

ଆଜି କ'ଣ କେବେ

ବର୍ତ୍ତପାଳ

◆ ଭ୍ରାମା କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ

ପ୍ଲାନ୍ - ନାଲକ୍ଷ୍ମୀ କ୍ରେଟିଭ୍ ସେଲିଂ

ସମୟ - ସନ୍ଧ୍ୟା ଗ୍ରାମ

ସଂଖ୍ୟେପରେ

ଗୋରା ମଦ କାରିବାର

ରୋକିବା ଉପରେ ଚାଲୁଛି

ବର୍ତ୍ତା, ୨୭.୧୦.୨୦୧୯ (ଡି.ଏନ.ୱ.)

ଗ୍ରାମାଙ୍କରେ ମାତ୍ରମାତ୍ର ଗୋରା ମଦ

ବିକ୍ରି କରିବାରେ ଲାଇଟିକ୍ ଫଲରେ

ଆଜନ୍ତୁଶ୍ଵରାଳୀ ବିପର୍ଯ୍ୟାପ୍ତ ହୋଇଥିଲା

ଗୋରା ମଦ ବିକ୍ରିରେ ଗୋରା ଲଗାରବା

ପାଇଁ ପାଇସି ଅଧିକ ମୁଦ୍ରା ଦେବ ବୋଲି

କରିବାର କିଶୋରମନ୍ଦିର ମୁକ୍ତ ହେଣ୍ଟା

ଆମା ପଶୁର ହିଜିଦ୍ବା ଗ୍ରାମରେ ଅନୁଷ୍ଠାନିକ

ଆମ ପାଇସି ସମିତି ବୈଠକରେ

ଯୋଗଦେଖିଥା ଗ୍ରାମବାସୀ ମତ ପ୍ରକାଶ

କରିଛି ଅନ୍ତର୍ଭାବରେ ମୋବାଇଲ୍ ସେବା

ଯୋଗାର ଦେବ ପାଇଁ ଗ୍ରାମବାସୀ ଦାବୀ

କରିଥିଲେ । ଏହିପରି ହତା ରପଦ୍ରବ

ଲାକ୍ଷ ରହୁଥିବାରେ ପ୍ରସାଦନ ପକ୍ଷରୁ

ପଦକ୍ଷେପ ନିଆୟାର ନ ଥାବା ଯୋଗ୍ୟ

ଅଧ୍ୟାତ୍ମିକ ଦେଖାଦେଖିଥା । ମିଥ୍ୟା

ଫୋନ୍ କଲାପୁ ଦୁରଗର ହିତ ଏତେମା

ନମ୍ରା କାହାରୁ ହେବାର ମାଧ୍ୟମରେ

ନ ଦେବାକୁ ବୈଠକରେ ପରାମର୍ଶ

ଦିଆଯାଇଥାବା । ଶିକ୍ଷାବିହିତ୍ରେ କ୍ଲୋନ୍

ପ୍ରାକାଶକ ସାପାରି କରିବାରେ ଅନୁଷ୍ଠାନିକ

ବୈଠକରେ ଆମାର ଅନୁଷ୍ଠାନିକ

ବୈଠକରେ ହେତୁ ଆମାର ଅନୁଷ୍ଠାନିକ

ଶ୍ଵର

କ୍ରାନ୍ତିକା ମଧ୍ୟାଜ୍ଞାନ ବ୍ୟକ୍ତି



❖ଲାବେଶ୍ଵର ଏସେନ୍ଦ୍ରିଆଳ କ୍ୟାଣ୍ଡେଲ
ମସାଜ ଦ୍ୱାରା ଦୂରାରେ ଥୁବା ଏହି,
ରିଙ୍ଗଲ ମାର୍କ, ସନ୍ତବନ୍ଧ ଆଦି ସମସ୍ୟା
ଦୂର ହୋଇଥାଏ । ଏହା ମୁଣ୍ଡବିନ୍ଦୀ,

କୁଡ଼ିପ୍ରେସର ଆଦି କମ୍ କରିବାରେ
ସାହାଯ୍ୟ କରିଥାଏ ।

- ❖ କୋକା ବଚର ଥେରାପି ଦ୍ଵାରା ମୁଁ ଦେଇଲା ଏବଂ ଚିକଣା କରିଥାଏ ।
 - ❖ ଗୋଜମେରି ଅଥଳ କ୍ୟାଣ୍ଡେଲ ମସାଜ କରିବା ଦ୍ଵାରା ରୂପଶଶ ଦୂର ହୋଇଥାଏ ଏବଂ ତାହା ଚିକଣା ମୁଁ ଦେଇ ଲାଗିଥାଏ । ତେବେ ଏହା ଡିପ୍ରେଶନ ଦୂର କରିବାରେ ସାହାଯ୍ୟ କରିଥାଏ ।
 - ❖ ଲେମନ ଆରୋମା କ୍ୟାଣ୍ଡେଲ ମସାଜ ମଧ୍ୟ ଝିନ କେନ୍ଦ୍ର ସହ ମୁଣ୍ଡିବିଶା ଜୋକୋବା ଅଥଳ କ୍ୟାଣ୍ଡେଲ ମସାଜ ଥେରାପି ପିଗମେଣ୍ଟେନ, ଭୁଗାରେ ରିଙ୍କିଲ ମାର୍କ, କ୍ଲେମିସ୍ ଲାଭ୍ୟାଦି ହ୍ରାସ କରିଥାଏ ।
 - ❖ ସାଣ୍ଡେଲ କ୍ୟାଣ୍ଡେଲ ମସାଜ ଦ୍ଵାରା ରୂପଶଶ ଦୂର କରିବା ଲାଗି ଦେଖୁ ଉପାୟ । କେବଳ ଏତିକି ମୁହଁସେଁ, ଏହା ନିଦ୍ରାଷ୍ଵାସତା ସମସ୍ୟାରୁ ପୁଣ୍ଡି ଦେଇଥାଏ । ଏହା ପ୍ରାକୃତିକ ପେନ୍ଦିଲର ଭଲ କାମ କରିଥାଏ ।

ଶ୍ରୀ. ପାତ୍ରାଜନ୍ମା ପଢ଼ିଛା ।

ଗଭାବୟା ଉଭୟ
ମା' ଏବଂ ଗର୍ଭପୁଣି ଶିଶୁ ଲାଗି
ଦେଶ ସମେଦନଶୀଳ
ସମୟା ଏ ସମୟରେ
ସାମାନ୍ୟ ଅସୁରିଧା ଉଭୟଙ୍କ
ଜୀବନ ପ୍ରତି ବିପଦପୂର୍ଣ୍ଣା
ଠିକ୍ ସେଉଳି ଏକ ସମୟା
ହେଉଛି ଏହି ଅବୟାରେ
ଚର୍ଚ ସଂକ୍ରମଣ, ଯାହାକି
ଶିଶୁର ବିକଳାଜାତା
ପାଇ ମୁଖ୍ୟତଃ ଦାୟୀ...

ଗ ଭାବସ୍ଥାରେ କୁକୁର ବା ବିଲେଇ
ଏହି ପରଜାବୀ କାଟ ଗର୍ଭବତୀ ନାରୀ
ଦେହକୁ ଯାଇ ଚର୍କ ସଂକ୍ରମଣ ବା
ଚକ୍ରସୋଧ୍ୟମୋସିସ୍ କରାଇଥାଏ ।
ଏହା ଟି-ଚକ୍ରସୋଧ୍ୟମୋସିସ୍ ଓ ଅନ୍ୟ
ଜନଫେକସନ୍ ଯଥା ସିପିଲିସ୍,
ହେପାଗାଇଟିସ୍ ବି, ଲିଷ୍ଟ୍‌ରୋସିସ୍,
ପାର୍ଶ୍ଵ ଭାଇରସ୍ ବି ୧୯, କନ୍ସାକି
ଭାଇରସ୍, ଆର-ବୁବେଳା ଭାଇରସ୍,
ସି-ସାଇଟେ ମେଗାଲୋ ଭାଇରସ୍
ଏବଂ ଏବ-ହରପିସ୍ ସିପ୍‌ଲୁକ୍ ଭାଇରସ୍
ପାଇଁ ହୋଇଥାଏ । ଏହାଦ୍ଵାରା ଶିଶୁର ବଡ଼
ମୁଣ୍ଡ, ସାନ ମୁଣ୍ଡ, କୋରିଓରେଟିନାଇଟିସ୍,
ମୟିଷ୍ଟ ଓ ଅନ୍ୟ ଅଂଶ ନଷ୍ଟ ହେବା
ସହ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ଷମ ନ ହୋଇପାରିବା
ଭଲି ସମୟା ସୃଷ୍ଟି କରିଥାଏ । କେବଳ
- ଏତି ନୁହେଁ, ଏହାଦ୍ଵାରା ଗର୍ଭନଷ୍ଟ,
ଗର୍ଭରେ ଶିଶୁ ମୃତ୍ୟୁ ଆଦି ଜଟିଳତା ମଧ୍ୟ
ଦେଖାଦେଇଥାଏ । ଏହି ସଂକ୍ରମଣରେ
ପ୍ରାୟ ଶତକତା ୪୦ ଭାଗ ଶିଶୁ ସଂକ୍ରମିତ
ହୋଇଥାଏ । ବେଳେବେଳେ ଅତ୍ୟଧିକ
ସଂକ୍ରମଣ ହୋଇଥିଲେ, ପ୍ରଥମ ୩
ମାସରେ ଶତକତା ୧୪ଭାଗ, ଦ୍ଵିତୀୟ ୩
ମାସରେ ୨୪ ଭାଗ ଓ ତୃତୀୟ ମାସରେ
୪୦ଭାଗ ଶିଶୁ ପ୍ରଭାବିତ ହୋଇଥାଏ ।
ଚିହ୍ନଟଃସବୁ ଗର୍ଭବତୀ ନାରୀଙ୍କର ଏକିଷା
ଚେଷ୍ଟା ଦ୍ୱାରା ଚକ୍ରସୋ, ଆଇଜିଜି ଓ
ଆଇଜିଏମ୍ ଚେଷ୍ଟା ହୋଇଥାଏ । ଏହା

ହୋଇଗଲେ ଏକମାସ ରୁ ଣ ମାସ ମଧ୍ୟରେ ଏହା ଗର୍ଭପୂଳୀ ଓ ଶିଶୁକୁ ସଂକ୍ରମଣ କରିଥାଏ, ଫଳରେ ଜନ୍ମଗତ ରୁବେଲା ସିଷ୍ଟ୍ରୋମ ହୋଇଥାଏ । ଶତକଡ଼ା ୩୦ଭାଗ ଶିଶୁ ଏହି ରୋଗ ଓ ବିକଳାଙ୍ଗତା ଭୋଗିଥାନ୍ତି । ଫଳରେ ସେଇ ଶିଶୁମାନଙ୍କର ମଧୁମେହ ରୋଗ, ସବୁ ଆକ୍ର୍ଯୁମର ପାନ୍ତ୍ରିଯାଟିସ୍ ତଥା ଟି-ସେଲ୍ ବିକଳାଙ୍ଗତା ଦେଖାଇଥାଏ ।

ରୁବେଲା ପାଇଁ କିକା ନେଲେ ଏଥିରୁ ପ୍ରାୟ ଶତ ପ୍ରତିଶତ ସୁରକ୍ଷା ମିଳିଥାଏ । କିଶୋରୀ ୧ ବୟସରେ ଏହି ଟିକା ନେବା ସବୁଠାରୁ ଉଭମ । ଏମ୍ବେମିଆର ଭାଙ୍ଗିନ ନେଲେ ପ୍ରାୟ ଛଞ୍ଚମାସ ପରେ ଗର୍ଭଧାରଣ କରିଛେ । ଗର୍ଭଧାରଣ ସମୟରେ ଏହି ଟିକା (ଲାଇଭ ଭାଙ୍ଗିନ) ନେବା ଠିକ୍ ନୁହେଁ ।

ସାଇଗୋମୋଗାଲୋ ଭାଇରସ ବା ଆକ୍ରମଣ କଲେ ଗର୍ଭପୂଳୀ ଶିଶୁର ଜନ୍ମଗତ ବିକଳାଙ୍ଗତା ଦେଖାଦେବା ସହ ମାନସିକ ବିକାଶ ମନ୍ତ୍ର ହୋଇଥାଏ । ଏହା ଜନନେନ୍ଦ୍ରିୟ ଦ୍ୱାରା ସଂକ୍ରମିତ ହୋଇଥାଏ ।

ଏଥୁରେ ପ୍ରାୟ ଶତକଡ଼ା ୩୦ଭାଗ ଶିଶୁ ଗୁରୁତ୍ବର ଭାବରେ ସଂକ୍ରମିତ ହୋଇଥିବା ବେଳେ ତନ୍ତ୍ରଧର୍ଵ ଶତକଡ଼ା ୮୦ଭାଗ ଶିଶୁ ସ୍ଥାୟିକିକ ଦୂର୍ବଳତାର ଶିକାର ହୋଇଥାନ୍ତି । ରକ୍ତ ପରିୟା ସ୍ତରା ସିଏମଭି ଭୂତାଣ୍ଡ ଚିହ୍ନଟ ହେଲେ ଭାଙ୍ଗରଙ୍କ ପରାମର୍ଶକ୍ରମେ ଆସାଇବୋଭିର ଭଳି ଗାନ୍ଧି ସାଇକ୍ଲୋଭିର ବଟିକାର ଫୁଲ କୋର୍ଦ୍ଦ ଦିଆଯାଇଥାଏ ।

ହରପିସ ସିପ୍ଲେକ୍ସ ସଂକ୍ରମଣ : ହରପିସ ସିପ୍ଲେକ୍ସ ଗାଲପାଣ୍ଟ ଭୂତାଣ୍ଡ ସଂକ୍ରମଣ ହେଲେ ଗର୍ଭବତାଙ୍କ ଠାରେ କ୍ରାଚ,

A woman is lying down with her eyes closed, receiving a facial massage. A hand is gently holding her forehead. A white flower is tucked behind her ear. A white towel is wrapped around her middle. In the background, there are green plants and lit candles.

ଜାଣିରେଖାକୁ...

■ ବସାଦନେ ପଳାଙ୍କ ଦେହୁରେ
ଫଙ୍ଗାଲ ଓ ରିଙ୍ଗଥୁମ୍ ଜନଫେବ୍ରାନର
ଆଶଙ୍କା ଅଧିକ । ଏହା ଅପରିଷ୍ଠାର
ପାଶି କିମ୍ବା ପୋଷା ଜୀବଜୀବଙ୍କ
ଯୋଗୁ ହୋଇପାରେ । ତେଣୁ
ଏବିନେ ପିଲାଙ୍କୁ ଜୀବଜୀବଙ୍କ ଠାରୁ
ଦୂରେଇ ରଖନ୍ତୁ । ସେମାନଙ୍କ
ପୋଷାକ ଆଣିପେଣ୍ଟିକ କିମ୍ବା
ମେଡ଼ିକେଟେ ସଲ୍ଲୁଗନରେ ସଫା
କରନ୍ତୁ । ସେମାନଙ୍କ ଶରାରକୁ ଓଦା
ହେବାକୁ ଦିଅନ୍ତୁ ନାହିଁ ସର୍ବଦା ସଫା
ଏବଂ ଶୁଣୁଲା ରଖନ୍ତୁ । ନରମ ଏବଂ
ଆରାମଦାୟକ ପୋଷାକ ପିଣାନ୍ତୁ ।
ଯଦି ଶରାରରେ କୌଣସି ଲ୍ଲାନରେ
କୁଣ୍ଡାଇ ହେବା କିମ୍ବା ଲାଲ ଦାଗ
ଦେଖାଦିଏ ତେବେ ତୁରନ୍ତ ଡାକ୍ତରଙ୍କ
ପରାମର୍ଶ ନିଅନ୍ତୁ ।

■ ଯଦି କିଛି ଦ୍ଵାରା ସମ୍ପତ୍ତି ଅସୁରିଥା
ଯଥା କୁଣ୍ଡାଇ ହେବା, ଫଳିଯିବା,
ଲାଲ ପଢ଼ିବା ଆଦି ଘେଞ୍ଚି ତେବେ
କିଛି ଲିମ୍ ପଢ଼ିବା ଉଚ୍ଚ ଲ୍ଲାନରେ

ବାୟୁ ଟିକେନ ବିରିଯ୍ୟାଦି

ଆବଶ୍ୟକ ସାମଗ୍ରୀ: ୪୦୦
ଗ୍ରାମ ଚିକେନ୍, ୨ କପ ବାସମଣି
ଚାଉଳ, ଏକ ଚାମତ ଗୋଲମରିଟ
ଗୁଡ଼, ୧/୨ ଚାମତ
ହଳଦାଗୁଡ଼, ଏକ ଚାମତ
ଲଙ୍କାଗୁଡ଼, ଏକ ଚାମତ
ଧନିଆ ପାଉଡ଼ର,
୧/୨ ଚାମତ ଜିରା,
ଏକ ଚାମତ ବିରିଯାନି
ମସଲା, ୭ଇଞ୍ଚର ଅଦା,
୮-୧୦ କୋଲା ରସୁଣ,
କଗା ପିଆଜ ଅଧା କପ,
ଧନିଆପତ୍ର, ପୁନିନାପତ୍ର,
ଦଷ୍ଟି, ୪ ଚାମତ ତେଲ,
ଗୋଟା ମସଲା, କେସର,
ଲୁଣ ସ୍ଵାଦମୁସାରେ।

ପ୍ରପୁଣି ପ୍ରଶାଳୀ: ପିଆଜକୁ
ଲାଲ୍ ହେବା ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଭାଙ୍ଗି ରଖନ୍ତୁ
ଅଦା ରସୁଣକୁ ପେଣ୍ଠକରି ଦିଆନ୍ତୁ।
ସବୁ ମସଲାକୁ ଦୁଇଭାଗ କରି
ଦିଆନ୍ତୁ। ପ୍ରଥମେ ଗୋଟିଏ ପାତ୍ରରେ
ଚିକେନ୍ ନେଇ ସେଥିରେ ଗୋଟା
ମସଲା, ଲୁଣ, ହଳଦାଗୁଡ଼,
ଲଙ୍କାଗୁଡ଼, ଅଦା ରସୁଣ ପେଣ୍ଠ,
ଧନିଆ ପାଉଡ଼ର, ବିରିଯାନି ମସଲା,
ଭଜା ପିଆଜ, ଦଷ୍ଟି, ପେନିନା ଏବଂ
ଧନିଆପତ୍ର, ତେଲ ପକାଇ ଭଲ
ଭାବେ ଗୋଲାଇ ଏକବୁ ଦୁଇଘର୍ଣ୍ଣା
ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ମାରିନେଇ କରନ୍ତୁ। ଅନ୍ୟ
ପାତ୍ରରେ ଚାଉଳ ନିଆନ୍ତୁ। ସେଥିରେ
ରାନ୍ତି ଆମା ରଖାଇଥାର ମସଲା

ଏକରୁ ଦୁଇଘଣ୍ଠା ଛାଡ଼ିଦିଅଛୁ ।
ବର୍ଷମାନ ଏକ ବାଉଁଶି ନେଇ ତା'ର ଭିତର

ଭାଗକୁ ଭଲ ଭାବେ ଧୋଇ ଦିଆନ୍ତୁ

A close-up photograph of a yellow, textured surface, likely a piece of fruit or a vegetable, showing a small tear and some internal pulp.

ସେଥିରେ ଅଛୁ ତେଲ ଲଗାଇ ଦିଆନ୍ତୁ
ପ୍ରଥମେ ଦୁଇ ଗାମାଟ ଚିକେନ୍ ଏବଂ ପଟେଲ
୪-୫ ଚାମଟ ଗାଉଳ ମିଶ୍ରଣକୁ ରଖନ୍ତୁ
ଏହିପରି ସବୁ ଗାଉଳ ଏବଂ ଚିକେନକୁ
ବାଉଁଶ ଭିତରେ ରଖୁ କେସର ମିଶା ଅଛୁ
ପାଣି ଦିଆନ୍ତୁ, ଯେପରି ତାହା ବାଉଁଶକୁ
ଆରମ୍ଭରୁ ଶେଷ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଯିବା । ପଟେଲ
ବାଉଁଶକୁ ଏକ ଆଲୁଚିନିଯମ ଫର୍କ
ପେପରରେ ମୁଢ଼େଇ ଦିଆନ୍ତୁ । ଏହାକୁ
ନିଆଁରେ ରଖନ୍ତୁ ଏବଂ ଭଲ ଭାବେ ସିଟିବି
ଲାଗି ମଞ୍ଜିରେ ମଞ୍ଜିରେ ଓଲାଇ ଦିଆନ୍ତୁ
୩୦-୩୪ ମିନିଟ୍ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଏପରି ରଖିବ
ପରେ ଏହାକୁ ଆଞ୍ଚରୁ କାହିଁ ୪-୧୦ ମିନିଟ୍
ଛାଡ଼ିଦିଅନ୍ତୁ । ବର୍ତ୍ତମାନ ପ୍ରସ୍ତ ହୋଇଗଲା
ନାମ କିମ୍ବାକି । ଏହାକୁ ମରମ ରବାର

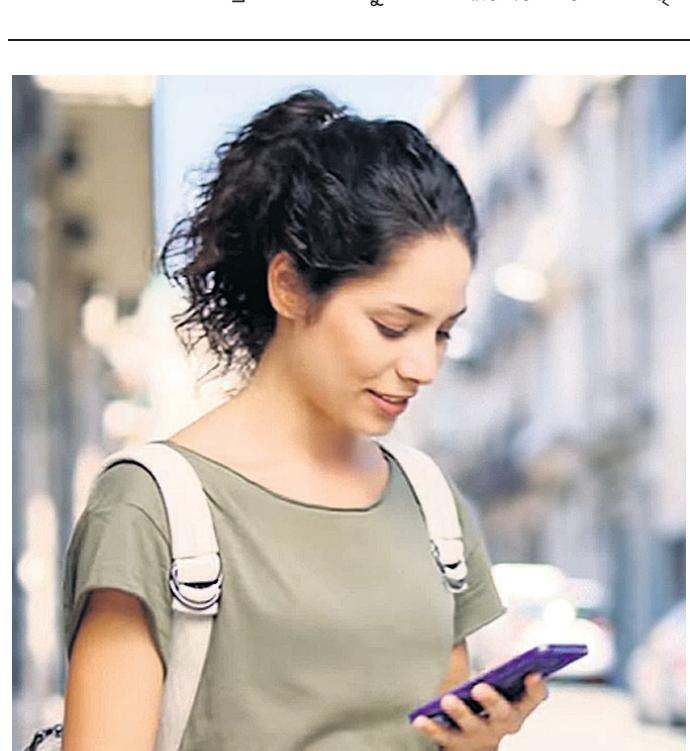
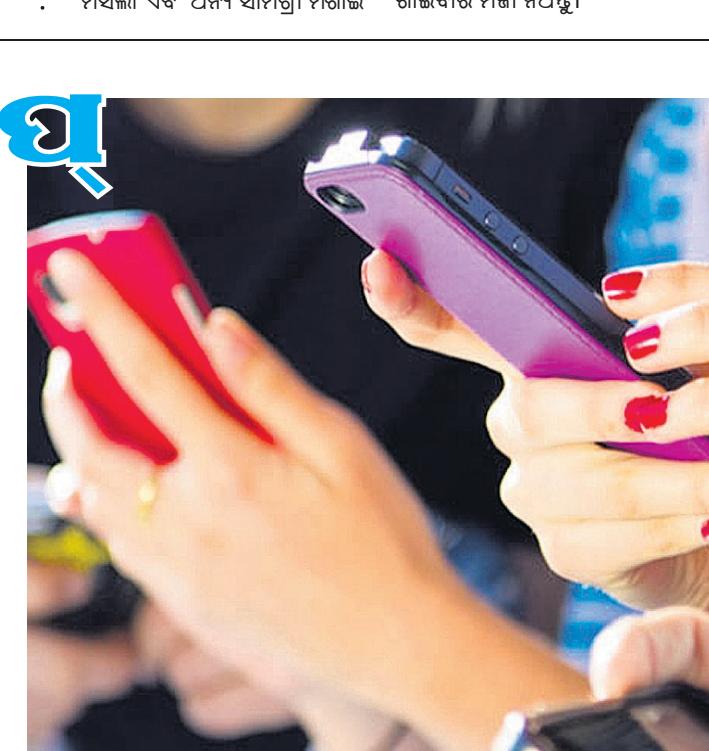
ପ୍ରକାଶକ ମାର୍କୀଟ୍ ଅନ୍ତର୍ଜାଲରେ

ରୀମାନ ଛୋଟରୁ ବଡ଼, ପୁରୁଷ୍ଠ ମହିଳା ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ସମୟକୁ
ଦିଲାଇଲା ହାତରେ ଦେଖିବାକୁ ମିଳୁଛି ମୋବାଇଲ ଫୋନ୍ ।
ଆଉ ସମୟକୁ ଆବଶ୍ୟକତା ତଥା ରୁଚିକୁ ଦେଖୁ ଭିନ୍ନ ଭିନ୍ନ
ଆୟିକେଶନ ମଧ୍ୟ ଡାଉନାଲାଡ଼ କରି ବ୍ୟବହାର କରି ହେଉଛି ।
ତେବେ ଏଭଳି କିଛି ଆୟୁ ରହିଛି ଯାହାକି ପ୍ରତ୍ୟେକ ମହିଳାଙ୍କ

ଲାଗି ବେଶ ଉପକାରୀ । ଜାଗିରଖାତୁ ସେ ସମ୍ପର୍କରେ...
ମାଝୁଁ ସେଫ୍ଟିଲ୍ୟ: ଏହି ଆୟ ସବୁ ମହିଳାଙ୍କ ଲାଗି ବିଶେଷକରି
 କର୍ମଜୀବୀ ମହିଳାଙ୍କ ଲାଗି ବେଶ ଉପକାରୀ । ଏଥରେ
 ଜିଏସ୍ ଗ୍ରାହି, ଡାଇରେକ୍ଟ୍ ଫର୍ମ ସେଫ୍ଟି ରୁଚି,
 ଏମଙ୍ଗେବୁ କଣ୍ଠାକୁ ନମ୍ବର ଆଦି ପିଚର ରହିଛି । ଏହା
 କୌଣସି ଅଜଣା କିମ୍ବା ବିପଦପୂର୍ଣ୍ଣ ଛୁନକୁ ଗଲେ ସଙ୍ଗେ
 ସଙ୍ଗେ ମୃତେଜ୍ଞ ଦେଲଥାଏ । ଫଳରେ ମହିଳାଙ୍କୁ ଭୁବନ୍ତ
 ନିଜ ପରିବାର, ବନ୍ଧୁ କିମ୍ବା ପରିଚିତଙ୍କୁ ନିଜକୁ ଗ୍ରାହ୍ୟ
 କରିବାଲାଗି ଆଲାଟ୍ କରିବାରେ ସୁବିଧା ହୋଇଥାଏ ।
 ହିମ୍ବ ପୂସ୍ ଏବଂ ରକ୍ଷା ଭଲି ଆପ ରଖିବା ଦ୍ୱାରା ମଧ୍ୟ
 ଏପରି ସୁବିଧା ମିଳାରିବ ।

ଜୀବନ ଭିତରେ ମହିଳାମାନେ ସାଧାରଣତଃ ନିଜ ପ୍ରିୟ
ଅବହେଲା କରି ବସନ୍ତି । ଏମିତିକି କୌଣସି ସ୍ଵାମୀ
ସମସ୍ୟା ଥିଲେ ଏହାର ଉଷ୍ଣତା ବି ଯଥା ସମୟରେ
ଖାଲବାକୁ ଭୁଲଯାଆନ୍ତି ଏବଂ ପରବର୍ତ୍ତୀ ସମୟରେ
ଅଧିକ କଷ୍ଟ ପାଆନ୍ତି । ତେବେ ମହିଳାଙ୍କ ଏପରି ସମସ୍ୟା
ଦୂରକରିବା ଲାଗି ମେଡ଼ିସେସ୍ ମେଡ଼ ଏବଂ ପିନ୍
ରିମାଇଶ୍ଵର ଭଳି ଆୟ ଡିଜାଇନ କରାଯାଇଛନ୍ତି । ଏହି
ଆପଣଙ୍କ କଳ୍ପ ପ୍ରେସର, ଗ୍ଲୁକୋଗ୍ର ଆଦି ପ୍ରତି ନିଜ
ରଙ୍ଗବା ସହ ଟିକ୍ ସମୟରେ ଉଷ୍ଣତା କିମ୍ବା ଅନ୍ୟାନ୍ୟ
ସମ୍ବିମେଷ ଖାଲବା ଲାଗି ରିମାଇଶ୍ଵର ବି ଦେଇଥାଏ ।

ଅର୍ବାନ କ୍ଲ୍ୟାପ: ଗୃହିଣୀଙ୍କୁ ବିଭିନ୍ନ ସୁବିଧା ଯୋଗାଇଦେବ
ଲାଗି ଏହି ଆୟ ଶ୍ଵେଶାଳ ଡିଜାଇନ କରାଯାଇଛନ୍ତି
ଘରେ ପୁରୁଷ ସଦସ୍ୟ ନ ଥିବା ବେଳେ ହୋଇ ଘରର
କୌଣସି ଜଗନ୍ନାଥ କାମ ଲାଗି ମୁସର, କାର୍ପେଣ୍ଟର
ଇଲେକ୍ଟ୍ରିସିଅନ୍‌କୁ ଡକିବାକୁ ହେଲେ ଏହି ଆୟର
ସାହାଯ୍ୟ ନେଇପାରିବେ । ଏଥୁରୁ କେଉଁ କାର୍ଯ୍ୟ ଲାଗି
କାହାକୁ କେତେ ଚଙ୍ଗା ଦେବାକୁ ହେବ ମଧ୍ୟ ଜଣିହେବ



ସଂଶୋଧନ

ଭାରତର ଫିଫା
କ୍ଲାନ୍‌ଡାୟର୍ସ
ଚିକିତ୍ସା ବିକ୍ରି ଆଗ୍ରହ



ଅଳିମ୍‌ପିକ ଚେଷ୍ଟ ଜତେଶ୍ୱରେ ଭଲ ପ୍ରଦର୍ଶନ ପରେ
ଆମର ଆମ୍ବିଶ୍ୱାସ ବୃକ୍ଷ ପାଇଛି, ହେଲେ ଆମକୁ
କେତେକ କ୍ଷେତ୍ରରେ ଉନ୍ନତି ଆଶିବାକୁ ହେବ ।

– ରାଣୀ ରାମପାଲ, ମହିଳା ହକି ଅଧ୍ୟନୀକୀ



୧୪ ବର୍ଷରୁ କମ ସାଧ୍ୟ ପୁରୁଷଙ୍କ ବୁନ୍ଦାମେଣ୍ଟରେ ଶାରୀରିକ
ଦକ୍ଷତା ଦୃଷ୍ଟିରୁ ଶୀଳଙ୍କା ଖେଳାଳିମାନେ ଉନ୍ନତ ଥିବାରୁ
ଆମ ଦଳ ପାଇଁ ସମସ୍ୟା ସୃଷ୍ଟି କରିପାରନ୍ତି ।

– ବିବିଆନୋ ଫର୍ମାଣିଜ୍, ଭାରତୀୟ ଦଳର କୋର୍



ବିଶ୍ୱ ମାର୍ଟାଲ ଆର୍ଟ
ମାନ୍ୟରଶିୟ ପ୍ରତିଯୋଗିତା
ଭାରତରୁ ଏକମାତ୍ର
ଅନୁପମା ସ୍ଥାଇ

ଭୁବନେଶ୍ୱର, ୨୩୮ (ବ୍ରାତା ପ୍ରତିକିଧି):

ଦକ୍ଷିଣ କୋରିଆର ବୁନ୍ଦାମେଣ୍ଟରେ ଅଗଷ୍ଟ

୩୧ରୁ ସେମେର ଏ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଦିବ୍ସି

ମାର୍ଶିଳ ଆର୍ଟ ମାନ୍ୟରଶିୟ ପ୍ରତିଯୋଗିତା

ଅନୁଷ୍ଠାନିକ ହେବ । ଏଥରେ ଭାରତରୁ

ଏକମାତ୍ର ଏଲାଇଟ ଖେଳାଳିଭାବେ

ଉଚ୍ଚକ କଟାଇ କରିବାକୁ ଗଲେ

ସମସ୍ୟା ଆଶ୍ୟା ନୂତନ କୁଳ

ସମସ୍ୟା ପ୍ରଦାନ କରାଯିବା

ନେଇ ବିର୍ତ୍ତନରେ ଭାଗ

ଗଠିତ ହେଲେ ଉଚ୍ଚ କୁଳପୁଢ଼ିକଙ୍କ

ସମସ୍ୟା ପାଇଁ କରାଯିବା

ଜିଲ୍ଲାରୁ କହମାନେ ଏହି ଆବେଦନରେ

ସମ୍ମାନିତ କରାଯିବାକୁ ଗଲେ

ସମସ୍ୟା ଆଶ୍ୟା ନୂତନ କୁଳ

ସମସ୍ୟା ପ୍ରଦାନ କରାଯିବା ନେଇ

ନେଇ ପାରିବେ ନାହିଁ । ନିର୍ବଚନ ଶେଷ

ହୋଇ ପଳାଳନ ଘୋଷଣା ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ

ଅନୁଷ୍ଠାନିକ ହୋଇଥିଲା । ଏହି କମିଟି

ଏମାନ୍ଦୁ ଅପେକ୍ଷା କରିବାକୁ ଗଲେ

କୁଳ, ୧୦ଟି ଶ୍ଲେଷ୍ମ, ୪ଟି କଲେଜ ରହିଛି ।

ଏହାରୁ ଭୁବନେଶ୍ୱର, ଭାରତକେଳା,

ରେଲେଖେ, ପାରାଦାପ, କିର୍ତ୍ତ ରିଥ୍ରୁବା

ବେଳେ ଖେଳାଳି ଭାବେ ସମ୍ମାନିତ ହୋଇଛନ୍ତି । ଆଗମୀ

ନିର୍ବଚନ ପରେ ସାଧାରଣ ପରିଷଦ

ଗଠନ ହେଲେ ଉଚ୍ଚ କୁଳପୁଢ଼ିକଙ୍କ

ସମସ୍ୟା ପାଇଁ କରାଯିବା

ଏଥୁ ସମ୍ମାନିତ ହୋଇଥିଲା । ଏଥୁ ସମ୍ମାନିତ ହୋଇଥିଲା ।

ଏଥୁ ସମ୍ମା

