



The only ISO Certified Odia Newspaper NS-EN ISO 9001:2008



# ସମ୍ବାଦ କାଳିକା

E-mail : sambadkalikanews@gmail.com

The Sambad Kalika

● ବର୍ଷ-୩୧ ● ସଂଖ୍ୟା-୪୭ ● ୧୩ ମାର୍ଚ୍ଚ ୨୦୨୪, ବୁଧବାର ● ଭୁବନେଶ୍ୱର ● Vol -31 ● Issue-47 ● 13<sup>th</sup> March 2024, Wednesday ● Bhubaneswar



## ମୋଦୀ ସରକାରଙ୍କ ଗ୍ୟାରେଣ୍ଟି

ଆମ ସଂକଳ୍ପ ବିକଶିତ ଭାରତ

ଅର୍ଥାତ୍ ପ୍ରତି ଘରେ ଅନୁର ଗ୍ୟାରେଣ୍ଟି ମାଗଣା ରାସନ୍ ପାଉଛନ୍ତି ୮୦ କୋଟି ହିତାଧିକାରୀ



ଅଧିକ ସୂଚନା ପାଇଁ ସ୍କାନ କରନ୍ତୁ

Ministry of Food & Public Distribution Government of India

## କଲରାବାଙ୍କଠାରେ ୧୦୦ ଶଯ୍ୟାବିଶିଷ୍ଟ କିମ୍ବୁ ଗ୍ରାମୀଣ ଡାକ୍ତରଖାନା ଲୋକାର୍ପଣ କଲେ ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀ

ଭୁବନେଶ୍ୱର, ୧୨/୩  
କୂଳ୍ୟ ବ୍ୟବସାୟ  
ମଙ୍ଗଳବାର ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀ ନବୀନ ପଟ୍ଟନାୟକ କଟକ କିମ୍ବୁ ଗ୍ରାମୀଣ ଡାକ୍ତରଖାନାରେ ୧୦୦ ଶଯ୍ୟାବିଶିଷ୍ଟ ଅତ୍ୟାଧୁନିକ କିମ୍ବୁ ଗ୍ରାମୀଣ ଡାକ୍ତରଖାନା ଏବଂ କଲରାବାଙ୍କ ସ୍ୱାର୍ଥ ଉଲ୍ଲେଖରେ ଲୋକାର୍ପଣ କରିବା ସହିତ ରାଜ୍ୟର ବିଭିନ୍ନ ଜିଲ୍ଲାରେ ୧୯ଟି କିମ୍ବୁ ଗ୍ରାମୀଣ ଡାକ୍ତରଖାନାର ଭିତ୍ତି ରଖିଛନ୍ତି।  
ଲୋକାର୍ପଣ ଅବସରରେ ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀ କହିଥିଲେ ଯେ ଏହି ହସ୍ପିଟାଲ ଅଞ୍ଚଳବାସୀଙ୍କୁ ଉତ୍ତମ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟସେବା ଯୋଗାଇବାରେ ସଫଳ ହେବ ଏବଂ ସ୍ୱାର୍ଥ ଉଲ୍ଲେଖ କଲରାବାଙ୍କ ପାଇଁ ଏହି ହସ୍ପିଟାଲ ଏକ ନୂଆ ପରିଚୟ ସୃଷ୍ଟି କରିବ। ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀ ଆହୁରି (ଭିତର ପୃଷ୍ଠାରେ)



## ଜାମୁଝରୀରେ ବିଶ୍ୱସ୍ତରୀୟ ମତେଲ କାରାଗାର ଭିତ୍ତିପ୍ରସ୍ତର ସ୍ଥାପନ କଲେ ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀ

ଭୁବନେଶ୍ୱର, ୧୨/୩  
କୂଳ୍ୟ ବ୍ୟବସାୟ  
ଜାମୁଝରୀରେ ହେବ ବିଶ୍ୱସ୍ତରୀୟ ସବୁଜ ବଳୟ ମତେଲ କାରାଗାର । ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀ ନବୀନ ପଟ୍ଟନାୟକ ଭିତ୍ତିପ୍ରସ୍ତର ସ୍ଥାପନ କରିଛନ୍ତି । କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମରେ ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀଙ୍କ ସମେତ ୫-ଟି ଅଧ୍ୟକ୍ଷ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ ପାଠ୍ୟପୁସ୍ତକ, ଗୁରୁମତୀ ପୁସ୍ତକାଳୟ ବେହେରା, ଜେଲ ଡିଜି ଅପ୍ରିତ ପ୍ରସାଦ, ଜେଲ ଏଡିଟି ଅମିତାଭ ଠାକୁର, ଜଟଣୀ ବିଧାୟକ ସୁର ରାଉତରାୟଙ୍କ ସମେତ ବରିଷ୍ଠ ପୋଲିସ ଅଧିକାରୀ ଉପସ୍ଥିତ ଥିଲେ ।  
ଏହା ରାଜ୍ୟର ସବୁଠାରୁ ବଡ଼ ଓ ପ୍ରଥମ ସବୁଜବଳୟ ମତେଲ କାରାଗାର ହେବ । ୫୦ ଏକର ଜମିରେ ନିର୍ମାଣ ହେବାକୁ ଥିବା ଏହି କାରାଗାର ବିଶ୍ୱସ୍ତରୀୟ ଭିତ୍ତିପ୍ରସ୍ତର ରହିବ । ପ୍ରଥମ ପର୍ଯ୍ୟାୟରେ ୩୫ ଏକର ଜମିରେ ଜେଲ ନିର୍ମାଣ କରାଯିବ । ଆଗାମୀ ୫୦ ବର୍ଷର ଜନସଂଖ୍ୟାକୁ ଦୃଷ୍ଟିରେ ରଖି ଏହି ଜେଲରେ ପରିଚ୍ଛେଦା କରିଛନ୍ତି ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀ । ଜେଲଟି ସଂପୂର୍ଣ୍ଣ ଆଶ୍ରମ ଭାଷ୍ଟ୍ରରେ ନିର୍ମାଣ କରାଯିବ । ଅତ୍ୟାଧୁନିକ ଜ୍ଞାନକୌଶଳ ସହ ଉନ୍ନତ ଭିତ୍ତିପ୍ରସ୍ତର ନିର୍ମାଣ କରିବା ପାଇଁ ଅନେକ ଭିତ୍ତି ଓ ଡିଜାଇନ ପ୍ରସ୍ତୁତ କରାଯାଇଥିଲା । ଏଥିପାଇଁ ଏକ ସ୍ୱତନ୍ତ୍ର ଟିମ୍ ବେଙ୍ଗାଲୁରୁ, ହାଇଦ୍ରାବାଦ୍, ଗୁରଗାଓଁ, ରୋହତକ, ପାନିପଥ, ଅମିତସର, ଦିଲ୍ଲୀର ତିହାର ଓ ମତେଲ ଜେଲ ଏବଂ ହରିଆନାର ନୂହ ଜେଲ ପରିଦର୍ଶନ ପରେ ଜାମୁଝରୀ ସବୁଜ ବଳୟ ମତେଲ କାରାଗାରର ଡିଜାଇନ ପ୍ରସ୍ତୁତ କରିଛନ୍ତି । ୫-ଟି ଉପକ୍ରମରେ ନିର୍ମାଣ କରାଯିବ ଏହି କାରାଗାର । ଏହି ମତେଲ ଜେଲରେ ପ୍ରଥମ ପର୍ଯ୍ୟାୟରେ ୨ ହଜାର ୫୫୫ କଏଦୀ ଏବଂ ଦ୍ୱିତୀୟ ପର୍ଯ୍ୟାୟରେ ଆଉ ୨ ହଜାର ୫୫୫ କଏଦୀ ରହିବାର କ୍ଷମତା ରହିବ ।



DSPL-837

## ବରିଷ୍ଠଙ୍କୁ ସମ୍ମାନ | ଅସହାୟଙ୍କ ଭରସା

### ୫୮ ଲକ୍ଷରୁ ଉର୍ଦ୍ଧ୍ୱ

## ବୃଦ୍ଧ-ବୃଦ୍ଧା, ବିଧବା ଓ ଅସହାୟଙ୍କ ପାଇଁ ନିଶ୍ଚିତ ଯେନସନ

### 'ମଧୁବାବୁ ଯେନସନ ଯୋଜନା'ର ବିଶେଷତ୍ୱ

- ଯୋଜନାରେ ସାମିଲ ହେବେ ୪ ଲକ୍ଷ ଅତିରିକ୍ତ ହିତାଧିକାରୀ
- ହିତାଧିକାରୀଙ୍କ ସଂଖ୍ୟା ୩୬.୭୫ ଲକ୍ଷକୁ ବୃଦ୍ଧି
- ବରିଷ୍ଠ ନାଗରିକ, ବିଧବା, ଭିନ୍ନକ୍ଷମ, ଅବିବାହିତ ମହିଳା, କୃଷି ରୋଗୀ, ଏଡସ ରୋଗୀ, ଛାତ୍ରପତ୍ର ପାଇଥିବା ମହିଳା, କିନ୍ନର, କୋଭିଡରେ ଅନାଥ ହୋଇଥିବା ପିଲା ଓ ବିଧବାଙ୍କ ସହିତ ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ଦୁର୍ବଳ ଶ୍ରେଣୀର ବ୍ୟକ୍ତି ସାମିଲ

ସୂଚନା ଓ ଲୋକସମ୍ପର୍କ ବିଭାଗ

OIPR : 15001/13/0797/2324









# ସମ୍ବାଦ କଳିକା

E-mail : sambadkalikanews@gmail.com

The Sambad Kalika

DSPL-838

## 'ନବୀନ ଓଡ଼ିଶା ମ୍ୟାଜିକ କାର୍ଡ'ରେ

### ଛାତ୍ରଛାତ୍ରୀଙ୍କୁ ମିଳିବ ଇ-ଲାଇବ୍ରେରୀ ଓ ବହିପତ୍ର କିଣାରେ ରିହାତି ଭଳି ବିଶେଷ ସୁବିଧା

ଆପଣଙ୍କ 'ନବୀନ ଓଡ଼ିଶା ମ୍ୟାଜିକ କାର୍ଡ' ପାଇଁ ପଞ୍ଜୀକରଣ କରନ୍ତୁ  
www.magiccard.odisha.gov.in

OIPR : 15001/13/0798/2324

ପୁସ୍ତକ ପାଠାଳୟ, ବନ୍ଧନା ବିକାଶ, ଡିଜିଟାଲ ସଂଯୋଗକରଣ, ବିଶେଷ ସୁବିଧା ସୁଯୋଗ

# ପୁରୀ ସେବାୟତମାନଙ୍କ କଲ୍ୟାଣ ପାଇଁ ବିଭିନ୍ନ ଯୋଜନା ଘୋଷଣା କଲେ ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀ

# ନିର୍ବାଚନୀ ବଣ୍ଟ: ଶେଷରେ ତଥ୍ୟ ଦେଲା ଏସ୍ବିଆଇ

**ଭୁବନେଶ୍ୱର, ୧୨ମାର୍ଚ୍ଚ**  
**ନୂଆ ବ୍ୟବସ୍ଥା**  
ମଙ୍ଗଳବାର ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀ ନବୀନ ପଟ୍ଟନାୟକ ପୁରୀ ଶ୍ରୀକଗନ୍ଧାର୍ଯ୍ୟ ମନ୍ଦିର ସେବାୟତମାନଙ୍କ କଲ୍ୟାଣ ପାଇଁ ବିଭିନ୍ନ ଯୋଜନା ଘୋଷଣା କରିଛନ୍ତି । ଏଥିରେ ବିଭିନ୍ନ ଭଣ୍ଡା ପରିମାଣ ଓ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ବାମାନେ ବୁଦ୍ଧି କରାଯାଇଥିବା ବେଳେ ପରିବାରର ଛାତ୍ରଛାତ୍ରୀଙ୍କ ପ୍ରବେଶିକା ପରୀକ୍ଷା ପାଇଁ କୋଟି ବ୍ୟୟ ମଧ୍ୟ କରାଯାଇଛି । ଏହି ସବୁ କଲ୍ୟାଣ ଯୋଜନା ଶ୍ରୀମନ୍ଦିର ପ୍ରଶାସନ ପକ୍ଷରୁ କାର୍ଯ୍ୟକାରୀ କରାଯାଇଛି । ପୁରୀନାୟକ ଯେ ଶ୍ରୀମନ୍ଦିର ପରିଚ୍ଛଳା



ପ୍ରକଟ ଓ ବିଭିନ୍ନ ଉନ୍ନୟନମୂଳକ କାର୍ଯ୍ୟର ଅଧ୍ୟକ୍ଷ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ ପ୍ରତିଆର ଅନେକ ଥର ପୁରୀ ସେବାୟତମାନଙ୍କୁ ସ-ଟି ତଥା ନବୀନ ଓଡ଼ିଶା ଗଠ୍ୟ କରିଛନ୍ତି । ଏହି ଅବସରରେ

ସେବାୟତମାନେ ସେମାନଙ୍କ ବିଭିନ୍ନ ସମସ୍ୟା ସମ୍ପର୍କରେ ତାଙ୍କୁ ଜଣାଇଥିଲେ । ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀ ଏ ବିଷୟରେ ଅବଗତ ହେବା ପରେ ସେବାୟତମାନଙ୍କ କଲ୍ୟାଣ ପାଇଁ ଏହି ନିଷ୍ପତ୍ତି ନେଇଛନ୍ତି । ଘୋଷଣା ଅନୁଯାୟୀ ଶ୍ରୀକଗନ୍ଧାର୍ଯ୍ୟ ମନ୍ଦିର ଓ ତାଙ୍କ ପରିବାର ପାଇଁ ଉଦ୍ଦିଷ୍ଟ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ବାମାନେ ଯୋଜନାରେ ପୂର୍ବରୁ ଦିଆଯାଉଥିବା ବାମାନ ରାଶି ପରିମାଣକୁ ୨ ଲକ୍ଷ ଟଙ୍କାରୁ ୫ ଲକ୍ଷ ଟଙ୍କାକୁ ବୃଦ୍ଧି କରାଯାଇଛି । ଗୁରୁତର ରୋଗର ଚିକିତ୍ସା ପାଇଁ ଅତିରିକ୍ତ ୫ ଲକ୍ଷ ଟଙ୍କା ସହାୟତା ଦିଆଯିବ । ସେହିଭଳି (ଜିଡନ ପୃଷ୍ଠାରେ)

ନୂଆଦିଲ୍ଲୀ, ୧୨ମାର୍ଚ୍ଚ  
ସୁପ୍ରିମକୋର୍ଟର ଚାରିଦିନ ପରେ ବେଢ଼ିଲି ଏସ୍ବିଆଇ । ନିର୍ବାଚନୀ ବଣ୍ଟ ତଥ୍ୟ ଦେବାକୁ ବିଭିନ୍ନ ପ୍ରକାରର ଆଇନ ଦେଖାଉଥିବା ଏସ୍ବିଆଇ ଶେଷରେ ମୁଖ୍ୟ ନୂଆଇଲି । କାମ ଦେଇଛି ତଥ୍ୟ ଲୁଚାଇବା ପାଇଁ ଏସ୍ବିଆଇର କୌଣସି ବାଧ୍ୟତା ।  
ସୁପ୍ରିମକୋର୍ଟ ନିର୍ଦ୍ଦେଶ ଅନୁସାରେ ମଙ୍ଗଳବାର ଦେଶର ସର୍ବୋଚ୍ଚ ନ୍ୟାୟାଳୟ ନିର୍ବାଚନୀ ବଣ୍ଟ ସଂକ୍ରାନ୍ତ ତଥ୍ୟ ଦେଇଛି । ଏହି ତଥ୍ୟକୁ ଆସନ୍ତା ୧୫ ତାରିଖ ସନ୍ଧ୍ୟା ୫ଟା ପୁଞ୍ଜା ନିର୍ବାଚନ କମିଶନ ନିଜ ଡ୍ରେସ୍ ଯାଜ୍ଞରେ ସଂରକ୍ଷଣ କରିବେ ।  
ସୁପ୍ରିମକୋର୍ଟ ଫେବୃଆରୀ ୧୫ ତାରିଖରେ ଏସ୍ବିଆଇକୁ ପ୍ରଥମେ ନିର୍ବାଚନ କମିଶନଙ୍କୁ ନିକଟରେ ମାର୍ଚ୍ଚ ୧୨ ପୁଞ୍ଜା ନିର୍ବାଚନୀ ବଣ୍ଟ ଦାଖଲ କରିବାକୁ କହିଥିଲେ । କିନ୍ତୁ ୨ ସପ୍ତାହ ପରେ ହଠାତ ଏସ୍ବିଆଇ ଗୋଟିଏ ଆବେଦନ ଆୟୋଗଙ୍କ ନିକଟରେ ନିର୍ବାଚନ ବଣ୍ଟର ବିବରଣୀ ଦାଖଲ କରିବାକୁ ଏସ୍ବିଆଇ କୁଳ ୩୦ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ସମୟ ମାଗିଥିଲା ।  
ଯୁକ୍ତି ଉପସ୍ଥାପନ କରିବା ବେଳେ ଏସ୍ବିଆଇର ଓକିଲ ହରିଶ ସାଲୁରେ ବିଭିନ୍ନ ପ୍ରକାରର ଆଇନ ଦେଖାଇ ସମୟ ମାଗିବାକୁ ଚେଷ୍ଟା କରିଥିଲେ । ସେ କେତେବେଳେ ତଥ୍ୟ ମେଳାଇବାକୁ ପଡ଼ିବ ତ ଆଇନ କେତେବେଳେ କହିଲେ ଏତେ ଶୀଘ୍ର ଦାଖଲ ଦାଖଲ କରିବା ସହଜ ନୁହେଁ । ସେ ବିଭିନ୍ନ ପ୍ରକାରର ଦଲିଲ ଦେଇଥିଲେ ମଧ୍ୟ ସର୍ବୋଚ୍ଚ ଆଦାଲତ କହି ବି ଶୁଣି ନଥିଲେ । ସୋମବାର ଶୁଣାଣି ବେଳେ ଏସ୍ବିଆଇକୁ ସୁପ୍ରିମକୋର୍ଟ ଚାରିଦିନ ୨୪ ଘଣ୍ଟା ଅଧିକ ମଙ୍ଗଳବାର ସନ୍ଧ୍ୟା ୫ଟା ପୁଞ୍ଜା ତଥ୍ୟ ଦାଖଲ କରିବାକୁ କହିଥିଲେ ।  
ମଙ୍ଗଳବାର ଏସ୍ବିଆଇ ସନ୍ଧ୍ୟା ୫.୩୦ ବେଳକୁ ନିର୍ବାଚନ କମିଶନଙ୍କ ନିକଟରେ ନିର୍ବାଚନୀ ବଣ୍ଟର ତଥ୍ୟ ଦାଖଲ କରିଛି । ଏବେ ନିର୍ବାଚନ କମିଶନ ୧୫ ତାରିଖ ସନ୍ଧ୍ୟା ୫ଟା ପୁଞ୍ଜା ସହାୟତା ଆବେଦନ କରୁଛି କି ନାହିଁ, ତା ଉପରେ ସମସ୍ତଙ୍କ ନଜର ରହିଛି ।

**TATA MOTORS**  
Light Commercial Vehicles Dealers  
24 hours help line : Sales : 7873770000

## ପଞ୍ଚାୟତରାଜ ପ୍ରତିନିଧିମାନଙ୍କ ପାରିତୋଷିକ ଓ ବୈଠକ ଭତ୍ତା ବୃଦ୍ଧି

**ଭୁବନେଶ୍ୱର, ୧୨ମାର୍ଚ୍ଚ : ନୂଆ ବ୍ୟବସ୍ଥା**  
ରାଜ୍ୟର ପଞ୍ଚାୟତରାଜ ପ୍ରତିନିଧିମାନଙ୍କର ପାରିତୋଷିକ ଓ ଭତ୍ତା ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀ ନବୀନ ପଟ୍ଟନାୟକ ବୃଦ୍ଧି କରିଛନ୍ତି ।  
ପୁରୀନାୟକ ଯେ ସ-ଟି ତଥା ନବୀନ ଓଡ଼ିଶା ଅଧ୍ୟକ୍ଷ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ ପ୍ରତିଆର ଅନେକ ଥର ପୁରୀ ସେବାୟତମାନଙ୍କୁ ସ-ଟି ତଥା ନବୀନ ଓଡ଼ିଶା ଗଠ୍ୟ କରିଛନ୍ତି । ଏହି ଅବସରରେ

**ଏକାଙ୍କ ସମାଜ**  
ମହିଳା ଯେତକ ଚାକିରିରେଛନ୍ତି ଆହାଙ୍କ ଦେଖିବ ଖୁସି ପନ୍ଦରତାହୁଁଟି ପରିଶି ହେଲା ବଦଳିଲା ଭାଗ୍ୟ ହସି ଆଜି ବୁଧବାର ହେବ ଖାସି ଦଶଟା ଛୁଟିକି କମ୍ ହେଇଛି ପୁରୁଷ ଭାବନ୍ତି ବସି !!

## ନିର୍ବାଚନ ପାଇଁ ବିଚଳିତ ନୁହଁନ୍ତି ନବୀନ

**ଭୁବନେଶ୍ୱର, ୧୨ମାର୍ଚ୍ଚ : ନୂଆ ବ୍ୟବସ୍ଥା**  
ରାଜ୍ୟ ଓ ରାଜ୍ୟବାସୀ ବିଶେଷ କରି ଜାତି, ଧର୍ମ, ବର୍ଣ୍ଣ ନିର୍ବିଶେଷରେ ବିଭିନ୍ନ ଦର୍ଶନ ଲୋକଙ୍କ ମଙ୍ଗଳ ପାଇଁ ବିକାଶ ମୂଳକ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ କରୁଛନ୍ତି ଏବଂ ଅବିଚଳିତ ଭାବେ କରିଚାଲିଛନ୍ତି ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀ ନବୀନ ପଟ୍ଟନାୟକ । ତେଣୁ ନିର୍ବାଚନ ତାଙ୍କ ପାଇଁ ବୋଧ ନୁହେଁ ଏବଂ ଏଥିପାଇଁ ସେ ଆର୍ଦ୍ଧୋ ବ୍ୟସ୍ତ ବିକୃତ ବା ବିଚଳିତ ନୁହଁନ୍ତି । ଏପ୍ରକାର ମତ ରଖୁଛନ୍ତି ବିଶିଷ୍ଟ ସାମ୍ବାଦିକ ତଥା ବରିଷ୍ଠ ସ୍ତମ୍ଭକାର ପ୍ରଶାନ୍ତ ପଟ୍ଟନାୟକ ।  
ସମାଜ ଶ୍ରୀ ପଟ୍ଟନାୟକ କହିଛନ୍ତି ନିର୍ବାଚନ ପରିପ୍ରେକ୍ଷାରେ ତାଙ୍କର ସମାଲୋଚନାକୁ ନବୀନ କୌଣସି ପ୍ରକାର ଖାତିର କରନ୍ତି ନାହିଁ କି ଗୁରୁତ୍ୱମଧ୍ୟ ଦିଅନ୍ତି ନାହିଁ । ଏପରିକି ସମାଲୋଚକଙ୍କର ପ୍ରଶ୍ନର ଉତ୍ତର ଦେଇ ନିଜର ସମୟ ନଷ୍ଟ କରିବାକୁ ମଧ୍ୟ ନବୀନ କେବେ ଚାହାଁନ୍ତି ନାହିଁ । ସହାରି କାରଣ ହେଲା ନବୀନ କଥାରେ ନୁହେଁ (ଜିଡନ ପୃଷ୍ଠାରେ)

DSPL-834

## ନବଜାତ ଶିଶୁଙ୍କ ଯତ୍ନ ପାଇଁ ରାଜ୍ୟ ସରକାରଙ୍କ ପ୍ରତିବଦ୍ଧତା

ଶିଶୁମାନଙ୍କୁ ଉନ୍ନତ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟସେବା ଯୋଗାଇ ଦେବା ପାଇଁ ରାଜ୍ୟରେ ଉପଲକ୍ଷ ସେବା

- ୫୩୦ଟି 'ନବଜାତ ଶିଶୁଙ୍କୁ କର୍ଷଣ' (ଏନ୍.ବି.ସି.ସି.) କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ ଅଛି
- ୪୯ ଟି 'ନବଜାତ ଶିଶୁ ସ୍ୱାଧିକାରକେନ୍ଦ୍ର କକ୍ଷ' (ଏନ୍.ବି.ଏସ୍.ୟୁ.) ରେ ୫୦୧୯ ନବଜାତକ ସମ୍ପର୍କରେ ସହିତ ଚିକିତ୍ସିତ ହୋଇଛନ୍ତି
- ୪୪ ଟି 'ସ୍ୱତନ୍ତ୍ର ନବଜାତ ଶିଶୁ ଯତ୍ନ କେନ୍ଦ୍ର' (ଏସ୍.ଏନ୍.ସି.ୟୁ.) ରେ ୫୧୨୮୭ ନବଜାତକ ସମ୍ପର୍କରେ ସହିତ ଚିକିତ୍ସିତ ହୋଇଛନ୍ତି
- ୭୨୮ଟି 'କଙ୍ଗାରୁ ମା ଯତ୍ନ କେନ୍ଦ୍ର' (କେ.ଏମ୍.ସି.)ରେ ୨୧୧୮୯ ନବଜାତକ ସେବା ପାଇଛନ୍ତି

ସୁସ୍ଥ ଓଡ଼ିଶା, ସୁଖୀ ଓଡ଼ିଶା

## ୫-ଟି ଅଧ୍ୟକ୍ଷଙ୍କୁ ଧନ୍ୟବାଦ ଜଣାଇଲେ ୧୩ ସଂଗଠନର କର୍ମକର୍ତ୍ତା

**ଭୁବନେଶ୍ୱର, ୧୨ମାର୍ଚ୍ଚ : ନୂଆ ବ୍ୟବସ୍ଥା**  
ଲୋକଙ୍କ ସମସ୍ୟା ଶୁଣୁଛନ୍ତି ରାଜ୍ୟ ସରକାର ଓ ଏହାର ଉଚ୍ଚତମ କରାଯାଇଛି ସମାଧାନ । ଏହି କ୍ରମରେ ସରକାର ଦାବି ପୂରଣ କରିଥିବାରୁ ନବୀନ ପଟ୍ଟନାୟକ ୫-ଟି ଅଧ୍ୟକ୍ଷ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ ପ୍ରତିଆର ଅନେକ ଥର ପୁରୀ ସେବାୟତମାନଙ୍କୁ ସ-ଟି ତଥା ନବୀନ ଓଡ଼ିଶା ଗଠ୍ୟ କରିଛନ୍ତି । ଏହି ଅବସରରେ

**ନିବେଦନ**  
ସମସ୍ତ ଚିପିପିପିଏଲ୍ ଗ୍ରାହକମାନଙ୍କୁ ନିବେଦନ କରାଯାଇଛି ଯେ ଆପଣମାନେ ନିଜର ବିଦ୍ୟୁତ୍ ବ୍ୟୟ ନିକଟସ୍ଥ ଚିପିପିପିଏଲ୍ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ ମାଧ୍ୟମରେ ଅବଲମ୍ବିତ ମାଧ୍ୟମରେ ମାର୍ଚ୍ଚ ମାସ ଭିତରେ ପୈଠ କରନ୍ତୁ ଏବଂ ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ବିଦ୍ୟୁତ୍ ସେବା ଉପଭୋଗ କରନ୍ତୁ ।  
ଡିଜିଟାଲ ଯୋଗେଷ୍ଟି ସାହାଯ୍ୟ ସମସ୍ତ ବିଦ୍ୟୁତ୍ ବ୍ୟୟର ଧାର୍ଯ୍ୟ ସମୟ ମଧ୍ୟରେ ପୈଠ କରି ୪% ରିହାତି ଲାଭ କରନ୍ତୁ ।  
ଅଧିକ ବିବରଣୀ ପାଇଁ ୧୧୨୨ କିମ୍ବା ୧୮୦୦୩୪୫୭୧୨୨ ହେଲୋକାର୍ଯ୍ୟ କରନ୍ତୁ ।  
TPCODL ଚିପି ସେକ୍ଟର ଓଡ଼ିଶା ଚିପିସ୍ୱତନ୍ତ୍ର ବିଭାଗ

## ନବଜାତ ଶିଶୁର ବିପଦ ସଙ୍କେତ

- ନିଜକୁ ୬୦ ଥରରୁ ଅଧିକ ନିଶ୍ୱାସ ନେବା
- ବାତ ମାରିବା
- ନିଷ୍ପେକ ରହିବା
- ନିଶ୍ୱାସପ୍ରଣାସୀ ନେବା ସମୟରେ ଛାତି ତଳଭାଗ ଭିତରକୁ ପଶିଯିବା
- ମା'ଖାର ଖାର ନପାରିବା
- କୂର ହେବା
- ଦେହ ଥଣ୍ଡା ଲାଗିବା

ଏସବୁ ବିପଦ ଲକ୍ଷଣ ଦେଖାଦେଲେ ତୁରନ୍ତ ଆଶା/ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟକର୍ମୀଙ୍କୁ ପରାମର୍ଶ କରି ଡାକ୍ତରଖାନା ନିଅନ୍ତୁ ।

ଶିଶୁମାନଙ୍କ ଆବଶ୍ୟକୀୟ ଚିକିତ୍ସା ସମସ୍ତ ସରକାରୀ ଡାକ୍ତରଖାନାରେ ଦିନାମୂଲ୍ୟରେ ଉପଲବ୍ଧ । ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ଓ ପରିବାର କଲ୍ୟାଣ ବିଭାଗ, ଓଡ଼ିଶା

OIPR : 10003/13/018/12324









# ଆଜ୍ଞା

## ସିଗାରେଟ୍ ଅପେକ୍ଷା ୮ ଗୁଣ ଅଧିକ ବିପଜ୍ଜନକ ହେଉଛି 'ବିଡି'



ସାଧାରଣ ବିଶ୍ୱାସ ଅଛି ଯେ, ଏଥିରେ ତମାଖୁ କମ୍ ଥାଏ ଏବଂ ସିଗାରେଟ୍ ଅପେକ୍ଷା କମ୍ କ୍ଷତିକାରକ । କିନ୍ତୁ ବିଶେଷଜ୍ଞଙ୍କ ଅନୁଯାୟୀ, ପତ୍ରର ପ୍ରତିକୂଳ ପ୍ରଭାବ ଏବଂ ଗଭୀର ନିଶ୍ୱାସ ପ୍ରଣାଳୀ ଯୋଗୁଁ ବିଡି ସିଗାରେଟ୍ ଅପେକ୍ଷା ଅଧିକ ବିପଜ୍ଜନକ ବୋଲି ପ୍ରମାଣିତ ହୁଏ । ବିଲ୍ୱାର କଲ୍ଚୁଡ଼ାଳ ପତ୍ରରେ ଚେଷ୍ଟ ଇନଷ୍ଟିଟ୍ୟୁଟ୍ (ଇପିସିଆଇ) ର ପୂର୍ବତନ ନିର୍ଦ୍ଦେଶକ ପ୍ରଫେସର ରାଜେନ୍ଦ୍ର ପ୍ରସାଦ ବିଡି ଏବଂ ସିଗାରେଟ୍ ତୁଳନା କରୁଥିବା ଏକ ଅଧ୍ୟୟନ ସାହାଯ୍ୟରେ ସୂଚନା ଦେଇଛନ୍ତି ଯେ, 'ଉଭୟ କ୍ଷତିକାରକ ବୋଲି ବିବେଚନା କରାଯାଏ, କିନ୍ତୁ ତମାଖୁରେ ପତ୍ର ଗୁଡ଼ାଳ ତିଆରି ହୋଇଥିବା ବିଡି କଳିବା ଦ୍ୱାରା ଅଧିକ ଧୂଆଁ ଉତ୍ପନ୍ନ ହୁଏ ।' ପ୍ରଫେସର ରାଜେନ୍ଦ୍ର ପ୍ରସାଦ କହିଛନ୍ତି ଯେ, ଧୂମପାନକାରୀମାନେ ବିଡିକୁ ଆଲୋଚିତ କରିବା ପାଇଁ ଗଭୀର ନିଶ୍ୱାସ ନିଅନ୍ତି, ଯାହା ପୁସ୍ତକପରେ ଅଧିକ ଗୁରୁତର କ୍ଷତି କରିଥାଏ । ଯଦିଓ ବିଡିରେ ସିଗାରେଟ୍ ତୁଳନାରେ ତାରି ଗୁଣ କମ୍ ତମାଖୁ ଥାଏ, କିନ୍ତୁ ଯଦି ଆମେ ବିଡିରେ ସମାନ ପରିମାଣର ତମାଖୁ ବ୍ୟବହାର କରୁ, ତେବେ ଏହା ଆଠ ଗୁଣ ଅଧିକ ବିପଜ୍ଜନକ ହେବ । କିନ୍ତୁ କର୍ତ୍ତ ମେଡିକାଲ ୟୁନିଭରସିଟିରେ ଆୟୋଜିତ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମର ଦ୍ୱିତୀୟ ଦିନରେ ପ୍ରଖ୍ୟାତ ଡାକ୍ତରମାନେ ଛାତିର ଏବଂ-ରେ ପରୀକ୍ଷା କରିଥିଲେ । ନର୍ଥ କୋଲ ଟିବି ଡାକ୍ତରୀ ଡୋକ୍ଟର ଡେଭିଡ୍ ମ୍ୟାନ୍ସ୍ ଯୁର୍ଯ୍ୟକାନ୍ତ ଡୋକ୍ଟରମାନେ ଦେଖାଇଛନ୍ତି ଯେ ଛାତି ଏବଂ-ରେ ଦେଖାଯାଉଥିବା ପ୍ରତ୍ୟେକ ଦାଗ ଟିବି ସୂଚକ ନାହିଁ । ସେ ଦର୍ଶାଇଛନ୍ତି ଯେ ଛାତି ଏବଂ-ରେ ବିଭିନ୍ନ ରୋଗର ନିରାକରଣରେ ସହାୟକ ହୋଇପାରେ, କାରଣ ସେମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରୁ କେତେକ ଏବଂ-ରେ ପ୍ରତିଛବିରେ ଯକ୍ଷ୍ମା ଭଳି ଦେଖାଯାଇଛି ।

'ନୋ ସ୍ମୋକିଂ ଡେ' ପ୍ରତିବର୍ଷ ୧୩ ମାର୍ଚ୍ଚରେ ପାଳନ କରାଯାଏ । ଏହି ଦିନ ଧୂମପାନର କ୍ଷତି ବିଷୟରେ ଲୋକଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ସଚେତନତା ସୃଷ୍ଟି କରିବା ପାଇଁ କାର୍ଯ୍ୟ କରାଯାଏ । ତେବେ ଧୂମପାନ ବିକ୍ରୟ ୨ ଦିନ ପୂର୍ବରୁ ଲିଖନଭର କିଙ୍ଗ କର୍କ ମେଡିକାଲ ୟୁନିଭରସିଟି (କେଜିଏମୟୁ) ରେ ୧୮ ତମ ଲଗାତାର ମେଡିକାଲ ଶିକ୍ଷା କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ ଆୟୋଜିତ ହୋଇଥିଲା ।

ଏହି ସମୟରେ ବିଶେଷଜ୍ଞମାନେ କହିଛନ୍ତି ଯେ, ସିଗାରେଟ୍ ଅପେକ୍ଷା ବିଡି ଆଠ ଗୁଣ ଅଧିକ କ୍ଷତିକାରକ ହୋଇପାରେ । ଅବଶ୍ୟ ବିଡି ବିଷୟରେ ଲୋକଙ୍କ ଏକ

## ଏହି ସବୁ ଜିନିଷ ସେବନ କରିବା ଦ୍ୱାରା ପାଚନ ତନ୍ତ୍ର ସୁସ୍ଥ ରହେ

ସୁସ୍ଥ ଶରୀର ପାଇଁ ଖାଦ୍ୟ ଭଲ ଭାବେ ହଜମ ହେବା ନିତାନ୍ତ ଆବଶ୍ୟକ । ଭୁଲ ଖାଦ୍ୟପେୟ ଓ ଜୀବନଶୈଳୀ କାରଣରୁ ହଜମ କ୍ରିୟା ଉପରେ କୁପ୍ରଭାବ ପଡିଥାଏ । ଏହାସହ ହଜମ ଶକ୍ତି ଧିରେ ଧିରେ ଦୁର୍ବଳ ହେବାକୁ ଆରମ୍ଭ କରିଥାଏ । ହଜମ କ୍ରିୟା ସଠିକ ଭାବେ କାର୍ଯ୍ୟ ନକରିବା ଦ୍ୱାରା ଅନେକ ସମସ୍ୟା ହୋଇଥାଏ । ଏଭଳି କେତେକ ପାନୀୟ ରହିଛି, ଯାହାକୁ ସେବନ କରିବା ଦ୍ୱାରା ପାଚନ ତନ୍ତ୍ର ସୁସ୍ଥ ରହିଥାଏ ।

**ପାନପଥୁରୀ :** ହଜମ ଶକ୍ତିକୁ ଶକ୍ତିଶାଳୀ କରିବା ପାଇଁ ସକାଳେ ଖାଲି ପେଟରେ ପାନପଥୁରୀ ପାଣି ପିଇପାରିବେ । ପାନପଥୁରୀରେ ପୋଷକ, କିଙ୍ଗ, ଆଇରନ ଓ ଯୋଡାସିୟମ ଭଳି ପୋଷକ ତତ୍ତ୍ୱ ରହିଛି । ପାନପଥୁରୀ ଖାଦ୍ୟକୁ ଭଲ ଭାବେ ହଜମ କରିବାରେ ସହାୟକ ହୋଇଥାଏ । ପାନପଥୁରୀ ପାଣି ପିଇବା ଦ୍ୱାରା ଏସିଡିଟି, ବାନ୍ତି ସମସ୍ୟାରୁ ମୁକ୍ତି ମିଳିଥାଏ । ଏହା ଓଜନ ହ୍ରାସ କରିବାରେ ମଧ୍ୟ ସହାୟକ ହୋଇଥାଏ । ମେଥୁ ପାଣି : ମେଥୁ ଦାନାରେ ଭିଟାମିନ ସି, ଫାଇବର, ମାଗ୍ନେସିୟମ, କ୍ୟାଲସିୟମ ଓ ଆଇରନ ଭଳି ପୋଷକ ତତ୍ତ୍ୱ ରହିଛି । ମେଥୁ ପାଣି ସେବନ ଦ୍ୱାରା ଶରୀରରୁ ଅବଶ୍ୟକୀୟ ଦ୍ରବ୍ୟ ନିର୍ଗତ କରିବାରେ ସହାୟକ ହୋଇଥାଏ । ପାଚନ ତନ୍ତ୍ର ସୁସ୍ଥ ରହିଥାଏ । ଏଥିପାଇଁ ଏକ ଗ୍ଲୁସ ପାଣିରେ ଅଳ୍ପ ମେଥୁ ଦାନା ପକାଇ ଏହାକୁ ପୁଟାକୁ ଏହାକୁ ପିଅନ୍ତୁ । ଏହାଦ୍ୱାରା ବଦହଜମ ସମସ୍ୟା ଦୂର ହୋଇଥାଏ । ଅବା ଓ ଗୋଲମରିଚ : ଏହାର ପାଣି ପିଇବା ପାଚନ ତନ୍ତ୍ର ପାଇଁ ବେଶ ଲାଭଦାୟକ ହୋଇଥାଏ । ଅବାରେ ଆଣ୍ଟି-ଇଫ୍ଲେମେଟରୀ ଗୁଣ ରହିଛି । ଯାହା ପାଚନ କ୍ରିୟା ସମସ୍ୟାକୁ ଦୂର କରିବାରେ ସହାୟକ ହୋଇଥାଏ । ଏହା ଏସିଡିଟି ଓ ବଦହଜମ ସମସ୍ୟାରୁ ମଧ୍ୟ ମୁକ୍ତି ଦେଇଥାଏ । ଅବାରେ ଓ ଗୋଲମରିଚ ଝରେ ସାମାନ୍ୟ ମହୁ ମଧ୍ୟ ମିଶାଇ ପାରିବେ । ଏହାର ସେବନ କରିବା ଦ୍ୱାରା କୋଷ୍ଠାଦିନ୍ୟ ସମସ୍ୟାରୁ ମଧ୍ୟ ମୁକ୍ତି ମିଳିଥାଏ ।

## ଏହି କାରଣରୁ କଥା କହିବା ଶକ୍ତି ହରାଉଛନ୍ତି ଛୋଟ ପିଲା

ଏବେ ଅଧିକାଂଶ ମୋବାଇଲ ନିଶାରେ ରୁଣ୍ଡ । ଦିନ ରାତି ମୋବାଇଲ ଦେଖୁଛନ୍ତି । କେତେକେକେ ଫେସବୁକ୍ ଓ କେତେକେକେ ୟୁଟ୍ୟୁବ୍ । ଏପରିକି ହାଟସପ୍ଟାୟ ପରି ସାମାଜିକ ଗଣମାଧ୍ୟମରେ ଅନେକ ସମୟ ଦେଉଛନ୍ତି । ଏତଦ୍ୱ୍ୟତୀତ ଅନେକ ସୋସିଆଲ ମିଡିଆ ଆପ୍ ଅଛି, ତା ସହ ରେନିଂ ଛୋଟ ପିଲାଠାରୁ ବୟସ୍କ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ମୋବାଇଲ ଦେଖିବା ନିଶାରେ ପଡିଯାଇଛନ୍ତି । ଏହାର ଅନେକ ପରିଣାମ ରହିଛି । ମୋବାଇଲର ଦୂରରେ ବା ନାଲ ରଖି ଯୋଗୁଁ ଦୃଷ୍ଟି ଶକ୍ତି ଖରାପ ହେଉଛି । ଏହା ମଣିଷର ଚିତ୍ତା କରିବା ଶକ୍ତି ଉପରେ ପ୍ରଭାବ ପକାଉଛି । ବେକ ଭାଙ୍ଗି ମୋବାଇଲ ଦେଖିବା ଯୋଗୁଁ ନ୍ୟୁରୋ ବା ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ତନ୍ତ୍ର ଉପରେ ପ୍ରଭାବ ପକାଉଛି । ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ତନ୍ତ୍ରରେ ପ୍ରଭାବ ଯୋଗୁଁ ଅନେକ ବାଳ ଶକ୍ତି ହରାଉଛନ୍ତି । କିମ୍ବା ସେମାନଙ୍କୁ କଥା କହିବାରେ ଅସୁବିଧା ହେଉଛି । ଶାରୀରିକ ପରିଶ୍ରମ , ଖେଳକୁଦ ବଦଳରେ ପିଲା ମୋବାଇଲ ଦେଖିବାରୁ ସେମାନଙ୍କର ବିକାଶ ହେଉନାହିଁ । ଜୀବନରେ ଉନ୍ନତତର ଅଧିକପିଲାଙ୍କ ଉପରେ ଏହାକୁ ନେଇ ସର୍ବେକ୍ଷଣ କରାଯାଇଥିଲା । ଏଥିରୁ ପିଲାମାନଙ୍କର ସ୍ୱଳ୍ପଜୀବନଶୈଳୀ, ବିଭିନ୍ନ ଶକ୍ତି, ଦୃଷ୍ଟିମତା ଉପରେ ପ୍ରଭାବ ପଡୁଥିବା ଦେଖିବା ପାଇଁ ମିଳୁଛି ।




## ଏହି ଖାଦ୍ୟ ପାଇଁ ହୁଅନ୍ତୁ ସାବଧାନ

ଯଦି କୌଣସି ପାନୀୟ ଏକାଧାରରେ ମାଂସପେଶୀ, ହାତ୍ ଏବଂ ମଣିଷକୁ ସୁସ୍ଥ ରଖିପାରେ ତ ତାହା ହେଉଛି ଖୁରା । ଏହା ଅତ୍ୟନ୍ତ ପୁଷ୍ଟିକର, ଯାହା ସବୁ ବୟସର ଲୋକଙ୍କ ପାଇଁ ଅତ୍ୟନ୍ତ ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ । ହେଲେ ମନେରଖନ୍ତୁ, ଖାର ଶରୀର ପାଇଁ ଉପକାରୀ ହେଲେ ବି ଏହାକୁ ସାମାନ୍ୟ ମଧ୍ୟରେ ପିଇବା ଭଲ । ତେବେ ଏପରି କିଛି ଜିନିଷ ଅଛି ଯାହାକୁ ଖୁର ସହ ମିଶାଇ ଖାଇଲେ ଶରୀର ଉପରେ କୁପ୍ରଭାବ ପଡେ । ପ୍ରତିଦିନ ସ୍ତର ପିଇଲେ ଆପଣ ପ୍ରୋଟିନ୍, କ୍ୟାଲସିୟମ, ଭିଟାମିନ ବି ୧୨, ଭିଟାମିନ ବି ୨, ପଟାସିୟମ, ଫସ୍ଫରସ୍, ଭିଟାମିନ ଏ ଏବଂ ଭିଟାମିନ ଡି ପାଇପାରିବେ । ଏହା ଆପଣଙ୍କ ହାତ୍ ଏବଂ ମାଂସପେଶୀକୁ ମଜବୁତ୍ କରାଯାଏ । ତେଣୁ ଖାରକୁ ପିଇବାପାଇଁ ପିଲାମାନଙ୍କୁ ପାଇଁ ଏକ ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ଖାଦ୍ୟ ଭାବରେ ବିବେଚନା କରାଯାଏ । ଲୋକମାନେ କଳ୍ପନାରେ ଖାର ସହିତ ଅନେକ ଫଳ ଖାଇଥାନ୍ତି । ବାସ୍ତବରେ, ଫଳ ସହିତ ଫଳ ଖାଇବା ଅନୁଚିତ । ବିଶେଷକରି ଲେମ୍ବୁ ଏବଂ କମଳା ପରି ଖରା ଫଳ କେବେବି ଖୁର ସହିତ ଖାଇବା ଉଚିତ ନୁହେଁ । ଏହାକୁ ଏକାଠି ଖାଇଲେ ପେଟରେ ଏସିଡ ବୃଦ୍ଧି ଯାଏ ଏବଂ ଭଲ ହଜମ ହୁଏନାହିଁ । ଏହା ଗ୍ୟାସ୍, ପେଟ ସନ୍ଧ୍ୟା, ପେଟ ଫୁଲିବା, ହୃଦ୍‌ଘାତର କାରଣ ହୋଇପାରେ । ଖାର ଖାଇସାରି ଖରାକାତମ ଖାଦ୍ୟ ଖାଇଲେ ତାହା ପେଟରେ ଛିଣ୍ଡିଯାଏ । ଅଧିକାଂଶ ଲୋକ ଖୁର ସହ ବଦନ ଖାଇବାକୁ ଖୁବ୍ ଭଲପାଆନ୍ତି ।

### ଖରାଦିନେ ପିଅନ୍ତୁ କାକୁଡି ଲୁସ୍

ଆରମ୍ଭ ହୋଇଯାଇଛି ଗ୍ରୀଷ୍ମ ଋତୁ । ଫଳରେ ଖରା, ଗରମ ଅସହ୍ୟ ହେବାକୁ ଲାଗିଲାଣି । ତେଣୁ ଏଥିରୁ ମୁକ୍ତି ପାଇବା ପାଇଁ ଲୋକେ ବିଭିନ୍ନ ପ୍ରୟାସ କରୁଛନ୍ତି । ତେବେ ଏଭଳି ପରିସ୍ଥିତିରେ ଆସନ୍ତୁ ଜାଣିବା କାକୁଡିର ଉପକାରଣ । ଯାହା ଖରାଦିନେ ଆପଣଙ୍କ ଶରୀରରେ ପାଣିର ଅଭାବକୁ ଦୂର କରିବାରେ ସହାୟକ କରିଥାଏ । ତେବେ ଖରାଦିନେ କାକୁଡି ଖାଇବା ଦ୍ୱାରା ଶରୀରରେ ଜଳାୟତ୍ତ ଖରାବ ଦେଖା ଦେଇନଥାଏ । ସେହିପରି ଏହା ଦ୍ୱାରା ଅନେକ ପ୍ରକାରର ଲାଜ ମିଳିଥାଏ । ଆସନ୍ତୁ ବର୍ତ୍ତମାନ ଏହାର ଉପକାରଣ ବିଷୟରେ ଜାଣିବା... —ଓଜନ ହ୍ରାସ କରିବାକୁ ଚାହୁଁଥିଲେ, ପ୍ରତିଦିନ ନିଜ ଡାଏଟରେ କାକୁଡି ସାମିଲ କରିବା ଉଚିତ୍ । ଏହା ଖାଇବା ଦ୍ୱାରା, କଳଦା ଭୋକ ହୋଇନଥାଏ । —କାକୁଡି ଲୁସ୍‌ରେ ଲେମ୍ବୁ ରସ, ଅବା, ଦହି, ଏବଂ ଧନିଆ ପତ୍ର ପକାଇ ମିଶାଇ ସେବନ କରି ପାରିବେ । ଏପରି କରିବା ଦ୍ୱାରା ତାହା ଓଜନ ହ୍ରାସ କରିବାରେ ସହାୟକ ହୋଇଥାଏ । —କାକୁଡିରେ ପାଣିର ମାତ୍ରା ଭରପୂର ରହିଥାଏ । ଯାହା ବିଶେଷ କରି ଖରାଦିନେ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ପାଇଁ ବହୁତ ଲାଭଦାୟକ । କାକୁଡି ଖାଇବା ଦ୍ୱାରା, ଶରୀରରେ ଏହା ପାଣିର ଅଭାବକୁ ଦୂର କରିବାରେ ସହାୟକ କରେ ବା ଶରୀରରେ ଜଳାୟତ୍ତ ବୃଦ୍ଧି କରେ । —ଜମ୍ବୁନିଡିକୁ ମଜବୁତ୍ କରିବାରେ ସହାୟକ କରେ କାକୁଡି । ତେଣୁ ପ୍ରତିଦିନ ନିଜ ଡାଏଟରେ କାକୁଡି ସାମିଲ କରିବା ଭଲ । —ସେହିପରି ପ୍ରତିଦିନ କାକୁଡି ଖାଇବା ଦ୍ୱାରା, ଏହା ଆପଣଙ୍କ ହାତକୁ ମଜବୁତ୍ କରିବାରେ ସହାୟକ କରେ । —ସୌନ୍ଦର୍ଯ୍ୟ ଚର୍ଯ୍ୟା ପାଇଁ କାକୁଡି ବହୁତ ଲାଭଦାୟକ ହୋଇଥାଏ । ପ୍ରତିଦିନ କାକୁଡି ଖାଇବା ଏବଂ କାକୁଡିରୁ ପ୍ରସ୍ତୁତ ପ୍ୟାକ୍ ଲଗାଇବା ଫଳରେ, ଏହା ସନ୍ ଟ୍ୟାନ, ରିକିଲ୍‌କ୍ ଆଦି ସମସ୍ୟାକୁ ଦୂର କରିବା ସହିତ, ଡ୍ରାକ୍‌କ୍ ଶୁଣ୍ଠ ହେବାକୁ ଦେଇ ନଥାଏ । ତେଣୁ ଖରାଦିନେ ଏହା ଆପଣଙ୍କ ପାଇଁ ଅଧିକ ଗୁରୁତ୍ୱ ରଖିଥାଏ ।



## ସୌଭାଗ୍ୟବତୀ ନାରୀଙ୍କ ପାଇଁ ସିନ୍ଦୂରର ମହତ୍ତ୍ୱ

ବିବାହିତ ନାରୀମାନଙ୍କ ପାଇଁ ଶକ୍ତି ଓ ସିନ୍ଦୂର ବିଶେଷ ମହତ୍ତ୍ୱ ରଖିଥାଏ । ସିନ୍ଦୂରର ଅନେକ ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକ ମହତ୍ତ୍ୱ ରହିଛି । ବିଶେଷ କରି ମଥାରେ ସିନ୍ଦୂର ଲଗାଇବା ବେଳେ ବିଭିନ୍ନ ଦିଗ ପ୍ରତି ଧ୍ୟାନ ଦେବା ଉଚିତ । ଶାଶ୍ୱ ଅନୁସାରେ ଠିକ ରୂପେ ସିନ୍ଦୂର ନ ଲଗାଇବା ଦ୍ୱାରା ସ୍ୱାମୀଙ୍କ ଉପରେ ଖରାପ ପ୍ରଭାବ ପଡିଥାଏ । ସିନ୍ଦୂର ପିନ୍ଧିବା ଦ୍ୱାରା ଜଣେ ନାରୀ ଅଖଣ୍ଡ ସୌଭାଗ୍ୟବତୀ ହୋଇଥାଏ । ମଥାରେ ସିନ୍ଦୂର ଲଗାଇବା ଦ୍ୱାରା ମା'ଲକ୍ଷ୍ମୀଙ୍କ କୃପା ଆପଣଙ୍କ ଉପରେ ରହିବା ସହ ସ୍ୱାମୀଙ୍କ ଆତ୍ମସ୍ଥି ବୃଦ୍ଧି ହୋଇଥାଏ । ସ୍ୱାମୀଙ୍କ ରୋଜଗାରରେ ମଧ୍ୟ ବୃଦ୍ଧି ହୋଇଥାଏ । ସିନ୍ଦୂର ଲଗାଇବା ବେଳେ ଉତ୍ତର ଦିଗକୁ ମୁହଁ କରି ତର୍ଜନୀ ଆଙ୍ଗୁଠିରେ ଲଗାଇବା ଦ୍ୱାରା ଜ୍ଞାନ ବୃଦ୍ଧି ହୋଇଥାଏ । ପୂର୍ବ ଦିଗକୁ ମୁହଁ କରି ମଧ୍ୟମ ଆଙ୍ଗୁଠିରେ ସିନ୍ଦୂର ଲଗାଇବା ଦ୍ୱାରା ଏଶ୍ୱର୍ଯ୍ୟ ପ୍ରାପ୍ତି ହୋଇଥାଏ । ସିନ୍ଦୂର ଲଗାଇବା ବେଳେ ପଶ୍ଚିମ ଦିଗକୁ ମୁହଁ କରି ଅନାମିକା ଆଙ୍ଗୁଠିରେ ଲଗାଇବା ଦ୍ୱାରା ଅର୍ଥ ଓ ସୁଖଶାନ୍ତି ପ୍ରାପ୍ତି ହୋଇଥାଏ ।

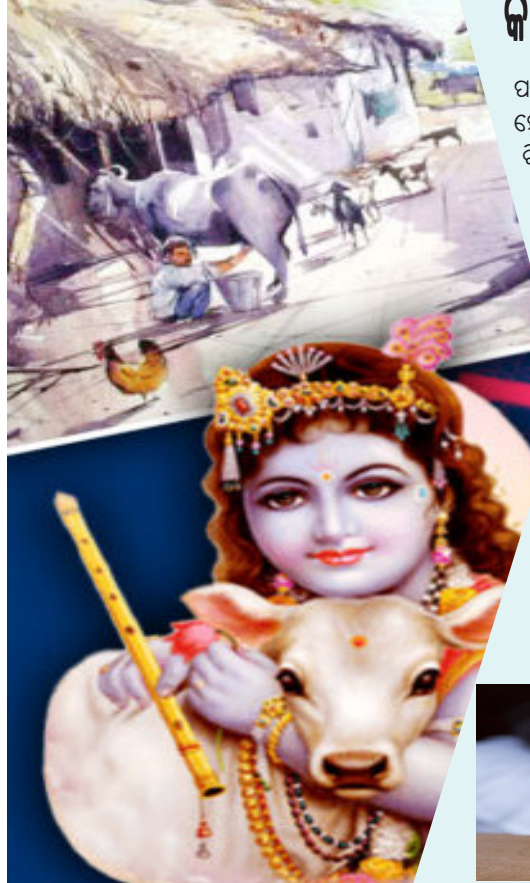


## ଏଠାରେ ବହୁ ପୁରାତନ କାଳରୁ ରହିଛି କ୍ଷୀର ବିକ୍ରି ନକରିବାର ପରମ୍ପରା

ମହାରାଷ୍ଟ୍ରର ହିଙ୍ଗୋଳା ଜିଲ୍ଲାର ଏକ ଗାଁର ଲୋକେ ନିଜକୁ ପ୍ରଭୁକୃଷ୍ଣଙ୍କ ବଂଶଧର କହିଥାଆନ୍ତି । ଏଠାକାର ଲୋକେ କ୍ଷୀର ବିକ୍ରି କରନ୍ତି ନାହିଁ । ଏହାସହ ଆବଶ୍ୟକ ଓ ଅସହାୟଙ୍କୁ ମାରଣରେ ଦେଇଥାଆନ୍ତି । ସ୍ତ୍ରୀଙ୍କ ମହାରାଷ୍ଟ୍ର ହିଙ୍ଗୋଳା ଜିଲ୍ଲାରେ ଯେକେଣାର ଏହାସହ ଏଠାରେ ଖୁବ୍ ଧୂମଧାମରେ ପ୍ରଭୁ କୃଷ୍ଣଙ୍କ ଜନ୍ମାଷ୍ଟମୀ ଉତ୍ସବ ପାଳନ କରାଯାଏ । ଗାଁର ପ୍ରାୟ ପ୍ରତ୍ୟେକକ୍ଷେତ୍ରରେ କ୍ଷୀର ଓ ସ୍ତ୍ରୀରୁ ତିଆରି ହୁଏତ ବନ୍ଧନର ସ୍ଥାନ ରହିଛି । ଗ୍ରାମବାସୀଙ୍କ ମତାନୁଯାୟୀ, ଯେକେଣା ଗାବଲାର ଅର୍ଥ ହେଉଛି କ୍ଷୀରର ଗାଁ । ଗ୍ରାମବାସୀଙ୍କ କହିବା ଅନୁଯାୟୀ, ଆମେ ନିଜକୁ କୃଷ୍ଣଙ୍କ ବଂଶଧର ମାନୁ । ଏହି କାରଣରୁ ଆମେ କ୍ଷୀର ବିକ୍ରି କରୁ ନାହିଁ । କ୍ଷୀରକୁ ବିକ୍ରି ନକରି ବନ୍ଧନ କରାଯାଏ । ଗାଁର ପ୍ରାୟ ୯୦% ଲୋକଙ୍କ ଘରେ ଗାଈ ରହିଛି । ଏହାସହ ମଲ୍‌ଷି ଓ ହେଲି ମଧ୍ୟ ରହିଛି । ଏଠାରେ କ୍ଷୀର ବିକ୍ରି ନକରିବାର ପରମ୍ପରା ବହୁ ପୁରାତନ କାଳରୁ ଓଲଟି ଆସୁଛି । ତେଣୁ ଆବଶ୍ୟକୀୟ ଓ ଅସହାୟଙ୍କୁ କ୍ଷୀର ବନ୍ଧନ କରାଯାଏ । ମାତ୍ର କାହାରିକୁ ବିକ୍ରି କରାଯାଏ ନାହିଁ । ଏହି ଗାଁରେ ଜନ୍ମାଷ୍ଟମୀ ଖୁବ୍ ଧୂମଧାମରେ ପାଳନ କରାଯାଏ । ଗାଁରେ ଏକ କୃଷ ମନ୍ଦିର ମଧ୍ୟ ରହିଛି । ଏଠାରେ ଜନ୍ମାଷ୍ଟମୀରେ ବେଶ ଧୂମଧାମରେ ପୂଜାର୍ଚ୍ଚନା କରାଯାଏ ।

## କେଉଁ ସମୟରେ ପୂଜା କଲେ ମିଳିନଥାଏ ଫଳ ? ଜାଣନ୍ତୁ

ଧାର୍ମିକ ଶାସ୍ତ୍ର ଅନୁଯାୟୀ, ଅପରାହ୍ଣରେ ପୂଜା କରିବା ଉଚିତ ନୁହେଁ । ଏହି ସମୟ ପୂଜା ପାଇଁ ନିଷେଧ ବୋଲି ବିବେଚନା କରାଯାଏ । ତେଣୁ ମନ୍ଦିରର କବାଟ ମଧ୍ୟ ଅପରାହ୍ଣରେ କିଛି ସମୟ ପାଇଁ ବନ୍ଦ ରହିଥାଏ । ବିଶ୍ୱାସ କରାଯାଏ ଯେ, ଭଗବାନ ମଧ୍ୟାହ୍ନ ୧୨ ରୁ ୩ଟା ମଧ୍ୟରେ କରାଯାଇଥିବା ପୂଜାକୁ ଗ୍ରହଣ କରନ୍ତି ନାହିଁ । ତେଣୁ, ଏହି ସମୟରେ କରାଯାଇଥିବା ପୂଜା ଫଳାଫଳ ଦେଇନଥାଏ । —ଆରତୀ କରିବା ପରେ କେବେବି ପୂଜା କରନ୍ତୁ ନାହିଁ । ଆରତୀ ସର୍ବଦା ପୂଜା ଶେଷରେ କରାଯାଏ । ପୂଜା ସର୍ବଦା ଏକ ଶୁଭ ଏବଂ ପବିତ୍ର ଅବସ୍ଥାରେ କରାଯିବା ଉଚିତ୍ । ଋତୁସ୍ରାବ ସମୟରେ ମହିଳାମାନଙ୍କୁ ପୂଜା କରିବା ନିଷେଧ ।



## ରାତିରେ ନିଦ ନ ହେବାରୁ ମେଡିସିନ ଖାଇଛନ୍ତି କି ? ଜାଣନ୍ତୁ ଏଥିରୁ କିପରି ବର୍ତ୍ତିବେ

ପରିବର୍ତ୍ତିତ ଜୀବନଶୈଳୀ ଲାଗି ନିଦ୍ରାହୀନତା ଏକ ସାଧାରଣ ସମସ୍ୟାରେ ପରିଣତ ହୋଇଛି । ରାତିସାରା ଅନିଦ୍ରା ରହିବା ବା ନିଦ ନ ହେବା ଲାଗି ଅନେକ ଲୋକ ବିଭିନ୍ନ ଔଷଧ ଖାଇଥାନ୍ତି । ମାତ୍ର ଏହା ଅନେକାଂଶରେ କ୍ଷତିକାରକ ହୋଇଥାଏ । ଯଦି ଆପଣଙ୍କ ପାଖରେ ଏହି ସମସ୍ୟା ଦେଖାଯାଉଛି ତେବେ ଏହାକୁ ସାଧାରଣ ଭାବରେ ନିଅନ୍ତୁ ନାହିଁ । ଏହା ଏକ ଗମ୍ୟ ସମସ୍ୟା ହୋଇପାରେ ।

**ଔଷଧ ବଦଳରେ ଏହି ସମସ୍ୟାକୁ ଦୂର କରିବା ଲାଗି କାଣ୍ଡକୁ କିଛି ଉପାୟ**

ବ୍ୟବହାର କରୁଥିବା ବର୍ତ୍ତମାନରୁ ସବୁବେଳେ ସମା ରଖନ୍ତୁ । ଏପରିକି ତଳିଆ ଖୋଳକୁ ପରିଷ୍କାର ରଖିବା ସହ ଆବଶ୍ୟକସ୍ଥଳେ ବଦଳାଇ ନୂଆ ବ୍ୟବହାର କରନ୍ତୁ । ଦେଖିବେ ଏହି ସମସ୍ୟା ଦୂର ହୋଇଯିବ । ରାତିରେ ଶୋଇବା ପୂର୍ବରୁ ଏକ ଘଣ୍ଟା ବୁଲାଇବା କରନ୍ତୁ । ଏପରି କରିବା ଫଳରେ ଶିଘ୍ର ନିଦ ହୋଇଥାଏ । —ଖାଦ୍ୟ ଖାଇ ସାରିବା ପରେ ବିଛଣାକୁ ଯିବା ଅନେକ ଲୋକଙ୍କର ଅଭାବ ଥାଏ । ମାତ୍ର ଏପରି କରନ୍ତୁ ନାହିଁ ଖାଇବାର କିଛି ସମୟ ପରେ ଶୋଇବାକୁ ଯାଆନ୍ତୁ । ବିଛଣାକୁ ଯିବା ପୂର୍ବରୁ ଫୋନ୍, ଲାପ୍‌ଟପ୍ ଆଦିଠାରୁ ଦୂରେଇ ରହିବେ । ଏହି ଛୋଟ ଛୋଟ ଜିନିଷ ଉପରେ ଆପଣ ଧ୍ୟାନ ଦେଲେ ଆପଣଙ୍କୁ ନିଦ୍ରାହୀନତା ସମସ୍ୟାରୁ ମୁକ୍ତି ପାଇବା ଲାଗି ଔଷଧ ଖାଇବାକୁ ପଡିବ ନାହିଁ ।











# ପ୍ରଥମ ପୃଷ୍ଠାର ଅବଶିଷ୍ଟା

କଲିକାବାଜୀଠାରେ ୧୦୦ ...

ମଧ୍ୟ କହିଥିଲେ ଯେ ନିଜ ଗାଁ ପାଇଁ ନିଜ କର୍ମପାତ୍ର ପାଇଁ କିଛି କରିବା ହେଉଛି ଜୀବନର ଶ୍ରେଷ୍ଠ ସମ୍ଭାଷଣ। କଲିକାବାଜୀ ଗାଁର ରୂପାନ୍ତର ପାଇଁ ସାମ୍ବନ୍ଧ ଥିବାରୁ ଅତ୍ୟନ୍ତ ସାମାଜିକ ଧ୍ୟାନର ସହରେ କହିଥିଲେ ଯେ ଆମେ ସମସ୍ତେ ଯଦି ନିଜ ଗାଁ ନିଜ ମାଟି ପାଇଁ ଦାୟିତ୍ୱ ସହ କାମ କରିବା ତେବେ ରୂପାନ୍ତର ଲକ୍ଷ୍ୟ ଖୁବ୍ ଶୀଘ୍ର ପୂରଣ ହେବ।

କିମ୍ପା ପକ୍ଷରୁ ରାଜ୍ୟର ବିଭିନ୍ନ ଜିଲ୍ଲାରେ ୧୯ଟି ୧୦୦ ଶଯ୍ୟାବିଶିଷ୍ଟ ହସ୍ପିଟାଲ କରାଯାଉଥିବା କାର୍ଯ୍ୟ ପ୍ରାୟତଃ ଖୁବ୍ ବ୍ୟକ୍ତ କରି କହିଥିଲେ ଯେ ଆମ ପାଇଁ ପ୍ରତି ଜୀବନ ମୂଲ୍ୟବାନ। ଆମ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟସେବା କ୍ଷେତ୍ରରେ ଏହି ମହତ ଲକ୍ଷ୍ୟ ନେଇ ଆମେ କାମ କରୁଛୁ ଏବଂ ଓଡ଼ିଶାର ସବୁ ପରିବାର ଯେପରି ଉତ୍ତମ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟସେବା ପାଇପାରିବେ ତାକୁ ଆମେ ପ୍ରାଧାନ୍ୟ ଦେଇ କାମ କରୁଛୁ ବୋଲି କହିଥିଲେ। ଏ ଦିଗରେ ଆମ ହସ୍ପିଟାଲ, ବିଏସକେୟୁଇ, ବିଏସକେୟୁଇ ନବୀନ କାର୍ତ୍ତ ଆଦି ଯୋଜନା କାର୍ଯ୍ୟକାରୀ କରାଯାଇଛି। ସରକାରଙ୍କ ଏହି ଉଦ୍ୟମରେ କିମ୍ପା ପରି ଉତ୍ତମ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ଗୁଡ଼ିକର ଯୋଗଦାନ ଆମର ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟସେବା କ୍ଷେତ୍ରକୁ ଆହୁରି ମଜବୁତ କରିବ ବୋଲି ସେ କହିଥିଲେ।

କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମରେ କିମ୍ପା ପ୍ରତିଷ୍ଠା ଓ କଳ୍ପନା ସାମ୍ବନ୍ଧରେ ଅତ୍ୟନ୍ତ ସାମାଜିକ ସାମାଜିକ ଭାବେ କହିଥିଲେ ଯେ ଶିକ୍ଷା ଓ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ହେଉଛି ସମାଜର ଦୁଇଟି ଅପରିହାର୍ଯ୍ୟ ଦିଗ। ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀ ଏହି ଦୁଇଟି ଦିଗକୁ ଗୁରୁତ୍ୱ ଦେଇ ନେଇ ଏହାର ବିକାଶ କରିଆଣେ ଶୀଘ୍ରରେ ପଦକ୍ଷେପ ଗ୍ରହଣ କରିବେ। ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀ ଉଭୟ ସହଯୋଗ ଓ ଗ୍ରାମାଞ୍ଚଳର ଉନ୍ନତିକୁ ସମାନ ଭାବେ ପ୍ରାଧାନ୍ୟ ଦେଇପାରିବେ। କଲିକାବାଜୀ ଗ୍ରାମରେ ସହର ଭଳି ସମଗ୍ର ସୁବିଧା ଉପଲବ୍ଧ କରାଯାଇଛି। ଏ ଦିଗରେ ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀଙ୍କ ଆଦେଶ ଓ ୫-ଟି ଅଧିକ ଭି.କେ. ପାଣ୍ଡିଆନଙ୍କ ପ୍ରୋତ୍ସାହନ ପ୍ରଶଂସନୀୟ ଅଟେ ବୋଲି ସେ କହିଥିଲେ।

କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମରେ ଉପସ୍ଥିତ ୫-ଟି ତଥା ନବୀନ ଓଡ଼ିଶା ଅଧିକ କାର୍ଯ୍ୟକାରୀ ପାଣ୍ଡିଆନ ସାମ୍ବନ୍ଧରେ ଅତ୍ୟନ୍ତ ସାମାଜିକ ନିଜ କର୍ମ ପାତ୍ର ଓ ରାଜ୍ୟର ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟସେବା କ୍ଷେତ୍ରରେ ଏହି ମହତ ଯୋଗଦାନକୁ ପ୍ରଶଂସା କରି କହିଥିଲେ ଯେ ଅତ୍ୟନ୍ତ ସାମାଜିକ ଏହି ମହତ ଅବଦାନ ସବୁଦିନ ପାଇଁ ସ୍ମରଣୀୟ ହୋଇ ରହିବ।

ଅନ୍ୟତମ ଅତିଥି ଭାବେ ସ୍ଥାନୀୟ ବିଧାୟକ ଚନ୍ଦ୍ର ସାହୁଙ୍କୁ ସାବିତ୍ରୀ ବେହେରା କହିଥିଲେ ଯେ ସମସ୍ତଙ୍କୁ ଓଡ଼ିଶାବାସୀ ତିନିଆ ପାଇଁ ଦାୟିତ୍ୱ ରାଜ୍ୟକୁ ଯାଉଥିଲେ। ଆଜି ଅନ୍ୟ ରାଜ୍ୟରୁ ଲୋକ ଆସୁଛନ୍ତି ଏଠାରେ ରିକିସିଟ ହେବା ପାଇଁ ଓ ପାଠ ପଢ଼ିବା ପାଇଁ। ଏ ସବୁ ସମ୍ଭବ ହୋଇଛି ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀଙ୍କ ଦୂରଦୃଷ୍ଟି ସମ୍ପନ୍ନ ଚିନ୍ତାଧାରା ଓ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ ପାଇଁ। କଲିକାବାଜୀର ଏହି ଅତ୍ୟନ୍ତ ନିର୍ମମ ହସ୍ପିଟାଲ ଅଞ୍ଚଳବାସୀଙ୍କ ସହିତ ଜିଲ୍ଲା ତଥା ପଡୋଶୀ ଜିଲ୍ଲାବାସୀଙ୍କୁ ଉନ୍ନତମାନର ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟସେବା ଯୋଗାଇବ ବୋଲି ସେ କହିଥିଲେ।

ସୂଚନାଯୋଗ୍ୟ ଯେ ଏହି ହସ୍ପିଟାଲରେ ୨୪ ଘଣ୍ଟା ଆପାତକାଳୀନ ସେବା, ୨୪ ଘଣ୍ଟା ଆୟୁର୍ବେଦ ସେବା, ଅତ୍ୟାଧୁନିକ ରୋଗ ନିର୍ଦ୍ଧାରଣ କେନ୍ଦ୍ର, ଆଇସିୟୁ, ସିଟିଏନ, ଏଚଡିୟୁ, ଏମଆରଆଇ, କ୍ୟାଟିନ, ଅଲଟ୍ରାସାଉଣ୍ଡ, ଓଡି, ଅତ୍ୟାଧୁନିକ ପରୀକ୍ଷାଗାର, କେନ୍ଦ୍ରୋଲ୍ଡ ଓ ନିମ୍ନମୁଖ (ବୋକ୍ସ), ପାଣିକୋଲ୍ଡ (ହାଲପୁର), ବାଲିଗୁଡା, ପୁଲବାଗୀ ଓ କି. ଉଦୟଗିରି (କଳ୍ପନା), ଦଶପଲ୍ଲୀ (ନୟାଗଡ଼) ଏବଂ ଉତ୍ତରଗଡ଼ ଓ ନରସିଂହପୁର (ଗଞ୍ଜାମ) । ଏହି ସମସ୍ତ ହସ୍ପିଟାଲ ଗୁଡ଼ିକରେ ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ଜିଲ୍ଲାରେ ୧୫୦ ଜଣ ସ୍ଥାନୀୟ ବାସିନ୍ଦାଙ୍କୁ ନିୟୁକ୍ତ ଦିଆଯିବ ବୋଲି ହସ୍ପିଟାଲ ପକ୍ଷରୁ କୁହାଯାଇଛି। କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମରେ କଟକ ଜିଲ୍ଲାପାଳ ଧନ୍ୟବାଦ ଅର୍ପଣ କରିଥିଲେ।

ଭିତ୍ତି ଦିଆଯାଇଥିବା ହସ୍ପିଟାଲଗୁଡ଼ିକ ହେଲା ବଳାଙ୍ଗୀର, କଳାହାଣ୍ଡି, ବାରିପଦା, କେନ୍ଦୁଝର, ବାଲେଶ୍ୱର, ପୁରୀ, ସୁନ୍ଦରଗଡ଼, ସମ୍ବଲପୁର, କୋରାପୁଟ, ଶିବପୁର (କରକିଂହପୁର), କୁଶିଭଞ୍ଜ ଓ ନିମ୍ନମୁଖ (ବୋକ୍ସ), ପାଣିକୋଲ୍ଡ (ହାଲପୁର), ବାଲିଗୁଡା, ପୁଲବାଗୀ ଓ କି. ଉଦୟଗିରି (କଳ୍ପନା), ଦଶପଲ୍ଲୀ (ନୟାଗଡ଼) ଏବଂ ଉତ୍ତରଗଡ଼ ଓ ନରସିଂହପୁର (ଗଞ୍ଜାମ) । ଏହି ସମସ୍ତ ହସ୍ପିଟାଲ ଗୁଡ଼ିକରେ ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ଜିଲ୍ଲାରେ ୧୫୦ ଜଣ ସ୍ଥାନୀୟ ବାସିନ୍ଦାଙ୍କୁ ନିୟୁକ୍ତ ଦିଆଯିବ ବୋଲି ହସ୍ପିଟାଲ ପକ୍ଷରୁ କୁହାଯାଇଛି। କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମରେ କଟକ ଜିଲ୍ଲାପାଳ ଧନ୍ୟବାଦ ଅର୍ପଣ କରିଥିଲେ।

## ପୁରୀ ସେବାୟତମାନଙ୍କ...

ସେବାୟତ ପରିବାରର ଛାତ୍ରଛାତ୍ରୀଙ୍କୁ ପାଇଁ ବିଭିନ୍ନ ପ୍ରଦେଶିକା ପରୀକ୍ଷା ଯଥା ଓଡ଼ିଶା, କେନ୍ଦ୍ର ଓ ବିଭିନ୍ନ ସର୍ଭିସ କୋର୍ଟ ପାଇଁ ବ୍ୟବସ୍ଥା ବ୍ୟବହାର କରିବାକୁ ୫୦ ହଜାର ଟଙ୍କା ଡିଆବରେ ସର୍ବମୁଖ୍ୟ ୩ ଥର ସହାୟତା ଯୋଗାଇ ଦିଆଯିବ। ସେବାୟତମାନଙ୍କୁ ଦିଆଯାଉଥିବା ବିଭିନ୍ନ ବର୍ଷିତ ଭରା, ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ବାମନା ରାଶି, କୋର୍ଟ ସହାୟତା ଓ ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ସହାୟତା ପାଇଁ ଶ୍ରୀମନ୍ଦିର ପ୍ରଶାସନକୁ ରାଜ୍ୟ ସରକାର ୧୦.୮୫ କୋଟି ଯୋଗାଇ ଦେଇଛନ୍ତି।

## ପଞ୍ଚାୟତରାଜ...

୧୦,୦୦୦ ଟଙ୍କା ମାସିକ ପାରିତୋଷିକ ପାଇବେ ଏବଂ ସେମାନଙ୍କ ଦୈନିକ ଭତ୍ତା ଟିଏ ସହୁ ଏବଂ ମଧ୍ୟ ୩୦୦ ଟଙ୍କା ପାଇବେ। ୨୦୦ ଟଙ୍କା ବୁଦ୍ଧି କରାଯାଇଛି। ସେହିଭଳି ପଞ୍ଚାୟତ ସମିତି ଅଧିକାଂଶ ୩,୫୩୦ ଟଙ୍କା ପାଇଥିଲେ। ଏବେ ୧୫,୦୦୦ ଟଙ୍କା ପାଇବେ। ପଞ୍ଚାୟତ ସମିତି ଉପାଧିକାରୀଙ୍କ ପୂର୍ବରୁ ପାରିତୋଷିକ ୨,୩୫୦ ଟଙ୍କା ପାଇଥିଲେ। ଏବେ ୭,୫୦୦ ଟଙ୍କା ପାଇବେ। ପଞ୍ଚାୟତ ସମିତି ସଦସ୍ୟମାନଙ୍କ ପୂର୍ବରୁ ୨,୩୫୦ ଟଙ୍କା ପାଇଥିଲେ। ଏବେ ୭,୫୦୦ ଟଙ୍କା ପାଇବେ। ସେହିଭଳି ସରପଞ୍ଚମାନଙ୍କ ପୂର୍ବରୁ ୨,୩୫୦ ଟଙ୍କା ପାଇଥିବା ବେଳେ ଏବେ ୧୦,୦୦୦ ଟଙ୍କା ପାଇବେ। ନାଏବ ସରପଞ୍ଚମାନଙ୍କ ପୂର୍ବରୁ ୯୪୦ ଟଙ୍କା ପାଇଥିବା ବେଳେ ଏବେ ୪,୦୦୦ ଟଙ୍କା ପାଇବେ। ପଞ୍ଚାୟତ ସମିତି ଅଧିକାଂଶ ୩,୫୩୦ ଟଙ୍କା ପାଇଥିଲେ। ଏବେ ୧୫,୦୦୦ ଟଙ୍କା ପାଇବେ। ପଞ୍ଚାୟତ ସମିତି ଉପାଧିକାରୀଙ୍କ ପୂର୍ବରୁ ପାରିତୋଷିକ ୨,୩୫୦ ଟଙ୍କା ପାଇଥିଲେ। ଏବେ ୭,୫୦୦ ଟଙ୍କା ପାଇବେ। ପଞ୍ଚାୟତ ସମିତି ସଦସ୍ୟମାନଙ୍କ ପୂର୍ବରୁ ୨,୩୫୦ ଟଙ୍କା ପାଇଥିଲେ। ଏବେ ୭,୫୦୦ ଟଙ୍କା ପାଇବେ। ସେହିଭଳି ସରପଞ୍ଚମାନଙ୍କ ପୂର୍ବରୁ ୨,୩୫୦ ଟଙ୍କା ପାଇଥିବା ବେଳେ ଏବେ ୧୦,୦୦୦ ଟଙ୍କା ପାଇବେ। ନାଏବ ସରପଞ୍ଚମାନଙ୍କ ପୂର୍ବରୁ ୯୪୦ ଟଙ୍କା ପାଇଥିବା ବେଳେ ଏବେ ୪,୦୦୦ ଟଙ୍କା ପାଇବେ।

**OFFICE OF THE CHIEF DISTRICT MEDICAL & PUBLIC HEALTH OFFICER, PURI**  
CONTRACTUAL APPOINTMENT  
Adv. No: 1065 /DPMU Dt: 11.03.2024  
Applications are invited from eligible candidates for filling up the following posts (PHM, NUHM) through Regd. Post/speed post under National Health Mission, Puri on contractual basis. Selected Candidates shall be paid monthly remuneration & such other allowances/incentives as admissible under the norms of the society & approval in PIP.  
SI No Name of the Post Vacancy  
01 Public Health Manager, NUHM 2  
The application format and details are available in the district website [www.puri.nic.in](http://www.puri.nic.in)  
Chief District Medical & Public Health Officer, Puri  
OIPR-10021/11/0023/2324

**OFFICE OF THE GOLAGOAN SERVICE COOPERATIVE SOCIETY LTD.**  
At - Golagoan Po -Bhaliadihi Ps-Sarakul Dist.- Nayagarh  
Regd. No- 126PU. Date: 30.06.1949 (under A.R.C.S, Nayagarh Circle, Nayagarh)  
No-2 **CORRIGENDUM** Dated 12.03.24  
In connection to the office advertisement for recruitment to one post of Secretary of Golagoan S.C.S Ltd. A candidate must not be less than 21 years or more than 38 years instead of 32 years as age on 01.01.2024 and the upper age limit shall be read as 43 years in respect of persons belonging to S.C/S.T/O.B.C.including S.E.B.C/Physically handicapped person /Ex-Serviceman instead of 37 years as published in daily news papersambad Kalika on date.09.03.2024.  
By order of the Committee of Management  
Sd/- Secretary, Golagoan PACS Ltd.

**OFFICE OF THE NOTIFIED AREA COUNCIL, G. UDAYAGIRI KANDHAMAL** Emai id-orissagudnac@gmail.com C-3286  
No. 757 Date 07.03.2024  
**Expression of Interest**  
Proposals are invited to conduct the assignment and submit the deliverables from Public Sector Undertakings/ Autonomous Bodies/ registered Engineering Consulting firms that have requisite experience in preparation of drainage/ pipeline/ sewerage network plan and infrastructure for "Preparation of Storm Water Drainage Master Plan and DPR for G. Udayagiri NAC area". The prescribed tender schedule can be obtained from NAC, G. Udayagiri Office during office hour except holidays on payment of Rs 10,000/- (Rupees Ten Thousand) (Non Refundable) in shape of DD in favour of "Executive Officer, NAC, G. Udayagiri, Payble at G. Udayagiri" by 1 PM of dated 22.03.2024. The quotations should reach in this office of the undersigned on or before 22.03.2024 by 3.30PM by Speed post/Registered Post/ Courier/ by Hand and the same will be opened on same day at 4.30 PM. as EMD. The undersigned reserved the rights to reject the quotation without assigning any reason thereof.  
Sd/-Executive Officer  
OIPR-13066/11/0026/2324 NAC, G. Udayagiri

**obcc** CAD-4540  
**Office of the General Manager, Ekamra Division**  
ଓଡ଼ିଶା ସେତୁ ଓ ନିର୍ମାଣ ନିଗମ ଲିଡ  
**ODISHA BRIDGE & CONSTRUCTION CORPORATION LIMITED**  
(A Government of Odisha Undertaking under Works Department)  
No. 192 Date: 07.03.2024  
**NOTICE INVITING TENDER**  
1. Name of Work Exterior painting with minor repair and faced lighting of precinct of Shree Nilamadhaba Temple complex at Kantio, Nayagarh  
2. Bid Identification No. of the Tender Document 08/GM Ekamra/OBCC/2023-24  
3. Date of availability in e-procurement portal from 15.03.2024  
4. Last date of receipt of pre-bid queries upto 5:00 P.M of 21.03.2024  
5. Last Date & time of receipt of online bid 2.04.2024 till 4.00 P.M.  
6. Date of Opening of online technical bid 2.04.2024 at 5:30 P.M  
7. Class of Bidder "B" Class  
8. Period of completion 2 Months  
10. Further details can be seen from the e-Procurement portal <https://www.tendersodisha.gov.in>.  
11. OBCC has the right to accept or reject the Notice/ RFP/Proposal without assigning any reasons thereof.  
Sd/- General Manager (Ekamra Division)  
OIPR-34161/11/0128/2324

# ଲେଖକ ସାମୂହ୍ୟ ପକ୍ଷରୁ ପ୍ରଖ୍ୟାତ ଔପନ୍ୟାସିକ ସାତକଡ଼ି ହୋତାଙ୍କ ସ୍ମରଣ ସଭା

ଭୁବନେଶ୍ୱର, ରୁକ୍ମିଣୀ ଚନ୍ଦ୍ର  
ଭୁବନେଶ୍ୱରର ଲେଖକ ସାମୂହ୍ୟ ପକ୍ଷରୁ ପ୍ରଖ୍ୟାତ ଔପନ୍ୟାସିକ ସାତକଡ଼ି ହୋତାଙ୍କ ସ୍ମରଣ ସଭା ନୂଆପଲ୍ଲୀରୁ ଭୁବନେଶ୍ୱର 'ଲ' କଲେଜ ସଭାକୁସୁଧରେ ଅନୁଷ୍ଠିତ ହୋଇଥିଲା। ବର୍ଷାଧାନ ସାହିତ୍ୟିକ ପୂର୍ବରୁ ଅନୁଷ୍ଠିତ ହୋଇଥିବା ସଭାରେ ସାମୂହ୍ୟର କାର୍ଯ୍ୟକାରୀ ସଭାପତି ତଥା ବରିଷ୍ଠ କବି ଓ ସାହିତ୍ୟିକ ଡ. ଅକଳେଷ ପଟ୍ଟନାୟକ ଓ ବରିଷ୍ଠ ଗୀତିକବି ପ୍ରଭାତ ନନ୍ଦ ସମ୍ମାନିତ ଅତିଥିଭାବେ ଯୋଗ ଦାନ କରିଥିବା ବେଳେ ଗୋ-ଧୂଳିର ସଂପାଦକ ତଥା ଅନୁସନ୍ଧାନ ଆବାହକ ଶ୍ରୀମତୀ ବିନା



ବିହାରୀ ପଞ୍ଚ ପରିଚାଳନା କରିଥିଲେ। ଅନ୍ୟମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ କବି ନିରାକାର ଦାସ, ସାତକଡ଼ିର ମହାପାତ୍ର, ରମେଶ ସାମଲ, ବ୍ରଜେଶ୍ୱରୀ ସିଂହ, ଚନ୍ଦ୍ରକାନ୍ତ ପଣ୍ଡା, ମିନତି ମିଶ୍ର, ବ୍ରଜେଶ୍ୱରୀ ସିଂହ ଏବଂ ଶିବ ସୁନ୍ଦର ପଟ୍ଟନାୟକ ସାତକଡ଼ି ହୋତାଙ୍କ ସାହିତ୍ୟ ଓ ଜୀବନ ଉପରେ ଆଲୋଚନା କରିଥିଲେ। ଏହି ଅବସରରେ ଏକ କବିତା ପାଠୋତ୍ସବର ଆୟୋଜିତ ହୋଇଥିଲା। କବି କମଳ କୁମାରୀ ଦାଶ, ମନିକା ମହାପାତ୍ର, ଗୀତାଞ୍ଜଳି ମହାନ୍ତି, ସୌଦାମିନୀ ସାମନ୍ତରାୟକ ସମେତ ୩୦ରୁ ଉର୍ଦ୍ଧ୍ୱ କବି

**OFFICE OF THE NOTIFIED AREA COUNCIL, KONARK**  
email: nackonark@gmail.com, Phone No:- 06758-236826  
**INVITATION FOR BID E-PROCUREMENT NOTICE**  
C-3277  
No. Dt.  
Bid Reference No :- KNR-NAC-8(31)-2023-24  
Bid Identification No:- 2024-ORULB-102410  
**DETAILED TENDER CALL NOTICE**  
The Executive Officer on behalf of Konark N.A.C, Konark invites Bids on percentage basis in online mode according to norm of e-procurement.  
1. Type of works :- Development works as per NIT  
2. Total No Works :- 31Nos  
3. Tended Value of Work :-Rs. 1.00 Lakhs to 20.00 Lakhs.  
4. Period of Completion :- 30 to 60 days.  
5. Date and time Schedule  
Submission Start :-From 17.00PM on 12.03.2024  
Prebid Meeting :-At 12.00Noon on Dt 20.03.2024  
Submission End :-At 5.00PM on Dt 09.04.2024  
6. Opening of Bid in Online :-From 11.00 AM On Dt 10.4.2024  
Further details and necessary documents can be seen from the procurement Portal i.e [www.tendersorissa.gov.in](http://www.tendersorissa.gov.in) and [www.nackonark.in](http://www.nackonark.in)  
OIPR-13174/11/0027/2324 Sd/- Excutive Officer Konark N.A.C

**BHUBANESWAR MUNICIPAL CORPORATION**  
E-PROCUREMENT NOTICE  
E-Mail Id:-ec2@bmc.gov.in  
1. Bid reference No :BMC-EED-II-33/2023-24Dt. 07/03/24  
2. Tender Call notice No :No.12535 Dt:07/03/24  
3. No of work :10Nos  
4. Bid Value :Rs.14,86,771.00 to Rs. 41,74,110.00  
5. Period of completion :60 to 90 Days  
Date and time schedule  

Start	End	Opening
11.00 A.M of 13.03.2024	5 P.M of 22.03.2024	11.00 A.M 27.03.24

  
6. Tender details: Can be seen for the procurement portal: <https://www.tendersodisha.gov.in>. BMC website <https://www.bmc.gov.in>  
OIPR-13002/11/0350/2324 Executive Engineer, Div-II Bhubaneswar Municipal Corporation

**GOVERNMENT OF ODISHA**  
DEPARTMENT OF WATER RESOURCES  
OFFICE OF THE ADDITIONAL CHIEF ENGINEER  
EASTERN CIRCLE-I, CANTONMENT ROAD, CUTTACK  
Email id :- seecuttack@gmail.com  
A-1707  
**1<sup>st</sup> Corrigendum to 'e' Procurement Notice No.ACE, EC-I/42 of 2023-24 (On-line)**  
The availability of tender on-line bidding is rescheduled to 19.03.2024 at 10.00 A.M to 04.04.2024 at 17.30 P.M instead of 14.03.2024 at 10.00 AM to 28.03.2024 upto 17.30 P.M. & the Date of Opening of Technical Bid (Cover-I) is rescheduled to 05.04.2024 at 11.30 A.M instead of 30.03.2024 at 11.30 A.M due to technical issue.  
All other terms & conditions remain unchanged. Additional Chief Engineer  
OIPR-32370/11/0056/2324 Eastern Circle-I, Cuttack

**OFFICE OF THE DIRECTOR**  
ACHARYA HARIHAR POST GRADUATE INSTITUTE OF CANCER, CUTTACK  
Tender Notice No. 92C /AHPGIC, Cuttack dated the 11.03.2024  
E-994  
Sealed tenders are invited in two-bid system by the Director, Acharya Harihar Post Graduate Institute of Cancer, Cuttack-753007 for refilling of medicinal gases (oxygen, nitrous oxide, and carbon dioxide). The bid document and all details can be downloaded from the website of AHPGIC, [www.ahrc.in](http://www.ahrc.in)  
The tender schedule dates are as mentioned below:  

Sl. No.	Particulars	Date & Time
1	Last date & time of tender submission (by speed post/registered post)	08.04.2024 at 5 PM
2	Last date & time of receipt of pre-bid queries through email : <a href="mailto:ahrcdirector@gmail.com">ahrcdirector@gmail.com</a> / <a href="mailto:nstorer.ahrc.2019@gmail.com">nstorer.ahrc.2019@gmail.com</a>	21.03.2024 by 2.00 PM
3	Date and time of pre-bid meeting	22.03.2024 at 12.30 PM
4	Date & time of opening of technical bid (in presence of bidders/their authorized agents)	09.04.2024 at 12.30 PM
5	Date of opening of price bid	To be informed to qualified bidders

  
The authority reserves the right to accept/reject any/all bids without assigning any reasons thereof.  
NB:  
1. If any of the dates above fall on a holiday, then the next working day shall be the last date of submission of bids, date of pre-bid meeting, or date of opening of bids.  
2. If any changes/modifications are made in the tender paper, then the corrigendum issued if any shall only be uploaded in the website of AHPGIC and no advertisement in newspapers shall be published in this regard.  
OIPR-10171/11/0016/2324 Sd/- Director

**GOVERNMENT OF ODISHA**  
OFFICE OF THE CHIEF CONSTRUCTION ENGINEER,  
CENTRAL RURAL WORKS CIRCLE, BHUBANESWAR  
O-2786  
No. 1515 /Date. 07.03.2024  
**"e" Procurement Notice for Road Work**  

1. Name of the Work	: Road Work under Deposit Scheme
2. Total No. of works:	: 01 No. of Road Work under Deposit Scheme for the year 2023-24
3. Estimated Cost of the work:	: Rs.473.45 lakhs
4. Class of Contractor	: a) Estimated cost more than Rs. 1.00 Crore up to Rs. 20.00 Crores. A Class (of Odisha PWD) or relevant class of other licensing authorities b) As mentioned in Column-7 of Annexure
5. Period of completion	: The offered rate by the contractor shall be excluding GST.
6. Offered rates by bidder	:
7. Other details	:

Procurement Officer	Bid Identification No.	Availability of Tender on-line for bidding	Date & Time of opening of tender
		From	To
Chief Engineer, Central Rural Works Circle, Bhubaneswar	Tender-Online-C.C.12 of 2024	14.03.2024 at 11.00 A.M.	28.03.2024 up to 5.00 P.M. 30.03.2024 at 11.00 A.M. To be intimated lateron

  
Further details can be seen from the web site [www.tendersodisha.gov.in](http://www.tendersodisha.gov.in)  
Sd/- CHIEF ENGINEER  
OIPR-25194/11/0015/2324 CENTRAL R.W.CIRCLE, BHUBANESWAR

**ପୁଣ୍ୟ ନିର୍ମାଣ ଯତ୍ନାଳୟ**  
ଗ୍ରାମ୍ୟ ନିର୍ମାଣ ମନ୍ତ୍ରାଳୟ, ବ୍ରହ୍ମପୁର  
OFFICE OF THE CHIEF CONSTRUCTION ENGINEER  
RURAL WORKS CIRCLE, BERHAMPUR  
(E-Mail:- serwbpr2004@yahoo.com, Tel/Fax:- 0680-2404287)  
At- Ambapua Po- Engineering School Near Income Tax office, Berhampur-760011  
E-mail/ E-despatch  
**NATIONAL COMPETITIVE BIDDING THROUGH e-Procurement**  
Bid Identification No. Online Tender/103-2023-24/BPR  

Identification No	Name of work	No. of Works	Approx. Estimated Cost (In lakh)	Class of Contractor	Period of Completion
Online Tender / 103-2023-24/BPR	Buildings Works	02 Nos	Rs. 207.00 Lakhs	"B" Class & "A" Class as applicable	15 (Fifteen) Calendar Month as provided

Procurement Officer	Bid Identification No	Availability of tender online for bidding	
		From	To
Chief Construction Engineer, R.W.Circle, Berhampur	Online Tender/103-2023-24/BPR	22.03.2024 at 10.00 A.M.	06.04.2024 upto 5.30 P.M.

  
(i) EMD / Bid Security, Cost of Bid document is to be transferred through Online as per the procedure mentioned in the DTCN.  
(ii) Non-submission of the information/documents through online by the bidder as per the items mentioned in the eligible criteria of the DTCN will also liable for rejection of his tender.  
Further details & Corrigendum if any can be seen from the website:- [www.tendersodisha.gov.in](http://www.tendersodisha.gov.in)  
Sd/- Chief Construction Engineer  
OIPR-25071/11/0122/2324 R.W.Circle, Berhampur



