

ହୀରାକୁଦରେ
ନିର୍ମାଣ ହେବ ୫
ଅତିରିକ୍ତ ଆଡ଼ିବନ୍ଧ

ଭୁବନେଶ୍ୱର, ୨୩।୬
(ରବିନାରାୟଣ ଜେନା)

ହୀରାକୁଦରେ ଅତିରିକ୍ତ ୫ଟି ଆଡ଼ିବନ୍ଧ
ନିର୍ମାଣ କରି ଅଧିକ ସଂରକ୍ଷଣ
କରିବା ଲାଗି ଜଳସମ୍ପଦ ବିଭାଗ
ଲକ୍ଷ୍ୟ ରଖିଛି। ଏହାକୁ ନେଇ ଖୁବ୍ ଶୀଘ୍ର
ସେଣ୍ଟ୍ରାଲ ପ୍ରୋଜେକ୍ଟ ମ୍ୟାନେଜମେଣ୍ଟ
ୟୁନିଟ୍ (ସିପିଏମ୍‌ୟୁ) ସହିତ ବୈଷୟିକ
ପରାମର୍ଶଲାଗି ଏକ ବୃତ୍ତୀମଣି ସ୍ୱାକ୍ଷର
ହେବ। ତେବେ ଏଥିପାଇଁ ଆବଶ୍ୟକ
ଖର୍ଚ୍ଚ ଅନୁମୋଦନ ପ୍ରଦାନ କରିବା
ଲାଗି ଜଳସମ୍ପଦ ବିଭାଗ ପକ୍ଷରୁ
ସର୍ବୋଚ୍ଚସ୍ତରୀୟ ଚଳିତମାସ ୧୧ରେ
ପତ୍ର ଲେଖି ଅବଗତ କରାଯାଇଛି।
ସେଥିରେ ବିଭାଗୀୟ ଅନୁସୂଚିତ
ବିଭିନ୍ନ ରଞ୍ଜନ ସାହୁ ଦର୍ଶାଇଛନ୍ତି,
କେନ୍ଦ୍ରୀୟ ଜଳ ଆୟୋଗଙ୍କ ପକ୍ଷରୁ
ଏହାର ଆକଳନ ସଂକ୍ରାନ୍ତିରେ ଏକ
ପ୍ରସ୍ତାବ ଅନୁମୋଦନ ପାଇଁ ଆସିଛି।
ଏହାକୁ ଅନୁଧ୍ୟାନ କରି ଭୁବନେଶ୍ୱର
କରାଜବାକୁ ସେ ଦର୍ଶାଇଛନ୍ତି। ସୂଚନା
ଅନୁଯାୟୀ, ହୀରାକୁଦର ବାମପାର୍ଶ୍ୱରେ
୫ଟି ଆଡ଼ିବନ୍ଧ ନିର୍ମାଣ କରାଯିବ।
ଏହାକୁ ନେଇ ଏକ ଉଚ୍ଚସ୍ତରୀୟ
ପ୍ରତିନିଧି ଦଳ ହୀରାକୁଦ ଅବବାହିକା
ଅଞ୍ଚଳ ମେଁ ପରିଚାଳନାରେ ଗଠ
କରିଥିଲେ। ସେଥିମଧ୍ୟରେ କେନ୍ଦ୍ରୀୟ
ଜଳ ଆୟୋଗ, ଖୁବ୍ ବ୍ୟାଙ୍କ (ଓଡ଼ିଶା
ଶାଖା) ଏବଂ **ଫ୍ରେଣ୍ଡ୍‌ସ୍-୪**

ଆଜିର ସମ୍ବାଦକୀୟ

ଇଲେକ୍ଟ୍ରିକ୍ ଏୟାରକ୍ରାଫ୍ଟ

ତେଲ ଦର ୫ ମାସରେ ସର୍ବାଧିକ

ଭରାନର ୩ଟି ଫୁଲ୍‌ଫୁଲ୍‌ ପାହିଲିଟି ଉପରେ ଆମେରିକା
ରବିବାର ଆକ୍ରମଣ କରିବାର ଦିନକ ପରେ
ଅନ୍ତର୍ଜାତୀୟ ବଜାରରେ ଅଣୋଧିକ ତୈଳ
ଦର ଗତ ୫ ମାସ ମଧ୍ୟରେ ସର୍ବୋଚ୍ଚ ସ୍ତରରେ
ପହଞ୍ଚିଛି। ଉଭୟ କ୍ରୁଡ୍ ଅଏଲ୍ ଦର ୩୯%ରୁ
ଅଧିକ ବଢ଼ି ବ୍ୟାରେଲ୍ ପ୍ରତି ଯଥାକ୍ରମେ
୮୧.୪୦ ଡଲାର ଏବଂ ୭୮.୪୦
ଡଲାର ହୋଇଛି। ମଧ୍ୟପ୍ରାନ୍ତରେ
ଉତ୍ତରଜନା ବଜୁଥୁବାକୁ ତୈଳ ବଜାର
ଉପରେ ଏହାର ସିଧା ପ୍ରଭାବ ପଡ଼ିଛି।

ଓଶିନିଂଟନ, ୨୩।୬

ଭରାନ ବିଶ୍ୱର ବୃତ୍ତୀୟ ସର୍ବାଧିକ ତୈଳ
ଉତ୍ପାଦନକାରୀ ରାଷ୍ଟ୍ର। ଆମେରିକାର
ଆକ୍ରମଣ ପରେ ଭରାନ ପାଇଁ ମେଣ୍ଟ
ହରମୁକ୍ତ ପ୍ରଶାଳନା ବନ୍ଦ କରିବା ପାଇଁ
ମଞ୍ଜୁରୀ ପ୍ରଦାନ କରିଥିବାବେଳେ
ବୃତ୍ତୀୟ ନିଷ୍ପତ୍ତି ଏହାର ସର୍ବୋଚ୍ଚ



ଆମେରିକା
ଆକ୍ରମଣର
ପ୍ରଭାବ

ଜାତୀୟ ସୁରକ୍ଷା ପରିଷଦ ନେବା।
ଏହା ଏକ ଅତ୍ୟୁତ୍ତମ ପଦକ୍ଷେପ,
ଯାହା ଭରାନ ପୂର୍ବରୁ କେବେ ନେଇ
ନ ଥିଲା। ସ୍ପେର୍ ଅଫ୍ ହରମୁକ୍ତ ବନ୍ଦ
ହେଲେ ବୈଶ୍ୱିକ ତୈଳ ଯୋଗାଣ
ପ୍ରଭାବିତ ହେବା ସହ ଦର ଆହୁରି
ବଢ଼ିଯିବ। ଏହି ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ତୈଳ
ପରିବହନ ମାର୍ଗ ଦେଇ ବୈଦିକ

ବିଶ୍ୱର ପାଖାପାଖି
୩୦ ପ୍ରତିଶତ ତୈଳ ଏବଂ ଏକ-
ତୃତୀୟାଂଶ ଏଲ୍‌ଏନ୍‌ଜି (ତରଳୀକୃତ
ପ୍ରାକୃତିକ ଗ୍ୟାସ୍) ପରିବହନ
ହୋଇଥାଏ। ଭରାନ ଏହି ପ୍ରଶାଳନାକୁ
ବନ୍ଦ କଲେ ଆହୁରି ଭୟଙ୍କର ତ୍ରୁଟି
ହେବ ଏବଂ ତେହରାନର ଅର୍ଥନୀତି
ଭୁଲ୍ଲି ପଡ଼ିବ ବୋଲି ଆମେରିକା

ଦିଲ୍ଲୀରୁ ବୁଲି ଆସିଥିବା ଯୁବତୀଙ୍କୁ ଅସଦାଚରଣ

ଦଶରଥପୁର, ୨୩।୬
(ସୁଶାନ୍ତ କୁମାର ବେହେରିଆ)

ଓଡ଼ିଶା ସମେତ ଭାରତର ୬ ରାଜ୍ୟକୁ
ଅପରାଧ ପ୍ରବଣ ଅଞ୍ଚଳ ବୋଲି
ଆମେରିକା ଦର୍ଶାଇବା ସହ ତା'ର
ନାଗରିକଙ୍କ ପାଇଁ ଭ୍ରମଣ ସତର୍କତା
ଜାରି କରିବା ଘଟଣା ଏବେ ରାଜ୍ୟରେ
ଚର୍ଚ୍ଚାର ବିଷୟ ପାଲଟିଛି। ଓଡ଼ିଶାରେ
ବାହାର ପର୍ଯ୍ୟଟକଙ୍କ ସୁରକ୍ଷାକୁ ନେଇ

■ ୨ ଯୁବକଙ୍କ ନାମରେ ଥାନାରେ ଏତଲା

■ ଘଟଣାର ୨୪ ଘଣ୍ଟା ପରେ ଦି ପୋଲିସ୍ ହାତ ଖାଲି

ପ୍ରଶ୍ନବାଚୀ ଦୃଷ୍ଟି ହୋଇଥିବାବେଳେ
ଯାଜପୁର ଜିଲ୍ଲା ଦଶରଥପୁର ଥାନା
ତରାଙ୍ଗ ସାଗରପୁର ଗ୍ରାମ ନିକଟରେ
ରବିବାର ରାତିରେ ବାହ୍ୟାଙ୍କ
ସହିତ ଓଡ଼ିଶା ବୁଲିବାକୁ ଆସିଥିବା
ଦିଲ୍ଲୀର ଜଣେ ଯୁବତୀଙ୍କୁ ୨ ଜଣ
ଯୁବକ ଅସଦାଚରଣ କରିଥିବା

ନେଇ ଅଭିଯୋଗ ହୋଇଛି। ଏ
ନେଇ ଦଶରଥପୁର ଥାନାରେ
ଏକ ମାମଲା(ନଂ.୧୦୧/୨୫)
ଚଳୁ କରି ପୋଲିସ୍ ଚଢ଼ି କରୁଛି।
ତେବେ ଏହି ଘଟଣାରେ ସମ୍ପୃକ୍ତ
ଯୁବକମାନଙ୍କୁ ପୋଲିସ୍ ଠାବ
କରିପାରିନାହିଁ। ଖୁବ୍ ଶୀଘ୍ର ଅଭିଯୁକ୍ତଙ୍କୁ

ଗିରଫ କରାଯିବ ବୋଲି ଯାଜପୁର
ଏସ୍‌ପିଓ ପ୍ରଶାନ୍ତ ମାଝୀ କହିଛନ୍ତି।
ସୂଚନା ଅନୁଯାୟୀ,
ଚାମୁଣ୍ଡପାଳ ପଞ୍ଚାୟତ ତରାଙ୍ଗ
ସାଗରପୁର ଗ୍ରାମର ତପସ୍ୱିନୀ ଦାଶ
ଦିଲ୍ଲୀରେ ଏକ ଘରୋଇ କମ୍ପାନୀରେ
କାମ କରନ୍ତି। ତପସ୍ୱିନୀଙ୍କ ସହିତ
ତାଙ୍କ ବାନ୍ଧବୀ ପୂଜା ପରେବା ମଧ୍ୟ
ସେଠାରେ କାମ କରନ୍ତି। ତପସ୍ୱିନୀ
ବାପାଙ୍କୁ ପ୍ରଥମ **ଫ୍ରେଣ୍ଡ୍‌ସ୍-୪**

ପରୀକ୍ଷା ଦେଲେ ଫେରିପାଇବେ ଫି'

ଭୁବନେଶ୍ୱର, ୨୩।୬ (ସୁଚିକ୍ଷିତା ସାହୁ)
ନିଯୁକ୍ତି ପରୀକ୍ଷାରେ ବାଧ୍ୟକ ସାଜିବନି ଅର୍ଥ। ଅନ୍ୟମାନଙ୍କ
ଭଳି ଗରିବ ଶ୍ରେଣୀର ପିଲାମାନେ ମଧ୍ୟ ସମସ୍ତ ନିଯୁକ୍ତି
ପରୀକ୍ଷା ଦେଇପାରିବେ। ଏଥିପାଇଁ ରାଜ୍ୟ ସରକାର ଫି'

ଛାଡ଼ କରିବାକୁ ବଡ଼ ନିଷ୍ପତ୍ତି ନେଇଛନ୍ତି। ରାଜ୍ୟ ସରକାରଙ୍କ
ଅଧୀନରେ ନିଯୁକ୍ତି ସଂସ୍ଥା ଦ୍ୱାରା ପରିଚାଳିତ ବିଭିନ୍ନ ନିଯୁକ୍ତି
ପରୀକ୍ଷା ପାଇଁ ଫି' ଛାଡ଼ କରାଯିବ। ଏନେଇ ସରକାରଙ୍କ
ପକ୍ଷରୁ ଓଡ଼ିଶା ପବ୍ଲିକ୍ ସର୍ଭିସ୍ କମିଶନ, **ଫ୍ରେଣ୍ଡ୍‌ସ୍-୪**

ନିଯୁକ୍ତି ପରୀକ୍ଷା ପାଇଁ
ବାଧ୍ୟକ ସାଜିବନି ଅର୍ଥ

SIKSHA 'O' ANUSANDHAN

SAAT-2025

Empowering students for a brighter future

LAW PROGRAMMES OFFERED

- BA LLB (H) - Integrated Law
- BBA LLB (H) - Integrated Law
- LLB (H) - 3 Years Law
- LLM

APPROVAL & RECOGNITIONS

- Approved by UGC and BCI
- Re-accredited by NAAC with A++ Grade
- Granted with Category-1 Graded Autonomy by UGC

NIRF INDIA RANKINGS 2024

- 09th Best in Law Category
- 14th Best in University Category

INTERNATIONAL RANKINGS 2025

- Ranked in QS World Rankings 2025
- Ranked in Times World Rankings 2025

To apply for admission through SAAT, Please visit: www.soa.ac.in

କଡ଼ ପ୍ୟାକ୍‌ରେ କଡ଼ ସଞ୍ଚୟ!

2 ଲୁହେ ଫ୍ରି

₹8 ରିହାତି

*1 ଗାର୍ଡ଼ ଲୁହେର 8 ଟି ପ୍ୟାକ୍ (ଏମଆରପି ₹14 X 8) ସହିତ ତୁଳନା କରିବା କ୍ଷେତ୍ରରେ

*1 ଗାର୍ଡ଼ ଲୁହେର 4 ଟି ପ୍ୟାକ୍ (ଏମଆରପି ₹14 X 4) ସହିତ ତୁଳନା କରିବା କ୍ଷେତ୍ରରେ

KALINGA INSTITUTE OF SOCIAL SCIENCES
KISS Deemed to be University
(Established U/S 3 of UGC Act 1956), Bhubaneswar, Odisha, India

- କିସ୍ ଏକ ବିଦ୍ୟାଳୟ
- କିସ୍ ଏକ ମହାବିଦ୍ୟାଳୟ
- କିସ୍ ଏକ ବିଶ୍ୱବିଦ୍ୟାଳୟ

- ୮୦ ଚଳାତ ଛାତ୍ରଛାତ୍ରୀଙ୍କ ପାଇଁ ସଂପୂର୍ଣ୍ଣ ଆବାସିକ ଓ ଡେୟରୁକ ଅନୁଷ୍ଠାନ
- କିସ୍ ବିଶ୍ୱବିଦ୍ୟାଳୟ ବିଶ୍ୱର ଏକମାତ୍ର ଜନଜାତି ବିଶ୍ୱବିଦ୍ୟାଳୟ
- ଛାତ୍ରଛାତ୍ରୀଙ୍କର ଆର୍ଥିକନିଷ୍ଠେତିର ଖାତ୍ କଲେଜ କର୍ମିଆ (ଏଏସ୍‌ସିଆଇ) ଦ୍ୱାରା ଇମ୍ପାକ୍ଟ ଆସେସ୍‌ମେଣ୍ଟ
- ନାୟ ଦ୍ୱାରା NAAC 'A' ଗ୍ରେଡ୍ ମାନ୍ୟତା

- କିସ୍ ବହୁ ସମ୍ମାନର ଅଧିକାରୀ ହୋଇପାରିଛି। କିସ୍ ଅନେକ ସ୍ୱୀକୃତି ପାଇଛି; ସେଥିମଧ୍ୟରେ କାରିଷ୍‌ଘ ECOSOC ସହିତ ସ୍ୱତନ୍ତ୍ର ପରାମର୍ଶଦାତା ମାନ୍ୟତା ଏବଂ UNESCO ଅନ୍ତର୍ଜାତୀୟ ସାକ୍ଷରତା ପୁରସ୍କାର (୨୦୨୨) ଅନ୍ତର୍ଭୁକ୍ତ।

ଟାଇମ୍‌ସ୍ ହାଇୟର ଏଜୁକେସନ ଇମ୍ପାକ୍ଟ ରାଙ୍କିଂ ୨୦୨୫

ପ୍ରଥମ ଥର ପାଇଁ କିସ୍ ଟାଇମ୍‌ସ୍ ହାଇୟର ଏଜୁକେସନ ଇମ୍ପାକ୍ଟ ରାଙ୍କିଂରେ ଅଂଶଗ୍ରହଣ କରି ସମଗ୍ର ବିଶ୍ୱରେ ତା'ର ଉଲ୍ଲେଖନୀୟ ପରିଚୟ ସୃଷ୍ଟି କରିପାରିଛି।

ବିଶ୍ୱ ରାଙ୍କିଂରେ ଉଲ୍ଲେଖନୀୟ ପ୍ରଦର୍ଶନ		
	ଭାରତରେ ଶ୍ରେଣ୍ଠ	ବିଶ୍ୱରେ ଶ୍ରେଣ୍ଠ
SDG#5 ମହିଳାଙ୍କ ସମାଜିକ ସମାଜିକ	୬	୧୦୧-୨୦୦
SDG#1 ଦାରିଦ୍ର୍ୟ ଦୂରୀକରଣ	୮	୩୦୧
SDG#4 ଗୁଣାତ୍ମକ ଶିକ୍ଷା	୨୬	୪୦୧-୬୦୦
SDG#10 ଅସମାନତା ହ୍ରାସ	୨୬	୮୦୧-୧୦୦୦

ଇମ୍ପାକ୍ଟ ଗ୍ଲୋବାଲ୍ ରାଙ୍କିଂ

ଓଭରାଲ୍ ଭାରତୀୟ ରାଙ୍କିଂ: **୫୦**

ଓଭରାଲ୍ ବିଶ୍ୱ ରାଙ୍କିଂ: **୧୦୦୧-୧୫୦୦**

କିସ୍‌ର ବିଶେଷତ୍ୱ

- ୮୦,୦୦୦ ଜନଜାତି ଛାତ୍ରଛାତ୍ରୀ (୪୦,୦୦୦ ଅଧିକାରୀତ ୪୦,୦୦୦ ଉଦାର୍ଥ)
- ଛାତ୍ରଛାତ୍ରୀଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ଉତ୍ତମ ଆଉଟ୍ ହାର ଶୂନ୍ୟ
- ଛାତ୍ରୀ ସଂଖ୍ୟା ୬୫%
- ଅଲିମ୍ପିଆନ୍ ସମେତ ୫୦୦୦ କ୍ରୀଡ଼ା ପ୍ରତିଭା ସୃଷ୍ଟି
- ବିଶ୍ୱାସୀ ଲେଖକ ଘରେ ପ୍ରତିଦିନ ୧୬୦,୦୦୦ ଖାଦ୍ୟ ପ୍ରସ୍ତୁତ ଏବଂ ପରିବେଷଣ କରାଯାଇଛି।
- ବିଶ୍ୱର ୨୦ ବର୍ଷ ଧରି ଦଶମ ଏବଂ ଦ୍ୱାଦଶ ବୋର୍ଡ ପରୀକ୍ଷାରେ ପାସ୍ ହାର ଲଗାତାର ୧୦୦%
- ୩ ନିୟୁତ ବର୍ଗଫୁଟ୍ ଅଞ୍ଚଳରେ ୪ଟି ବିଶାଳ କ୍ୟାମ୍ପସ୍
- ଓଡ଼ିଶାର ୧୦ ଟି ଜିଲ୍ଲାରେ ୧୦ ଟି ସାତେଲାଇଟ୍ କ୍ୟାମ୍ପସ୍ (୫ ଟି କାର୍ଯ୍ୟକ୍ଷମ ଓ ୫ ଟି ପ୍ରସ୍ତାବିତ)
- ୮ ଲକ୍ଷ ଜନଜାତି ପରିବାର ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷ କିମ୍ବା ପରୋକ୍ଷ ଭାବରେ ବିକଶିତ ହୋଇପାରିଛନ୍ତି
- ୬ ଗିନିଜ୍ ବିଶ୍ୱ ରେକର୍ଡ୍

KISS Campus 3, Bhubaneswar, Odisha, India 751024 | registrar@kiss.ac.in | www.university.kiss.ac.in

୮ଥର ପୁରୀ ବାହାରେ ହୋଇଥିଲା ମହାପ୍ରଭୁଙ୍କ ରଥଯାତ୍ରା ୩ ରେଳ କର୍ମଚାରୀ ସମର୍ଜିତ

ପୁରୀ, ୨୩୬ (ଅଜିତ କୁମାର ମହାନ୍ତି)

ମହାପ୍ରଭୁଙ୍କ ବିଶ୍ୱପ୍ରସିଦ୍ଧ ଶ୍ରୀଗୁଣ୍ଡିଚା ଯାତ୍ରା ପ୍ରତିବର୍ଷ ଆଷାଢ଼ ଶୁକ୍ଳ ତୃତୀୟା ତିଥିରେ ଅନୁଷ୍ଠିତ ହୋଇଥାଏ । ମହାପ୍ରଭୁ ଶ୍ରୀଜଗନ୍ନାଥ ବଡ଼ଭାଇ ପ୍ରଭୁ ବଳଭଦ୍ର ଏବଂ ଭଉଣୀ ଦେବୀ ସୁଭଦ୍ରାଙ୍କ ସହ ରଥାରୁତ୍ତ ହୋଇ ଶ୍ରୀମନ୍ଦିରରୁ ଶ୍ରୀଗୁଣ୍ଡିଚା ମନ୍ଦିରକୁ ଯାତ୍ରା କରିଥାନ୍ତି । ସେହିଭଳି ଦଶମୀ ତିଥିରେ ବାହୁଡ଼ା ଯାତ୍ରାରେ ଶ୍ରୀମନ୍ଦିର ଅଭିଯୁକ୍ତ ଗାୟିକାମାନେ ଆଜ୍ଞାନା କାରଣରୁ ୮ଥର ପୁରୀ ବାହାରେ ମହାପ୍ରଭୁଙ୍କ ଯୋଗଯାତ୍ରା ଅନୁଷ୍ଠିତ ହୋଇଥିଲା । ଗଡ଼ଜାତରେ ୫, ତିଳିକା ଚକନାସାରେ ୧୦, ତିଳିକାର ଉତ୍ତର ଦିଗରେ ଥିବା ମହାପ୍ରଭୁଙ୍କ ଲାଳାକ୍ଷେତ୍ର ନଇରାରେ ୧୦, ଗଡ଼ମାଣ୍ଡୁରେ ୧୦ ଏବଂ ଶ୍ରୀମନ୍ଦିର ଭିତରେ ଥରେ ମହାପ୍ରଭୁଙ୍କ ଯୋଗଯାତ୍ରା ଅନୁଷ୍ଠିତ ହୋଇଥିଲା ବୋଲି ଐତିହ୍ୟ ବିଶାରଦ ଡ. ସୁରେନ୍ଦ୍ର କୁମାର ମିଶ୍ର ସୂଚନା ଦେଇଛନ୍ତି ।



ଗଡ଼ମାଣ୍ଡୁରେ ଭଗ୍ନାବସ୍ଥାରେ ଥିବା ମନ୍ଦିର ଏବଂ ଚନ୍ଦନ ପୋଖରୀ ।

ନବକଳେବର ହୋଇଥିଲା । ଏହାପରେ ଗଜପତିଙ୍କର ୧୬୨୨ ମସିହାରେ ଦେହାନ୍ତ ହୋଇଥିଲା । ତାଙ୍କ ପୁତ୍ର ଗଜପତି ନରସିଂହ ଦେବ ଶ୍ରୀକ୍ଷେତ୍ରରେ ଗୋଳମାଳ କମିବା ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ମହାପ୍ରଭୁଙ୍କୁ ସେଇ ଗଡ଼ରେ ଉପାସନା କରିବାର ସମସ୍ତ ବ୍ୟବସ୍ଥା କରାଇଥିଲେ । ଇତିହାସରୁ ଜଣାଯାଏ ଯେ, ସେଠାରେ ମହାପ୍ରଭୁ ହାରାହାରି ଅଢ଼େଇ ବର୍ଷ ରହିଯାଇଥିଲେ । ସେଠାରେ ରଥଯାତ୍ରା ଓ ଚନ୍ଦନଯାତ୍ରା ଅନୁଷ୍ଠିତ ହୋଇଥିଲା । ମହାପ୍ରଭୁ ବିଜେ କରିଥିବା ବର୍ତ୍ତମାନର ଶ୍ରୀଗୁଡ଼ାୟା ଦେବଙ୍କ ମନ୍ଦିର ସ୍ଥାନରୁ ଗଡ଼ ପୂର୍ବ ଦିଗରେ ଥିବା ଶ୍ରୀକପିଳେଶ୍ୱର ମହାଦେବଙ୍କ ମନ୍ଦିର ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ରଥରେ ଶ୍ରୀଗୁଣ୍ଡିଚା ଦିନ ଯାଇଥିଲେ । ଶ୍ରୀକପିଳେଶ୍ୱର ମହାଦେବଙ୍କ ଦକ୍ଷିଣ ପାର୍ଶ୍ୱକୁ ଅଗ୍ରାୟା ଗୁଣ୍ଡିଚା ମନ୍ଦିର ନିର୍ମାଣ କରାଯାଇଥିଲା । ମହାପ୍ରଭୁ ଏହିନ ଯାତ୍ରା କରି ପୁଣି ସେଠାରୁ ପୂର୍ଣ୍ଣାଙ୍ଗନକୁ ଫେରି ଆସିଥିବା ମହାପ୍ରଭୁ ରଥରେ ଯିବା-ଆସିବା ରାସ୍ତାପ୍ରତି ହାରାହାରି ୪୦୦ ବର୍ଷ ପରେ ବି ‘ବଡ଼ବାଣ୍ଡ’ ରୂପେ ଆଜି ପରିଚିତ ଅଛି । ମାତ୍ର ପରବର୍ତ୍ତୀ କାଳରେ ଆଉ ରଥଯାତ୍ରା ଅନୁଷ୍ଠିତ ନ ହେବାରୁ ଅଗ୍ରାୟା ଗୁଣ୍ଡିଚା ମନ୍ଦିରଟି ଭାଙ୍ଗିଦିଆ ଗଲା । ତାହା ଆଜି ‘ଗୁଣ୍ଡିଚାଘର ପଦା’ ଭାବେ ଚିହ୍ନିତ ହେଉଛି । ୨୦୧୫ ମସିହାରେ ଡ. ସୁରେନ୍ଦ୍ର କୁମାର ମିଶ୍ର ବ୍ରତୀୟଥର ଐତିହ୍ୟ ଅନୁସନ୍ଧାନ କରିବାକୁ ଯାଇ ଅବଗତ ହୋଇଥିଲେ ଯେ, ଗଡ଼ମାଣ୍ଡୁରେ ୨୨ ପୋଖରୀ

ଦାରୁଦିଅଁଙ୍କୁ ଲାଗିହେଲା ଘଣା, ଖଳି

ଆଷାଢ଼ ମାସ କୃଷ୍ଣପକ୍ଷ ତ୍ରୟୋଦଶୀ ତିଥିରେ ଯୋଗବାର ଶ୍ରୀମନ୍ଦିରରେ ମହାପ୍ରଭୁଙ୍କ ଘଣାଲାଗି ନୀତି ସମ୍ପନ୍ନ ହେବା ସହ ଶୁକ୍ଳପୁଆରଙ୍କ ଘରୁ ଖଳି ଶ୍ରୀମନ୍ଦିରକୁ ବିଜେ କରିଥିଲା । ପରେ ମହାପ୍ରଭୁଙ୍କ ଶ୍ରୀଅଙ୍ଗରେ ଦଇତାପତି ସେବକମାନେ ଖଳିମହାପ୍ରସାଦଲାଗି ନୀତି ସମ୍ପନ୍ନ କରିଥିଲେ । ସେହିପରି ଦରମହାପ୍ରସାଦ ଘରୁ ଆସିଥିବା ଖଡ଼ି ମହାପ୍ରଭୁଙ୍କୁ ଲାଗି କରାଯାଇଛି । ସ୍ନାନପୂର୍ଣ୍ଣିମାରେ ସ୍ନାନମଣ୍ଡପରେ ଶ୍ରୀଗୁଣ୍ଡହମାନେ ୧୦୮ ଗରା ସୁବାସିତ ଜଳରେ ସ୍ନାନ କରି କ୍ରମରେ ପାଦିତ ହୋଇଥିବାବେଳେ ଅଣସର ପିଣ୍ଡରେ ଦଇତାପତି ଓ ପତିମହାପାତ୍ର ସେବାନଙ୍କର ଗୁପ୍ତ ସେବା କରୁଛନ୍ତି । ଏହି କ୍ରମରେ ଅଣସରର ତ୍ରୟୋଦଶୀ ତିଥିରେ ମହାପ୍ରଭୁଙ୍କ ଘଣା, ଖଳି ପ୍ରସାଦ ଏବଂ ଖଡ଼ି ପ୍ରସାଦ ଲାଗି ନୀତି କରାଯାଇଛି । ପ୍ରାପ୍ତର ଯୁବ ଉପଲକ୍ଷେ ପାଟଡୋର, ଖଳି ପ୍ରସାଦ ଓ ଖଡ଼ିପ୍ରସାଦ ଲାଗି ହୋଇଛି । ଘଣାଲାଗି ସମ୍ପନ୍ନ ପରେ ଘଣ୍ଟ, ଛତା, କାହାଳୀ ସହ

ଆଜି ରାଜନଅରକୁ ଖଡ଼ିପ୍ରସାଦ ବିଜେ



ଶୁକ୍ଳପୁଆରଙ୍କ ଗୁହରୁ ଶ୍ରୀମନ୍ଦିରକୁ ଖଳିପ୍ରସାଦ ବିଜେ କରାଯାଇଛି । (ଫଟୋ: ଯକ୍ଷେଶ୍ୱର ମହାନ୍ତି) ଖଳିପ୍ରସାଦ ଶୁକ୍ଳପୁଆରଙ୍କ ଘରୁ ଶ୍ରୀମନ୍ଦିରକୁ ବିଜେ କରାଯାଇଥିଲା । ଏହି ଖଳିକୁ ଶୁକ୍ଳପୁଆରମାନେ ନିଜ ବାସଭବନରେ ଶୁଦ୍ଧପୂଜା ଭାବେ ପ୍ରସ୍ତୁତ କରିଥାନ୍ତି । ଖଳିହାଣ୍ଡକୁ ଘରର ମହିଳାମାନେ ବନ୍ଦାପନା କରିଥିଲେ । ବିଜେ କାହାଳୀ ବାଜିବା ପରେ ଖଳି ଶ୍ରୀମନ୍ଦିରକୁ ବିଜେ କରିଥିଲା । ଶୁକ୍ଳପୁଆର ଖଳିପ୍ରସାଦକୁ ନେଇ ଦଇତାପତିଙ୍କୁ ହସ୍ତାନ୍ତର କରିବା ପରେ ସେମାନେ ଏହି ଦିବ୍ୟ ପ୍ରଲେପକୁ ରୂପାଦିଜାଣରେ ରଖି ଶ୍ରୀଅଙ୍ଗରେ ଲାଗି କରିଥିଲେ । ଦଇତାପତି ଓ ପତିମହାପାତ୍ର ସେବକମାନେ ଏକ ସ୍ୱତନ୍ତ୍ର



୩ଜଣ ରେଳ କର୍ମଚାରୀଙ୍କୁ ସମର୍ଜିତ କରିବା ଅବସରରେ ପୂର୍ବତନ ରେଳପଥ ମହାପ୍ରବନ୍ଧକ ପରମେଶ୍ୱର ଫୁଲ୍‌ଖଲଙ୍କ ସହ ଅନ୍ୟ ଅଧିକାରୀମାନେ ।

ଭୁବନେଶ୍ୱର, ୨୩୬ (ଅନୁରାଧା ମହାରଣା)

ଗ୍ରେନ ପରିଚାଳନା ସଂଗ୍ରହ ନିରାପତ୍ତା ଏବଂ ଉଲ୍ଲେଖନୀୟ କାର୍ଯ୍ୟଦକ୍ଷତା ପାଇଁ ୩ଜଣ ରେଳ କର୍ମଚାରୀଙ୍କୁ ପୂର୍ବତନ ରେଳପଥ ମହାପ୍ରବନ୍ଧକ ପରମେଶ୍ୱର ଫୁଲ୍‌ଖଲ ସମ୍ମାନିତ କରିଥିଲେ । ସେମାନେ ହେଲେ ଲକ୍ଷ୍ମୀପୁର ଷ୍ଟେଶନ ମ୍ୟାନେଜର ଉତ୍ତମ କୁମାର, ସିନାକ୍ସନା ନର୍ଥ ଷ୍ଟେଶନଠାରେ କାର୍ଯ୍ୟରତ ବରିଷ୍ଠ ପଣ୍ୟବାହୀ ଟ୍ରେନ୍ ମ୍ୟାନେଜର ପି. ଗୌରୀ ଶଙ୍କର ଏବଂ ରାହାମା ଷ୍ଟେଶନରେ କାର୍ଯ୍ୟରତ ଟ୍ରାକ ମେନ୍‌ଟେନ-୩ ମନୋଜ କୁମାର ହାସିଦା । ସେମାନଙ୍କ ନିୟମିତ

କର୍ତ୍ତବ୍ୟପରାୟଣତା ଟ୍ରେନ୍‌ଗୁଡ଼ିକର ନିରାପଦ ଏବଂ ସୁରମ ପରିଚାଳନାରେ ଅବଦାନ ରଖିଛି । ଏହିକର୍ମଚାରୀମାନଙ୍କୁ ସମର୍ଜିତକରିବାସମୟରେ ରେଳପଥର ମହାପ୍ରବନ୍ଧକ ପରମେଶ୍ୱର ଫୁଲ୍‌ଖଲ ସେମାନଙ୍କ ପ୍ରତିବଦ୍ଧତା ଏବଂ କଠିନ ପରିଶ୍ରମକୁ ପ୍ରଶଂସା କରିଥିଲେ । ରେଳ କର୍ମଚାରୀମାନେ ପ୍ରାୟତଃ କଷ୍ଟକର ପରିସ୍ଥିତିରେ କାମ କରିଛନ୍ତି । ରେଳ ସେବା ନିରାପତ୍ତା ଏବଂ ବିଶ୍ୱସନୀୟତା ବଜାୟ ରଖିବାରେ ଟ୍ରାକ ମେନ୍‌ଟେନର୍ସ, ଲୋକୋ ପାଇଲଟ, ଟେକ୍‌ସିଆନ ଏବଂ ଷ୍ଟେଶନ ଅପରେଟରଙ୍କ ସହ ସମସ୍ତ ଆଗାଧିକାର କର୍ମଚାରୀଙ୍କର ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ଭୂମିକା ରହିଥିବା ସେ କହିଥିଲେ ।

ଶିକ୍ଷାନୁଷ୍ଠାନରେ ପାଳନ ହେବ ‘ସମିଧାନ ହତ୍ୟା ଦିବସ’

ଭୁବନେଶ୍ୱର, ୨୩୬ (ସୁଚିନ୍ତା ସାହୁ)

ଏବେ ଏହାର ୫୦ତମ ବର୍ଷ ପୂର୍ଣ୍ଣ ପାଳନ କରାଯାଉଛି । ଏହି ଅବସରରେ ପାଠପଢୁଥିବା ଛାତ୍ରାଛାତ୍ରୀଙ୍କୁ ସମିଧାନର ସୁରକ୍ଷା ଦିଅନ୍ତୁ ବୋଲି ସଚେତନ କରାଯିବ । ଛାତ୍ରାଛାତ୍ର ଓ ଶିକ୍ଷକଙ୍କୁ ପାଳନ କରାଯିବ । ସରକାରୀ ବିଶ୍ୱବିଦ୍ୟାଳୟ, ସ୍ୱାୟତ୍ତଶାସିତ ମହାବିଦ୍ୟାଳୟ, ଅନୁବାନପ୍ରାସ୍ତ ତିନି ମହାବିଦ୍ୟାଳୟ ଏବଂ ଶିକ୍ଷକ ଶିକ୍ଷା ପ୍ରତିଷ୍ଠାନଗୁଡ଼ିକରେ ସମିଧାନ-ହତ୍ୟାଦିବସ ପାଳନ କରାଯିବ ବୋଲି ଉଚ୍ଚ ଶିକ୍ଷା ବିଭାଗ ପକ୍ଷରୁ ନିଷ୍ପତ୍ତି ନିଆଯାଇଛି । ଏନେଇ ବିଭାଗ ପକ୍ଷରୁ ସମସ୍ତ ଶିକ୍ଷକ ଓ ପ୍ରତିପାଳଙ୍କୁ ଟିପ୍ପଣୀ ଦିଆଯାଇଛି । ୧୯୭୫ ମସିହା ୨୫ ଜୁନରେ ଦେଶସର ଜରୁରୀକାଳୀନ ପରିସ୍ଥିତି ଲାଗୁ ହୋଇଥିଲା ।

ଭୂମିଟି ପାଇଁ ‘ପୁରୀ ପୋଲିସ ରଥଯାତ୍ରା ଆୟ’ ରଥଯାତ୍ରାରେ ଶିଶୁଙ୍କ ସୁରକ୍ଷା ପାଇଁ ୨୪ ଘଣ୍ଟିଆ ସେବା

ପୁରୀ, ୨୩୬ (ଅଜିତ କୁମାର ମହାନ୍ତି)

ଆଗାମୀ ୨୭ତାରିଖରେ ରଥଯାତ୍ରା । ମହାପ୍ରଭୁଙ୍କ ବିଶ୍ୱପ୍ରସିଦ୍ଧ ପୁରୀ ରଥଯାତ୍ରାରେ ବିପୁଳ ଜନସମାଗମକୁ ଦୃଷ୍ଟିରେ ରଖି ପୋଲିସ ଡରଫ୍ଟ୍ ବ୍ୟାପକ ବ୍ୟବସ୍ଥା କରାଯାଇଛି । ଚଳିତ ବର୍ଷ ‘ପୁରୀ ପୋଲିସ ରଥଯାତ୍ରା ଆୟ’ ନାମକ ଏକ ଡିଜିଟାଲ ମୋବାଇଲ ଆପ୍ ବିକଶିତ କରାଯାଇଛି । ଏହି ଆପ୍ ଦ୍ୱାରା ବିଭିନ୍ନ ଜିଲ୍ଲାଗୁଡ଼ିରେ ଉପସ୍ଥିତ ହେଉଥିବା ଅଧିକାରୀମାନେ ନିଜ ଡିୟୁଟି ସ୍ଥାନ, ଡିୟୁଟି ସମୟ ଓ ଅଧିକାରୀ ଅଧିକାରୀମାନଙ୍କ ଅବସ୍ଥାନ ସମ୍ପର୍କରେ ସହଜରେ ଅବଗତ ହେବା ସହ ଡିୟୁଟି ଚେକ୍ ଓ ଲୋକେଶନ ଟ୍ରାକ୍ କରିପାରିବେ । ବୃହତ ମନିଟରିଂ ଆଧାରରେ ଅପ୍ରାପ୍ତିକର ଅବସ୍ଥାରେ ତିୟୁମେଣ୍ଟ ପୁନଃ ନିର୍ଦ୍ଦେଶ ହେବ । ରିଅଲ୍ ଟାଇମ୍ ଅପଡେଟ୍‌ର ସୂଚନା ଦେବ । ସମସ୍ତ

ଡିମ୍ବ ଲିଭର, ଡିଭିଡି ଅପିସର ଓ ସିନିୟର ଅଧିକାରୀ ତାଙ୍କ ଅଧିକାରୀଙ୍କ ଉପସ୍ଥିତି ଓ ଅବସ୍ଥାନ ଅନଲାଇନ୍ ଦେଖିପାରିବେ । ଏହି ଆପ୍ ଗୁଗୁଲ୍ ଲାଉଡ଼ ଉପରେ ହୋଷ୍ଟ ହୋଇଥିବାରୁ ଯେକୌଣସି ମୋବାଇଲରେ ଖୋଲି ଉପଲବ୍ଧ ହେବା ସହଜ । ତାହା ଲାଇଭ୍ ରହିଥାଏ ଓ ଅପଡେଟ୍‌ରୁ । ଆପ୍ ମାଧ୍ୟମରେ ଡିୟୁଟି ନିର୍ଦ୍ଦେଶନା, ରୁଟ୍ ମାପ୍, ରୁଟ୍ ପଏଣ୍ଟ ଉପରେ ଏକ ଡିଜିଟାଲ ହ୍ୟାଣ୍ଡବୁକ ମିଳିଥାଏ । ଏହି ଆପ୍‌ରେ ନିଜ ଡିୟୁଟି ସ୍ଥାନ ଯାଞ୍ଚ କରି ଲଭ୍ ଲଭ୍ କରନ୍ତୁ ଓ ସିନିୟରଙ୍କ ସହ ସମୟର ରଖନ୍ତୁ । ଏହି ଆଧୁନିକ ବ୍ୟବସ୍ଥାରେ ନୂତନ ପଦକ୍ଷେପ ଦ୍ୱାରା ପୁରୀ ପୋଲିସ ଓଡ଼ିଶାରେ ଏକ ଆଦର୍ଶ ତଥା ଯୁଗୋପଯୋଗୀ ପ୍ରଯୁକ୍ତି ପରିଚାଳନା ରୂପେ ସ୍ଥାପିତ ହେବ ବୋଲି ବିଭାଗ ପକ୍ଷରୁ ସୂଚନା ଦିଆଯାଇଛି ।

ପୁରୀ, ୨୩୬ (ଅଜିତ କୁମାର ମହାନ୍ତି)

ସ୍ଥାନୀୟ ଉତ୍କଳ ବାଳାଶ୍ରମ ପରିସରରେ ଯୋଗବାର ୩୦ ଜଣ ଷ୍ଟେଜାସେଟ୍‌ରୁ ନେଇ ଏକ ବେଠକ ଅନୁଷ୍ଠିତ ହୋଇଯାଇଛି । ଚଳିତ ବର୍ଷ ରଥଯାତ୍ରାରେ ଶିଶୁମାନଙ୍କ ସୁରକ୍ଷା ନିମନ୍ତେ ଉଦ୍ଧାର ଓ ଅଭିଧାନ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ ଦ୍ୱାରା ବିକଶିତ କରାଯିବାରୁ ନିଷ୍ପତ୍ତି ହୋଇଛି । ଏହି କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ ଅନ୍ତର୍ଗତ ୨୪ ଘଣ୍ଟିଆ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ କକ୍ଷ ଶିଶୁ ମଙ୍ଗଳ ସମିତି କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମରେ କାର୍ଯ୍ୟ କରିବ । ଏହା ସହିତ ଚାଲିଛି ହେଲ୍ପଲାଇନ, ଜିଲ୍ଲା ଶିଶୁ ସୁରକ୍ଷା ଯୁନିଟ୍, ସମସ୍ତ ଶିଶୁପଦ୍, ଅନୁଷ୍ଠାନର କର୍ମକର୍ତ୍ତାମାନେ ସ୍ଥିତି ଉପରେ ନିରନ୍ତର ନଜର ରଖିବେ ଏବଂ ଶିଶୁଙ୍କ ସୁରକ୍ଷା ନିଶ୍ଚିତ କରିବେ । ପୂର୍ବବର୍ଷ ଭଳି ଶିଶୁମୁକ୍ତ ପୂର୍ଣ୍ଣ ପରିବେଶ ସୃଷ୍ଟି ଉପରେ ଗୁରୁତ୍ୱାରୋପ କରାଯିବା ସହ ଅନୁଲାଇନ ଉପସ୍ଥାପନା ନିମନ୍ତେ ନିଷ୍ପତ୍ତି ହୋଇଛି । ଭୁବନ ସେବା ପ୍ରଦାନ ସହିତ ଶିଶୁଙ୍କ ସୁରକ୍ଷା ପାଇଁ ଥିବା ସବୁ ପ୍ରତିବନ୍ଧକ ଦୂରକରଣକୁ ଯୋଜନା କରାଯାଇଛି ।

ଜୁଲାଇ ପ୍ରଥମ ସପ୍ତାହରୁ ରାଜ୍ୟବ୍ୟାପୀ ଆନ୍ଦୋଳନ କରିବ ବିଜୁ ମହିଳା ଜନତା ଦଳ

ଭୁବନେଶ୍ୱର, ୨୩୬ (ସୁନିଲ ମିଶ୍ର)

ରାଜ୍ୟର ବିପର୍ଯ୍ୟୟ ଆଇନଶୃଙ୍ଖଳା ଓ ମହିଳାଙ୍କ ଉପରେ ନିର୍ଦ୍ଦାତନା ଦିନକୁ ଦିନ ବୃଦ୍ଧି ପାଉଥିବା ବେଳେ ଏହାକୁ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ କରିବାରେ ରାଜ୍ୟ ସରକାରଙ୍କ ବିଫଳତାକୁ ନେଇ ଆମେରିକା ରାଷ୍ଟ୍ରପତି ଡୋନାଲ୍ଡ ଟ୍ରମ୍ପଙ୍କ ଆଡ଼ଭାଇଜରି ଓଡ଼ିଶାକୁ ବିଶ୍ୱସ୍ତରେ ନିଯିତ କରିଛି । ଭାଜପା କ୍ଷମତାକୁ ଆସିବା ପରେ ରାଜ୍ୟରେ ଆନ୍ଦୋଳନ ବେଶାବେଳାଥିବା ଏଭଳି ପରିସ୍ଥିତିକୁ ନେଇ ବିଜୁ ମହିଳା ଜନତା ଦଳ ଜୁଲାଇ ପ୍ରଥମ ସପ୍ତାହରୁ ରାଜ୍ୟବ୍ୟାପୀ ଆନ୍ଦୋଳନ କରିବ ବୋଲି ବିଜେଡି ବିଧାୟକ ତଥା ବରିଷ୍ଠ ନେତା ଅରୁଣ କୁମାର ସାହୁ କହିଛନ୍ତି । ଶଙ୍ଖ ଭବନଠାରେ ଯୋଗବାର ଆନ୍ଦୋଳନ ଖବରଦାତା ସମ୍ମିଳନୀରେ ଅରୁଣ କହିଛନ୍ତି, ଭାଜପା ସରକାର ପ୍ରତ୍ୟେକ କ୍ଷେତ୍ରରେ ଚରମ ଅବହେଳା କରୁଥିବାରୁ ଓଡ଼ିଶା ବର୍ତ୍ତମାନ ବିଶ୍ୱରେ ଲଜିତ ଓ ନିନ୍ଦିତ ହେଉଛି । ଆମେରିକା ରାଷ୍ଟ୍ରପତିଙ୍କ ଚରମରୁ ନିକଟରେ ଭାରି କରାଯାଇଥିବା



ଖବରଦାତା ସମ୍ମିଳନୀରେ ବିଜେଡି ନେତୃବୃନ୍ଦ ।

ଏକ ଗ୍ରାଭେଲ ଆଡ଼ଭାଇଜରିରେ ଓଡ଼ିଶା ସମେତ ଭାରତର ୬ଟି ରାଜ୍ୟକୁ ଯିବାକୁ ସେମାନଙ୍କ ନାଗରିକମାନଙ୍କୁ ବାରଣ କରାଯାଇଛି । ଏହି ରାଜ୍ୟଗୁଡ଼ିକରେ ଅଧିକ ସଂଖ୍ୟାରେ ମହିଳାମାନେ ବଳାହାର ଶିକାର ହେଉଥିବା ଓ ଉଗ୍ରବାଦ ଉପଦ୍ରବ ଅଞ୍ଚଳ ଭାବେ ଚିହ୍ନିତ ହୋଇଥିବାରୁ ଏଭଳି ନିର୍ଦ୍ଦେଶନାମା ଭାରି କରାଯାଇଛି । ଆମେରିକା ରାଷ୍ଟ୍ରପତିଙ୍କ ଦ୍ୱାରା ଭାରି ନିର୍ଦ୍ଦେଶନାମା ଓଡ଼ିଶା ପାଇଁ ଲଞ୍ଜା ଓ ଅପବାଦ ଆଣିଛି । ଓଡ଼ିଆ ଅଞ୍ଚଳରେ ଯୋଗାନ ଦେଇ କ୍ଷମତାକୁ

ଆସିଥିବା ଓ ବର୍ଷ ପୂର୍ଣ୍ଣରେ ନିଜ ସମ୍ପଦକାର ଡିମ୍ବ ପ୍ରଦାନ ରାଜ୍ୟ ଭାଜପା ସରକାରଙ୍କ ପୂର୍ଣ୍ଣରେ ଏହା କାଳି ବୋଲି ଦେଇଛି । ଏହାଦ୍ୱାରା ଓଡ଼ିଆ ଅଞ୍ଚଳ ଭୁଲୁଣିତ ହୋଇଛି । ରାଜ୍ୟର ମନ୍ତ୍ରୀମାନେ ଟ୍ରମ୍ପଙ୍କ କଥାକୁ ପ୍ରତିବାଦ କରିବା ପରିବର୍ତ୍ତେ ପ୍ରଧାନମନ୍ତ୍ରୀ ଏହାର ସଫେଇ ଦେବାର ଆବଶ୍ୟକତା ରହିଛି । ଟ୍ରମ୍ପଙ୍କ କଥାକୁ ଭାଜପା ସର୍ବଦା ଗୁରୁତ୍ୱ ଦେଇ ଆସୁଥିବାବେଳେ ଏବେ ଏହି ଆଡ଼ଭାଇଜରିକୁ ନେଇ କେନ୍ଦ୍ର ସରକାର କାହିଁକି ରୁପ୍ ବୋଲି ଅରୁଣ ପ୍ରଶ୍ନ ଉଠାଇଛନ୍ତି । ବିଜେଡିର

ବରିଷ୍ଠ ନେତା ସଞ୍ଜୟ ଦାମବର୍ମା କହିଛନ୍ତି, ଏବେ ଭାଜପା ସରକାର ରାଜ୍ୟ ପାଇଁ ନିନ୍ଦା ଓ ଅପବାଦ ଆଣୁଛି । ବିପର୍ଯ୍ୟୟ ପରିଚାଳନା କ୍ଷେତ୍ରରେ ଓଡ଼ିଶା ମିଳିତ କାଟିସଂଘ ଦ୍ୱାରା ପ୍ରଶଂସିତ ହୋଇଥିଲା । ଏକ ସମୀକ୍ଷା କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମରେ ଓଡ଼ିଶାର ରାଜ୍ୟପାଳ ତାଙ୍କ ବକ୍ତବ୍ୟରେ ରାଜ୍ୟରେ ସାଜବଜର ଅପରାଧ ବୃଦ୍ଧି ପାଇଥିବା ନେଇ ଉଦ୍‌ବେଗ ପ୍ରକାଶ କରିଛନ୍ତି । ସରକାରୀ ଯୋଜନା ବାବଦରେ ସରକାରୀ କର୍ମଚାରୀମାନେ ମଧ୍ୟ ଅବଗତ ନାହାନ୍ତି ବୋଲି କହିଛନ୍ତି ।

DSPL-138

ବୟନିକା

ପବିତ୍ର ରଥଯାତ୍ରା ଉପଲକ୍ଷେ

ବିଶେଷ ସରକାରୀ ରିହାତି

୧୦%+୨୦%

(ସମସ୍ତ ଶାଖାରେ ଉପଲବ୍ଧ)

ତା.୨୧ ରୁ ୨୭.୦୭.୨୦୨୫ରିଶ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ

UP TO **₹1,000 EXTRA CASHBACK** **SHIPPING ONLINE AT: www.boyanika.com**

*Min. Trxn.: ₹6,000; Max. Cashback: ₹1,000 per card account; Validity: 21 May - 04 Jul 2025. T&C Apply.

ହସ୍ତତନ୍ତ, ବୟନ ଓ ହସ୍ତଶିଳ୍ପ ବିଭାଗ, ଓଡ଼ିଶା ସରକାର

QIPR-31004/13011/2526

9

ମୃତ୍ ରହିବ ପ୍ରେମ୍

କାମର ଚାପ ଓ ବିଭିନ୍ନ ଦାୟିତ୍ୱ ବୁଲାଇବା ଭିତରେ ଅନେକ ସମୟରେ ଚିନ୍ତାରେ ରହିବା ସାଧାରଣ କଥା। ତେବେ ମନରେ ଏହି ଅବସ୍ଥା ଲାଗି ରହିଲେ ବିଭିନ୍ନ ପ୍ରକାର ରୋଗ ହୋଇଥାଏ। ତେଣୁ ଏହି ଅବସ୍ଥାକୁ ପୂର୍ବରୁ ପାଇଁ ଜାଣିରଖନ୍ତୁ କିଛି ସହଜ ଉପାୟ...

→ମନର ବିଚାର ଓ ଭାବନାକୁ ପ୍ରଥମେ ଡାଏରୀରେ ଲେଖନ୍ତୁ। ଦେଖିବେ ମନ କିଛି ମାତ୍ରାରେ ହାଲୁକା ହୋଇଯିବ। ପ୍ରତିଦିନ ଏଭଳି ଅଭ୍ୟାସ କରି ଡାଏରୀ ଲେଖିଲେ ବହୁତ ଭଲ ଲାଗିବ। ପର ମୁହୂର୍ତ୍ତରେ ନିଜେ ସେସବୁ ପଢ଼ିଲେ ବି ଏକ ଭିନ୍ନ ଆନନ୍ଦ ପାଇପାରିବେ ଓ କାମରେ ଅଧିକ ଫୋକସ୍ କରିପାରିବେ।

→ମନ ଅଶାନ୍ତ ଥିଲେ ଆପଣଙ୍କୁ ଭଲ ଲାଗୁଥିବା ଭଲ ବିଭିନ୍ନ ପ୍ରକାର ସଙ୍ଗୀତ ଶୁଣନ୍ତୁ। ଏହା ଏକ ଧୋରାପା ଭଳି କାମ ଦେଇଥାଏ।

ମନ ବି ଭଲ ଲାଗିବ।

→ଯଦି କାମ କରିବାକୁ ଲଜ୍ଜା ହେଉ ନ ଥାଏ ତେବେ କିଛି ସମୟର ବ୍ରେକ୍ ନିଅନ୍ତୁ। ଏହି ସମୟରେ ଘର ବାହାରେ ଏକ ଖୋଲା ପରିବେଶରେ ଅଥବା ନିଜ ବରିଚାରେ ଥିବା ଗଛମୂଳରେ କିଛି ସମୟ କଟାନ୍ତୁ। ନଚେତ୍ ସୁନ୍ଦର ହେଲେ କିଛି ସମୟ ପାଇଁ ବାହାରେ କୌଣସି ସ୍ଥାନ କିମ୍ବା ପାର୍କକୁ ଯାଆନ୍ତୁ। ଏହା ପରେ ପ୍ରେମ୍ ଲାଗିବ।

→ସବୁଠୁ ବଡ଼ କଥା ହେଉଛି



ଫଳରେ ଏକାକୀତା କମି ହେବା ସହ ମନ ଶାନ୍ତ ରହିଥାଏ।

→ମାନସିକ ଶାନ୍ତି ପାଇଁ ଭଲଭାବେ ଶୋଇବା ଜରୁରୀ। ରାତିରେ ୭ ଘଣ୍ଟା ଭଲ ନିଦରେ ଶୁଅନ୍ତୁ। ଅଳ୍ପପାଶ ଦୂରହେବା ସହ

ଘରେ ହେଉ ଅବା ଅଫିସ୍ ଯେଉଁଠି କାମ କରୁଛନ୍ତି ସେହି ସ୍ଥାନକୁ ନିଜ ଢଙ୍ଗରେ ପ୍ରଥମେ ସଜାଇ ରଖନ୍ତୁ। ଫଳରେ କାମ କରିବା ପାଇଁ ଆଗ୍ରହ ସୃଷ୍ଟି ହେବ।

ଘରେ ରହିବେନି ମଶା

❖ଘରେ ନିୟମିତ ଭିନ୍ନ ଭାବରେ ବ୍ୟବହାରକରି ମଶାଙ୍କୁ ବାହାର କରିହେବ। ଏହି ପତ୍ରକୁ ଘରେ ଆଣି ବିଭିନ୍ନ ସ୍ଥାନରେ କେବଳ ରଖିଦେଲେ ତା'ର ଗନ୍ଧରେ ମଶା ଆସିବେ ନାହିଁ। ଏହା ବ୍ୟତୀତ ଯଦି ପତ୍ରକୁ ଶୁଖାଇ ତା'ର ଧୂଆଁ ଘରର ସବୁଆଡ଼େ ଭଲଭାବରେ ଦିଆଯାଏ ତେବେ ମଶା କିଛି ସମୟ ପରେ ବାହାରିଯିବେ।

❖ମଶା ଘରଢାଳିବା ପାଇଁ କର୍ପୂର ଓ ତେଜପତ୍ର ମଧ୍ୟ ବେଶ୍ ଉପଯୋଗୀ ହୋଇଥାଏ। ଏଥିପାଇଁ ପ୍ରଥମେ ଏକ ପାତ୍ରରେ ୫-୬ଟି ତେଜପତ୍ର ନିଅନ୍ତୁ। ସେଥିରେ କିଛି ଲବଙ୍ଗ, କର୍ପୂର ଓ ୨ଟାମଟ ସୋରିଷତେଲ

ପକାନ୍ତୁ। ଏଥିରେ ନିଆଁ ଲଗାଇ ଧୂଆଁ କରନ୍ତୁ। ଏହି ଧୂଆଁକୁ ଘରର ସବୁଆଡ଼େ ବୁଲାଇ ଦିଅନ୍ତୁ। କିଛି ସମୟ ପରେ ମଶା ଘରୁ ବାହାରି ଯିବେ।

❖ଏହା ବ୍ୟତୀତ ଘରର ଭିତର ତଥା ବାହାର ପରିବେଶ ସଫାକରିବା ଜରୁରୀ। ପରିବେଶ ଅପରିଷ୍କାର ହେଲେ ମଶା ସେମାନଙ୍କ ବଂଶବିସ୍ତାର କରିବାର ସୁଯୋଗ ପାଆନ୍ତି। ତେଣୁ ଘର ଭିତରେ କୌଣସି ସ୍ଥାନରେ ଅଳିଆ ଜମାକରନ୍ତୁ ନାହିଁ। ଏହା ସହ ସବୁ ଜିନିଷକୁ ଠିକ୍ ଭାବରେ ସଜାଇ ରଖନ୍ତୁ। ଘର ବାରିପାଖରେ କୌଣସି ଅଳିଆ ଆବର୍ଜନା ପକାନ୍ତୁ ନାହିଁ। ଏହା ବ୍ୟତୀତ କୌଣସି ସ୍ଥାନରେ ଯେପରି ପାଣି ଜମାହୋଇ ରହିବ ନାହିଁ ସେଥିପ୍ରତି ଦୃଷ୍ଟି ଦିଅନ୍ତୁ। କୌଣସି ଭଙ୍ଗା ପାତ୍ର ଅଥବା ଅନ୍ୟକାରୀ ଜିନିଷ ରଖନ୍ତୁ ନାହିଁ। ଏ ସବୁ ଭିତରେ ପାଣି ଜମାହୋଇ ରହିଲେ ମଶାଙ୍କ ସଂଖ୍ୟା ବୃଦ୍ଧି ହୋଇଥାଏ। ତେଣୁ ସଚେତନ ରହିବା ଜରୁରୀ।



ସମୟର ସବୁପକ୍ଷୋପ



କାମରୁ ଦୂରସ୍ୱର ପାଇଲେ ଅଧିକାଂଶ ମହିଳା ଗପର ପେଡ଼ି ଖୋଲିବସନ୍ତି, ଯାହାଦ୍ୱାରା କେବଳ ସମୟର ଅପଚୟ ହୁଏ। କିନ୍ତୁ ସେମାନେ ଚାହିଁଲେ ଫାଙ୍କା ସମୟକୁ ବିଭିନ୍ନ ଢଙ୍ଗରେ ଉପଯୋଗ କରିପାରିବେ।



ଫଳରେ ନିଜ ପାଇଁ ଅପ୍ରାପ୍ତିକର ପରିସ୍ଥିତି ସୃଷ୍ଟି ହୁଏ। ତେଣୁ ଏଭଳି ପରିସ୍ଥିତିକୁ ଏଡ଼ାଇବା ପାଇଁ ହେଲେ ଅଫିସ୍ରେ ମଧ୍ୟ ନିଜ ସମୟକୁ ଠିକ୍ ଭାବରେ ଉପଯୋଗ କରିବା ପାଇଁ ବିଭିନ୍ନ ମାଧ୍ୟମ ଆପଣାଇପାରିବେ। ଅଫିସ୍ରେ ଚାହିଁଲେ ଆପଣ ନିଜ କାମ ପାଇଁ ଆଗୁଆ କିଛି ଯୋଜନା କରିପାରିବେ। ବିଭିନ୍ନ ପ୍ରକାର ବହି ପଢ଼ିପାରିବେ, ଯଦି ବହି କିଛି ପାଖରେ ନ ଥାଏ ତେବେ କମ୍ପ୍ୟୁଟର ହେଉ ଅବା ଫୋନ୍ରେ ମଧ୍ୟ ଇଣ୍ଟରନେଟ୍ରେ ବିଭିନ୍ନ ପ୍ରକାର ପାଠ ପଢ଼ିପାରିବେ। ଏହା ଆପଣଙ୍କ କ୍ୟାରିୟର ପାଇଁ ମଧ୍ୟ ଭଲ ହୋଇପାରିବ। ତେଣୁ ନିଜ ନିଜ ପରିବେଶ ଓ ପରିସ୍ଥିତି ଅନୁସାରେ ସମୟର ସବୁପକ୍ଷୋପ କରିବା ନିମନ୍ତେ ଆପଣ ଉପାୟ ସବୁ ଚିନ୍ତା କରିପାରିବେ। ଅର୍ଥାତ୍ ସଚେତନ ରହିବାକୁ ହେବ ଯେପରି ଅଯଥା ଗପକରି ଅଧିକ ସମୟ ନଷ୍ଟ ନ ହେବ।

ସେମାନଙ୍କ ମନକୁ ଶାନ୍ତିଦେବା ସହ ଅନେକ ବିଷୟରେ ଜାଣିବାର ସୁଯୋଗ ଦେଇପାରିବ। ଏହା ବାଦ୍ ଘର ସଜାଡ଼ିବା, ସଫା କରିବା ଓ ମନୋରଞ୍ଜନ ପାଇଁ କିଛି ସମୟ ଚିନ୍ତି ଦେଖିବା କିମ୍ବା ମ୍ୟୁଜିକ୍ ଶୁଣିବା ଭଳି କାମ ବି କରିପାରିବେ। କର୍ମଜୀବୀ ମହିଳା ମଧ୍ୟ ଅଫିସ୍ରେ ଚିକେ ସମୟ ପାଇଲେ ସହକର୍ମୀମାନଙ୍କ ସହ ବିଭିନ୍ନ ପ୍ରକାର ଗପ କରନ୍ତି। ପରସ୍ପର ସହ କଥାବାର୍ତ୍ତା ହେବା କିଛି ଖରାପ କଥା ନୁହେଁ। ହେଲେ ଅଯଥାରେ ଅଧିକ ସମୟ ଗପର ଆସର ଜମେଇରଖିବା ଭଲ ନୁହେଁ। ଏହି ଅଭ୍ୟାସ ବି ଅନେକ ସମୟରେ ବିଭିନ୍ନ ସମସ୍ୟା ସୃଷ୍ଟି କରିଥାଏ। କେବେ କାହା ବିଷୟରେ ଗପିବା ଫଳରେ ହେଉ କିମ୍ବା ଗପିବା ସମୟରେ ଅନ୍ୟ କେହି ବସ୍ କି ଆଗରେ ଅଭିଯୋଗ କରିବା



ଏମାନେ କ'ଣ କରନ୍ତି

ସୋସିଆଲ ମିଡ଼ିଆ ଚେକ୍ କରେ ଘରେ କାମ ସରିବା ପରେ ମତେ ସମୟ ମିଳିଲେ ପ୍ରଥମେ ଫୁଁ ଚିକେ ଶୋଇବା ପାଇଁ ପସନ୍ଦକରେ। ତା'ପରେ ଅନ୍ୟ ସମୟରେ ଫୋନ୍ରେ ବିଭିନ୍ନ ସୋସିଆଲ ମିଡ଼ିଆକୁ ଚେକ୍ କରେ। ଫେସ୍ବୁକ୍, ଇନ୍ଷ୍ଟାଗ୍ରାମ୍ ଓ ସ୍ୱାଟ୍ସଆପ୍ ମାଧ୍ୟମରେ ଖବର ସବୁ ଚେକ୍ କରି ନିଜର ପୋଷ୍ଟ ସବୁ ଅପ୍ଡେଟ୍ କରେ। ଏଥିରେ ତ ବହୁତ ଚାଇମ୍ ଚାଲିଯାଏ। ତା'ପରେ ବିଭିନ୍ନ ଲୋକଙ୍କ ସହ ଫୋନ୍ରେ ବି କଥା ହୁଏ। ଅବଶ୍ୟ ଘର କାମ କରୁଥିବା ସମୟରେ ବି ଫୋନ୍ରେ କଥା ହୋଇପାରେ। ତେଣୁ ଫାଙ୍କା ହେବା ମାତ୍ରେ ଫୋନ୍କୁ ହିଁ ସବୁଠୁ ବଡ଼ ସାଥୀ କରିଦେଇଥାଏ।

—ରାଜଲକ୍ଷ୍ମୀ ପାଣି, ଗୃହିଣୀ, ଚକେଇସିହାଣୀ, ଭୁବନେଶ୍ୱର

ଗଛର ଯତ୍ନ ନିଏ କାମରୁ ଦୂରସ୍ୱର ମିଳିଲେ ଫୁଁ ସବୁବେଳେ ବରିଚା କାମ କରିବାକୁ ପସନ୍ଦ କରେ। ବିଭିନ୍ନ ପ୍ରକାର ଗଛ ଲଗାଏ, ତା'ର ଯତ୍ନ ନିଏ। ଆଉ ବେଳେବେଳେ କିଛି କାମ ନ ଥିଲେ ଗଛ ପାଖରେ ଯାଇ ବସେ। ସବୁ ଗଛକୁ ଅନାଏ, ସେଥିରେ ଫୁଟିଥିବା ଫୁଲ ଫଳ ସବୁକୁ ଦେଖିବା, ତୋଳିବା କାମ କରିବା ପାଇଁ ମତେ ବହୁତ ଭଲ ଲାଗେ। ଏମିତିକି ପଡ଼ିଶାଘର କି ବନ୍ଧୁବାନ୍ଧବ କେହି ଘରକୁ ଆସିଥିଲେ ସେମାନଙ୍କୁ ବି ସେଠାକୁ ଡାକି ନେଇ ଗଛ ସବୁ ଦେଖାଇବାକୁ ବହୁତ ଭଲ ଲାଗେ।

—ଶ୍ରୀକାନ୍ତ ମିଶ୍ର, ଶିକ୍ଷୟିତ୍ରୀ, ବାଲିଅନ୍ତା, ଭୁବନେଶ୍ୱର

ମିଠା ଓ କେକ୍ ତିଆରି କରେ ଘର କାମରୁ ସମୟ ବାହାରକରି ଅନ୍ୟ କିଛି କରିବା ମୋ ପାଇଁ ବହୁତ କଷ୍ଟ। କାହିଁକିନା ଘରେ ସମସ୍ତଙ୍କ ପାଇଁ ବିଭିନ୍ନ ପ୍ରକାର କାମ କରିବାରେ ମୋର ବହୁ ସମୟ ଚାଲିଯାଏ। ତା'ପରେ ବି ସମୟ ବାହାରିଲେ ଫୁଁ ଘରକୁ ଆସୁଥିବା ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକ ମାଗାଜିନ୍ ଚିକେ ସମୟ ପଡ଼େ। ବେଳେବେଳେ ନୂଆ ନୂଆ ରୋଷେଇରେ ଏକ୍ସପେରିମେଣ୍ଟ କରେ। କେତେବେଳେ ବିଷ୍ଣୁ ତ କେବେ କେକ୍ ଆଉ କେବେ ମିଠା, ପିଠା ଆଦି ବିଭିନ୍ନ ପ୍ରକାର ଜିନିଷ ତିଆରି କରେ। ଏସବୁ ଅଲଗା ଅଲଗା ଖାଦ୍ୟ ଖାଇବାକୁ ପିଲାମାନେ ବହୁତ ପସନ୍ଦ କରନ୍ତି ଆଉ ଖୁସି ହୁଅନ୍ତି। ଏଇ ମାଧ୍ୟମରେ ଫୁଁ ବି ବହୁ ଖୁସି ହୋଇଥାଏ।

—ସୁମିତ୍ରା ଦାଶ, ଗୃହିଣୀ, ପୁଲନଖରା, କଟକ

ମାକେଟିଂ କରେ ଏକା ରହିବାକୁ ମତେ ଜମାକୁ ଭଲ ଲାଗେନି। ସେଥିପାଇଁ ଘରେ କାମ କରୁଥିବା ସମୟରେ ବି ପାଖରେ ଥିବା ଲୋକଙ୍କ ସହ ଗପୁଥାଏ। ଏମିତିରେ ମତେ ତ ପ୍ରାୟ ଦୁଇଟି ମିଳେନାହିଁ। ଯଦି ଘରେ ଫାଙ୍କା ସମୟ ପାଏ ତା'ହେଲେ ବିଭିନ୍ନ ପ୍ରକାରର ବହି ଓ ମାଗାଜିନ୍ ପଢ଼େ। ଘରେ ବହୁତ ପ୍ରକାରର ବହି କଲେକ୍ସନ କରି ରଖିଛି। ଗପରେ ସମୟ ମିଳିଲେ ଘର ସଜାଏ ଆଉ ମାକେଟିଂ କରିବାକୁ ଯାଏ। ଘର ପାଇଁହେଉ କିନିଜ ପାଇଁ ବିଭିନ୍ନ ପ୍ରକାର ଜିନିଷ କିଣିବାକୁ ମତେ ବହୁତ ଭଲ ଲାଗେ। ସେଥିପାଇଁ ପ୍ରାୟ ସମୟ ଫୁଁ ବିଭିନ୍ନ ଶିଫ୍ଟ ମଲ୍ଟୁ ଯାଏ।

—ମଧୁସ୍ମିତା ସ୍ୱାଇଁ, ଅଧ୍ୟାପିକା, ଭୁବନେଶ୍ୱର

ସୌନ୍ଦର୍ଯ୍ୟ

କାମର ବ୍ୟସ୍ତତା ଭିତରେ ଫେସିଆଲ କରିବା ନିମନ୍ତେ ଅନେକଙ୍କୁ ପ୍ରାୟତଃ ସମୟ ହୁଏନି। ଫଳରେ ସ୍କିନ୍ ଖରାପ ହେବାକୁ ଲାଗେ। ଏହି ସମସ୍ୟାରୁ ମୁକ୍ତିପାଇବା ପାଇଁ ଆପଣ ସହଜରେ ଫେସିଆଲ କରିବାର ଉପାୟ ଜାଣନ୍ତୁ...



କମ୍ ସମୟରେ ଫେସିଆଲକରି ଦ୍ରବୀକୁ ନରମ ଓ ମୃଦୁଆୟମ କରିବାକୁ ଚାହୁଁଥିଲେ ମାତ୍ର ତୁଳସି ଷ୍ଟେପ୍ ଆପଣାନ୍ତୁ। ପ୍ରଥମେ ସ୍କ୍ରବ୍ ଓ ଦ୍ୱିତୀୟରେ ଫେସ୍ ପ୍ୟାକ୍।

ସ୍କ୍ରବ୍—
ଫେସିଆଲ

ନିମନ୍ତେ ପ୍ରଥମେ ସ୍କ୍ରବ୍ କରିବା ଦରକାର। ଏଥିପାଇଁ ମୁହଁକୁ ଭଲଭାବେ ଧୋଇ ସଫା କପଡ଼ାରେ ଧୋଇଦିଅନ୍ତୁ। ଏହାପରେ ଏକ ପାତ୍ରରେ ୧ ଟାମଟ କଫି ଗୁଣ୍ଡ, ୧ ଟାମଟ ନଡ଼ିଆତେଲକୁ ମିଶାଇ ଭଲଭାବେ ମୁହଁରେ ଲଗାଇ ହାଲୁକାଭାବରେ ମସାଜ୍ କରନ୍ତୁ। ସର୍ଜୁଲାର ମୋସନରେ ହିଁ ମସାଜ୍ କରନ୍ତୁ। ଏପରି କରିବା ଫଳରେ ଦ୍ରବୀରେ ଥିବା ମୃତ କୋଷଗୁଡ଼ିକ ବାହାରିଯିବ। ଏଭଳିଭାବେ ପ୍ରାୟ

୧୦ ମିନିଟ୍ ମସାଜ୍ କରିବା ପରେ ଉଷ୍ମମାଣିରେ ମୁହଁ ଧୋଇଦିଅନ୍ତୁ। ଫ୍ରେଶ୍ ଲାଗିବ। ଏହା ପରେ ଫେସିଆଲର ଦ୍ୱିତୀୟ ଷ୍ଟେପ୍ ନିମନ୍ତେ ଏକ ଫେସ୍ପ୍ୟାକ୍ ଲଗାଇବାକୁ ହେବ।

ଫେସ୍ପ୍ୟାକ୍—
ବାହାକୁ କୌଣସି ଫେସ୍ପ୍ୟାକ୍ କିଣିବା ବଦଳରେ ଘରେ ଥିବା ବିଭିନ୍ନ ସାମଗ୍ରୀରେ ମଧ୍ୟ ଭଲଭାବେ ଫେସିଆଲ କରାଯାଇପାରିବ। ଏଥିପାଇଁ ଏକ ପାତ୍ରରେ ଅଧା

ଟାମଟ ହଳଦୀ, ୧ ଟାମଟ ଦହି, ୧ ଟାମଟ କଫି ଓ ୧ ଟାମଟ ନଡ଼ିଆ ତେଲ ମିଶାଇ ପେଷ୍ଟ ତିଆରି କରନ୍ତୁ। ଏହି ପ୍ୟାକ୍ଟୁ ମୁହଁ ଓ ବେକରେ ଭଲଭାବେ ଲଗାଇ ଦିଅନ୍ତୁ। ୧୫-୨୦ ମିନିଟ୍ ପରେ ମୁହଁ ଧୋଇ ଦିଅନ୍ତୁ। ସପ୍ତାହରେ ଅତିକମ୍ରେ ଥରେ ଏଭଳି ଫେସିଆଲ କରନ୍ତୁ। କିଛି ଦିନ ପରେ ଦ୍ରବୀ ମୃଦୁ ହେବା ସହ ସୁନ୍ଦର ଦେଖାଯିବ।



ଖାଦ୍ୟରୁ ଆଳୁ ପାଖଡ଼

ଆବଶ୍ୟକ ସାମଗ୍ରୀ
ଆଳୁ- ୧କେଜି, ଲେମ୍ବୁରସ- ୨ ଟାମଟ, ଗୋଲମରିଚ ଗୁଣ୍ଡ- ୧ ଟାମଟ, ଜିରା- ୧ ଟାମଟ, ହେଙ୍ଗୁ- ୧ ଟୁବ୍ବି, ଲୁଣ- ସ୍ୱାଦ ଅନୁସାରେ, ଗୁଣ୍ଡାଲବା ପାଇଁ ଲେମ୍ବୁରସ, ଗୋଲମରିଚ ଗୁଣ୍ଡ, ଜିରା, ଲୁଣ ଓ ହେଙ୍ଗୁ ପତାଲ ଭଲଭାବେ ମିଶାଇ ଦିଅନ୍ତୁ। ଏବେ ଏହାକୁ ଛୋଟ ଛୋଟ ଗୋଲକରି ପତଳା କରି ବେଲନ୍ତୁ। ତେବେ ଅଧିକ ପତଳା କରନ୍ତୁ ନାହିଁ,



ପ୍ଲାଷ୍ଟିକ୍ କରି। ପ୍ରସ୍ତୁତି ପ୍ରଣାଳୀ ପ୍ରଥମେ ଆଳୁକୁ ସିଝାଇ ଏହାର ତୋପା ଛଡ଼ାଇ ରଖନ୍ତୁ। ଏବେ ଏହାକୁ ହାତରେ ଭଲଭାବରେ ଚକଟି ଦିଅନ୍ତୁ କିମ୍ବା ଗ୍ରାଡ଼ିଂ ମଧ୍ୟ କରିପାରିବେ। ତେବେ ଏଥିରେ ପାଣି ଆଦୌ ଦିଅନ୍ତୁ ନାହିଁ। ଏହି ମିଶ୍ରଣ ଯେତେ ବହଳିଆ ହେବ ପାଖଡ଼ ସେତେ ଅଧିକ ସ୍ୱାଦିଷ୍ଟ ହେବ। ଏହି ମିଶ୍ରଣରେ କାରଣ ଶୁଖିବା ପରେ ଭାଙ୍ଗିବା ସମସ୍ୟା ମଧ୍ୟ ଦେଖାଦେଇପାରେ। ବେଲାହୋଇଥିବା ଏହି ପାଖଡ଼କୁ ଖରାରେ ଏକ ମୋଟା ପଲିଥିନ୍ ଅବା ପଟା ଉପରେ ଶୁଖାଇ ଦିଅନ୍ତୁ। ଟାଣ ଖରାରେ ୨ରୁ ୩ ଦିନ ଶୁଖିବା ପରେ ପାଖଡ଼ ପ୍ରସ୍ତୁତ ହୋଇଯିବ। ଏହାପରେ ତେଲରେ ଛାଣି ଏହାକୁ ଖାଆନ୍ତୁ। ଏୟାର ଟାଇଟ୍ ବଦା ଭିତରେ ଏହି ପାଖଡ଼କୁ ଡେଇଁ ଦିନ ଯାଏଁ ସାଜତି ରଖାଯାଇପାରିବ।

