

























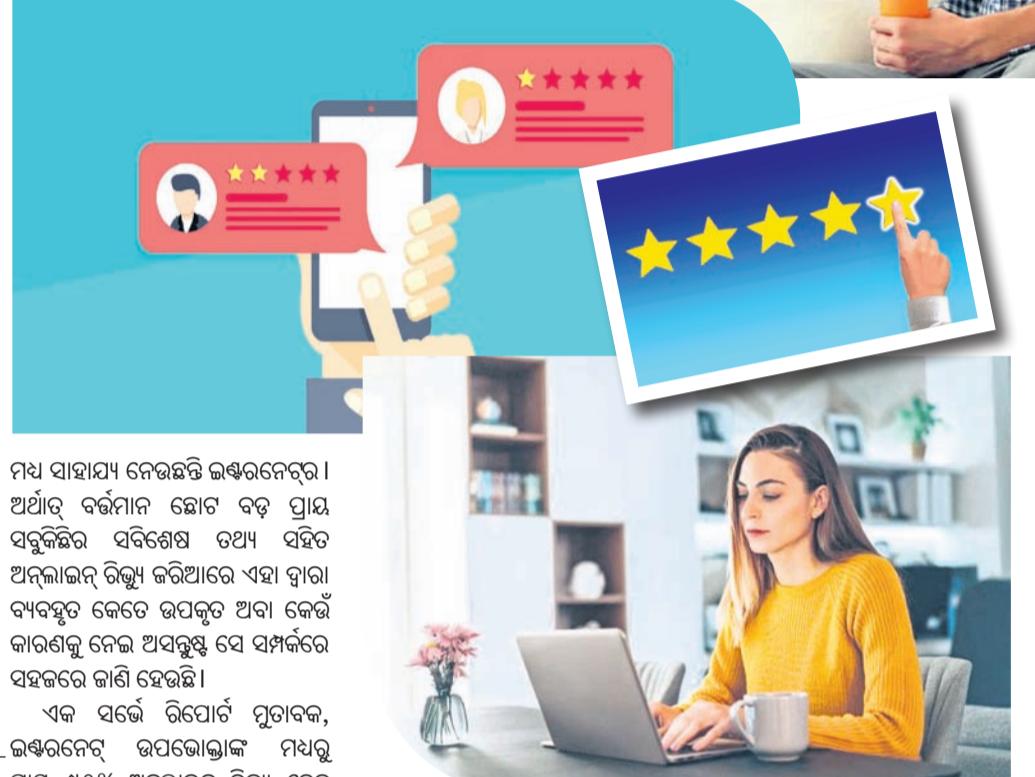


ବଉସାନ ବ୍ୟବହାର  
 କରିବା ପୂର୍ବରୁ କୌଣସି  
 ଜିନିଷ ବିଷୟରେ  
 ଜାଣିବାରେ ଉପଭୋକ୍ତାଙ୍କୁ  
 ଦେଶ ସାହାଯ୍ୟ କରୁଛି  
 ଅନ୍ତରୀଳରୁ ରିଭ୍ୟୁ  
 ତେବେ ଏହା କେତେ  
 ଭରସା ଯୋଗ୍ୟ ତାହା  
 ପଶୁବାଚି...

ଦୟାମାନ ଅଧୁକାଂଶ ବିଭିନ୍ନ କାର୍ଯ୍ୟ  
ଲାଗି ଇଶ୍ଵରରେ ବ୍ୟବହାର  
କରୁଥିଲେ । ଏମିତିକି କୌଣସି ନୂଆ  
ଆୟିକେଶନ, ପ୍ରତକ୍ଷ ବ୍ୟବହାର କରିବା  
ହେଉ ଥିବା କିଛି ନୂଆ ସାମଗ୍ରୀ କିଣିବା  
ପରିନ ଏହା ବିଶ୍ୱମରେ ଲାଣିବା ଲାଗି



# ଅମ୍ବାରାଜୁ ରିଉୟ



ମଧ୍ୟ ସାହାଯ୍ୟ ନେଉଛକ୍ତି ଲକ୍ଷ୍ମୀରନେଚର ।  
 ଅର୍ଥାତ୍ ବର୍ତ୍ତମାନ ଛୋଟ ବଡ଼ ପ୍ରାୟ  
 ସୁର୍କଳିତିର ସଦିଶେଷ ତଥ୍ୟ ସହିତ  
 ଅନ୍ତରୀଳର ଭିତ୍ତି ଜରିଆରେ ଏହା ଦ୍ୱାରା  
 ବ୍ୟବହୃତ କେତେ ଉପକୃତ ଅବା କେଉଁ  
 କାରଣକୁ ନେଇ ଅସମ୍ଭବ ସେ ସମ୍ପର୍କରେ  
 ମହଙ୍ଗରେ ଜାଣି ଦେଇଛି ।

ଏକ ସର୍ତ୍ତେ ରିପୋର୍ଟ ମୁତାବିକ,  
ଜଣଶୀଳନେଟ୍ ଉପଭୋକ୍ତ୍ଵଙ୍କ ମଧ୍ୟ  
ପ୍ରାୟ ୯୯% ଅନ୍ତର୍ଜାଲର ରିଭ୍ୟୁ ଚେକ  
କରିଥାଆନ୍ତି । ସେମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟ ୮୫%  
ଏହା ଉପରେ ବିଶ୍ୱାସ କରୁଥିବା ବେଳେ  
୮୮% ଏହା ଅନ୍ତର୍ବାରେ ନିଷ୍ପତ୍ତି ନେଉଥିବା  
ଜଣାପଡ଼ିଛି ।  
**ଜାଣିରଖନ୍ତୁ...**  
❖ ଅନ୍ତର୍ଜାଲର ରିଭ୍ୟୁରେ ଖୁବି ଭଲ ଭଲ  
କମେଣ୍ଟ୍ ଦେଖି କିମ୍ବା ବିଭିନ୍ନ ପଢ଼ିବା

ବାୟୁବରେ ଖରାପ ପଡ଼ୁଥିବାର  
ଅଭିଯୋଗ ଅନେକଙ୍କାରୁ ଶୁଣିବାକୁ  
ମିଳେ । ତେଣୁ କେବଳ ପଞ୍ଜିଭୁ  
କମେଷ୍ଟ ପଢ଼ି ଖୁସି ହୋଇଯିବା  
ପରିବର୍ତ୍ତେ ନେଗେଟିଭ କମେଷ୍ଟ  
କି ପାରନ୍ତା ଏହା ଦ୍ୱାରା ଲିହି  
ଉପଭୋକ୍ତାଙ୍କ ଅସନ୍ତୁଷ୍ଟିର କାରଣ  
ଜାଣିବା ଦ୍ୱାରା ଝୁଣ୍ଡ ଆପଣଙ୍କୁ  
ଏହାକୁ ବ୍ୟାବହାର କରିବାର ନିଷ୍ପତ୍ତି  
ନେବା ସହଜ ହେବ ।

❖ ଅନେକ କମ୍ପ୍ୟୁଟର ବିଭିନ୍ନ  
ଫୋନ୍‌ବାଲାକ୍ଷେତ୍ରରେ ନିଜ ପଦ୍ଧତିଗ୍ରହିକର

ପ୍ରମୋଶନ ପାଇଁ ରିଭ୍ୟୁରେ ଖୁବ ଭଲ  
ଭଲ କମେଷ୍ଟ୍ ଦେବା ଲାଗି ପ୍ରିଲାମ୍‌  
ରାଜଚରମାନଙ୍କୁ ଚଙ୍ଗା ଦେଖଥାଆନ୍ତି ।  
କେବଳ ଏହିକି ନହେଁ ଏହାଛି ଯ ପାର  
ପଡ଼େ, ଯଦ୍ବାରା ନିଷ୍ପତ୍ତି ନେବାରେ  
ସୁଧିଧା ହୁଏ । ମୋବାଇଲ୍ ଫୋନ୍ କିମ୍ବା  
ଅନ୍ୟ ଲେନ୍‌କ୍ରୋନିକ ସାମଗ୍ରୀ କିମ୍ବା  
ତେଣେ ଏଥା ଭଲ ଜାପନେ ଥାଏ ।

ବିଶ୍ୱରୂପା

ମନ୍ଦିର

ଯୁଥ ଆଳଣ

# ଡକ୍ଟର ଜିତିନ୍ ପାତ୍ର... ଏହିପରିଚୟ

**୬୭** ସ୍କଲ୍‌ବରେ ସାଧାରଣତଃ  
ଗୋଟିଏ ପ୍ଲାନରେ ଦୀର୍ଘସମୟ  
ବସିବା, ଚାଇପ କରିବା, କଖୁରିଗରକୁ  
ଚାହିଁବା ଇତ୍ୟାଦି ଯୋଗୁ ମୋଦ ବହୁଳତା,  
ଶରୀରରେ ଯନ୍ତ୍ରଣା, ପାଦ ପୁଲିବା, ଅର୍ଶ  
ଉଳି ସମସ୍ୟା ଦେଖାଦେଖିଥାଏ । କେବଳ  
ଏତିକି ମୁହଁ ଅନେକଙ୍କଠାରେ ସବୁରୁ  
ଜଟିଳ ସମସ୍ୟା ସାଜିଥାଏ ସଞ୍ଚିଲାଙ୍ଗିଥିୟ ।  
ଯାହାକି ବେକ, କାନ୍ଧ, ପିଠିରେ ଅସହ୍ୟ  
ଯନ୍ତ୍ରଣା ସୃଷ୍ଟି କରିଥାଏ । ଯଦି ଆପଣ  
ଡେସ୍କ ଜାବ କରୁଛନ୍ତି ଏବଂ ଏତିକି ସମସ୍ୟା  
ଦେଇ ଗତି କରୁଛନ୍ତି ତେବେ ଏଶୁ ତେଣୁ  
ମେତିରେ ଖାଇବା ପିରବରେ କେତେଟି  
ଘରୋଇ ଉପଚାର ଆପଣାଙ୍କେ ଅଧିକ  
ଉପକୃତ ହୋଇପାରିବେ । ଜାଣି ରଖନ୍ତୁ ଏ  
ସମ୍ପର୍କରେ....

ପରାର ହେଉଛି ଯୋଗ । ପ୍ରତିଦିନ  
ଯୋଗ କରିବା ଦ୍ୱାରା ମୋହୁଦଶ୍ଵରେ ଥୁବା  
ଅନେଥିବା କମ ହୋଇଥାଏ । ବିଶେଷ କରି  
ଲଜ୍ଜାସନ, ବକ୍ରାସନ, ଅର୍ଧତକ୍ରାସନ,  
ତୁରାସନ, ଶବାସନ ଇତ୍ୟାଦି ବେଶ୍ୱର  
କାରାର । ତେବେ କୌଣସି ଯୋଗ  
ନର, ଫିଙ୍ଗଓଥାରାପିଷ୍ଠଳେ ପରାମର୍ଶ

ଯେପରି ବେକ, ପିଠି, ଅଞ୍ଚା ସିଧା ରହିବ ।  
ଗରମ ଏବଂ ଥଣ୍ଡା ଉପଚାରଃ ଯନ୍ତ୍ରଣା  
ହେଉଥିବା ଖୁନରେ ଆଇସ୍ ପ୍ୟାଲ୍  
ଲଗାଛୁ । ନଚେତ ଆପଣ ହିଟ୍ ପ୍ୟାଭରେ  
ବି ସେକି ପାରିବେ । ଉଷ୍ମମ ପାଣିରେ  
ଗାଧୋଇବା ବି କିଛି ମାତ୍ରାରେ ଯନ୍ତ୍ରଣା  
ହେଉଥିବା ପାଇଁ କିମ୍ବା ।

**ମସାଜ:** ସଞ୍ଚିଲାଇଟ୍‌ସ୍ ଯନ୍ତ୍ରଣା  
କମାଇବା ଲାଗି ମସାଜ ମଧ୍ୟ ବେଶ୍ୱ  
ଉପାୟ । ଯେଉଁ ପ୍ଲାନରେ ଯନ୍ତ୍ରଣା ହେଉଛି  
ସେଠାରେ ଧୀରେ ଧୀରେ ଚାପ ପକାଇ  
ମସାଜ କରିବା ଦ୍ୱାରା ଝିଅନେସ ଦୂର  
ହୋଇଥାଏ ଏବଂ ଯନ୍ତ୍ରଣା କମିଆଏ ।  
ସୌରିଷ ଲେଲରେ କିଛି କୋଳା ରମୁଣ  
ଫୁଗାଇ ପ୍ରଭାବିତ ପ୍ଲାନରେ ମସାଜ କଲେ  
ଅଧିକ ପରିମା ହେବେ ।

ବେଳ ଏକ୍ଷରସାଇଜି ଯେହେତୁ  
 ସ୍ଵତ୍ତିଲାଙ୍ଗଟିପ୍ପରେ ବେଳ ଅଧିକ ପ୍ରଭାବିତ  
 ହୋଇଥାଏ ତେଣୁ ଏଥରୁ ଉପଶମ  
 ପାଇବା ଲାଗି ଏହାର ଏକ୍ଷର ସାଇଜି  
 ସବୁରୁ ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ବିଭିନ୍ନ ପ୍ରକାରର ମେନ୍‌କ  
 ସ୍ପ୍ରେଚ ଏକ୍ଷରସାଇଜି ରହିଛି, ଯାହାକୁ ଠିକ୍  
 ଭାବେ କରିବାର ଶୌନ୍ଦର ଏବଂ ସମୟ  
 ଅଧିକ ବିଶାଯରେ ଏକ୍ଷରପଞ୍ଜାରୁ  
 ମରାର୍ଥ ମେନ୍ଦର ଆଖଣ୍ୟାଳ ।



# ଶାହିଦଙ୍କୁ ସମ୍ମାନ ଅଭିନେତାର ପରିଚୟ ଦେଖା ‘କବିର ସି’

ମୁୟାଳା: ଅଭିନେତା ଶାହିଦ କପୁରଙ୍କ  
ଅଭିନୀତ ‘କବିର ସି’ ରିଲିଜର  
ପ୍ରଥମ ଦିନରେ ହିଁ ୨୦୯୫ ଟଙ୍କା  
ଅର୍ଜନ କରିପାରିଛି । ଏହାଦ୍ୱାରା  
ଶାହିଦ କପୁର ନିଜ କ୍ୟାରିୟରରେ  
ସବୁଦୁ ବଡ଼ ସଂଗଲତା ଅର୍ଜନ  
କରିପାରିଛନ୍ତି । ପିଲ୍ଲ ନିର୍ମାତାଙ୍କ  
କହିବାହୁମାୟୀ, କବିର ସି ହେଉଛି  
ତେଲୁଗୁ ପିଲ୍ଲ ‘ଆଞ୍ଜନ ରେଣ୍ଟ’ର  
ରିମେକ୍ ଶୁଣିବାର ଏହା ମୁଣିଲାଭ  
କରିଥୁବାବେଳେ ୨୦.୨୧ କୋଟି  
ଅର୍ଜନ କରିପାରିଛି । ସମୀପ ରେଣ୍ଟ  
ଭାଙ୍ଗାଙ୍କ ନିର୍ଦ୍ଦେଶିତ ଏହି ପିଲ୍ଲ  
ଚଲିତବର୍ଷର ଅନ୍ତରେ କେତେକ ବଢ଼ ଅପିସ  
ହିଁଟ ପିଲ୍ଲ ସହ ଯୋଡ଼ି ହୋଇପାରିଛି ।  
ବଦ୍ୟାଯିକ ବିଶ୍ୱସକ ତରନ ଆଦରଣ

ଶନିବାର ବୁଲଗ୍ କରିଛନ୍ତି, ‘କବିର ସି’ ପ୍ରଥମ ଦିନରେ ହିଁ ହିର୍ର ହୋଇଛି । ଏହାବ୍ରାତା ଶାହିଦ କପୁରଙ୍କ ସର୍ବୋଭାବ କ୍ୟାରିଯର ଆରମ୍ଭ ହୋଇଛି । ଏହା ମଧ୍ୟ ‘ପଲ୍ଲାବଡ଼’ର ପ୍ରଥମ ଦିନ ଚିଲିଙ୍ଗର ଆୟ (୧୯କେଟି)କୁ ଟିପ୍ପଣୀ କରିଯାଇଛି । ୨୦୧୯ରେ ‘ଗୋଟାଳ ଧମାଳ’ (ଆଶ୍ରମ୍ଭଦିନ ରିଲିଜ) ର ପ୍ରଥମ ଦିନର ଆୟ (୧୭.୪୦ କେଟି)କୁ ମଧ୍ୟ ଅତିକ୍ରମ କରିଯାଇଛି । ଫିଲ୍ ଦେଖୁବାକୁ ତରୁଣ ଦର୍ଶକଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ଅହେତୁକ ଆଗ୍ରହ ବୃଦ୍ଧିପାଇଥିବାରୁ ଏତେଟା ସଂକଳତା ମିଳିଥିବା ଆଦର୍ଶ ପ୍ରକାଶ କରିଛନ୍ତି । ତାଙ୍କ କହିବାନ୍ତିରୀମ୍ୟାୟ 1, ଭାରତର ୩,୧୨୩ ପ୍ରେସାଳୟରେ ଏହା ରିଲିଜ ହୋଇଛି । ମୂଳ ପିଲ୍ଲାରେ ଅଭିନେତା ବିଜୟ ଦେବେରବୋଣ୍ଟା ଏବଂ ଅଭିନେତ୍ରୀ ଶାଲିନୀ ପାଣ୍ଡେ ଅଭିନୟ କରିଥିବାବେଳେ ଏହାର ହିମୀ ରିମେକ୍ସରେ ଅଭିନୟ କରିଛନ୍ତି ଶାହିଦ ଏବଂ କିମ୍ବାରା ଆତତାନୀ । ‘କବିର ସି’ରେ କବିର (ଶାହିଦ) ଜଣେ ଶେଷବର୍ଷ ମେତିକାଳ ଛାତ୍ର । ସେ ତାଙ୍କ କୁମିଳିର ଛାତ୍ରୀ ପ୍ରାତି (କିମ୍ବାରା)ଙ୍କ ପ୍ରେମରେ ପଡ଼ିଯାଇଛନ୍ତି । ଉଚ୍ଚ ପିଲ୍ଲାକୁ ମିଳିତ ଭାବେ ପ୍ରସ୍ତୁତ କରିଛନ୍ତି ଭୂଷଣ କୁମାର, ମୁରାବ ଖେତାନି, କିଶ୍ଚନ କୁମାର ଏବଂ ଅଶ୍ଵିନ ଭାର୍ଦେ ।

## ଦୀପିକାଙ୍କୁ ପରିଚୟପତ୍ର ମାଗିଲେ ଏକାର୍ଥର୍ ସିଲାରିଶ

ମୁଖ୍ୟାଙ୍କ: ବିମାନବଦର ପ୍ରବେଶପଥରେ ଜଣେ ନିରାପଦା କର୍ମଚାରୀ ବଳିତେତିଅଭିନେତ୍ରୀ ଦୀପିକା ପାଦୁକୋମଙ୍କୁ ପରିଚୟ ପଡ଼ି ଦେଖାଇବାକୁ କହି ଧାର୍ଯ୍ୟ ବିଧୁ ବ୍ୟବସାର ଅନୁସରଣ କରୁଥିବା ପ୍ରମାଣିତ ହୋଇଛି । ଏ ସମ୍ପର୍କରେ ଭିତିଓ ସୋସିଆଲ ମିଡିଆରେ ଭାଇରାଲ ହେବାରେ ଲାଗିଛି । ଦୀପିକା ବିମାନ ବନ୍ଦରରେ ପ୍ରବେଶ କରୁଥିବା ବେଳେ ଜଣେ ନିରାପଦା କର୍ମଚାରୀ ତାଙ୍କୁ ଅଟକାଇ ପରିଚୟପତ୍ର ଦେଖାଇବାକୁ କହିଥୁଲେ । ଦୀପିକା ମଧ୍ୟ କାଳବିଳିମ୍ ନ କରି ନିଜ ବ୍ୟାଗରୁ ପରିଚୟପତ୍ର ବାହାର କରି ସଞ୍ଚୂଳି କର୍ମଚାରୀଙ୍କୁ ଦେଖାଇଥୁଲେ । ଦୀପିକାଙ୍କର ଏପରି ସକାରାମ୍ବଳ ଆଚରଣ ଦେଖି ଅନେକ ସୋସିଆଲ ମିଡିଆ ବ୍ୟବହାରକାରୀ ତାଙ୍କ ପାଖକୁ ଚାଲି ଆସିଥୁଲେ । ଏହି ଦୃଶ୍ୟ ଦେଖି ଜଣେ ବ୍ୟକ୍ତି ଜନନ୍ଦ୍ରାଗ୍ରାମରେ ପୋଷ୍ଟ କରିଛନ୍ତି, ‘ଲାଗିବା ଆପଣି ବେଖୋଦିଥାଓ























