







KHIMJI®

JEWELLERS SINCE 1936

PRESENTS



DHANTERAS

DHANVARSHA

FLAT

3.33% OFF

ON TOTAL VALUE OF GOLD JEWELLERY*

FLAT

15% OFF

ON DIAMONDS*

T&C APPLY

20 YEARS

TRUST IS TIMELESS

100%

Certified Natural Diamonds

Superior Quality & Excellent Cuts

Free Insurance on Diamonds

Assured Lifetime Maintenance

100%

HUID Hallmarked

100%

Exchange

Non-conflict Diamonds

Lowest Price Per Carat

Lifetime Buyback Guarantee

BHUBANESWAR:

Saheed Nagar, Janpath | Chandrasekharpur | Samantarapur | Soubhagya Nagar

ANGUL:

Shankar Cinema Hall Road

BERHAMPUR:

Venkatraju Arcade, Sano Bazar

CUTTACK:

558/834, Cantonment Road

JHARSUGUDA:

Sarbahal Road, Marwari Para

PURI:

Opposite Police Line, VIP Road

ROURKELA:

Kesar Bhawan, Main Road

JAJPUR ROAD:

Opening Soon

UP TO

₹5,000 EXTRA CASHBACK*

SBI card

#Min. Trxn.: ₹40,000; Max. Cashback: ₹5,000 per card account;

Validity: 11 Oct - 20 Oct 2025. T&C Apply.

Follow us on:

Instagram

Facebook

Twitter

1800 3131 777

Khimjijewellers.com

ମରାମତି ପାଇଁ ସ୍ୱାରଶ୍ଚୁଣୀ ଘାଟିରେ କଟକଣା

ପୂର୍ବରୁ ୧୦ରୁ ଅଧରାହ୍ନ ୨ଟା ଯାଏ ଭାରୀଯାନ୍ତ ଚଳାଚଳ ବନ୍ଦ

ବାରିପଦା, ୯।୧୦(ସମ୍ପିସ)

ବାଙ୍କିରିପୋଷି-ବିଶୋଇ ରାସ୍ତା ପ୍ରଶସ୍ତିକରଣ
ନିର୍ମାଣ ଥିବାବେଳେ ୧୦ରୁ ୨୫ ଚାରିଶ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ
ଦୁଆରଶୁଣ୍ଠା ଘାଟି ରାସ୍ତାରେ ଭାରୀଯାନ ଚଳାଚଳକୁ
କଟକଣା ଲଗାଇଛି ଜିଲ୍ଲା ପ୍ରଶାସନ। ପ୍ରତ୍ୟହ
ସକାଳ ୧୦ଟାରୁ ପରାହା ୨ଟା ଯାଏ ଭାରୀଯାନ
ଚଳାଚଳ ବନ୍ଦ ରହିବ। ଜାତୀୟ ରାଜପଥ ନଂ. ୪୯
ଛତିଶଗଡ଼ ରାଜ୍ୟର ବିକାସପୁରରୁ ପଶ୍ଚିମବାଙ୍କର
ଖଡ଼ପୁର ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଏକ ବ୍ୟସ୍ତ ବହୁଳ ରାଜମାର୍ଗ।
ବାଙ୍କିରିପୋଷିରୁ ବିଶୋଇ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ୯ କିମି ରାସ୍ତା
ସଫାର୍ଦ୍ଧ ଏବଂ ଖାଲଖାଳ ହୋଇଥିବାରୁ ଯାତ୍ରାକୁ
ପାଇଁ ବିପଜ୍ଜନକ ହୋଇଛି। ତେଣୁ ଜାତୀୟ ରାଜପଥ
ପ୍ରାଧିକରଣ କର୍ତ୍ତୃପକ୍ଷ ରାସ୍ତାର ମରାମତି କରିବେ।
ଭାରୀ ଯାନବାହନ ଚଳାଚଳ ପୋଷି କାର୍ଯ୍ୟରେ
ରାଜା ସୂଷି ହେବାର ସମ୍ଭାବନା ରହିଛି। ତେଣୁ
ଉଭୟ ପାର୍ଶ୍ୱରେ ଭାରୀ ଯାନବାହନ ଚଳାଚଳରେ

ବରକଣା ଜାରି କରାଯାଇଛି। ଅତ୍ୟଧିକ ଡ୍ରାଫ୍ଟ ଜାମି ଏଡାଇବା ପାଇଁ ଅଣ୍ଟୋବର ୧୦୦୭ ୨୫ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ସକାଳ ୧୦୦୦ ପରାଘା ୨ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ରାଷ୍ଟ୍ରର ଉଭୟ ପାର୍ଶ୍ୱକୁ ପରିଦ୍ୱି ବନ୍ଦ ଯୁକ୍ତ ଏବଂ କଲେଜ ବନ୍ଦ ପାର୍ଶ୍ୱକୁ ପ୍ରତିରକ୍ଷା ଯାନ ଏବଂ ଜରୁରୀକାଳୀନ ରିଲିଫ୍ ସାମଗ୍ରୀ ବହନ କରୁଥିବା ଯାନ ବ୍ୟତୀତ ଅନ୍ୟ ଭାରୀ ଯାନବାହାନ ଚଳାବନ୍ଦକୁ ନିଷେଧ କରାଯାଇଛି। ରାଷ୍ଟ୍ର ନଗରୀଟି ହେଉଥିବାରୁ ଏଥିପାଇଁ ସହଯୋଗ କରିବା ପାଇଁ ସମସ୍ତ ଜନସାଧାରଣଙ୍କୁ ନିବେଦନ କରାଯାଇଛି। ଏହାର ତତ୍ତ୍ୱାବଧି କରିବା ପାଇଁ ବାଜିରିପୋଷି ଏବଂ ବିଶୋଇ ଥାନା ଅଧିକାରୀଙ୍କୁ ଜିଲ୍ଲାପାଳ ନିର୍ଦ୍ଦେଶ ଦେଇଛନ୍ତି। ଘାଟି ରାଷ୍ଟ୍ରରେ ସମସ୍ତ ଛୋଟ ଯାନବାହନ ସୁରୁମ ଚଳାଚଳ କରି ଗଲିବେ। ଜାମ୍ ଏଡାଇବା ପାଇଁ ବିଶୋଇ ଚଳାବନ୍ଦକରିବି-ଖର୍ଖା ଉଜ୍ଜା-ଯୋକା-ଚନ୍ଦନପୁର-କଡବା ହଳ ରାଷ୍ଟ୍ରକୁ ଉଭୟ ପାର୍ଶ୍ୱକୁ ବନ୍ଦହାର କରିପାରିବେ ବୋଲି ପ୍ରଶ୍ନାସ୍ତ୍ର ପକ୍ଷରୁ କୁହାଯାଇଛି।



ବିଶ୍ୱବିଦ୍ୟାଳୟର ବାର୍ଷିକ ମୁଖ୍ୟପତ୍ର ‘ବନାନୀ’ ଲୋକାର୍ପିତ



ବାରିପଦା ୯।୧୦(ସମିଷ୍ଠ):
 ବିଶ୍ୱବିଦ୍ୟାଳୟର ବାର୍ଷିକ ମୁଖ୍ୟପତ୍ର
 ‘ବନାମା’ର ଲୋକାବର୍ଣ୍ଣ ଉତ୍ସବ
 କୁଳପତି ପ୍ରଫେସର ପ୍ରମୋଦ କୁମାର
 ଶତପଥୀଙ୍କ ଦ୍ୱାରା ଅନୁଷ୍ଠିତ ହୋଇଛି ।
 ଆୟୋଜିତ ଉତ୍ସବରେ ସ୍ନାତକୋତ୍ତର
 ପରିଷଦର ଅଧ୍ୟକ୍ଷ ପ୍ରଫେସର
 କଳକଲୋଚନ ବାରିକ, ‘ବନାମା’ର
 ମୁଖ୍ୟ ସମ୍ପାଦକ ସଂସ୍କୃତ ବିଭାଗର
 ପ୍ରଫେସର ହୀରାଲାଲ ଦାଶ, ସମ୍ପାଦନା

ମଣ୍ଡଳୀର ପନ୍ୟ ସଭ୍ୟ ଉପସ୍ଥିତ ଥିଲେ । ସମ୍ପାଦନା ମଣ୍ଡଳୀରେ କମ୍ୟୁଟିର ପ୍ରୟୋଗ ବିଭାଗର ସହକାରୀ ପ୍ରଫେସର ଡ. ସୁରୂପାନନ୍ଦ ବିଶ୍ୱାଳ, ସାନ୍ତାଳୀ ବିଭାଗର ସହକାରୀ ପ୍ରଫେସର ଡ. ଯତୀନ୍ଦ୍ରନାଥ ବେଗୁଣ୍ଡୀ, ଓଡ଼ିଆ ଭାଷା ଓ ସାହିତ୍ୟ ବିଭାଗର ସହକାରୀ ପ୍ରଫେସର ଡ. ଶଶିକାନ୍ତ ହେଡ଼ୋଇ, ଡ. ବିବିତ୍ରନାଥ ସାହୁ ଓ ବନ୍ୟପ୍ରାଣୀ ବିଭାଗର ସହକାରୀ ପ୍ରଫେସର ଡ. ଶୁଭାନା ରଥଙ୍କ

ସମ୍ପାଦନାରେ ଏହି ମୁଖପତ୍ରର ବାର୍ଷିକ
ସଂଖ୍ୟାରେ ଓଡ଼ିଆ ଭାଷାରେ ୪୦ଟି
ଲେଖା, ହିନ୍ଦୀ ଭାଷାରେ ୨୯ଟି, ସଂସ୍କୃତ
ଭାଷାରେ ୩ଟି, ଇଂରାଜୀ ଭାଷାରେ
୩୦ ଓ ସାନ୍ତାଳୀ ଭାଷାରେ ୪ଟି ଲେଖା
ପ୍ରକାଶ ପାଇଛି । କୁଳପତି ପ୍ରଫେସର
ଶତପଥୀ ବିଶ୍ୱବିଦ୍ୟାଳୟର ବାର୍ଷିକ
ମୁଖପତ୍ର ‘ବନମାଳୀ’ ଛାତ୍ରଛାତ୍ରୀଙ୍କ
ନାମରେ ସୁବନନାଳୀକାର ଅନୁମତି
ନିବର୍ତ୍ତନ ବୋଲି ଅସ୍ପଷ୍ଟ କରିଥିଲେ ।

ପୋଖରୀରେ
ବୁଡ଼ି ଚାଷୀ ମୃତ

ରାଇଚଙ୍ଗପୁର, ୧୯୭୦(ସମ୍ବିଧ):
ବାବାଦମହାନ୍ତ ଥାନା ଅନ୍ତର୍ଗତ
କାଣିଆବେଡ଼ା ଗ୍ରାମରେ ଜଣେ ବାଷ୍ପା
ଯୋଖାରରେ ବୁଦ୍ଧି ମୃତ୍ୟୁବରଣ
କରିଛନ୍ତି । ମୃତକ ଯେଉଁଠି ଈଞ୍ଜି
ପିଙ୍ଗୁଆ (୩୦) । ଈଞ୍ଜି ବିଳକାମ
ସାରି ଅପରାହ୍ନରେ ଯୋଖାରରେ
ଗାଧୋଉଥିବା ବେଳେ ଗୋଡ଼ ଖସି
ଯାଇଥିଲା । ପକ୍ଷରେ ସେ ପାଣିରେ
ବୁଦ୍ଧି ଯାଇଥିଲେ । ସେଠାରେ
ଏଥ ଚାଲ ପଞ୍ଜା ବାସନକୁସନ
ଧୋଉଥିଲେ । ହେଲେ ଈଞ୍ଜି
ବୁଦ୍ଧିଯିବାକୁ ସେ ଚିତ୍କାର କରିଥିଲେ ।
ପରେ ସ୍ଥାନୀୟ ଲୋକେ ପାଣିରୁ
ଉଦ୍ଧାର କରି ବାବାଦମହାନ୍ତ ଗୋଷ୍ଠୀ
ସାହାଯ୍ୟକେନ୍ଦ୍ରରେ ଭର୍ତ୍ତି କରିଥିଲେ ।
ପରେ ରାଇଚଙ୍ଗପୁର ଉପଖଣ୍ଡ
ଚିକିତ୍ସାଳୟକୁ ଆଣୁଥିବା ସମୟରେ
ଲୋକେଇ ଏକରେ ମୃତ୍ୟୁ ଘଟିଥିଲା ।
ପୁଲିସ୍ ଥକ ଅପମୃତ୍ୟୁ ମାମଲା
ରୁକ୍ତକରି ତଦନ୍ତ ଚଳାଇଛି ।

କ୍ଷିନ୍ନତାଳ ଗ୍ୟାଙ୍ଗକୁ ଧରିଲା ପୁଲିସ

ବାରିପଦା, ୧୯୩୦ (ସମ୍ପାଦିତ):
 ବାରିପଦା ଗାଉନ ଥାନା ପୂର୍ବିକ
 ଏକ ମୋବାଇଲ୍ ଧରଣର ଛିନଟାଢ଼ା
 ଗମାଙ୍ଗୁଳି ଧରିବାରେ ସହଜ
 ହୋଇଛି। ଗମାଙ୍ଗୁର ୨୫୦୦ଟି
 ରିଟର କରିବା ସହ ସେମାନଙ୍କ
 ନିକଟରୁ ୨୪ଟି ମୋବାଇଲ୍
 ଗଠେ ମଧ୍ୟ ଜବତ କରିଛି ପୁଲିସ୍।
 ଏନେଇ ଗୁରୁବାର ବାରିପଦା
 ଗାଉନ ଥାନାରେ ଅନୁଦ୍ୱା ସାମୁଦ୍ରିକ
 ସମ୍ମିଳନୀରେ ବାରିପଦା ସଦର
 ଏସଡିଓ ଓ ପ୍ରଭାତ କୁମାର ମନ୍ତ୍ରିକ
 ସମ୍ବେଶଣ ସୂଚନା ଦେଇଛନ୍ତି।
 ରିଟପମାନେ ହେଲେ ଝୋଟଖଣ୍ଡ
 ରାଜ୍ୟର ସାହେବଗଣ୍ଡା ଜିଲ୍ଲାର
 ପ୍ରାୟମହାନ୍ତ ଥାନା ଅଞ୍ଚଳର
 ଅମିତ କୁମାର ମହାନ୍ତ (୩୩)
 ଓ ନିର୍ମାତା ଥାନା ଅଞ୍ଚଳର
 ଗଙ୍ଗା ନେନିଆ (୨୫)। ଏମାନେ
 ନିଜର ଧରି ବାରିପଦା ସହରରେ
 ବିକ୍ରୟ କରିବା ସହ ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ
 ଅଭିଯୋଗ ୭୦ଟିରୁମିଳି



ବାରିପଦା ସଦର ଥାନା ଅନ୍ତର୍ଗତ
 ସ୍ଥାନବାହାଳା ଗ୍ରାମର ବାଲକରାମ
 ସୋରେନ ସ୍ଥାନୀୟ କଚେରୀ
 ପରିବା ମାର୍କେଟକୁ ଛିନିତାଳ
 ଆସିଥିଲେ। ପରିବା
 କଟିବା ସମୟରେ
 ହୁ ହୁ ରା ମନ
 ଫେଲି ଗୋବାହାଳକୁ ଲୁଟିନେଇ
 ତାହାରେ ହାହାଲାଇଥିଲେ। ସେ ଏ
 ନେଇ ବାରିପଦା ଟାଙ୍ଗର ଥାନାରେ
 ଅଭିଯୋଗ କରିବାରୁ ଥାନା

ଧାର୍ମିକ କରୁଣାକର ରାତ୍ରଟଙ୍କା	କ
ନିନ୍ଦୁକରେ ଏକ ଟିମ ସହରର	ନି
ସି ବିଭି ଯାଅ କରି ଦୁର୍ଭୁକ୍ତ	ଗ
ବାବାଜୀଙ୍କୁ ଧରିବାକୁ ଉଦ୍ୟମ	ବି
ଶୁ କହି କ ରି ଥିଲେ ।	ଟ
ଥିଲେ ପରେ ଚକଟପୁର	କ
	ଅଞ୍ଚଳରୁ ୨ଟଣା
ବୁଦ୍ଧଙ୍କୁ ଧରିବା ସହିତ ସେମାନଙ୍କ	ପ
କଟରୁ ୨୪ଟି ସେବାବାଳା	ସ
ବାର ହୋଇଛି । ଅଭିଯୁକ୍ତମାନେ	ଅ
ବାବାଜୀଙ୍କୁ ବାରିପଦା ଓ	ସ

ଠା ଫୋବାଇଲ ଦୋକାନୀକୁ
 ଥିଲ । ସେକେଣ୍ଡ ହାଣ୍ଡ
 ଲାଇ କହି ଗ୍ରାହକଙ୍କୁ ଠିକ
 କରୁଥିଲ । ଏନେଇ ବାରିପଦା
 ଥାନାରେ ଏକ ମାମଲା ରୁଜୁ
 ଚିରସ୍ତ ଅଭିଯୁକ୍ତଙ୍କୁ କୋର୍ଟ
 ଶା କରାଯାଇଛି । ଅନ୍ୟମାନଙ୍କୁ
 ମାକୁ ଉଦ୍ୟମ ବାଛି ବୋଲି
 ଦିନ ସମ୍ମିଳନୀରେ ଥାନା
 ଗାରୀ କରୁଣାକର ରାଉତ
 ଗଦେଇଛନ୍ତି ।

ତୀର୍ଥ ଯାତ୍ରାରେ ଯିବେ ୧୯୬ ବରିଷ୍ଠ ନାଗରିକ

ବୀରବଳା, ୯୮୭(ସମ୍ବିଧ): ବରିଷ୍ଠ ନାଗରିକ ଚାହଁ ଯାତ୍ରା ଯୋଜନାରେ ରାଜ୍ୟର ବରିଷ୍ଠ ନାଗରିକ ବିଶେଷ କରି ଯେଉଁମାନେ ଆର୍ଥିକ ସ୍ୱଚ୍ଛଳତା ତଥା ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ଆହୁଜ୍ଞକିନ ସୁବିଧା, ହେବୁ ଚାହଁ ଯାତ୍ରାକୁ ବଞ୍ଚିତ ହେଉଥିଲେ, ସେମାନେ ବରିଷ୍ଠ ଚାହଁ ସ୍ଥାନ ବର୍ତ୍ତନ କରିବା ପାଇଁ ସୁଯୋଗ ପାଇଛନ୍ତି । ରାଜ୍ୟ ସରକାରଙ୍କ ଉକ୍ତ ଯୋଜନା ବରିଷ୍ଠ ନାଗରିକଙ୍କ ପାଇଁ ବେଶ ସହାୟକ ହେବା ସହିତ ସେମାନଙ୍କ ମନରେ ଆନନ୍ଦ ଆଣିଦେଇପାରିଛି । ଏହି କ୍ରମରେ ଚଳିତ ବର୍ଷ ମୟୂରଭଞ୍ଜ ଜିଲ୍ଲା ଧର୍ଯ୍ୟନେ ବିଭାଗ ତରଫରୁ ୧୯୮୬ ଜଣ ବରିଷ୍ଠ ନାଗରିକ ବାହାରି ଚାହଁ ଯାତ୍ରା ପାଇଁ ମନୋନୀତ ହୋଇଛନ୍ତି । ମନୋନୀତ ବରିଷ୍ଠ ନାଗରିକମାନେ ନଭେମ୍ବର ୬ରୁ ୧୨ ତାରିଖ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଚାହଁ ଯାତ୍ରାରେ ଯୋଯା- ବାରଣାସୀ ଯିବାକୁ ସ୍ଥିର ହୋଇଛି । ଆସନ୍ତା ନଭେମ୍ବର ୬ତାରିଖରେ ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ଗୋଷ୍ଠୀ ଉତ୍ତରନ ଥିବାବାରାଙ୍କ ତରଫରୁ ଗୋଟି ଜଳନିଳ ବୁକ୍‌ରୁ ମନୋନୀତ ହୋଇଥିବା ବରିଷ୍ଠ ନାଗରିକଙ୍କୁ ଆଣି ସକାଳ

ତା ବୁଝା ବାରିପଦା ଷ୍ଟାଡ଼ିୟମ ସମ୍ମିଳନୀ କକ୍ଷରେ ପହଞ୍ଚାଇବ । ପରେ ସକାଳ ୯ ବଜେ ଡାକ୍ତରା ପରୀକ୍ଷା କରାଯାଇ କିଛି ସମୟ ବ୍ୟସ୍ତା ନେବା ପରେ ଅପରାହ୍ନ ୩ଟାରେ ବାଲେଶ୍ୱର ଅଭିଯୁକ୍ତଙ୍କ ବସରେ ଯାତ୍ରା କରିବେ । ବାଲେଶ୍ୱରଠାରେ ସେହିଦିନ ରାତ୍ରି ରହଣି ପରେ ତା'ପରିଦିନ ୭ଟାରିଖ ବାଲେଶ୍ୱର ରେଳ ଷ୍ଟେସନକୁ ଷ୍ଟରନ୍ତ ରେଳ ଯୋଗେ ଅଯୋଧ୍ୟା-ବାଗାଣାଆ ଅଭିଯୁକ୍ତ ତା'ଯାତ୍ରାରେ ବାହାରିବେ । ଯାତ୍ରା ସମୟରେ ପ୍ରଶସ୍ତ ନାଗରିକଙ୍କ ସୁବିଧା ପାଇଁ ଜିଲ୍ଲା ପ୍ରଶାସନର କିଛି ଅଧିକାରୀ ମଧ୍ୟ ସେମାନଙ୍କ ସହିତ ଯିବାବାର ବାଟପା ଦେଖାଇଁ । ଉକ୍ତ ବରିଷ୍ଠ ନାଗରିକଙ୍କ ତା'ର ଯାତ୍ରା ଶେଷ ହେଲାପରେ ପୁଣି ଷ୍ଟରନ୍ତ ଟ୍ରେନ ଯୋଗେ ବାଲେଶ୍ୱର ରେଳ ଷ୍ଟେସନକୁ ୧୨ଟାରିଖ ପ୍ରତ୍ୟାବର୍ତ୍ତନ ପରେ ଜିଲ୍ଲା ପ୍ରଶାସନ ବାବା ନିଜ ନିଜ ଘରକୁ ପହଞ୍ଚାଇବା ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଜିଲ୍ଲା ପ୍ରଶାସନ ତରଫରୁ ବ୍ୟବସ୍ଥା କରାଯାଇଛି ବୋଲି ଜିଲ୍ଲା ଅଧ୍ୟକ୍ଷ ଉତ୍ତରରେ ଅଧିକାରୀ ସୂଚନା ଦେଇଛନ୍ତି ।

ଜିଲ୍ଲାସ୍ତରୀୟ ବିଶ୍ୱ ଦୃଷ୍ଟି ଦିବସ ପାଳିତ

ବାରିପଦା, ୯ ୧୦(ସମିଧ): ମନ୍ଦରାଞ୍ଜି
 ଜିଲ୍ଲା ସରକାରୀ ମହିଳା ସ୍ବାସ୍ଥ୍ୟକର୍ମୀ ତାଲିମ
 କେନ୍ଦ୍ରରେ ଜିଲ୍ଲା ଜନସାଧୁ ଅଧିକାରୀ
 ତାଙ୍କର ସୁଦୀର୍ଘ ନାୟକତ୍ବ ଅଧ୍ୟକ୍ଷତାରେ
 ବିଶ୍ୱ ଦୃଷ୍ଟି ଦିବସ ପାଳିତ ହୋଇଯାଇଛି ।
 ଏହି ଅବସରରେ ଅନୁଷ୍ଠିତ ବୈଠକରେ
 ଜିଲ୍ଲା ଅତିରିକ୍ତ ଜନସାଧୁ ଅଧିକାରୀ
 (କୃଷ୍ଣ ରୋଗ) ତାଙ୍କର ଶାନ୍ତନୁ ଦାସ,
 ଜିଲ୍ଲା ଅତିରିକ୍ତ ଜନସାଧୁ ଅଧିକାରୀ
 (ଚେକ୍‌ଉପ୍ ବାହିତ ରୋଗ) ତାଙ୍କର ବିଜୟ
 କୁମାର ଦାସ, ଜିଲ୍ଲା ଅତିରିକ୍ତ ଜନସାଧୁ
 ଅଧିକାରୀ (ପରିବାର କଲ୍ୟାଣ) ତାଙ୍କର
 ସୁନଦା ମିଶ୍ର, ଜିଲ୍ଲା ମୁଖ୍ୟ ଚିକିତ୍ସାକର୍ମର
 ବିନୟ ଚନ୍ଦ୍ର ରୋଗ ବିଶେଷଜ୍ଞ ତାଙ୍କର
 ନିର୍ବାସି ମିଶ୍ର, ବାରିପଦା ଏଏନଏମ ତାଲିମ
 କେନ୍ଦ୍ର ଭାରପ୍ରାପ୍ତ ଅଧ୍ୟକ୍ଷା ଭାରତୀ ଅରୁଣ,
 ଜିଲ୍ଲା ଜନ ସାଧୁ ଯୋଗାଯୋଗ ଅଧିକାରୀ
 ଧନୁରାମ ମୁର୍ମୁ, ତାଲିମ କେନ୍ଦ୍ର ପ୍ରଶିକ୍ଷିକା
 ଏଏ ଏଏନଏମ ଛାତ୍ରୀ ଉପସିତ ଥିଲେ ।
 ସମସ୍ତ ପ୍ରାନ୍ତସ୍ତରେ ତାଙ୍କର ସୁବୀର୍ଘ ନାୟକ
 ତାଙ୍କର ପ୍ରାୟଶ୍ଚାସନ କରିଥିଲେ । ଆଖି ହେଉଛି
 ଆମ ଶରୀରର ଏକ ଗୁରୁତ୍ବପୂର୍ଣ୍ଣ ଅଙ୍ଗ । ଆଖି

ହେ ଆମକୁ ପ୍ରକୃତି ଓ ଆଲୋକର ଉପହସିତକୁ
 ଅନୁଭବ କରିବାକୁ ସମ୍ମାନ କର। ଆଖି
 ବିନା ଦୁନିଆଁ ଅଜ୍ଞାନମୟ। ତେଣୁ ଆଖିରେ
 ସ୍ବାଧୀନ ଗଣିତର ସମସ୍ୟା ଦେଖାଯାଉନେ
 ସେମାନଙ୍କ ଶେଷଦେଖା ନକରି ହରଣ
 ତାହାଙ୍କର ପରାମର୍ଶ ନେବା ଉଚିତ ବୋଲି
 ଅତିଯୁକ୍ତମାନେ ପରାମର୍ଶ ବୋଧହୁଏ।
 ଚଳିତବର୍ଷ ବିଦ୍ୟ ପାଳନର ବାଣୀ ନିଜର
 ଆଖିକୁ ଭଲ ପାଆନ୍ତୁ ଏବଂ ଏହାର ଯତ୍ନ
 ତତ୍ପର ହୁଅନ୍ତୁ ବୋଲି ବାଣୀ ଥିଲା। ଏହା ଘରେ
 ଚଷ୍ମା ରୋଗ ବିଶେଷଣ ତାହାର ମିଶ୍ର
 ପାଞ୍ଜର ପଞ୍ଚମ ମାଧ୍ୟମରେ ଆଲୋଚନା
 କରିଥିଲେ। ଚଷ୍ମାର ଯତ୍ନ ସଫଳରେ ଯେପରି
 କି ସୁସମ୍ପାଦନ ଶାଖାରେ, ଧୂମପାନ ବର୍ଜନ
 କରିବା, ବାରମ୍ବାର ଆଖିପତ୍ର ପକାଇବା,
 ମୋବାଇଲ ବା କମ୍ପ୍ୟୁଟରରେ କାମ
 କରୁଥିଲେ ପ୍ରତି ୨୦ ମିନିଟରେ ୨୦ ଫୁଟ
 ଦୂରରେ ଥିବା ବସ୍ତୁକୁ ୨୦ ସେକେଣ୍ଡ
 ଗୋଟିଏ ଆଦି ବିଷୟରେ ବୁଝାଇଥିଲେ।
 ଶେଷରେ ସହକାରୀ ଜିଲ୍ଲା ଜନସାସ୍ତ୍ର
 ଯୋଗାଯୋଗ ଅଧିକାରୀ ଗଣଶିକ୍ଷା ମହାନ୍ତି
 ନେତାମାନେ ଅର୍ପଣ କରିଥିଲେ।

ଜୁମାର ଉତ୍ସବ ଉଦ୍‌ଘାଟିତ; ୬ ବ୍ୟକ୍ତିବିଶେଷ ସମ୍ବୁଦ୍ଧିତ

ବାରିପଦା, ୯।୧୦(ସମ୍ବିଧାନ): ଦେଉଳସାହି
ରଥପଡ଼ିଆ। କୁମାର ଉତ୍ସବ ସମିତି ପକ୍ଷରୁ
ଚାଲିଥିବା ବୁଦ୍ଧବିନିଆ-୫ମାତମ କୁମାର
ଉତ୍ସବ ବୁଧବାର ରାତିରେ ଉଦ୍ୟୋଗିତ
ହୋଇଯାଇଛି। ସନ୍ଧ୍ୟା ସମାବେଶରେ
ସମିତିର ପ୍ରଭାସିତ ବନବିହାରୀ ମଙ୍ଗରଜ
ଦେବିରୋହିତ୍ୟ କରିଥିଲେ। ଏଥିରେ
ପୂର୍ବଦିନ ସଂସଦ ସଭାକର୍ମିଣୀ ଶେଫାଳି
ସାମୁଆଁ ଅତିଥିଭାବେ ଯୋଗଦେଇ ମନ୍ତବ୍ୟମାନ
ମାଟିର ସ୍ବଚ୍ଛତା ରହିଥିବା ଦର୍ଶାଉଥିଲେ।

ସ୍ଥାନୀୟ ଜନସାଧାରଣଙ୍କ ପ୍ରବେଶରେ
୧୯୭୭ ମସିହାରେ ଏହି ଉତ୍ସବ ଆରମ୍ଭ
ହୋଇଥିଲା। ଯାହାକି ଏକ ରାଜସ୍ୱହୀନ
ଓଡ଼ିଆ ସଂସ୍କୃତିର କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମର ପରିଚୟ
ହାସିବା କରିଥିବା ନେଇ ପ୍ରଶଂସା କରିଥିଲେ।
ବିଶେଷ ଅତିଥିଭାବେ ବାରିପଦା ନଗରପାଳିକା
କୁସ୍ଥାନନ୍ଦ ମହାନ୍ତି ଏବଂ ସ୍ୱାଗତିକ
ଭାବରେ ବିକଟପତି ପୁରୀ ପର୍ଯ୍ୟଟନକ୍ଷେତ୍ର ତଥା
ସମିତିର କର୍ମକର୍ତ୍ତା ସଭାପତି କାଶୀନାଥ
ରଣା, ମାସା ଆର୍ମର ରାଜ୍ୟ ସଭାପତି

ସୁକୁଳାଳ ମାଣ୍ଡି, ଅଭିନେତା ଚାପସ ପାଠ୍ୟ ଓ ପୂର୍ବତନ କାଉନସିଲର ପ୍ରଭାତ ମହାନ୍ତି ଘୋରଦେଇ ମୟୂରଖଣ୍ଡ ସଂସ୍କୃତିର ସମ୍ବନ୍ଧି ନେଇମତବ୍ୟକ୍ତ କରିଥିଲେ। ଆସନ୍ତା ବର୍ଷଠାରୁ ଏହି କୁମାର ଉତ୍ସବ ତିନିଦିନ ଧରି ଅନୁଷ୍ଠିତ ହେବ ବୋଲି କର୍ମକର୍ତ୍ତାମାନେ କହିଥିଲେ। ଏହି ଅବସରରେ ଶ୍ରୀ କଣ୍ଠଶ୍ରୀ ସମ୍ବନ୍ଧିତ କରାଯାଇଥିଲା। ସାଧାରଣ ସମ୍ପାଦକ ଶିବଦାଶାୟଣ ରଣା ଧନ୍ୟବାଦ ଦେଇଥିଲେ।



ସଦଭାବନା ସମିତି ପକ୍ଷରୁ ଗୋପବନ୍ଧୁ ଜୟନ୍ତୀ

୧୦ ସାହିତ୍ୟ ସଂଗଠନକୁ ସମ୍ଭାଳିବା ଶ୍ରେତପତ୍ର ପ୍ରଦାନ

ବାରିପଦା, ୯।୧୦(ସମ୍ପିସ)

ସଦ୍‌ବାଚନା ସମିତି ଆନୁକୁଲ୍ୟରେ ସ୍ଥାନୀୟ ଗୋପବନ୍ଧୁ ଭବନ ଠାରେ ୫୫୬ତମ ମାସିକ ସଭା ଦିବସରେ ଗୋପବନ୍ଧୁ ଜୟନ୍ତୀ ପାଳିତ ହୋଇଛି । ସମିତି ପ୍ରତିଷ୍ଠାତା ଧର୍ମନିର୍ଦ୍ଦେଶ ପୂର୍ଣ୍ଣଚନ୍ଦ୍ର ବ୍ରହ୍ମଚେତାଇ ପୌରୋହିତ୍ୟରେ ଆୟତ୍ତ ଉତ୍ସବରେ ‘କବି ସଚ୍ଚିଦ୍ରାଗତରାୟଲଙ୍କ ସାହିତ୍ୟ ଦୁର୍ଲ୍ଲଭ’ ଲେବେବେ ବିଳାସିତ ପୂଜା କାଳିକୁ ଚେତେବେ ସେ ପୂଜି ତେବେ ଯାଇ ଆୟତ୍ତ ତା’ ମୂଳ’ ପ୍ରସଙ୍ଗ ଉପରେ ଜୋର ଦିଆଯାଇ ଆଧୁନିକ ସାହିତ୍ୟକୁ ପ୍ରାଧାନ୍ୟ ଦିଆ ନ ଯାଇ ମୂଳ ସାହିତ୍ୟ ହିଁ ସର ସାହିତ୍ୟ ଏବଂ ତାହା ସମାଜର ଇତି ଲାଗି ସୃଷ୍ଟିବାଚକ ହେଉ ସାଧୁ କଳାମୟ ସୁଧା ଉପକୁ ବୋଲି ମତ ପ୍ରକାଶ କରାଯାଇଥିଲା । ରାଜ୍ୟସଭା ସାସନ ମନ୍ତ୍ରୀ ପ୍ରମୋଦ ଉଦ୍‌ଗାଟିକା, ମହାରାଜା ପ୍ରବାଶ ଚନ୍ଦ୍ର ଉଦ୍‌ଗାଟିକାଙ୍କ ପୁରସ୍କାରପତ୍ର ଗ୍ରାବେ ଯୋଗଦେଇ ଗୋପବନ୍ଧୁ ସଭା ସାହିତ୍ୟର ସମର୍ଥକ ଥିଲେ



ବୋଲି ବକ୍ତବ୍ୟ ରଖୁଥିଲେ। ବାରିପଦା ନଗରପାଳ କୃଷ୍ଣାନନ୍ଦ ମହାନ୍ତି, ବରିଷ୍ଠ ସାମ୍ବାଦିକ ଓ ବିଜୟ କୁମାର ଅଗରୱାଲ ସମ୍ମାନିତ ଅତିଥି ଏବଂ ମୁଖ୍ୟବକ୍ତା ଭାବେ ରଘୁ ଗୁରୁକୁଳ ଆଖମର ସଞ୍ଚାଳକ ଆଚାର୍ଯ୍ୟ

ଦେବ ବିଜୟଜୀ, ପୂଜ୍ୟପୂଜା ଅନୁଷ୍ଠାନର ସଭାପତି ଡ.ରମାକାନ୍ତ ସିଂ ଏବଂ ଉପକଳାପ ପ୍ରମିଳା ପଣ୍ଡା ବକ୍ତା ଭାବେ ଯୋଗଦେଇ ଗୋପବନ୍ଧୁଙ୍କୁ ସେବାର ସହ ବୋର୍ଡ଼ କହିଥିଲେ। ପ୍ରାରମ୍ଭରେ ଶିବମୁନି, ମହାମା

ଲଜ୍ ଓ ହୋଟେଲରେ ପୁଲିସର ସିସିଟିଭି ଯାଞ୍ଚ



ବୀରପଦା, ୧୮୯୦(ସମସ୍ୟ): ବର୍ତ୍ତମାନ ପାର୍ବଣ ସମୟ ଥିବାବେଳେ ଆଗକୁ ପିକନିକ ରତ୍ନୁ ଆସୁଛି । ଯାହାକୁ ନେଇ ଜିଲ୍ଲାକୁ ରାଜ୍ୟ ଓଥା ବାହାରର ଲୋକଙ୍କ ସଂଗମନ ହେବା ଆରମ୍ଭ ହେଲାଣି । ଏକଜି ସମୟରେ ଯଯାତୀଙ୍କୁ ଜିଲ୍ଲାର ଆଗର ଶୁଖିଲା ପରିସ୍ଥିତି ଠିକ ରଖିବା ପାଇଁ ପୁଲିସ ପକ୍ଷରୁ ଯାଆ ପ୍ରକ୍ରିୟା ଆରମ୍ଭ ହୋଇଛି । ପୂର୍ବରୁ ଜିଲ୍ଲାର ପ୍ରବେଶ ଓ ପ୍ରସ୍ଥାନ ପଥ ସମେତ ସହରର ମୁଖ୍ୟ ସ୍ଥାନରେ ରାତିକାଳୀନ ଯାଆ ପ୍ରକ୍ରିୟା ଜାରି ରହିଛି । ମୟୂରଭଞ୍ଜ ଜିଲ୍ଲା ପୁଲିସ ପକ୍ଷରୁ ଏସପିଜି ବହୁର ଶୁଷ୍କପାଲିଙ୍କ ନିର୍ଦ୍ଦେଶକ୍ରମେ ହୋଇଥିବା ପରିସ୍ଥିତି ସ୍ଥାନରେ ଥିବା ଜିଲ୍ଲା ଓ ଜଳାଭୂମିକ ପ୍ରକ୍ରିୟା ବର୍ତ୍ତମାନ ଭାବେ ଯାଆ ପ୍ରକ୍ରିୟା ଯୋଗାଯୋଗ ସବୁ ବିଚ୍ଛିନ୍ନକିତ ମଧ୍ୟ ଯାଆ କରୁଛି ପୁଲିସ । ଆଗକୁ ମଧ୍ୟ ଆସୁଥିବା ଯାଆ ପ୍ରକ୍ରିୟା ଜାରି ରହିବ ବୋଲି ଏସପିଜି ସ୍ପଷ୍ଟର ଜଣାପଡିଛି ।

ସଂଗଠନ ମନ୍ତ୍ରରଞ୍ଜିତ ସାହିତ୍ୟ ପରିଷଦର
 ପଦ୍ମନାଭ ସାହୁ, ପ୍ରଶ୍ନୋତ୍ତ୍ରି ପ୍ରତିଷ୍ଠାନର
 ଭାଗବତ ପଣ୍ଡା, ପୂଜ୍ୟପୂଜାର ଡ. ମୋକାଶ
 ସିଂ, ଉଦ୍ୟାନ ଗୋପବନ୍ଧୁ ମେମୋରିଆଲ
 ସେବା ଟ୍ରଷ୍ଟର ସମ୍ପାଦକ ପଣ୍ଡା, କଟକର
 ଆରଣ୍ୟକ ସାହିତ୍ୟ ସମ୍ମାନ ରାଜେନ୍ଦ୍ର
 କୁମାର ସାମଲ, ବେତନଟା ମନ୍ତ୍ରଣ
 ସାହିତ୍ୟ ସଂସଦର ସଚ୍ଚିଦାନନ୍ଦ ମହାନ୍ତି,
 କରଞ୍ଜିଆ ଡେଡନାର ମାନସ ରଞ୍ଜନ
 ଦାସ, ରାଜରଞ୍ଜପୁର ଶ୍ରୀକରଗ୍ରନ୍ଥା ବେତନ
 ଓ ସେବା ସଂସଦର ପ୍ରଫୁଲ୍ଲକା ତ୍ରିପାଠୀ,
 ବଡ଼ସାହି ବାଣୀମାୟାପୁର ଶୈଳରଞ୍ଜନ
 ନାୟକ ଏବଂ ବଡ଼ସାହି ପୂର୍ବମାସା ସେବା
 ସଂସ୍ଥାନର ରାଜକିଶୋର ଆଚାର୍ଯ୍ୟଙ୍କୁ
 ସମ୍ବର୍ଦ୍ଧିତ କରାଯାଇଥିଲା। ସମିତି ସଦସ୍ୟ
 ରଞ୍ଜନ କୁମାର ଚାନ୍ଦ ଓ ସମ୍ପାଦକ ମାନବ
 ସମ୍ମାନ ମହାପାତ୍ର ସାଗର ଏବଂ ଜିଲ୍ଲା ସଂସ୍କୃତି
 ଅଧିକାରୀ ପ୍ରଭାକିଷ ନାୟକ ଧନ୍ୟବାଦ
 ଅର୍ପଣ କରିଥିଲେ।

By virtue of an affidavit sworn before The Executive Magistrate, Bhubaneswar, Dated 06/09/2025, I, **Prasanti Jena**, D/o Kamarija Jena, resident of Kamasaragada, Jagannath Prasad Alasuguma, PS.- Bugudada Dist- Ganjam, Odisha, PIN- 761121 declare that I have changed my name from **Asanti Jena to Prasanti Jena**. Henceforth, I shall be known as **PRASANTI JENA** for all purposes.

ମୁଦ୍ରା ବିନିମୟ ମୂଲ୍ୟ



ମୁଦ୍ରା ବିନିମୟ ମୂଲ୍ୟ (ଟଙ୍କାରେ)

- ଟଙ୍କାର ୮୮.୭୫
- ପାଉଣ୍ଡ ୧୧୯.୩୩
- ୟୁରୋ ୧୦୩.୨୪
- ୟେନ୍ ୦.୫୮

ସୁନା, ରୂପା ଦର (ଟଙ୍କାରେ)



୧୦ ଗ୍ରାମ ପିଛା (୨୨ କ୍ୟାରେଟ୍)

- ସୁନା: ୧,୧୩,୮୦୦ (ଭୁବନେଶ୍ୱର)
- ରୂପା : ୧,୭୧,୦୦୦ (କେଜି)

ଷ୍ଟକ୍ ମାର୍କେଟ୍



ବଜାର କାରବାର (ପଏଣ୍ଟରେ)

- ସେନ୍‌ସେକ୍ ୮୦,୧୭୨.୦୦
- ନିପ୍ଟି ୨୫,୩୧୧.୦୦

ପେଟ୍ରୋଲ-ଡିଜେଲ୍



ଲିଟର ପିଛା (ଟଙ୍କାରେ)

- ପେଟ୍ରୋଲ୍- ୧୦୧.୨୯ (ଭୁବନେଶ୍ୱର)
- ଡିଜେଲ୍ - ୯୨.୮୦

● ଭାରତର କ୍ରେଡିଟ୍ କାର୍ଡ କିଙ୍ଗ୍ ମନାସ ଘମେଜା

ରଖିଛନ୍ତି ୧୬୩୮ କ୍ରେଡିଟ୍ କାର୍ଡ, ନାହିଁ କୌଣସି ରଣ

ନୂଆଦିଲ୍ଲୀ, ୯।୧୦(ଏକେନ୍ଦ୍ର): ଆପଣ ହୁଏତ ଅନେକ ଉଦ୍ୟୋଗରେ କ୍ରେଡିଟ୍ କାର୍ଡ ବ୍ୟବହାର କରିଥିବେ, ତାହା ଅନଲାଇନ୍ ଷପିଂ କିମ୍ବା ବିଲ୍ ପେମେଣ୍ଟ ହେଉ। କିନ୍ତୁ ଜଣେ ବ୍ୟକ୍ତି କ୍ରେଡିଟ୍ କାର୍ଡକୁ ଏପରି ଆୟର ଉତ୍ସରେ ପରିଣତ କରିଛନ୍ତି। ସେ ହେଉଛନ୍ତି ମନାସ ଘମେଜା, ଯାହାଙ୍କୁ ଭାରତର ‘କ୍ରେଡିଟ୍ କାର୍ଡ କିଙ୍ଗ୍’ କୁହାଯାଉଛି। ତାଙ୍କ ପାଖରେ ରହିଛି ୧୬୩୮ଟି ବୈଧ କ୍ରେଡିଟ୍ କାର୍ଡ। ହେଲେ କୌତୁହଳର ବିଷୟ ହେଉଛିଯେ, ମନାସଙ୍କର କୌଣସି ରଣ ନାହିଁ। ଏତେ ଅଂଖ୍ୟକ କ୍ରେଡିଟ୍ କାର୍ଡ



ଗିନିଜ୍‌ୱାର୍ଡ୍‌ରେକର୍ତ୍ତରେ ସାମିଲ୍

ରଖିଥିବାରୁ ମନାସ ଗିନିଜ୍‌ୱାର୍ଡ୍‌ରେକର୍ତ୍ତରେ ସାମିଲ୍ ହୋଇଛନ୍ତି। ଶୂନ୍ୟ ରଣ ସହିତ ସେ ଏହି କାର୍ଡଗୁଡ଼ିକୁ ଟଙ୍କା ରୋଜଗାର ମେସିନ୍ ପରି ବ୍ୟବହାର କରନ୍ତି। ଏକ ଜନକେଷ୍ଟ ଅପ୍ ମିଡିଆ ପୋଷ୍ଟରେ ଏହି ତଥ୍ୟ ପ୍ରଦାନ କରାଯାଇଛି। ମନାସ ଘମେଜା କ୍ରେଡିଟ୍ କାର୍ଡ ଏବଂ ମୁଦ୍ରା ଫର୍ଗୁହ ପାଇଁ ଗିନିଜ୍‌ୱାର୍ଡ୍‌ରେକର୍ତ୍ତାଧାରୀ। ସେ ବର୍ତ୍ତମାନ ଦିଲ୍ଲୀରେ ରହନ୍ତି, କିନ୍ତୁ ମୂଳତଃ ଉତ୍ତର ପ୍ରଦେଶର ଲକ୍ଷ୍ନୌର ମୂଳ ନିବାସୀ। ମନାସ ତାଙ୍କ ଶିକ୍ଷା ସମୟରେ ବିଭିନ୍ନ କ୍ଷେତ୍ରରେ କାମ କରିଛନ୍ତି। ସେ କାନପୁରର ସିଏସ୍‌କେଏମ୍‌ଟିଏସ୍‌ବିଦ୍ୟାଳୟରୁ ପଦାର୍ଥ ବିଜ୍ଞାନ, ରସାୟନ ବିଜ୍ଞାନ ଏବଂ ଶଶିତରେ ଡିଗ୍ରୀ ହାସଲ କରିଥିଲେ। ତା’ପରେ ସେ ଲକ୍ଷ୍ନୌର ଇଣ୍ଡିଗ୍ରାଲ୍‌ ବିଶ୍ୱବିଦ୍ୟାଳୟରୁ ଏମ୍‌ସିଏ ଏବଂ ସାମାଜିକ କାର୍ଯ୍ୟରେ ମାଷ୍ଟର ଡିଗ୍ରୀ ହାସଲ କରିଛନ୍ତି। ମନାସ ଦୁଇଥର ଗିନିଜ୍‌ୱାର୍ଡ୍‌ରେକର୍ତ୍ତାଧାରୀ - କ୍ରେଡିଟ୍‌କାର୍ଡ ଏବଂ କଏନ୍ ଫର୍ଗୁହ ପାଇଁ। ସେ ଜଣେ ମୁଦ୍ରାବିଦ୍, କଳାକାର, ତାତା ବୈଜ୍ଞାନିକ ଏବଂ ସମାଜସେବା। ସେ ଲିଙ୍ଗତିନରେ ପରାମର୍ଶଦାତା ଏବଂ ଜନସ୍ବାଗ୍ରାମ୍ ଏବଂ ପେସବୁକ୍‌ରେ ତାଙ୍କ ଅନୁସରଣକାରୀଙ୍କ ସହିତ କ୍ରେଡିଟ୍‌କାର୍ଡ ଟିପ୍‌ସ୍‌ସେୟାର କରନ୍ତି।

ବିଶ୍ୱ ଅର୍ଥନୀତିରେ ଆସିବ ଭୂ-ଚାଳ

ଆଖିଟନ୍, ୯।୧୦(ଏକେନ୍ଦ୍ର): ରାଷ୍ଟ୍ରପତି ତୋନାଲ୍ ଟ୍ରମ୍ପଙ୍କ ଚାରିଟି ଝଟ୍ଟା ସହ ବିଶ୍ୱ ଅର୍ଥନୀତି ଆଶାଠାରୁ ଭଲ ସ୍ଥିତିରେ ଅଛି। କିନ୍ତୁ ଅନ୍ତର୍ଜାତୀୟ ମୁଦ୍ରା ପାଣି ମୁଖ୍ୟ କହିଛନ୍ତି ଯେ ଏହି ସ୍ଥିତିର ଅଧିକ ସମୟ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ରହିପାରିବ ନାହିଁ। ବୁଧବାର ଏକ ଅଭିଭାଷଣରେ, ଆଇଏମ୍‌ଏଫ୍‌ ଏମ୍‌ଟି କୁଷ୍ଟାଲିନା ଜର୍ଜିଆ କହିଛନ୍ତି ଯେ, ନିଜକୁ ସମ୍ଭାଳି ରଖି ଅନିଶ୍ଚିତତା ଏବେ ସ୍ବାଭାବିକ ଏବଂ ଏହା ସବୁଦିନ ପାଇଁ ରହିବ। ନିବେଶକମାନେ ଦୁର୍ବଳ ତଳାର ଏବଂ ଭୂ-ରାଜନୈତିକ ଅନିଶ୍ଚିତତାରୁ ନିଜକୁ ରକ୍ଷା କରିବା ପାଇଁ ନିରାପଦ ଆଶ୍ରୟସ୍ଥଳ ଖୋଜୁଛନ୍ତି। ଏହା ସହିତ, ଆଇଏମ୍‌ଏଫ୍‌ ଏବଂ ବିଶ୍ୱ ବ୍ୟାଙ୍କର ବାର୍ଷିକ ରିପୋର୍ଟ ଆସନ୍ତା ସପ୍ତାହରେ ଆଖିଟନ୍‌ରେ ଅନୁଷ୍ଠିତ ହେବ। ଯେତେବେଳେ ବିଶ୍ୱ ଆର୍ଥିକ କ୍ଷେତ୍ରର ନେତୃତ୍ୱ ଏବଂ କେନ୍ଦ୍ରୀୟ ବ୍ୟାଙ୍କ୍‌ ମୁଣ୍ଡଆମେନ ଏକାଠି ହେବେ। ସେଠାରେ ଟ୍ରମ୍ପ ଶୁଣି ଉପରେ କୋରୋନା ବିଚଳ ହେବ ବୋଲି ଆଶା କରାଯାଉଛି। ଚଳିତ ବର୍ଷ ବିଶ୍ୱ ଅର୍ଥନୀତି ୩% ବୃଦ୍ଧି ପାଇବ ବୋଲି ଆକଳନ କରାଯାଇଛି।



ଏର୍‌ଆର୍‌ଟି ନେଉଥିଲେ...

ମାସିକ ଧର୍ମ ବା ଋତୁସ୍ୱାବ ମହିଳାଙ୍କର ଏକ ସ୍ୱାଭାବିକ ପ୍ରକ୍ରିୟା। ହେଲେ ମହିଳାମାନଙ୍କର ୪୦ରୁ ୪୫ ବର୍ଷ ମଧ୍ୟରେ ମେନୋପଜ ବା ଋତୋନିବୃତ୍ତି ହୋଇଥାଏ। ଏହି ସମୟେ ଶରୀରରେ ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ହରମୋନ ନିର୍ଗତ ଧାମା ହୁଏ। ଏହାଦ୍ୱାରା ରାତିରେ ଝୋଳ ବାହାରିବା, ନିଦ୍ରାସମସ୍ୟା, ବିଚଳିତ ଆଦି ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟସମସ୍ୟା ଦେଖାଯାଏ। ହେଲେ ଅଧିକାଂଶ ମହିଳା ଚିରଯୌବନ ଆଶାରେ ଉଚ୍ଚ ହରମୋନକୁ ସବୁଜନ ରଖିବାକୁ ଏର୍‌ଆର୍‌ଟି ଥେରାପି ନିଅନ୍ତି। ଏହା ବ୍ୟୟବହୁଳ। ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ବିଶେଷଜ୍ଞଙ୍କ ବିନା ପରାମର୍ଶରେ ଏହି ଥେରାପି ନେବା ଦ୍ୱାରା ଶରୀରରେ ବିଭିନ୍ନ ପାର୍ଶ୍ୱପ୍ରତିକ୍ରିୟା ଦେଖାଯାଏ। ତେବେ ଏର୍‌ଆର୍‌ଟି ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ବ୍ୟକ୍ତିଗତ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ଓ ଲକ୍ଷଣର ଗମ୍ଭୀରତା ଉପରେ ନିର୍ଭର କରେ।



ବିଶ୍ୱ ମାନସିକ ଦିବସର ଅନୁଚିନ୍ତା

ଡା. ନୀଳମାଧବ ରଥ

ମାନସିକ ବିଧି ମାନବମ୍- ମନ ହିଁ ମନୁଷ୍ୟ ଅଟେ ମନକୁ ହିଁ ମନୁଷ୍ୟ ଜାଣେ।

ମାନସିକ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟର ଘଠିକ୍‌ ଯନ୍ତ୍ର ଜଣେ ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କୁ ସୁଖ ଏବଂ ସମୃଦ୍ଧ ଜୀବନଯାପନ କରିବାରେ ସାହାଯ୍ୟ କରେ। ତେଣୁ ଶାରୀରିକ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ପରି ମାନସିକ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟର ଯନ୍ତ୍ର ନେବା ଜରୁର। ହେଲେ ଔଷଧୀୟ ବୈଦ୍ୟୁତିକ, କୃତ୍ରିମ ହୁଡିମାଟା ଏବଂ ସ୍ନାୟୁ ରେଷଜ, ସ୍ନାୟୁ ଶକ୍ତି ତଥା ମସ୍ତିଷ୍କରେ ଖଞ୍ଜାଯାଉଥିବା ଚେଲିପାଥ୍‌ସିକ ପେସ୍ ମେକର ଚିକିତ୍ସା ପଦ୍ଧତିର ପ୍ରଭୃତି ବୈଜ୍ଞାନିକ ଉନ୍ନତି ସତ୍ତ୍ୱେ ଏବେ ବି ଅଣା ଭାଗ ମାନବ ଉଚିତ ମୂଲ୍ୟରେ ଉଚ୍ଚିଷ୍ଠ ମାନସିକ ଚିକିତ୍ସା ପାଇପାରୁନାହାଁନ୍ତି। ତେଣୁ ମାନସିକ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ସମସ୍ୟାକୁ ସର୍ବ ସମ୍ମୁଖକୁ ଆଣିବା ତଥା ଏହି ରୋଗ ବିଷୟରେ ସଚେତନତା ସୃଷ୍ଟି କରିବା ଉଦ୍ୟୋଗରେ ପ୍ରତିବର୍ଷ ଅକ୍ଟୋବର ୧୦କୁ ବିଶ୍ୱ ମାନସିକ ଦିବସ ଭାବେ ପାଳନ କରାଯାଏ। ଚଳିତ ବର୍ଷ ଏହି ଦିବସର ଅନୁଚିନ୍ତା ହେଉଛି, ବ୍ୟକ୍ତିଗତ ଓ ସମାଜିକତା ବିପତ୍ତିରେ ଉଦୟୋଗୀ ହୋଇ ମାନସିକ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ସେବା ଆଣି ଚିକିତ୍ସା ସମସ୍ତଙ୍କ ପାଖରେ ପହଞ୍ଚାଇବା।

ପ୍ରାକୃତିକ ଆପବା ଅତିବୃଦ୍ଧି, ଅନାବୃଦ୍ଧି, ଭୂମିକମ୍ପ, ବାତ୍ୟା, ମହାଦେଶ ବ୍ୟାପୀ ବନାଗ୍ନି, ପ୍ରାକୃତିକ ସବୁଜମାର ଅବକ୍ଷୟ ଯନ୍ତ୍ର ଜୀବନ ମାନସିକ ଚାପ ବୃଦ୍ଧି କରୁଛି। ଅନ୍ୟ ପକ୍ଷରେ କରୋନା ମହାମାରୀ ଜୀବାଣୁ ବାଜଣୁ ପ୍ରତିକ୍ଷେପକ

ଏର୍‌ଆର୍‌ଟି ବା ହରମୋନ ରିସ୍ପେସମେଣ୍ଟ ଥେରାପି ଶରୀରକୁ ଅପ୍ରାକୃତିକ ଉପାୟରେ ଏଷ୍ଟ୍ରୋଜେନ୍ ଏବଂ ପ୍ରୋଜେଷ୍ଟେରୋନର ଅଭାବକୁ ପୂରା କରେ। ଏହା ପ୍ୟାର, ବର୍ତ୍ତା ତଥା ଜେଲ୍‌ଆକାରରେ ଉପଲବ୍ଧ। ମେନୋପଜ ଲକ୍ଷଣକୁ କମ୍ କରିବାରେ ସାହାଯ୍ୟ କରିଥାଏ। ଏର୍‌ଆର୍‌ଟି ଆରମ୍ଭ କରିବା ପୂର୍ବରୁ ରକ୍ତପରୀକ୍ଷା, ପ୍ୟାମିଲ୍‌ହିସ୍ଟି, ମେଡିକାଲ ଗଣ୍ଡିସନ ଯାଞ୍ଚ ଜରୁର। ଏହି ଥେରାପି ଦ୍ରବୀୟ ସୁନା ରଙ୍ଗେ। ହେଲେ ଅଧିକାଂଶ ମହିଳାଙ୍କ ଶରୀରରେ ଏହା ଭିନ୍ନ ଭିନ୍ନ ପାର୍ଶ୍ୱପ୍ରତିକ୍ରିୟା ସୃଷ୍ଟି କରାଏ। ଏହା ଓଜନ ବୃଦ୍ଧି, ହୃଦୟ ଏବଂ ମସ୍ତିଷ୍କସମ୍ପର୍କୀୟ ରୋଗ,

କର୍ଚ୍ଚ ଆଶଙ୍କାକୁ ବଢ଼ାଇଥାଏ ବୋଲି ପ୍ରସ୍ତୁତି ଓ ସ୍ତ୍ରୀ ରୋଗ ବିଶେଷଜ୍ଞ ଡା. ଦେବେନ୍ କୁମାର ନାଏକ କୁହନ୍ତି। ତେଣୁ ମହିଳାମାନେ ଡାକ୍ତରଙ୍କ ବିନା ପରାମର୍ଶରେ ଏହି ଥେରାପି ନେବା ଅନୁଚିତ। ଏର୍‌ଆର୍‌ଟି ଉପଯୋଗ କମ୍ କରି ଓଜନ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ କରିପାରିବେ। ଡାଏଟ୍‌ରେ କ୍ୟାଲ୍‌ସିୟମ, ଭିଟାମିନ୍‌-ଡି, ପ୍ରୋଟିନ୍‌ସ୍ତୁଳ ଖାଦ୍ୟ ଯଥା- ଅଳସି, ସୋୟାମିଲ୍, ଡିଲ୍, ଚଣା ଆଦି ସାମିଲ କରି ଏଷ୍ଟ୍ରୋଜେନ୍‌ ହରମୋନ ବଢ଼ାଇପାରିବେ। ନିୟମିତ ଯୋଗ, ପ୍ରାଣାୟାମ କରିବା ଭଲ ବିକଳ୍ପ।

ମୂଳକ ବ୍ୟବସ୍ଥାରେ ମୁକ୍ତ ହେଲେ ମଧ୍ୟ ମନୁଷ୍ୟ ତା'ର ଅସ୍ଥିତ୍ ଏବଂ ମାନବ ସମାଜର ସ୍ଥିତି ଦୂର୍ବଳ କରୁଛି। ଗାଳା, ଯୁକ୍ତେନ୍ ଭଳି ବିଶ୍ୱର ବିଭିନ୍ନ ସ୍ଥାନରେ ଲାଗି ରହିଥିବା ଯୁଦ୍ଧସ୍ଥିତି, ଧର୍ମୀୟ ବିବାଦ ଆଦି ମାନବୀୟ ବିପଦ ମାନବିକତାକୁ ଆକ୍ରାନ୍ତ କରୁଛି। କ୍ଷୁଦ୍ରତମ ମାଇକ୍ରୋ ପ୍ଲାଷ୍ଟିକ, ଅଣୁ କେମିକାଲ ଜର୍ଜିକା, ଓଜୋନ ଛତାରେ ଛିଦ୍ରତା, ନିଶା ସେବନ, ମଦ୍ୟପାନ, ଯୌନବିକୃତି ମାନବ ସମାଜକୁ ବିଚଳିତ କରୁଛି। ମାନସିକତ୍ତ୍ୱରେ ଆମେରିକାରେ ଆର୍ଥିକ ଚାରିଟି ଅତ୍ୟାଚାର, କମ୍ୟୁନିଜିମ୍ ବିରୋଧୀ ମାରଣ ନୀତି ଓ ଅମାନବୀୟ ଚାପ, କୃତ୍ରିମ ଖାଦ୍ୟାଭାବ ଦୁର୍ଭିକ୍ଷ ବିଶ୍ୱ ମାନସିକତାକୁ କବଳିତ କରିଛି। ସେଭଳି ଲାଇଖୋରା ବ୍ୟବସାୟ ଅର୍ଥ ସର୍ବସ୍ୱ ଓ ସକାଳର ଶଠତା ଅଣା ପ୍ରତିଶତ ମାନସିକତାକୁ ଘୋର ଜୀବନ ଯନ୍ତ୍ରଣା ଓ ରୁଗ୍ମ ମାନସିକତାକୁ ଜନ୍ମ କଲାଣି।

ବିଷାକ୍ତକର ଖାଦ୍ୟ ଓ ପାନାୟକ, ଅସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟକର ପରିବେଶ, ସ୍ୱଚ୍ଛତାହୀନ ଅଭାବରୁ ଶିଶୁ ମୃତ୍ୟୁ ବା ବିକଳାଙ୍ଗ ଶରୀର ଓ ବିକଟ ମାନସିକତା ସୃଷ୍ଟି ହେଉଛି। ବିଶ୍ୱର ୨୦ ପ୍ରତିଶତ ବିଷାଦଗ୍ରସ୍ତ ରୋଗୀ, ୨୦ ପ୍ରତିଶତ ବାତାଳ ଓ ୨୦ ପ୍ରତିଶତ ମାନସିକ ନ୍ୟୁନତା ଏବଂ ୧୦ ପ୍ରତିଶତ ଗର୍ଭାବ ଅପରାଧକୁ ଚଢ଼ୁର ରୋଗୀ ବର୍ତ୍ତମାନ ଚିକିତ୍ସା ଆବଶ୍ୟକ କରୁଛନ୍ତି।

ତେଣୁ ଭାରତ ତା'ର ସାଂସ୍କୃତିକ ନୀତିରେ ଏପରିସ୍ଥିତିରେ ଫର୍‌ଗଟ ହେବା ଉଚିତ। କରୋନା ମହାମାରୀ ସମୟରେ ଭାରତ ଅଣା ପ୍ରତିଶତ ଦେଶକୁ ସାହାଯ୍ୟ ଯୋଗାଇଥିଲା। ତେଣୁ ଆମକୁ, ପ୍ରତ୍ୟେକ ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କୁ ଓ ମାନସିକ ଚିକିତ୍ସାକ୍ଷେତ୍ରରେ ଏସବୁ ରୋଗକୁ ପ୍ରତିରୋଧ କରିବାକୁ ଚିକିତ୍ସାବିଦ୍ୟାମାନେ ଏବଂ ମାନସିକ ଚିକିତ୍ସାବିଦ୍ୟାମାନେ ବିଶ୍ୱ ପ୍ରତି ସମର୍ପିତ ହେବା ଉଚିତ। ମନସାମ ଆପାର ମନମ୍।

ଡିହାଇଡ୍ରୋସନ, ପିରଣିୟମ୍‌ସିଟ୍ରାଲ, ରକ୍ତଚାପ, ଟାଇପ୍‌-୨ ମଧୁମେହ, ଅସ୍ଥିଓପୋରୋସିସ୍‌ ତଥା କର୍ଚ୍ଚ ଆଶଙ୍କାକୁ ବଢ଼ାଇଥାଏ ବୋଲି ପ୍ରସ୍ତୁତି ଓ ସ୍ତ୍ରୀ ରୋଗ ବିଶେଷଜ୍ଞ ଡା. ଦେବେନ୍ କୁମାର ନାଏକ କୁହନ୍ତି। ତେଣୁ ମହିଳାମାନେ ଡାକ୍ତରଙ୍କ ବିନା ପରାମର୍ଶରେ ଏହି ଥେରାପି ନେବା ଅନୁଚିତ। ଏର୍‌ଆର୍‌ଟି ଉପଯୋଗ କମ୍ କରି ଓଜନ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ କରିପାରିବେ। ଡାଏଟ୍‌ରେ କ୍ୟାଲ୍‌ସିୟମ, ଭିଟାମିନ୍‌-ଡି, ପ୍ରୋଟିନ୍‌ସ୍ତୁଳ ଖାଦ୍ୟ ଯଥା- ଅଳସି, ସୋୟାମିଲ୍, ଡିଲ୍, ଚଣା ଆଦି ସାମିଲ କରି ଏଷ୍ଟ୍ରୋଜେନ୍‌ ହରମୋନ ବଢ଼ାଇପାରିବେ। ନିୟମିତ ଯୋଗ, ପ୍ରାଣାୟାମ କରିବା ଭଲ ବିକଳ୍ପ।

ହାରୋ କର୍ମକର୍ତ୍ତା ନିର୍ବାଚନ

ଭୁବନେଶ୍ୱର, ୯।୧୦(ସମିୟ): ହୋଟେଲ ଆଣ୍ଡ ରେଷ୍ଟୋରାଣ୍ଟ ଆସୋସିଏସନ୍ ଅପ୍ ଇଣ୍ଡିଆ (ହାରୋ)ର ୩୬ ତମ ବାର୍ଷିକ ସାଧାରଣ ବୈଠକ ସହ କର୍ମକର୍ତ୍ତା ନିର୍ବାଚନ ଅନୁଷ୍ଠିତ ହୋଇଯାଇଛି। ୨୦୨୫-୨୬, ୨୦୨୬-୨୭ ଏବଂ ୨୦୨୭-୨୮ ବର୍ଷ ପାଇଁ ଅନୁଷ୍ଠିତ ଏହି କର୍ମକର୍ତ୍ତା ନିର୍ବାଚନରେ ଫର୍‌ପ ପାଇଁ ଉପସଭାପତି, କାର୍ଯ୍ୟକାରୀ ସଭାପତି, ସାଧାରଣ ସମ୍ପାଦକ, କୋଷାଧ୍ୟକ୍ଷ, ଯୁଗ୍ମ କୋଷାଧ୍ୟକ୍ଷ, ଯୁଗ୍ମ ସମ୍ପାଦକ ଏବଂ କାର୍ଯ୍ୟନିର୍ବାହୀ କମିଟି ସଦସ୍ୟମାନଙ୍କୁ ଚୟନ କରାଯାଇଛି। ଏଥିରେ ହାରୋ ଟଙ୍କା ଉପସଭାପତି, ଜଣେ କାର୍ଯ୍ୟକାରୀ ସଭାପତି, ସାଧାରଣ ସମ୍ପାଦକ, କୋଷାଧ୍ୟକ୍ଷ ଓ ଯୁଗ୍ମ କୋଷାଧ୍ୟକ୍ଷ ଭାବେ ଏବଂ ଟଙ୍କା ଯୁଗ୍ମ ସମ୍ପାଦକ ଓ ୧୬ ଜଣ କାର୍ଯ୍ୟନିର୍ବାହୀ କମିଟି ସଦସ୍ୟ ଭାବେ ନିର୍ବାଚିତ ହୋଇଛନ୍ତି।

ଯନ୍ତ୍ରଣାର ଜଣାଶୁଣା ଶତ୍ରୁ ଆର୍ଥ୍ରାଇଟିସ୍

କରେ। ଗଣ୍ଡିଯନ୍ତ୍ରଣା, କଠିନତା, ପୁଲିବା ତଥା ବ୍ରାବରେ ନାଲି ଚିହ୍ନ ଦେଖାଦେବା ଏହାର ଲକ୍ଷଣ ହୋଇପାରେ। ଗାଉଟ୍: ଯୁରିକ୍‌ ଅମ୍ଳ ବୃଦ୍ଧି ହୋଇ ପାଦ ଗଣ୍ଡିରେ କ୍ରିଷ୍ଣାଳ ଜମି ଅତୀବନ ଯନ୍ତ୍ରଣା ହେବା ସହ ପୁଲିଯାଏ। ଯନ୍ତ୍ରଣା ଏବଂ ପୁଲି ଯୋଗୁଁ ଗଣ୍ଡିକୁ ଚଳାପ୍ରକା କରିବାରେ ସମସ୍ୟା ହୁଏ। Systemic Lupus Erythematosus (SLE): ଏହା ଏକ ବ୍ୟାପକ ସ୍ୱତଃପ୍ରତିରୋଧୀ ରୋଗ, ଯେଉଁଥିରେ ଯକୃତ, ପୁସ୍‌ପୁସ୍, ବୃକ୍କକ ଆଦି ଅଙ୍ଗ ପ୍ରଭାବିତ ହୋଇଥାଏ। ଆକ୍‌ଇଲୋଇଟି ସ୍ପିଣ୍ଡିଲାଇଟିସ୍: ଏହା ମୁଖ୍ୟତଃ ପିଠି ବା ଅଣ୍ଟାରେ ଦେଖାଦେଇଥାଏ। ଏହି ରୋଗରେ ହାଡ଼ ଯୋଡ଼ି ହୋଇଯିବାର ସମ୍ଭାବନା ଥାଏ। ସକାଳୁ ଉଠିଲେ ଅଣ୍ଟା ଓ ପିଠି ଦରଜ ହେବା ଆଦି ଏହାର ଲକ୍ଷଣ। ତେଣୁ ବାର୍ଦ୍ଧିକ ଧରି ଗଣ୍ଡି, ହାତ, ପାଦ, କାନ୍ଧ ଆଦିରେ ଯନ୍ତ୍ରଣା ବା ପୁଲି, କୁର ଅନୁକୃତି, ଅଧିକାଂଶ, ଚାଲିବାରେ ଯନ୍ତ୍ରଣା, ଦୂରରେ ଲାଲ ଚିହ୍ନ, ରକ୍ତପରୀକ୍ଷାରେ ଇଏସ୍‌ଆର୍‌ଆର, ସିଆର୍‌ପିରେ ବୃଦ୍ଧି ଥିଲେ ର୍ୟୁମାଟୋଇଡିଃ ଲକ୍ଷଣ ପରାମର୍ଶ ନେବା ଆବଶ୍ୟକ। ଜୀବନଶୈଳୀରେ ପରିବର୍ତ୍ତନ କରୁଛି: ଜୀବନଶୈଳୀ ଜନିତ ସାଧ୍ୟାଧିନତା ଯଥା- ଘଠିକ ଓଜନ ରଖିବା, ହାଲୁକା ବ୍ୟାୟାମ କରିବା, ଗଣ୍ଡି ଉପରେ ଚାପ ପଡ଼ିବା ଭଳି କାର୍ଯ୍ୟରୁ ବଞ୍ଚିତ ହେବା ଆବଶ୍ୟକ। ଓମେଗା-୩ ଫ୍ୟାଟି ଏସିଡ୍, କ୍ୟାଲ୍‌ସିୟମ୍, ଭିଟାମିନ୍‌ D ଯୁକ୍ତ ଖାଦ୍ୟ ଗ୍ରହଣ କରିବା ଦ୍ୱାରା ଆର୍ଥ୍ରାଇଟିସ୍ ଜନିତ ଅସୁବିଧା କମି ଯାଇପାରେ। ଧୂମପାନ ଓ ମଦ୍ୟପାନରୁ ଦୂରେଇବା ଭଳି ଚିକିତ୍ସା ପଦ୍ଧତି: ଆର୍ଥ୍ରାଇଟିସ୍‌ର ଚିକିତ୍ସା ରୋଗର ପ୍ରକାର, ତୀବ୍ରତା ଓ ରୋଗୀର ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ଅବସ୍ଥା ନିର୍ଭରଶୀ ହୋଇଥାଏ। ସାଧାରଣତଃ ଯନ୍ତ୍ରଣା ଓ ପୁଲି ଗ୍ରାସ୍‌ ପାଇଁ ଔଷଧ ଯଥା- ଏନ୍‌-ଏସ୍‌ଆଇଡିଏ, ଟିଏମ୍‌ଏଆଇଡିଏ, ବାୟୋଲୋଜିକ୍ସ, ଫିଜିଓଥେରାପି ଓ ଜୀବନଶୈଳୀ ପରିବର୍ତ୍ତନ ମୁଖ୍ୟ ଭୂମିକା ନିଭାନ୍ତି। ପ୍ରଶିକ୍ଷିତ ଡାକ୍ତରଙ୍କ ପରାମର୍ଶ କ୍ରମେ ଚିକିତ୍ସା ସହିତ ଉଚିତ ଆହାର, ବ୍ୟାୟାମ, ଓ ଯୋଗ ଦ୍ୱାରା ରୋଗୀ ଦୈନନ୍ଦିନ ଜୀବନକୁ ଆରାମଦାୟକ କରିପାରିବେ।

ଚିକିତ୍ସା ନିର୍ଦ୍ଦେଶକ ଓଡ଼ିଶା ଆର୍ଥ୍ରାଇଟିସ୍‌ ଆଣ୍ଡ ର୍ୟୁମାଟୋଲୋଜି ସେଣ୍ଟର, ସହାବ ନଗର ଭୁବନେଶ୍ୱର

● ● ● ● ●

● ● ● ● ●

● ● ● ● ●

● ● ● ● ●

