର ଥିବାବେଳେ ସରକାରୀ ହାତରେ ଥିବା ଶୀତଳଭଣ୍ଡାର ୧୮୨ଟି ଶୀତଳଭଣ୍ଡାର ଅଛି । ରାଜ୍ୟରେ ଥିବା ଶୀତଳଭଣ୍ଡାରର କ୍ଷମତା ପ୍ରାୟ ୫ ଲକ୍ଷ ୮୦ ହଜାର ମେଟ୍ରିକ ଟନ୍ । ସର୍ବୋଚ୍ଚ ଥିବା ୨୪୮୯ଟି ଶୀତଳଭଣ୍ଡାର ଉତ୍ତରପ୍ରଦେଶରେ ଥିବାବେଳେ ଗୁଜୁରାଟରେ ୧୦୨୩, ପଞ୍ଜାବରେ ୭୮୦, ମହାରାଷ୍ଟ୍ରରେ ୭୭୨, ଆନ୍ଧ୍ରପ୍ରଦେଶ ଓ ତେଲଙ୍ଗାନାରେ ୪୮୦, ହରିଆନାରେ ୩୮୭, ମଧ୍ୟପ୍ରଦେଶରେ ୩୪୧, ବିହାରରେ ୩୧୨, କର୍ଣ୍ଣାଟକରେ ୨୭୧, ରାଜସ୍ଥାନରେ ୧୯୨, ଚାନ୍ଦିଗଡ଼ରେ

୧୮୮ଟି ଶୀତଳଭଣ୍ଡାର ରହିଛି । ହେଲେ କୃଷି ପ୍ରଧାନ ରାଜ୍ୟ ଓଡ଼ିଶାରେ ସରକାରୀ କିମ୍ବା ସମାଜିକ ସ୍ତରରେ ସେଭଳି କୌଣସି ଶୀତଳଭଣ୍ଡାର ନାହିଁ । ଘରୋଇ କ୍ଷେତ୍ରରେ ଯେଉଁସବୁ ଶୀତଳଭଣ୍ଡାର ରହିଛି ତାହା ଉପରେ ସରକାରଙ୍କର କୌଣସି କର୍ତ୍ତୃ ନଥିବାରୁ ସେମାନେ ମନଜିଦ୍ଦା ବରାଧାରୀ କରୁଛନ୍ତି । ରାଜ୍ୟରେ ଶୀତଳଭଣ୍ଡାରର ଅଭାବକୁ ଦେଖିବାପରେ ରାଜ୍ୟର ନୂଆ ସରକାର ପ୍ରତି କୁଳରେ ଗୋଟିଏ କବି ଶୀତଳଭଣ୍ଡାର ଘୋଷଣା କରିଥିଲେ । ଏଥିପାଇଁ ସରକାରୀ ସ୍ତରରେ ସର୍ବସ୍ତର ଯୋଗାଣ ଦିଆଯାଉଥିବାବେଳେ ଶୀତଳଭଣ୍ଡାର ନିର୍ମାଣ ପାଇଁ ଆଗେଇ ଆସୁଥିବା ଉଦ୍ୟୋଗୀମାନଙ୍କୁ ପ୍ରୋତ୍ସାହନ ଦେବାଲାଗି ସରକାର ଘୋଷଣା



କରିଛନ୍ତି । ଏହା ସତ୍ତ୍ୱେ ବି ରାଜ୍ୟରେ ସେଭଳି ସଂଖ୍ୟାରେ ଶୀତଳଭଣ୍ଡାର ନିର୍ମାଣ ପାଇଁ ଉଦ୍ୟୋଗୀମାନେ ଆସୁନାହାନ୍ତି । ଏହା ଫଳରେ ଗାଁ ଗହଳରୁ ଉତ୍ପାଦିତ ପରିପରିବା ଓ ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ସାମଗ୍ରୀ ବ୍ୟବହାର ହୋଇପାରୁ ନାହିଁ । ଶୀତଳଭଣ୍ଡାର ଅଭାବ ଯୋଗୁଁ ଓଡ଼ିଶାରୁ ଉତ୍ପାଦିତ ଆଳୁ ଅନ୍ୟ ରାଜ୍ୟର

ଶୀତଳଭଣ୍ଡାରରେ ରହି ପରବର୍ତ୍ତୀ ସମୟରେ ତଳା ଦରରେ ଓଡ଼ିଶାକୁ ଫେରୁଛି । ଓଡ଼ିଶା ବଜାର ଏବେ ଅନ୍ୟ ରାଜ୍ୟର ଶୀତଳଭଣ୍ଡାର ନିର୍ମାଣ ଓ ବ୍ୟବସାୟକ ପାଇଁ ରୋଜଗାରର ଅନ୍ୟତମ ସ୍ଥାନ ପାଇଛି । ସେହିଭଳି ସମନ୍ୱିତ ଉଦ୍ୟାନ ବିକାଶ ଯୋଜନାରେ ଦେଶର ବିଭିନ୍ନ ରାଜ୍ୟରେ କେନ୍ଦ୍ର ସରକାରଙ୍କ ସହାୟତାରେ ଶୀତଳଭଣ୍ଡାର ପ୍ରତିଷ୍ଠା ହୋଇଥିବାବେଳେ ଓଡ଼ିଶାରେ ଗୋଟିଏ ହେଲେ ହୋଇପାରି ନାହିଁ । ଏହି କେନ୍ଦ୍ରୀୟ ଯୋଜନାରେ ଉତ୍ତରପ୍ରଦେଶରେ ସର୍ବାଧିକ ୭୭ଟି ଶୀତଳଭଣ୍ଡାର ନିର୍ମାଣ ହୋଇଥିବାବେଳେ ପଞ୍ଜାବରେ ୨୩, ଆନ୍ଧ୍ରପ୍ରଦେଶରେ ୫୧, ଗୁଜୁରାଟରେ ୪୬, ମହାରାଷ୍ଟ୍ରରେ ୪୨, କର୍ଣ୍ଣାଟକରେ ୩୯, କାନ୍ଧ୍ୟାପୁରରେ ୩୧ଟି

ଶୀତଳଭଣ୍ଡାର ନିର୍ମାଣ ହୋଇଛି । ହେଲେ ଓଡ଼ିଶା ଏହି କେନ୍ଦ୍ରୀୟ ଯୋଜନାର ଲାଭ ପାଇପାରୁ ନାହିଁ । ଓଡ଼ିଶାରେ ଅଧିକରୁ ଅଧିକ ସଂଖ୍ୟକ ଶୀତଳଭଣ୍ଡାର ନିର୍ମାଣ ପାଇଁ ରାଜ୍ୟ ସରକାର ଲୋଭନୀୟ ସହାୟତାମାନ ଘୋଷଣା କରୁଥିଲେ ମଧ୍ୟ ଉଦ୍ୟୋଗୀମାନେ ଏଥିପ୍ରତି ବିଶେଷ ଆଗ୍ରହ ପ୍ରକାଶ କରୁନାହାନ୍ତି । ରାଜ୍ୟରେ ତତ୍ତା ବିଦ୍ୟୁତ୍ ଶକ୍ତି ଯୋଗୁଁ ଓଡ଼ିଶାରେ ଗୋଟିଏ ହେଲେ ହୋଇପାରି ନାହିଁ । ଏହି କେନ୍ଦ୍ରୀୟ ଯୋଜନାରେ ଉତ୍ତରପ୍ରଦେଶରେ ସର୍ବାଧିକ ୭୭ଟି ଶୀତଳଭଣ୍ଡାର ନିର୍ମାଣ ହୋଇଥିବାବେଳେ ପଞ୍ଜାବରେ ୨୩, ଆନ୍ଧ୍ରପ୍ରଦେଶରେ ୫୧, ଗୁଜୁରାଟରେ ୪୬, ମହାରାଷ୍ଟ୍ରରେ ୪୨, କର୍ଣ୍ଣାଟକରେ ୩୯, କାନ୍ଧ୍ୟାପୁରରେ ୩୧ଟି

ମୌଳିକ ସୁବିଧାରୁ ବଞ୍ଚିତ ବଡ଼ଖମନପଡ଼ା



ଆଜି ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ବିକଳ ଖୁଣ୍ଟିତ ଏହି ପଞ୍ଚିତ ପାରିବାରିକ ପ୍ରାୟ ୧୦ଟି ପରିବାର ବସବାସ କରୁଥିବା ଏହି ପଡ଼ାରେ ବିକଳ ସଂଯୋଗ ନ ଥିବାରୁ ଲୋକେ ଘୋର ଅସୁବିଧାର ସମ୍ମୁଖୀନ ହେଉଛନ୍ତି । ବିଶେଷ କରି ପିଲାମାନେ ଲକ୍ଷ୍ୟ କିମ୍ବା ଡିବିଟି ଆଲୁଅରେ ପାଠ ପଢ଼ିବାକୁ ବାଧ୍ୟ ହେଉଛନ୍ତି । ପ୍ରଶାସନିକ କାର୍ଯ୍ୟାଳୟଗୁଡ଼ିକ ଏହାର ଅତି ନିକଟରେ ଥିଲେ ମଧ୍ୟ ଏହି ଅଞ୍ଚଳର ସାଧାରଣରେ ଆତ୍ମସାଧ୍ୟ ପ୍ରକଟ କରିଛି । ପାଣି ପାଇଁ ପଡ଼ାରେ ମାତ୍ର ଗୋଟିଏ ନଳକୂପ ରହିଛି । ହେଲେ ଗ୍ରାମ୍ୟ ଦିନେ ଏହି ନଳକୂପରୁ ପାଣି ବାହାରୁ ନ ଥିବାରୁ ଲୋକେ ନାଳ ଓ ଖେଳା ଅଶୁଦ୍ଧ ପାଣି ବ୍ୟବହାର କରୁଛନ୍ତି । ଫଳରେ ଏଠାରେ ଜଳବାହିତ ରୋଗର ଭୟ ଲାଗି ରହିଛି । ଏହି ପଡ଼ାରେ ରାସ୍ତାଯାତ୍ର ଶୋଚନୀୟ ହୋଇ ପଡ଼ିଥିବାରୁ ଲୋକେ ଏବେ ବି ଦେହାଳୁ ଗୁଡ଼ିଆ ଘରେ ରହୁଛନ୍ତି । ପଡ଼ାରେ ପାଇଖାନା ସୁବିଧା ନଥିବାରୁ ବେଳେ ବୃକ୍ଷଦୁଷ୍ଟାମାନଙ୍କୁ ସରକାରୀ ଭାଗ୍ୟ ମିଳୁନଥିବା ଅଭିଯୋଗ ହୋଇଛି । ଏନେଇ ବାରମ୍ବାର ରୁକ୍ ପ୍ରଶାସନକୁ ଗୁହାରି କରିଥିଲେ ମୁଖ୍ୟ କୌଶଲ୍ୟ ପ୍ରଫୁଲ୍ଲ ମିଶ୍ରଙ୍କୁ ମଧ୍ୟ । ଏହି ପଡ଼ାକୁ ବିକଳ ଆଲୁଅ, ଭଲ ରାସ୍ତା, ପାନୀୟ ଜଳ, ପକ୍ଷା ଘର ଏବଂ ପାଇଖାନା ଯୋଗାଇ ଦେବାକୁ ପଡ଼ାବାସୀ ବୃତ୍ତ ଦାବି କରିଛନ୍ତି ।

ଆଜିର ରାଶିଫଳ	
ତାରିଖ ୫.୧.୨୦୨୨	ସୋମବାର-ଦ୍ୱିତୀୟା ନକ୍ଷତ୍ର- ପୁଷ୍ୟା, କର୍କଟରହ
ମେଷ	: କ୍ଲେଶ ଓ ଅଶାନ୍ତି ଦୂର ହେବ ।
ବୃଷ	: କାର୍ଯ୍ୟସିଦ୍ଧି ହେବ ।
ମିଥୁନ	: ଧନନାଶ ହୋଇପାରେ ।
କର୍କଟ	: ବ୍ୟବସାୟରେ ଭଲ ଆୟ ହେବ ।
ସିଂହ	: ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟରେ ଅବନତି ଦେଖାଦେବ ।
କନ୍ୟା	: ବନ୍ଧୁମିଳନ ଯୋଗ ରହିଛି ।
ରୁଚି	: ଦିନଟି ଶୋଷଣପ୍ରଦ ରହିବ ।
ବିଛା	: ଗୁରୁପୂଜାରେ ଖୁସି ପାଇବେ ।
ଧନୁ	: ଚୋରା ଓ ଅପତନ ଭୟ ରହିଛି ।
ମକର	: ସୁସମାଚାର ପ୍ରାପ୍ତି ହେବେ ।
କୁମ୍ଭ	: ଆମୋଦନ ପ୍ରମାଣରେ ଦିନଟି କଟିବ ।
ମୀନ	: ପ୍ରାତିହାନି ହେବ ।

ବିଜି ତଳକୁ ବାଇକ ଖସି ଯୁବକ ମୃତ

ମୋହନା, ୪୧୧ : ଏକ୍ସପ୍ରେସ୍ ନ୍ୟୁଜ୍
ଗଜପତି ଜିଲ୍ଲା ମହେନ୍ଦ୍ରଗଡ଼ ଗାଁ ନିକଟରେ ଥିବା ବିଜି ତଳ ନଳକୁ ଖସିଲା ବାଇକ । ବାଇକ ଖସିବା ଫଳରେ ଜଣକ ମୃତ୍ୟୁ ହେବା ସହ ଜଣେ ଆହତ ହୋଇଛନ୍ତି । ମୃତ ଯୁବକ ଜଣକ ଆଉ ଉଦ୍ଧାରଣ ନ ଥିବାରୁ ଖାଲିଗୁମା ଗ୍ରାମର ଜୁରେଶ୍ୱର ବନଳ । ସୂଚନା ଅନୁସାରେ ଶନିବାର ଦିନ ଦୁଇ ଯୁବକ ମହେନ୍ଦ୍ରଗଡ଼ ଗ୍ରାମରୁ ନିଜ ଗାଁ ଖାଲିଗୁମା ଗାଁକୁ ଯିବା ସମୟରେ ଏହି ଦୁର୍ଘଟଣା ଘଟିଥିଲା । ସୂଚନା ପାଇ ଆଉ ଉଦ୍ଧାରଣ ଅକ୍ତିଗଣ ବିଭାଗ ଘଟଣାସ୍ଥଳରେ ପହଞ୍ଚି ନିକ୍ଷେପ ପଦ୍ଧତିରେ ଜୁରେଶ୍ୱର ମୃତ ଅବଶାରେ ଉଦ୍ଧାର କରିଛନ୍ତି । ଘଟଣାସ୍ଥଳରେ ପୋଲିସ୍ ପହଞ୍ଚି ମୃତ ଜୁରେଶ୍ୱର ଓ ବାଇକକୁ ଜବତ କରି ଘଟଣାର ତଦନ୍ତ ଆରମ୍ଭ କରିଛି ।

ଶାହ ଶାହ ବାଲିଚୁକ ଯୋଗୁଁ ପରିବେଶ ପ୍ରଦୂଷିତ

ବାଙ୍କୀ, ୪୧୧ : ଏକ୍ସପ୍ରେସ୍ ନ୍ୟୁଜ୍
ବାଙ୍କୀ ସହର ଦେଇ ପ୍ରତିଦିନ ଶହ ଶହ ବାଲିଚୁକ ଯାତାୟାତ କରୁଛି । ବାଙ୍କୀ ମେନରୋଡ଼ ଦେଇ ଗ୍ରୁକ୍ ଯିବାପାଇଁ ଫଳରେ ସାଧାରଣ ଲୋକମାନେ ଯାତାୟତ କରିବାରେ ବହୁ ଅସୁବିଧାର ସମ୍ମୁଖୀନ ହେଉଛନ୍ତି । ପରିବା ବୋଲିକା ୧ମାମାନେ ରାସ୍ତାକଡ଼ରେ ପରିବା ରଖି ବିକ୍ରି କରିବା ଫଳରେ ଗ୍ରାହକମାନେ ରାସ୍ତାକଡ଼ରେ ମୋଟର ସାଇକେଲ ରଖି ପରିବାପତ୍ର କିଣିବା ଫଳରେ ରାସ୍ତା ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ଜାମ୍ ହେଉଛି । ବାଙ୍କୀ ଏବଂ ସୁବି ପୂର୍ବରୁ ରାସ୍ତା ତରଫର ପାଇଁ ଅନୁକାର ଦୃଷ୍ଟିରେ ବୋକାଳଗୁଡ଼ିକ ଭାଙ୍ଗି ଦେଇଥିଲେ ମଧ୍ୟ ବର୍ତ୍ତମାନ ବେପାରୀମାନେ ତାକୁ ଖାଲି ନକରି ଆଗକୁ ପୁନଶ୍ଚ ପରିବା ରଖି ବେପାରବାଣୀକ କରୁଛନ୍ତି । ବାଲି ଗ୍ରୁକ୍ ଯିବା ଯୋଗୁଁ ପ୍ରବଳ ଭାବେ ଧୂଳି ଉଡ଼ି ବାୟୁ ପ୍ରଦୂଷଣ ହେଉଅଛି । ବାଙ୍କୀ ସହରରେ ଗ୍ରାମିଣ ସମସ୍ୟା ଅତ୍ୟନ୍ତ

ଦୋକାନୀମାନଙ୍କୁ ଏବଂ ସି ଚଳିପାଠୁ ସେମାନଙ୍କର ବର୍ଷାବସ୍ତୁ ରଖିବା ପାଇଁ ବଡ଼ବାଲିଟି ଯୋଗାଇ ଦେଇଥିଲେ ମଧ୍ୟ ସେଥିରେ ସେମାନେ ନରଖି ରାସ୍ତା ଉପରେ ପକାଇବା ଫଳରେ ରାଜଗୋରୁ ଷଷ୍ଠମାନଙ୍କର ଉପରେ ବହୁ ଗାଡ଼ିରେ ଏବଂ ଏସି ପକ୍ଷରୁ ବର୍ଷାବସ୍ତୁ ନେବାପାଇଁ ଗାଡ଼ି ବୁଲୁଥିଲେ ମଧ୍ୟ କିଛି ବେପାରୀମାନେ ଏଥିରେ ଅକ୍ତିଆ ନଦେଇ ରାସ୍ତା ଉପରେ ପକାଉଛନ୍ତି । ଗୁମ୍ଫାରାସାରେ ଷଷ୍ଠ ଲଢ଼େଇ ହୋଇ ଲୋକମାନେ ଖଣ୍ଡିଆଖାବରା ହେବା ସହ ବହୁ ମୋଟରସାଇକେଲ ଭାଙ୍ଗିଛି । ପୂର୍ବରୁ ମଧ୍ୟ ଜଣେ ବ୍ୟବସାୟୀଙ୍କ ଷଷ୍ଠ ଆକ୍ରମଣରେ ମୃତ୍ୟୁ ଘଟିଥିବା ବେଳେ ବହୁ ଲୋକ ଅଳ୍ପ ମଣ୍ୟ ହୋଇପଡ଼ିଛନ୍ତି । ଏଥିପ୍ରତି ବାଙ୍କୀ ପ୍ରଶାସନ, ପୋଲିସ୍ ପ୍ରଶାସନ ତଥା କଟକ ଜିଲ୍ଲାପାଳ ଦୃଷ୍ଟି ଦେବା ପାଇଁ ବାଙ୍କୀ ସଚେତନ ନାଗରିକମାନଙ୍କ ପକ୍ଷରୁ ଦାବି କରାଯାଇଛି ।

ସିଏସିରୁ ହଟିବେ ଗାଦିପତା କର୍ମଚାରୀ

ଭଣ୍ଡାରିପୋଖରୀ, ୪୧୧ : ଏକ୍ସପ୍ରେସ୍ ନ୍ୟୁଜ୍
ଭଣ୍ଡାରିପୋଖରୀ ଗୋଷ୍ଠୀ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟକେନ୍ଦ୍ରକୁ ଶୁଖିକିତ କରିବା ପାଇଁ ଗାଦିପତା ଏବଂ ଏମ୍ ପୁରୁଷ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟକର୍ମୀଙ୍କୁ ବଦଳି କରାଯିବ ବୋଲି ଭାରପ୍ରାପ୍ତ ଜିଲ୍ଲା ମୁଖ୍ୟ ଚିକିତ୍ସାଧିକାରୀ ସୂଚନା ଦେଇଛନ୍ତି । ଗୋଷ୍ଠୀ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟକେନ୍ଦ୍ର ଅଧିକ୍ଷକ ଡା. କମଳାକାନ୍ତ ସାହୁଙ୍କୁ ଡେପୁଟିସେକ୍ଟର ଉଚ୍ଚକ ପଠାଯିବା ପରେ ସୃଷ୍ଟି ହୋଇଥିବା ବିଶୁଦ୍ଧତା ପଛରେ କେତେକ ଗାଦିପତା ଏବଂ ଏମ୍ ପୁରୁଷ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟକର୍ମୀଙ୍କୁ ଭୂମିକା ଦୃଷ୍ଟି ଆସିଛି । ଫଳରେ ଏଭଳି ପଦକ୍ଷେପ ଗ୍ରହଣ କରାଯିବା ପାଇଁ ପ୍ରସ୍ତୁତି ଆରମ୍ଭ ହୋଇଥିବା ଜଣାଯାଇଛି । ବହୁ ବର୍ଷ ଧରି ଗୋଷ୍ଠୀ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟକେନ୍ଦ୍ରରେ କାର୍ଯ୍ୟକରିବା ଫଳରେ ସେମାନେ ବିବାହୀୟ ହୋଇ ଗୋଷ୍ଠୀ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟକେନ୍ଦ୍ର ପ୍ରଶାସନକୁ ଖୋଲା ତ୍ୟାଲେଖ ଦେଉଥିବା ଜଣାଯାଇଛି । ନିର୍ଦ୍ଦେଶ କେତେକ ଏବଂ ଏମ୍ ପୁରୁଷ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟକର୍ମୀଙ୍କ ବିରୋଧରେ ଅଭିଯୋଗ ଫର୍ଦ୍ଦ ସହଜ ଲାଭ । ଗାଦିପତା ଏବଂ ଏମ୍ ପୁରୁଷ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟକର୍ମୀଙ୍କ ପାଇଁ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟକେନ୍ଦ୍ରରେ ରୋଗୀ ସେବା ସହ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ ପରିଚାଳନାରେ ବାଧା ସୃଷ୍ଟି ହେଉଥିବା ଅନୁଭବ କରିବା ପରେ ଜିଲ୍ଲା ମେଡିକାଲ କଲେଜର ସହର ପ୍ରତିକାର କରିବା ପାଇଁ ନିଷ୍ପତ୍ତି ନେଇଛନ୍ତି । ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟକେନ୍ଦ୍ର ବିଶୁଦ୍ଧତାକୁ ସୁଧାରିବାକୁ ହେଲେ ଗାଦିପତା ଏବଂ ଏମ୍ ପୁରୁଷ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟକର୍ମୀଙ୍କୁ ବଦଳି ଆବଶ୍ୟକ ବୋଲି ଜିଲ୍ଲା ମୁଖ୍ୟ ଚିକିତ୍ସାଧିକାରୀ ସୁସଂଗଠନ ନାୟକ ସ୍ପଷ୍ଟ ମତ ରଖିଛନ୍ତି ।

ଅବାଧରେ ଚାଲିଛି ନିଶା କାରବାର

ଦାମା, ୪୧୧ : ଏକ୍ସପ୍ରେସ୍ ନ୍ୟୁଜ୍
କନ୍ଧମାଳ ଜିଲ୍ଲା ଦାମାଠାରେ ଥିବା କିରକୂଟି ପଞ୍ଚାୟତ ଅଞ୍ଚଳରେ ଦିନକୁ ଦିନ ଚୋରା ମଦ କାରବାର ବୃଦ୍ଧି ପାଇଛି । ଅଞ୍ଚଳରେ ଶାନ୍ତି ଫେରି ଆସିବା ପାଇଁ ଅବାଧରେ ଚାଲିଥିବା ନିଶା କାରବାରକୁ ବନ୍ଦ କରାଯିବା ଆବଶ୍ୟକ ବୋଲି କିରକୂଟି ଗ୍ରାମରେ ଦେଠିକ କରୁ ଏ ସମ୍ପର୍କରେ ଦାମାଠାରେ ଥାନାରେ ଲିଖିତ ଅଭିଯୋଗ କରାଯିବାକୁ ନିଷ୍ପତ୍ତି ଗ୍ରହଣ କରାଯାଇଥିଲା । ଆଇଆଇସି ସଂଗ୍ରାମ କେଶରୀ ଜେନାଙ୍କୁ ଲିଖିତ ଅଭିଯୋଗ କରାଯାଇଛି । ତୁରନ୍ତ କିରକୂଟି ଅଞ୍ଚଳରେ ଅବାଧରେ ଚାଲିଥିବା ମଦବ୍ୟବସାୟିକ ଉପରେ ବୃତ୍ତ କାର୍ଯ୍ୟାନୁଷ୍ଠାନ ନିଆଯିବା ସହ ଅଞ୍ଚଳରେ ନିଶା କାରବାର ବନ୍ଦ କରିବାକୁ ନିବେଦନ କରାଯାଇଛି । ଏନେଇ ନୂତନ ଭାବେ କାର୍ଯ୍ୟରେ ଯୋଗଦାନ କରିଥିବା ଆଇଆଇଆସି ଏନେଇ ପଦକ୍ଷେପ ନେବାକୁ ପ୍ରତିଶ୍ରୁତି ଦେଇଥିବା ଜଣାପଡ଼ିଛି ।

ପଥର ବୋଝେଇ ଡଙ୍ଗର ଜବତ

ସୋର, ୪୧୧ : ଏକ୍ସପ୍ରେସ୍ ନ୍ୟୁଜ୍
ସୋର ତହସିଲ ପକ୍ଷରୁ ତଡ଼ାଉ କରାଯାଇ ଏକ ପଥର ବୋଝେଇ ଡଙ୍ଗର ଜବତ କରାଯାଇଥିବା ଜଣାପଡ଼ିଛି । ସୂଚନା ଅନୁସାରେ ଶନିବାର ମାଧ୍ୟାହ୍ନରେ ପଥର ଲୁଚ ଚାଲିଥିବାର ଖବର ପାଇ ସୋର ତହସିଲଦାର ଦୈତୀନି ମିଲିକ ସୋର ଥାନା ବନ୍ଦେ କଳ ଛକ ନିକଟରେ ଅଚାନକ ତଡ଼ାଉ କରିଥିଲେ । ଏହି ସମୟରେ ବୋଝାଇ ଲାବେ ଓପାରେ ୧୨ ଡି ୩୨ ୧୨ ନମ୍ବର ଦିଶିଷ୍ଟ ଏକ ପଥର ବୋଝେଇ ଡଙ୍ଗର ଖଞ୍ଜାମାହାଲ ପାହାଡ଼କୁ ବାଲେଶ୍ୱର ଅଭିମୁଖେ ଯାଉଥିବା ବେଳେ ଉକ୍ତ ଗାଡ଼ିକୁ ଜବତ କରି ସୋର ପୁଲିସକୁ ହସ୍ତାନ୍ତର କରିଥିବା ଜଣାପଡ଼ିଛି ।

ଆନାରେ କାର୍ଯ୍ୟକାରୀ ହେଉଛି ବଦଳି ଆଦେଶ

ଭଣ୍ଡାରିପୋଖରୀ, ୪୧୧ : ଏକ୍ସପ୍ରେସ୍ ନ୍ୟୁଜ୍
ଭଣ୍ଡାରିପୋଖରୀ ଥାନା ସହକାରୀ ସବ୍‌ଇନସପେକ୍ଟର ବୁଦ୍ଧିରାମ ପୁରିକ ବଦଳି ଆଦେଶ କାର୍ଯ୍ୟକାରୀ ହେଉଛି । ଗତ ନଭେମ୍ବର ୪ ତାରିଖରେ ବନ୍ଦ ଆନାକୁ ହୋଇଥିବା ବଦଳି ଆଦେଶକୁ ୨ ମାସ ପୂରଣ ହୋଇଛି । ସମାନ ଆଦେଶରେ ଆନାକୁ ଗ୍ରାହକରୁ ଲିଭାଇ କରିଦିଆଯାଇଛି । ହେଲେ ଏପୂର୍ବ ଏସଏଆଇକୁ ଆନାକୁ ଲିଭାଇ କରାଯାଇ ନାହିଁ । ସେହିପରି ଆନାରେ ୪ ବର୍ଷ କାର୍ଯ୍ୟକାଳ ପୂରଣ କରିସାରିଥିବା କନେକ୍ସକ ପ୍ରତାପ ଜେନାଙ୍କ ନାମରେ ବହୁ ଅଭିଯୋଗ

ଚୋରି ଗାଡ଼ି କିଣିବା ମହଙ୍ଗା ପଡ଼ିଲା

ନିଆଳି, ୪୧୧ : ଏକ୍ସପ୍ରେସ୍ ନ୍ୟୁଜ୍
ଚୋରୀ ଗାଡ଼ି କିଣିବା ଜଣେ ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କୁ ମହଙ୍ଗା ପଡ଼ିଛି । ସୂଚନା ମୁତାବକ ନିଆଳି ଥାନାରେ ମାଧ୍ୟମ ଗ୍ରାମର ସୁକାନ୍ତ ମିଲିକ ଘର ଅଗଣା ଗୁରୁକାନ୍ତ ମିଲିକଙ୍କ ନୂଆ ପଇସର ଗାଡ଼ି ଓଡ଼ି-୨୨୧୧୧-୮୮୧୧୨ ଚୋରି ହୋଇଥିବା ନେଇ ଅଭିଯୋଗ ହୋଇଥିଲା । ଅଭିଯୋଗକୁ ଆଧାର କରି ନିଆଳି ପୋଲିସ ୩୯୯/୨୫ରେ ମାମଲା ରୁକ୍ କରି ତଦନ୍ତ କରିଥିଲା । ଗାଡ଼ି ଚୋରି ଘଟଣାରେ ଜିଲ୍ଲା ବାହାରୁ ଅଭିଯୁକ୍ତ ମାନେ ସୀମିଳ ଥିବା ତଦନ୍ତରୁ ପୋଲିସ ଜାଣିବାକୁ ପାଇଥିଲା । ଏହି ଗାଡ଼ି ଟିକ୍ସ ନୟାଗଡ଼ ଜିଲ୍ଲା ଶରଣ କୁଳ ଆନାର ସଂସାରୀ ସେନାପତିଙ୍କୁ ପୁଅ ଶରତ ନେଇ ପୁରୁଷ ଗଣମାଧ୍ୟମରେ ଖବର ଜିଲ୍ଲା ବାସରେ ଥାନା ଅଧିନସ୍ତ

ଦୟା ଓ ମକରା କଲିକଟି ଦଳରେ ଭର୍ତ୍ତି : ଜଳ ନିଷ୍ଠାସନରେ ବାଧା

କଣାସ, ୪୧୧ : ଏକ୍ସପ୍ରେସ୍ ନ୍ୟୁଜ୍
କଣାସ ବ୍ଲକ୍‌ରେ ପ୍ରବାହିତ ହେଉଥିବା ଦୟାନଦୀ ଓ ତାହାର ଶାଖା ନଦୀ ମକରାନଦୀରେ କଲିକଟି ଦଳ ପୂର୍ଣ୍ଣ ଜଳ ନିଷ୍ଠାସନରେ ଗୁରୁତ୍ୱର ବ୍ୟାଘାତ ସୃଷ୍ଟି କରୁଛି ଓ ନଦୀକୁ ସଂଯୋଗ କରୁଥିବା ବିଭିନ୍ନ ନିଷ୍ଠାସନ ନାଳରେ ବଳପୂର୍ଣ୍ଣ ଯୋଗୁଁ ନଦୀରୁ ନାଳମଧ୍ୟଦେଇ ଜଳ ପ୍ରବେଶ କରିପାରୁନଥିବାରୁ ଉଭି ଦିଗରୁ ବାଧାମାନେ ନାହିଁ ନଥିବା ଅସୁବିଧାର ସମ୍ମୁଖୀନ ହେଉଛନ୍ତି । ଏପରି କି କଣାସ ଅଞ୍ଚଳରେ ଦୈନିକ ୧୦୦୦ରୁ ଊର୍ଦ୍ଧ୍ୱ ବିଭିନ୍ନ ଗ୍ରାମର ମଧ୍ୟକଳୀ ତଟାଠାରେ ପ୍ରଭାତରୁ ଚିଲିକା କୁ ଯାଇ ମାଛମାରି ପୁନଶ୍ଚ ସନ୍ଧ୍ୟାକୁ ଘରକୁ ଫେରିଆସନ୍ତି । ଦଳପୂର୍ଣ୍ଣ ଯୋଗୁଁ ତଟା ଯିବାରେ ମଧ୍ୟକଳୀମାନେ ବହୁ ଅସୁବିଧାର ସମ୍ମୁଖୀନ ହେଉଛନ୍ତି ।

ଜିଲ୍ଲାର ବିଭିନ୍ନ କୋର୍ଟରେ ସରକାରୀ ଓକିଲଙ୍କ ଯୋଗଦାନ

କେନ୍ଦ୍ରାପଡ଼ା, ୪୧୧ : ଏକ୍ସପ୍ରେସ୍ ନ୍ୟୁଜ୍
ଦାମିଦିନର ପ୍ରତୀକ୍ଷା ପରେ ଜିଲ୍ଲାର ବିଭିନ୍ନ କୋର୍ଟରେ ସରକାରୀ ଓକିଲ ନିଯୁକ୍ତ ନିର୍ଦ୍ଦେଶ ଶମୀମା ଭାରି ହୋଇଛି । କେନ୍ଦ୍ରାପଡ଼ା ଜିଲ୍ଲାର ବିଭିନ୍ନ ଅଦାଲତରେ ସରକାରୀ ଓକିଲ (ପିପି) ଓ ଅତିରିକ୍ତ ସରକାରୀ ଓକିଲ ନିଯୁକ୍ତ କରାଯାଇଛି । ଜିଲ୍ଲା ତଥା ସେକ୍ଟର ଅଦାଲତରେ ସରକାରୀ ଦୂତର ଭାବେ ନବ କିଶୋର ଗୁରୁ ନିଯୁକ୍ତ ପାଇଥିବା ବେଳେ ସେଣାଲ ପିପି ଭାବେ ସହ କୁମାର ମିଶ୍ର, ଶିବ ପ୍ରସାଦ ସାହୁଙ୍କୁ ନିଯୁକ୍ତ ପ୍ରଦାନ କରାଯାଇଛି । ସେହିପରି ଏଡି କମ୍ ବିଜିଲ୍ଲାସ୍ତ ସେବାଳ ଜଜ୍‌ଙ୍କ ଅଦାଲତରେ ଅତିରିକ୍ତ ପିପି ଭାବେ ସତ୍ୟନାରାୟଣ ସାହୁ, ସିଦ୍ଧେଶ୍ୱରୀଙ୍କ ଅଦାଲତରେ ଆସୋସିଏଟ୍ ଜଜ୍‌ର ଭାବେ ପ୍ରଶାନ୍ତ କୁମାର ପାଣିଗ୍ରାହୀ, ସହକାରୀ ପିପି ଭାବେ ସୂର୍ଯ୍ୟମଣି ଧଳ, ସିଦ୍ଧିକ କୋର୍ଟ ରେଜିଷ୍ଟ୍ରାରଙ୍କ ଅଦାଲତରେ ସତ୍ୟେଶ କୁମାର ମହାପାତ୍ର, ସିଦ୍ଧିକ ଜଜ୍ ବିନୟନ ଡିଭିଜନଙ୍କ ଅଦାଲତରେ ଅତିରିକ୍ତ ସରକାରୀ ଦୂତର ଭାବେ ଚନ୍ଦ୍ରଶୁକ୍ତ ନନ୍ଦ, ସିଦ୍ଧିକ ଜଜ୍ ଏଲ୍‌ଆର୍‌ଙ୍କ ଅଦାଲତରେ ସହକାରୀ ସରକାରୀ ଦୂତର ଭାବେ ବିକେଶ କୁମାର ସାହୁ, ସିଦ୍ଧିକ ଜଜ୍ ବିନୟନ ଡିଭିଜନ ମହିଳା ଅଦାଲତରେ ଆସୋସିଏଟ୍ ଜଜ୍‌ର ଭାବେ ପ୍ରକାଶ ରାଉତ, ସହକାରୀ ପିପି ଭାବେ ନିରଞ୍ଜନ ମାଣି, ଅର୍ଜୁନ କୁମାର ସାହୁ, ଅତିରିକ୍ତ ସିଦ୍ଧିକ ଜଜ୍ ବିନୟନ ଡିଭିଜନରେ ସହକାରୀ ସରକାରୀ ଦୂତର ଭାବେ ଭାବଗ୍ରାହୀ ପଣ୍ଡା, ସିଦ୍ଧିକ ଜଜ୍ ବିନୟନ ଡିଭିଜନ ତଥା ଏସ୍‌ଡିକେଏମ୍‌ଙ୍କ ଅଦାଲତରେ ସହକାରୀ ସରକାରୀ ଦୂତର ଭାବେ ସୁଗ୍ରାଜ କିଶୋର ସାହୁ, ଅତିରିକ୍ତ ପିପି ଭାବେ ଶୁଭଶ୍ରୀ ରାଉତ, ପଦ୍ମକୁମ୍ଭର ସାହୁ, ବିକେଶ କୁମାର ମାଣି, କେଏମ୍‌ଏସ୍‌ଏସ୍‌ (କମ୍‌ରେକ୍)ଙ୍କ ଅଦାଲତରେ ସହକାରୀ ପିପି ଭାବେ ବିପ୍ଳବ ଦୋରା, ରିତା ମିଶ୍ର, କେଏମ୍‌ଏସ୍‌ଏସ୍‌ଙ୍କ ଅଦାଲତରେ ଅତିରିକ୍ତ ପିପି ଭାବେ ବିନାୟକ ନନ୍ଦ, ଉତ୍ତମା ସ୍ୱାଇଁ, ପିଏମ୍‌ଜେକେଡି ଅଦାଲତରେ ଏପିପି ଭାବେ ପ୍ରଶାନ୍ତ କୁମାର ରାଉତ, ବସନ୍ତ କୁମାର ରଥ, ସିଦ୍ଧିକ ଜଜ୍ ପ୍ରୋବେସନରେ ଏପିପି ଭାବେ କିଶୋର କୁମାର ରାଉତ, ଅନସୂୟା ମିଶ୍ର, କେଏମ୍‌ଏସ୍‌ଏସ୍‌ ଏଲ୍‌ଆର୍‌ରେ ଏପିପି ଭାବେ ବିକାଶ କୁମାର ସାହୁ, ସୂର୍ଯ୍ୟନାରାୟଣ ସାହୁ, ଶିଶିଆ ସିଦ୍ଧିକ ଜଜ୍ ବିନୟନ ଡିଭିଜନ କମ୍‌ କେଏମ୍‌ଏସ୍‌ଏସ୍‌ରେ ଅତିରିକ୍ତ ସରକାରୀ ଦୂତର ଭାବେ ବିକ୍ରମ କେଶରୀ ସାହୁ ଓ ଏପିପି

କେନ୍ଦ୍ରାପଡ଼ା, ୪୧୧ : ଏକ୍ସପ୍ରେସ୍ ନ୍ୟୁଜ୍

ଭାବେ ଜୟକୃଷ୍ଣ ସାହୁ, ହିମୋଳ ସିଦ୍ଧିକ ଜଜ୍ ବିନୟନ ଡିଭିଜନରେ ଅତିରିକ୍ତ ସରକାରୀ ଦୂତର ଭାବେ କ୍ଷିତୀଶ କୁମାର ସାହୁ, ସହକାରୀ ଓକିଲ ଭାବେ ଅରୁଣ କୁମାର ଦାସ, ଏଡିକେଏମ୍‌ଙ୍କ ଅଦାଲତରେ ଏପିପି ଭାବେ ସହ କୁମାର ପଟ୍ଟନାୟକ, ପ୍ରତାପ କୁମାର ମିଶ୍ର, କେଏମ୍‌ଏସ୍‌ଏସ୍‌ଙ୍କ ଅଦାଲତରେ ନିଶିକାନ୍ତ ସାହୁ, କାମାକ୍ଷାନଗର ଅତିରିକ୍ତ ଜିଲ୍ଲା ଜଜ୍‌ଙ୍କ ଅଦାଲତରେ ସେଣାଲ ପିପି ଭାବେ ସୂର୍ଯ୍ୟକାନ୍ତ ବିଶ୍ୱାଳ, ପ୍ରଫୁଲ୍ଲ କୁମାର ସାହୁ, ସିଦ୍ଧିକ ଜଜ୍ ବିନୟନ ଡିଭିଜନଙ୍କ ଅଦାଲତରେ ଅତିରିକ୍ତ ସରକାରୀ ଦୂତର ଭାବେ ପବିତ୍ର ମୋହନ ବିଶ୍ୱାଳ, ସହକାରୀ ଓକିଲ ଭାବେ ଅଜିତ କୁମାର ତ୍ରିପାଠୀ, ସିଦ୍ଧିକ ଜଜ୍ କୁନିୟନ ଡିଭିଜନ ଏସ୍‌ଡିକେଏମ୍‌ଙ୍କ ଅଦାଲତରେ ଅତିରିକ୍ତ ସରକାରୀ ଦୂତର ଭାବେ ଶ୍ରୀନିବାସ ଗୁରୁ, ପରଜଙ୍ଗ ସିଦ୍ଧିକ ଜଜ୍ କୁନିୟନ ଡିଭିଜନ କେଏମ୍‌ଏସ୍‌ଏସ୍‌ଙ୍କ ଅଦାଲତରେ ଅତିରିକ୍ତ ସରକାରୀ ଦୂତର ଭାବେ ବିପିନ ପାଣି, ଏପିପି ଭାବେ ସତ୍ୟେଶ କୁମାର ସାହୁ, ପ୍ରତାପ କୁମାର ସାହୁ, ଅରବିନ୍ଦ ସାହୁ, କଳତାହାତ ସିଦ୍ଧିକ ଜଜ୍ ବିନୟନ ଡିଭିଜନ କେଏମ୍‌ଏସ୍‌ଏସ୍‌ଙ୍କ ଅଦାଲତରେ ଏପିପି ଭାବେ କରୁଣାକର ମହନ୍ତ, ହିମୋଳ ଏକ୍‌କିକ୍ସପ୍ରେସ୍ ମାଜିଷ୍ଟ୍ରେଟ୍ ଅଦାଲତରେ ଏପିପି ଭାବେ ଦେବାନନ୍ଦ ପଟ୍ଟନାୟକ ଏବଂ ବକରାମ ଲୋକାଳୁ ନିଯୁକ୍ତ ପ୍ରଦାନ କରାଯାଇଥିବା ଜଣାପଡ଼ିଛି । ସେହିପରି ଏକ୍‌କିକ୍ସପ୍ରେସ୍ ମାଜିଷ୍ଟ୍ରେଟ୍ ଭାବେ ଓଡ଼ାପଡ଼ାରେ ଏପିପି ଭାବେ ପ୍ରତାପ ଚନ୍ଦ୍ର ନାଥ, କାମାକ୍ଷାନଗରରେ ପ୍ରବୋଧ କୁମାର ସାମଲ, ମୃତ୍ୟୁଞ୍ଜୟ ନନ୍ଦ, ଦୀପକ କୁମାର ପାତ୍ର, ପ୍ରଶାନ୍ତ କୁମାର ସାହୁ ଏବଂ ପରଜଙ୍ଗରେ ବେଣୁଧର ସାହୁଙ୍କୁ ନିଯୁକ୍ତ ପ୍ରଦାନ କରାଯାଇଥିବା ବେଳେ ସେମାନେ ଜିଲ୍ଲାପାଳଙ୍କ ପାଖରେ ଉପସ୍ଥିତ ରହିବା ସହ କାର୍ଯ୍ୟରେ ଯୋଗଦାନ କରିଥିବାର ସୂଚନା ମିଳିଛି । ସୂଚନା ଅନୁଯାୟୀ ଜିଲ୍ଲା ଜଜ୍ କୋର୍ଟରେ କିପି ଭାବେ ନିଯୁକ୍ତ ପାଇଥିବା ଆଇନଜୀବୀ ନବକିଶୋର ଗୁରୁ ଗଡ଼କାଲି ପୂର୍ବତନ କିପିଙ୍କ ଠାରୁ କାର୍ଯ୍ୟଭାର ଗ୍ରହଣ କରିଥିବା ଅନ୍ୟ ସମସ୍ତ ସରକାରୀ ଓକିଲମାନେ ନିଜ ନିଜ କୋର୍ଟରେ ଉପସ୍ଥିତ ରହି ଦାୟିତ୍ୱ ନିର୍ବାହ କରିଛନ୍ତି ।

ଗମ୍ଭୀରିଆ ନାଳ ଉପରେ ନିମ୍ନମାନର ସେତୁ ନିର୍ମାଣ କାର୍ଯ୍ୟ

କେନ୍ଦ୍ରାପଡ଼ା, ୪୧୧ : ଏକ୍ସପ୍ରେସ୍ ନ୍ୟୁଜ୍
କଳତାହାତ ରୁକ୍ ପଞ୍ଚାଟିରା ଗମ୍ଭୀରିଆ ନାଳ ଉପରେ ନିମ୍ନମାନର ସେତୁ ନିର୍ମାଣ କାର୍ଯ୍ୟ ଚାଲୁଅଛି । ଏଠାରେ ବହୁଦିନ ଧରି ନୂତନ ପୋଲ ନିର୍ମାଣ କାର୍ଯ୍ୟ ପାଇଁ ଦାବି ହେଉଥିଲା ଏବଂ ସେତୁଟି ବହୁଦିନ ପରେ କାର୍ଯ୍ୟ ଚାଲୁରହିଛି । କିନ୍ତୁ ଦୁର୍ଭାଗ୍ୟ ବିଷୟ ଏଠାରେ ଯେଉଁ ଠିକାଦାର କାର୍ଯ୍ୟ କରୁଛି ତାହା ସୂଚନା ନିରାପତ୍ତା ସହିତ କାର୍ଯ୍ୟ କରୁଛି ଏହି ସେତୁଟି କେତେ ଟଙ୍କା, ଅନୁଦାନ ରାଶି, କିଏ ଠିକାଦାର କି କାର୍ଯ୍ୟ ସୂଚନା ଫଳକ ନାହିଁ । ବିଭାଗର ମତା ବାରମ୍ବାର କହୁଥିବା କଥାକୁ ଠିକାଦାର ବେଖାତିରି କରି କାର୍ଯ୍ୟ କରିଚାଲିଛି । ସବୁଠାରୁ ବଡ଼ କଥା ହେଲା ପରଜଙ୍ଗ ବିଧାୟକ ବିକ୍ରମ ପ୍ରଧାନଙ୍କ ଗାଁରେ ଏହିପରି କାର୍ଯ୍ୟ କରାଯାଇଛି । କାର୍ଯ୍ୟନିର୍ବାହୀ ଅଧିକାରୀ ଉପସ୍ଥିତରେ ନିମ୍ନମାନର କାର୍ଯ୍ୟ ଚାଲୁରହିଛି । ପ୍ରଥମେ ଫାଉଣ୍ଡେସନ ଅତି ନିମ୍ନମାନର କାର୍ଯ୍ୟ ଚାଲୁରହିଥିଲା ବେଳେ ଏହାରି

ମଣି ଖୋଲିବା ବିଳମ୍ବ ଯୋଗୁଁ ଧାନର ଅଭାବି ବିକ୍ରି

ବାଙ୍କୀ, ୪୧୧ : ଏକ୍ସପ୍ରେସ୍ ନ୍ୟୁଜ୍
ବାଙ୍କୀ ଉପଖଣ୍ଡରେ ବାଙ୍କୀ ବ୍ଲକ୍, ତମପଡ଼ା ବ୍ଲକ୍ ଏବଂ ଏସ୍‌ଏସ୍‌ରେ ଖର୍ଚ୍ଚି ଫ୍ ମହେବ । ଫଳରେ ଚାଷୀମାନେ ବାଧ୍ୟ ହୋଇ ବେପାରୀମାନଙ୍କୁ କମ୍ ମୂଲ୍ୟରେ ଧାନବିକ୍ରି କରୁଛନ୍ତି । କଟକ ଜିଲ୍ଲାରେ ତିସେମ୍ବର ୨୬ରୁ ମଣି ଖୋଲାଯାଇ ପ୍ରାଥମିକ ସେବା ସମୟର ସମିତି ଏବଂ ସୂର୍ଯ୍ୟସହାୟକ ଗୋଷ୍ଠୀ ମାଧ୍ୟମରେ ଧାନ କ୍ରୟ କରିବା ପାଇଁ ଶିବ କରାଯାଇଥିବା ବେଳେ ବର୍ତ୍ତମାନ ସୁଦ୍ଧା କୌଣସି ଧାନ ବିକ୍ରି କରାଯାଇ ପାରୁନାହିଁ । ଅଧିକାଂଶ ସେବାସମୟର ସମିତିରେ ଚାଷୀମାନଙ୍କୁ ଧାନ ବିକ୍ରି ପାଇଁ ରୁକ୍‌ନ ଆସିଥିଲେ ମଧ୍ୟ ମିଳର ଆସୁନଥିବାରୁ ମଣି ହେବାର ବିଳମ୍ବ ହେଉଛି । ଫଳରେ ଚାଷୀମାନେ ଧାନକୁ ବେପାରୀମାନଙ୍କୁ କମ୍ ମୂଲ୍ୟରେ ବିକ୍ରି କରା ପାଇଁ ବାଧ୍ୟ ହେଉଛନ୍ତି । ତୁରନ୍ତ ଏଥିପ୍ରତି ସରକାର ଦୃଷ୍ଟି ଦେବାପାଇଁ କୃଷକ ନେତା କାହ୍ନୁଚରଣ ସିଂହ ଦାବି କରିଛନ୍ତି ।

ସ୍ୱାଧୀନତାର ୭୮ ବର୍ଷ ପରେ ବି ଗ୍ରାମକୁ ନାହିଁ ପକ୍ଷା ରାସ୍ତା

ରାଉରକିଲ, ୪୧୧ : ଏକ୍ସପ୍ରେସ୍ ନ୍ୟୁଜ୍
ସ୍ୱାଧୀନତାର ୭୮ ବର୍ଷ ପରେ ଏବଂ ୨୪ ବର୍ଷ ଛାୟା ବିକେଡି ସରକାର ଶାସନ ପରେ ମଧ୍ୟ ବହୁ ଗ୍ରାମକୁ ବର୍ତ୍ତମାନ ସୁଦ୍ଧା ପହଞ୍ଚି ପାରିନି ପକ୍ଷା ରାସ୍ତା । କେଉଁଠି ନାଲି ମାଟିର ରାସ୍ତା ଓ କେଉଁଠି ଅଶସାରିଆ ଖାଲଖମା ମୋଟର ରାସ୍ତା ପାଇବି ଲୋକଙ୍କ ନୀତିବିନିଆ ଲାଜପ ଲାଜପ । ସରକାର ଗ୍ରାମାଞ୍ଚଳ ବିକାଶ ପାଇଁ ଗମନାଗମନକୁ ଗୁରୁତ୍ୱ ଦେଇ ବିଭିନ୍ନ ଯୋଜନା ଥିବା ସତ୍ତ୍ୱେ ବିଭାଗୀୟ ଅଧିକାରୀଙ୍କ ଆଗଭିତ୍ତି ଅଭାବ ଯୋଗୁଁ ଆଠୋଟି ଗ୍ରାମର ହଜାର ହଜାର ଲୋକ ଆଜି ମଧ୍ୟ ନାଲି ମାଟିର ରାସ୍ତାରେ କରୁଛନ୍ତି ଗମନାଗମନ । ସୂଚନାଯୋଗ୍ୟ ସେ, ବିଭାଗୀୟ ଅଧିକାରୀଙ୍କ ନିକଟରେ ବାରମ୍ବାର ଦାବି କରି ନୟାତ ହୋଇଛନ୍ତି ଅଞ୍ଚଳବାସୀ । ଶେଷରେ ମୋହନ

ରାସ୍ତି- ବିଜୟପୁରୀ ୨୨୦ ନମ୍ବର ଜାତୀୟ ରାଜପଥ ଛୋକ ଠାରୁ ୪ଟି ଗାଁ ଯାଆ- ନାରାୟଣ,ରଖାସାହି, ଧଳାଡ଼ିହି, ଗୁରୁକାବାଦି ଗ୍ରାମକୁ ସଂଯୋଗ କରୁଥିବା ୪ କି.ମି ରାସ୍ତାର ଅବସ୍ଥା ନାଲିମାଟି, ଖାଲଖମା, ଅଶାସାରିଆ ରହିଥିବା ବେଳେ

କିଲୋମିଟର, ଭଞ୍ଜସରା ଗ୍ରାମ ଠାରୁ ବଡ଼ବାଇକଳା ୩ କିଲୋମିଟର ଏବଂ ବିକ୍ରମା ଗ୍ରାମଠାରୁ ତିରେକବାଦି ଦେଡ଼ କିଲୋମିଟର ରାସ୍ତାର ଅବସ୍ଥା ସମାନ ଏବଂ ଶୋଚନୀୟ । ଦୀର୍ଘବର୍ଷ ହେଲା ଗ୍ରାମବାସୀମାନେ ରାସ୍ତା ଦୁର୍ଭାଗୀ ଶିକାର ହେଉଥିବା ନେଇ ରାଜରଙ୍ଗପୁର ବିଡ଼ି ଓ ନାରାୟଣା ପ୍ରିୟଦର୍ଶିନୀ ପକ୍ଷାକ ସହିତ ଯୋଗାଯୋଗ ଯାଏ ସରକାରୀ କର୍ମଚାରୀଙ୍କୁ ଧ୍ୟାନ ଦେଇ କହିଛନ୍ତି ସେହି ଗ୍ରାମର ରାସ୍ତାକୁ ଗ୍ରାମ୍ୟ ଉନ୍ନୟନ ବିଭାଗକୁ ହସ୍ତାନ୍ତର କରାଯାଇ । ସେନେଇ ଗ୍ରାମ୍ୟ ଉନ୍ନୟନ ବିଭାଗ ନିର୍ବାହୀ ଅଧିକାରୀ ଯୋଗାଯୋଗ କରାଯାଉ ଏବଂ ଉକ୍ତ ରାସ୍ତା ଗୁଡ଼ିକୁ ନେଇ ସରକାରଙ୍କୁ ଚିଠି କରିଛନ୍ତି ବୋଲି କହିଛନ୍ତି । ତେବେ ଦେଖିବାକୁ ବାକି ରହିଲା ଉକ୍ତ ରାସ୍ତା ସମସ୍ୟା କେବେ ଦୂର ହେଉଛି ।

ଆମର ପାଆନ୍ତ ଉତ୍ସାହ



ଚାନ୍ଦିଆର ବେଳ ଏହାର ବାଣିଜ୍ୟ ହେଉଥିବାର ପ୍ରମାଣ ମିଳିଛି ।
ଲବଙ୍ଗ : ଏହା ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ପାଇଁ ଖୁବ୍ ଲାଭକର । ଶ୍ୱାସ ସମ୍ବନ୍ଧିତ ରୋଗ ପାଇଁ ଏହା ଅମୋହ ଅସ୍ତ୍ର । ଏହା ଶରୀରର ଚକ୍ରାନ୍ତ ଖାଦ୍ୟ ଅଭାବ ପୂରଣ କରିପାରେ । ଏଥିରେ ଲକ୍ଷ୍ମଣନାମ ନାମକ ଉପାଦାନ ମିଳେ । ତାହା ଲବଙ୍ଗର କରୁ ବ୍ୟାପାର ମୂଳ ଉପାଦାନ । ଏହା ଶରୀରର ରକ୍ତସଂଚାର ସ୍ୱାଭାବିକ କରିଥାଏ । ଲବଙ୍ଗରେ ଥିବା କେମ୍ପେଷ୍ଟର ରକ୍ତର ବ୍ୟାପ୍ତ କୋଲେଷ୍ଟେରଲ୍ ନିୟନ୍ତ୍ରିତ କରିଥାଏ ।
ଚାନ୍ଦିଆର ବେଳ ବେଳେ ଗୋଟିଏ ଲବଙ୍ଗ ପକାଇ

ଖାଦ୍ୟରେ ହଳଦୀ ବ୍ୟବହୃତ ହୁଏ । କିନ୍ତୁ ଶୀତ ଦିନେ ଏହାର ସେବନ ଖୁବ୍ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ଉପଯୋଗୀ । ଏଥିରେ କ୍ୟାନ୍ସର ପ୍ରତିରୋଧକ ଚକ୍ର ରହିଛି । ହଳଦୀରେ କୁକରୁମିନାଲ୍‌ସ୍‌ସ୍‌ ନାମକ ଉପାଦାନ ଥାଏ । ଏହି ଉପାଦାନ ଯୋଗୁଁ ହଳଦୀର ରକ୍ତ ଥାଏ । ଏହା ଲିଭରରୁ ବିଷାକ୍ତ ଉପାଦାନ ନିଷ୍କାସନ କରିବା ସହ ରକ୍ତକୁ କୋଲେଷ୍ଟେରଲ୍ ପରିମାଣ କମ୍ କରେ ।
ଭୋଜନରେ ସାଧାରଣଭାବେ ଉପଯୋଗ କରିବା ସହ ଏହାକୁ ଶୀତଦିନେ ସକାଳେ ବା ରାତିରେ ଗରମ ଖୁର ସହ ପିଇବା ଲାଭଦାୟକ ହୋଇଥାଏ ।
ସର୍ବପ୍ରଥମେ ଏହାକୁ କେଶ ରକ୍ଷା କରିବା ପାଇଁ ବ୍ୟବହାର

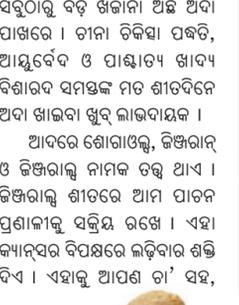
ଓଡ଼ିଶା ଏକ୍ସପ୍ରେସ୍

ଭୁବନେଶ୍ୱର ଓ କେନ୍ଦ୍ରାପଡ଼ା ରୁ ଏକସଙ୍ଗେ ପ୍ରକାଶିତ
ଭୁବନେଶ୍ୱର ୫ ଜାନୁଆରୀ ୨୦୨୬ ସୋମବାର ପୃଷ୍ଠା ୫



ଚାନ୍ଦିଆ ଶୀତ ସହ ଆସିଗଲାଣି ନାନା ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ସମସ୍ୟା । ଏ ଋତୁରେ ନିଜକୁ ଫିଟ୍ ରଖିବା ବି ଗୋଟିଏ ଚ୍ୟାଲେଞ୍ଜ । ଶୀତଋତୁରେ ଚାପମାତ୍ରା କମିଲେ ହୃଦ୍‌ସ୍ପନ୍ଦନ ନାନା ସମସ୍ୟା ବଢ଼ିଯାଏ । କିନ୍ତୁ ଟିକେ

ସକାଳେ ରହିଲେ ସୁସ୍ଥ ରହି ଏ ଋତୁର ଆନନ୍ଦ ଲୁଚି ହୁଏ । ଗରେ ଥିବା ସାଧାରଣ ମସଲା ଏ ଶୀତରେ ଆପଣଙ୍କ ଉତ୍ତମ ଅନୁଭବ ଦେବ । ସୁସ୍ଥ ଓ ସତେଜ ରଖିବା ।
ଅବା : ଶୀତଦିନେ ନିରୋଗଚାର



ସବୁଠାରୁ ବଡ଼ ଖବର ଅଛି ଏହା ପାଖରେ । ଚୀନା ଟିକିଆ ପକ୍ଷି, ଆୟୁର୍ବେଦ ଓ ପାଶ୍ଚାତ୍ୟ ଖାଦ୍ୟ ବିଶାରଦ ସମସ୍ତଙ୍କ ମତ ଶୀତଦିନେ ଅବା ଖାଇବା ଖୁବ୍ ଲାଭଦାୟକ ।
ଆଦରେ ଶୋରାଓଳୁ, ଲିଞ୍ଜିରା ଓ ଲିଞ୍ଜିରାକୁ ନାମକ ତରୁ ଥାଏ । ଲିଞ୍ଜିରାକୁ ଶୀତରେ ଆମ ପାଚନ ପ୍ରଣାଳୀକୁ ସକ୍ରିୟ ରଖେ । ଏହା କ୍ୟାନ୍ସର ବିପକ୍ଷରେ ଲଢ଼ିବାର ଶକ୍ତି ଦିଏ । ଏହାକୁ ଆପଣ ଚାନ୍ଦିଆ ସହ,



କରାଯାଉଥିଲା । ହଜାର ହଜାର ବର୍ଷ ପୂର୍ବେ ଭାରତରେ ଚିକିତ୍ସା ପାଇଁ ହଳଦୀର ଉପଯୋଗ ହେଉଥିବା ସମ୍ପର୍କରେ ପ୍ରମାଣ ମିଳୁଛି ।
ମେଦ ବୃଦ୍ଧି ଅସୁସ୍ଥତାର ଆଉ ଏକ ଲକ୍ଷଣ । ଫିଟ୍ ରହିବା ପାଇଁ ଓଜନ କମ୍ କରିବାକୁ ହେବ । କିନ୍ତୁ କେମିତି ? କେବଳ ଖାଇବା କମ୍ କରିଦେଲେ ଚଳିବନି । ଶରୀରକୁ ସମସ୍ତ ପୋଷକତତ୍ତ୍ୱ ଦେଇଦି ଓଜନ କମ୍ କରିହେବ । ଏଥିପାଇଁ କିଛି ବିଶେଷ କରିବାକୁ ହେବନାହିଁ । ସାଧାରଣ ଭାବରେ ଘରେ ଖାଦ୍ୟରେ ଏସବୁ ଉପଯୋଗ ହୁଏ । କିନ୍ତୁ ଆପଣ ଜାଣିବା ଦରକାର କେଉଁ ଖାଦ୍ୟ ଶରୀରକୁ ଉପଯୁକ୍ତ ପୋଷଣ ଦେବ । ସହ ମେଦକୁ ରୋକିବ ।
ହଳଦୀ : ଏମିତି ତ ଦୈନନ୍ଦିନ



ଏହାକୁ ଚୋପା ସହ ଖାଇଲେ ଭଲ ।
ପନିର : ଯେଉଁମାନେ ମାଛ, ମାଂସ ଖାଆନ୍ତି ନାହିଁ ସେମାନଙ୍କ ପାଇଁ ଖୁବ୍ ଏବଂ ପନିର ସବୁଠାରୁ ଭଲ ବନ୍ଧୁ । ଏଥିରେ କ୍ୟାଲସିୟମ୍, କାର୍ବୋହାଇଡ୍ରେଟ୍, ଭିଟାମିନ୍ 'ଡି' ଓ ପ୍ରୋଟିନ୍ ଥାଏ । ପନିରକୁ ତେଲରେ ନ ଛାଣି ଖାଇବା ସବୁଠୁ ଭଲ ।
କମଳା : ଏଥିରେ ଭିଟାମିନ୍ 'ସି' ପ୍ରଚୁର ମାତ୍ରାରେ ଥାଏ । ଏଥିସହ 'ବି' କମ୍ପ୍ଲେକ୍ସ, ଭିଟାମିନ୍ 'ଏ' ଏବଂ କ୍ୟାଲସିୟମ୍ କିଛି ପରିମାଣରେ ଥାଏ । ଏହାକୁ କେବେବି ଫ୍ରିଜରେ ରଖିବା ଉଚିତ୍ ନୁହେଁ ।
ଶରୀର ପାଇଁ ଆଇରନ୍, କାର୍ବୋହାଇଡ୍ରେଟ୍, 'ବି' କମ୍ପ୍ଲେକ୍ସ, କ୍ୟାଲସିୟମ୍, ମଲ୍ଟି ଭିଟାମିନ୍, ଭିଟାମିନ୍ 'ଏ', 'ସି', 'ଡି', ମିନେରାଲ୍, ଫାଇବର, ଓମେଗା-୩ ଫ୍ୟାଟିଏସିଡ୍, ଫୋଲେଟ୍, ଲୋ ଏକ୍ସାଲ୍‌ଜିନ୍-୧୦, ପ୍ରୋବାୟୋଟିକ୍ସ, ବାୟୋଟିନ୍ ଏବଂ ମେଲାଟୋନିନ୍ ଆଦି ଉପାଦାନ ଅପରିହାର୍ଯ୍ୟ ।



ଫିଲ୍‌ବର, କାର୍ବୋହାଇଡ୍ରେଟ୍‌ସ୍, ଭିଟାମିନ୍ 'ବି', ଫୋଲେଟ୍, ଥାୟାମିନ୍, ଆଇରନ୍, ଜିଙ୍କ, ଭିଟାମିନ୍ 'ଏ' ଓ ଫସ୍‌ଫରସ୍ ମିଳିଥାଏ । ତାଲିକୁ ଶରୀର ପାଇଁ ଆବଶ୍ୟକ ଅଧିକାଂଶ ପୋଷକତତ୍ତ୍ୱ ମିଳିଥାଏ । ଏହାକୁ ଆମେ ପ୍ରେସରକୁକରରେ ସିଝାଇ ଖାଇପାରିବା ।
ଚାମାଟୋ : ଏଥିରେ ପ୍ରଚୁର ପରିମାଣରେ ଭିଟାମିନ୍ 'ସି' ଥାଏ । ଏଥିସହ ଭିଟାମିନ୍ 'ଏ', 'ବି' କମ୍ପ୍ଲେକ୍ସ, ପ୍ରୋଟିନ୍, କାର୍ବୋହାଇଡ୍ରେଟ୍, ଆଇରନ୍, ଆଇରନ୍, ମାଲ୍ଟିଏସିଡ୍, ମଧ୍ୟ ଅଧିକ ପରିମାଣରେ ମିଳେ । ତମାଟୋକୁ କଞ୍ଚା ଖାଇବା ସବୁଠାରୁ ଭଲ ।
ସେଓ : ଏହା ମ୍ୟାଜିକାଲ୍ ଫୁଟ୍ । ଏଥିରେ ଭିଟାମିନ୍ 'ସି', ଫୋଲେଟ୍, ପ୍ରୋଟିନ୍, କ୍ୟାଲସିୟମ୍, କାର୍ବୋହାଇଡ୍ରେଟ୍, ଭିଟାମିନ୍ 'ଏ' ଏବଂ ପ୍ରଚୁର ପରିମାଣରେ ଫାଇବର ଥାଏ ।

ଅନେକ ଲୋକ ଜାଣିପାରନ୍ତି ନାହିଁ ଯେ, ଖାଇବା ଯେତେ କମ୍ କଲେ ବି ଓଜନ କାହିଁକି ବଢ଼ୁଛି । ଓଜନ ବଢ଼ିବାର ଆଉ ଏକ କାରଣ ବିକସିତ ରାତିରେ ଖାଇବା । ଅନେକେ ରାତିରେ ଚେରି ରାତି ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଚିଲି ଦେଖିବା ବେଳେ କିଛି ନା କିଛି ପାଟିରେ ପକାନ୍ତି କିମ୍ବା ଚେରିରାତି ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ପାଠ ପଢ଼ିଲେ ନିଦ ନ ଲାଗିବା ପାଇଁ କିଛି ଖାଆନ୍ତି । ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ବିଶେଷଜ୍ଞମାନଙ୍କ ମତ ବିକସିତ ରାତିରେ ସ୍ୱାଦୁ ଖାଇବା ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ଦୃଷ୍ଟିରୁ ଅନୁକୂଳ ନୁହେଁ । ଆପଣ ବେତାଳମୂରେ ଯାହା ଖାଇବା ତାହା ସିଧାସଳଖ କ୍ୟାଲୋରିରେ ପରିଣତ ହୋଇଯିବ । କାରଣ ରାତିରେ ଖାଇବା ପରେ କୌଣସି ଶାରୀରିକ ସକ୍ରିୟତା ନ ଥାଏ । ଆପଣ ସିଧାସଳଖ



ପାଚନ ପ୍ରଣାଳୀକୁ ବିଚାଡ଼ିଦିଏ । ଆପଣ ଜାଣନ୍ତି କି ତକୋଲେଟ୍ କିମ୍ବା ଟିପ୍‌ପରି ଜଳପୁରୁ ହଳନ କରିବା ପାଇଁ ଶରୀରକୁ ବୁଲୁ ଟିନିଓକ୍ସା ସମୟ ଲାଗିଯାଏ, ତାହା ପୁଣି ଦିନରେ । ତେଣୁ ଯଦି ଆପଣ ରାତିରେ ଏହାକୁ ଖାଇବେ ପେଟର ଅବସ୍ଥା କ'ଣ ହେବ ସହଜରେ ଅନୁମାନ କରିପାରିବେ ।
ଖାଦ୍ୟ ବଦଳିଯିବ ଫ୍ୟାଟ୍‌ରେ
ସ୍ୱାଦୁ ଆପଣ ଦିନରେ ଖାଆନ୍ତୁ ବା ରାତିରେ ଏହା ନିଶ୍ଚୟ ଫ୍ୟାଟ୍ ସୃଷ୍ଟି କରିବ । କାରଣ ଏହା ଚର୍ମପତା, ତେଲିଆ ହୋଇଥାଏ । ଯେଉଁମାନଙ୍କର ଶାରୀରିକ ପରିଶ୍ରମ ଅଧିକ ଥାଏ ସେମାନେ କିଛି ପରିମାଣରେ ଏସବୁ ଖାଦ୍ୟ ଖାଇପାରିବେ । କିନ୍ତୁ ଯଦି ଆପଣଙ୍କ ଶାରୀରିକ ସକ୍ରିୟତା କମ୍ ତାହେଲେ ଜଳ ଫୁଟ୍ ସିଧାସଳଖ ଫ୍ୟାଟ୍‌ରେ ବଦଳିଯିବ ।
ଚାହେଲେ କ'ଣ ଖାଇବେ
- ପପକର୍ଣ୍ଣ ଖାଆନ୍ତୁ କିନ୍ତୁ ଘରେ ତିଆରି କରି । ପପକର୍ଣ୍ଣ ୯୮ ପ୍ରତିଶତ ଫ୍ୟାଟ୍ ଫ୍ରି ।
- ଖୁରସେ ଯେକୌଣସି ଫଳ ଗ୍ରାଭଲ୍ କରି ତିନି ବଦଳରେ ସାମାନ୍ୟ ମଧୁ ମିଶାଇ ଖାଆନ୍ତୁ । ଏଥିରେ ଫ୍ୟାଟ୍ ବଢ଼ିବନି କିନ୍ତୁ ଏନର୍ଜୀ ମିଳିବ ।

- ଅଧିକ ଏନର୍ଜୀ ପାଇଁ କମଳା ଖାଆନ୍ତୁ, ଏଥିରୁ ଭିଟାମିନ୍ 'ସି' ମିଳିବ ।
- ଘର ତିଆରି ଆଇସକ୍ରିମ୍ ଖାଇପାରିବେ ।
ଚାଏଟି ପରେ ବି ଓଜନ ବଢ଼ୁଛି ?
ମାସେ ହେବ ଆପଣ ଚାଏଟି କରୁଛନ୍ତି କିନ୍ତୁ ଓଜନ ଯାହାକୁ ସେଇଯା । ଚା'ର ଅର୍ଥ କିଛି ନା କିଛି ସମସ୍ୟା କେଉଁଠି ରହିଯାଇଛି । ଆପଣ ଯେଉଁ ଉପାୟରେ ଚାଏଟି କରୁଛନ୍ତି ସେଥିରେ ସମସ୍ୟା ନାହିଁତ ? ଚା'ହେଲେ ଦେଖନ୍ତୁ ଆପଣଙ୍କର କେଉଁଠି ଭୁଲ୍ ରହିଯାଇଛି କି ?
ଅଧିକ ଅଳିଭ, ଅଧିକ ଅଧିକ : ଅଧିକାଂଶ ଲୋକ ଭାବନ୍ତି ଅଳିଭ ଅଧିକ ଖାଦ୍ୟ ଉପଯୋଗୀ ତରୁ ଅଛି । ତେଣୁ ଏହାକୁ ଯେତେ ଖାଇଲେ ବି ଯିବ ନାହିଁ । କିନ୍ତୁ ଏକଥା ଭୁଲ୍ । ବିଶେଷଜ୍ଞମାନଙ୍କ ଅନୁଯାୟୀ ଏହା ହୃଦୟ ପାଇଁ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟକରକ, ଭିଟାମିନ୍ 'ଇ' ବି ମିଳେ । କିନ୍ତୁ ଏଥିରେ କ୍ୟାଲୋରି ପରିମାଣ କମ୍ ନାହିଁ । ଗୋଟିଏ ବଡ଼ ଚାପଟ ଅଳିଭ୍ ଅଧିକାଂଶ ୧୨୦ କ୍ୟାଲୋରି ଏବଂ ୧୪ ଗ୍ରାମ୍ ଫ୍ୟାଟ୍ ମିଳେ । ତେଣୁ ଅଳିଭ୍ ଅଧିକ ବ୍ୟବହାର କରିବା ବେଳେ ବି ଏହାର ପରିମାଣ ଦେଖିବାକୁ ହେବ ।
ଫଳରେ ଶର୍କରା : ଅନେକେ ଭାବନ୍ତି ଫଳରେ ଶର୍କରା ପରିମାଣ ଅଧିକ ଥିବାରୁ ମୋଟା ହେବାର ସମ୍ଭାବନା ଅଧିକ । କିନ୍ତୁ ପ୍ରକୃତରେ ଏହା ନୁହେଁ । କାରଣ ଫଳରେ ଥିବା ଶର୍କରା ପ୍ରାକୃତିକ । ଏଥିରେ ଭିଟାମିନ୍, ଫାଇବର ଏବଂ ମିନେରାଲ୍ ବି ପ୍ରଚୁର



ଅଧିକାଂଶ ଲୋକ ଜାଣିପାରନ୍ତି ନାହିଁ ଯେ, ଖାଇବା ଯେତେ କମ୍ କଲେ ବି ଓଜନ କାହିଁକି ବଢ଼ୁଛି । ଓଜନ ବଢ଼ିବାର ଆଉ ଏକ କାରଣ ବିକସିତ ରାତିରେ ଖାଇବା । ଅନେକେ ରାତିରେ ଚେରି ରାତି ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଚିଲି ଦେଖିବା ବେଳେ କିଛି ନା କିଛି ପାଟିରେ ପକାନ୍ତି କିମ୍ବା ଚେରିରାତି ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ପାଠ ପଢ଼ିଲେ ନିଦ ନ ଲାଗିବା ପାଇଁ କିଛି ଖାଆନ୍ତି । ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ବିଶେଷଜ୍ଞମାନଙ୍କ ମତ ବିକସିତ ରାତିରେ ସ୍ୱାଦୁ ଖାଇବା ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ଦୃଷ୍ଟିରୁ ଅନୁକୂଳ ନୁହେଁ । ଆପଣ ବେତାଳମୂରେ ଯାହା ଖାଇବା ତାହା ସିଧାସଳଖ କ୍ୟାଲୋରିରେ ପରିଣତ ହୋଇଯିବ । କାରଣ ରାତିରେ ଖାଇବା ପରେ କୌଣସି ଶାରୀରିକ ସକ୍ରିୟତା ନ ଥାଏ । ଆପଣ ସିଧାସଳଖ

ଋତୁଚକ୍ରରେ ଶୀତ ଋତୁର ସ୍ଥାନ ସ୍ୱତନ୍ତ୍ର । ଏହି ଋତୁରେ ବାୟୁମଣ୍ଡଳର ଉଚ୍ଚତା ହ୍ରାସ ପାଇଥାଏ ଓ ଆତ୍ମତା ମଧ୍ୟ ଯଥେଷ୍ଟ ହ୍ରାସ ପାଇଥାଏ । ଉଚ୍ଚତା ହ୍ରାସ ପାଇବା ଫଳରେ ଶରୀରକୁ ଉଷ୍ମ ରଖିବା ପାଇଁ ଅଧିକ ଶକ୍ତିର ପ୍ରୟୋଗ କରି ହୋଇଥାଏ । ତେଣୁ ଅଧିକ ଖାଦ୍ୟର ମଧ୍ୟ ଆବଶ୍ୟକତା ହୋଇଥାଏ ଓ ଭିଟାମିନ୍ ବିକମ୍ପ୍ଲେକ୍ସର ଅଭାବ ଦେଖାଦେଇଥାଏ । ବିଶେଷ ଭାବେ ରାଇବୋଫ୍ଲାଭିନ୍‌ର ଅଭାବ ହେତୁ ଜିଲ୍‌ଡା, ପାଚିତା ଇତ୍ୟାଦି ହୋଇଥାଏ । ବାୟୁ ମଣ୍ଡଳରୁ ଆତ୍ମତା ହ୍ରାସ ହେତୁ ଚର୍ମ ଶୁଷ୍କ ଓ ନିଶ୍ଚଳ ଦେଖାଯାଏ । ଶୀତର ପ୍ରଭାବରେ ଚର୍ମ ସଂକ୍ରମିତ ହୋଇଥାଏ ଏବଂ ଫାଟ ସୃଷ୍ଟି ହୋଇଥାଏ । ଏଥିରେ ଜୀବାଣୁ ସଂକ୍ରମଣ ହେବାଫଳରେ ଯନ୍ତ୍ରଣା ଓ ରକ୍ତସ୍ରାବ ହୋଇଥାଏ ।

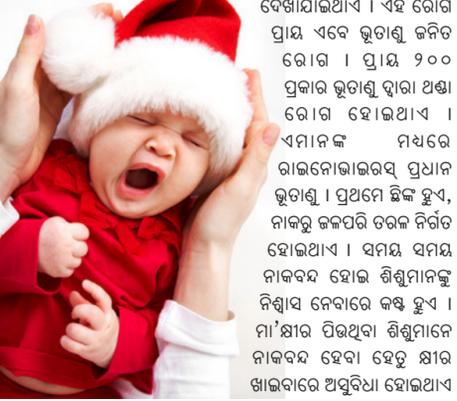
ଅଧିକାଂଶ ଲୋକ ଜାଣିପାରନ୍ତି ନାହିଁ ଯେ, ଖାଇବା ଯେତେ କମ୍ କଲେ ବି ଓଜନ କାହିଁକି ବଢ଼ୁଛି । ଓଜନ ବଢ଼ିବାର ଆଉ ଏକ କାରଣ ବିକସିତ ରାତିରେ ଖାଇବା । ଅନେକେ ରାତିରେ ଚେରି ରାତି ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଚିଲି ଦେଖିବା ବେଳେ କିଛି ନା କିଛି ପାଟିରେ ପକାନ୍ତି କିମ୍ବା ଚେରିରାତି ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ପାଠ ପଢ଼ିଲେ ନିଦ ନ ଲାଗିବା ପାଇଁ କିଛି ଖାଆନ୍ତି । ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ବିଶେଷଜ୍ଞମାନଙ୍କ ମତ ବିକସିତ ରାତିରେ ସ୍ୱାଦୁ ଖାଇବା ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ଦୃଷ୍ଟିରୁ ଅନୁକୂଳ ନୁହେଁ । ଆପଣ ବେତାଳମୂରେ ଯାହା ଖାଇବା ତାହା ସିଧାସଳଖ କ୍ୟାଲୋରିରେ ପରିଣତ ହୋଇଯିବ । କାରଣ ରାତିରେ ଖାଇବା ପରେ କୌଣସି ଶାରୀରିକ ସକ୍ରିୟତା ନ ଥାଏ । ଆପଣ ସିଧାସଳଖ

ଶୀତଦିନିଆ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ସମସ୍ୟା

ଶୁରୁର ଋଷ୍ଟି ।
ଇନ୍‌ଫ୍ଲୁଏନ୍‌ସା ରୋଗ : ଯାହାକୁ ସଂକ୍ରମଣରେ ଫୁଲୁହାଯାଏ । ଏହା ଏକ ଭୂତାଣୁ ଜନିତ ରୋଗ ଯାହାକି ଇନ୍‌ଫ୍ଲୁଏନ୍‌ସା ଭାଇରସ୍ ଦ୍ୱାରା ସଂକ୍ରମିତ ହୋଇଥାଏ । ଏହି ଭୂତାଣୁ ତିନି ପ୍ରକାର ସ, ବି, ଓ ସି । ଇନ୍‌ଫ୍ଲୁଏନ୍‌ସା ଏ ଭୂତାଣୁର ଉପବିଭାଗ ଭୂତାଣୁ ବାଡ଼ିଫୁ ନାମରେ ଜୁଖ୍ୟାତି ଅର୍ଜନ କରିଛି ।



ମାନଙ୍କ ପାଇଁ ଶୀତ ଋତୁ ବିପଜ୍ଜନକ ପରିସ୍ଥିତି ସୃଷ୍ଟି କରିଥାଏ । ଶ୍ୱାସ ରୋଗ ଅଧିକ ପରିମାଣରେ ଦେଖାଯାଏ ତଥା ପୁରାତନ ରୋଗୀଙ୍କ ରୋଗର ଯନ୍ତ୍ରଣା ଅଧିକ ହୋଇଥାଏ । ଏହାର କାରଣ କାକରମୁକ୍ତ ପଦନ, ପୁଷ୍ଟରେଣୁ ଓ ବାୟୁର ଚକ୍ରପ୍ରକର ଅଭାବ ହେତୁ ଗୁହରେ ରହିଯାଉଥିବା ଧୂଳି ଓ ଧୂଆଁ । ଶରୀରର ରୋଗ ପ୍ରତିରୋଧ ଶକ୍ତି କମ୍ ହେତୁ ଜୀବାଣୁ ସଂକ୍ରମଣ ମଧ୍ୟ ହୋଇଥାଏ ।
ପ୍ରତିଷେଧକ : ଶ୍ୱାସରୋଗୀ ଧୂଆଁ, ଧୂଳି, କାକର ପଦନ ଓ ଥଣ୍ଡା ରୋଗୀ ଠାରୁ ଦୂରରେ ରହିବା ଉଚିତ ।
ଚିକିତ୍ସା : ସାଲ୍‌କୁଟାମଲ୍ ନେଚୁଲାଲ୍‌କେସେଡ୍‌ସ୍‌ ଦେବା ଫଳରେ ଶ୍ୱାସ ରୋଗରୁ ଉପକାର ମିଳିଥାଏ ।
ପ୍ରୋବିଓଟିକ୍ସ ଲାଇଭିସ୍ : ଅନ୍ୟ ଏକ ରୋଗ ଯାହାକି ରେଷିରେଟୋରି ସିନ୍‌ସିରିଆଲ୍ ଭାଇରସ୍ ହେତୁ ହୋଇଥାଏ । ସାଧାରଣତଃ ୨ବର୍ଷରୁ



ଶିଶୁମାନଙ୍କୁ ଅଳ୍ପକ୍ଷର ହୋଇଥାଏ । ଗଳାରେ ଯନ୍ତ୍ରଣା, ପୁଷ୍ଟ୍ୟଥା ତୃତୀୟ ଦିନ ନାକରୁ ନିର୍ଗତ ଜଳ ବହଳିଆ ହୋଇଥାଏ କାରଣ ଆରମ୍ଭ ହୋଇଥାଏ ଓ ଏହା ୧୦ରୁ ୧୫ ଦିନ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଲାଗି ରହିଥାଏ । ଥଣ୍ଡା ରୋଗ ସାଧାରଣତଃ ଛିଙ୍କ ଦ୍ୱାରା ପ୍ରସ୍ତୁତ କ୍ଷୁଦ୍ର ଜଳକଣା ଦ୍ୱାରା ରୁମାଲ୍ ମୋବାଇଲ୍ ଇତ୍ୟାଦି ଦ୍ୱାରା ବ୍ୟାପିଥାଏ । ଶିଶୁମାନଙ୍କୁ ଶ୍ୱାସ ରୋଗ, ନିମୋନିଆ, କୁହୁ, କାନପଗା ଇତ୍ୟାଦି ହୋଇଥାଏ ।
ଚିକିତ୍ସା : କୌଣସି ଔଷଧ ଥଣ୍ଡା ରୋଗକୁ ଆରୋଗ୍ୟ କରିବାର ଦେଖାଯାଇନାହିଁ । ଲକ୍ଷଣ ଅନୁସାରେ ରୋଗକୁ ଚିକିତ୍ସା କରାଯାଇଥାଏ ।



ଇନ୍‌ଫ୍ଲୁଏନ୍‌ସା ରୋଗ ଅଧିକାଂଶ ଲକ୍ଷଣ ଦେଖାଗଲେ ମଧ୍ୟ ଅଧିକ ମାରାତ୍ମକ ହୋଇଥାଏ । ଇନ୍‌ଫ୍ଲୁଏନ୍‌ସା ଟାକା ଏହି ରୋଗ ପ୍ରତିଷେଧକ ଭାବରେ ବ୍ୟବହାର କରାଯାଇଥାଏ । ଶ୍ୱାସ ରୋଗୀ

କମ୍ ଶିଶୁ ମାନଙ୍କ ଠାରେ ଏହା ଦେଖାଯାଏ । ଶ୍ୱାସ ପ୍ରଣାଳୀ ନେବାରେ ଏମାନଙ୍କୁ ଅଧିକ କଷ୍ଟ ହୋଇଥାଏ । ଏହି ଶିଶୁମାନଙ୍କୁ ଚାକରଖାନାରେ ରଖିବା ଅଧିକ ହୋଇଥାଏ । କାରଣ ଶିଶୁ ତାର ଖାଦ୍ୟ ଖାଇପାରେ ନାହିଁ ଓ ନିଶ୍ୱାସରେ କଷ୍ଟ ହେତୁ ଅଧିକେନ ଦେବାକୁ ପଡ଼ିଥାଏ ।
ହୃଦ୍‌ବି ବା ଲାର୍‌ ଗୋଟାଣିଓ ହୋକାଲିସ୍ : ଅନ୍ୟ ଏକ ରୋଗ ଯାହାକି ଶିଶୁ ମାନଙ୍କୁ ଅଧିକ ପରିମାଣରେ ଦେଖାଯାଇଥାଏ । କଥା କହିବାରେ କଷ୍ଟ ହୋଇଥାଏ । ଗଳାରେ କଷ୍ଟ ହେତୁ ଖାଇବା ନିଶ୍ୱାସ ନେବା ମଧ୍ୟ କଷ୍ଟ ହୋଇଥାଏ । ଦବରା ହାଣ୍ଡି ପରି କାଣ ହୋଇଥାଏ । ଏହାର କାରଣ ମଧ୍ୟ ଏକ ଭୂତାଣୁ ଓ ଅତ୍ୟଧିକ ଥଣ୍ଡା ହେତୁ ଗଳାରେ ସ୍ୱର ପେଟିକାରେ ପ୍ରଦାହ ସୃଷ୍ଟି ହୋଇଥାଏ । ନେଚୁଲାଲ୍‌କେସେଡ୍‌ସ୍‌ ଚିକିତ୍ସା ଅର୍ଥ ସାଂଘାଟିକ ଅବସ୍ଥାରେ

ଦେଖାଯାଇଥାଏ । ଏହି ରୋଗ ପ୍ରାୟ ଏବେ ଭୂତାଣୁ ଜନିତ ରୋଗ । ପ୍ରାୟ ୨୦୦ ପ୍ରକାର ଭୂତାଣୁ ଦ୍ୱାରା ଥଣ୍ଡା ରୋଗ ହୋଇଥାଏ । ଏମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ରାଇନୋଭାଇରସ୍ ପ୍ରଧାନ ଭୂତାଣୁ । ପ୍ରଥମେ ଛିଙ୍କ ହୁଏ, ନାକରୁ ଜଳପରି ତରଳ ନିର୍ଗତ ହୋଇଥାଏ । ସମୟ ସମୟ ନାକବନ୍ଦ ହୋଇ ଶିଶୁମାନଙ୍କୁ ନିଶ୍ୱାସ ନେବାରେ କଷ୍ଟ ହୁଏ । ମା'କ୍ଷୀର ପିଉଥିବା ଶିଶୁମାନେ ନାକବନ୍ଦ ହେବା ହେତୁ କ୍ଷୀର ଖାଇବାରେ ଅସୁବିଧା ହୋଇଥାଏ

