

સંશોધ

પદ્ધિલ જાળનાલ પ્ર હથ્યા મામલા

સ્વતંત્ર ઓક્ટોબર નિર્માણ કાર્યક્રમ

કચેરી અંસુ, ગાંધીનગર ૭૦૦૫૭: બુન્દુંદું એવી

ગણબાનાર ઓહટ્યા મામલા ૨

અભિયુક્ત રૂભુનેશ્વર પુરમં અનેનું

જીલ્લાનું ગત ૭૪બાંધને નીરોષ રે

ખાલી ન કર્યાશે। ફળને ક્રામમૂાંથી

દેઢ રઘરે પ્રશ્નાથા મૃષ્ટિ હોયાલા।

એ મામલાનું નેન હાલોર્કે પ્રારૂપ

હેબાનું ક્રામમૂાંથી પ્રિયા આરમણ

દોષાંશ કરીછું। એકી પણ કોષે

દોષાંશ કરીછું, નામલાં વંધુાંશને

આદરોને રેનેનોના પરામણી

લોઢાયાણી મુશ્કો સ્વતંત્ર એવી

નિપુંક કાયાંશ, યાહાના મામલાનું

નાયાલાંઘને ટીકી ભાવે પ્રિયાના

કાયાંશપાર બોલિ એ કંઈકાંશી

જાણોહન મારામણી મામલા

સમય નેના એસથાન

કચેરી અંસુ, ગાંધીનગર ૨

પૂર્ણાંશ એવી

નાનાંશ એવી

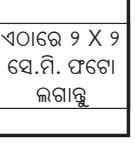
અધ્યક્ષનીંશ એવી

નિર્ણય પ્રિયાનીંશ એવી

નિર્ણય એવી

ન

ଜନ୍ମଦିନର ଶୁଭେତ୍ତୁ



ନାମ:

ବୟସ:

ଜନ୍ମ ତାରିଖ:

ଆଦର୍ଶ

ବାବୁ

ପରିବହର

ସର୍ବବଚାର: ଏହି କୁଣ୍ଡ ହ୍ୟାବାର କରି ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ମାଗନାରେ ବଢ଼ିବାର ଶୁଭେତ୍ତୁ ଜଣାଇବା ପରେପାଇଁ ସହି କୁଣ୍ଡର ଶୁଭେତ୍ତୁ କରିବାର ବିଷୟରେ ବୁଝିଲୁଛା, ଧରିବୁ, ବି-୨୭, ରମ୍ବଲପତ୍ର ଶିକ୍ଷାକ୍ଷେତ୍ର, ଭୁବନେଶ୍ୱର-୧୦ ଠିକଣାରେ ପରିହରିବା ଆବଶ୍ୟକ।

ମୁଖ୍ୟାଙ୍କ ବିଷୟ ବୁଦ୍ଧି ୩

ପ୍ରଭୁତ୍ୱାମ୍ ଉପରେ

A composite image. The main photograph shows a woman with long dark hair, wearing a white short-sleeved dress, sitting on a large fallen tree trunk in a grassy, sunlit area. She is looking down and holding her belly. To the left, there is a circular inset with a blue border showing a closer view of the same woman from the side, resting her head on her hand. In the background, there are trees and a building with a fence.



ଅଧିକାଂଶ ରୋଗୀ କହଥା ତ ଯେ
ଦାତାଙ୍କ ଅଞ୍ଚା ବ୍ୟବହାର ବିନା ଆମେ
କେବେବି ପିଲାଟିଏ ପାଇ ପରିନିଅଛୁ,
ଏହା କେବଳ ସମ୍ବନ୍ଧ ହୋଇଛି ତିଏଇଏ
ସଫ୍ଟମେଣ୍ଟ ବ୍ୟବହାର କରିବା ଦ୍ୱାରା
ଆମେ ବିନା ଅସୁଖିଯାରେ ଗର୍ଭଧାରଣ
କରିବାରେ ସମ୍ଭବ ହୋଇପାରିଛୁ ।
ତିଏଇଏ ସଫ୍ଟମେଣ୍ଟ ସାଧାରଣ ପ୍ରତିବେଶ
ମଧ୍ୟରେ ଆଶ୍ରୋଜେନ ପ୍ରତି ବୃଦ୍ଧି
କରିବାରେ ସାହାଯ୍ୟ କରିଥାଏ, ଯାହା
ଅଞ୍ଚାର କୁଣ୍ଡଲାର ବୃଦ୍ଧି କରିଥାଏ । ଉତ୍କ-
ମୁଣ୍ଡବତ୍ତାର ମୁଣ୍ଡ ଅଞ୍ଚା ଉତ୍କ-ମୁଣ୍ଡବତ୍ତାର
ଏଟିଓକୁ ବିକର୍ତ୍ତି ହୋଇଥାଏ, ଯାହାର
ସଂଘୋଜନାର ସମ୍ବାଦନା ବୃଦ୍ଧି କରିଥାଏ
ଏବଂ ଗର୍ଭନିଷ୍ଠର ଆଶଙ୍କା କମ କରିଥାଏ

ପ୍ରକାଶ



ଆବଶ୍ୟକ ସାମଗ୍ରୀ : ନଟି କଞ୍ଚା
ଅଣ୍ଟା, ୨ଟି ବ୍ରେଦ ସ୍ଲାଇସ, ଲୁଣି,
ଗୋଲମରିଚ ଗୁଡ଼, ୪ଟି ଛୋଟ
ଚାମତ ଲହୁଣି।

ପ୍ରସ୍ତୁତି ପ୍ରଶାଳୀ

ପ୍ରଥମେ ଅଣ୍ଟାକୁ ଭାଙ୍ଗି ଏକ
ପାତ୍ରରେ ରଖିଦିଅଛୁ । ଏଥରେ
ସ୍ଵାଦ ଅନୁସାରେ ଲୁଣି,
ଗୋଲମରିଚ ଗୁଡ଼ ମିଶାନ୍ତି ।
ଏହାପରେ ଏକ ନନ୍ଦିକୁ ପାନ୍ଧି

ଲକ୍ଷ୍ମୀବିନ୍ଦୁ ପକାଇ ଗରମ କରିଛୁ
ଏବେ ବ୍ରେତ ପିସନ୍ତୁ ମେଳ
ଅଣ୍ଟା ମିଶ୍ରଶରେ ଖୁବାଇ ଦିଅଛୁ
ବ୍ରେତକୁ ପ୍ଯାନରେ ପକାଇ
ବ୍ରାଉନ ହେବା ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ସେକାନ୍ତୁ
ଏହାପରେ ବ୍ରେତକୁ ଓଲଗାଇ
ତା'ର ଅନ୍ୟପଚରେ ଏମିତି
ଓଲଗାଇ ସେକାନ୍ତୁ । ଦୁଇ ସାଂଖ୍ୟ
ସେକି ହେଲାପରେ ଏହାକୁ ଏବେ
ଫ୍ଲୋରରେ ରଖିଛୁ । ଏବେ ଏହାକୁ

ଶୀତଦିନ ଆସିଲାମାଟ୍ରେ ଦୂର ରୁକ୍ଷନୀ
ହୋଇଯାଏ । ଏହାର ଅନେକ
କାରଣ ରହିଛି । ପାଗ ଶୁଷ୍ଫୁଷ୍ଟ ହେଲାମାଟ୍ରେ
ଏହାର ପ୍ରତାବ ଦୂରରେ ପଡ଼ିବାକୁ ଲାଗେ
ଏହାବ୍ୟତୀତ କମ୍ ପାରି ପିଲବା ଦ୍ୱାରା
ଦୂର ଦ୍ଵାରା ହୋଇଥାଏ । ଏଥୁଳାଗି ଦୂର
ପାଇଁ ଆପଣଙ୍କୁ ଖାସ ଯଦ୍ବ ନେବା ଜରୁଗା
ମେଳିଅପୁ କରିବା ସମୟରେ କେତେଟି
କଥାକୁ ଧ୍ୟାନ ଦେବା ଜରୁଗା ।
❖ ଶୀତଦିନେ ସାଧାରଣତଃ ନିଜ ଦୂରକୁ

ନେଇ ସଫାସୁତୁରା ରହି ନ ଥାଆନ୍ତି।

ଏଥୁପାଇଁ କେତେକ ସିନ୍ ସମସ୍ୟା ବଢ଼ିଯାଏ ।
 ଅଧିଳୀ କିନ୍ତୁ ଥିବା ଦ୍ୱାରା ଦିନରେ ଦୁଇଥିଲ
 ଫେସ୍‌ଟ୍ରାଙ୍ଗଳ କରିବା ଆବଶ୍ୟକ । ହ୍ରାଏ କିନ୍ତୁ
 ଥିବା ଦ୍ୱାରା ମଣିରେ ମଣିରେ ମଣିରାଜଜର
 ଲଗାଇବା ଆବଶ୍ୟକ । ମୁଁ ଧୋଉଥୁଲେ
 କିମ୍ବା ଗାପୋଡ଼ଥୁଲେ ନିଷ ଉଚ୍ଛ୍ଵାସ ପାଣି
 ବ୍ୟବହାର କଲେ ଭଲ । ଦ୍ୱାରା ହାଇଟ୍ରେକ୍
 ରଖାଇବାକୁ ହେଲେ ପର୍ଯ୍ୟାପ୍ତ ପରିମାଣରେ
 ପାଣି ପିଅନ୍ତୁ ।

❖ ସ୍ଵର କରିବା ପରେ ମୁଁରେ ଅଧିଳ
 ବେସତ୍ତ ମଣିରାଜଜର ବ୍ୟବହାର କରନ୍ତୁ ।

© 2019 Pearson Education, Inc.

ଏହା ଆପଣଙ୍କ ମୁହଁର ଭ୍ରାତାନେସବୁ ରଖି
କରିଥାଏ ।

❖ এবে হাই ক্লিটি থুবা সন্দি

ଲୋଶନ ଲଗାନ୍ତୁ । ଯଦି ପାଉଣ୍ଡେସ
ମୋହନ କୋଣି କୋଣି କିମ୍ବା

କ୍ଷୟବ୍ଧାର କରୁଥା କ୍ଷ ତେବେ ହାନେରା
ଥିବା ମାଉଶେପନ୍ତକ ରମ୍ଯନ ଜନକ ।

❖ ରାତ୍ରିଏଣ୍ଟ ଲୁକ୍ ପାଇଁ ନିଜ ମୁହଁରେ ପିଇ

କୋରଳ, ବ୍ରାଉନ୍ କ୍ରିମି କୁଣ୍ଡର ଲଗାନ୍ତୁ । ଏହି ପ୍ରାଚୀନ ଶିଳ୍ପ ହେଠାଟିରେ ଦେଖାଯାଇଥିଲା

ଧୀରଜ୍ଞାନ ପକ୍ଷରେ ହୁଏଥିବା ମୁଖ୍ୟମାତ୍ର ଦେଶକୁ
ନିଅନ୍ତର୍ଗତ |

❖ ଶୀଘରରେ ସବୁ ରଙ୍ଗ ଭଲ ଲାଗିଥାଏ

କିନ୍ତୁ ଆପଣ ମୁୟଗ୍ରାଲ କଳର ଯେମିତିବି
ବାଉନ୍ଦି, ଗେ କିମ୍ବା ପିଙ୍କ କଳର ବ୍ୟଥି

କରନ୍ତୁ । ଏହା ଭଲ ହେବ ।

❖ଆଖୁର ସୁନ୍ଦରତା ପାଇଁ ଆପଣ
କୋଟିକୋଟି ମହିଳା ଲାଗୁଥାଏ

ତୁମେ କ୍ରାନ୍ତିନ୍ଦ୍ର କଣ୍ଠା ତାରକାଳ
ଲାଲମର ବ୍ୟବସାର ଜରକ । ସ୍ଵାକ୍ଷି ଆକଳ

ଶୀତଦିନରେ ଭଲ ଅପସନ୍ ।

❖ ଶୀତଦିନରେ ଦୂଚା ଏବଂ ୩୦ ଜଳକ୍ଷମ
ଯୋଗ୍ୟ ହୋଇଥାଏ । ଏହାରୁ ବିଲାପ

ଜାଗାଧ ହୋଇଥିବା ଏଥୁଧାଇ ଲାଧୁକାଳ
ସବବେଳେ ପାଖରେ ମିଶ୍ରିତ ରଖନ୍ତି ଏବଂ

ମଣିରେ ମଣିରେ ଏହାର ବ୍ୟବହାର କରନ୍ତୁ

ଶୀତଦିନେ ମେଳାଥ୍ୟ ଟୁପ୍ତ



ସଂଖ୍ୟାପରେ

ପୋଷ୍ଟ ଅନ୍ତିମରେ ଜମା ୧୩୫୫
କୋରି ଦବିଦାର ନାହାନ୍ତି

୨୦୧୯-୨୦ ଆର୍ଥିକ ବର୍ଷରେ ୨ ଘରୋଇ
ବଜାରରେ ୨ ମୁଖ୍ୟ ମନ୍ତ୍ରିକାଙ୍କ ଯୋଜନା
ଆର୍ଯ୍ୟ ହୋଇଛି।

- ଆର୍.ସି. ଭାର୍ଗବ, ଅଧ୍ୟକ୍ଷ, ମାର୍ଗୁଡ଼ି ସ୍କ୍ଵାକି ଇଣ୍ଡିଆ



ଗ୍ରାହକଙ୍କ ପ୍ରମୁଖ ଆବଶ୍ୟକତା ପୁରଣ
ଦିଗରେ ବିଭିନ୍ନ ପଦକ୍ଷେପ ଗ୍ରହଣ କରୁଛି।

- ଶ୍ରୀପେନ ନାୟକ, ନିର୍ଦ୍ଦେଶକ,
ପଞ୍ଚ ଭାଗନ



ରାଜ୍ୟଗୁଡ଼ିକୁ ଚେତାଇଲେ ଗଭର୍ନର ଶକ୍ତିକାନ୍ତ

କୃଷି ରଣ ଛାଡ଼ ପୂର୍ବରୁ ରାଜକୋଷ ଦେଖ

ମୁଖ୍ୟିକ୍ଷା, ୩-୧

ନୂତନିକ୍ଷା, ୩-୧

ରାଜନୈତିକ ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟରେ କେବେଳ
ରାଜ୍ୟ ସରକାର କୃଷି ରଣ ଛାଡ଼
ଯୋଗଣ କରିଛି। ଏହାକୁ ନେଇ
କେତ୍ର ସରକାରଙ୍କ ଉପରେ ଏବେ ରାପ
ବଢ଼ିବାରେ ଲାଗିଛି। ଏ ଦିଗରେ ରାଜପା
ନେତ୍ରଧାରୀ ଏମ୍ବତ୍ତ ସରକାର କି
ପ୍ରକାର ପଦକ୍ଷେପ ନେବେ ରାଜ୍ୟ
ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟରେ ପୋଷ୍ଟ ଅନ୍ତିମରେ ଜମା ରହିଛି।

ନୂତନିକ୍ଷା, ୩-୧

