

ଡେକ୍କାନ୍, ଚବ୍ଦିବାର, ୨୯ ସେପ୍ଟେମ୍ବର, ୨୦୧୯

ସେବନେ

ମୌସୁମୀ କେବେ ଆସିବ ?

୧୬

ମୌସୁମୀ କେବେ ଯିବ ?

'ରାଉରକୋଳା ହେବ ଦେଶର ପ୍ରମୁଖ ଶିଳ୍ପ କେନ୍ଦ୍ର'

ଭୁବନେଶ୍ୱର, ୨୮୧୯ (ଖ୍ରୋଗେ)



ଧୂଷି ଦେଖିବା ସହ ଖଣି ଅଞ୍ଚଳ ପରିଦର୍ଶନ କରିବେ ବୋଲି ଜଣାପଡ଼ିଛି। ଜୟାତ ଶିଳ୍ପର ବିକାଶ ପାଇଁ ମ୍ଲାନ୍ୟ ଜନସାଧାରଣ ଓ ପ୍ରଶାସନକୁ ଭେଟି ରାଉରକୋଳା ଜୟାତ କାରଣାଙ୍ଗ ଓ ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ପ୍ରସଙ୍ଗରେ ଆଲୋଚନା କରାଯିବ ବୋଲି କେନ୍ଦ୍ରମନ୍ତ୍ରୀ କହିଛନ୍ତି।

ଯାଦୁ, ପାଣିକଦା, କୁଣ୍ଡିଆ
ଓ ପଟା ଗୋରଠିର
ଯନ୍ତ୍ରା ?



ଆମେ ଯାଇଁ କ୍ୟାନ୍ଦିହାନ କହନ୍ତୁ
ସେଲିକଳ
Available in : 5g 8g 15g Pot 20g Tube and 15 ml Lotion
Trade Enquiries : 9778874750 | www.sdhole.com

ପ୍ରେମିକାଙ୍କ
ଆମୁହତ୍ୟା,
ପ୍ରେମିକ ଅଟକ

ମନମୁଖ, ୨୮୧୯ (ଡି.ଏନ୍.ଏ.): ମନମୁଖ ଥାମ ବିଳାସପୂର ପାଇଁ ଥାମିଲାଇ ଅଞ୍ଚଳରେ ପ୍ରେମ ସଂପର୍କ ଧରାଯିବା ପରେ ଜଣେ ମୁହଁତା ବିଶ୍ଵିଳ ଆମୁହତ୍ୟା କହିଛନ୍ତି। ପୋଲିସ ତାଙ୍କ ପ୍ରେମିକଙ୍କ ବିରୋଧରେ ପୋଲିସ ବଳାହାର ମାମଲା ହୁଏ

କରିବା ସହ ପରାତରରା ତଳାଇଛି। ତତ୍ତ୍ଵବ୍ୟାପକ ମଧ୍ୟରେ ପ୍ରେମ ସଂପର୍କ ରହିଛିଲା। ଜାତ ୨୫ ଅପରାହ୍ନରେ ଉତ୍ସବ ଅଧ୍ୟାତ୍ମିକ ଧରାଯିବା ପରେ ଲୋକଙ୍କା ସହନ ପାରିପେ ବିଷ ପିଲ ଦେଇଥିଲେ।

ପରିବାର ଲୋକେ ମୁହଁତାକୁ ବୋନମ୍ବୁର ଓ ପରେ ହୁଏ ଡାକ୍ତରଙ୍କାରୁ ଜେଳିଲେ। ସୋନ୍ତର ତାଙ୍କ ମୃଦୁ ଘରଥିଲା। ତାଙ୍କ ବାପଙ୍କ ଅଭିଯାନ କ୍ରମ ମନମୁଖ ପୋଲିସ ମାମଲା ହୁଏ କରିଛନ୍ତି। ଅଭିଯାନ ମୁଦ୍ରକ ବଳାହାର ଘରଣାକୁ ଅସାକାର କରିଛନ୍ତି।

TVS ପୂଜା ମହୋସ୍ତ୍ଵ

ସ୍ଵାର କରନ୍ତୁ ଏବଂ ଜିତନ୍ତୁ ସୁନା, ଚାନ୍ଦି ଓ ଅନେକସାରା ଉପହାର

*T & C APPLY

SPECIAL OFFERS | LOW DOWN PAYMENT OF ₹ 2999/- | SAVINGS UP TO ₹ 6330/- | 0 PROCESSING FEE | 0% INTEREST RATE | ₹ 4000/- EXCHANGE BONUS | Paytm Cashback up to ₹ 7,000

ANGUL: Authorised Main Dealers: ANGUL: Shree Durga TVS, Ph: 9861222572. DHENKANAL: Orissa TVS, Ph.: 8260250728.

Authorised Dealers: Pallahara, Phalguni Motors, Ph.: 06765279020; Kamakhyanagar, Priya Motors, Ph.: 9437332936; Talcher, Shree Durga Motors, Ph: 06760-241799; Gondia : Mohapatra Motors, Ph : 7008092305 ; Rasol: S.B.Motors, Ph : 9437663780; Jiral, Subham Automobiles, Ph : 7894884668, 9437549916; Parjang, Devi Motors, Ph : 9777112004; Mahaveer Motors, Banarpal, Ph : 9040267959; Mahidarpur, Urmila Motors, Ph : 9777930551; Bhuban, Vicky Auto, Ph : 06769-272720, 9937707823; Pallahara, Falguni Motors, Ph : 9437663970.

କୋଟି କୋଟିଙ୍କର ଉତ୍ସବ ବର୍ଷର ଭରସା

ଅନବରତ ୧୪ ବର୍ଷ ଧରି ଦୁନିଆର ନଂ.୧ ଟ୍ରୁ-ହିଲର କମାନ୍ଦା

₹5000
ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଏବୁଚେଙ୍ଗ*
ଦେବିପିଲ

₹2000
ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଉତ୍ସବ
କ୍ୟାଏ* ଦେବିପିଲ

କମ
ସୁଧା* ହାର
6.99%
₹3999
କ୍ୟାଏ

ସୁନ୍ଦର ସନ୍ଧିକିଳ
କମ ଢାଇନ୍
ପେମେଣ୍ଟ
₹2,100 ମୁଲାକ
ଅଭିନ୍ନ ଦେବିପିଲ



World leading brands from the House of Hero

Regd. Office: Hero MotoCorp Ltd., 34, Community Centre, Basant Lok, Vasant Vihar, New Delhi - 110057, India. CIN: L35911DL1984PLC017354. For further information, please contact your nearest Hero MotoCorp's dealership or contact on our Toll Free No.: 1800-266-0018 or visit our website www.hermotocorp.com. Accessories and features shown may not be a part of standard fitment. Always wear a helmet while riding a two-wheeler. Offer starts 29th September 2019 & is for limited period only. Exchange benefit or Festive Cash benefit is applicable on specific models only & both cannot be clubbed. #Finance scheme is at the sole discretion of the Financier subject to its respective T&Cs. ##Additional benefit of ₹ 2100/- on Service & GoodLife on paying ₹ 399/- **Paytm's offer is subject to their applicable terms & conditions. For more details, please contact your nearest Authorized Hero Outlet. *As per cumulative dispatch numbers till 15th September 2019. T.C. ***For Government Employees and their blood relatives only.

HeroMotoCorpIndia @HeroMotoCorp HeroMotoCorpLimited
TheHeroMotoCorp heromotocorp.com

For Institutional and Bulk Sales please write to bhubaneshwar@heromotocorp.com

ଅଥରାଇଜ୍ଡ ଭିଲର: ଅନ୍ତୁଗୁଣ: ପାର୍ବତୀ ହୀରୋ - 7799766342. ଡେକ୍କାନ୍: ପୋମ ହୀରୋ - 7799766347. କେନ୍ଦ୍ରର: ସୁପ୍ରିମ ହୀରୋ - 7799766360. ଭାଲରେ: ଭାରିଣୀ ହୀରୋ - 7799766374.

ଅଥରାଇଜ୍ଡ ସର୍ବସ ସେଷ୍ଟର: ବଡ଼ବିଲ୍: ହୁଲାଲସ ମୋର୍ଟେ - 9437578295. ଛେଣ୍ଟିପଦା: ରାମ ମୋର୍ଟେ - 9437031859. କାମାକ୍ଷାନଗର: ରିଲାଏକ୍ସ ଅମୋବାଲାଲସ - 9938711223.



ଜୀବନଶୈଳୀ ସୁଖରିବାକୁ ପଡ଼ିବେ

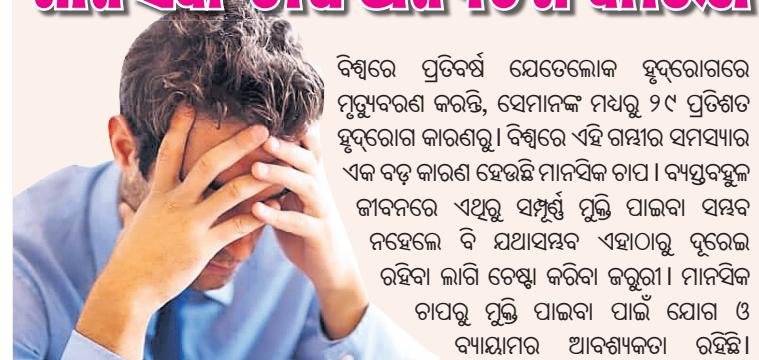
ବିଶ୍ୱ ସୃଦ୍ଧିପଣ୍ଡ ଦିବସ

ବାରା ବିଶ୍ୱରେ ପ୍ରତିବର୍ଷ
ସେପ୍ଟେମ୍ବର ୨୯ରେ ପାଲନ କରାଯାଉଛି।
ଏହାର ସୁଖ୍ୟ ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟ ସମ୍ବନ୍ଧୀୟ
ଗୋଟ ଥଥେ ଏହାକୁ ସୁଖ ରଖିବା ପାଇଁ
ସବେତନତା ଆଣିବା। ୨୦୦୦ ମରିହାରୁ
ଏହି ଦିବସ ପ୍ରତିବର୍ଷ ସେପ୍ଟେମ୍ବର ଶେଷ
ରହିବାରରେ ପାଲନ କରାଯାଉଥିଲା।
ପରବର୍ତ୍ତୀ ସମୟରେ ସେପ୍ଟେମ୍ବର ୨୯
ରେ ଏହା ପାଇଁ ଦେଇଛି। ବିଶ୍ୱ ସ୍ବାସ୍ଥ୍ୟ
ସଂଗଠନ(ଡିମ୍ବୁଏବଣ୍ଡ) ସହଯୋଗରେ ଡୁଲ୍‌
ହାର୍ଟ ଫେଡେରେସନ ପ୍ରତିବର୍ଷ ଏହି ଦିବସକୁ
ପାଲନ କରୁଛି। କିମ୍ବା ବର୍ଷ ଏହି ଦିବସରେ
'ନିଜେ ସୁଖ ସୃଦ୍ଧିପଣ୍ଡ ଅଧିକାରୀ ହେବା
ସହ ପିଯ୍ୟ ପରିଜନଙ୍କୁ ଏହି ଦିବସରେ ସବେତନ
ଲାଗି ପ୍ରଯାସ ଉପରେ ମୁହଁର ଦିଆଯାଉଛି'।

କରିବା ସମ୍ଭବ ନ ହେବା
ହୃଦ୍ରୋଗକୁ ମଧ୍ୟ ଆମନ୍ତର
କରୁଛି। ଏହି ଗୋଟ ଯେବେଳେ ବୟସର
ବ୍ୟକ୍ତିକୁ ହେଲେପାରେ ବୋଲି ବିଶେଷଜ୍ଞମାନେ
ମତ ଦିଅଛି। ପ୍ରମୁଖ ଡୁଲ୍‌ନାରେ
ମହିଳାମାନଠାରେ ଏହି ଗୋରାର ଆଶଙ୍କା
ବେଶି। ଏବେ ପ୍ରଦୂଷଣର ପ୍ରଭାବ ହୃଦ୍ଧିପଣ୍ଡ
ଉପରେ ପରିଲକ୍ଷିତ ହେଉଛି ବୋଲି ଏକ

ଯେ, ଭାରତରେ ଏବେ ୧୦.୨ କେଟି
ଲୋକ ହୃଦ୍ରୋଗରେ ଆସୁଥାଏ। ବିଶ୍ୱରେ
ପ୍ରତିବର୍ଷ ୧.୩ କେଟି ଲୋକ ଉଚ୍ଚ ରୋଗର
ଶିକ୍ଷାର ହୋଇ ମୁଖ୍ୟମୁଖ୍ୟରେ ପଢ଼ୁଛନ୍ତି।
ଯଦି ଏହା ଉପରେ ଏବେବୁ ଅନୁଶ୍ରାନ୍ତ ଥାଏ ନ
ଯାଏ, ତେବେ ୨୦୨୦ ମୁଢ଼ା ଏହା ଉପରେ
ମହିଳାମାନଠାରେ ଏହି ଗୋରାର ଆଶଙ୍କା
ଉପ ନେବା ମୁବକମାନେ ଅପିସ୍ତରେ ବେଶି
ସମୟ ବସିରହିବା ଯୋଗୁ ଶାରାକିଳ ଶୁମରୁ
ବଞ୍ଚିତ ହେବା ଦ୍ୱାରା ହୃଦ୍ରୋଗର ଶିକ୍ଷାର
ପରିଲକ୍ଷିତ ହେଉଛି ବୋଲି ଏକ

ପାନ୍ଥିକ ଟାପ ଅନ୍ୟତମ କାରଣ



ବିଶ୍ୱରେ ପ୍ରତିବର୍ଷ ଯେତେଲୋକ ହୃଦ୍ରୋଗରେ
ମୁଖ୍ୟବରଣ କରୁଛି, ସେମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟ ୨୯ ପ୍ରତିଶତ
ହୃଦ୍ରୋଗ କାରଣରୁ। ବିଶ୍ୱରେ ଏହି ଗ୍ରାହକ ସମସ୍ୟାର
ଏକ ବଢ଼ି କାରଣ ହେଉଛି ମାନସିକ ଚାପ। ବ୍ୟକ୍ତବ୍ସ୍ତୁଳ
ଜୀବନରେ ଅନୁଶ୍ରାନ୍ତ ସମ୍ପର୍କ ମୁକ୍ତି ପାଇବା ସମ୍ଭବ
ନହେଲେ ବି ଯଥାସାମ୍ବ ଏହାଠାରୁ ଦୂରେଇ
ରହିବା ଲାଗି ଚେଷ୍ଟା କରିବା ଜରୁରା। ମାନସିକ
ଚାପରୁ ମୁକ୍ତି ପାଇବା ପାଇଁ ଯୋଗ ଓ
ବ୍ୟାୟମର ଆବଶ୍ୟକତା ରହିଛି।

ଗୋଟିଏ ହୃଦ୍ରୋଗରେ କୋଲେଷ୍ଟରଲ,
ପ୍ରାଇରିଟେରୋଗରେ ଡେରିକ୍ଲାର୍ଟେଲ୍ ଏବଂ
ଏଲ୍କର୍ଟିଏଲ୍ ଅଧିକ ରହିଥାଏ ସେମାନଙ୍କୁ ଏହି
ଗୋରାର ଶିକ୍ଷାର ହେବାକୁ ପଡ଼େ। ଏହି ସବୁ
ଦିଗ ପ୍ରତି ଲୋକମାନେ ସବେତନ ନ ହେବା
ଯୋଗୁ ବିଶ୍ୱରେ ହୃଦ୍ରୋଗ ବୁଝି ପାଇବାରେ
ଲାଗିଛି। ବ୍ୟକ୍ତବ୍ସ୍ତୁଳ ଜୀବନରେ ସମୟ

ଭଯଙ୍କର ହେଉଛି ...

ଏବେ ହୃଦ୍ରୋଗ ଜନିତ ସମସ୍ୟା ସାମ୍ବାକି
ହେବାରେ ଲାଗିଛି। ଏହାର କାରଣ ଯୁବପିତ୍ର
ଅଥରେ ବେଶି ଆକ୍ରାନ୍ତ ହେଉଛନ୍ତି। ଏହା ବିଶ୍ୱ
ପାଇଁ ଚିନ୍ତା କାରଣ ପାଇଛି। ୩୦-୪୦
ବର୍ଷ ବୟସ ମଧ୍ୟରେ ଏହି ଗୋରାର ପ୍ରାକଲ୍ୟ
ଜନିଲାରେ ପ୍ରକାଶିତ ତଥ୍ୟରୁ ଜଣାପଡ଼ିଛି।

ହୃଦ୍ଧିପଣ୍ଡ ସୁମ୍ମ ରଖିବା ପାଇଁ ଜାଣନ୍ତୁ କେତେବେଳେ କଥା ...

- ଅଧିକ ଲୁଣ ଖାଇବା ଦ୍ୱାରା ଉଚ୍ଚ ରେତୁ
କାରି ଭାବି ଅଣିଥାଏ। ଯାହାକି ପରବର୍ତ୍ତୀ
ସମୟରେ ହାର୍ଟ ଆଗାର ଅନ୍ୟତମ କାରଣ
ହୁଁ ପାଇଥାଏ।
- ରବି ଜାତୀୟ ଖାଦ୍ୟ ଅଧିକ ନ ଖାଇବା
ଭଲା ଏହା ଯୋଗୁ କୋଲେଷ୍ଟରଲ ପ୍ରତି
ବହିଥାଏ।
- କ୍ଷାର ପିଇବା ଦ୍ୱାରା ଏଥରେ ଥିବା
ପଣଦିଯନ୍ ରହିବାପକ କମ କରିଥାଏ। ଫଳରେ
ହାର୍ଟ ଉପରେ ଅନୁଶ୍ରାନ୍ତ ଚାପ ପଢ଼ିନ ଥାଏ।
- ଗ୍ରାହି, ନ୍ଯାରି, କଟିଂ ଏବଂ ଫଳ ରସ
ପିଇଲେ ହାର୍ଟ ଉପରେ ସବାରାମୁକ ପ୍ରଭାବ
ପଢ଼ିଥାଏ। ଫଳରେ ହାର୍ଟ ସାଭାବିକ ଭାବେ
ଲକ୍ଷଣ ପ୍ରକାଶିତ ପାଇଥାଏ। ଏଥରେ
ଲୋକ ଧଇସିଲ୍ ହେବା ଆରମ୍ଭ କରିଥାନ୍ତି।

ହାର୍ଟ ଆଗାର ଲକ୍ଷଣ

ହାର୍ଟ ଆଗାର କେତେବେଳେ ସତର୍କ ଲକ୍ଷଣ
ରହିଥାଏ। ଏହା ହେବେ ଛାତିରେ ପ୍ରଦଳ
ଯନ୍ତ୍ରଣା ହୁଁ ଏ ଯନ୍ତ୍ରଣା କାହିଁ, ବାହି ପିଟି,
ବେକ ଓ ମୁହଁର ନିମ୍ନ ଭାଗ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ମଧ୍ୟ
ବ୍ୟାପିଥାଏ। ବେଳେ ବେଳେ ଅମ୍ବ ବା
ଏକିଟି ଥୁରାପରି ଛାତିରେ କ୍ଲନ ହୁଁ ଏ
ଏହା ଅଛୁ କେତେ ମିନିଟ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ରୁହେ ଓ
ଦିଶାମନେଲେ ଭଲାଲାଗେ। ବେଳେବେଳେ
ଛାତି ଶ୍ଵାସକିମ୍ବା ଦ୍ୱାରା ହାର୍ଟ ଆଗାର
ଲକ୍ଷଣ ପ୍ରକାଶିତ ପାଇଥାଏ। ଏଥରେ
ଲୋକ ଧଇସିଲ୍ ହେବା ଆରମ୍ଭ କରିଥାନ୍ତି।

GOOD AT HEART

Department of Cardiac Sciences

From pediatric to geriatric, we have the best of
experience and expertise to take care of your heart.

- 1st to perform TAVR in Central India
- 1st Hospital in Eastern India to
perform Awake Open Heart Surgery
- Over 1,00,000 Heart Surgeries
performed
- 1st Hospital to perform Fetal Heart
Procedure in India

Healthy
Heart
Check For
₹500 only

Blood Pressure, Blood Sugar,
Lipid Profile, ECG, 2D ECHO,
Free Consultation with Cardiologist.

CARE Hospitals, Bhubaneswar

Pre-register to avail of the offer
(0674) 61656565



WORLD HEART DAY

Be a heart hero. Make a hearty promise to live
heart-healthy lifestyle because
Life is beautiful when you have a heart that
beats right. The department of Cardiology
offer cutting-edge, patient-focused and
comprehensive cardiac services with utmost
dignity & respect.

24/7 9338 108 108

APPOINTMENTS
9338 102 104
0674 666 9000

#RISE&SHINE WITH SUNSHINE
LAXMI SAGAR SQUARE, CUTTACK-PURI ROAD, BHUBANESWAR, ODISHA
info.bbsr@sunshinehospitals.com | www.sunshinehospitals.com

WORLD
HEART
DAY
29 SEPTEMBER

