

ଭବିଷ୍ୟର ନିଜର
ସେଣ୍ଟାଲ ବ୍ୟାଙ୍କ
ଡିଜିଟାଲ କରେନ୍ସି (ସିବିଡିସି)



Cash, but Digital!

ନଗଦ ଟଙ୍କା ଭଳିଆ କାରବାର କରନ୍ତୁ

ସିବିଡିସି: ଆରବିଆର ଦ୍ଵାରା ଜାରି କରାଯାଇଥିବା ଡିଜିଟାଲ ରୁପି

✓ ଆପଣଙ୍କର ଡିଜିଟାଲ ଡ୍ରାଲେଟ୍ରେ ଥାଏ

✓ ସଠିକ୍ ଖୁବୁରା ଖୋଜିବାର ଆବଶ୍ୟକତା ନାହିଁ

✓ UPI QR ସମେତ ସମସ୍ତ QR କୋଡ୍ ରେ କାମ କରେ

✓ କାରବାର ପାଇଁ ସୁରକ୍ଷିତ ଉପାୟ



ଡିଜିଟାଲ ରୁପି ସାଧାରଣ
ପ୍ରଶ୍ନବୁଦ୍ଧିକ ପାଇଁ
ସ୍କାନ କରନ୍ତୁ

ଆପଣଙ୍କର ଡିଜିଟାଲ ରୁପି ଆସ
ଏଠାରେ ଡାଉନଲୋଡ୍ କରନ୍ତୁ
 

ଆରବିଆର କହେ...
Cash,
but
Digital!



Cash, but Digital!

ହରମିକନ ବେବୁ,
ଭାରତୀୟ ଟ୍ରାଙ୍କ୍ ଆପରେଟର୍

ଡାଉନଲୋଡ୍ କରନ୍ତୁ ଡିଜିଟାଲ ରୁପି ଆସ

ଦେବାକୁ ଅଛି
₹140.73

ବିକା ବିଚାରେ,
ଭାରତୀୟ ଟ୍ରାଙ୍କ୍ ଟେଲିକମ୍ ଲିମିଟେଡ୍

ଅଧିକ ସୂଚନା ପାଇଁ,
କ୍ଲିକ୍ କରନ୍ତୁ <https://rbikehtahai.rbi.org.in/cbdc>

 ଅଟ୍ଟବିଆଲ୍ ହାଟୁଆର୍ ନମ୍ବର
99990 41935 / 99309 91935



ଜନହିତରେ ଜାରି
ଭାରତୀୟ ରିଜର୍ଭ ବ୍ୟାଙ୍କ
RESERVE BANK OF INDIA
www.rbi.org.in

ଅଂଶଗ୍ରହଣକାରୀ ବ୍ୟାଙ୍କଗୁଡ଼ିକ: ଆକ୍ଟିଭ ବ୍ୟାଙ୍କ • ବ୍ୟାଙ୍କ ଅଫ୍ ବରୋଦା • ବ୍ୟାଙ୍କ ଅଫ୍ ଇଣ୍ଡିଆ • ବ୍ୟାଙ୍କ ଅଫ୍ ମହାରାଷ୍ଟ୍ର • ବାମନା ବ୍ୟାଙ୍କ • ଫେଡେରାଲ ବ୍ୟାଙ୍କ • ଏଚଡିଏଫଏସି ବ୍ୟାଙ୍କ • ଆରବିଆରବିଆର ବ୍ୟାଙ୍କ • ଆରବିଆରବି ଫାଷ୍ଟ ବ୍ୟାଙ୍କ • ଇଣ୍ଡିଆନ ବ୍ୟାଙ୍କ • ଇଣ୍ଡିଏସ ବ୍ୟାଙ୍କ • କଣ୍ଟାଟକା ବ୍ୟାଙ୍କ • କୋଟକ ମହିନ୍ଦ୍ରା ବ୍ୟାଙ୍କ • ପଞ୍ଜାବ ବ୍ୟାଙ୍କ • ଷ୍ଟେଟ୍ ବ୍ୟାଙ୍କ ଅଫ୍ ଇଣ୍ଡିଆ • ୟୁକୋ ବ୍ୟାଙ୍କ • ୟୁନିୟନ ବ୍ୟାଙ୍କ ଅଫ୍ ଇଣ୍ଡିଆ • ଯେସ ବ୍ୟାଙ୍କ

ଅଂଶଗ୍ରହଣକାରୀ ଅଣ-ବ୍ୟାଙ୍କଗୁଡ଼ିକ: ଡେବିଡ୍ • ମୋବିକ୍ସ

ସକାଳ

THE SAKALA

RNI REGD NO: 42041/83 PRINTED AT BHUBANESWAR ■ JEYPORE ■ SAMBALPUR ■ PANIKOILI

SAMBALPUR

VOLUME- 44 ■ ISSUE-02 ■ FRIDAY ■ 26 JUNE 2026 ■ PAGE-12 ■ ₹ 7.00

ବର୍ଷ-୪୪ ■ ସଂଖ୍ୟା-୦୨ ■ ଶୁକ୍ରବାର ■ ୨୬ ଜୁନ୍ ୨୦୨୬ ■ ପୃଷ୍ଠା-୧୨ ■ ଟ.୬.୦୦

ବିଜେଡିରେ ସୁଜାତା

ନବୀନଙ୍କ ପାଦ ଛୁଇଁ ସାଧାରଣ କର୍ମୀ ଭାବେ ଦଳରେ ଯୋଗଦେଲେ

■ ଭୁବନେଶ୍ୱର, ୨୫।୬ (ସମ୍ବିଧ): ବିଜେଡିରେ ସାମିଲ ହୋଇଛନ୍ତି ପୂର୍ବତନ ଆଇଏଏସ୍ ସୁଜାତା ରାଉତ। ଶଙ୍ଖ ଭବନରେ ଅନୁଷ୍ଠିତ ଏକ ସମାବେଶରେ ଦଳର ସୁପ୍ରିମୋ ତଥା ବିରୋଧାତ୍ମକ ନେତା ନବୀନ ପଟ୍ଟନାୟକଙ୍କ ପାଦ ଛୁଇଁ ସୁଜାତା ବିଜେଡିରେ ଯୋଗ ଦେଇଛନ୍ତି। ଏହି

ଆସନ୍ତା ସାଧାରଣ ନିର୍ବାଚନରେ ମୁଁ ଦଳର ନେତୃତ୍ୱ ନେବି: ନବୀନ

ଅବସରରେ ନବୀନ ଉତ୍ତରାଧିପତିଙ୍କ ସୁଜାତାଙ୍କୁ ଦଳରେ ସ୍ୱାଗତ କରିଛନ୍ତି। ଗୁରୁବାର ଶଙ୍ଖ ଭବନରେ ସୁଜାତା ରାଉତଙ୍କୁ ଦଳରେ ମିଶାଇବା ପାଇଁ ଏକ ସ୍ୱତନ୍ତ୍ର ସମାବେଶରେ ନବୀନ କହିଛନ୍ତି ଯେ ସୁଜାତା ରାଉତ ଜଣେ ସାଧାରଣ ସଦସ୍ୟ ଭାବରେ ବିଜେଡିରେ ଯୋଗ ଦେଇଛନ୍ତି। ତାଙ୍କୁ ଏପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ କୌଣସି ପଦ ପଦବୀ ଦିଆଯାଇ ନାହିଁ। ତାଙ୍କୁ ଦଳ ଓ ଦଳୀୟ କାର୍ଯ୍ୟ ସହିତ ଅଭ୍ୟସ୍ତ ହେବାକୁ ଦିଆଯାଇ ଆପଣମାନେ ଜାଣନ୍ତି, ସେ ଭାରତୀୟ ପ୍ରଶାସନିକ ସେବାରେ ଥିଲେ। ସେ ସେହି ପଦବୀରେ ଅନେକ ଦାୟିତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ

ପଦବୀରେ କାର୍ଯ୍ୟ କରିଛନ୍ତି। ସବୁଠାରୁ ବଡ଼ କଥା ହେଉଛି ସେ ରାଜ୍ୟର ମହିଳାମାନଙ୍କ ପାଇଁ ବହୁତ କାର୍ଯ୍ୟ କରିଛନ୍ତି। ମୁଁ ନିଶ୍ଚିତ ଯେ, ଯେତେବେଳେ ସେ ବିଜୁ ଜନତା ଦଳରେ ହେଉଥିବା କାର୍ଯ୍ୟକୁ ସହିତ ଅଭ୍ୟସ୍ତ ହେବେ, ସେ ଦଳର ଜଣେ ଯୋଗ୍ୟ ସଦସ୍ୟ ଭାବରେ ପ୍ରମାଣିତ ହେବେ। ବିଶେଷକରି ମହିଳାମାନଙ୍କ ବିକାଶ ତଥା

ଦଳ ପାଇଁ ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ନିଷ୍ଠା ଓ ସମର୍ପଣ ଭାବ ନେଇ କାମ କରିବି: ସୁଜାତା

■ ଭୁବନେଶ୍ୱର, ୨୫।୬ (ସମ୍ବିଧ): ଭଗବାନ ଶ୍ରୀକୃଷ୍ଣ ଗୀତାରେ କହିଥିଲେ ଯେ ‘କର୍ମଣ୍ୟେ ବାଧ୍ୟକାରଃ ସ୍ତେ, ମା ଫଳେଷୁ କଦାଚନ’। ଆଜି ବି ମୁଁ ସେଇ ଶ୍ଳୋକକୁ ମନେ ରଖିଛି। ପ୍ରତ୍ୟେକ କାମକୁ ନିଷ୍ଠା ଓ ସମର୍ପଣ ଭାବରେ କରି ଆସିଛି। ମହାପ୍ରଭୁ ଜଗନ୍ନାଥଙ୍କ କୃପାରୁ, ବିଜେଡିର ସଦସ୍ୟମାନଙ୍କର ଆଶୀର୍ବାଦରୁ ନବୀନ ପଟ୍ଟନାୟକଙ୍କ ନେତୃତ୍ୱରେ ଆଗକୁ ବି ଅନୁରୂପ ନିଷ୍ଠା ଓ ସମର୍ପଣରେ ଦଳ ପାଇଁ କାମ କରିବି। ଦୀର୍ଘ ୨୪ ବର୍ଷ ଧରି ମୋତେ ନବୀନ ପଟ୍ଟନାୟକଙ୍କ ନେତୃତ୍ୱରେ ଓଡ଼ିଶା ମାଟି ଏବଂ ଜନସାଧାରଣଙ୍କ ସେବା କରିବା ପାଇଁ ସୁଯୋଗ ମିଳିଥିଲା। ଆଜି ଓଡ଼ିଶାର ସେବା କରିବାକୁ ପୁଣିଥରେ ନବୀନ ପଟ୍ଟନାୟକ ତାଙ୍କୁ ସୁଯୋଗ ଦେଇଛନ୍ତି ଓ ଏଥିପାଇଁ ସେ କୃତଜ୍ଞ ବୋଲି କହିଛନ୍ତି ସୁଜାତା ରାଉତ।



SPORT
UTILITY
VEHICLES

IT'S RAINING
OFFERS
THIS MONSOON

BOOK YOUR SUV FROM OUR RANGE
& GET ATTRACTIVE BENEFITS



XUV 3XO

BENEFITS UPTO
₹ 74 500.00*



SCORPIO
CLASSIC

BENEFITS UPTO
₹ 95 000.00*



THAR
RXX

BENEFITS UPTO
₹ 1 55 000.00*



SCORPIO

BENEFITS UPTO
₹ 55 600.00*



BOLERO

BENEFITS UPTO
₹ 34 000.00*

HURRY UP! OFFER VALID TILL 30th JUNE 2026

Scrap your old vehicle and earn benefits upto ₹ 1.5 Lakh*



with you
hamesha



Xmart
by mahindra
SMART BUY. SMART EXCHANGE.

*Credit at sole discretion of bank. #Subject to credit approval from the Bank/ Finance company. All other terms & Conditions will apply. Offer valid on select models till stock lasts. This offer cannot be clubbed with any other offer. Offer mentioned is maximum benefit available inclusive of insurance, exchange, loyalty, corporate as applicable. Offer will vary depending on the brand and model purchased and may vary from city to city. Contact your nearest Mahindra dealer for exact details. Terms of the offer may be altered/ amended/ withdrawn without prior notice. Accessories shown are not part of standard equipment. Offer valid till stock last.*T&C Apply.

MINERVA AUTOMOBILES: BOLANGIR, SONEPUR, NUAPADA: 7574891579, BHAWANIPATNA: 7574891577,

KRISHNA AUTOMOTIVE: ROURKELA, SUNDERGARH: 8929207509,

GN AUTONATION: SAMBALPUR, BARGARH: 9311772663, JHARSUGUDA: 9311772664

ବିଜେଡି ‘ମିଶନ’ରେ ସୁଜାତା ‘ଶକ୍ତି’

ରାଜ୍ୟର ମା ମାନେ କିପରି ଆମ୍ଭନିର୍ଭରହେବେ, ସ୍ୱାଭିମାନର ସହ ବଞ୍ଚିବେ ସେ ନେଇ ତତ୍କାଳୀନ ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀ ନବୀନ ପଟ୍ଟନାୟକଙ୍କ ସମ୍ବୁଦ୍ଧ ସାକାରର ରୂପ ଦେଇଥିଲେ ସୁଜାତା ରାଉତ । ମିଶନ ଶକ୍ତି ବିଭାଗର ସଚିବ ଭାବେ ଏହି ଅଭିଯାନକୁ ସେ ଆନ୍ଦୋଳନରେ ପରିଣତ କରିପାରିଥିଲେ । ଫଳସ୍ୱରୂପ ରାଜ୍ୟର ୭୦ ଲକ୍ଷରୁ ଉର୍ଦ୍ଧ୍ୱ ମହିଳା ସଶକ୍ତ ହେବା ସହ ସ୍ୱାଭିମାନର ସହ ବଞ୍ଚିବା ଆରମ୍ଭ କରିଥିଲେ । ସଫଳ ଉଦ୍ୟୋଗୀ ପାଇଁଟିବା ସହ ପରିବାରର ଭାର ଉଠାଇଥିଲେ । ତତ୍କାଳୀନ ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀ ନବୀନ ପଟ୍ଟନାୟକଙ୍କ ମାର୍ଗଦର୍ଶନରେ ବିଭାଗୀୟ ସଚିବ ତଥା କମିଶନର ଭାବେ ସୁଜାତା ନେଇଥିବା କେତେକ ପଦକ୍ଷେପ ମହିଳାଙ୍କ ଜୀବନରେ ଅକ୍ଷୁତପୂର୍ବ ପରିବର୍ତ୍ତନ ଆଣିଥିବା ନେଇ ସାଧାରଣରେ ଆଜିବି ଆଲୋଚନା ହୁଏ । ମହିଳାମାନେ ଯେପରି କମ୍ ସୁଧରେ ବ୍ୟାଙ୍କ ରଖି ପାଇପାରିବେ, ସେଥିପାଇଁ ତତ୍କାଳୀନ ନବୀନ ପଟ୍ଟନାୟକ ସରକାର ଆରମ୍ଭ କରିଥିଲେ ‘ସୁଧ ରିହାତି’ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ । ଏହି ପଦକ୍ଷେପ ମହିଳାଙ୍କ ଜୀବନରେ ଅକ୍ଷୁତପୂର୍ବ ପରିବର୍ତ୍ତନ ଆଣିବା ସହ ସେମାନଙ୍କୁ ସଫଳ ଉଦ୍ୟୋଗୀରେ



ଅଭିଯାନରୁ ଆନ୍ଦୋଳନ ‘ମିଶନ ଶକ୍ତି’

ପରିଣତ କରିଥିଲା । ଏପରିକି ମହିଳାଙ୍କୁ ତତ୍କାଳୀନ ସରକାର ୧୦ ଲକ୍ଷ ଟଙ୍କା ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ବିନା ସୁଧରେ ରଖି ପ୍ରଦାନ କରିବାକୁ ବ୍ୟବସ୍ଥା କରିଥିଲେ । କେବଳ ୨୦୨୪ ମସିହାରେ ମିଶନ ଶକ୍ତି ମା’ ମାନେ ୧୫ ହଜାର କୋଟି

ଟଙ୍କାର ବ୍ୟାଙ୍କ ରଖି ପାଇଥିଲେ । ପ୍ରତ୍ୟେକ ବୁଦ୍ଧ ଓ ଜିଲ୍ଲା ସ୍ତରରେ ସୁସଜ୍ଜିତ ‘ମିଶନ ଶକ୍ତି ଭବନ’ ନିର୍ମାଣର ମୁଖ୍ୟ ସ୍ଥପତିଥିଲେ ମହିଳାମାନେ ହୁଏତ, ସିଙ୍ଗାପୁରଠାରୁ ଆରମ୍ଭ କରି ବିଭିନ୍ନ ଦେଶ ବୁଲିବାକୁ ଯାଇ ପାରିଥିଲେ ।

ପ୍ରଦର୍ଶନ ଓ ପ୍ରଶିକ୍ଷଣ ପାଇଁ ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ବ୍ୟବସ୍ଥା କରାଯାଇଥିଲା । ମିଶନ ଶକ୍ତିରେ କାର୍ଯ୍ୟରତ ସପୋର୍ଟ ଷ୍ଟାଫଙ୍କ ପାଇଁ ସୁଟି, ମୋବାଇଲ ଫୋନ୍ ସହ ରାଜ୍ୟର ୭୦ ଲକ୍ଷ ସ୍ୱୟଂ ସହାୟକ ଗୋଷ୍ଠୀର ସଦସ୍ୟା ଓ ୧.୫ ଲକ୍ଷ ଏସଏଚ୍‌ଜି ଲିଡର ମାନଙ୍କ ପାଇଁ ଯୁନିଫର୍ମ ଓ ଫୁଟବଲ ବ୍ୟବସ୍ଥା କରିଥିଲେ ଶ୍ରୀମତୀ ରାଉତ । ଏପରିକି ତତ୍କାଳୀନ ବିଜେଡି ସରକାର ଭୁବନେଶ୍ୱରରେ ଏକ ଅତ୍ୟାଧୁନିକ ମିଶନ ଶକ୍ତି ବଜାର ଖୋଲାଯାଇଥିବା ବେଳେ ଆସନ୍ତା ୫ ବର୍ଷ ମଧ୍ୟରେ ସମଗ୍ର ରାଜ୍ୟରେ ୫ ହଜାର ମିଶନ ଶକ୍ତି ବଜାର ଓ ରିଟେଲ୍ ଆଇଟିଲେଟ୍ ଖୋଲିବାକୁ ଲକ୍ଷ୍ୟ ରଖିଥିଲେ ସରକାର । ଭୁବନେଶ୍ୱରରେ ମିଶନ ଶକ୍ତି ବଜାର ପରିଦର୍ଶନ ବେଳେ ବିଲ୍ ଗେଟ୍‌ସ ଏହାକୁ ଅନନ୍ୟ ପଦକ୍ଷେପ ବୋଲି ଉଲ୍ଲେଖ କରି ଭୁବିଭୁବି ପ୍ରଶଂସା ମଧ୍ୟ କରିଥିଲେ । ମାମାନଙ୍କୁ ସଫଳ ଉଦ୍ୟୋଗୀ ଭାବେ ଗଢ଼ିତୋଳିବା ପାଇଁ ଏକାଧିକ ପଦକ୍ଷେପ ମଧ୍ୟରେ ସବୁଠାରୁ ଆକର୍ଷଣୀୟ ଥିଲା ଏକ୍ସପୋଜର ଭିଜିଟ୍ । ଏହା ଅଧିନରେ ମହିଳାମାନେ ହୁଏତ, ସିଙ୍ଗାପୁରଠାରୁ ଆରମ୍ଭ କରି ବିଭିନ୍ନ ଦେଶ ବୁଲିବାକୁ ଯାଇ ପାରିଥିଲେ ।

ହାଇସ୍କୁଲ ଛାତ୍ରୀଙ୍କ ପାଇଁ ସାଇକଲ

ସର୍ବଭାରତୀୟ ପ୍ରଶାସନିକ ସେବାରେ ଯୋଗଦେବା ପରେ ସୁଜାତାଙ୍କ ବୃତ୍ତିଗତ ଜୀବନ ଆରମ୍ଭ ହୋଇଥିଲା ତତ୍କାଳୀନ ସମୟର ମାଓପ୍ରବଣ ଆଦିବାସୀ ଅଧ୍ୟୁଷିତ ସ୍ଥରଗଡ଼ ଜିଲ୍ଲାରେ । ଚାକିରି ଜୀବନୀ ଆରମ୍ଭରୁ ସେ ଅନେକ ସାମାଜିକ ଓ ଶିକ୍ଷାମୂଳକ ପଦକ୍ଷେପ ନେଇ ଚର୍ଚ୍ଚାକୁ ଆସିଥିଲେ । ୨୦୦୫ ମସିହାରେ ‘ଗତିଶୀଳତା ହିଁ ସଶକ୍ତିକରଣ’ ସ୍ଲୋଗାନ୍ ଅଧୀନରେ ହାଇସ୍କୁଲ ଛାତ୍ରୀମାନଙ୍କ ପାଇଁ ସାଇକଲ ବଣ୍ଟନ ଯୋଜନା ଆରମ୍ଭ କରିଥିଲେ । ପରବର୍ତ୍ତୀ ସମୟରେ ଏହି ଯୋଜନାକୁ ସାରା ରାଜ୍ୟରେ ଲାଗୁ କରାଯାଇଥିଲା ।

ମଧ୍ୟାହ୍ନ ଭୋଜନରେ ଅଣ୍ଡା

୨୦୦୬ ମସିହାରେ ଶ୍ରୀମତୀ ରାଉତ ସ୍ଥରଗଡ଼ ଜିଲ୍ଲାର ସରକାରୀ ବିଦ୍ୟାଳୟଗୁଡ଼ିକର ମଧ୍ୟାହ୍ନ ଭୋଜନ (ଏମ୍‌ଡିଏମ୍) ଯୋଜନାରେ ଅଣ୍ଡା ସାମିଲ କରାଇଥିଲେ । ଏହି ପଦକ୍ଷେପକୁ ଚାରିପାଖି ପ୍ରଶଂସା ମିଳିବା ସହ ପରବର୍ତ୍ତୀ ସମୟରେ ସମଗ୍ର ଓଡ଼ିଶାରେ ଲାଗୁ କରାଯାଇଥିଲା । ସ୍ଥରଗଡ଼ରେ କାର୍ଯ୍ୟରତ ସମୟରେ ସେ “ସୁଟବଲ୍ କଲେକ୍ଟର” ଭାବରେ ମଧ୍ୟ ପରିଚିତ ଥିଲେ । ମାଓବାଦୀ ପ୍ରଭାବିତ ଅଞ୍ଚଳର ଯୁବକ-ଯୁବତୀଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ସୁଟବଲ୍ ଓ ହକି ପରି କ୍ରୀଡ଼ାକୁ ପ୍ରେସ୍ତାହନ ଦେଇ ସେ କ୍ରୀଡ଼ା ସରଞ୍ଚାମ ବଣ୍ଟନ କରିଥିଲେ ଏବଂ ଉଦ୍‌ଯମାନ କ୍ରୀଡ଼ାବିଦ୍ୟମାନଙ୍କ ପାଇଁ ହଷ୍ଟେଲ ସ୍ଥାପନ କରିଥିଲେ ।

ପ୍ରସୂତାଙ୍କ ପାଇଁ ‘ମମତା’

ସମାଜ ମଙ୍ଗଳ ବିଭାଗର ନିର୍ଦ୍ଦେଶକ ଭାବେ କାର୍ଯ୍ୟରତ ଥିବା ସମୟରେ ଗର୍ଭବତୀ ଓ ପ୍ରସୂତି ମହିଳାମାନଙ୍କ ପାଇଁ ‘ମମତା’ ଯୋଜନା ପ୍ରଚଳନରେ ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ଭୂମିକା ନେଇଥିଲେ । ସ୍ୱେଚ୍ଛାକୃତ ଅବସର ନେବା ପୂର୍ବରୁ ଶ୍ରୀମତୀ ରାଉତ ଓଡ଼ିଶା ସରକାରଙ୍କ ଅର୍ଥ ବିଭାଗରେ ସ୍ୱତନ୍ତ୍ର ସଚିବ ଭାବେ କାର୍ଯ୍ୟରତ ଥିଲେ । ୨୦୨୫ ମସିହାରେ ସେ ସ୍ୱେଚ୍ଛାକୃତ ଅବସର ଗ୍ରହଣ କରିଥିଲେ ।



ବିଶ୍ୱ ଓଡ଼ିଆ ଭାଷା ସମ୍ମିଳନୀର ନେତୃତ୍ୱ

ଓଡ଼ିଶା ଦେଶର ପ୍ରଥମ ଭାଷା ଭିତ୍ତିକ ରାଜ୍ୟ । ଇତିହାସରେ ଓଡ଼ିଆ ଭାଷାର ବହୁ ଏତିହ୍ୟ ଓ ଶୌରବମୟ ଅଧ୍ୟାୟ ରହିଛି । ବର୍ତ୍ତମାନର ଯୁଗ, ବିଜ୍ଞାନ ଏବଂ ପ୍ରଯୁକ୍ତିବିଦ୍ୟା ଦ୍ୱାରା ପରିଚାଳିତ । ଏହି ଦ୍ରୁତ ପରିବର୍ତ୍ତନଶୀଳ ବିଶ୍ୱ ସହିତ ପାଦ ମିଳାଇ ଓଡ଼ିଆ ଭାଷା ଓ ସାହିତ୍ୟ ଭବିଷ୍ୟତର ଆହ୍ୱାନର କିପରି ମୁକାବିଲା କରି ଓଡ଼ିଆ ଭାଷାର ଉନ୍ନତି ଓ ଲୋକପ୍ରିୟ କରିହେବ ତାକୁ ଲକ୍ଷ୍ୟ କରି ଓଡ଼ିଶାରେ ପ୍ରଥମ ବିଶ୍ୱ ଓଡ଼ିଆ ଭାଷା ସମ୍ମିଳନୀ ଆୟୋଜନ କରାଯାଇଥିଲା । ୨୦୨୪ ମସିହା ଫେବୃଆରୀ ମାସରେ ଭୁବନେଶ୍ୱରରେ ହୋଇଥିବା ଏହି ବିରାଟ ସମ୍ମିଳନୀ ଦୀର୍ଘ ନିଜ କାନ୍ଧକୁ ନେଇଥିଲେ ତତ୍କାଳୀନ ଭାଷା ସାହିତ୍ୟ ଓ ସଂସ୍କୃତି ବିଭାଗର ଶାସନ ସଚିବ ସୁଜାତା ରାଉତ । ଶାନ୍ତିନିଧି ଏହି ସମ୍ମିଳନୀରେ ଓଡ଼ିଆ ଭାଷା ପ୍ରସଙ୍ଗରେ ବିଚାରବିମର୍ଶ କରାଯିବା ବୃହତ୍ତର ବିଶ୍ୱଆଡ଼କୁ ଓଡ଼ିଆ ଭାଷା କିପରି ଅଗ୍ରସର ହେବ, ସେଥିନେଇ ମାନସମଞ୍ଜସ ହୋଇଥିଲା । ଏହି ସମ୍ମିଳନୀ ଆୟୋଜନ କରାଯିବା ନିମନ୍ତେ ୨୦୨୪ ଡିସେମ୍ବର ୧୯ ତାରିଖରେ ଅନୁଷ୍ଠିତ ଏତିହ୍ୟ କ୍ୟାବିନେଟରେ ନିଷ୍ପତ୍ତି ଗ୍ରହଣ କରାଯାଇଥିଲା । ଏହି ସମ୍ମିଳନୀ ଯେପରି ବିପୁଳ ସଫଳତା ହାସଲ କରିବ, ସେଥିପାଇଁ ତତ୍କାଳୀନ ମୁଖ୍ୟମନ୍ତ୍ରୀ ନବୀନ ପଟ୍ଟନାୟକ ଗୁରୁତ୍ୱ ଆରୋପ କରିଥିବା ବେଳେ ସୁଜାତା ହିଁ ଏହି ସମ୍ମିଳନୀର ମଙ୍ଗ ଧରିଥିଲେ । ୩ ଦିନରେ ମୋଟ ୧୭ଟି ଅଧିବେଶନ ସହ ଓଡ଼ିଆ ଭାଷାର ଉତ୍ପତ୍ତି, କ୍ରମବିକାଶ ଓ ଲୋକପ୍ରିୟତା ଉପରେ ସାରଗର୍ଭିକ ଆଲୋଚନା କରାଯାଇଥିଲା ।

‘ସକାଳ’ର ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ

ସୁସ୍ଥ ରହିବା ପାଇଁ କଣେ ବୟସ୍କ ବ୍ୟକ୍ତି ପ୍ରତିଦିନ ୨୦୦ ମିଲି ଲିଟର ପାଣି ପିଇବା ଆବଶ୍ୟକ । ପାଣିର ପରିମାଣ ଶରୀରର ଉତ୍ତମ, ଜଳବାୟୁ ଶାରୀରିକ ପରିସ୍ଥିତି ଆଦି ଉପରେ ନିର୍ଭର କରେ । ସଠିକ୍ ପରିମାଣର ପାଣି ଶରୀରର ତାପମାତ୍ରାକୁ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ କରିବା ସହ ବୃକ୍କକୁ ସୁସ୍ଥ ରଖେ । ହେଲେ ଅଧିକାଂଶ ଆବଶ୍ୟକତାଠାରୁ ଅଧିକ ପାଣି ପିଅନ୍ତି । ଏହି ଅତ୍ୟାଧିକ ବିଶାକ୍ତତା କରିପାରେ ।

ଘର ବଇଦ

- ମାଣସିକତାକୁ ଟିକିଟିକି କରି କାଟି ଖରାରେ ଶୁଖାଇ ଅନ୍ତର୍ଯ୍ୟାମି ଭସ୍ମକରି ସେହି ଭସ୍ମରେ ସୋରିଷ ତେଲ ଓ ସୈନ୍ଧବ ଲବଣ ମିଶାଇ ଜିଭରେ ଲଗାଇଲେ ସକଳ ପ୍ରକାର ଜିହ୍ୱାରୋଗ ଦୂର ହୁଏ ।
- ବାଡ଼ିଆଁଙ୍କା ଗଛ କାଟି ଜିଭରେ ଲଗାଇଲେ ସେହି ପାଣିରେ ଗୋଳି କୁହୁକୁଆ କରିବେ ।
- କୋଟି ପିଲାଙ୍କର ଜିଭରେ ଘା’ ହେଲେ କର୍ପୂର ପାଣିରେ ଜିଭ ଧୋଇବେ ।
- କଞ୍ଚା କଞ୍ଚୁକାକୁଡ଼ି ଟୋବାଇ ଖାଇଲେ ଜିହ୍ୱାରୋଗ ଭଲ ହୋଇଥାଏ ।
- ବାଉଁସର ଚୂର୍ଣ୍ଣରେ ମହୁ ମିଶାଇ ଜିଭରେ ଲଗାଇବେ ।
- ତେଜପତ୍ରକୁ ପାଣିରେ ଫୁଟାଇ ସେହି ପାଣିରେ କୁହୁକୁଆ କରିଲେ ଜିହ୍ୱାରୋଗ ଦୂର ହୁଏ । (ଲକ୍ଷ୍ମଣ ମିଶ୍ରଙ୍କ ଦ୍ୱାରା ଲିଖିତ ପୁସ୍ତକରୁ ଉଦ୍ଧୃତ)

ଝାଟର ଇନ୍‌ଟେକ୍ସିକେସନ୍

ଅତ୍ୟଧିକ ପରିମାଣର ଜଳକୁ ଝାଟ ଓ ପରିସ୍ରା ମାଧ୍ୟମରେ ବାହାର କରିଥାଏ । ହେଲେ ଅଧିକ ପାଣି ପିଇବା ଦ୍ୱାରା ଶରୀର ପ୍ରାକୃତିକ ଭାବେ ମାତ୍ରାଧିକ ଜଳକୁ ବାହାର କରି ପାରେନି । ଋତୁରେ ଯୋଡ଼ିଯମ୍ ମାତ୍ରା ହ୍ରାସ ପାଏ । ଋତୁରେ ଯୋଡ଼ିଯମ୍ ହ୍ରାସ ପାଇଲେ ହାଇପୋନାଟ୍ରେମିଆ ଭଳି ପରିସ୍ଥିତି ସୃଷ୍ଟି ହୁଏ । ମାତ୍ରାଧିକ

ପାଣି ଶରୀରର କୋଷରେ ଜମିବା ସହିତ ପୁଲିଥାଏ । ମସ୍ତିଷ୍କରେ ପାଣି ଜମିବା ଦ୍ୱାରା ଖଦୁରୀ ଆକାର ବୃଦ୍ଧି ପାଇ ମସ୍ତିଷ୍କର କାର୍ଯ୍ୟକାରୀତା ବାଧ୍ୟମାତ୍ର ହୋଇଥାଏ ।

ଲକ୍ଷଣ: ଆରମ୍ଭରୁ ମୁଣ୍ଡବିନ୍ଧା, ବାନ୍ତି ଆଦି ଲକ୍ଷଣ ଦେଖାଯାଏ । ଗନ୍ଧର ଶ୍ୱିତିରେ ମାଂସପେଶୀ ଦୁର୍ବଳ, ସ୍ମୃତିଶକ୍ତି ହ୍ରାସ, ନିଶ୍ୱାସ ନେବାରେ ସମସ୍ୟା ଆଦି ହୁଏ । ତେଣୁ ସର୍ବଦା ନିଜ ଶାରୀରିକ ସ୍ଥିତି ଅନୁସାରେ ପାଣି ପିଇବା ଆବଶ୍ୟକ । ଦିନରେ ଅଳ୍ପ ଅଳ୍ପ କରି ପାଣି ପିଇବା ସହିତ ସୋଡିୟମ, ପୋଟାସିୟମ ଏବଂ ମ୍ୟାଗ୍ନେସିୟମ ପରି ଇଲେକ୍ଟ୍ରୋଲାଇଟ୍‌ସର ସନ୍ତୁଳନ ରଖିବା ଆବଶ୍ୟକ ।

ଝାଟର ଇନ୍‌ଟେକ୍ସିକେସନ୍ ଅତ୍ୟଧିକ ପରିମାଣର ଜଳକୁ ଝାଟ ଓ ପରିସ୍ରା ମାଧ୍ୟମରେ ବାହାର କରିଥାଏ । ହେଲେ ଅଧିକ ପାଣି ପିଇବା ଦ୍ୱାରା ଶରୀର ପ୍ରାକୃତିକ ଭାବେ ମାତ୍ରାଧିକ ଜଳକୁ ବାହାର କରି ପାରେନି । ଋତୁରେ ଯୋଡ଼ିଯମ୍ ମାତ୍ରା ହ୍ରାସ ପାଏ । ଋତୁରେ ଯୋଡ଼ିଯମ୍ ହ୍ରାସ ପାଇଲେ ହାଇପୋନାଟ୍ରେମିଆ ଭଳି ପରିସ୍ଥିତି ସୃଷ୍ଟି ହୁଏ । ମାତ୍ରାଧିକ

ପାଣି ଶରୀରର କୋଷରେ ଜମିବା ସହିତ ପୁଲିଥାଏ । ମସ୍ତିଷ୍କରେ ପାଣି ଜମିବା ଦ୍ୱାରା ଖଦୁରୀ ଆକାର ବୃଦ୍ଧି ପାଇ ମସ୍ତିଷ୍କର କାର୍ଯ୍ୟକାରୀତା ବାଧ୍ୟମାତ୍ର ହୋଇଥାଏ । ଲକ୍ଷଣ: ଆରମ୍ଭରୁ ମୁଣ୍ଡବିନ୍ଧା, ବାନ୍ତି ଆଦି ଲକ୍ଷଣ ଦେଖାଯାଏ । ଗନ୍ଧର ଶ୍ୱିତିରେ ମାଂସପେଶୀ ଦୁର୍ବଳ, ସ୍ମୃତିଶକ୍ତି ହ୍ରାସ, ନିଶ୍ୱାସ ନେବାରେ ସମସ୍ୟା ଆଦି ହୁଏ । ତେଣୁ ସର୍ବଦା ନିଜ ଶାରୀରିକ ସ୍ଥିତି ଅନୁସାରେ ପାଣି ପିଇବା ଆବଶ୍ୟକ । ଦିନରେ ଅଳ୍ପ ଅଳ୍ପ କରି ପାଣି ପିଇବା ସହିତ ସୋଡିୟମ, ପୋଟାସିୟମ ଏବଂ ମ୍ୟାଗ୍ନେସିୟମ ପରି ଇଲେକ୍ଟ୍ରୋଲାଇଟ୍‌ସର ସନ୍ତୁଳନ ରଖିବା ଆବଶ୍ୟକ ।

ସଞ୍ଚାରନା

ଏଣ୍ଡୋମେଟ୍ରିଆଲ୍ କ୍ୟାନସର ସଚେତନତା ହିଁ ପ୍ରଥମ ସୁରକ୍ଷା

ମହିଳାମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ଦିନକୁ ଦିନ ବୃଦ୍ଧି ପାଉଥିବା କ୍ୟାନସର ରୋଗମାନଙ୍କ ଭିତରୁ ଏଣ୍ଡୋମେଟ୍ରିଆଲ୍ କ୍ୟାନସର ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ଅଟେ । ଏହା ଗର୍ଭାଶୟର ଭିତର ପତ୍ର, “ଏଣ୍ଡୋମେଟ୍ରିଆଲ୍” ରୁ ଆରମ୍ଭ ହୁଏ । ସାଧାରଣତଃ ରଜୋନିବୃଦ୍ଧି ପରେ ଥିବା ମହିଳାମାନଙ୍କଠାରେ ଏହି ରୋଗ ଅଧିକ ଦେଖାଯାଏ । କିନ୍ତୁ ବର୍ତ୍ତମାନ ଅନିୟମିତ ସମୟରେ ଗର୍ଭାଶୟର ଅସ୍ୱଚ୍ଛନ୍ଦ ହେତୁ ଯୁବତୀମାନେ ମଧ୍ୟ ଏହି କ୍ୟାନସର ବା କର୍କଟରେ ପୀଡ଼ିତ ହେଉଛନ୍ତି । ଏଣ୍ଡୋମେଟ୍ରିଆଲ୍ କ୍ୟାନସରର ପ୍ରମୁଖ ଲକ୍ଷଣ ହେଲା ଅସାମାନ୍ୟ ଯୋନି ରକ୍ତସ୍ରାବ । ବିଶେଷକରି ରଜୋନିବୃଦ୍ଧି ପରେ ଯଦି ରକ୍ତସ୍ରାବ ହୁଏ, ତାହାକୁ କେବେ ମଧ୍ୟ ଅବହେଳା କରିବା ଉଚିତ ନୁହେଁ । ଏଣ୍ଡୋମେଟ୍ରିଆଲ୍ କ୍ୟାନସରର ପ୍ରମୁଖ ଲକ୍ଷଣ ହେଲା ଅସାମାନ୍ୟ ଯୋନି ରକ୍ତସ୍ରାବ । ବିଶେଷକରି ରଜୋନିବୃଦ୍ଧି ପରେ ଯଦି ରକ୍ତସ୍ରାବ ହୁଏ, ତାହାକୁ କେବେ ମଧ୍ୟ ଅବହେଳା କରିବା ଉଚିତ ନୁହେଁ ।

ଏଥିସହ ତଳ ପେଟରେ ବେଦନା, ଅସାମାନ୍ୟ ସ୍ରାବ, ଉଜନ କମିଯିବା ଓ ହୃଦ୍‌କମ୍ପ ମଧ୍ୟ ଏହାର ଲକ୍ଷଣ ହୋଇପାରେ । ଡାକ୍ତରମାନଙ୍କ ମତାନ୍ୱୟରେ ଅତ୍ୟଧିକ ମୋଟାପା, ଡାଇବେଟିସ୍, ରକ୍ତଚାପ, ହରମୋନ ଅସ୍ୱଚ୍ଛନ୍ଦ, ସନ୍ତାନ ନ ହେବା ଏବଂ ପରିବାରରେ କ୍ୟାନସର ଇତିହାସ ଥିବା ମହିଳାମାନଙ୍କଠାରେ ଏହି ରୋଗ ବଢ଼ିଥାଏ । ଠିକ୍ ସମୟରେ ଚିକିତ୍ସା ହେଲେ ଏହି କ୍ୟାନସରର ସଫଳ ଚିକିତ୍ସା ସମ୍ଭବ । ଅଳ୍ପାୟୁସୀ ପରୀକ୍ଷା ମାଧ୍ୟମରେ ଏହାକୁ ଚିହ୍ନଟ କରାଯାଏ । ଚିକିତ୍ସା ପ୍ରଣାଳୀରେ ଡାକ୍ତର ଭିନ୍ନ ଭିନ୍ନ ପଦ୍ଧତି ବ୍ୟବହାର କରନ୍ତି । କେମୋଥେରାପି ଓ ହରମୋନ ଥେରାପି ଅନ୍ତର୍ଭୁକ୍ତ । ଡାକ୍ତରଙ୍କ ପରାମର୍ଶ ଅନୁଯାୟୀ ରୋଗୀଙ୍କ ଅବସ୍ଥାକୁ ଦେଖି ଚିକିତ୍ସା କରାଯାଏ । ସାଧ୍ୟ ବିଶେଷଜ୍ଞମାନଙ୍କ ମତରେ, ସୁସ୍ଥ ଜୀବନଶୈଳୀ ଅନୁସରଣ, ନିୟମିତ ବ୍ୟାୟାମ, ସମତୁଳିତ ଖାଦ୍ୟ ଗ୍ରହଣ ଓ ସମୟ ସମୟରେ ସାଧ୍ୟ ପରୀକ୍ଷା କରାଯିବା ଦ୍ୱାରା ଏହି ରୋଗ କମାଇ ପାରିବ । ସଚେତନତା ଓ ଶୀଘ୍ର ଚିକିତ୍ସା ହିଁ ଏଣ୍ଡୋମେଟ୍ରିଆଲ୍ କ୍ୟାନସର ବିରୋଧରେ ସବୁଠାରୁ ବଡ଼ ଅସ୍ତ୍ର । ପ୍ରଫେସର, ଗାନ୍ଧୀ ଅକାଦେମି, ଆର୍ଯ୍ୟ ହରିହର ପୋଷ୍ଟ ଗ୍ରାଜୁଏଟ୍ ଇନଷ୍ଟିଚ୍ୟୁଟ୍ ଅଫ୍ କ୍ୟାନସର, କଟକ

