



ଚାପରୁକ୍ତ ଜୀବନ ପାଇଁ ପର୍ଯ୍ୟାୟ ନିଦି

ଥୁରିଗନ୍ତିର ମଣିଷ ବହୁ ପଛରେ ଛାଡ଼ି ଆସିଲାଣି ସ୍ଵାଭାବିକ
ଜୀବନଶୈଳୀ । ଧୀରେ ଧୀରେ ବଦଳୁଛି ସବୁକୁଣ୍ଡା ।
ଯେମିତି କି ଶୋଇବା ସମୟରେ କାମ ଆଉ କାମ
ସମୟରେ ଶୋଇବା । ଜଙ୍ଗପୁଣ୍ଡ ଫିରଇ । ସୌମ୍ୟାଳ
ମିଆଇଁ ସାଇରରେ ଘଣ୍ଟା ଘଣ୍ଟା ବିତାଇବା । ନାଇର୍
ଆଉରା । ଏପରି ପରିବର୍ତ୍ତତ ଜୀବନଶୈଳୀ ମୋଟାପଣ,
ଡାଇବେଚିସ୍ଟ, ହୃଦରୋଗ ଭଳି ବ୍ୟାଧିକୁ ଡାକି ଆଶ୍ରୁ ।
ଏବେ ଏଥରେ ଯୋଡ଼ିଥୋଇଛି ଆଉ ଏକ ଜଟିଳ ରୋଗ
ନିଦ୍ରାବନନ୍ଦା । ଏଥରେ ସମ୍ବୂଧ୍ନ ବେଶି ପ୍ରଭାବିତ ହେଉଛି
ବାଲ୍ୟାବନ୍ଧୁ । ଜଟିଳ ପରିଷ୍ଟତରେ ନିଜକୁ ଚାପିପୁଣ୍ଡ ରଖିବା
ଲାଗି ପର୍ଯ୍ୟାପ୍ତ ନିଦ ଏକ ପ୍ରମୁଖ ଆବଶ୍ୟକତା ବୋଲି
ଦାବି କରିଛନ୍ତି ମିଟିଗାନ ଯୁଭିତର୍ଫିଟ ଏବଂ ଫୋର୍ଟହେମ
ଯୁଭିର୍ଫିଟର ବିଶେଷଜ୍ଞ । ନିଦ୍ରାବନନ୍ଦାରୁ ହାଲୁଝିଲୁ
ଛାତ୍ରାଛାତ୍ରଙ୍କ ଜୀବନ କେତେ ପ୍ରଭାବିତ ହୁଏ ? ଏପରି
ଏକ ଗୁରୁତ୍ବପୂର୍ଣ୍ଣ ବିଷୟକୁ ନେଇ ସର୍ବେ କରାଯାଇଥିଲା ।
ଯେଉଁଥରେ ଏହା ସାକ୍ଷ ହୋଇଥିବା ପଫେସର ଯିଜିହେ

ଏବଂ ତାଙ୍କ ସହଯୋଗୀ ଚିପନ୍ମ ପିଯ କହିଛନ୍ତି ।
ହାଇସ୍କୁଲରେ ପଢ଼ୁଥିବା ସମୟରେ ସାଧାରଣତଃ
ପିଲାମାନେ ସାମାଜିକ ଜୀବନଶୈଳୀ ସହିତ ଅ ଭ୍ୟାନ୍ତ
ଥିଲା । ଦେନନିନ୍ଦନ ରୁଟିନ, ପାଠପାତାର ତାପ, ବଦ୍ଲୁଥିବା
ବାରାରିକି ପରିବର୍ତ୍ତନ, ବିଭିନ୍ନ କ୍ଷେତ୍ରରେ ଭେଦଭାବର
କୌକାର ହେବା ଏବଂ ଏସବୁରେ ସମ୍ବଲନ ରକ୍ଷା କରି
ଆଗେଇବା ସେମାନଙ୍କ ପକ୍ଷେ କାଠିକର ହୋଇପଡ଼େ ।
ଅଥରେ ଜଣେ ମାନସିକସ୍ଥରରେ ଚାପଗ୍ରୟ ହେବା
ପାଇବିକା । ଏହାର ସିଧାସଳଖ ପ୍ରଭାବ ସେମାନଙ୍କ
ଦ୍ୱାରା ଉପରେ ପଡ଼ିଥାଏ । ଅନେକ ସମୟରେ ସେମାନାନ୍ତିର
ପିଲାମାନଙ୍କର କାରିଗର ହୋଇଥାଏତି । ହେଲେ ଠିକ୍
ଏବଂ ସମୟରେ ଉଚିତ ନିଦ ସେମାନଙ୍କୁ ଜିଲ୍ଲା ପରିଷ୍କାର
ପଞ୍ଜାବୀନ ହେବାକୁ ସାମର୍ଥ୍ୟ ଯୋଗାଇଥାଏ । ଏହାକୁ
ପ୍ରମାଣିତ କରିବାକୁ ସଭେରେ ସାମିଲ ହୋଇଥିବା
ପ୍ରତିଯୋଗୀଙ୍କୁ ଏକିପ୍ରାପ୍ତି ଘଣ୍ଟା ପରିଷ୍କାର ଦିଆଯାଇଥିଲା ।
ଗାଟିଏ ମିନିଟ ଅନ୍ତରାଳରେ ସେମାନଙ୍କ ଶାରାରିକ

ଗତିବିଧି ଉପରେ ନଙ୍କର ରଖାଯାଉଥିଲା । ଶୋଇବା
ଆଗରୁ ସେମାନଙ୍କୁ ଏକ ଚାଷ ଦିଆଯାଇଥିଲା ।
ସେମାନଙ୍କୁ ଦିନର ସୁପୁତ୍ର ଚାପଗୁଡ଼ୁ ସମୟ ଏବଂ
ଏହି ସମୟରେ ସେମାନେ କାହାକୁ ଦେଖି ଲୋଡ଼ିଥୁଳେ
ବୋଲି ଲେଖିବାକୁ କୁହାୟାଇଥିଲା । ଅଧିକାଂଶ ପିଲା ଚାପ
ସମୟରେ ନିଜ ବଶୁଙ୍କ ଆବଶ୍ୟକତା ଦେଖି ଅନୁଭବ
କରୁଥିବା ଉଲ୍ଲେଖ କରିଥିଲେ । ଏହାର ଅର୍ଥ ମୁହଁ,
ଅଭିଭାବକମାନେ ପିଲାଙ୍କ ଚାପ ଦୂର କରିବାକୁ ଉଦ୍ୟମ
କରି ନ ଥାନ୍ତି । ସେମାନେ ହିଁ ସତାନ ସହିତ ଅଧିକ ସମୟ
ବିତାଇଥାନ୍ତି । ଛୁଆ ଚାପମୁଣ୍ଡ ପରିବେଶରେ ବଞ୍ଚି
ବୋଲି ସେମାନେ ଚାହାନ୍ତି । ହେଲେ ଅନେକ ସମୟରେ
ଅଭିଭାବକଙ୍କ ଆଗରେ ପିଲାମାନେ ମନର କଥା ଖୋଲି
କହିପାରି ନ ଥାନ୍ତି । ତେଣୁ ସେମାନେ ସାଙ୍ଗସାଥୀଙ୍କୁ ଅଧିକ
ଖୋଜିଥାନ୍ତି । ଯୋଦ୍ଧିଆଳ ନିଯନ୍ତ୍ରିତ ବ୍ୟବହାର
ଏବଂ ମନର କଥା ପରିପ୍ରକାଶ କରିପାରିଲେ ଛାତ୍ରଜୀବନ
ଚାପମୁଣ୍ଡ ହୋଇପାରିବ ବୋଲି ଟିପନୀ ପାଇଁ କହିଛନ୍ତି ।

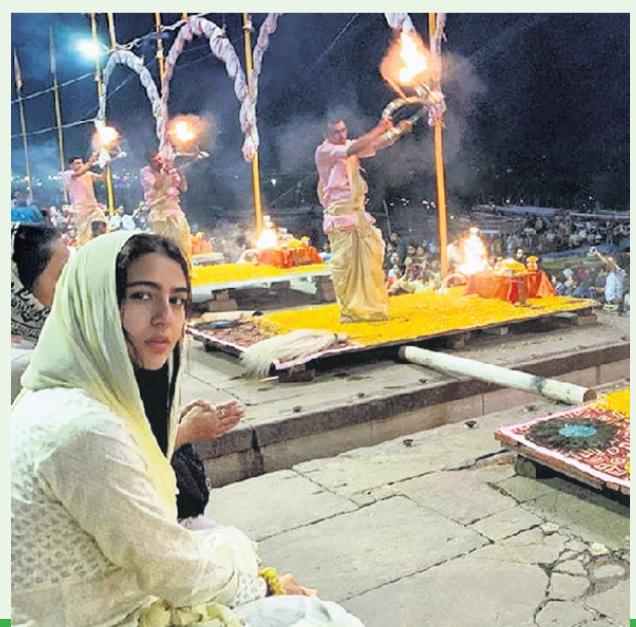
ସ୍ତ୍ରୀଙ୍କୁ ପିଠିରେ ବୋହି ଦୌଡ଼ନ୍ତି ସ୍ଵାମୀ

ଡ୍ରୋକିଙ୍ଗ: ପୃଥ୍ବୀର ବିଭିନ୍ନ ଅଞ୍ଚଳର ଜିଲ୍ଲା ଭିନ୍ନ ପରମାଣୁ
ରହିଛି । ବ୍ରିଟିଶ୍‌ର ଏକ ପରମାଣୁ ଅନୁସାରେ ସ୍ବାମୀମାନେ
ସ୍ଵାଙ୍କୁ ପିଠିରେ ବୋହି ଏକ ଉତ୍ସବରେ ଦୌଡ଼ିଥାନ୍ତି । ପ୍ରତିବର୍ଷ ଏହି
ଉତ୍ସବ ମାତ୍ର ମାସରେ ଅନୁଷ୍ଠାତ ହୋଇଥାଏ । ଗତ ୩୦୦ ବର୍ଷ
ଧରି ଏହି ପରମାଣୁ ଏଠାରେ ପାଲିତ ହୋଇ ଆସୁଛି । କିନ୍ତୁ
ବର୍ଷ ଏହି ଉତ୍ସବ ଡ୍ରୋକିଙ୍ଗଠାରେ ଆୟୋଜିତ ହୋଇଥାଲା ।
ଏହି ଅବସାରରେ ୪୦୦ ମିନିଟ ଦୌଡ଼ି ପ୍ରତିଯୋଗିତା
କରାଯାଇଥାଲା । ଏଥରେ ୧୫୦ ଜଣ ସ୍ବାମୀ ସେମାନଙ୍କ



ଗଣ୍ଯ ଆଳଟିରେ ସାମିଲ ସେଲେ ସାରା

ବାରାଣସୀ: ବଳିଉଡ଼ ନାୟିକା ସାରା ଅଳି ଖାଁ ତାଙ୍କ ଅପକମିଂ ପିଲ୍ଲର ଶୁଟିଂ ପାଇଁ ସୋମବାର ବାରାଣସୀ ପହଞ୍ଚିଛନ୍ତି । ସେଠାରେ ସେ ସୋମବାର ସନ୍ଧ୍ୟାର ଗଜା ଆଜନ୍ତିରେ ଯୋଗ ଦେଇଥିବା ଦେଖାଯାଇଛି । ଏହାପରି ସେ ଗଜାରେ ମୌତିବାର ମଧ୍ୟ କରିଥିଲେ । ଏହାର କିଛି ଫଟୋ ସେ ସୋସିଆଳ ମିଡ଼ିଆରେ ଶୋଯାର କରିବା ପରେ ଘରଣା ସମ୍ପର୍କରେ ଜଣାପଡ଼ିଛି । ବାରାଣସୀ ପରେ ସେ କାଶୀ ଗୟ କରିଛନ୍ତି । ତାଙ୍କସବୁ ଅଛନ୍ତି ସାଥୀର ଷ୍ଟାର ଧନୁଷ । ସେଠାରେ ମାର୍କ ୧୨ ପିଲ୍ଲର ଶୁଟିଂ ଆରମ୍ଭ ହୋଇଥାରିଛି । କାଶୀ ଷ୍ଟେଶନରେ ଏହି ପିଲ୍ଲର ଶୁଟିଂ ୪-୭ ମାର୍କ ମଧ୍ୟରେ କରାଯିବାକୁ ଯୋଜନା ରହିଛି । ଉଲ୍ଲ ପିଲ୍ଲରେ ଏକ ବିହାରି ଝିଆର ରଚିତ୍ର ସହ ଡବଲ ରୋଲରେ ନଜର ଆସିବେ ସାରା । ଏହାପରି ଧନୁଷ ଜଣେ ଦକ୍ଷିଣ ଭାରତୀୟଙ୍କ ଭୂମିକାରେ ନଜର ଆସିବେ । ମାର୍କ ୪ରେ ଚନ୍ଦୋଲିର ଖୁରୁଙ୍ଗା ଗାଁରେ ସାରାଙ୍କର କିଛି ସିନ୍ ଶୁଟିଂ କରାଯିବାକୁ ଥିବା ବେଳେ ଏବେ ସେ ନଦେସରର ଏକ ହେଚେଲରେ ରହିଥିବା କୁହାୟାଉଛି । ଏହି ପିଲ୍ଲରେ ବଳିଉଡ଼ ଖୁଲାତି ବ୍ୟ ଅକ୍ଷୟ କ୍ଷମାର ମଧ୍ୟ ଏକ ଗରତପର୍ଯ୍ୟ ଚିତ୍ରରେ ନଜର ଆସିବେ ବୋଲି ଶୁଣିବାକୁ ମିଳିଛି



ପୂର୍ବାବୀ ଉପରେ ନାଟକ ରଖାବ କିମ୍ବାତ୍ - ୧

ଶ୍ରୀହରିକୋଟା: ପୁଥିବୀ ଉପରେ କଢା ନଇବ ରଖୁବା ପାଇଁ ଲାଗୁ
ପକ୍ଷରୁ ମାର୍କ ୪ରେ ଶ୍ରୀହରିକୋଟାଟୁଟି ସତାଶ ଧାର୍ମନ ମହାକାଶ
କେନ୍ଦ୍ରରୁ ଜୀବାର୍-୧ର ଉତ୍ତରେପଣ କରାଯିବ। ଅପରାହ୍ନ ୪ଟା
୪୩ରେ ଜୀଏସଏଲ୍-ଭି-ୱ୍ୟ-୧୦ ସହାୟତାରେ ଏହାକୁ ମହାକାଶକୁ
ଉତ୍ତରେପଣ କରାଯିବ।

୪ରେ ହେବ ଉତ୍କଷେପଣ

ପାଞ୍ଚାପାଗ ସୁନ୍ଦରୀ ଦେବୀ ସହିତ
ଅନ୍ୟ ଆବଶ୍ୟକ ଥଥ୍ୟ ଓ ପଟୋ ଉପଲବ୍ଧ କରାଇବ। ୨,୨୮୮
କିମ୍ବା ଓଜନ ବିଶିଷ୍ଟ ଏହି ଉପଗ୍ରହର ଉତ୍ତର୍କେପଣ ପାଇଁ ୧୮ ମିନିଟ୍
୩୯ ସେକେଣ୍ଟ ଲାରିବ ବୋଲି ଛୟୋ ପକ୍ଷରୁ ଝୁବାଯାଇଛି। ୨୨୮୦
ଡିର କ୍ଷମତା ଥିବା ଜ୍ଞାନ-୧ ଆଗାମୀ ୭ ବର୍ଷ ପାଇଁ କାର୍ଯ୍ୟ କରିବାକୁ
ସମ୍ମନ ହେବ। ଅନୁକୂଳ ପାଗ ରହିଲେ ଏହାର ଉତ୍ତର୍କେପଣ କରାଯିବ ନନ୍ଦେ
କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମକୁ ବାତିଲ ମଥ କରାଯାଇ ପାରେ ବୋଲି ଛୟୋ ପକ୍ଷରୁ ସୁନ୍ଦରୀ ଦେବୀଙ୍କୁ



ଶିବଳିଙ୍ଗ ପୂଜା କରୁଛନ୍ତି ମୁସଲମାନ ପରିବାର

ଶୁଆହାଗ: ଦେଶରେ ଧର୍ମ, ଜାତି, ସଂପ୍ରଦାୟ ମଧ୍ୟରେ ବାବବିବାଦ ଜାରି ରହିଥିବା ବେଳେ ଆସାମର ଏକ ମୁୟଲମାନ ପରିବାର ସାମ୍ରାଜ୍ୟକ ସଭାବର ନିଆଗା ଉଦାହରଣ ଦୃଷ୍ଟି କରିଛନ୍ତି । ଏହି ପରିବାର ମାର୍ଗ ୫୦୦ ବର୍ଷ ଧରି ଶିଳିଙ୍ଗଙ୍କୁ ପୁଣ୍ୟ କରିଆସୁଛନ୍ତି । ପ୍ରାୟ ୮ ଲିଙ୍ଗ ଧରି ସେମାନେ ଏହା କରିଆସୁଛନ୍ତି । ପ୍ଲାନେଟ ରଙ୍ଗମହଳ ଗାଁରେ ଥିବା ଶିବ ମନ୍ଦିରର ରକ୍ଷାବେକ୍ଷଣ ଦୟିତି ଏହି ମୁୟଲମାନ ପରିବାର ଉପରେ ରହିଛି । ମନ୍ଦିରର ଦୟିତି ପଢ଼ି ପରେ ଯିତ୍ତି ବିଭିନ୍ନ ସଦସ୍ୟଙ୍କ ପାଖକୁ ଆସିଛି । ସମ୍ପତ୍ତି ମତିରୁର ରହେମାନ ଶିବ ମନ୍ଦିରର ରକ୍ଷାବେକ୍ଷଣ କରୁଛନ୍ତି ।



ସବ୍ଧମୀ ସମନ୍ବୟର ଏକ ପାଠୀ ଭାବେ ଖ୍ୟାତିହୀନ କରିଛି। ପ୍ରତିବର୍ଷ ଜାଗରରେ ସୋବେ ବଡ଼ ମେଲାର ଆୟୋଜନ ହୋଇଥାଏ ଏହେ ପରିଚିତ ପଞ୍ଜାବୀ ଦେଶପରେଥାଏ ପାଇଁ ବିଶ୍ଵାସ ଦେଖିଲାମି।

ରୋଗାନ୍ତ ପାଇଁ ସମ୍ବାଧ କାର୍ଡି

ମୁୟାଇଁ: ବଳିଉଡ଼ ଅଭିନେତ୍ରୀ ଶ୍ରୀକା କପୂର ମଙ୍ଗଳବାର ଶାଶ୍ଵତ ବର୍ଷରେ
ପଦାର୍ପଣ କରିଛନ୍ତି । ସେ ୧୯୮୭ ମାର୍ଚ୍ଚ ଶାଶ୍ଵତ ମୁୟାଇଁଠାରେ ଜନ୍ମଗ୍ରହଣ
କରିଥିଲୋ । ଏତା ଶକ୍ତି
ପୁର ପିଲ୍ଲ ଲଞ୍ଛଣିରେ **ଶାଶ୍ଵତ ବର୍ଷରେ ପାଦ
ବାରୁ ବଳିଉଡ଼ରେ ଅଭିନୟ
ରବା ପାଇଁ ପିଲ୍ଲାଟି ଦିନରୁ**
କଙ୍କର ଲଜ୍ଜାଧ୍ୱାଳୀ । ତାଙ୍କ ଅଭିନାଟ ଆଶ୍ରିକ-୨ ବକ୍ତ୍ଵ ଅପିସରେ ବେଶ
ସଫଳ ରହିଥାଳୀ । ବଳିଉଡ଼ର ଲଭତ ବୟ ଆଦିତ୍ୟ ରାଯ୍ କପୂର ଏବଂ
ପରହାନ ଅଖଚରଙ୍ଗ ସହିତ ତାଙ୍କର ରୋମାନ୍‌ସେନେ କିନ୍ତିଦିନ ତଳେ ନାନା
ଖବର ଦିଲ୍ଲୀଥିଲେ ମଧ୍ୟ ଶ୍ରୀ ଏନେଇ ମୁଁ ଖୋଲି ନ ଥିଲେ । ତେବେ
ପ୍ରଥମେ କ୍ୟାରିଯର ଏହାପରେ ପ୍ରେମ ବୋଲି ଏକ ସାକ୍ଷାତକାରରେ
ଶ୍ରୀକା କହିଥିଲୋ । ଏବେ ସେ ଲଞ୍ଛଣିରେ ନିଜର ସ୍ଥିତ ସୁଦୃଢ଼
କରୁଥାଏ କହିଛନ୍ତି । ରୋମାନ୍‌ସେନେ ପାଇଁ ତାଙ୍କ ପାଖରେ ସମୟ
ନାହିଁ ବୋଲି ସେ ନିଜ ପ୍ରଶଂସକଙ୍କ ଉଦେଶ୍ୟରେ
କହିଥାନ୍ତି । ମୁଁ ଶାପ୍ର ତାଙ୍କର ଅପ କହି ପିଲ୍ଲ



ଭିମ୍ସାରରେ ଡାକ୍ତରଙ୍କୁ ମାଡ଼

ସମ୍ବଲପୁର, ମାଣ (ବ୍ୟୋବ)

ସମ୍ବଲପୁର ଜିଲ୍ଲା ବ୍ୟୋବରେ ଗରୁ ସ୍ଵରେତ୍ତିଥିବା ଏବଂ ମେଟିକାଲ ସାଇକ୍ଲ ଆଶ୍ରମ ରିସର୍ଟ (ଭିମ୍ସାର) ରେ ମଙ୍ଗଳବାର ଜଣେ ଡାକ୍ତରଙ୍କୁ ମାତ୍ର ମରାଯାଇଛି। ତିକିଥାରେ ଅବହେଳା କରିବାରୁ ଜଣେ ଗୋଟିକୁ ମା' ଡାକ୍ତରଙ୍କୁ ହୋଇଛି। ଅଭିଯୋଗ ପାଇବା ମହିଳାଙ୍କୁ ଅଟକ ରଖିଥିଲା।

- ତିକିଥାରେ ଅବହେଳା ଅଭିଯୋଗ
- ଗ୍ୟାଶା ଆଇସିମ୍ୟୁରେ ମୃତ୍ୟୁରେ ରହିଲା
- ଅନୁପମ୍ଭିତ ଥିଲେ ୨ ସିନିମ୍ବର ଡାକ୍ତର

ଫଳରେ ଆଇସିମ୍ୟୁରେ ପ୍ରାୟ ଗ୍ୟାଶା ଧରି ମୃତ୍ୟୁରେ ପଡ଼ି ରହିଥିଲା। ଅପରାହ୍ନ ଗତରେ ସମ୍ମର୍ତ୍ତମ ମହିଳାଙ୍କୁ ପୋଲିସ ଛାଡ଼ିବା ପରେ ସେ ଓରେ ମୃତ୍ୟୁରେ ନେଇ ଘରକୁ ପେରିଛନ୍ତି। ଅଭିଯୋଗ ଅନୁମାରେ, ରାତରକୋର ଫରିନ ଖୁନ(୧୪) ନାମ୍ବା ଜଣେ ଗୋଟିଏ ହୃଦ୍ରୋଗର ଶିକାର ହୋଇ ପ୍ରଥମେ ରାତରକୋର ଆଇଜିଏରେ ଉଚ୍ଚ ହୋଇଥିଲେ। ରବିବାର ତାଙ୍କୁ ଭିମ୍ସାର ପ୍ଲାନିଟର କରାଯାଇଥିଲା ଏବଂ ଥୋରେ ମେତେଇ ଉତ୍ତରେ ସେ ତିକିଥିତ ହେଉଥିଲେ। ଅଛୁଟା ଜିତିଳ ହେବାରୁ ସୋମବାରଠାରୁ ତାଙ୍କୁ ଆଇସିମ୍ୟୁରେ ରଖାଯାଇଥିଲା। ହେଲେ ମଙ୍ଗଳବାର ତୋର ୪୮ଟାରେ ତାଙ୍କର ମୁୟେ ଘରିଥିଲା। ତିକିଥା କରୁଥିବା ପରି ଛାନ୍ତି ତା. ଅନୁକରାମ ପାତ୍ର ଫରିନ ଖୁନଙ୍କୁ ଝିଆଇ ମୃତ୍ୟୁ ଘରିଥିଲା ନେଇ ଜଣିଥିଲେ। ହେଲେ ପରିନିର କିମ୍ବା ଦୁଇବା ଆଗରୁ ରାଗି ଯାଇ ତାଙ୍କର ପାତ୍ରଙ୍କ ମାତ୍ର ମାରିଥିଲେ। ତିକିଥାରେ ଅବହେଳା ଯୋଗୁ ଝିଆଇ ମୃତ୍ୟୁ ଘରିଥିବା ସେ ଅଭିଯୋଗ କରିଥିଲେ। ସୋମବାର ରାତରେ ୨୪ଟା ସିନିମ୍ବର ତାଙ୍କର ପାତ୍ରଙ୍କ ମାତ୍ର ମାରିଥିଲେ। ଏହି ହୃଦ୍ରୋଗ ଥିବା ତାଙ୍କର କୁଆତେ ଯାଇଥିଲେ ତାହାର ବିକାଶ କରାଯାଇ ବୋଲି ପରିନିର ପାତ୍ର କିମ୍ବା କିମ୍ବା ହେଲିଛନ୍ତି। ହେଲେ ତାଙ୍କର ପାତ୍ର କିମ୍ବା କିମ୍ବା ଯେ, ଗୋଟିଏ ଅବସ୍ଥା ପ୍ରାତିଶୀଳ ଥିଲା। ତୋରରୁ ତାଙ୍କର ହାର୍ଟିକ୍ରିଙ୍ଗ ବନ୍ଦ ହୋଇଥିଲା। ତେଣୁ ବିଆର ମାଧ୍ୟମରେ ତିକିଥା କରାଯାଇଥିଲା। ହେଲେ ତାଙ୍କ ମା' ତୁଳ ହୁଅଛନ୍ତି। ଅନ୍ୟପକ୍ଷ ଭିମ୍ସାରରେ ବାରଧର ଗୋଟିଏ ସଂଖ୍ୟା ତାଙ୍କରଙ୍କ ଆକ୍ରମଣ କରୁଛନ୍ତି। ଏହି କୁନ୍ତର ତାଙ୍କର ସଂଖ୍ୟା ଫେଟିକିଳ କଲେଇ କରୁପକ୍ଷଙ୍କ ରେତି ସୁରକ୍ଷା ଦାବି କରିଛି।

କ'ଣ ଆସନ ମଧ୍ୟ ତାହୁଁଛନ୍ତି
Healthy + Glowing + Spotless
Skin?

ଏଲୋଭେରା
କାନ୍ତ୍ରଶକ୍ତି ହୋଇବାରେ ସହାୟକ।

ନିୟ
ଦୂରା ଅତିରିକ୍ତ ତେଲକୁ ହୋଇବାରେ ସହାୟକ।

ଲେମ୍ୟ
ଏହା କଳାଦାଗ ଓ ବାଦାମୀ ଦାଗକୁ
କମ୍ କରିବାରେ ସହାୟତା କରିଥାଏ।

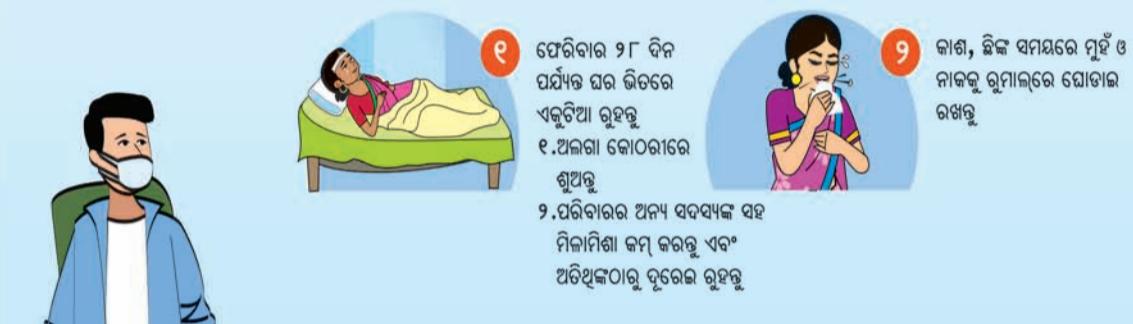


ସତେତନ ହୁଅନ୍ତୁ, କରୋନା ଭୂତାଣୁ ସଂକ୍ରମଣରୁ ସୁରକ୍ଷିତ ରୁହନ୍ତୁ

କରୋନା ଭୂତାଣୁ ସଂକ୍ରମଣର ପାଦ୍ମବୀବା ଚାନ୍ ଦେଶରେ ଲାଗି ରହିଛି ଏବଂ ବିଶ୍ୱର ଅନ୍ୟ ଦେଶ ଗୁଡ଼ିକ ମଧ୍ୟ ପ୍ରଭାବିତ ହେବାରେ ଲାଗିଛନ୍ତି। ଏହି ଭୂତାଣୁ ଦ୍ୱାରା ହେଲେ ମୁଁ ଭଲି ଲକ୍ଷଣ ଦେଖାଦେଇ ପାରେ:



ଯଦି ଆପଣ ବିଗତ ୧୫ ଦିନ ମଧ୍ୟରେ ଚାନ୍, ହଂକଂ, ଜାପାନ, ସିଙ୍ଗାପୁର, ଆଇଲାନ୍ଡ, ମାଲେଶୀଆ, ଭିଏଡ଼ାମ, ଲାଣ୍ଡାନେନ୍ଦ୍ରିଆ, ନେପାଳ, ଦିନିଶା କୋରିଆ, ଭାରାନ, ଇତାଲୀ ଆଦି କରୋନା ସଂକ୍ରମିତ ଦେଶରୁ ଫେରିଛନ୍ତି ତେବେ ତୁରନ୍ତ :



ଆନ ଦିଅନ୍ତୁ :

ଫେରିବାର ୨୮ ଦିନ ମଧ୍ୟରେ ଯଦି କୁର, କାଶ କିମ୍ବା ନିଶ୍ଚାସ ପ୍ରସାଦରେ କଷ ଅନୁଭବ କରନ୍ତି, ତେବେ ତୁରନ୍ତ ମାତ୍ର ପିନ୍ତ୍ରୁ ଏବଂ ନିକଟସ୍ଥ ସରକାରୀ ମେଡିକାଲ କଲେଜ / ଜିଲ୍ଲା ମୁଖ୍ୟ ମୁଖ୍ୟ ଚିକିତ୍ସାଳୟ କିମ୍ବା କ୍ଲାପିଟାଲ, ହାର୍ପିଟାଲ, ଭୁବନେଶ୍ୱରରେ ନିଜ ସ୍ଵାସ୍ଥ୍ୟ ପରୀକ୍ଷା କରାଇ ନିଅନ୍ତୁ।

ରାଜ୍ୟ ସ୍ଵାସ୍ଥ୍ୟ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ କଷ ଫୋନ୍ ନଂ ୦୬୭୪-୨୩୯୦୪୭୭ କିମ୍ବା ମୋବାଇଲ୍ ନଂ ୯୪୩୯୯୯୪୮୮୫୫୫୫ ରେ ଯୋଗାଯୋଗ କରନ୍ତୁ।

facebook.com/HFWOdisha

http://www.health.odisha.gov.in/

@HFWOdisha

TATA

ଶୁଭାରମ୍ଭ କରାଯାଉଛି ସମସ୍ତ ନୂଆ TİAGO

#SeriouslyFun. Seriously Safe.

4 STAR RATING*

GLOBAL NCAP BS6 COMPLIANT

ଏହି ସେବନ୍ମେଷଣ ସବୁରୁ ନିର୍ବାପ କରୁବା

₹22,000* ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଲାଭ।

ଶୁଭାରମ୍ଭ କରାଯାଉଛି ସମସ୍ତ ନୂଆ TİAGO

₹ 4.60 ଲକ୍ଷ ରୁ ମୂଲ୍ୟ ଆରମ୍ଭ*

To know more, visit www.tatatiago.com | For Test Drive at your doorstep, SMS 'TIAGO' to 5616161 or call 1800 209 7979 (Toll Free) | [/tiagofromtatamotors](#) [@tiagotatamotors](#)

Authorised Tata Motors Dealers:

BALANGIR/BARGARH/ BHAWANIPATNA: 7328829031	JHARSUGUDA/SAMBALPUR/ SONEPUR: 7328829031	BOUDH: Monalisha Motors-8448576936	ROURKELA: Balaram Motors: 7303658556	SUNDARGARH: Balaram Motors: 8448512739
---	--	---------------------------------------	---	---

Images and illustrations are indicative and for information purpose only. All features/specifications are not available in all variants and may vary for different variants. Accessories may or may not be a part of standard equipment. Dual tone is available in XZ+ variant. R15 alloy wheel is available in XZ+ variant only. **Segment refers to hatchbacks less than 3.9 m. #Safety rating for adult occupant protection. Terms and Conditions apply. *Offer valid till stock last. *Price ex-showroom. One India, One Price

