



ଜୀବନ ଯେମିତି

ବାହାଘରକୁ ନେଇ ସବୁ ଝିଅଙ୍କ ମନରେ ବେଶ ଉଷାଦ ରହିଆଏ । କ'ଣ ପିଣ୍ଡିବେ, କେମିତି ମୋକ୍ଷଅପ୍ତ ନେବେ ଏଉଳି ସବୁ କଥାକୁ ନେଇ ଅନେକ ଚିନ୍ତାରେ ପଡ଼ିଯାଆନ୍ତି । ଖାସ କରି, ବାହାଘରରେ ସବୁଠୁ ଗୁରୁଡ଼ପୂର୍ଣ୍ଣ ହେଉଛି ପୋଷାକ । ଯଦି ବାହାଘରରେ ଲେହେଜା ପିଣ୍ଡିବା ପାଇଁ ମନ କରିଛନ୍ତି ତାହେଲେ ଆପଣଙ୍କୁ କିଛିଟା ଜିନିଷ ପ୍ରତି ଧାନ ଦେବାକୁ ପଡ଼ିବ...

# ବାହ୍ୟାଧରକୁ ଲେଖେଣା କିଣୁଥୁଳେ

- ଲେଖେଣା କିଶିବା ସମୟରେ ନିଜ ଉଚ୍ଚତା, ଓଜନ ଏବଂ ରଙ୍ଗକୁ ମାନିଲା ଭଲି ତିଜାଇନ୍ ପସଦ କରନ୍ତୁ । ଯାହା ସୁଧର ଦେଖାୟାଉଥିବ ତାହା ଆପଣ ପିଣ୍ଡିଲେ ଭଲ ଦିଶିବେ ଏପରି କିଛି କାରଣ ନାହିଁ ।
  - ଯଦି ଆପଣଙ୍କ ଉଚ୍ଚତା ଠିକ୍ ଅଛି, କିନ୍ତୁ ଓଜନ କମ୍ ଥିଲେ ଆପଣ ଅଧିକ ଘେର ଥିବା ଲେଖେଣା ପିଣ୍ଡିବା ଉଚିତ । ଏହାଦୀରା ଆପଣଙ୍କ ଉଚ୍ଚତା ଅଧିକ ଜଣାପଢ଼ିବନି । କିନ୍ତୁ ଯଦି ଉଚ୍ଚତା କମ୍ ଓ ଓଜନ ଅଧିକ ଥିଲେ ପତଳା ବା କମ୍ ତିଜାଇନ୍ ର ଲେଖେଣା ଭଲ ଦିଶିବ ।
  - ଆପଣଙ୍କ ଉଚ୍ଚତା ଅନୁଯାୟୀ ଓଜନ ଅଧିକ ଥିଲେ ପିଟିଟି ଲେହେଣା ଖୁବ୍ ଭଲ ମାନିବ । ଏହାକୁ ପିଣ୍ଡିବା ଦ୍ୱାରା ଆପଣଙ୍କ ମୋଟାପଣ ଜଣାପଢ଼ିବନି ଓ ସାମାନ୍ୟ ପତଳା ଦିଶିବେ ।
  - ଯଦି ଆପଣଙ୍କ ରଙ୍ଗ ଗୋରା ତେବେ ଯେକୋଣସି ରଙ୍ଗର ଲେଖେଣା



- କିଣିଶାରତି । ଯେପରିକି- ପିଙ୍କ, ପିଚ, ବା  
ଲାଇଟ୍-ସପୁ ଗ୍ରାନ୍, ପେଷାଲ୍ ଆଦି ।
  - ଶ୍ୟାମଳ ବର୍ଣ୍ଣ ହୋଇଥିଲେ ରୁବି ଦେଡ଼,  
ନେଉ ବୁଲ୍ଲ ଅରେଖ ରେଷ୍, ଗୋଲତେନ,  
ରୟାଳ ବୁଲି ରଙ୍ଗର ଲେହେଙ୍ଗା କିଣିନ୍ତୁ ।
  - କଳା ରଙ୍ଗର ଟିଆମାନେ ବ୍ରାଇଟ, କଲ୍ରି  
ଯେପରିକି- ମର୍ଜେଣ୍ଡା, ଲାଲ, ନାରଙ୍ଗୀ  
ଆଦି ପଥାନ କରିବା ଉଚିତ । ଏହା  
ଆପଣଙ୍କ ରଙ୍ଗକୁ ବେଶ ଭଲ ମାନିବ ।
  - ଧାନ ରଖିବେ ଯଦି ଲେହେଙ୍ଗା ଅଧିକ  
ଭାରୀ କାମ (ହେବି ଡ୍ରାର୍କ) ହୋଇଥାଏ  
ତେବେ ଦୂପଙ୍ଗ ହାଲକା କାମ  
ହୋଇଥିବା ଦରକାର । ଯଦି ଉଚ୍ଚପରେ  
ଭାରୀ କାମ ହୋଇଥାଏ ତାହେଲେ  
ଆପଣଙ୍କ ଗହଣାର ଲୁକ୍,  
ଜଣାପଡ଼ିବନାହିଁ, ଏଥୁଥି ଆପଣଙ୍କ  
ଲୁକ୍ ମଧ୍ୟ ଭାରୀ ଦିଶିବ । ଏସବୁ ବାଦ,  
ନିଜେ ଆଗମ ଅନୁଭବ କରିବା ଭଲି  
ଲେହେଙ୍ଗା ହିଁ କିଣିନ୍ତୁ ।



ରୋଷଇ

ସାଲାଭ୍ରରେ ପର୍ଯ୍ୟାସ୍ତ ମାତ୍ରାରେ କ୍ଲୁଟିଏଷ୍ଟ୍‌ସ୍ ଏବଂ ଫାଇବର୍  
ରହିଥାଏ, ଯାହାକି ଆମକୁ ସୁନ୍ଦର ରଖିବାରେ ଯଥେଷ୍ଟ ଭୂମିକା ରହିଛି ।  
ଯଦି ଆମର ଖାଦ୍ୟରେ ପ୍ରତିଦିନ ସାଲାଭ୍ରକୁ ସାମିଲ୍ କରାଯାଏ  
ତେବେ କିନ୍ତୁ 1 ରୋଗ ଭଳି ଗୁରୁତ୍ବର ସ୍ଵାସ୍ଥ୍ୟ ସମସ୍ୟାକୁ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ  
କରାଯାଇପାରିବ । ଏହା ଆମର କି କି ଉପକାରରେ ଆସିପାରେ,  
ସେ ସମ୍ପର୍କରେ ଜାଣିରଖନ୍ତୁ....

# ନିୟମିତ ସାଲାଭ ଖାଆନ୍ତୁ !

- ସାଲାଭରେ ଯଥେଷ୍ଟ ଫଳକର ଥିବାରୁ ଏହା ଶରୀରର ବର୍ଜ୍ଜ ଜିନିଷ ବାହାର କରିବାରେ ସହାୟକ ହୁଏ । ଫଳରେ କିତ୍ତନୀ ସଠିକ୍ ରୂପେ ପରିଚାଳିତ ହୁଏ ।
  - ଏଥୁରେ ଥିବା ଏଞ୍ଜାଇମ୍ ଖାଦ୍ୟ ହଜମ



ପ୍ରକୁପିଯାକୁ ସହଜ କରିପାରେ । ରକ୍ତ  
ସଞ୍ଚାଳନରେ ସୁଧାର ଆସିବା ସହ ଭ୍ରମରେ  
ଉଦ୍ଭବିତ ଆସିଥାଏ । ଜ୍ୟାନସର ସେଲୁ  
ତିଆରି ହେବାରୁ ମଧ୍ୟ ସାଲାଭ ବଞ୍ଚାଇଥାଏ ।  
ଖୋବାରେ ପାଗାଦର ମାର୍ଗର କରେ ମେଘ

- ଜଳଦି ଭରିଯାଏ । ଫଳରେ ଆମେ ଅଧିକ ଖାଇବାରୁ ବଞ୍ଚିତ ହେଉ । ଯାହାକି ମୋଟାପଣକୁ କମ୍ କରିବାରେ ସାହାଯ୍ୟ କରେ ।

- ଏହି ପ୍ରକାଶ ଏ ମାତ୍ରା  
ହୋଇଯାଏ । ଫଳରେ  
ଦାନ୍ତ ଓ ମାଂସପଣେଶ  
ଶଳ ହୁଏ । ଏହା ମଧ୍ୟ  
କୋଲେଷ୍ଟଲକୁ କମ୍  
କରିବା ସହ ହୃଦ୍ରୋଗ  
ଆଶକାନ୍ତ ଦୂର  
କରେ ।

- 

ପୁଣିରୋଧକ ଶକ୍ତି ବଢାଇବା ସହ ଥଣ୍ଡା, କାଶ ଭଳି ସମସ୍ୟାକୁ ଦୂର କରିପାରେ ।

ଏଥୁବୁ କୋଷକାଠିନ୍ୟ ସମସ୍ୟା ମଧ୍ୟ ଦୂର ହୁଁ ।

ନିୟମିତ ସାଲାଦ, ଖାଇଲେ ଏହିତ, ମାତ୍ରା ନିୟନ୍ତ୍ରଣାଧୂନ ରହିଥାଏ । ଫଳରେ ଏହିଟିତି ସମସ୍ୟା ନନ୍ଦାରି ।

# ରଙ୍ଗରୁ ଜାଣନ୍ତୁ ବ୍ୟକ୍ତିତ୍ବ

- ସମ୍ବୁଦ୍ଧ ଶାସ୍ତ୍ର ଅନୁସାରେ, କଳା ରଙ୍ଗାର  
ବ୍ୟକ୍ତି ସୁପ୍ରେ, ପରିଶ୍ରମା ହେବା ସହ କ୍ଲୋଷ୍  
ମଧ୍ୟ ଅଟନ୍ତି । ଏମାନଙ୍କର ବୌକ୍ରିକ  
ବିକାଶ କମ ହୋଇଥିବା ହେଉଁ ଏହାର  
ପରିଣାମସ୍ଵରୂପ ସମାଜର ସବୁ  
ପରମ୍ପରା, ସଂକ୍ଷାର ଏବଂ ମର୍ଯ୍ୟାଦା ଠାରୁ

- ଦୁରେଇ ରୁହୁଛି । ହିଁସା, ଆକ୍ରମଣ ଭଳି ଅପରାଧକୁ ପ୍ରବୃତ୍ତିକୁ ଆପଣେଇ ନିଅନ୍ତି ।
  - ଅତ୍ୟନ୍ତ କଳା ରଙ୍ଗ ଅର୍ଥାତ୍ ଯେଉଁ ସା ଲୋକଙ୍କର ଆଖୁ, ଦୂରା, କେଶ, ଓ୦, ତାଙ୍କୁ, ଜିର ଆଦି ଅଧିକ କଳା ହୋଇଥାଏ ସେମାନେ ନିମ୍ନ ବର୍ଗର ଅଟେ । ଏମାନେ

- ସ୍ଥାପନାରୁ ହେବା ସହ ସାହସ୍ରା ମଧ୍ୟ  
ବିଶ୍ୱାସାନ୍ୟ, ଉଚିତ୍ ମାର୍ଗ ଦେଖାଇ ତଥା  
ଉଲ୍ଲଙ୍ଘନ ପାଇବାରେ କଳିଦାନ ଦେବା ଭାଲୁ  
ବ୍ୟକ୍ତିର ଏମାନଙ୍କ ନିକଟରେ ରହିଛି ।

● ସମୁଦ୍ର ଶାସ୍ତ୍ର ଅନୁସ୍ଥାରେ, ଗୋରା ରଜଙ୍କର  
ଦୂରଚିତ୍ ପ୍ରକାରେ ବିଭାଜନ

# ହୃଦୟାରେ ପ୍ରତିକାର



- ନିୟମିତ ଖାଦ୍ୟରେ ଚମାଗେ ସାମିଲ୍ କରନ୍ତୁ । ଏଥରେ ଥିବା ଲାଲକୋପିନ୍, ବିଟା-କ୍ୟାରୋଟିନ୍, ଫୋଲେଟ୍, ପୋଗାସିଯମ୍ ଏବଂ ଉଚାମିନ୍-ସି କୋଲେଷ୍ଟଲ୍‌କୁ କମ୍ କରିପାରେ । ଏହାଦ୍ୟାର ହୃଦରୋଗ ସମସ୍ୟା ଦେଖାଦିବ ନାହିଁ ।
  - ଦହି ଖାଇବା ଉଚିତ । ଏହା ଶରୀରରେ କୋଲେଷ୍ଟଲ୍‌କୁ କମ୍ କରିବାରେ ସାହାଦ୍ୟ ଜିମ୍ବେ ରାତିରେ ୪-୫ ଗ୍ରାମ ହିର

- ଡାଲି ଭିଜାଇ ରଖନ୍ତୁ । ସକାଳୁ ଏହାର  
ବାଟି କ୍ଷାର ସହ ମିଶାଇ ପିଆନ୍ତୁ । ଚାହିଁଲେ  
ଚିନ୍ଦି ପକାଇ ପିଇପାରିବେ ।
  - ଲାଉନ୍କୁ ପୁଗାଇ ଥିବେ ଜିରା, ହଳଦିନ  
ଏବଂ ଧନିଆପତ୍ର ମିଶାଇ ଖାଆନ୍ତୁ  
ଏପରି ସପ୍ତାହରେ ଗ-୩ ଥର ଖାଲିଲେ  
କୋଲେଣ୍ଟଲି କମ୍ ହେବା ସହ ଛୁଦିଗୋଟିଏ  
ଆଶଙ୍କା ଦୂର ହୁଏ ।
  - ଲେମ୍ବୁରେ ପର୍ଯ୍ୟାୟ ମାତ୍ରାରେ ଆଣି  
ଅନ୍ତିମେଶ୍ଵର ରହିଛି । ଏହା ଶବାରମ୍ଭରେ

ସାହୁ

ଖରାପ କୋଲେଷ୍ଟଲ୍‌କୁ ବାହାର  
କରିବାରେ ସାହାଯ୍ୟ କରେ । ଯାହାକି  
ହେଉଥିବା ରୋକ୍ତିଥାଏ ।

- ନିୟମିତ ଖାଦ୍ୟ ଖାଇସାରିବା ପଠେ ସାମାନ୍ୟ ଘିଆ ଏବଂ ଗୁଡ଼ ଖାଆକୁ ଏଥରେ ରକ୍ତ ସଞ୍ଚାଳନ ସହଜ ହେବା ସମ୍ଭବ ହୃଦୟରେ ହୃଦୟରେ ଅନ୍ତରେ ଦୁଇ କିମ୍ବା ତିନି ଥର ଗାଙ୍ଗର ଜୁଲୁଟେ ମହୁ ମିଶାଇ ପିଇବା ଉଚିତ । ଏହା ହୃଦୟରୋଗାମାନଙ୍କ ଉପକାରୀ ଆଟେ ।
  - ପ୍ରତିଦିନ ସକାଳୁ ଖାଲି ପେଟରେ ୨/୩ କୋଲା ରସୁଣ ପାଣି ସହ ଖାଆକୁ ଏଥରେ ଥୁବା ଆଷ୍ଟି-ଅଳ୍କି ତେଜିଷ୍ଟି କୋଲେଷ୍ଟଲକୁ କମ୍ କରିବା ସମ୍ଭବ ହୃଦୟାତକ ଦୂରେଇପାରେ ।
  - ନାଟି ବାଦାମ ଏବଂ ୪ ଟି ଅଳେଇଚକନ୍ତେ ଗୁଣ୍ଡ କରି ଏଥରେ ସାମାନ୍ୟ ତୁଳସୀ ପତ୍ର ଗୁଣ୍ଡ ମିଶାଇ ନିୟମିତ ପାଣି ସହ ପିଅନ୍ତୁ ଏକ ଗ୍ଲୋସ କାର ସହ ବିଶ ହୋଇଥିବା ଅଁଳା ମିଶାଇ ପିଅନ୍ତୁ । ଏହା କୋଲେଷ୍ଟଲର ମାତ୍ରକୁ କମ୍ କରିବା ସମ୍ଭବ ହନ୍ତରେମ ଆଶଙ୍କା ଦୂର କରେ ।







ମେସିନ କରୁଛି ମନରେଣା କାମ; କାମଧ୍ୟ ନପାଇ ଦାତନ ଖଟିବାକୁ ଯାଉଛନ୍ତି ଶ୍ରୀକି

ଦେବଗତ୍ତା: ଗ୍ରାମାଞ୍ଚଳର ଶ୍ରୀମିକମାନଙ୍କୁ କର୍ମ ନିୟୁକ୍ତ ପ୍ରଦାନ ଲକ୍ଷ୍ୟରେ କେତ୍ର ସରକାର ସମସ୍ତ ଦେଶରେ କାର୍ଯ୍ୟକାରୀ କରୁଛନ୍ତି ମହାଯା ଗାନ୍ଧୀ ଜୀବାୟ ଗ୍ରାମାଣି ନିଷ୍ଠିତ କର୍ମ ନିୟୁକ୍ତ ଯୋଜନା । ମାତ୍ର କେତେକ ଅସାଧୁ ଗ୍ରାମ ରୋଜଗାର ସେବକ, ପଂଚାୟତ ନିର୍ବିହା ଅଧିକାରୀ ଓ ଯନ୍ତ୍ରୀମାନଙ୍କ ଦୂର୍ନିତିଖୋର ମନୋଭାବ, ରାଜେନ୍ଦ୍ରାଜକ ପ୍ରତି ଅନୁକଳ୍ପା ଓ ଟିକାଦାର ପ୍ରାବି ଯୋର୍ଜୁ ରାଜ୍ୟର ଅନ୍ୟତମ ଅନୁନ୍ଦତ ତଥା ଶ୍ରୀମିକ ବହୁଳ ଦେବଗତ୍ତ ଜିଲ୍ଲାରେ ଏହି ଯୋଜନା ପ୍ରଥମରେ ପରିଶତ ହୋଇଛି । ଏହି କ୍ରମରେ ଦେବଗତ୍ତ ଜିଲ୍ଲାର ରିଆମାଳ ବ୍ଲକ ବୁଢ଼ାପାଳ ଗ୍ରାମପଂଚାୟତର ଗମାରୀପାଳ ଖେଳପଡ଼ିଆର ଉନ୍ନତିକରଣ କାର୍ଯ୍ୟରେ ମଧ୍ୟ ବ୍ୟାପକ ଅନିୟମିତତା ପରିଲକ୍ଷିତ ହୋଇଛି । ସରକାରା ନାତି ନିୟମର ଖୋଲାଖୋଲି ଉଲ୍ଲଙ୍ଘନ କରାଯାଇଲା ଶ୍ରୀମିକ ବଦଳରେ ଦିନ ଦ୍ୱିପ୍ରହରେ ମେସିନ



ନିର୍ବାହୀ ଅଧିକାରାଙ୍କଠାରୁ ଆରମ୍ଭ କରି  
ନିର୍ମାଣ କାର୍ଯ୍ୟ ତଥାରଖ ଦାସିତ୍ତରେ ଥିବା  
କନିଷ୍ଠ ଯତ୍ନ ଓ ସହକାରୀ ନିର୍ବାହୀ ଯତ୍ନଙ୍କ  
ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ସମଞ୍ଜ୍ଲୁ ଅବଶତ କରାଇଥିଲେ  
ମଧ୍ୟ କୌଣସି ସୁଫଳ ମିଳନୁଥିବା  
ଆଂଚଳବାସୀ ଅଭିଯୋଗ କରୁଛିଛି ।  
ଡେବେ ଏ ସମ୍ପର୍କରେ ମବାମତ ପାଇଁ  
ବୁଢାପାଳ ଗ୍ରାମପଂଚାୟତର ଗ୍ରାମ  
ରୋଜଗାର ସହାୟିକା ଲଜିତା ସାହୁଙ୍କୁ  
ଯୋଗାଯୋଗ କରାଯାଇଥିଲେ ହେଁ ଏହା  
ସମ୍ବନ୍ଧ ହୋଇନାହିଁ ।

ଦେହପର ପଂଚୟତ ନବାହା  
ଅଧିକାରୀ ଭୁଲନ ସି ନାୟକଙ୍କ  
ଯୋଗାଯୋଗ କରାଯାଇଥୁଳେ ହେଁ ଏନେଇ  
ସେ କୌଣସି ଉଚର ଦେବାକୁ ଉଚିତ  
ମଣିନାହାନ୍ତି । ନିର୍ମାଣ କାର୍ଯ୍ୟ ତଦାରଖ  
ଦାୟିତ୍ୱରେ ଥିବା ରିଆମାଳ ଭୁଲକ କନିଷ୍ଠ  
ଯନ୍ତ୍ର ବୁଝଦେବ ଜେନା ଓ ସହକାରୀ ନିର୍ବିଶ୍ଵା  
ଯନ୍ତ୍ର ଜୀବୁ ଏକାଙ୍କ ମତାମତ ଲୋତିବାରୁ  
ଏ ବିଶ୍ୱାସରେ ବୁଝିବା ପରେ କହିବେ ବୋଲି

ଉଭୟେ ଉତ୍ତର ଦେଇଛନ୍ତି । ତେବେ ସେ  
ଯାହା ହେଉନା କାହିଁକି ଦିନ ଦ୍ୱିପ୍ରଥମରେ  
ସର୍ବରୂପଙ୍କରେ ମେସିନ ସହାୟତାରେ  
ମନରେଗା କାର୍ଯ୍ୟ କରାଯାଉଥିବାରୁ ଏହାକୁ  
ସାଧାରଣରେ ନାପଦ୍ଧତି କରାଯାଇଛି ।  
ଅନ୍ୟ ପକ୍ଷରେ କମା ଧରା ଆଭାବକୁ ଜିଲ୍ଲାର  
ଶହୀଦି ଶ୍ରୀମିଳି କମାଧୟା ଅନେକଣାରେ  
ରାଜ୍ୟ ବାହାରକୁ ଯାଉଥିବା ବେଳେ ଏହି  
ଯୋଜନାରେ ହେଉଥିବା ନିର୍ମିଳା କାର୍ଯ୍ୟରେ  
ମେସିନ ବ୍ୟବହାର ଓ ଏଭଳି  
ଅନିୟମିତତାକୁ ଯନ୍ତ୍ରିମାନଙ୍କ ସମର୍ଥନ  
ଜନସାଧାରଣଙ୍କୁ ଚକିତ କରିଛି । ଏଣୁ  
ଦେବବର୍ତ୍ତ ଜିଲ୍ଲାପାଳ ନିଜେ ଏ ଘଟଣାର  
ତଦନ୍ତ କରି ଆବଶ୍ୟକ କାର୍ଯ୍ୟନୂଷ୍ଠାନ  
ଗୁହଣ କଲେ ରିଆମାଳ ବୁଲକରେ  
ମନରେଗା ଯୋଜନାରେ ବଢ଼ିବାଲିଥିବା  
ଦୁର୍ବିତିକୁ ରୋକାଯାଇ ପାରିବ ଓ  
ଶ୍ରୀମିଳାନେ ନିୟମିତ କମାଧୟା  
ପାଇପାରିବେ ବୋଲି ସାଧାରଣରେ ମତ  
ପ୍ରକାଶ ପାଇଛି ।

# ସରକାରୀ ଜମରୁ ଅବାଧ ମାଟ୍ ଚାଲାଣ; ମଧ୍ୟସ୍ଥ ମାଲେମାଳ

ନିଧୁପୂର ଏବଂ ଓରଦା ରାଜସ୍ବ ନିରୀକନ  
କାର୍ଯ୍ୟାଳୟ ଅଞ୍ଚଳରେ ଅବାଧରେ ସରକାରୀ  
ଜମିରୁ ଶହଶହ ତୁଳ ମାଟି ଗୋରା ତାଲାଶ  
ହେଉଛି । ଏଥରେ ମୁଖ୍ୟ କାର୍ଯ୍ୟବାଦର ସାଙ୍ଗିଜ୍ଞତି  
ପଞ୍ଚମତ୍ତ୍ଵାବ୍ୟାସ ଦଲାଲ । ଠିକାଦାର ସହିତ  
ମଧ୍ୟମତ୍ତା କରି ସ୍ଵର୍ଗ ସମୟ ଭିତରେ ବେଶ  
ଦିପଙ୍ଗସା ହାତେଲ ମାଳାମାଳ ହେଉଛନ୍ତି ।  
ହେଲେ ତେବେଳ କର୍ତ୍ତୃପକ୍ଷ ଜଳକା ହୋଇ ଚାହିଁ  
ବସିଥାନ୍ତି । ଏହାଦାର ରାଜସ୍ବ ବିଭାଗର  
ଲକ୍ଷଣକୁ ଚାଙ୍ଗ ରାଜସ୍ବ ହାନି ଘ୍ରାନ୍ତି ।

ଏଭଳି ଚିତ୍ର ଦେଖିବାକୁ ମିଳିଛି ଓରଦା



ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ରାଷ୍ଟ୍ର କାର୍ଯ୍ୟ ସଂପୂର୍ଣ୍ଣ ହେଉଥାଏଛି । ରାଷ୍ଟ୍ରକୁ ଉଚ୍ଚା ଓ ପ୍ରସ୍ତ୍ର କରିବା ପାଇଁ ମାତି ଆବଶ୍ୟକତା ଥିବାରୁ ଠିକାଦାର ଓ କିଛି ଦଲାଳଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ମଧ୍ୟ ତ୍ୟକ୍ତିକା ଗଢ଼ି ଉଠିଥିବାରୁ ସରକାରୀ ଜମିରୁ ମାତି ଚୋରା ଚାଲାଣ ହେଉଥିବା ସାଧାରଣରେ ଅଭିଯୋଗ ହେଉଛି । ରାଷ୍ଟ୍ର କାର୍ଯ୍ୟ ଠିକାଦାରୀ ନେଇଥିବା ସଂସ୍ଥା ସରକାରୀ ନିଯମ ବିଧ୍ୟମୁତ୍ତାବଳ ଆଗତ ତଥାଏଇ କର୍ତ୍ତୃପକ୍ଷଙ୍କ ଜରିଆରେ ଶୁଳ୍କ ବା ରୟାଲିଟି ଦେଇ କଣ ପାଇଁ ମାତି ଉଠାଇନାହାନ୍ତି ବୋଲି ବୃକ୍ଷଜୀବାମାନେ ପ୍ରଶ୍ରଦ୍ଧି କରିଛନ୍ତି । ଆଗତ ତଥାଏଇ କର୍ତ୍ତୃପକ୍ଷ ଅଧ୍ୟତ୍ତି ସ୍ଵତନ୍ତ୍ର ବୃକ୍ଷଦେଇ କାର୍ଯ୍ୟାନୁଷ୍ଠାନ ପ୍ରହଣ କରିବା ସହ ସରକାରୀ ଜମିରୁ ମାତି ଉଠା ଯାଇଥିବା ଯୁଗମର ଅନୁଧାନ ପୂର୍ବକ ଉଦ୍‌ଦେଶ କରି ବିଶ୍ଵିତ ବ୍ୟବସ୍ଥା ଗ୍ରହଣ କରିବା ନିମନ୍ତେ ଜନସାଧାରଣ ଦାବି କରିଛନ୍ତି ।

ଗଦାଧରପୁର ପ୍ରକଳ୍ପରୁ ମଳୁନ ପଯ୍ୟାସ୍ତ ପଇବା  
ପାଣି; ମୋଟର ଲଗାଇ ଶୋଷି ନେଉଛନ୍ତି ଜଳ



ପାନୀୟ ଜଳ ସମସ୍ୟା ଦେଖାଦେଇଛି । ଅସହ୍ୟ  
ଗ୍ରୀଷ୍ମ ପ୍ରବାହରେ ଜନଜୀବନ ଅଶ୍ଵକ୍ୟ  
ହୋଇପଡ଼ିଥିବା ବେଳେ ପାନୀୟ ଜଳ କଷ  
ଲୋକଙ୍କ ଦୁଃଖ ବଢ଼ାଇ ଦେଉଛି । ଲୋକଙ୍କୁ  
ପାଇପ ଯୋଗେ ପାନୀୟ ଜଳ ଯୋଗାଇ ଆଧିକାରୀ  
ଗ୍ରାମୀୟ ପାନୀୟ ଜଳ ଯୋଗାଣ ପ୍ରକଳ୍ପରେ ପର୍ଯ୍ୟାୟ  
ଜଳ ସଂଗ୍ରହ ହୋଇ ପାରୁ ନଥିବା ବେଳେ ଅନେକ  
ବ୍ୟକ୍ତି ବେଆଇନ ଭାବେ ଘରକୁ ପାଇପ ସାଂଯୋଗ  
କରି ମୋଟର ଯୋଗେ ଆବଶ୍ୟକତାଠାରୁ ଅଧିକ  
ଜଳ ଶୋଷି ନେଉଥିବା ଅଭିଯୋଗ ହେଉଛି ।  
ଯାହା ଫଳରେ ଅନେକ ଶ୍ଵାମକୁ ଜଳ ପହଞ୍ଚି  
ପାରୁନାହିଁ । ଲୋକେ ପିଇବା ପାଣି ପାଇଁ ଦହରାଞ୍ଚ  
ଦେଇବି ।

ଗଣି ନେଇ ଯାଉଥିବାରୁ ଶ୍ରାମର ତଳମୁଣ୍ଡରେ ଥିବା  
ଅନେକ ଲୋକଙ୍କ ପାଖରେ ପାନୀୟ ଜଳ ପହଞ୍ଚି  
ପାରୁନି । ତା'ସହିତ କେତେକ ସ୍ଥାନରେ ନିର୍ମିତ  
ସାଷ୍ଟ ପେଷ୍ଟଗୁଡ଼ିକର ଚ୍ୟାପ ନଥ୍ବାରୁ ଅନବରତ  
ପାଣି ବୋହି ଯାଉଛି । ତେଣୁ ପାନୀୟ ଜଳ ପାଇଁ  
ଲୋକେ ହତ୍ସତ୍ତ ହେଇଛନ୍ତି । ଏଥିପାଇଁ ପ୍ରତିବର୍ଷ  
ଶ୍ରୀଷ୍ଟ ସମୟରେ ଗଢାଧରପୁର ଜନସାଧାରଣ  
ଜଳକଷ୍ଟ ଭୋଗ କରୁଥିବା ଥିବାବେଳେ ତଳିତବର୍ଷ  
ମଧ୍ୟ ସମାନ ପରିମିତି ମୃଷ୍ଟି ହୋଇଛି । ମୋଟର  
ଦ୍ୱାରା ପାଣି ଶରୀ ନେଇଥିବା ବ୍ୟକ୍ତି ବିଶେଷଙ୍କ  
ବିରୋଧରେ କାର୍ଯ୍ୟାନୁଷ୍ଠାନ ଗୃହଣ କରିବା ତଥା  
ସବୁ ଅଞ୍ଚଳରେ ଆବଶ୍ୟକ ପରିମାଣରେ ପାନୀୟ  
ଜଳ ଯୋଗାଇ ଦେବାରୁ ସ୍ଥାନୀୟ ଜନସାଧାରଣ  
ଦାବି କରିଛନ୍ତି । ମିଳିଥାବା ସୂଚନା ଅନୁଯାୟୀ,  
ପଞ୍ଚାୟତ ପକ୍ଷରୁ ମୋଟର ଦ୍ୱାରା ପାନୀୟ ଜଳ  
ସଂଗ୍ରହ କରୁଥିବା ଲୋକଙ୍କୁ ଅନେକବାର ସତେତନ  
କରାଯାଇଥିଲେ ମଧ୍ୟ ଏଥୁପ୍ରତି କେହି ଭୁକ୍ଷେପ  
ଜରନଥିବା ଜାମାପଢ଼ିଛି ।

ਅੰਮਰ ਕਾਨੂੰਨ ਦੀ ਵਿਸ਼ੇ ਵਿਖੇ ਪ੍ਰਤੀਲਿਪੀ ਸੁਣਾਉ।

# ହରଭଙ୍ଗା ବୁକୁରେ ମନରେଗା ଦୁନୀତିର ପଂଚୁଛି ଗୁମର

ହେଉଣା : ବୋନ୍ଦ ଜିଲ୍ଲା ହେଉଣା  
ବୁଲକରେ ମନରେଗା କାର୍ଯ୍ୟରେ  
ଆଖୁବୁଲା ଦୂର୍ତ୍ତି ଚାଲିଥିବା ବାରିଯାର  
ଅଭିଯୋଗ ଉଠୁଛି କିଛିଦିନ ତଳେ  
ଲୁଣିବୁଲାଳ ପଂଚାୟତରେ ମନରେଗା  
ଯୋଜନାରେ ବିନା କାଳରେ ଗାସ୍ତା ଏବଂ  
ବନ୍ଧ ବିଳ ପଇଳୁ ନେଇ ତୁମ୍ଭ  
ତୋଫାନ ଥମିଲାହିଁ ଏତଳି ପଢ଼ିଲୁଟିରେ  
ସମାନ ପଂଚାୟତରୁ ମନରେଗା  
ଯୋଜନାରେ ବନାଇବଣ କାର୍ଯ୍ୟରେ  
ଦୂର୍ତ୍ତି ହେଲିଥିବା ଅଭିଯୋଗ କରି  
କେତେଜଣ ଗ୍ରାମବାସୀ ବୌଦ୍ଧ  
ଜିଲ୍ଲାପାଳଙ୍କ ଅଭିଯୋଗ ଶୁଣାଣି

ରେ ସେମବାର ଫେରାଦ  
କା ଜଣାପଡ଼ିଛି । ଲୁଣିବାହାଲ  
ଦର ସନ୍ତୋଷ ପ୍ରଧାନ, ଅନିଲ  
କେଶବ ଭୋଟ୍ଟା ପ୍ରମୁଖଙ୍କ  
ଅନୁସାରେ ୨୦୨୦-୨୧  
ବର୍ଷରେ ଡତକାଳୀନ  
ସମୟରେ ମନରେଣା  
ରେ ବନୀକରଣ ନାଁରେ ଲକ୍ଷ୍ୟ  
କା ଆମ୍ବାତ ହୋଇଛି ।  
ଦର ଠାରୁ ତାଳପଦର ଗ୍ରାମ  
ରାଷ୍ଟ୍ର ପାର୍ଶ୍ଵ ବନୀକରଣ,  
ରାଜପଥଠାରୁ  
ରନମୁର ରାଷ୍ଟ୍ର ପାର୍ଶ୍ଵ

ଜାତୀୟରାଜପଥ  
ରୁ କୁଦେଶ୍ଵରମନ୍ଦିର  
ମନୀକଣଶ, ବଡ଼ବଜା  
ଲୟର ଖେଳପଡ଼ିଆ  
ରଣ ଏବଂ ବାରବାଣି  
ଯାଳୟ ଚର୍ଚ୍ଛପାର୍ଶ୍ଵ  
ମୁନ୍ଦିତ ହୋଇଥିବା  
୧୧ ଜିଲ୍ଲାପାଳଙ୍କୁ  
ଯୋଗ ପଡ଼ରେ  
ଯାଇବା ତଦତ୍ତକରି  
ପାର୍ଯ୍ୟାନୁଷ୍ଠାନ ପାଇଁ  
କରଇଛନ୍ତି । ସୁଦିନା  
ଦିନ ତଳେ ଏହି

ରାଯବା ପରବତେ ଏହାକୁ  
ଅଧିଦେବାକୁ ଉପ୍ୟମ କରାଯାଇଥିବା  
ଉଗ୍ରଯୋଗ ହୋଇଛି । ପୁଣି ଗୋଟିଏ  
ଶତାବ୍ଦୀରୁ ଏତିଲି ଦୂର୍ଦ୍ଵାତି ଘରଣାର  
ନଗାବୃତ୍ତି ଅଭିଯୋଗକୁ ନେଇ ଏହା  
କେବେଳି ଏବଂ ବିଜେତି ଗୋଷ୍ଠୀ  
ଥରେ କଳହ ଆରମ୍ଭ ହୋଇଥିବା  
ଲୋଚନା ମଧ୍ୟ କୋର ଧରିଛି ।  
ଏକତ ଘରଣାଗୁଡ଼ିକ ଉପରେ  
ଜୟରୀୟ ଭିକ୍ଷିଲାନ୍ତ ତଦତ୍ତ  
ରାଗଲେ ଏହା ପଞ୍ଚରେ ରହିଥିବା  
ଦତ ବଢ଼ ମାଛଙ୍କ ମୁଖୀ ଖୋଲନ୍ତା  
ବାଲି ସରୁଠି ଚର୍ଚା ଚାଲିଛି ।

ସଫେଇ ହେଉନି ଡ୍ରେନ ଆବର୍ଜନା;  
ଅଚଳକୋଟରେ ପରିମଳ ବିପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ

ତିରିରିଆ: ତିରିରିଆ ବ୍ୟାକୁ ଅନ୍ତର୍ଗତ ଅଚଳକୋଟ  
ଗ୍ରାମ ସାନ୍ଧାରଣାରେ ପରିମଳ ବ୍ୟବସ୍ଥା  
ବିପର୍ଯ୍ୟୁଷ ହୋଇପଢ଼ିଛି । ଗ୍ରାମରେ ଥିବା ହେତୁ  
ସମ୍ବନ୍ଦ ଦୀର୍ଘ ବର୍ଷା ହେଲା । ସଫେଲ



ସେବୋରୁ ତ୍ରେନ ଆଦୋ ସଫେଲ  
ହୋଇନାହିଁ । ଯାହା ଫଳରେ ତ୍ରେନରେ ଅଳିଆ  
ଆର୍କଜ୍ଞମା ସଙ୍ଗକୁ ବର୍ଜ୍ୟବସ୍ତୁରେ ପୁରି ଯିବା ସହିତ  
ବର୍ଜ୍ୟ ଜଳ ନିଷାଧନ ହୋଇ ନ ପାରି ନାଲ ଉଛୁଣି  
ରାଷ୍ଟ୍ର ଉପରେ ମାଡୁଛି । ଯାହା ଫଳରେ

ଅପିରିଷାର ଦୁର୍ଗରମୟ ପରିବେଶ  
ସୃଷ୍ଟି ହୋଇଛି । ଗାଁ ଗହଳିରେ ଏତଳି  
ପରିସ୍ଥିତିରେ ଲୋକମାନଙ୍କ  
ଯାତାଯତରେ ବହୁତ ସମସ୍ୟା ସୃଷ୍ଟି  
ହେଉଛି । ଖରାଦିନେ ଏଭଳି  
ପରିସ୍ଥିତି ସୃଷ୍ଟି ହେଉଥିବା ବେଳେ  
ବର୍ଷାଦିନିଆ ପରିସ୍ଥିତି ଆହୁରି ସଙ୍ଗାନ  
ହୋଇପଡ଼ୁଥିବା ଗ୍ରାମବାସୀ

ଗ୍ରାମାଞ୍ଚଳର ବକାଶ ସମେତ ୩  
 କାମଧ୍ୟା ପାଉନଥବା ଶ୍ରୀକିଳ୍କୁ କଂଠ  
 ନିୟୁକ୍ତ ପ୍ରଦାନ କରିବା ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟରେ  
 ସରକାର ମହାମ୍ବା ଗାନ୍ଧୀ ୱାତୀୟ  
 ଗ୍ରାମୀଣ କର୍ମନିୟୁକ୍ତି  
 ଯୋଜନା(ମନରେଗା) ଆରମ୍ଭ  
 କରିଛନ୍ତି । ମାତ୍ର କେତେକ ନିର୍ଦ୍ଧର୍ଷ  
 ଅସାଧ୍ୟ କର୍ମଚାରୀ, ଯତ୍ନୀ ୫  
 ଅଧିକାରୀମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ମଧୁକର୍ତ୍ତ୍ଵିକ  
 ଯୋଗୁଁ ଦେବଗଢ଼ ଜିଲ୍ଲାରେ ଏହି  
 ଯୋଜନା ପ୍ରତ୍ସମନରେ ପରିଣତ  
 ହୋଇଛି । ଶ୍ରୀକିମାନେ କାମଧ୍ୟ  
 ଅଭାବରୁ ବାହାର ରାଜ୍ୟକୁ ଦାଦନ  
 ଖରିବାକୁ ଯାଉଥିଲେ ହେଁ ମନରେଗା

# ମନରେଗା ପୋଖରୀ ଉନ୍ନତିକରଣ କାର୍ଯ୍ୟ କରୁଛି ଜେସିବି



ମନରେଗା ଯୋଜନା ଆରମ୍ଭ ହୋଇଛି  
ତାହା ସଖ୍ୟର୍ଷ ଭାବେ ବିପଳ ହୋଇଛି ।  
ଏହି କ୍ରମରେ ଡିଲେକ୍ ବଣି ବୁଲ୍  
ସରୋବର) ନିର୍ମାଣ କାର୍ଯ୍ୟରେ  
ବ୍ୟାପକ ଅନ୍ତିମିତତା ପରିଲକ୍ଷିତ  
ହୋଇଛି । ମନରେଗା ଯୋଜନାରେ  
ଦ୍ୱିପ୍ରହରରେ ମେସିନ ସହାୟତାଚେ  
କରାଯାଉଛି ।  
ମିଳିଥବୀ ସୂଚନା ଅନୁଯାୟୀ, ଉଚ୍ଚ

ବଷ୍ଟରେ ମନରେଗା ଯୋଜନାରୁ  
୧୦ଲକ୍ଷ ଚଙ୍ଗା ମଞ୍ଚର କରିଛନ୍ତି । ମାତ୍ର  
ନିଯମ ଅନୁଯାୟୀ ଶ୍ରମିକମାନଙ୍କ ଦ୍ୱାରା  
ଉଚ୍ଚ ପାଖରାଗ ଉନ୍ନତିକରଣ କରା  
ନିଯାଇ ଦିନ ଦିପ୍ରହରରେ ମେସିନ  
ସହାୟତାରେ ଖୋଲାଯାଉଥିବା  
ଦେଖିବାକୁ ମିଳିଛି । ଫଳରେ କାମଧିଦା  
ଆଭାବରୁ ହାତ ବାହି ବସିଥିବା  
ଶ୍ରମିକମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ଘୋର  
ଅସ୍ତ୍ରୋଷ ଏବଂ ନିରାଶାଭାବ ପ୍ରକାଶ  
ପାଇଛି । ସେହିପରି ଏମେଇ ସେମାନେ  
ତାଳକୁଣ୍ଡି ଗ୍ରାମପଞ୍ଚାୟତର ଗ୍ରାମ  
ରୋଜାଗାର ସେବକ, ସରପଞ୍ଚ ଓ  
ପଞ୍ଚାୟତ ନିର୍ବାହୀ ଅଧିକାରୀଙ୍କଠାରୁ  
ଆରମ୍ଭ କରି କାର୍ଯ୍ୟ ଦାରାଖ ଦାଖିଦୂରେ  
ଥିବା କନିଷ୍ଠ ଯସ୍ତି ଓ ଏପରିକି  
ତିଲେଇବଣି କ୍ଲବ ବିଭିନ୍ନ ନିକଟରେ  
ବାରମ୍ବାର ଅଭିଯୋଗ କଲେ ମଧ୍ୟ  
କୌଣସି ସୁପଳ ମିଳୁନାହିଁ । ଫଳରେ



