



Safal

PAN MASALA

କିଛି ଅତୁଳ୍ୟ ସ୍ଵାଦ!

ଶଙ୍କରେ ବର୍ଣ୍ଣନା କରିଛୁ ଏ ନାହିଁ

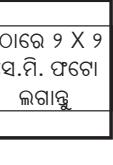


ସର୍ବସାଧାରଣ ସ୍ଥାନରେ ପାନ କିମ୍ବା ପାନ ମସଲା ଛେପ ପକାନ୍ତୁ ନାହିଁ ।

କରୋଳା ମହାମାରୀରୁ ବଞ୍ଚନ୍ତୁ ।

ସଫଳ ପାନ ମସଲା ପ୍ରାଚୀ ଜନହିତରେ ଜାରି ।

ଜ୍ଞାନଦିନର ଶୁଭେଚ୍ଛା



୧୦ରେ ୨ X ୨
ସେ.ମି. ଫଣେ
ଲଗାନ୍ତୁ

ନାମ:
ବୟସ:
ଜ୍ଞାନ ତାରିଖ:

ଶୁଭେଚ୍ଛା
ପରିବାରରେ

ବ୍ୟାକରଣ ଏହାର ବ୍ୟାକରଣ କରି ସମ୍ମାନ କରାଯାଇଥାରୁ ଉପରେ ଏହାର ବ୍ୟାକରଣ କରିବାକୁ ଆବଶ୍ୟକ ।

ଜଗନ୍ନାଥ ଆକ୍ରମିତ ପ୍ରଧାନ ଶିକ୍ଷୟିତ୍ରୀଙ୍କ ପରିଲୋକ

ବାଲିକୁଦା, ୨୦୧୯(ସ୍ବ.ପ୍ର.): କରୋନାରେ ଆକ୍ରମିତ ହେଉଥିବା ବାଲିକୁଦା କୁଳ ନାମପୂରୁଷ ପ୍ରାଥମିକ ବିଦ୍ୟାଳୟ
ପ୍ରଧାନ ଶିକ୍ଷୟିତ୍ରୀ ସନ୍ଧ୍ୟାରୀ ଭାବରେ ପରିଲୋକ ପରିଚାଳନାରେ କିମ୍ବାଧୀନ ଅବଶ୍ୟକ ହେବାରେ ତାଙ୍କ ମୁହଁରେ ନାଗପୁର ପ୍ରାଥମିକ ବିଦ୍ୟାଳୟରେ ଶୋକରଣାଯା ଖେଳିପାଇଛନ୍ତି ।

୮୮୯ ସୁଲ ପାଇଁ ଖର୍ଚ୍ଚ ହେବ ୪୩୩ କୋଟି

ଭୁବନେଶ୍ୱର, ୨୦୧୯(ବ୍ୟୁବୋ)

ରାଜ୍ୟରେ ହୀଲ୍‌ସୁଲ ରୂପାତ୍ତରକଣ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ ଅଧ୍ୟାନରେ ନୂତନ ଭାବେ ୮୮୯ ସୁଲ ପାଇଁ ୪୩୩ କୋଟି ୪୦ ଲକ୍ଷ ଟଙ୍କା ଖର୍ଚ୍ଚ ହେବାରେ ଏହାକୁ ଅନୁରୋଧ କରିପାଇଥାଏ । ଏହାକୁ ଆଦିବାସୀ ଓ ଉପାତ୍ତ ଅଞ୍ଚଳରେ ଛାତ୍ରାକ୍ରୁତି ଆନନ୍ଦବାସିଙ୍କ ଶିକ୍ଷା ପାଇପାଇବେ । ଅନୁଗ୍ରାହୀ ଜ୍ଞାନାର୍ଥୀ ୧୨ ସୁଲ ପାଇଁ ୩ କୋଟି ୩୦ ଲକ୍ଷ ଟଙ୍କା, ଦେବବର୍ତ୍ତର ୪୭ ସୁଲ ପାଇଁ ୨୮ କୋଟି ୨୦ ଲକ୍ଷ ଟଙ୍କା, ତେଜନାନାର୍ଥୀ ୨୭ ସୁଲ ପାଇଁ ୧୦ କୋଟି ୨୦ ଲକ୍ଷ ଟଙ୍କା, ଯାଜମାନର୍ଥୀ ୨୦ ସୁଲ ପାଇଁ ୪୪ କୋଟି ଟଙ୍କା, ମହିଳାଙ୍କ ଜ୍ଞାନାର୍ଥୀ ୧୦୦୩ କୋଟି ୪୦ ଲକ୍ଷ ଟଙ୍କା ହେବାରେ ଏହାକୁ ଅନୁରୋଧ କରିପାଇଥାଏ । ଜ୍ଞାନାର୍ଥୀ ପାଇଁ ଏହାକୁ ଅନୁରୋଧ କରିପାଇଥାଏ । ଏହାକୁ ଅନୁରୋଧ କରିବାକୁ ପାଇଁ ଏହାକୁ ଅନୁରୋଧ କରିପାଇଥାଏ ।



ହିନ୍ଦୁ ଶେଖର ପାତ୍ର

ଅନ୍ତିମରେ ୧୪ ହଜାର ଟଙ୍କା ଖର୍ଚ୍ଚ କରିବା
ପରେ ମଧ୍ୟ ଟଙ୍କା ପ୍ରତି ମେଟିନ ଦିଆଯାଇ ନ
ଥାବା ନେଇ ସେ ଅଭିଯୋଗ କରିଥିଲେ । ଜ୍ଞାନାର୍ଥୀ
ଦିନରେ ହଜାର ଟଙ୍କା ଲାକ୍ଷ ଦେବବର୍ତ୍ତର କରିପାଇଥାଏ ।
କୃଷି ଅଧିକାରୀ ପାହାକ୍ତାରୁ କେନ୍ଦ୍ରିକାଳ ବୋଲା ଓ ହଜାର
ଟଙ୍କା ଜବତ କରାଯାଇଛନ୍ତି । ତାଙ୍କ ହାତକାଳିପତା
ପୂର୍ବକେନ୍ଦ୍ରର ଏକ ଗଞ୍ଜେଇ ପୂର୍ବକେନ୍ଦ୍ରର
ଏହା ହଜାର ଟଙ୍କା ଲାକ୍ଷ ଦେବବର୍ତ୍ତର କରିପାଇଥାଏ । ଏହାକୁ
ଅନୁରୋଧ କରିବାକୁ ପାଇଁ ଏହାକୁ ଅନୁରୋଧ କରିପାଇଥାଏ । ଏହାକୁ
ଅନୁରୋଧ କରିବାକୁ ପାଇଁ ଏହାକୁ ଅନୁରୋଧ କରିପାଇଥାଏ ।

କୃଷି ଅଧିକାରୀ ପାଇଁ ଏହାକୁ ଅନୁରୋଧ କରିପାଇଥାଏ ।



ବିଶ୍ୱ ହୃଦୟ ଦିବସ

ଭୁବନେଶ୍ୱର, ବୁଝବାର, ୨୯ ସେପ୍ଟେମ୍ବର, ୨୦୨୧

୭



ଭାରତ ସମେତ ସାରା ଦିଶରେ ହୃଦୟାଚ ଯୋଗୁ କଥୟ ନିର୍ଣ୍ଣୟକରଣ କରୁଛନ୍ତି। ବୟକ୍ତିର ଏହା କିନ୍ତୁ କାରଣ ହୃଦୟାଚର ଆଶକ୍ଳ ବଢ଼ିଥାଏ। ତେବେ ଜଣ ଜଣକ ପାଖରେ ରୋଗର ଅନେକ କାରଣ ଥିଲେ, ଅଛୁ କଥୟ ପରେ ବି ହୃଦୟାଚର ମାରାମକ ହୋଇପାରେ। ଏଥରୁ ରକ୍ଷା ପାଇବା ପାଇଁ କେବେକ ଉପାଯ ଅବଳମ୍ବନ କରିବା ଜରୁରା। ହୃଦୟାଚର କିନ୍ତୁ କାରଣ: ବୟକ୍ତ ପୁଣ୍ୟ, ବୟକ୍ତ ମହିଳା (ମାସିକ କର୍ମକୁଳ ବରତି ପରେ), ମଧୁମେହ, ଉଚ୍ଚ ରକ୍ତଚପ, ଧୂମପାନ, ରକ୍ତରେ ବରି ଅଂଶର ଆଧ୍ୟକ୍ୟ (ହାଇ, ଲୋ ଫେର୍ମେଟ କୋଲେଷ୍ଟରଲ ଏବଂ ଲିପିଟ ପ୍ରୋଟାଇଲ), ରକ୍ତରେ କମ୍ ପରିମାଣର ଭଲ କୋଲେଷ୍ଟରଲ ଲୋ ଏହାତିଥିଲୁ (ପ୍ରୋଟାଇଲ), ରକ୍ତରେ କମ୍ ପରିମାଣର ଭଲ କୋଲେଷ୍ଟରଲ ଲୋ ଏହାତିଥିଲୁ (ପ୍ରୋଟାଇଲ), ରକ୍ତରେ କୋଣିକା ପରିମାଣର କମ୍ ରହିଲୁ), ପରିମାଣର କୋଣିକା ପରିମାଣର କମ୍ ରହିଲୁ) ଏବଂ ମଧୁମେହ ୪୦ ମି.ଗ୍ରା.ରୁ କମ୍ ରହିଲୁ) ପରିମାଣର କୋଣିକା ପରିମାଣର କମ୍ ରହିଲୁ) ଏବଂ ମଧୁମେହ ୪୦ ମି.ଗ୍ରା.ରୁ କମ୍ ରହିଲୁ) ଏବଂ ମଧୁମେହ ୪୦ ମି.ଗ୍ରା.ରୁ କମ୍ ରହିଲୁ)



LET US CELEBRATE
WORLD HEART DAY BY
GOING FOR HEART
CHECK-UPS AND
PROMISING OURSELVES TO
KEEP OUR HEART HEALTHY



CARDIAC CARE SCREENING PACKAGE ₹999/-

- | | |
|-----------------|---------------------------|
| » ECG | » Creatinine |
| » ECHO | » Diet Consultation |
| » FBS/RBS | » Cardiology Consultation |
| » Lipid Profile | |

T & Apply*



Scan for Appointment

For Appointment
6370704001/4002

Plot No. C/3, Niladri Vihar
Chandrasekharpur,
Bhubaneswar-751021
www.utkalhospital.com

On the Occasion of **World Heart Day**, We wish that your Heart always stay healthy and happy. So take care of your diet and always keep your heart in good shape.

WORLD
HEART DAY

SILVERCITY HOSPITAL & RESEARCH CENTRE

Plot No. 931/932, Chauliaganj Main Road, Near Durga Mandir, P.O.- Nuabazar, Cuttack - 753004, Helpline Number: 9776954321



DSPL - 159

ବିଶ୍ୱ ହୃଦ ଦିବସ

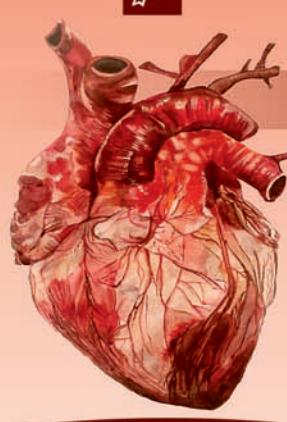
୨୯ ସେପ୍ଟେମ୍ବର ୨୦୨୧

ସାବଧାନ !

ଏସବୁ ଅସୁମ୍ଭତା ବା କୁଆର୍ଯ୍ୟାସ ହୃଦ୍ରୋଗର କାରଣ ହୋଇଥାଏ

- ଉଚ୍ଚ ରକ୍ତଚପ
- ଧୂମପାନ
- ମାତ୍ରାଧୂଳକ କୋଲେଷ୍ଟରଲ
- ମୋଟାପାଣ

- ମାନସିକ ଦୁଷ୍ଟିତା / ଅବସାଦ
- ଧୂମପାନ
- ମଦ୍ୟପାନ
- ଆଧୁନିକ(ସ୍ଵତ୍ତ ପରିଶ୍ରମ) ଜୀବନଶୈଳୀ



ହୃଦ ରୋଗର ପ୍ରତିରୋଧ

- ମାନସିକ ଦୁଷ୍ଟିତା ପରିହାର
- କମ୍ ଡେଲ ମସଲାଧାରୀ ସନ୍ତୁଳିତ ଓ ପୁଣ୍ୟକର ଆହାର
- ନିୟମିତ ଯୋଗ, ବ୍ୟାୟାମ, ଶାରୀରିକ ପରିଶ୍ରମ
- ଯଥେଷ୍ଟ ବିଶ୍ୱାସ
- ନିୟମିତ ରକ୍ତଚପ, ମଧୁମେହ ଆଦିର ପରାମା
- ଡାକ୍ତରଙ୍କ ପରାମର୍ଶ ଅନୁଯାୟୀ ନିୟମିତ ଔଷଧ ସେବନ

ସୁମ୍ମ ହୃଦ୍ୟ - ସୁମ୍ମ ଜୀବନ

ଆମ ହୃଦ୍ୟକୁ ଯନ୍ତ୍ର ଆମ ହାତରେ

ହୃଦ୍ୟାଚର କାରଣ ଏବଂ ନିୟମ ମାନିବା ସହ ନିଜ ହୃଦ୍ୟକୁ ଯନ୍ତ୍ର ନେବା ଆବଶ୍ୟକ ।

ଏଣୁ କାରଣ ନିୟମ ମାନିବା ସହ ନିଜ ହୃଦ୍ୟକୁ ଯନ୍ତ୍ର ନେବା ଆବଶ୍ୟକ ।



ସଂଖ୍ୟପରେ
ସିଏମସି କମିଶନର ରେଙ୍କିଳେ

୧୮ ମାନୁଷରେ କାର୍ଯ୍ୟମୁକ୍ତାମ ଶୂନ୍ୟ

କଟକ ଅପ୍ରିସ, ୨୦୧୯

କିମିକ୍ରୁ ସ୍ଲାରକପତ୍ର



କାଟେଯୁଗୀୟ ବ୍ୟବସା ପ୍ରତିଯୋଗିତା ପାଇଁ ମଜଳବାର କଟକ ମୁକ୍ତାମ କାର୍ଯ୍ୟମୁକ୍ତାମ ହୋଇଥିଲା।

କଟକ ଅପ୍ରିସ, ୨୦୧୯ (ତ.ଏନ.୧୯)

କଟ

