

ବାଲେଶ୍ୱର, ମଙ୍ଗଳବାର, ନଭେମ୍ବର ୫/୨୦୧୯ (୧୭ ପୃଷ୍ଠା)

Balasore, Tuesday, November 5/2019

୪୪ ଭାଗ ୩୩୯ ସଂଖ୍ୟା

www.orissakhabar.com/www.dharitri.com

Printed at Bhubaneswar, Sambalpur, Angul and Rayagada ମୁଲ୍ୟ ₹୪/-

ରାଗିଲ ରାନ୍ତି

ଲତା ମଙ୍ଗେଶ୍ୱରଙ୍କ ଗାତ ଗାତ ଲୋକପ୍ରିୟ ହୋଇଥିବା ରାନ୍ତି ମଣ୍ଡଳଙ୍କ ସହ ପ୍ରଶଂସକ ସେଲାଣ୍ଟି ନେବାବେଳେ ହଠାତ୍ ରାଗିଯାଇଥିଲେ।

■ ଶ୍ରୀମଦ୍ଵିତୀୟ ସଂକ୍ଷାର ମାମଲା: ସ୍ଵପ୍ରିମିକୋର୍ଟଙ୍କ ମଧ୍ୟବର୍ତ୍ତିକାଳୀନ ରାୟ

ପୂର୍ଣ୍ଣକାଳୀନ ପ୍ରଶାସକ ନିଯୁକ୍ତ କର

କୁଆଦିଲୀ, ୪୧୧ସେ.ପ୍ର.)

କୁରା

ଶ୍ରୀମଦ୍ଵିତୀୟ

ପ୍ରଶାସକ

ନିଯୁକ୍ତ

କରିବାରେ

କରିବାର



କୀଟବ୍ୟାକ କି ଲାକ୍‌ରିନ୍‌କ ସୁଧାକ

ଶାତରେ
ଦୁରା ଏବଂ
କେଶ ବୁକ୍ଷ
ହୋଇଯାଏ
ହେଲେ ଏଥପାଇଁ
ବ୍ୟସ୍ତ ନ ହୋଇ
କେତୋଟି
ଘରୋଇ ଉପାୟ
ଆପଣେଇଲେ
ଦୁରା ଓ କେଶ
ସୁନ୍ଦର ତଥା
ଆକର୍ଷଣୀୟ
ଲାଗିବା
ଜାଣିରଖନ୍ତୁ ସେ
ସମ୍ପର୍କରେ...

- ❖ ଧୀରେ ଧୀରେ ଶୀଘ୍ର ବଡ଼ିଲେ ୩୦ ଶୁଣ୍ଡାକୀ କିମ୍ବା କଳା ପଡ଼ିବା ସମସ୍ୟା ବିଜ୍ଞାପାୟ । କେବଳ ଭେସଲିନ୍ କିମ୍ବା ଲିପବାମ୍ ନ ଲଗାଇ ଲହୁଣୀ କିମ୍ବା କ୍ଷୀରରେ ସାମାନ୍ୟ କେଶର ମିଶାଇ ୩୦ରେ ଘଷ୍ଟକୁ ଦେଖିବେ ୩୦ ନରମ, ଚିକଣ ଏବଂ ଲାଲ୍ ରହିବ ।
 - ❖ ଏଦିନେ ସାବୁନ ଅଧିକ ତ୍ରାଣ କରିଦିବୁ । ତେଣୁ ଏହାକୁ ଯଥା ସମ୍ବନ୍ଧ କମ ବ୍ୟବହାର କରନ୍ତୁ । ଏଦିନେ ଲେମ୍ୟ ରସ, ଅଞ୍ଚଳ ହଳଦା ଓ ମହୁ ମିଶାଇ ମୁହଁରେ ଲଗାନ୍ତି ଦ୍ଵାରା କୋମଳ ଏବଂ ଚିକଣ ଲାଗିବ ।
 - ❖ ଦହିରେ ଅଞ୍ଚଳ ମୟୁର ତାଳି ମିଶାଇ ରାତିଥାରା ଛାତିଦିଅନ୍ତି । ସକାଳେ
 - ❖ ଏହାକୁ ବାଟି ଅଧ ଚାମତ୍ତ ହେଲଦାବୁଣ୍ଡ, ଲହୁଣୀ କିମ୍ବା ଛିଆ ମିଶାଇ ପ୍ୟାକ ପ୍ରସ୍ତୁତ କରନ୍ତୁ । ଏହାକୁ ମୁହଁରେ ପ୍ରତିଦିନ ଲଗାଇବା ଦ୍ଵାରା ଦ୍ଵାରା ଚିକଣ ଏବଂ ସୁନ୍ଦର ରହିବ ।
 - ❖ କମଳା ଚୋପାକୁ ଶୁଣ୍ଡାକୀ ପାଉଡ଼ର ପ୍ରସ୍ତୁତ କରନ୍ତୁ । ଏଥିରେ ଅଞ୍ଚଳ ନତିଆ ତେଲ ଏବଂ କିଣି ରୁଦା ଗୋଲାପ ଜଳ ମିଶାଇ ପ୍ୟାକ ପ୍ରସ୍ତୁତ କରି ମୁହଁରେ ଲଗାଇବା ଦ୍ଵାରା ଦ୍ଵାରା କୋମଳ ଓ ସୁନ୍ଦର ଲାଗିବ ।
 - ❖ ଏଦିନେ ଥଣ୍ଡା ପବନ ବାଙ୍ଗି କେଶ ତ୍ରାଣ ହୋଇ ଝଣ୍ଡିବା ସମସ୍ୟା ଉପୁରେ । ଯାହାକୁ ଦୂର କରିବା

લાગી પ્રત્યેની નણીઓ તેલ
માલીએ કરિબા સબુરુ બેશ્વર
ઉપાય।

❖ વેસ્ટિપરિ રૂપી એદિને એક બઢું
સમયા, યાહાકુ દૂર કરિબ
લાગી કદળી પેણું પાયાકુભાબે
બધાહાર કરન્નું। એથુરે પ્રચૂર
પરિમાણરે જિંમિન બિગ, એ,
બિ, જી વહીટ જિંક, પોણાએથાં
એબં આજરન ભલી મીનેવાન્નું
વહીટ આમિનોએષ્ટિ એબં આણ્ણી
અણ્ણીભાણ્ણ રહ્યેછી, યાહાની મુશ્ખલે
રૂપી હેઠાકુ દિનાન્હીં પુરુષ
પેણું રે જિંમિન બિગ એબં જિંક
રહ્યુથુબારુ રૂપી દૂર કરિબાચ
કુરુ કામરે આયે।



ଦୂରାଳ୍ପଦ ଫାନ୍ ଗାନ୍...

ଗୁହଣୀ ପ୍ରୁଥକୁ ଅବା କରମଜାବୀ, ବିଭିନ୍ନ କାର୍ଯ୍ୟର ଚାପ ଏବଂ ଅବିରତ
ପରିଶ୍ରମ ଯୋଗୁ ଅଧିକାଳୀଶ ମହିଳାଙ୍କଠାରେ ଖାଲ ବୋହିବା ଏକ ସାଧାରଣ
କଥା । ହେଲେ କେବେ କେବେ ଏହା ଗନ୍ଧ ହୋଇଥାଏ, ଯାହାକି ପରବର୍ତ୍ତ
ସମୟରେ ବିଭିନ୍ନ ଜନଫ୍ରେଦ୍ଧନର କାରଣ ପାଲାଇଥାଏ । ଯଦି ଆପଣ ବି
ଏଭଳି ସମସ୍ୟା ଭୋଗୁଛୁଛି ତେବେ ଏହାକୁ ଦୂର କରିବା ଲାଗି ଜାଣନ୍ତୁ
ରଖନ୍ତୁ କିଷ୍ଟି ଘରୋଇ ଉପାୟ... ।



- ପ୍ରଥମ କଥା ହେଉଛି ଖାଲ ଦେହରେ ଅଧିକ ସମୟ ରହିଗଲେ କିମ୍ବା ମୁଣ୍ଡ ନ ପାରିଲେ ସେଥିରେ ଜୀବାଶ୍ୱ ଦୃଷ୍ଟି ହୋଇଯାଆଇଛି, ଯାହାକି ଗନ୍ଧ ହେବାର ମୁଖ୍ୟ କାରଣ। ତେଣୁ ସବୁବେଳେ ହିନ୍ଦୁଟିକୁ ପରିବର୍ତ୍ତେ କଟନ ବିଦ୍ୱ ପିଣ୍ଡକୁ ଏହା ଖାଲକୁ ଶୋଷିନିଏ ଫଳରେ ଦେହରେ ଖାଲ ଲାଗି କୁଣ୍ଡଳ ହେବା ସମସ୍ୟା ହୋଇନ ଥାଏ ।
 - ପ୍ରତିଦିନ ଗାଧାକୁ ଯଦି ଖାଲ ଅଧିକ ଗନ୍ଧମୁଣ୍ଡ ହେଉଥାଏ ତେବେ ଗାଧେଇବା ଲାଗି ଆସିବ୍ୟାକ୍ଷେରିଆଲ ସାବୁନ ବ୍ୟବହାର କରନ୍ତୁ ।
 - ଅଧିକ ଖାଲ ବୋଲୁଥିବା ଛ୍ଵାନରେ ଏକ କଟନରେ ଆପୁଲ ସାଇଡର ଭିନେଗାରମେଇଲଗାକୁ ଏଥିରେ ଯାଏ । ପ୍ରତିଦିନ କଟନରେ ୧୦୦
 - ଏହିତିଟି ଗୁଣ ବ୍ୟାକ୍ଷେରିଆ ହେବାକୁ ଦେଲ ନ ଥାଏ । ଯାହାଦ୍ୱାରା ଖାଲଗନ୍ଧ ହୋଇ ନ ଥାଏ ।
 - ଗାଧେଇବା ପାଣିରେ କିଛି ବ୍ୟା ଗୋଲପ ଜଳ ମିଶାନ୍ତୁ । ନଚେତ୍ ଆପଣ ଚାହିଁଲେ କିଛି ମୁଗନ୍ଧମୁଣ୍ଡ ତେଲ ବି ପାଣିରେ ଦିଶାଇ ଗାଧେଇ ପାରିବେ । ଏପରି କରିବା ଦ୍ୱାରା ଦୀର୍ଘ ସମୟ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଏହି ମୁଗନ୍ଧ ଦେହରେ ରହିଥାଏ ଏବଂ ଖାଲ ଗନ୍ଧ ହେବାକୁ ଦିବନାହିଁ ।
 - ମୁଣ୍ଡ ଓ କେଶରୁ ଖାଲ କାହାରି ଗନ୍ଧ ହେଉଥିଲେ ପାଣିରେ ଅଛୁ ଲେମୁରସ ଏବଂ ଗୋଲାପ ଜଳ ମିଶାଇ କେଶ ଧୋଇଦିଅନ୍ତୁ । ଏହା ଖାଲ ଗନ୍ଧ ଦୂର କରିବାରେ ସାହାଯ୍ୟ କରିବ ।
 - ଖାଲ ହେଉଥିବା ଛ୍ଵାନରେ କଞ୍ଚା ଆକୁ ଖଣ୍ଡ ଘଷିଲେ ବି ଖାଲ ଗନ୍ଧ ଦୂର କରିବ ।



ଡା. ସରୋଜିନୀ ଷଡ଼ଙ୍ଗୀ

ତୁ ହିଣା ଅର୍ଥ ହେଉଛି ଗୁହର କର୍ତ୍ତା
ବା ଯିଏ ଗୁହକୁ ଚଳିଲଥାଏ । ସେ
ସମଗ୍ର ପରିବାର ପାଇଁ ନିଃସ୍ଵାର୍ଥପର
ଭାବରେ ସେବା କରିଥାଏ ଏବଂ
ତା'ର ଜୀବନ ସମସ୍ତଙ୍କ ସୁଖ ପାଇଁ
ଉଷ୍ଣଗାୟକୁ କରିଦେଇଥାଏ । ତା'ର ସ୍ଵେଚ୍ଛ
ଓ ମମତାରେ ସେ ସାରା ପରିବାରକୁ
ସଂପର୍କର ଏକ ରେଶମୀ ମୃତ୍ୟୁରେ ବାନ୍ଧି
ଦେଇଥାଏ । ତେବେ ଘରର ଯାବତୀୟ
କାମ ଉଚିତର ସେମାନେ ନିଜର ଦେହ
କଥା ଭୁଲିଯାଆନ୍ତି । ସମସ୍ତଙ୍କ ସ୍ଥାଯି
କଥା ଶୁଣୁଣୁଣୁ ନିଜ ସ୍ଥାଯିକୁ ଅବହେଲା
କରିବସନ୍ତି ବା କୌଣସି ଗୋଗର
ଲକ୍ଷଣ ଦେଖାଦେଲେ କାହାକୁ କହି ନ
ଥାନ୍ତି, ଫଳରେ ଠିକ୍ ସମୟରେ ଚିକିତ୍ସା
ଅଭାବରୁ ଅନେକ ଅସୁବିଧାର ସମ୍ଭାବନ
ହୋଇଥାଆନ୍ତି ।

ଗୃହିଣୀମାନଙ୍କ ସ୍ବାମ୍ଭୁତ୍ୟ ସମସ୍ୟା :

ବିଚାରକୁ ନେଲେ ଆମେ ଜାଣିପାରିବା
ଯେ, ଗୃହିଣୀଏ ପରିବାରର ସମସ୍ତଙ୍କୁ
ଖାଇବାକୁ ଦେବାପରେ ସବାଶେଷରେ
ଖାଏ ଓ ସବୁଠାରୁ କମ ଖାଏ । ତେଣୁ
ସେ ରଳୁଥାନତା ଓ ଘୃଣିଥାନତା ଭଳି
ଜଟିଳତା ଭୋଗିଥାଏ ଏବଂ ଏଥିପାଇଁ
ଦୁର୍ବଳ ଲାଗିବା, ଧଳୁଣ୍ଡଳୁ ହୋଇଯିବା ସହ
ବେଳେ ବେଳେ ହାର୍ଟ ଫେଲୁଥିବା ମଧ୍ୟ
ହୋଇଥାଏ ।

- ଏବେବି ଅନେକ ଗୃହିଣୀ ଅଛୁ
ବୟସରେ ବିବାହ କରୁଛନ୍ତି । ଫଳରେ
ସେମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରୁ ଅନେକେ
ଅଛୁବୟସରେ ଗର୍ଭଧାରଣ କରୁଛନ୍ତି
ହେଲେ ଏହାଦ୍ୱାରା ସେମାନେ ଅନେକ
ଗୃହିଣୀ ଜଟିଳତାର ଶିକାର ହୋଇଥାନ୍ତି
ଯଥା: ଗର୍ଭାବସ୍ଥାରେ ଉଚ୍ଚ ରକ୍ତଚାପ,
ବାରମ୍ବାର ଗର୍ଭନଷ୍ଟ, ଅପରିଣିତ ପ୍ରସବ,
ପ୍ରସବ ସମାପ୍ତରେ ଅସୁଧା, ସିରିଆନ
ସେକୁଳନ, ପ୍ରସବ ପରେ ଜଟିଳତା ଆଦି ।
ତେଣୁ ଏ କ୍ଷେତ୍ରରେ ଗୃହିଣୀଙ୍କୁ ନିଜେ

- ଆହୁରି କେତେକ ବୃଦ୍ଧିଶା ଅଛନ୍ତି, ଯେହିମାନେ ସାରା ପରିବାରର କାମ କରିବା ସହ ଭାରି ଜିନିଷ ଉଠାଇଥାନ୍ତି ଓ ବିଶେଷ ପରିଶ୍ରମ କରିଥାନ୍ତି, ଫଳରେ ଜରାୟ ତଳକୁ ଖୀସିଆସେ (ପ୍ରୋଲାପସ ଥଣ୍ଡ ଯୁଗେରସ) । ଏଥରେ ବାରମ୍ବାର ସଂକ୍ରମଣ ହୋଇ ଧଳା ସ୍ଵାବ ହୁଏ । ନିଜର ଯନ୍ତ୍ର ନ ନେଇପାରି ଗୃହିଶାର୍ଥୀଙ୍କ ବୁଝାଣ ହୋଇଥାଏ । ଅନ୍ୟର ସ୍ବାସ୍ଥ୍ୟ କଥା ହୁଏବୁଛି ନିଜେ ଦୁଗାରୋଗ୍ୟ ବ୍ୟାଧିର ଶିକାର ହୋଇଯାଏ, ଯେପରିକି ସାଦାସ୍ଵାବ, ପୁର୍ବମୟୁକ୍ତ ସ୍ଵାବ ଏବଂ ରକ୍ତ ମିଶା ସ୍ଵାବକୁ
- ଚିହ୍ନଗ ଓ ଚିକିତ୍ସା କରାଇବା ଜରୁରୀ ।
- ବେଳେ ବେଳେ ଗୃହିଶାମାନେ ମାନସିକ ଅବସନ୍ନତାର ଶିକାର ହୁଅନ୍ତି । ନିଜେ ଉପାର୍ଜନକ୍ଷମ ହୋଇପାରି ନ ଥିବାରୁ ବା କର୍ମଜୀବୀ ମହିଳା କେବଳ 'ମିଅର ହାଉସ ଓଳଟ' କହିବା ବେଳେ ସେମାନେ ବିଷାଦଗ୍ରୂହ ହୋଇଯାଥାନ୍ତି । ସେମାନେ ହାନମନ୍ୟତା ଭୋଗନ୍ତି ଏବଂ ସେମାନେ ଭାବନ୍ତି ଯେ, ଘରେ ସମସ୍ତେ ତାଙ୍କୁ ଅବହେଲା କରୁଛନ୍ତି । ବିଶେଷ ଭାବରେ ସେମାନେ ମାନସିକ ବିଷର୍ଣ୍ଣତା ବା ଅବସାଦର ଶିକାର ହୋଇଥାନ୍ତି ।
- ତାଲିବା, ସାଇକେଳ ତଳାଇବା, ସିଂହ ଦର୍ଶକ ଦିଆଁ, ଜଗିଙ୍ଗ ବା କ୍ରେତ୍ର ମିଲିଙ୍ଗ ଚାଲିବା ଆଦି କରିବା ଆବଶ୍ୟକ ।
- ନିଜର ସବୁଠାରୁ ମୂଲ୍ୟବାନ ସମୟ ଜଳାଞ୍ଜିଲ ଦେବାଠୁଁ ଭଳିଆ ଆଉ କିମ୍ବା ସ୍ଵାର୍ଥ ଧ୍ୟାଏ ଓ ଦୁଃଖିଆରେ ନାହିଁ, ଯାହା ଗୃହିଶା ଟିଏ ଡା'ର ପରିବାରକୁ ଦାଖିଲ ସ୍ତରରେ ଦେଇଥାଏ । ତେଣୁ ଗୃହିଶା କେବେ ହେୟ ମନେ ନ କରି ଡା'ର ମାନସିକ ଓ ଶାରୀରିକ ସ୍ବାସ୍ଥ୍ୟର ଯନ୍ତ୍ରେବା ଆବଶ୍ୟକ । ଗୋଟିଏ ଗୃହକର୍ତ୍ତାଙ୍କ ସଫଳ କର୍ମମଧ୍ୟ ଜୀବନ ପଛରେ

- ପରିବେଳା କ୍ଷତ୍ର ଜୀବାଚୁନ୍ଦୁ ଧୂଗ କହିବା
ରୋଗ ଓ ଜରାଯୁ କର୍କଟ ରୋଗରେ
ଆକ୍ରାନ୍ତ ହୋଇଥାଏ ।

- କେବଳ ଏହି ମୁହଁ ଅନେକ
ଗୃହିଣୀଙ୍କଠାରେ ଅଞ୍ଜଳା ଓ ସବେତନତାର
ଅଭାବ ଯୋଗୁ ସ୍ଵନକର୍କଟ ରୋଗ ବି
ଦେଖାଯାଏ । ନିଜର ଅବହେଲା ଯୋଗୁ
ଅନେକ ଗୃହିଣୀ ନିଜର ସ୍ଵନ ପରାକ୍ଷା
ନିଜେ କରିପାରନ୍ତି ନାହିଁ, ଫଳରେ ରୋଗ
ଶେଷ ପର୍ଯ୍ୟାୟରେ ପହଞ୍ଚାଯାଏ । ଏପରି

- ପାଇଁ ତୋର୍କାର୍ଯ୍ୟ ଦ୍ୱାରା ବ୍ୟାକୁ ଚମଳେ
ଆମେ ଜୀବିପାରିବା ଯେ, ଅନେକ
ମୃହିଣୀ ଅଛନ୍ତି ଯେଉଁମାନେ କୌଣସି
ଖାଦ୍ୟ ନଷ୍ଟ କରିବାକୁ ଚାହାନ୍ତି ନାହିଁ,
ଡେଶୁ ଘରର ଯେ କୌଣସି ସଦସ୍ୟ
ଖାଇବାପାରେ କିଛି ଖାଦ୍ୟ ବଳିଗଲେ
ବା' ଛାଡ଼ିଦେଲେ ସେମାନେ ନଷ୍ଟ ନ
କରି ଖାଇ ଦିଅନ୍ତି, ଫଳରେ କ୍ୟାଲୋରା
ଇନ୍ଦ୍ରଚେକ ବସୁତ ବଢ଼ିଯାଏ । ଘରକାମ
କରୁ କରୁ ଜଣଜଣଙ୍କର ଅନବରତ ପାଟି

ତୋର୍କାର୍ଯ୍ୟ ଗୃହିଣୀଙ୍କ ଧାରାନ୍ତରାଳା ପାଇଁ
ଗୃହିଣୀଙ୍କର ଅଳ୍ପକ୍ଷ ପରିଶ୍ରମ, ଅବଶ୍ୟକୀୟ
ଦୂରଦର୍ଶିତା, ଅନ୍ତର୍ମାନୀୟ ସ୍ଥାନ୍ ତ୍ୟାଗ
ତଥା ଆତ୍ମନାୟ ପାରଦର୍ଶିତା ହେଲେ ଗୋଟିଏ
ପରିବାରକୁ ସରସ ସୁନ୍ଦର କରିଦେଲେ
ଡେଶୁ ଗୃହିଣୀଙ୍କୁ ସାନ୍ଧାନ ଦେବା ସା
ତା'ର ସାମ୍ପ୍ରୟର ଯତ୍ନ ନେବା ସାପାନ
ପରିବାରର କର୍ତ୍ତବ୍ୟ ।

-ଲିଙ୍କରୋଡ୍, କଟକ
୧୪୩୭୦୪୪୦୦

ବ୍ୟେ ।
-ଲିଙ୍କରୋଡ଼, କଟାକ
୯୪୩୭୦୫୫୦୦

ପିଲାଙ୍କୁ କରନ୍ତୁ ବୁଝିଆ



ସଂଖ୍ୟପରେ

ସଫେହଜନକ ମୃଦୁ: ଡକ୍ଟର

କରି ଫେରିଲା ପୋଲିସ

କେନ୍ଦ୍ରୁଷ୍ଟର, ୪୧୧ (ସ୍ଵ.ସ୍ଵ.) - କେନ୍ଦ୍ରୁଷ୍ଟର

ଜିଲ୍ଲା ବାଣଶାଳକୁ କୁକ ଅନ୍ତର୍ଗତ ତଳ ଚେଷ୍ଟେ

ପଞ୍ଚାୟତ କେନ୍ଦ୍ରୁଷ୍ଟର ମାନମର ଦେଶ

କୁଆଙ୍ଗ ମାନକ ଜଣେ ବ୍ୟକ୍ତିକ ଶନିବାର

ସଫେହଜନକ ମୃଦୁ ଘଟିଛି ଯାଇବାର

ମୃଦୁଦେହକୁ ପର ପଢି ଦେଇଛନ୍ତି।

କେନ୍ଦ୍ରୁଷ୍ଟର ସ୍ଵର୍ଗ ଖରି ପାଇ ଗାନ ଥାଏ

ପାଲିଲି ସାମାନ୍ୟର ପଣଶା ସ୍କାର

ପହଞ୍ଚି ଦେତ କରି ଫେରିଛି ଗାନ ଥାଏ

ଅଧିକାରୀ ଯୋମାନାଥ ଜେନ ଏହି ସ୍ଵର୍ଗନୀ

ଦେଇ ଦେଶ କୁଆଙ୍ଗ ସଫେହଜନକ

ମୃଦୁ କେନ କୌଣସି ଅଭିଯୋଗ ମିଲିକାହିଁ

ବୋଲି କିଛିଛି ଦେବ ଶର ଥାରୁ

ବାରି ମୃଦୁ ଘଟିଥିବା କେନ ଦେଶକୁ

ପୁଣ୍ୟ ପେଲିଲି କୁଶାନ ଜେନାଟି

କେନ୍ଦ୍ରୁଷ୍ଟର ଆହୁ ମୃଦୁରଙ୍ଗ ମୃଦୁ

କେନ୍ଦ୍ରୁଷ୍ଟର, ୪୧୧ (ସ୍ଵ.ସ୍ଵ.) - କେନ୍ଦ୍ରୁଷ୍ଟର

ଜିଲ୍ଲା ବାଣଶାଳକୁ କୁକ ଆଧିକାରୀ ଥାଏ

ଅଧିକାରୀ କେନ୍ଦ୍ରୁଷ୍ଟର ମାନମର ଗଠ

ମଙ୍ଗଳବାର ଜଣେ ବ୍ୟକ୍ତିକ ଘଟାର୍ଥରେ

ମିଶନ ବୋଲି ପାଇଥାର ମୃଦୁ

ବେଳେ କୁଆଙ୍ଗ ପାଇଥାର ମୃଦୁ

ବେଳେ

