

5 करोड़ की लागत से बापूनगर तालाब का निर्माण सहित छावनी एवं टाउनशिप में तालाबों का सौंदर्यीकरण





खुर्सीपार श्रीराम चौक में

फ्लड लाइटयुक्त मैदान





#### रक्तदान शिविर में 7 यूनिट मिले रक्त

दुर्गे। विश्व रक्तदाता दिवस पंखवाड़ा अंतर्गत रक्तदान शिविर का आयोजन किया गया। जिसमें ब्लड बैंक के पेरामेडिकल के छात्र अंकित टेमरे, जयंत मिस्त्री, खेमचंद्रा, सूर्यकुमार साहू, डेमन झुलेकर, निखिल पांडे, डोमन वर्मा ने रक्तदान किया। शिविर में 7 यूनिट रक्त प्राप्त हुआ। शिविर में सीएमएचओ डॉ जे पी मेश्राम, जिला चिकित्सालय दुर्ग, सिविल सर्जन अधिकारी डॉ हेमंत साहू, डॉ प्रवीण अग्रवाल, डॉ नेहा नलवाया, सती गुप्त, रूपेश सरपे, दिनेश, तीरथ सहित जीवन दीप समिति के सदस्य दिलीप ठाकुर, प्रशांत डोंगावकर, सतीश सुराना, दुष्यंत देवांगन मौजूद थे।

#### साड़ी वाकथान में महिलाओं ने लिया हिस्सा



दुर्ग। माहेश्वरी महिला मंडल दुर्ग द्वारा आयोजित साड़ी वाकथोन में महिलाओं ने उत्साह के साथ उपस्थिति दर्ज करवाई। विशेष वेशभूषा में आए सुषमा स्वराज रानी लक्ष्मीबाई और रानी पद्मावती और बाकी सभी ने अपने अलग अंदाज से इस प्रोग्राम में हिस्सा लिया। क्विज प्रतियोगिता में भी सभी की अच्छी भागीदारी रही। मुख्य अतिथि श्रीमती नीलू ठाकुर, सदस्य -जिला उपभोक्ता आयोग दुर्ग थीं। उन्होंने साडी को सबसे सौम्य और सभ्य परिरधान बताया।अध्यक्ष श्रीमती नीतू गांधी ने स्वागत उद्बोधन के साथ मंचीय प्रोग्राम को शुरू किया। उपाध्यक्ष रश्मि चाँडक ने मंच संचालन व सहसचिव डॉ सविता राठी ने धन्यवाद ज्ञापन दिया। सचिव अंजलि लखोटिया, कोषाध्यक्ष मंगला भूतड़ा आदि मौजूद रहे।

## 17 हजार से अधिक पीएम आवास के हितग्राहियों को पक्के मकान का इंतजार

हरिभूमि न्यूज 🕪 दुर्ग

जिले में करीब 17000 से अधिक लोगों को पक्के मकान का इंतजार है। विधानसभा चुनाव के पहले भाजपा सरकार द्वारा घोषणा पत्र में 18 लाख मकान दी जाने की बात कही गई थी। लेकिन अब तक जिले में प्रधानमंत्री आवास बनाने के लिए लक्ष्य जारी नहीं किया गया है। ऐसे में सर्वे सूची में नाम होने के बाद भी लोगों को पीएम आवास का लाभ नहीं मिल

मिली जानकारी अनुसार वर्ष 2011 में सर्वे कराया गया था। पीएम आवास के लिए कराए

#### सर्वे सूची में नाम होने के बाद भी हजारों हितग्राहियों को नहीं मिला लाभ

#### १८ लाख आवास का पता नहीं, नहीं मिला टारगेट

वर्ष 2011 और 2018-19 के सर्वे के बाद करीब 17 हजार हितग्राही आवास से वंचित थे। लेकिन इसकी जानकारी नहीं जुटाई गई है। राज्य शासन द्वारा चुनाव जीतने के बाद सत्ता में कांबिज तो हो गए। लेकिन प्रदेश में अठारह लाख आवास बनाने की दम भरने वाली सरकार ने अब तक जिले को टारगेट जारी नही किया है। ऐसे में हितग्राहियों के असमंजय की स्थिति है। शिविर में यह कहकर आवेदन लिया गया है कि, इसका लाभ सभी को मिलेगा। शिविर में पीएम आवास के कितने आवेदन आए, यह भी आंकडे मुख्यालय में नही है।



#### हाल के जनगणना में मिले 2404 हितग्राही

वर्ष २०२३ में विगत अप्रैल और मई में आर्थिक, सामाजिक और जातिगत जनगणना किया गया था। इस दौरान पूर्व मुख्यमंत्री भूपेश बघेल के निर्देश पर जनगणना के दौरान एक अन्य कालम बनाकर पीएम आवास के हितग्राहियों का भी सर्वे किया गया था। इस सर्वे में २४०४ लोग मिले है। जिनका कच्चा मकान है। ऐसे में क्या मान लिया जाए कि जिले में सिर्फ 2404 हितग्राही ही पीएम आवास की पात्रता रखते है।

गए सर्वे में इस दौरान जिले में 28748 हितग्राही मिले थे, जिनका कच्चा मकान था। इसमें वर्ष 2018-19 तक 23700 को लाभ मिला। लेकिन 5048 वंचित रह गए। इसके बाद वर्ष 2018-19 में एक बार फिर सर्वे कराया गया था। इस दौरान जिले में 12923 हितग्राही मिले। जिन्हें आवास प्लस की श्रेणी में रखा गया था। वर्तमान स्थिति में इन दो सर्वे में 17 हजार से अधिक हितग्राही वंचित है। इसका कोई भी आंकडा जिला मुख्यालय में उपलब्ध नही है। अफसरो का कहना हैं कि, पीएम आवास का अनुमोदन ग्रामसभा करती है। इसलिए मुख्यालय में जानकारी नही है।

### उद्योग ईकाई नहीं खुलने से बेरोजगारों में मायूसी

# राजधानी तक नहीं सरकी फाइलें उद्योगों के सपने रह गए अधूरे

हरिभूमि न्यूज 🕪 दुर्ग

पिछली कांग्रेस की सरकार द्वारा जिले में फूड पार्क खोलने के लिए बड़े ताम-झाम से प्लानिंग की गई थी। लेकिन जिले में स्वीकृत किए गए फाइल राजधानी तक सफर नहीं कर पाई। ऐसे में जिले को मिलने वाला उद्योग और रोजगार सपना बनकर रह गया। हाल में बैठी भाजपा की सरकार से अब बेरोजगारों को उद्योग खोलने की उम्मीदें हैं।

जिले के दुर्ग, पाटन और धमधा में फूड पार्क खोलने की योजना बनी थी। इसके लिए तो धमधा के धरमपुरा गांव में उद्योग खोलने वर्ष 2021 में उद्योग मंत्री रहे कवासी लखमा और कृषि मंत्री रविन्द्र चौबे द्वारा भूमिपूजन भी कर दी गई थी। लेकिन इन दो साल में जिला प्रशासन ने जमीन अधिग्रहण की प्रक्रिया ही पूरी नहीं की है। मिली जानकारी अनुसार दुर्ग ब्लाक में धरमपुरा गांव में पटवारी हल्का नंबर 10 राजस्व निरिक्षक मंडल धमधा में खसरा तीन रकबा 8.72 हेक्टेयर चयन भी कर लिया गया था। इसी तरह पाटन ब्लाक में ग्राम देमार में 10.200 हेक्टेयर और दुर्ग के ग्राम निकुम में 8.060 जमीन प्रस्तावित किया गया था। लेकिन वर्तमान में तीनों प्रोजेक्ट को लेकर एक ईंट तक नहीं रखी गई है। उल्लेखनीय हैं कि, छग में कांग्रेस की सरकार बनने के बाद मुख्यमंत्री भूपेश बघेल ने घोषणा किया था। यह न सिर्फ घोषणा बल्कि उनके ड्रीम प्रोजेक्ट में यह शामिल था। लेकिन मुख्यमंत्री के गृह जिले में ही अफसरों ने उद्योग स्थापित करने मुकाम हासिल नहीं कर पाई है। बहरहाल अफसर फूड पार्क को छोड रीपा को अपनी उपलब्धि के रूप में गिना रहे है।

#### अब भाजपा की नई सरकार से बेरोजगारों को उम्मीदें

भी प्रक्रिया अटकी

पाटन के ग्राम देमार में फुडपार्क के

लिए जिला प्रशासन दुर्ग द्वारा अधिपत्य

लेने के बाद सूचना रायपुर को 14 मार्च

2022 को भेजी गई। सूचित किए जाने के

बाद प्रक्रिया आगे नहीं बढी है। दुर्ग के

न्यायालय नायब तहसीलदार दुर्ग द्वारा

उक्त शासकीय भूमि के हस्तांतरण की

लंबित है। ऐसे में बेरोजगारों को बढी

संख्या में रोजगार नही मिल पाई हैं।

प्रक्रिया शासकीय भूमि राजस्व विभाग में

ग्राम निकुम में फूड पार्क के लिए



#### <u>यहां किया था भूमिपूजन</u>

विकासखण्ड धमधा के धरमपुरा में फूडपार्क की स्थापना के लिए न्यायालय कलेक्टर दुर्ग के द्वारा उक्त शासकीय भूमि उद्योग विभाग को हस्तांतरण किये जाने आदेश पारित किया गया था। अनुविभागीय अधिकारी (राजस्व) धमधा से उपरोक्त भूमि का आधिपत्य प्राप्त कर संचालनालय रायपुर को सूचना भेजी गई थी। इसका भूमिपूजन रविन्द्र चौबे, मंत्री छत्तीसगढ़ शासन, मुख्य अतिथि एवं माननीय कवासी लखमा उद्योग मंत्री की अध्यक्षता में 11 मार्च २०२१ को सम्पन्न भी हो गया। लेकिन आज एक ईंट तक नही रखी गई।

#### <u>ज्यादातर प्रोजेक्ट प्रक्रियाधीन</u>

उद्योग विभाग द्वारा पाटन के जामगांव (एम) में लघ वनोपज के प्रसंस्करण की ईकाई के लिए जमीन चाही गई थी। यह प्रकरण फिलहाल प्रक्रियाधीन है। इसी तरह नवीन औद्योगिक क्षेत्र की स्थापना के लिए ग्राम हथखोज में 21 031 हेक्टेयर जमीन चयनित की गई थी। यह भी प्रक्रियाधीन है। यही नहीं धमधा के ग्राम चोरहा मे 6.634 हेक्टेयर जमीन नवीन औद्योगिक के लिए चयनित की गई थी। यह भी राजस्व विभाग के पास प्रक्रियाधीन है। वही धमधा के ग्राम राजपुर और पाटन के ग्राम महुदा दोनो प्रकरण रायपुर सीएसआईडीसी में प्रक्रियाधीन है। इसी तरह धमधा के ग्राम खपरी और पाटन का ग्राम पाहंदा में भी यही हालात हैं।

#### जमीन पर नही उतरी डथेनाल प्लांट

दुर्ग जिले में मुख्यमंत्री की घोषणा के बाद इथेनाल प्लांट खुलने की योजना बनाई गई थी। इसमें ग्राम नगपुरा व ग्राम खपरी कुम्हारी में उद्योग खुलना था। लेकिन दर्जनभर से अधिक एमओयू किए जाने के बाद भी यहां उद्योग खोलने उद्योगपति ही सामने नहीं आए। विभागीय अधिकारियों की माने तो धान से इथेनाल बनाने की प्रक्रिया में कास्ट अधिक आने के कारण उद्योगपति रूचि नहीं दिखा रहे हैं।

हरिभूमि न्यूज 🕪 दुर्ग

ग्राम पंचायत के रूप में आदर्श

संरचना मानते विश्व पर्यावरण दिवस

पर विशेष उत्सव मनाने हेतु निर्देशित

किया गया है। कलेक्टर सुश्री ऋचा

प्रकाश चौधरी के निर्देशन एवं जिला

अमृत सरोवर की सफाई

पंचायत मुख्य कार्यपालन अधिकारी

अश्वनी देवागन के मार्गदर्शन में जिले

की ग्राम पंचायतों एवं अमृत सरोवर

के पास विश्व पर्यावरण दिवस के

मौके पर विभिन्न गतिविधियां

आयोजित किया जा रहा है। अमृत

सरोवर के किनारे 5 जून को हर साल

विश्व पर्यावरण दिवस यानी 'वर्ल्ड

एनवारयमेंट डे' मनाया जा रहा है.

लोगों को प्रकृति से जुड़ी समस्याओं

के बारे में जागरुक किया जाता है।

भी की गई

### नवनिर्वाचित सांसद विजय बघेल का किया अभिनंदन



हरिभूमि न्यूज 🕪 दुर्ग

जिला भाजपा कार्यालय में नव निर्वाचित सांसद विजय बघेल का अभिनंदन समारोह जिला भाजपा अध्यक्ष जितेन्द्र वर्मा के नेतृत्व में आयोजित किया गया। अभिनंदन समारोह में जिला संगठन प्रभारी राजीव अग्रवाल, लोकसभा सह संयोजक प्रीतपाल बेलचंदन, विधायक डोमनलाल कोरसेवाडा (अहिवारा), ललित चंद्राकर (दुर्ग ग्रामीण) एवं गजेंद्र यादव (दुर्ग शहर), विधानसभा संयोजक जागेश्वर साहू (दुर्ग ग्रामीण), राजेन्द्र कुमार पाध्ये (दुर्ग शहर), दिलीप साहू (पाटन), रविशंकर सिंह (अहिवारा), पूर्व विधायक लाभचंद बाफना मंचस्थ रहे। नवनिर्वाचित सांसद विजय बघेल के अभिनंदन के लिए दुर्ग जिले के सैकड़ो कार्यकर्ताओं मौजूद थे। जिला भाजपा अध्यक्ष जितेंद्र वर्मा के नेतृत्व में जिला पदाधिकारी, विधानसभा विधायकों और संयोजकों ने गजमाला से अभिनंदन किया। सांसद विजय बघेल के कार्यकर्ताओं को संबोधित करते हुए कहा कि पार्टी टिकट एक को देती है लेकिन भावनाएं सबकी जुड़ी रहती

है। दुर्ग लोकसभा एक उदाहरण है, जहां के कार्यकर्ता ने एकजुटता के साथ कार्य किया। सबसे ज्यादा महिलाओं ने अपनी सभी जिम्मेदारियां को निभाते हुए काम किया है। उन्होंने कहा कि दुर्ग लोकसभा के सम्मान को कभी ठेस नहीं पहुंचने दूंगा। दुर्ग की आवाज दिल्ली में उठाने में कोई कमी नहीं करूंगा। उन्होंने कहा कि मेरी सक्रियता को लेकर जनता ने सर्टिफिकेट दे दिया है। अब दोगुने उत्साह के साथ प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी के नेतृत्व में भारत के विकास की गाथा लिखने में अपना योगदान देंगे। दुर्ग जिला संगठन प्रभारी राजीव अग्रवाल जिला भाजपा अध्यक्ष जितेन्द्र वर्मा ने ने भी संबोधित िकया।कार्यक्रम का संचालन जिला महामंत्री सुरेंद्र कौशिक ने एवं आभार प्रदर्शन विधायक ललित चंद्राकर ने किया। कार्यक्रम में नटवर ताम्रकार, विनायक नातू, श्रीमती अलका बाघमार, अरविंदर सिंह खुराना, अजय तिवारी, कांतिलाल बोथरा, राहुल गुलाटी, आशीष निमजे, अमिता बंजारे सहित सैकडो की संख्या में पदाधिकारी और कार्यकर्ता उपस्थित रहे।

# अवैध प्लाटिंग पर कार्यवाही करने सख्त हुए आयुक्त, जांच दल को सर्वे करने के दिए निर्देश

नगर पालिक निगम सीमा क्षेत्र अंतर्गत पुलगांव में अवैध प्लाटिंग की कार्यवाही के पश्चात नगर

> अवैध प्लाट खरीदने पर नहीं मिलता बैंक से लोन

पालिक निगम दुर्ग आयुक्त लोकेश चन्द्राकर द्वारा पुनः अवैध प्लाटिंग पर कार्यवाही करने के निर्देश दिए है। अधिकारियों का संयुक्त जांच दल गठित के बाद इसके लिए राजस्व विभाग, टाऊन एण्ड कण्ट्री प्लानिंग नगर निगम

अतिक्रमण विभाग के थ सामंजस्य रूथा पित

कर अवैध प्लाटिंग क्षेत्र का सर्वे कर जल्द से जल्द कार्यवाही करने हेतु आयक्त लोकेश चन्द्राकर द्वारा भवन अधिकारी गिरीश दीवान को निर्देश दिया गया। निगम के भवन अधिकारी गिरीश दीवान द्वारा उरला क्षेत्र की पटवारी श्रीमित निवेदिता

बिजनेस साइट

जेडी टोयोटा ने टोयोटा अर्बन क्रूजर टाइजर का किया अनावरण

को नोटिस देकर अवैध प्लाटिंग पर कार्यवाही की जावेगी। उन्होंने बताया कि अवैध प्लाटिंग करने वालो पर अंकुश लगाने हेतु निर्देशित किया गया है। आयुक्त लोकेश चन्द्राकर ने सचेत करते हुए कहा कि प्लाट खरीदने वाले कोई

सा

नि रिक्ष ण

करने पहुँचे।

श्री दीवान ने

बताया कि

सं बं धि तों

थ

ही

व्याक्त जा प्लाट खरादना चाहता है सर्वप्रथम नगर निगम के डाटा सेंटर के बिल्डिंग परिमशन शाखा के अधिकारियों से संपर्क करें और अधिकारी को बताए कि जिस कॉलोनी में प्लाट खरीद रहे हैं वह वे कि वैध है कि अवैध संतुष्ट होने के बाद ही प्लाट खरीदे। भूखंड दलाल के बहकावे में आकर प्लाट नहीं खरीदे। अवैध प्लांट खरीदने पर नगर निगम से बिल्डिंग परमिशन नहीं मिलेगा। किसी भी बैंकों से लोन भी नही मिलेगा।अवैध प्लाट लेने वाले व्यक्ति को मकान बनाने में

## निषाद युवा प्रकोष्ट की बैठक आज, थनौद में

हरिभूमि न्यूज 🕪 दुर्ग

भरदा चंगोरी परिक्षेत्र में युवा प्रकोष्ठ द्वारा समाजिक जन जागरूकता बैठक 9 जून दिन रविवार को ग्राम थनौद निषाद समाजिक भवन में रखा गया है। बैठक में महिला प्रकोष्ठ अध्यक्ष श्रीमती संतोषी निषाद, युवा प्रकोष्ठ अध्यक्ष विरेन्द्र निषाद, क्षेत्रीय अध्यक्ष हिंन्छा राम निषाद, क्षेत्रीय युवा प्रकोष्ठ अध्यक्ष केशव निषाद एवं क्षेत्रीय पदाधिकारी सदस्य उपस्थित होंगे। जिसमें समाजिक गतिविधियों पर जन जागरूकता नशा मक्त अभियान समाज में चलाई जाएंगी, क्षेत्र में तत्काल जनगणना करने पर चर्चा होगी। यह जानकारी भीम सिंह निषाद ने दी।

#### बहुत दिक्कत होगी। <u>धोबी समाज के महाधिवेशन स्थगित</u>

अंडा। ९ जुन को रायगढ में होने वाले धोबी समाज का महाअधिवेशन संपन्न होना था, लेकिन, प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी के शपथ ग्रहण समारोह में शामिल होने के लिए सभी अतिथि दिल्ली जा रहे हैं जिसकी विधिवत सूचना मुख्यमंत्री निवास, वित्त मंत्री कार्यालय से प्रदेश अध्यक्ष सूरज निर्मलकर एवं आयोजक जिला अध्यक्ष अवधेश कुमार सोन को प्राप्त हुई। इस कारण से यह कार्यक्रम स्थिनत किया गया है, आँगामी आयोजन की तिथि शीघ्र ही प्रकाशित की जाएगी,

किया जाता है कि मैं रीना सोनवानी पति श्री रामकिशुन सोनवानी निवासी-ग्राम सम्बलपुर तहसील–नांदघाट, जिला– बेमेतरा (छत्तीसगढ़) पिन– 491340 की निवासिनी हूं पूर्व में मेरा नाम निथया बाई था जिसे विवाहोपरांत बदल कर रीना सोनवानी रख दिया गया। यह दोनो नाम मेरे स्वयं के है और मुझे आज से समस्त शासकीय– अर्द्धशासकीय एवं अन्य कार्यो हेतु इन दोनो नामों से जाना पहचाना जाए।

रीना सोनवानी

ग्राम– सम्बलपुर, तहसील– नांदघाट, जिला– बेमेतरा, (छत्तीसगढ़) पिन- 491340

समाजननों को जानकारी ढी जाएगी।

#### नाम परिवर्तन

सूचित को सर्वसाधारण

#### ः ईश्तहार ः ः ईश्तहार ः

पिता ज्ञानचंद पाटनी संर्दभ- तहसीलदार भिलाई 03 के ज्ञापन क्रमांव दिनांक 22/5/2024 202405103900024 उपरोक्त ज्ञापन के परिपालन में ग्राम कुगदा प.ह.न

13. रा.नि.म. कुम्हारी के भूमिस्वामी मनीष जैन पाटनी पेता ज्ञानचंद पाटनी के द्वारा ग्राम कुगदा प.ह.न 13 रा.नि.म.- कुम्हारी, तहसील - भिलाई 03, जिला -दुर्ग स्थित भूमि का सीमांकन । बंदोबस्त त्रुटि सुधार स्थल जांच हेतु आवेदित भूमि खसरा नं 320/2 रकेंबा-0.429 भूमि का सीमांकन । स्थल जांच मेरे द्वारा किया गवेगा। चकि उक्त खसरा नं. से अभिलेखानसार आपकी भूमि लगी हुई है या आपके द्वारा बेची गई हैं।

तः आप अपने समस्त दस्तावेंजो (रजिस्ट्री, ले आउट, ऋण पश्तिका इत्यादि) के साथ मौके पर दिनांक 13/6/2024 को समय 12.00 बजे उपस्थित रहें। . गेटवार हस्ताक्षर द्वारा सुचना तामिल की गई।

हल्का पटवारी द्वारा चौहद्दी का मिलान अभिलेखो से कर तारिख तय की गई। हल्का पटवारी रिकार्ड के साथ उपस्थित रहें। .....पटवारी हस्ताक्षर चौहदी कृषक का नाम एवं खसरा नंबर

कुम्हारी, तह. भिलाई ०३

2. मनथीर

3. गिरधारी बंजारे

।. राजीव मारकंडे एवं कोसरिया राजस्व निरिक्षक

निवास-दुर्ग संर्दभ- तहसीलदार भिलाई 03 के ज्ञापन क्रमां 202405103900025 दिनांक 22/5/2024 उपरोक्त ज्ञापन के परिपालन में ग्राम कृगदा प.ह.

श्री मनीष पाटनी

पिता ज्ञानचंद पाटनी

13. रा.नि.म. कुम्हारी के भूमिस्वामी नाबालीक यासिक पिता मनीष पाटनी के द्वारा ग्राम कुगदा प.ह.न 13 रा.नि मं.- कुम्हारी, तहसील - भिलाई 03, जिला -दुर्ग स्थित भूमि का सीमांकन / बंदोबस्त त्रुटि सुधार / स्थल जांच हेत आवेदित भिम खसरा नं 379/2, 390/2 रकबा 0.703 हे. भूमि का सीमांकन / स्थल जांच मेरे द्वारा किया जावेगा। चूकि उक्त खसरा नं. से अभिलेखानुसार आपर्क भिम लगी हुई है या आपके द्वारा बेची गई है।

अतः आप अपने समस्त दस्तावेंजो (रजिस्ट्री, ले आउट, ऋण पुस्तिका इत्यादि) के साथ मौके पर दिनां 13/6/2024 को समय 12.00 बजे उपस्थित रहें। कोटवार हस्ताक्षर द्वारा सूचना तामिल की गई।

हल्का पटवारी द्वारा चौहद्दी का मिलान अभिलेखो र कर तारिख तय की गई। हल्का पटवारी रिकार्ड के साथ उपस्थित रहें। .....पटवारी हस्ताक्षर चौहदी कृषक का नाम एवं खसरा नंबर

राजस्व निरिक्षक

कुम्हारी, तह. भिलाई ०३

4. सुशीला/बुधु 5. विजय कुमार/भदेश

. शेषनारायण/भागचंद

2. संजय कुमार/राम भाऊ राजस्व निरिक्षक

### साथ ही ग्राम पंचायतों में रैली कार्यक्रम का आयोजन कर ग्रामीणों

को जलवायु परिवर्तन के के बारे में जानकारी दिया गया।

जिले के 120 अमृत सरोवर

में लगाए गए 1246 पौधे

विश्वं पर्यावरण दिवस के अवसर पर जिले के अमृत सरोवर स्थलों के पास विशेष उत्सव आयोजित किया गया इस मौके पर अमृत सरोवर स्थलों पर वृक्षारोपण अभियान, सफाई गतिविधियां जल संरक्षण एवं जैव विविधता के महत्व के बारे में जागरूकता अभियान आयोजित भी चलाया जा रहा है। जल निकायों के कायाकल्प एवं जीर्णोद्वार के सकारात्मक प्रभावों को भी प्रदर्शित हो सके, इसके साथ ही महात्मा गांधी नरेगा अंतर्गत गावों में पर्यावरण प्रबंधन को बढ़ावा देने के लिए 5) से 12 जून तक स्वच्छ हरित ग्राम सप्ताह का आयोजन भी किया जा रह है, महात्मा गांधी नरेगा, भारत सरकार, ग्रामीण विकास मंत्रालय भारत सरकार द्वारा पर्यावरण संरक्षण एवं पंचायत एवं ग्रामीण विकास विभाग छत्तीसगढ़ द्वारा अमृत सरोवर स्थलों को स्थायी प्रतीक के स्वच्छ हरित ग्राम सप्ताह का आयोजन

किया जा रहा है।

#### ः ईश्तहार ः

संर्दभ- तहसीलदार भिलाई 03 के ज्ञापन क्रमांक 202405103900026 दिनांक 22/5/2024 उपरोक्त ज्ञापन के परिपालन में ग्राम कुगदा प.ह.न

ः ईश्तहार ः

श्रीमती श्रेता पाटनी

निवास-दुर्ग

पिता ज्ञानचंद पाटनी

13.रा.नि.म. - कुम्हारी के भिमस्वामी श्वेता पाटनी पिता पति ज्ञानचंद पाटनी के द्वारा ग्राम कुगदा प.ह.न 13.रा. नि.म. कुम्हारी तहसील भिलाई 03, जिला - दुर्ग स्थि भिम का सीमांकन / बंदोबस्त त्रिट सधार / स्थल / जांच हेत् आवेदित भूमि खसरा नं 434/1, 434/2, 434/4 रकबा 0.187, 0.732 हे. भूमि का सीमांकन / स्थल जांच मेरे द्वारा किया जावेगा। चूकि उक्त खसरा नं. से अभिलेखानुसार आपकी भूमि लगी हुई है या आपके

अतः आप अपने समस्त दस्तावेंजो (रजिस्टी, ले आउट, ऋण पुस्तिका इत्यादि) के साथ मौके पर दिनांक 13/6/2024 को समय 12.00 बजे उपस्थित रहें। कोटवार हस्ताक्षर द्वारा सुचना तामिल की गई**।** 

इल्का पटवारी द्वारा चौहद्दी का मिलान अभिलेखो रं कर तारिख तय की गई। हल्का पटवारी रिकार्ड के साथ उपस्थित रहें। .....पटवारी हस्ताक्षर चौहदी कृषक का नाम एवं खसरा नंबर

कुम्हारी, तह. भिलाई ०३

पिता ज्ञानचंद पाटनी, निवास-दुर्ग संर्दभ- तहसीलदार भिलाई 03 के ज्ञापन क्रमांक उपरोक्त ज्ञापन के परिपालन में ग्राम कुगदा प.ह.न. 13.रा.नि.म. - कुम्हारी के भूमिस्वामी श्रेता पाटनी पिता

नि.म. कुम्हारी तहसील भिलाई 03, जिला - दुर्ग स्थित भूमि का सीमांकन / बंदोबस्त त्रृटि सुधार / स्थल / जांच हुतु आवेदित भूमि खसरा नं 442/2, 442/16, 442/8, 442/18, 442/15, 442/3, 442/5, 442/17, 442/20, रकबा 0.247, 0.146, 0.166, 0.166, 0.251, 0.251 0.251, 0.065, 0.214-1757 हे. भूमि का सीमांकन स्थल जांच मेरे द्वारा किया जावेगा। चूकि उक्त खसरा न से अभिलेखानुसार आपकी भूमि लगी हुई है या आपके

अतः आप अपने समस्त दस्तावेंजो (रजिस्टी, ले आउट, ऋण पुस्तिका इत्यादि) के साथ मौके पर दिनांक 13/6/2024 को समय 12.00 बजे उपस्थित रहें। कोटवार हस्ताक्षर द्वारा सुचना तामिल की गई।

...कोटवार हस्ताक्ष हल्का पटवारी द्वारा चौहद्दी का मिलान अभिलेखो र कर तारिख तय की गई। हल्का पटवारी रिकार्ड के साथ उपस्थित रहें। .....पटवारी हस्ताक्षर वौहदी कृषक का नाम एवं खसरा नंबर

राजस्व निरिक्षक

कुम्हारी, तह. भिलाई ०३

प्रतिष्ठा की भावना प्रदान करने के लिए तैयार है। अत्याधिक सुविधा और उन्नत प्रौद्योगिकता जो इसे भारतीयों के लिए एक आदर्श विकल्प बनाती है। बिल्कुल नया टोयोटा अर्बेन क्रूजर टाइजर 1.0 लीटर टर्बो, 1.2 लीटर पेट्रोल और ई-सीएनजी विकल्प में उपलब्ध है। 1.0 लीटर टर्बो 5 स्पीड मैनुअल ट्रांसमिशन और 6 स्पीड ऑटोमैटिक ट्रांसिमशन विकल्प में उपलब्ध है। जबिक 1.2 लीटर पेट्रोल 5 स्पीड मैनुअल ट्रांसिमशन और इंटेलिजेंट गियर में आता है। शिफ्ट (IGS) 1.2 लीटर ई-सीएनजी 5 स्पीड मैनुअल ट्रांसमिशन मुझे उपलब्ध है। बिल्कुल नया टोयोटा अर्बन क्रुजर टाइजर 5500 आरपीएम पर 100.06 पीएस की शक्ति प्रदान करता है। 1.0 लीटर टर्बो विकल्प सेगमेंट में सर्वोत्तम इंधन दक्षता के साथ पावर पैक्ड ड्राइविंग अनुभव प्रदान करता है। मैनुअल के लिए 21.7 किलो मीटर प्रति लीटर और ऑटोमैटिक के लिए 22.8 किलो मीटर प्रति लीटर। 1.0 लीटर पेट्रोल इंजन (मैनुअल ट्रांसमिशन) में 21.5 किलो मीटर प्रति लीटर एवं ऑटोमैटिक ट्रांसिमशन में 20.0 किलो मीटर प्रति लीटर का माईलेज प्रदान करता

है। इच्छुक ग्राहक इसे ऑनलाइन या फ़िर जे डी टोयोटा डीलरशिप के जरीये बुक करवा सकते हैं।

भिलाई। टोयोटा किर्लोस्कर मोटर (TKM) के अधिकृत विक्रेता जेडी टोयोटा, भिलाई में ए-एसयूवी सेगमेंट में नई

टोयोटा अर्बन क्रूजर टाइजर का अनावरण मेनेजिंग डायरेक्टर गिरीश सलूजा, सीईओ मनीष सलूजा, वाइस प्रेसिडेंट

एम पार्थ एवं जनरल मैनेजर वेद प्रकाश वर्मा के द्वारा किया गया। अर्बन क्रूजर टाइजर और आधुनिक शैली से प्राप्त





सांसद विजय बघेल का किया अभिनंदन

1246 पौधे

जिले के 120 अमृत सरोवर में लंगाए गए



भिलाई | दुर्ग | भिलाई-३ | कुम्हारी | जामुल | उतई | सेलूद | पाटन | अहिवारा | मुरमुंदा | धमधा | अण्डा | जामगांव - आर

एक चांदी का सिक्का

सोने एवं चांदी के जेवरों के विक्रेता हालमार्क ज्वेलरी उपलब्ध

जवाहर मार्केट, मेन सर्विस रोड, पावर हाऊस, भिलाई SUNDAY OPEN

शुभ खरीदी के लिए **ओम ज्वेलर्स परिवार** में आपका स्वागत है

मिनीमम एमाईंड पे बुक्चिंगक्रे । जित्रना सीना खता चांवी फ्री

संबंधित प्रतिष्ठान : ओम ज्वेलर्स

शॉप नं. 64 बी इंदिरा मार्केट, दुर्ग | बाजार चौक, कुम्हारी

रिसाईपारा, धमतरी

#### खबर संक्षेप

#### 21 दिवसीय कबड्डी शिविर का समापन

उतई। छत्तीसगढ़ शासन खेल व युवा कल्याण विभाग दुर्ग द्वारा 21 दिवसीय ग्रीष्मकालीन खेल प्रशिक्षण शिविर का आयोजन जय शीतला स्पोर्ट्स क्लब कॉलेज ग्राउंड उतई में किया गया। जिसमें उतई के अलावा आसपास के गांव खोपली, डुमरडीह, पतोरा, डुंडेरा, उमरपोटी आदि स्थानों से बड़ी संख्या में बच्चों ने भाग लिया। कबड्डी प्रशिक्षण शिविर में जय शीतला स्पोर्ट्स क्लब के कोच मोहित साहू ने बच्चों को कबड़ी खेल की बारीकियों से सभी को परिचय कराया। खेल के नियम की जानकारी दिया। बच्चे इस शिविर में आकर बहुत उत्साहित हुए। कबड्डी प्रशिक्षण शिविर के समापन समारोह पर मुख्य अतिथि पूर्व पार्षद नरेंद्र साहू, अध्यक्षता नगर साहू समाज उतई के उपाध्यक्ष खुबीराम साहू, सचिव गिरीश साहू कृति सूर्यवंशी छत्तीसगढ पुलिस, वर्षा वर्मा खिलाड़ी, सोनू राजपूत ,दीपक चंद्राकर, दीपक विश्वकर्मा उपस्थित होकर सभी प्रतिभागियों को प्रमाण पत्र वितरित किया गया। शिक्षक गिरीश साहू ने मानव

### पति-पत्नी को बंधक बनाकर ४० तोला सोना व नगदी लेकर फरार

## टिम्बर कारोबारी के घर में डकैती

हरिभुमि न्यूज 🕪 भिलाई

शहर के टिम्बर कारोबारी के पति पत्नी को बंधक बनाकर डकैती करने का मामला सामने आया है।शिकायत के बाद पुलिस ने अज्ञात बदमाशों के खिलाफ पुलिस ने धारा 395 के तहत जुर्म दर्ज कर पतासाजी में टीम जुटी हुई है।अंजोरा पुलिस ने बताया कि रसमड़ा निवासी टिम्बर कारोबारी दिलीप मिश्रा और उकी पत्नी किरण मिश्रा खाने के बाद शुक्रवार-शनिवार की रात को सोए हुए थे। रात 2.50 बजे पांच अज्ञात बदमाश अचानक बाउंड्रीवाल फांदकर पीछे के दरवाजे से मकान में प्रवेश किया। इस दौरान दिलीप मिश्रा और उनकी पत्नी को बंधक बनाकर रखा। इसके बाद जान से मारने की धमकी देकर मकान के आलमारी में रखे गए 27 हजार रुपए नगदी, 40 तोला सोना लेकर फरार हो गए। बदमाश अपने हाथ में एक रॉड, हथियार और लकड़ी लेकर डकैती डालने पहुचे थे। कारोबारी दिलीप मिश्रा के मकान में सीसी कैमरा भी लगा हुआ है। बदमाशों का सारा हरकत कैमरे में कैद हो गया है। घटना को अंजाम देने के आरोपियों पति पत्नी के मोबाइल को लेकर फरार हो गए। एक



#### <u>इंडा और हथियार से लैस थे बदमाश</u>

गटना स्थल से मिले सीसी कैमरे के फूटेज में बदमाशों का हरकत दिखाई दे रहा है। उनके हाथों में डंडा, हथियार से लैस होकर मिश्रा परिवार के मकान में प्रवेश किया था। परिजनों ने बताया कि बदमाश चड्डी बनियान में थे। उनके बातों से संदेह लग रहा था कि बदमाश एमपी और हरियाणा के है। बताया गया है कि घटना के पहले बदमाशों ने रैकी किया था पीड़ितो के यहां का एक कैमरा हिला हुआ है। इससे पता चलता है कि डकैती के एक दिन पहले रैकी कर कैमरे को बदमाशों में अपडेट किया। उसके बाद डकैती की है।

मोबाइल को आरोपियों मकान के पीछे और दूसरे को सड़क किनारे फेंक दिया था। पीड़ित का दिलीप फर्नीचर नाम से शॉप भी है। उक्त सामानों की कीमत करीब 30 लाख रुपए आंकी गई है। घटना की खबर लगते ही मौके

पर आईजी राम गोपाल गर्ग, एसपी जितेन्द्र शुक्ला, डीएसपी क्राइम हेम प्रकाश नायक. पुलगांव, अंजोरा पुलिस पहुची। इसके बाद फिंगरप्रिंट एक्सपर्ट, डॉग स्कॉड की टीम भी

#### बेटा करता है हैदराबाद में नौकरी

परिजनों के मुताबिक उनका एक बेटा क्षितिज मिश्रा है जो हैदराबाद में नौकरी करता है। मकान में सिर्फ पति पत्नी ही रहते है। क्षितिज शनिवार की दोपहर हैदराबाद पहुचा है। क्षितिज ने बताया कि पांच दमाशो की हाइट अच्छी खासी थी, पहले मकान के खिडकी में टार्च मारा गया। उसके बाद एक के बाद मकान में प्रवेश करते गए। दरवाजे को पहले सब्बल से तोडा गया। उसके मकान के भीतर प्रवेश किया। मका में घुसते सहित आरोपियों ने रूपए जेवरात की मांग करने लगे। लेकिन मां ने नहीं होने की बात कहने पर बढ़माशों ने जान से मारने की धमकी देने के बाद अलमारी में जेवरात, नगदी कहां है सबकी जानकारी उन्हें दी।

#### टीम बनाई गई

तीन टीमें बनाई गई है। साइबर पुलिस अपने स्तर पर काम कर रही है। अन्य दो टीमें बदमाशों की जानकारी जुटाने में लगी हुई है। टिम्बर कारोबारी के यहां घटना हुआ है। मौके से बदमाशों के कई अहम सुराग भी पुलिस को हासिल हुए है। जरुर मिलेगी पुलिस को सफलता।

-**जितेन्द्र शुक्ला,** एसपी दुर्ग

#### सांसद विजय का कुम्हारी में स्वागत

कुम्हारी। दुर्ग लोकसभा से लगातार दो बार के निर्वाचित सांसद विजय बघेल का कार्यकर्ताओं ने स्वागत किया। एनडीए की संसदीय मीटिंग में दिल्ली जाते समय कुम्हारी के कांजी हाउस स्थित बजरंगबली मंदिर में पूजा अर्चना की। दिल्ली के लिए रवाना हुए इस मौके पर कुम्हारी के समस्त कार्यकर्ताओं ने सांसद का स्वागत किया। केंद्रीय कैबिनेट में स्थान मिले ऐसी उम्मीद जताई। इस अवसर पर बड़ी संख्या में भाजपा कार्यकर्ता उपस्थित रहे जिसमें प्रमुख रूप से मनोज वर्मा, रामाधार शर्मा ,रामकुमार सोनी ,अवर्धेश शुक्ला,अमरजीत सिंह गिल, राजेश सिंन्हा आदि मौजूद थे।



घटना के बाद ग्रामीणों ने किया चक्काजाम

### ट्यूशन से घर जा रही छात्रा खुलेआम फायरिंग कर को ट्रक ने कुचला, बवाल

हरिभूमि न्यूज 🕪 भिलाई

जीवन में खेल के महत्व पर

ट्यूशन से घर जा रही स्कूली छात्रा को ट्रक ने कुचल दिया। जिससे छात्रा की मौके पर ही मौत हो गई। हादसे में अन्य दो छात्राएं घायल है। सूचना मिलने पर पुलिस ने मौंके पर पहुची। चालक के खिलाफ जुर्म दर्ज किया है। अंजोरा पुलिस ने बताया कि ग्राम चंगोरी निवासी तोजस्वी पारकर 15 वर्ष

शनिवार को ट्युशन से घर जाने के लिए निकली थी। इस दौरान ट्रक सीजी 04 जेडसी 3391 के चालक ने लापरवाही पूर्वक वाहन चलाते हुए छात्रा को चपेट में लिया। हादसे में छात्रा तोजस्वी की मौके पर ही मौत हो गई। छात्रा कक्षा 9वीं में पढ़ाई करती थी। हादसा थनोद मोड के पास की है। हादसे में मतका की दो सहेली भी साथ में थी उन्हें मामूली चोट आई है। मृतका तोजस्वी और उनकी सहेलियां तीनों अलग-अलग सायकिल में थे। विपरीत दिशा से भूसा लोड होकर

आ रही ट्रक ने तीनों छात्राओं को चपेट में लिया। घटना में तोजस्वी साइकिल समेत ट्रक के नीचे आ गई। वहीं 2 सहेलियां ठोकर लगने से दूर जा गिरीं। उन्हें भी चोटें आई है। हादसे की खबर लगते ही

ग्रामीणों ने काफी देर तक

चक्काजाम कर दिया था।

उनकी थी कि आरोपी टक चालक पर कार्रवाई और पीडित परिजनों को उचित मुआवजा मिले। पुलिस ने ट्रक चालक को गिरफ्तार कर वाहन को जब्त किया है। पुलिस के समझाने के बाद ही प्रदर्शन कर रहे ग्रामीण शांत हुए। बताया जा रहा है कि मृतका के पिता भोजेन्द्र पारकर भी चालक है। ओजस्वी की 2 भाई बहन हैं। पुलिस चौकी में हुआ बवाल : ग्रामीणों का आरोप था कि चक्का जाम से उठाकर समझौता के लिए ले जाया गया। लेकिन चौकी में कोई नहीं था ट्रक चालक, मालिक फरार थे। जबकि पुलिस यही

बोलकर ले गई कि समझौता होना

है। जिससे चौकी में हंगामा हुआ।

# तलवार लहराते रहे रात भर

वैशाली नगर विधायक से हुई शिकायत

हरिभूमि न्यूज 🕪 भिलाई

शराब के नशे में सड़क किनारे बदमाश किस्म के युवकों ने हथियार लहराकर लोगों को दहशत बनाने का मामला सामने आया है। घटना वैशाली नगर थाना क्षेत्र की है। बदमाश युवकों ने 6 जून की रात फायरिंग भी किया था। मिली जानकारी के मुताबिक

दहशत में लोगों को लाने के लिए बदमाशों ने 7 -8 युवकों द्वारा जमकर उत्पात मचाया। युवकों ने अपने वाहन सडक पर खंडे कर खुलेआम शराब का पी रहे थे। इस दौरान आने जाने वालों ने युवकों के हाथ में तलवार और अन्य हथियार भी देखा। रहवासियों ने बताया कि काफी देर तक बीच सडक में बदमाश युवकों ने वाहनों को खड़ी कर शराब पार्टी कर रहे थे। तेज वाहन चलाकर क्षेत्र में जोर जोर से चिल्लाते राउंड भी मारा गया। बदमाश युवकों ने हाथ में हथियार लेकर अपनी दबंगई दिखाते रहे। शहर के चौक चौराहों पर लगे

सीसीटीवी फुटेज से युवकों की सारी करतृत दिखं रहा है। घटना की शिकायत विधायक रिकेश सेन से किया था। शिकायतकर्ताओं ने दहशत फैला रहे ऐसे युवकों की पहचान कर इनके नामजद पुलिस में शिकायत की गई है। खबर है कि शराब सेवन कर हल्ला मचाने वालों

- 6 जून की रात को हुई घटना
- पुलिस में हुई शिकायत
- 7-8 युवकों ने उत्पात मचाया

एक ट्रांसपोर्टर भी है। जो हथियारों से लैस था। चार पहिया वाहनों में बदमाश युवकों ने गलियों में चिल्लाते रात को घूमते, हाथ में बेस बल्ला, तलवार लहराते हुए जीरो रोड पर शराब की चुस्की ले रहे थे। मामले में टीआई ममता अली शर्मा ने बताया कि लिखित में शिकायत आई है। जांच करने के बाद उसमें जो भी तथ्य आएगा उसी आधार पर

इस्पात नगरी भिलाई पावर हाऊस में अब है शॉपिंग की बारी भूभीते बाजान

लिंक रोड, कैम्प-2,

पावर हाउस, भिलाई

09 जून 2024 रविवार

पधारियेगा जरूर...

साड़ियाँ, सलवार सूट सूटपीस, ड्रेस मटेरियल, वुमेन्स वियर, किड्स वियर, मेन्स वियर, सूटिंग, शर्टिंग, होम फर्निशिंग, गृह उपयोगी वस्तुयें, लगेज बैग, एसेसरीज एवं वैवाहिक वस्त्रों की विशाल रेंज के साथ आपके शहर लिंक रोड, कैम्प-2 में पारिवारिक शॉपिंग का आनंद लिजिये



### आज होगी सूर्यामॉल एरिया में कार्रवाई

### अंडरब्रिज से गदा चौक तक हटाया अतिक्रमण

हरिभूमि न्यूज 🕪 भिलाई

भिलाई निगम ने शनिवार को सुपेला अंडरब्रिज से गदा चौक का मार्ग चौक सबसे व्यस्ततम मार्ग में से अतिक्रमण हटाने की फिर बड़ी कार्रवाई की। खास बात यह है कि यह कार्रवाई पहली बार नहीं हो रही है। कई बार निगम यहां कार्रवाई करती है उसके कुछ दिन बाद स्थिति जस की तस हो जाती है। लोगों को फिर से उसी तरह की दिक्कतों का सामना करना पड़ता है। रविवार को सूर्यामाल एरिया में अतिक्रमण हटाने की कार्रवाई निगम करेगा।

रोड तक निकाल देते हैं समान



नोटिस के बाद भी कोई असर नही

अपर आयुक्त अशोक द्विवेदी ने बताया नगर निगम भिलाई ने नोटिस दिया चालानी कार्रवाई की फिर भी लोग नहीं माने हमें आवागमन को दूरुस्त करने के लिए यह अभियान चलाना पड़ा, इसके बाद भी नहीं मानेंगे तो विधि सम्मत कार्रवाई करते हुए इनको इनके अनुज्ञप्ति लाइसेंस गुमास्ता लाइसेंस भी निरस्त कर दिया जाएगा।

#### बीएसपी ने किया आवास सील

भिलाई। बीएसपी के नगर सेवाएँ विभाग के प्रवर्तन अनुभाग द्वारा संपदा न्यायालय के डिग्री आदेश पर कब्जाधारियों के विरुद्ध कार्यवाही की गई। 115ए, रिसाली सेक्टर में पिछले दस वर्षों से निवासरत अवैध कब्जाधारियों के विरुद्ध बेदखली अभियान चलाया गया। बीएसपी भूमि पर अवैध रूप से निर्मित आवास को जेसीबी द्वारा तोड़ा गया। कब्जाधारियों को कई बार समझाइश देने के बाद भी आवास को खाली नहीं किया। पुलिस बल की उपस्थिति में आवास को सील किया गया। कब्जाधारियों के विरुद्ध की जा रही बेदखली कार्रवाई में पार्षद तथा कब्जाधारी द्वारा व्यवधान उत्पन्न किया गया। टीआई राजकुमार लहरे तथा कार्यपालक मजिस्टेट ने अवैध कब्जेधारी तथा उनके समर्थकों को सख्त कार्यवाही की चेतावनी दी।

इस मार्ग के दोनों विभिन्न प्रकार का व्यवसाय करने वाले कपड़ा , जूता चप्पल , गुपचुप , फल ,पंसारी ,बेल्ट, गमला बड़ी ढुकान वाले सभी लोग सेड डालकर ढुकान लगा करके रोड के ट्रैफिक को जाम कर देते हैं । बार-बार मना करने और नोटिस देने चलानी कार्रवाई करने के बाद भी नहीं मानते हैं। इसे विशेष करके रविवार के दिन आवागमन में बहुत परेशानी होती है। उसी को देखते हुए आयुक्त देवेश कुमार ध्रुव के निर्देश पर अपर आयुक्त अशोक कुमार द्विवेदी स्वयं दल के साथ वहां कार्रवाई के लिए पहुंच गए।

लेडीज, जेंट्स, किड्स, होम फ़र्निशिंग और गृह उपयोगी वस्तुओं का भव्य शोरूम



























लघु भारत के स्वरूप भिलाई को विकास के क्षेत्र में अग्रणी रखने वाले पानी वाले बाबा एवम् भिलाई को शिक्षाधानी के रूप में पहचान दिलाने वाले आईआईटी की सौगात देने वाले विकास पुरूष आदरणीय

पूर्व विधानसभा अध्यक्ष छत्तीसगढ्

# मा. श्री प्रेमप्रकाश पाण्डेय जी

की हार्दिक शुभकामनाएँ...

आप स्वस्थ एवम् दीर्घायु हो...















लाइव इवेंट

#### 16 को गायत्री जयंती व गंगा दशहरा, मंदिरों में हवन-पूजन



भिलाई। 16 जून को गायत्री जयंती व गंगा दशहरा मनाया जाएगा। जिसके लिए गायत्री शक्तिपीठ सेक्टर 6 भिलाई, प्रज्ञापीठ रामनगर मुक्तिधाम, गायत्री साधना केन्द्र रिसाली बस्ती, शिव

 16 जून को गायत्री जयंती एवं गंगा दशहरा का आयोजन – तैयारी करने हुई कार्यकर्ताओं की बैठक गायत्री मंदिर रिसाली सेक्टर, पंडित श्रीराम शर्मा आचार्य प्रज्ञापीठ शांतिनगर सुपेला, कोहका, कुरूद, उम्दा रोड भिलाई-3 सहित अंचल के सभी गायत्री मंदिरों, प्रज्ञा संस्थानों में गायत्री जयंती एवं गंगा दशहरा का पावन पर्व श्रद्धापूर्वक मनाये जाने की तैयारियां शुरु हो गई है। इन सभी स्थानों में पूजन के एक दिन पूर्व 15 जून को गायत्री मंत्र से 12 घंटे तक अखण्ड जप होगा।

दूसरे दिन सुबह 9 बजे से 12 बजे तक गंगापूजन व गायत्री पूजन के साथ-साथ यज्ञ आहूित का कार्यक्रम होगा। गायत्री जयंती एवं गंगा दशहरा पर्व पूजन मनाने के लिए भगवती संस्थान गायत्री प्रज्ञापीठ रामनगर मुक्तिधाम भिलाई के कार्यकर्ताओं के द्वारा बैठक की गई। जिसमें संस्थान के कार्यवाहक प्रबंधट्रस्टी बी आर श्रीवास, सहायक प्रबंध ट्रस्टी मोहन उमरे, अजीत सोनबोइर, शिवप्रसाद वस्त्रकार, पेखन साहू, मन्नू साहू, तुलेश्वरी साहू, उषा साहू, प्रेमलता, रूपा, इंदु ठाकुर, राजकुमार, श्याम विश्वकर्मा, चंद्रप्रकाश साहू, दयाराम राऊतरे, रिव नाथ सहित अन्य कार्यकर्ता उपस्थित थे। जहां सभी ने गंगा दशहरा का पर्व हर्षोल्लास से मनाने अधिक संख्या में लोगो को उपस्थित होने अपील भी किये है।

#### सिटी इवेंट

#### ट्रांसजेंडर्स ने पौधरोपण कर पर्यावरण सहेजने का दिया संदेश



भिलाई। विश्व पर्यावरण दिवस के अवसर पर ट्रांसजेंडर मुद्दों पर कार्य कर रही संघर्ष एक जीवन समिति के तत्वावधान में ट्रांसजेंडर्स ने पौधे लगाने और उसे संरक्षित रखने का संदेश दिया। सूर्य विहार कॉलोनी में सूर्य विहार रेजिडेंट समिति के पदाधिकारी और सदस्यों की उपस्थिति में छायादार व फलदार लगभग बीस पौधों का रोपण कर उसका संरक्षण साथ मिलकर करने का संकल्प भी लिया गया।

कार्यक्रम में पार्षद मुकेश अग्रवाल ने पूरे समय उपस्थित रहकर न केवल पौधों का रोपण किया बल्कि आगे भविष्य में इस दिशा में अपनी सिक्रयता के लिए अपनी सहमित जाहिर की। ट्रांसजेंडर मुद्दों पर कार्य कर रही सिमित में डॉ सुचित्रा शर्मा, राकेश नागदेव, अमरजीत बिर्दी, सिवता पांडे और उर्मिला पाठक ने सूर्य विहार सिमित के सदस्यों के साथ मिलकर रोपित किए गए पौधों का संरक्षण करने संकल्प लिया गया।

सिमित द्वारा श्री शंकराचार्य महाविद्यालय की प्राचार्य डॉ अर्चना झा के साथ मिलकर महाविद्यालय परिसर में पौधा रोपण किया गया। इस पौधरोपण कार्यक्रम में ट्रांसजेंडर समुदाय की प्रमुख कंचन सेंद्रे के साथ कामिनी साहू, राधा, रोशनी, चांदनी, और हसीना उपस्थित थे। ट्रांसजेंडर मुद्दों पर कार्य कर रही सिमित ने इस संकल्प को आगे तक ले जाने के लिए अपनी प्रतिबद्धता व्यक्त करते हुए कहा कि ट्रांसजेंडर्स को समाज की मुख्य धारा से जोड़ने के लिए हमें सभी कार्यक्रमों में उनकी उपस्थित निश्चित ही रखनी चाहिए। सिमित दवरा ट्रांसजेंडर्स के लिए समय-समय पर कार्य किए जाते है।





औषधिय व फलदाल पौधों का किया वितरण व रोपण।

• बीएसपी के 'गो ग्रीन' अभियान को मिलेगी मजबूती

## सेक्टर-9 अस्पताल में आंतरिक संसाधनों से बनाया गया पार्किंग स्टैंड, ईडी अंजनी ने किया उद्घाटन

भिलाई। बीएसपी के जवाहरलाल नेहरू चिकित्सालय एवं अनुसंधान केंद्र में आंतरिक संसाधनों से एक लाख स्क्वायर फिट से भी अधिक एरिया में बनने नवनिर्मित पार्किंग स्टैंड शुरु हो गया है। उद्घाटन बीएसपी के कार्यपालक निदेशक अंजनी कुमार ने किया। अस्पताल में रोज सैकड़ों मरीजों के परिजनों के साथ स्टाफ के लोग आते हैं। महाप्रबंधक शाहिद अहमद ने नवनिर्मित पार्किंग स्टैंड के बारे में बताया कि वाहन स्टैंड का निर्माण आंतरिक संसाधनों से किया गया है। 76 लाख रुपए की बचत हुई है। सफाई कर्मचारी तथा सिविल मेंटेनेंस के कार्मिक तथा अस्पताल के पेस्ट कंट्रोल के श्रमिकों ने समय का सदुपयोग करते हुए इस स्टैंड के कार्य को पूर्ण करने में भूमिका निभाई है।



#### प्रयासों की प्रशंसा

कार्यपालक निदेशक अंजनी कुमार ने कहा कि बीएसपी के 'गो ग्रीन' अभियान को मजबूती प्रदान करते हुए फोर व्हीलर एवं टू व्हीलर के पार्किंग के लिए नव विकासित किए गए इस स्टैंड के निर्माण में बीएसपी के सेल ग्रीन टाइल्स प्लांट द्वारा संयंत्र के वेस्ट प्रोडक्ट से निर्मित पेवर ब्लॉक का उपयोग किया गया है।



#### 500 गाड़ियां होंगी खड़ी

जेएलएन अस्पताल के सीएमओ इंवार्ज डॉक्टर एम रविंद्धनाथ और शाहिद अहमद ने कहा कि नयी पार्किंग व्यवस्था से जहां मरीजों तथा उनके परिजनों को नई सुविधा प्राप्त होनी वहीं अस्पताल के विजिट्से के लिए भी पार्किंग की सुनम व्यवस्था की जा सकेगी। यह पार्किंग बारिश के दिनों में कीचड़ व गंदगी से भी निजात दिलाएगा। इस एक लाख स्ववायर फीट से भी बड़े पेपर ब्लॉक लगे पार्किंग में लगभग 500 से अधिक वाहन खड़ी की जा सकेंगी।

#### कार्मिकों को किया गया पुरस्कृत



कार्यक्रम में सीएमओ इंचार्ज डॉक्टर एम रविंद्रनाथ सहित सीजीएम इंचार्ज आयरन तापस दासगुप्ता, सीएमओ डॉ. विनीत द्विवेदी, सीजीएम एमआरडी सुशील कुमार, सीजीएम एनवायरमेंट डीएल मोईत्रा, जीएम उमा कटोच, जीएम अजय कुमार व जीएम शाहिद अहमद उपस्थित थे।

#### पार्किंग सुविधा का विस्तार

सेक्टर -9 अस्पताल के पार्किंग स्थल के पास की खाली जमीन पर बरसात के दिनों में जल भराव होता था, कीचड़ की समस्या के कारण कर्मचारियों तथा मरीजों के परिजनों को वाहन पार्किंग में बेहद परेशानी का सामना करना पड़ता था। इस समस्या से निजात दिलाने के लिए प्रबंधन द्वारा आंतरिक संसाधनों से पार्किंग निर्माण कराया गया।

## बच्चों की नटखट अदाओं ने किया मंत्रमुग्ध, विभिन्न विधाओं के सीखे गुर

भिलाई। सन वैली इंग्लीश मीडियम स्कूल कोहका भिलाई में समर कैंप के समापन समारोह में बच्चों की नटखट अदाओं को देखकर उपस्थित जन मंत्रमुग्ध हो उठे। लगभग डेढ़ महिने चले इस समर कैंप में स्कूली बच्चों के साथ अन्य बच्चों ने भी विशेष ट्रेनर्स के मार्गदर्शन में विभिन्न कलाओं के गुर सीखे। स्कल की डायरेक्टर खशब मंडल ने बताया कि समर विकेशन का सदुपयोग करने के उद्देश्य से समर कैंप का आयोजन प्रतिवर्ष किया जाता है। जिससे बच्चों का शारीरिक व बौद्धिक विकास हो सके। इस बार समर कैंप में बच्चों ने योग, एरोबिक्स, विभिन्न डांस व लोक नृत्य सीखे। जिसके समापन समारोह में बच्चों ने अपने



कलाओं की मनमोहक प्रस्तुति दी। इस आयोजन में स्कूल की टीचर दुर्गा, वृंदा, तारा, खुशबू, कुसुम, बबीता, सीमा, रीना, शिवानी, वंदना सिहत सभी स्टॉफ ने बच्चों की प्रतिभाओं को निखारने अपना पसीना बहाया।

### जरुरतमंदों की विशेषज्ञ डॉक्टर करेंगे निःशुल्क जांच, दी जाएगी जानकारी

भिलाई। श्री रमेशचंद्र फाउंडेशन के तत्वावधान में रविवार को गुलाटी नर्सिंग होम शंकर नगर दुर्ग में फ्री मेडिकल कैंप का आयोजन किया जाएगा। जिसमें कोई भी व्यक्ति अपना चेकअप करा सकते है।

यह मेडिकल कैंप सुबह 9.30 बजे से 12 बजे तक पूरी तरह से निशुल्क रखा गया है। कैंप में नेत्र रोग, मेडिसिन विभाग, दंत विभाग, कान-नाक-गला, हड्डी रोग विशेषज्ञ, महिला रोग विशेषज्ञ तथा त्वचा संबंधी विशेषज्ञ उपलब्ध रहेंगे। इस निशुल्क कैंप में विशेष रूप से सभी बीमारियों के प्रति जागरूकता लाने लोगो को जरुरी जानकारी दी जाएगी। आयोजन के संबंध में फाउंडेशन की डायरेक्टर डॉक्टर मानसी गुलाटी व डॉ राहुल गुलटी ने बताया कि इस शिविर का उद्देश्य जरूरतमंद लोगो की मदद



करना है जो विशेषज्ञ डाक्टर के पास नहीं जा सकते हैं। साथ ही बहुत सारी ऐसी बीमारियां है जिसके बारे में समाज के लोगों को पूरी तरीके से सही जानकारी नहीं है। इसलिए कैंप में बीमारियों की जांच कर सभी को बीमारियों के लक्षण व सावधानी से अवगत कराया जाएगा। डॉ मानसी ने अधिक से अधिक लोगों को इस निशुल्क शिविर का लाभ उठाने अपील की है।

### केंद्रीय विद्यालय दुर्ग में साप्ताहिक कार्यक्रम का आयोजन

## प्रकृति के साथ तालमेल बिठाकर ही हम अपने अस्तित्व को कर सकते है सुरक्षितः प्राचार्य उमाशंकर

मिलाई। केंद्रीय विद्यालय संगठन द्वारा पर्यावरण जागरूकता की पहल करते हुए केंद्रीय विद्यालय दुर्ग में साप्ताहिक कार्यक्रम का आयोजन किया गया है। बच्चों को पर्यावरण के प्रति जागरूक करने के लिए विद्यालय संगठन ने एक मुहिम शुरू की है। जिसका उद्देश्य केंद्रीय विद्यालय में पढ़ने वाले छात्रों को स्वस्थ जीवनचर्या एवं पर्यावरण के महत्व से अवगत कर जागरूक करना है।यह कार्यक्रम 5 से 12 जून तक सुबह 6 बजे से 9 बजे तक आयोजित किया जा रहा है। कार्यक्रम का शुभारंभ करते हुए केंद्रीय विद्यालय के

प्राचार्य उमाशंकर मिश्र ने कहा कि

में सोचने जैसा है।

प्रकृति के बारे में सोचना स्वयं के बारे



#### प्रकृति को हरा-भरा रखना, हम सबकी जिम्मेदारी

हम अगर प्रकृति के साथ तालमेल नहीं बना पाए तो वह दिन दूर नहीं जब हम सब के अस्तित्व पर संकट आ जाएगा। धरती से डायनासोर जैसे विशाल शिवतशाली जीव जंतु समाप्त हो चुके हैं अगली बारी हमारी और आपकी है। प्रकृति के साथ तालमेल बिठाकर के ही हम अपने अस्तित्व को सुरक्षित एवं सुनिश्चित कर सकते हैं। प्रकृति को हरा भरा रखना, ऊर्जा तथा पानी की बचत करना अच्छी आदतों को अपनाना यह मनुष्य के अस्तित्व की सुरक्षा के मुख्य बिंदु है।

#### छात्रों को किया जागरूक

कार्यक्रम के संयोजक राजेश कुमार ने जानकारी देते हुए बताया कि पूरे सप्ताह स्वस्थ जीवनशैली अपनाएं, स्थायी खाद्य प्रणालियां अपनाएं, ई-कचरा कम करें, ऊर्जा व पानी बचाएं, सिंगल यूज प्लास्टिक को न कहें जैसे महत्वपूर्ण विषयों पर चर्चा करके विद्यार्थियों को पर्यावरण के लिए जागरूक किया जा रहा है। छात्रों ने प्राचार्य उमाशंकर मिश्रा के नेतृत्व में विद्यालय में पौधारोपण किया। साथ ही छात्रों को अधिक से अधिक संख्या में पौधारोपण के लिए प्रेरित किया गया। विद्यालय के शारीरिक शिक्षक सुरेश कुमार के नेतृत्व में 70 से अधिक छात्र-छात्राओं ने कार्यक्रम में भाग लिया।





#### सिटी इवेंट

#### अंग्रेजी सिर्फ पढ़ाई की नहीं संसार से संवाद स्थापित करने की भाषा है



भिलाई। भारती विश्वविद्यालय दुर्ग के अंग्रेजी विभाग के तत्वावधान में एक दिवसीय कार्यशाला सह विशेष व्याख्यान का आयोजन किया गया। इस कार्यशाला का विषय इंपार्टेंस ऑफ इंग्लिश लैंग्वेज इन ऑल वाक्स ऑफ लाइफ था। इस कार्यशाला में डॉ अदिति देव, एसोसिएट प्रोफेसर अंग्रेजी विभाग, एस आर एम यूनिवर्सिटी

अंग्रेजी
विभाग में एक
दिवसीय
कार्यशाला
सह विशेष
व्याख्यान
आयोजित

सोनीपत ने मुख्य वक्ता के रूप में संबोधित किया। उन्होंने अपने व्याख्यान में कहा कि व्यक्तित्व के सर्वांगीण विकास व कॅरियर की सफलता के लिए अंग्रेजी भाषा जिसे वैश्विक भाषा भी कहा जाता है, का ज्ञान होना अति अनिवार्य है। यह प्रत्येक व्यक्ति के लिए चाहे वह विद्यार्थी, शोधार्थी या प्राध्यापक सभी के लिए अत्यावश्यक है। अंग्रेजी सिर्फ पढ़ाई की भाषा

नहां बाल्क समस्त संसार से संवाद स्थापित करने की भाषा है। चाहे व्यापार हो, विदेश में पढ़ाई हो या राजनीतिक संपर्क स्थापित करना हो सभी की एक जुबान भाषा अंग्रेजी ही है। इस अवसर पर विभिन्न संकाय, विभागों के विभागाध्यक्ष, प्राध्यापक, शोधार्थी, प्रतिभागी व छात्र-छात्राएं उपस्थित थे। प्रतिभागियों ने इस कार्यशाला में सक्रिय प्रतिभागिता दिखाते हुए प्रश्न भी पूछे। जिसका उत्तर देकर मुख्य अतिथि ने उनकी जिज्ञासाओं को शांत किया। कार्यक्रम का संचालन एवं विषय प्रवर्तन अंग्रेजी विभाग की विभागाध्यक्ष डॉ. राजश्री नायडू ने किया।



#### समाज इवेंट

#### प्राणियों में दया और परोपकार की भावना सिखाता है धर्मः अंजली



भिलाई। आर्य समाज एवं पतंजिल योग सिमित द्वारा रामकथा का आयोजन किया गया था। जहां काफी संख्या में श्रद्धालुओं ने उपस्थित होकर कथा सुनी। इस दौरान हिरयाणा से आई विदुषी अंजली आर्य ने राम कथा प्रस्तुत की। उन्होंने रामकथा की व्याख्या करते हुए कहा कि राम का जीवन अलौिक है। वाल्मीिक में इसिलए राम को धर्म का स्वरूप कहा है। कुछ लोग समझते हैं कि सभी को जाना एक जगह है और सभी धर्म समान है। इस बात को समझना जरूरी है। धर्म अलग-अलग नहीं है। धर्म वह है जो सबको बढ़ाने का मौका दें धर्म वह है जो सबके प्रति दया प्रेम और सद्भाव को बढ़ाने वाला होता है। इसिलए प्राणियों में दया और परोपकार को ही धर्म का मुख्य आधार माना गया है। वह धर्म नहीं है जो दूसरों को मारने काटने या मिटाने की बात करता है। धर्म तो महिलाओं का सम्मान सीखाता है। षड्यंत्र करने वाला धर्म नहीं

राम जैसी संतान तपस्या करने से मिलती है: उन्होंने कहा कि राम जैसी संतान पैदा करने के लिए कौशल्या ने तपस्या की थी। किंतु वैदिक सत्य है कि पुत्रेष्टि यज्ञ किया गया था । पुत्रेष्टि यज्ञ करने वाला आयर्वेद का ज्ञाता होता है। आयर्वेदिक यज्ञ पद्धति एक विज्ञान है। आयुर्वेद की औषधियों का प्रयोग करने से आप एक बीमारी का इलाज करते हैं और उसके साथ दो-तीन और बीमारियां अपने आप अच्छी हो जाती हैं दूसरी ओर एलोपैथी का उपयोग करने से एक बीमारी ठीक होती है और उसके साथ दो-तीन बीमारियां नई जन्म ले लेती हैं । रामायण की महिलाओं के उत्तम चरित्र का वर्णन करते हुए उन्होंने सीता, कैकेयी, कौशल्या, सुमित्रा, अहिल्या, उर्मिला, अनसूइया, शबरी, मंदोदरी, त्रिजटा और शूर्पणखा, लंकिनी और मंथरा, सुलोचना, उर्मिला के जीवन से सीख लेने की प्रेरणा दी। आचार्य डॉ अजय आर्य ने कार्यक्रम को संबोधित करते हुए कहा कि आजकल लोग पीढ़ी दर पीढ़ी दुश्मनी निभाने में लगे रहते हैं। आज की पीढ़ी को विनम्रता का यह पाठ श्री राम से पढ़ना चाहिए। जीवन दुश्मनी के लिए नहीं मित्रता के लिए मिला है। हम सभी को दूसरों की सहायता करने के अवसर ढूंढने चाहिए। इस दौरान राजकुमार वर्मा, महेंद्र ठाकुर, शिव चंद्रवंशी, हजारी राम, हरीराम, वेदराम, मनोहर, रोहित जायसवाल, परमेश्वर, भगत पटेल, नंद श्रीवास, हीरा आर्य, रवि राजपूत, खोमेश राजपूत सहित आयोजन मंडल के सदस्य





#### कला, साहित्य और रंगमंच के कलाकारों को बैठक में दिया गया प्रभार

## संस्कार भारती के कला इकाई को मिली जिम्मेदारी, कला क्षेत्र में बढ़ेगे नए कदम

**भिलाई।** कला, साहित्य और रंगमंच के लिए समर्पित अखिल भारतीय संस्था संस्कार भारती की दुर्ग जिला इकाई की आम सभा गजानन मंदिर हडको में संपन्न हई। सभा का प्रारंभ सामृहिक ध्येयगीत तथा प्रांत अध्यक्ष रिखी क्षत्रिय तथा जिला अध्यक्ष कीर्ति व्यास द्वारा नटराज की प्रतिमा पर पुष्प अर्पित कर दीप प्रज्जवलन के साथ की गई। कार्यक्रम की शुरुआत में उपस्थित सभी सदस्यों का उनकी कला विधा के साथ परिचय दिया गया। जिसके बाद 2023-24 में किये गए आय-व्यय का विवरण प्रस्तुत किया। हुडको में आयोजित 2024-25 की साधारण सभा को संबोधित करते हुए निवर्तमान अध्यक्ष ने अपने अनुभव व्यक्त किये। जिसके बाद नए अध्यक्ष का चनाव किया गया। इस दौरान वरिष्ठ संगीतज्ञ वॉयलिन वादक कीर्ति व्यास 2024-25 के लिए सर्व सम्मति से जिला इकाई के अध्यक्ष के रूप में निर्वाचित किए गए। साथ ही संपूर्ण कार्यकारिणी तथा विधा संयोजक सह संयोजक की घोषणा की गई।



कार्यक्रम में यह रहे उपस्थित





कार्यक्रम में अंकुश देवांगन, ऋषि चंद्राकर, मंद्रा लाकुङ्कर, वंद्रना मिश्रा, देवयानी व्यास, सपन भट्टाचार्य, बबलू विश्वास, देवेंद्र वर्मा, सीमा साह सहित कला जगत के लोग उपस्थित थे।

### कलाकारों को दिया

गया प्रभार कार्यकारी अध्यक्ष अजय डांगे, कोष प्रमुख अजीत जैन, सहकोष प्रमुख किशोर और संजय, महामंत्री हेमंत कार्तिक भोसले तबला. माधव कशवाहा पुरातत्व, मंत्री शशिकला नायडू रंगोली कलाकृति, गौतम शील चित्रकार, सूजीत यादव नाट्य, कार्यकारिणी सदस्य विकास पांडे, हेमंत जगम, शीला लाकुडकर, गजेंद्र सिंह, विजय शास्त्री संजय मिश्रा, बालकदास डहरे, अभिषेक, सपन, संयोजिका संगीता भेलौंडे. सह संयोजिका माधवी गजर. रोशनी साह्र, चित्रकला विधा संयोजक मनीष तामुकार, सह संयोजक प्रवींण वासनीक, ब्रिजेश तिवारी, नाट्य विधा संयोजक निशु पांडे, सह संयोजक कविश गोखलें, पल्लवी त्रिपाठी, संगीत विधा, संयोजिका पृष्पलता नेताम सहसंयोजक पल्लवी त्रिवेदी, राजेश धारकर तिरिष सिंह चौहान साहित्य विधा. संयोजक भषण चिपडे. सह संयोजक नरेंद्र देवांगन, तप्ति नायर, नृत्य विधा संयोजक ज्योति गुप्ता, सह देवांगन, लोककला संयोजक पून्नू यादव, सहसंयोजक कमल चंद्राकर सरिता साहू, रूपेश प्रसाद, तरुण निषाद, मीडिया प्रभार प्रशांत क्षीरसागर आईटी प्रभार अविनाश रेवतकर सिद्धेश नागले, संरक्षक लता ऋषि चंद्राकर, अनुप बंसल, संजय चौबे सहित अन्य कलाकारों को प्रभार

## खेल प्रशिक्षण शिविर

### बच्चों ने किया पौधारोपण और संरक्षण करने का लिया संकल्प



भिलाई। विश्व पर्यावरण दिवस के अवसर पर कुडो मार्शल आर्ट क्लासेस के बच्चों ने युवा शिक्त संगठन के साथ मिलकर हनोदा रोड बोरसी में पौधरोपण किया। 21 दिवसीय निःशुल्क कुडो मिक्स मार्शल आर्ट ग्रीष्मकालीन खेल प्रशिक्षण शिविर का समापन भी किया गया। कूडो मार्शल आर्ट प्रशिक्षक मनीष कुमार साहू ने कहा कि कूडो आत्मरक्षा या एक खेल का उपाय नहीं है अपितु शारीरिक फिटनेस के लिए आवश्यक है इससे जीवन अनुशासित होता है। कुडो सिखने वाले बच्चों ने पौधारोपण किया। साथ ही वे मानसून में भी अपने घर के आसपास पौधे लगाने का संकल्प भी लिया। पर्यावरण दिवस पर हम सभी को पर्यावरण की सुरक्षा के बारे में सोचना चाहिए। इस अवसर पर दुर्ग शहर के विधायक गजेंद्र यादव भी शामिल हुए। उन्होंने बच्चों को प्रेरित करते हुए कहा कि आज के बच्चे ही कल के देश के भाग्य विधाता है। बच्चों को सामाजिक कार्यों में भाग लेने में संकोच नहीं करना चाहिए। माता-पिता शिक्षकों को बच्चों को ऐसे अवसर देने चाहिए जिससे वह देश समाज और अपने आसपास की चिंता कर सकें। अभी गर्मी है किंतु हम विश्व पर्यावरण दिवस मना रहे हैं। मानसून आने पर शहर के प्रत्येक व्यक्ति को पौधे लगाने का संकल्प लेना चाहिए। दुर्ग शहर की जनसंख्या लगभग 20 लाख है। इस दृष्टि से हम सभी को अधिक से अधिक पेड़ लगाने का संकल्प करना चाहिए। पर्यावरण को सुरक्षित रखने से हमारा जीवन सुरक्षित रहेगा। आयोजन में कुडो ब्र्लैक बेल्ट युवराज साहू, इंदु साहू और युवा शक्ति संगठन से प्रशांत साहू, चाणक्य साहू, खिलेन्द्र साहू, सुशील साहू उपस्थित रहे।

### नेहरू नगर भिलाई में आज शिविर

### निः शुल्क चिकित्सा शिविर का आज मरीजों को मिलेगा लाभ



भिलाई। गुरुद्वारा नानकसेर नेहरू नगर भिलाई में आज निःशुल्क चिकित्सा शिविर का आयोजन किया जाएगा। 11 बजे से दोपहर 1 बजे तक चलने वाले निःशुल्क चिकित्सा शिविर में विभिन्न चिकित्सा विशेषज्ञ अपनी सेवाएं प्रदान करेंगे। इस निःशुल्क चिकित्सा शिविर में डॉक्टरों द्वारा निःशुल्क परामर्श, शुगर चेकअप, महत्वपूर्ण जांच, रक्त परीक्षण आदि किया जायेगा। इस चिकित्सा शिविर में डॉ विजय वच्छानी, डायलिसिस और गुर्दा रोग विशेषज्ञ, डॉ विशाल अग्रवाल, मधुमेय रोग विशेषज्ञ, डॉ शिवानी टोंक, कैंसर रोग विशेषज्ञ मौजूद रहकर अपनी सेवाएं प्रदान करेंगे। गुरुद्वारा प्रबंधक समिति गुरुद्वारा नानकसर नेहरू नगर द्वारा सभी से इस निःशुल्क चिकित्सा शिविर का अधिक से अधिक लाभ उठाने अपील की है।

#### निःशुल्क रहती है सभी जांच

गुरुद्धारा समिति द्धारा एक चैरिटेबल अस्पताल, लाइबेरी सहित अन्य सुविधाओं का संचालन किया जाता है। जिससे आमजन की मदद की जा सकें। गुरुद्धारा में पैथालॉजी लैब, एक्स-रे, फार्मेसी, डेंटल जैसी अन्य सुविधाएं उपलब्ध है और बाय सुविधाएं उपलब्ध है और बाय सुविधालय को अपनी नि:शल्क सेवाएं प्रदान करते हैं।

#### भागवत कथा का चौथा दिन, भक्त ध्रुव ने 5 साल की उम्र में ईश्वर को पाया

भगवान श्रीकृष्ण का जन्मोत्सव धूमधाम ्से मनाया गया

न्यूज

सेलूब/भिलाई। ग्राम

भागवत कथा के चौथे

कसही में चल रही श्रीमद

दिन शनिवार को भगवान

श्रीकृष्ण का जन्मोत्सव

धुमधाम से मनाया गया।

कथा में जैसे ही भगवान

का जन्म हुआ तो परा

पंडाल 'नंद के आनंद

भयो, जय कन्हैया लाल

की' जयकारों से गूंज

उठा। इस दौरान लोग

झूमने-नाचने लगे। इसके

बाँद कलाकारों ने भागवत

कथा स्थल पर झांकी के

माध्यम से श्री कृष्ण जन्म

किया। श्री कृष्ण जन्म के

अवसर पर पूरा भागवत

कथा स्थल को गुब्बारों से

की कथा का प्रदर्शन

श्रीकृष्ण जन्म पर झूमे श्रद्धालुः महाराज ने कहा-भक्ति और भजन की कोई उम्र नहीं



#### गुड़ के लड्डूओं से भगवान को लगाया भोग

भगवान श्रीकृष्ण के बाल स्वरूप में नन्हें बालक के दर्शन करने के लिए लोग लालायित नजर आए। भगवान के जन्म की खुशी पर महिलाओं ने अपने घरों से लाए गए गुड़ के लड़डूओं से भगवान को भोग लगाया। इस अवसर पर पंडित वासू मोहन दुबे ने कहा कि जब धरती पर चारों ओर त्राहि-त्राहि मच गई। चारों ओर अत्याचार, अनाचार का साम्राज्य फैल गया। तब भगवान श्रीकृष्ण ने देवकी के 8 वें गर्भ के रूप में जन्म लेकर कंस का संहार किया। कथा के दौरान बड़ी संख्या में श्रद्धालु मौजूद रहे।

साइड प्लैंक से बनाइए सेहत

छोटे-छोटे टिप्स आजमाएं

अपने वर्कआउट के दौरान अधिकतर लोग प्लैंक जरूर

करते हैं। इसे कोर के लिए काफी अच्छा माना जाता है।

इतना ही नहीं, प्लैंक करते हुए उसमें कुछ वैरिएशन भी की

जाती है। इन्हीं में से एक है साइड प्लैंक। यह आपके कोर को

मजबती देने के साथ-साथ ऑब्लिक्स को भी टारगेट करता

है। ऐसे में आपको अधिक बेनिफिट मिलता है। आमतौर पर

क्रंचेस या प्लैंक शरीर के सामने सिक्स-पैक पेट की मसल्स

लेकिन अगर आप अपने कोर को मजबूत और टोन करना

चाहते हैं, तो आपको अपने ऑब्लिक्स पर भी काम करना

चिहए। ऐसे में साइड प्लैंक करना यकीनन काफी फायदेमदं

रहता है। हालांकि, इस दौरान अपनी बॉडी को बैलेंस करना

और सही पोश्चर मेंटेन करना थोड़ा मुश्किल हो सकता है।

ऐसे में कुछ छोटे-छोटे टिप्स आपके बेहद काम आ सकते

हैं। तो चलिए आज इस लेख में हम आपको ऐसे ही कुछ

छोटे-छोटे टिप्स के बारे में बता रहे हैं, जिन्हें आपको साइड

#### सिटी स्पोर्ट्स

#### प्रदेश स्तरीय रात्रिकालीन कायस्थ प्रीमियर क्रिकेट लीग सीजन-७ का आयोजन आज से



रायपर। अखिल भारतीय कायस्थ महासभा और छत्तीसगढ़ कायस्थ समाज के तत्वावधान में कायस्थ समाज के युवाओं के लिए रात्रिकालीन कायस्थ प्रीमियर क्रिकेट लीग का आयोजन किया जा रहा है। प्रदेश स्तरीय इस प्रतियोगिता में रायपुर के अलावा दुर्ग, भिलाई, राजनांदगांव, बिलासपुर, बेमेतरा, महासमुंद और डोंगरगढ़ की टीम सम्मिलित होंगी। इस प्रतियोगिता के आयोजक अखिल भारतीय कायस्थ महासभा छत्तीसगढ़ और छत्तीसगढ़ कायस्थ समाज हैं। यह स्पर्धा नेताजी सुभाष स्टेडियम में 09 जून से 16 जून तक रात्रिकालीन समय में खेली जाएगी। प्रतिदिन मैच शाम 6 बजे से प्रारंभ होंगे। इस स्पर्धा का उद्घाटन समारोह रविवार 9 जून को शाम 6 बजे किया जाएगा। उद्घाटन समारोह विशेष रूप से संजय श्रीवास्तव भाजपा प्रदेश महामंत्री, रज्जन श्रीवास्तव सरंक्षक छत्तीसगढ़ कायस्थ समाज एवं प्रमोद खरे प्रदेश अध्यक्ष अखिल भारतीय कायस्थ महासभा उपस्थित रहेंगे। समिति के द्वारा इस साल महिलाओं का टूर्नामेंट का आयोजन स्वर्गीय आशा श्रीवास्तव की स्मृति में किया जा रहा है जिसमें चार टीमों के बीच एक एक मैच खेला जाएगा तथा दोनों विजेता टीमों के बीच में फाइनल मैच खेला जाएगा। सभी महिला खिलाड़ियों को स्वर्गीय श्रीमती आशा श्रीवास्तव की स्मृति में ट्रॉफी देकर सम्मानित किया जाएगा।

इसके अलावा समाज के बच्चों जिनकी उम्र 7 वर्ष से 16 वर्ष के बीच है, के लिए भी जूनियर कायस्थ प्रीमियर लीग प्रतियोगिता का आयोजन स्वर्गीय सुदीप खरे स्मृति में किया जा रहा है। ताकि समाज के बच्चों को भी समाज के कार्यक्रमों में सम्मिलित एवं भागीदारी करने का अवसर मिले। बच्चों की भी चार टीमें बनाई गई हैं जिनके बीच एक एक मैच खेला जाएगा तथा दोनों टीमों के विजेताओं के बीच फाइनल मैच होगा। सभी मैच खेलने वाले बच्चों को स्वर्गीय सुदीप खरे की स्मृति में ट्रॉफी प्रदान की जाएगी। आयोजन समिति के राहुल श्रीवास्तव प्रदेश अध्यक्ष अखिल भारतीय कायस्थ महासभा युवा प्रकोष्ठ एवं अन्य सदस्यों ने समाज के सभी वरिष्ठ जनों महिलाओं एवं युवाओं से अधिक से अधिक संख्या में उपस्थित होकर इस प्रतियोगिता को सफल बनाने का अनुरोध किया है। आयोजन समिति में प्रमुख रूप से रज्जन श्रीवास्तव, प्रमोद खरे, मनीष श्रीवास्तव कांकेर, प्रदीप वर्मा, मनीष श्रीवास्तव बिलासपुर, पी के वर्मा, दिवाकर सिन्हा, डॉ मनीष श्रीवास्तव, अशोक श्रीवास्तव, अभिषेक सक्सेना, अमित वर्मा, विश्वासु श्रीवास्तव, वैदुर्य निगम, शुभम, रौनक़, महिला विंग से उषा रंजन श्रीवास्तव, अमृता श्रीवास्तव, मंगला श्रीवास्तव, छाया खरे, अनुषा श्रीवास्तव, श्रीवास्तव इत्यादि शामिल है।

#### राज्य स्तरीय शह और मात के खेल में जुटे 20 जिले से १५० प्रतिमागी



रायपुर। छत्तीसगढ़ प्रदेश शतरंज संघ के मार्गदर्शन व ऑल इंडिया चेस फेडरेशन के निर्देशन में जिला शतरंज संघ द्वारा पिथौरा में आयोजित 4 दिवसीय स्पर्धा का उदघाटन अग्रवाल समाज के अध्यक्ष अनूप अग्रवाल ने शतरंज की बिसात पर प्यादे की चाल चलकर किया। कार्यक्रम की अध्यक्षता सामाजिक कार्यकर्ता व कलार समाज महिला प्रकोष्ठ की अध्यक्ष प्रमिला सिन्हा ने की। विशिष्ट अतिथि जिला क्रीड़ा अधिकारी मनोज धृतलहरे, राज्य शतरंज संघ के पदाधिकारी विकास शर्मा, सुबोध सिंह, ईश्वर राजपूत, पिथौरा ब्लॉक के मंडलेश्वर पुनीत सिन्हा, राज्य सचिव हेमन्त खुटे,अंतरराष्ट्रीय निर्णायक अनीस अंसारी व जिला संघ के अध्यक्ष डॉ डीएन साहू मंचासीन थे। सर्वप्रथम टूर्नामेंट डायरेक्टर हेमन्त खुटे ने प्रगति प्रतिवेदन प्रस्तुत करते हुए कहा कि वर्ष 2022 से 2024 के भीतर 3 साल के अंतराल में यह तीसरी फीडे रेटिंग स्पर्धा है तथा जिला शतरंज संघ के बैनर तले यह सोलहवां राज्य चयन स्पर्धा है। आगामी दिनों में हमारा प्रयास नेशनल रेटिंग टूर्नामेंट कराने का रहेगा ताकि जिला व प्रदेश के खिलाड़ियों को रेटिंग के लिए कही बाहर जाना न पड़े। मुख्य अतिथि अनूप अग्रवाल ने खिलाड़ियों को संबोधित करते हुए कहा कि शतरंज एक बौद्धिक खेल है। इसे हर उम्र के लोगो को खेलना चाहिए। कार्यक्रम की अध्यक्षता प्रमिला सिन्हा ने अपने उद्बोधन में कहा कि पिथौरा सरीखे छोटी सी जगह में अंतरराष्ट्रीय मान्यता प्राप्त स्पर्धा के आयोजन से अंचल का मान बढ़ा है। जिला शतरंज संघ को इस पहल के लिए बधाई दी है। इस राज्य चयन स्पर्धा में 91 हजार रुपए की कुल राशि खिलाड़ियों को ईनाम स्वरूप दिए जायेंगे।

### अल्ट्रा-प्रोसेस्ड फूड्स की लत बिगाड़ रही है हमारी सेहत

## आइसक्रीम, चिप्स और बर्गर के ज्यादा सेवन से स्ट्रोक का खतरा, सोचने-समझने की क्षमता में भी आ रही गिरावट

फ्राइज, चिप्स, बर्गर, कैंडी, सॉफ्ट ड्रिंक और आइसक्रीम जैसे अल्ट्रा-प्रोसेस्ड फूड्स यानी बेहद ज्यादा प्रोसेस किए जाने वाले खाद्य पदार्थ लोगों को शारीरिक और दिमागी तौर पर बीमार बना रहे हैं। एक अध्ययन में खुलासा हुआ है कि ऐसे खाद्य पदार्थों के ज्यादा सेवन से सोचने-समझने, पढ़ने, सीखने और याद रखने की क्षमता में गिरावट के साथ स्ट्रोक के खतरे बढ़ रहे हैं।

मैसाचुसेट्स जनरल हॉस्पिटल के शोधकर्ताओं के अध्ययन के नतीजे जर्नल न्यूरोलॉजी में प्रकाशित हुए हैं। यह अध्ययन अमेरिका में 45 वर्ष या उससे अधिक आयु के 30,239 लोगों पर किया गया है। इन पर करीब ग्यारह वर्षों तक नजर रखी गई। शोधकर्ताओं ने इस बात की जांच की है कि उनका कितना भोजन बेहद ज्यादा प्रोसेस किया हुआ था। अध्ययन की शुरुआत में इन सभी लोगों में स्ट्रोक या सोचने-समझने तथा सीखने की क्षमता में गिरावट का कोई इतिहास नहीं था। अध्ययन के अंत तक 768 लोगों में संज्ञानात्मक हानि यानी सोचने समझने की क्षमता में गिरावट देखी गई जबकि 1,108 में स्ट्रोक की समस्या सामने



#### लोगों को ध्यान देना चाहिए कि वे क्या खा रहे

मैसाचुसेट्स जनरल हॉस्पिटल के प्रोफेसर डॉ. डब्ल्यू टेलर किम्बर्ली का कहना है कि हर व्यक्ति को न केवल इस बात पर ध्यान देना चाहिए कि वह क्या खा रहा है, बल्कि इस पर भी विचार करना चाहिए कि वह कैसे बनता है। इन खाद्य पदार्थों का सीमित सेवन दिमाग को स्वस्थ रखने में मददगार साबित हो सकता है।

#### <u>८ फीसदी बढ़ी स्ट्रोक की समस्या</u>

शोध के अनुसार, दुनिया में करीब १४ फीसदी वयस्क और १२ फीसदी बच्चे अल्टा-प्रोसेस्ड फड़स की लत के शिकार हैं। इन खाद्य पदार्थों को लेकर लोगों में जो लगाव है वह करीब-करीब शराब और तंबाकू जितना ही बढ़ चूका है। बहुत ज्यादा प्रोसेस किए खाद्य पदार्थों के सेवन में 10 फीसदी के इजाफे से यादबाश्त से जुड़ी समस्याओं का खतरा १६ फीसदी तक बद गया। दूसरी ओर बिना प्रोसेस किए भोजन के सेवन से जोखिम 12 फीसदी तक घट गया। इसी तरह इसका सेवन करने से स्ट्रोक का खतरा आठ फीसदी तक बढ़ गया, जबिक कम करने से स्ट्रोक का जोखिम नौ फीसदी तक घट गया।

#### क्या होते हैं अल्ट्रा-प्रोसेस्ड फूड्स

लेवल पर पोसेस किया जाता है जिससे वह कई दिनों तक खाने योग्य बने रहें या फिर जब डीप फ्राई करके उनकी कुदरती संरचना को बदल दिया जाता है तो ऐसे खाद्य उत्पादों को अल्टा-प्रोसेस्ड फूड्स कहते हैं। इनमें आमतौर पर चीनी, वसा, नमक ज्यादा और प्रोटीन तथा फाइबर कम होते हैं।



#### बॉडी एलाइनमेंट का रखें ध्यान

प्लैंक करते हुए ध्यान में रखना चाहिए-

जब आप साइड प्लैंक करते हैं तो उस दौरान आपको अपनी बॉडी एलाइनमेंट का ध्यान रखना चाहिए। साइड प्लैंक करते हुए अपनी कोहनी को सीधे अपने कंधे के नीचे रखें। इस तरह आपको शोल्डर ज्वॉइंट पर बहुत अधिक दबाव नहीं पड़ता है। इसके अलावा यह भी ध्यान रखें कि आपका शरीर सिर से एडी तक एक सीधी रेखा बनाए।



#### ज्यादा नमक के सेवन से हर साल 30 लाख मौतें

विश्व स्वास्थ्य संगठन के आंकड़े भी दर्शाते हैं कि हर साल जरूरत से ज्यादा नमक (सोडियम) का सेवन करने से द्रनिया में 30 लाख से ज्यादा लोगों की जान जा रही है। इसके साथ ही इसकी वजह से रक्तचाप और हृदय सम्बन्धी रोगों का खतरा भी बद्द रहा है।

# गुग्गल धूप के इन सरल उपायों से दूर करें घर का वास्तु दोष

घर में वास्तु दोष हो तो नकारात्मकता हावी होने लगती है और घर में पारिवारिक क्लेश के साथ-साथ कई परेशानियां जन्म ले लेती हैं। वास्तु दोष अगर घर में है तो इसके कई संकेत भी मिलते हैं जिन्हें अक्सर लोग नजरअंदाज कर देते हैं, जिसकी वजह से वास्तु दोष बढते-बढते इतना बढ जाता है कि घर में गंभीर घटनाएं होने लगती हैं। इसी कारण से वास्तु शास्त्र में माना गया है कि वास्तु दोष उत्पन्न होने पर तुरंत उसका उपाय कर लेना चाहिए।

#### वास्तु दोष दूर करने के लिए गुग्गल धूप के उपाय

रोजाना शाम के समय गुग्गल धूप के साथ पीली सरसों घर में जलाएं और उसका धुआं घर के कोने-कोने में करें। ऐसा करने से घर का वास्तु दोष दूर होगा और नकारात्मकता भी कम होने

अगर वास्तु दोष के कारण घर में पारिवारिक क्लेश ने जन्म ले लिया है तो ऐसे में गोबर के कंडे के ऊपर गुग्गल धूप डालकर उसे जलाएं। ऐसा करने से गृह

शांति स्थापित होगी और कलश दूर होगा। अगर वास्तु दोष के कारण आपके काम बनते-बनते बिगड़ रहे हैं तो गुग्गल धूप जलाकर मंदिर के सामने रखें और फिर उसकी राख को लाल कपड़े में लपेंटकर अपने पर्स में

अगर वास्तु दोष के कारण आपके वैवाहिक जीवन में समास्या आ रही है या फिर विवाह में देरी हो रही है तो गुग्गल धूप को रोजाना बेडरूम में जलाएं। इससे दांपत्य जीवन सुखी होगा और विवाह जल्दी होगा।

# मिट्टी के बर्तन में दूध उबालने से पहले जानें ये टिप्स



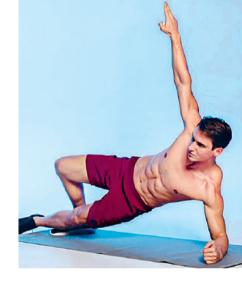
आज भी कई ऐसे लोग हैं जो स्टील के बर्तनों में दूध उबालने के बजाय मिट्टी के बर्तनों का इस्तेमाल करते हैं। अगर आप भी मिट्टी के बर्तन इस्तेमाल करते हैं, लेकिन दुध उबालते वक्त बार-बार बाहर आ जाता है तो ये टिप्स आपके लिए मददगार साबित

एक वक्त था जब मिट्टी के बर्तनों में खाना पकाया जाता था, लेकिन अब वक्त बदल गया है। मार्केट में खाना पकाने के लिए कई

तरह के बर्तन आने लगे हैं जैसे- स्टील के बर्तन, एल्यूमिनियम के बर्तन आदि। हालांकि, अभी भी कुछ लोग ऐसे हैं जो मिट्टी के बर्तनों में खाना पकाना पसंद करते हैं। आज भी गांव और छोटे कस्बों में घरों में महिलाएं मिट्टी के बर्तनों में भोजन पकाती हैं।हालांकि, अब वैसे भी मिट्टी के बर्तनों के बर्तनों का चलन बढ़ गया है, लोग मैगी से लेकर मटन आदि बनाने के लिए मिट्टी के बर्तनों का इस्तेमाल करने लगे हैं। कुछ लोग घरेलू काम के लिए मिट्टी के बर्तनों का इस्तेमाल करते हैं जैसे- सब्जी बनाने के लिए खोना पकाने के लिए आदि। मगर कुछ लोग सिर्फ दुध उबालने के लिए इसका इस्तेमाल करते हैं, अगर आप भी इसका इस्तेमाल करते हैं तो यह लेख आपके लिए मददगार साबित हो सकता है क्योंकि हम आपको मिट्टी के बर्तन यानी मटके में दुध उबालने के हैक्स बता रहे हैं।

मिट्टी के बर्तन को अच्छी तरह से करें साफ- मिट्टी के बर्तनों को साफ करने के लिए आप डिशवॉशिंग सोप और डिटर्जेंट का इस्तेमालनहीं कर सकते हैं। अगर आप ऐसा करते हैं तो साबुन मिट्टी के बर्तन के पोर्स में घुस जाएगा और इसके बाद वह बर्तन इस्तेमाल करने लायक नहीं बचेगा। मगर मिट्टी के बर्तन में खाना बनाने के बाद उसे धोना बेहद जरूरी है। इसलिए आप मिट्टी के बर्तन में आधे से भी कम मात्रा में पानी भरें और उसे गैस पर गरम करें। ध्यातन रखें कि आपको पानी उबालना नहीं है। पानी इतना गर्म हो कि उसे हाथ से टच किया जा सके। इसके बाद इसे अच्छी तरह से साफ करें और इस्तेमाल करें।

दृध डालने से पहले पानी उबालें-अच्छी तरह से धोने के बाद मटका सुखाएं। सुखाने कें बाद पानी से मटका भर दें। अब इसे गैस पर रखें और तेज आंच पर उबाल लें। उबालने के बाद पानी को अच्छी तरह से मिलाएं और गैस बंद कर दें। गैस बंद करने के बाद पानी ठंडा करें और फिर मटका खाली कर दें। जब मटका खाली हो जाए, तो पानी अच्छी तरह से सुखा लें।



#### अपने कोर को करें शामिल

जब आप साइड प्लैंक करते हैं तो उस दौरान पेट की मसल्स को टाइटन कर लें। इससे आपको स्टेबिलिटी बनाए रखने में मदद मिलती है। साथ ही साथ, रीढ़ को भी सहारा मिलता है। ऐसे में आप अधिक बेहतर तरीके से साइड प्लैंक कर पाते

#### <u>पैरों की पोजिशन पर दें ध्यान</u>

साइड प्लैंक करते हुए पैरों की पोजिशन पर ध्यान देना भी बेहद जरूरी है। आमतौर पर, लोग इसमें गडबड करते हैं और उनके लिए साइड प्लैंक करते हुए होल्ड करना मुश्किल हो जाता है। साइड प्लैंक करते हुए आप बेहतर तरीके से बैलेंस करने के लिए अपने पैरों को एक-दूसरे के ऊपर रखें या एक पैर को दूसरे के सामने थोड़ा सा रखें। इस

ब्रीदिंग पर करें फोकस

साइड प्लैंक करते हुए ब्रीढ़िंग पर ज्यादा फोकस करने की भी जरूरत है। कई बार लोग साइड प्लैंक करते हुए अपनी सांसों को रोक लेते हैं। ऐसा करने की गलती ना करें। आप लगातार सांस लें। इससे आपकी मसल्स में ऑक्सीजन का प्रवाह बना रहता है। जब आप साइड प्लैंक करते हैं तो शुरुआत में 15 से 30 सेकंड तक होल्ड करें। इसके बाद, आप

#### कानर न्यूज

हम सभी सपने देखते

हैं,यह जिंदगी का एक

हिस्सा है। हम कभी अच्छे

सपने देखते हैं तो कभी बुरे

देखते हैं। ऐसा कहा जाता

सोचते हैं तो आपको अच्छे

है कि जब आप अच्छा

सपने आते हैं और जब

कुछ नेगेटिव सोचते हैं तो

बुरे सपने आते हैं, लेकिन

अगर आपको बार-बार

हर रोज बुरे सपने आने

विषय है। यह एक तरह

इशारा करता है। मेडिकल

टर्म में हम इसे नाइटमेयर

डिसऑर्डर का इलाज नहीं

लगते तो यह चिंता का

के विकार की तरफ

डिसऑर्डर के नाम से

जानते हैं। अगर इस

किया जाए तो आपकी

मेंटल हेल्थ भी खराब हो

सकती है। आइए जानते हैं

इस बारे में हेल्थ एक्सपर्ट

कमल किशोर वर्मा से

रात में बार-बार डरावने संपने देखना नाइटमेयर डिसआर्डर का लक्षण

### नाइटमेयर डिसऑर्डर प्रभावित करता है आपकी मेंटल हेल्थ को इसके कारण इसके कारण आपकी नींद में खलल पड़ता है



<u>नाइटमेयर कैसे मेंटल हेल्थ को करता है प्रभावित?</u>

नाइटमेयर डिसऑर्डर में बार-बार डरावने या बुरे सपने आते हैं। इसके कारण अचानक से नींद खुल जाती है, पसीना आने लगता है और फिर कुछ देर तक डर लगता रहता है। ऐसा होने के



और नींद पूरी नहीं होने के कारण आपको

चिड़चिड़ापन हो सकता है

अगले दिन परेशानी हो सकती है। आप अपने

कामकाज पर फोकस नहीं कर पाते हैं। जिससे

ऐसा होने पर व्यक्ति ओवर थिंकिंग का शिकार



शिकार हो सकते हैं, जो हमेशा आपको उदासी या निराशा की भावना में डुबाए रख सकता है। इसके कारण आप कोई भी काम टीक प्रकार से नहीं कर पाते हैं, सोचने समझने की क्षमता भी प्रभावित होती

आप अवसाद के

ही दर्शकों का उत्साह चरम पर है। बीते दिन फिल्म का एक टीजर वीडियो सामने आया, जिसने सोशल मीडिया पर धमाल मचा दिया।

फिल्म इवेंट

हॉलीवुड

'वुल्फ्स' के लिए 16 साल बाद साथ आए जॉर्ज क्लूनी और ब्रैड पिट

'वुल्फ्स' आगामी थ्रिलर फिल्म है, जिसके एलान के बाद से

वहीं, अब इसका ट्रेलर भी रिलीज हो चुका है। ट्रेलर में जॉर्ज क्लूनी और ब्रैड पिट एक साथ वापस आ गए हैं। ट्रेलर में फिल्म की कहानी की पहली झलक देखने को मिली है। यह एप्पल ओरिजनल फिल्म है। 'वुल्फ्स' सिनेमाघरों में दस्तक देने के बाद एप्पल टीवी+ पर विश्व स्तर पर स्ट्रीम होगी।

'वुल्फ्स' ने प्रसिद्ध हॉलीवुड सितारों को आपराधिक फिक्सरों

की एक जोड़ी के रूप में पेश किया है, जिन्हें पता चलता है

कि उन दोनों को एक ही घातक काम को पूरा करने के लिए

अचानक एक साथ काम करने के लिए मजबूर हो जाते हैं। स्पाइडर-मैन फ्रैंचाइजी के निर्देशक जॉन वॉट्स की इस नई

फिल्म के ट्रेलर ने दर्शकों के उत्साह को और ज्यादा बढ़ा

दिया है। वॉट्स ने फिल्म 'वुल्फ्स' का निर्देशन और निर्माण करने के अलावा इसकी पटकथा भी लिखी है। क्लूनी और

पिट निर्माता के रूप में भी शामिल हैं। 'ओनली मर्डर्स इन द

बिल्डिंग' की एमी रयान की 'वुल्फ्स' में 'द वॉकिंग डेड' के

ऑस्टिन अब्राम्स के साथ-साथ 'नेवर हैव आई एवर' की

पूर्णा जगन्नाथन की सहायक भूमिका होगी। इन कलाकारों

टॉलीवुड

इतने देशों में हो सकती है 'एनटीआर 31' की

शूटिंग, कलाकारों के नाम पर बना हुआ सस्पेंस

बड़ी फिल्मों में काम कर

रहे हैं। इनमें एक फिल्म

है- 'वॉर 2', जिससे वो

अपना बॉलीवुड में डेब्यू

ऋतिक रोशन भी अभिनय

कर रहे हैं। इसकी शूटिंग

पर तेजी से काम चल रहा

है। इसके अलावा जूनियर

करने जा रहे हैं। इस

फिल्म में उनके साथ

दक्षिण भारतीय अभिनेता जूनियर एनटीआर इन दिनों कई

एनटीआर 'एनटीआर 31' को लेकर भी सुर्खियां बटोर रहे हैं।

'एनटीआर 31' पर पिछला बड़ा अपडेट जूनियर एनटीआर के

जन्मदिन पर आया था। उस वक्त निर्माताओं ने बताया था कि

इस फिल्म की शूटिंग इसी साल अगस्त के महीने में शुरू हो जाएगी। अब फिल्म की शूटिंग को लेकर एक चर्चा चल पड़ी है। मीडिया रिपोर्ट्स के मुताबिक, 'एनटीआर 31' को लगभग 15 देशों में शूट किया जाएगा। इसके प्री-प्रोडक्शन का काम

इस फिल्म को लेकर एक नई जानकारी सामने आई है।

शुरू हो चुका है। 'एनटीआर 31' एक अस्थाई नाम है। निर्माताओं द्वारा फिल्म के आधिकारिक नाम की घोषणा अभी

बाकी है। फिल्म का निर्देशन प्रशांत नील करेंगे। जूनियर

एनटीआर इस फिल्म के जरिए एक बार फिर से एक्शन

मैत्री मूवी मेकर्स द्वारा किया जाएगा। कहा जा रहा है कि

'एनटीआर 31' में कई बड़े कलाकार अभिनय करते हुए

अवतार में नजर आएंगे। इसका निर्माण एनटीआर आर्ट्स और

दिखाई देंगे। पिछले दिनों एक चर्चा भी चली थी कि रश्मिका

ांदाना को मुख्य भूमिका के लिए चुना जा सकता है। 'वॉर 2

और 'एनटीआर 31' के अलावा जूनियर एनटीआर जल्द ही

भोजपुरी

लोगों के दिलों में जगह बनाएगी

फिल्म 'शादी में उल्टा फेरा'

भोजपुरी फिल्म इंडस्ट्री में हर दिन किसी न किसी फिल्म

'देवराः पार्ट 1' में भी नजर आएंगे।

रखा गया है। यही वजह होती है कि दो अकेले भेड़िए

# बंधेज साड़ी की डिजाइन लुभाएंगी आपको जानें इसे स्टाइल करने के टिप्स



फैशन इंडस्ट्री में साड़ी में हर रोज कोई नया प्रयोग देखने को मिलता है, मगर कुछ पारंपरिक साड़ी डिजाइंस हैं, जिन्हेंश आज भी महिलाओं के मध्य काफी पसंद किया जाता है। इनमें से एक है बांधनी साड़ी। राजस्थारन और गुजराती की अनूठी शिल्पकला का खुबसूरत उदाहरण पेश करने वाली इन साड़ियों में आपको एक नहीं कई पैटर्न देखने को मिलेंगे। बांधनी साड़ी के कई प्रकार होते हैं, उनमें से जो सबसे लोकप्रिय हैं, उनके बारे में आपको जानना

उच्च गुणवत्ता वाले रेशमी कपड़े से बनाई जाती हैं। यह कपड़ा मोटे चमकब्रंर और चिकना होता है। इन साडियों पर आपको आरी जरबोजी का काम मिल जाएगा और इनका बॉर्डर भी बहुत खूबसूरत जरी वर्क वाला होता है, जिस पर पहले के जमाने में सोने और चाँदी के तार से एंब्रॉयडरी की जाती थी। अब भी आपको यह काम मिल जाएगा मगर इस तरह बांधनी साड़ी बहुत महंगी आती है। बांधनी सिल्क साड़ी : सिल्क फैब्रिक में भी बांधनी सिल्क साड़ियां आती

गाजी बांधनी साड़ी : गाजी बांधनी साड़ियां सभी बांधनी साड़ियों में सबसे

है। इन साडियों में आपको चमकीला वर्क मिल जाएगा। इसमें रंग भी भड़कीले आते हैं। आपको लाल, शाही नीला, पन्नें के रंग जैसा हरा और पीला कलर मिल जाएगा। अब तो ऐसी साड़ियों में आपको कलात्मकता का संगम भी देखने को मिल जाएगा। इन्हें आप किसी भी बड़े तीज शुद्ध बांधनी कॉटन साडी : शुद्ध कॉटन फैब्रिक में भी आपको बांधनी

साड़ियां मिल् जाएंगी। इनमें न केंवल प्राकृतिक कॉटन कपड़े का इस्तेमाल किया जाता है बल्कि इनमें इस्ते माल रंग भी नेचुरल होते हैं। उन्हें धागों से बांध कर कलर किया जाता है, यह एक जटिल और प्राचीन बांधनी तकनीक है। इससे सुंदर-सुंदर पैटर्न साडी पर प्रिंट की तरह बिखर जाते हैं। बांधनी जॉर्जेंट साड़ी: बांधनी साड़ियां आपको जॉर्जेंट फैब्रिक में भी मिल

जाएंगी। यह वजनदार होती हैं और इन पर भी सूती साड़ियों की रह पुरानी बांधनी तकनीक का इस्तेमाल कर पैटर्न बनाए जाते हैं। आपको इन पर मोतियों, सीपों और अन्य चीजों की एंब्रॉयडरी देखने को भी मिल सकती है और बॉर्डर पर जरी का काम भी दिख सकता है।

घरचोला बांधनी साड़ी: घरचोला गुजराती दुल्हनों द्वारा पहनी जाने वाली एक पारंपरिक बांधनी साड़ी है। कुछ वक्त पहले आपने कई बॉलीवुड एक्ट्रेगसेस को इस तरह के साड़ी लुक में देखा होगा। यह अपने विस्तृत पैटर्न के लिए जानी जाती है, जिसमें चौकोर और हीरे के आकार के डिजाइन होते हैं। इन साड़ियों में अक्सर हरे और मैरून रंग के शेड्स देखे जाते हैं। अब इसमें लाल, पीला और गुलाबी रंग भी देखने को मिल रहा है।



अमेरिका में फॉल 2024 सीज़न के दौरान दर्शकों को मॉडलिंग के कई रोमांचक पल देखने को मिले। जिसमें एग्नेस डेन की हैरतअंगेज वापसी और मौली रिगवाल्ड सहित बैटशेवा का सिर्फ़ 40 साल से ज़्यादा उम्र की मॉडल्स को कास्ट करना शामिल हैं। रनवे पर जाने-पहचाने चेहरों के अलावा कई नए चेहरे भी थे, जिन्होंने दर्शकों का ध्यान खींचा। यह पूरा शो दर्शकों के दिलों में अमिट छाप छोड़ गया।

# थ्रेडिंग करवाने के बाद भूलकर भी न करें ये गलतियां, पड़ सकती है त्वचा के लिए भारी

थ्रेडिंग करवाने के बाद हम कई ऐसे काम कर जाते हैं, जिनके कारण हमें शायद किसी दिन कोई बड़ा नुकसान भी हो सकता है। श्रेडिंग करवाने के बाद हमें इन गलतियों को भूलकर भी नहीं करना चाहिए। वरना जाने-अंजाने में की गई ये गलतियां पड़ सकती हैं भारी।

#### थ्रेडिंग करवाने के बाद मेकअप करना चाहिए?

थ्रेडिंग करवाने के बाद पोर्स खुल जाते हैं और इनमें मेकअप प्रोडक्ट्स के जाने से इनमें मौजूद केमिकल स्किन को डैमेज कर सकते हैं। इस डैमेज से त्वचा में उम्र से पहले ही एजिंग साइंस नजर आ सकते हैं। इसलिए कोशिश करें कि थ्रेडिंग के बाद 1 दिन तक मेकअप न ही करें। वहीं अगर किसी कारण मेकअप करना भी पड़ रहा है तो चेहरे पर बर्फ से मसाज करें और प्राइमर लगाना न भूलें।इसे भी पढ़ें: आइब्रो के बालों को घना बनाना चाहती हैं? इस नुस्खे की मदद से 1 महीने में दिख सकता है असर



#### थ्रेडिंग करवाने के बाद किस तरह के स्किन केयर प्रोडक्ट्स को चेहरे पर लगाना चाहिए?

थेडिंग करवाने के बाद हार्श रिकन केयर प्रोडक्ट्स को अवॉयड करें और रोजाना वाले ही रिकन केयर प्रोडक्ट्स का इस्तेमाल करें। इसके अलावा किसी भी तरह के साबुन को चेहरे से दूर ही रखें। कोशिश करें कि कम से कम २ दिन तक आप कोई नया रिकन केयर रूटीन या कोई नया प्रोडक्ट न ही इस्तेमाल करें।इसे भी पढ़ें आईबोज थ्रेडिंग कराते समय होता है दर्द तो इन टिप्स से

#### करवाने के बाद स्टीम लेनी चाहिए?

चेहरे की त्वचा

नाजुक होती है। वहीं श्रेडिंग के कारण स्किन पोर्स खुल जाते हैं। गर्मी के कारण चेहरे पर आपको जलन हो सकती है। वहीं अगर आप स्टीम लेंगे तो चेहरे पर गरमाहट महसूस होगी, जिससे आइब्रो करवाते समय थ्रेड के जहां भी टच हुआ होगा वहां आपको जलन और इस जलन से किसी भी तरह की स्किन प्रॉब्लम हो

## पाएं छुटकारा ट्रेडिशनल से लेकर वेस्टर्न ड्रेसेस पर भी स्टाइल कीजिए स्कार्फ

महिलाओं की फैशन और स्टाइल के लिए कई तरह की ड्रेसेस और इसके साथ पेअर-अप करने वाले कई डिफरेंट आइटम मार्केट में मिलते हैं। इन्हीं में से एक हिस्सा है- स्कार्फ कैरी करना। आजकल, स्कार्फ का काफी ज्यादा ट्रेंड चल रहा है, जिसे आप सिर्फ कुर्तियों के साथ ही नहीं बल्कि वेस्टर्न कपड़ों के साथ भी स्टाइल कर सकती हैं।

दरअसल, आजकल स्कार्फ की कई वैरायटी गौर प्रिंट आ गए हैं, जिससे आप किसी भी ड्रेस को अट्रैक्टिव और यूनिक बना सकती हैं। तो चलिए आज हम आपकी इसके चुनाव में मदद करते हैं। इस आर्टिकल की मदद से आपको बताएंगे कि किस टाइप के कपड़ों के साथ कैसे आप स्कार्फ वियर कर

टाइगर प्रिंट वाली स्कार्फ : आज के समय में एनिमल प्रिंट काफी ट्रेंड में है। ऐसे में टाइगर की प्रिंट वाली स्कार्फ आपके वेस्टर्न लुक में भी यूनीकनेस ला देगी। अगर आप लाइट कलर या ब्लैक कलर की वन पीस पहन रही हैं तो उसपर ये स्कार्फ काफी सुंदर और अट्टैक्टिव लग सकता है। इस तरह के डिजाइन वाले स्कार्फ आपको ऑनलाइन या ऑफलाइन किसी भी माध्यम से मिल जाएगा। बात इसके दाम की करें तो यह 300 के अंदर आपको मिल सकता है।



#### रेड कलर के डॉट प्रिंट वाली स्कार्फ

अगर व्हाइट प्लेन टी-शर्ट और जींस पहन रही हैं, तो इसके साथ रेड कलर के डॉट प्रिंट वाले स्कार्फ को कैरी कर सकती हैं। इसे थोडा अलग लक क्रिएट करने के लिए आप इसमें एक नॉट लगा सकती हैं। यह स्टाइल आपके लुक को एन्हांस करने में मदद करेगा। इसके अलावा, आप चाहें तो सफेद रंग की कुर्ती पर भी इस स्कार्फ

#### स्टाइलिश लुक के अपने आउटफिट के साथ वियर करें ये कस्टमाइज्ड फुटवियर हर आउटिफट के साथ एक परफेक्ट फुटवियर होना जरुरी हैं ताकि आप खूबसूरत नजर आए। फुटवियर आपके लुक को अट्रैक्टिव बनाने का काम करता है लेकिन अगर आप स्टाइलिश लुक चाहती हैं तो आप इन कस्टमाः फुटवियर का चुनाव कर सकती हैं। इस आर्टिकल में हम आपको कुछ

सकती है।

जिन्हें आप आप स्टाइलिश लुक के आपका आउटिफट लाइट कलर का हैं तो इस कस्टमाइज्ड हील्स अपेक आउटफिट के साथ के लिए परफेक्ट रहेंगे। इन हील्स को आप आउटफिट के साथ हील्स पहनना बाजार से ले सकती हैं साथ ऑनलाइन प्लेटफार्म से भी आप ये कस्टमाइज्ड हील्स खरीद सकती सकती हैं। इन कस्टमाइज्ड हील्स में

> केजुअल शूज : अगर आप कही घूमने रही हैं तो इस तरह के

फुटवियर का चुनाव कर सकती हैं।। इस तरह के फुटवियर में जहां आप स्टाइलिश नजर आएंगी तो वहीं आपको लुक भीड़ से भी अलग नजर आएगा। वहीं इस तरह के फुटवियर आप कई सारे डिजाइन में कस्टमाइज्ड करवा सकता ह यह फुटवियर ऑनलाइन और ऑफलाइन दोनों ही जगहों कई सारे डिजाइन आप्शन में मिल जाएंगे। फ्लैट्स : अगर आपकी हाइट अच्छी हैं और आप हील्स नहीं पहनना चाहती तो आप इस तरह के फुटवियर ट्राई कर सकती हैं। इन फ्लैट्स को आप साड़ी के साथ वियर कर सकती हैं। इन फुटवियर में मोती और एम्ब्रॉयडरी की गयी हैं। वहीं इस तरह के फुटवियर आप कई सारे कलर आप्शन और डिजाइन में मिल जाएंगे।

#### कानर न्यूज

#### बॉडी टाइप और लेटेस्ट फैशन के हिसाब जरूरी होता है कॉटन शर्ट को अपनाना

कस्टमाइज्ड फुटवियर दिखाएंगे

लिए अपने आउटिफट के साथ मैच

हील्स : अगर आप अपने

चाहती हैं तो आप इस तरह के

कस्टमाइज्ड हील्स का चुनाव कर

मोतियों का वर्क किया हुआ है और

ये लाइट कलर में हैं। वहीं अगर

करके वियर कर सकती हैं।

## गर्मी में कॉटन शर्ट में पाना चाहती हैं परफेक्ट लुक तो जानें इन्हें स्टाइल करने के ये तरीके



#### स्कर्ट के साथ सफेद शर्ट को कैसे करें स्टाइल?

लॉन्ग स्कर्ट के साथ वैसे तो कई तरह के पहनें होंगे, लेकिनइंडो-वेस्टर्न लुकपाने के लिए आप व्हाइट शर्ट को प्लेन जॉर्जेट या कॉटन की कलीढार स्कर्ट के साथ में पहन सकती हैं। इस तरह के लुक के साथ में आप बोहो ज्वेलरी को स्टाइल करें।वहीं ऑफिस लुक में सफेद शर्ट के साथ में आप बॉडीकॉन स्कर्ट को स्टाइल कर सकती हैं। इस तरह के लक को पॉवरफल बनाने के लिए आप हाई ओपन हील्स को कैरी करें। चाहे तो कमर पर ब्लैक लेंदर का कॉर्सेट स्टाइल कर सकती हैं।इसे भी पढ़ें:ये ट्रेंडी एक्सेसरीज प्लेन शर्ट लुक में भी डालेंगी नई जान



#### ओवरसाइज शर्ट को कैसे करें आजकल ओवरसाइज फैशन को काफी ज्यादा

पसंद किया जा रहा है। इस तरह के लुक में आप सफेद शर्ट के साथ में फ्लेयर जीन्स को स्टाइल कर सकती हैं। फ्रेंड्स के साथ घूमने जा रही हैं तो व्हाइट स्नीकर्स और शॉर्ट्स के साथ भीओवरसाइज व्हाइट शर्टको आसानी से कैरी किया जा सकता है। चाहे तो ऊपर के 2 बटन खुले छोड़ सकती हैं और अंदर मैचिंग स्लीव्स स्पेगेटी पहन सकती हैं।इसे भी पढ़ें अपने भाई के लूज कपड़ों को स्टाइल करने के लिए करें इन टिप्सू को फॉलो

#### शर्ट को साड़ी के साथ कैसे करें स्टाडल?

वेस्टर्न के आलावा आप कॉटन प्रिंटेड साड़ी या

कॉटन की प्लेन साड़ी के साथ में इस तरह से साड़ी को अलग-अलग तरह से ड्रेप कर सकती हैं। चाहे तो स्टेटमेंट लुक के लिए आप गले में स्टेटमेंट नेकलेस को स्टाइल करना बिल्कुल भी न भूलें। लास्ट मिनट ब्लाउज की जगह आप इस ऑप्शन

हर मौसम में हम स्टाइलिश

दिखना चाहते हैं। वहीं मौसम

सीजन शुरू हो चुका है। ऐसे में

हम ज्यादातर लाइट वेट और

रिकन फ्रेंडली कपडे पहनना

ही पसंद करते हैं। इस मौसम

में हम व्हाइट शर्ट को पहनना

आमतौर पर शर्ट को जीन्स से

काफी पसंद करते हैं।

लेकर स्कर्ट तक के साथ

स्टाइल करते देखा ही होगा,

लेकिन क्या आप जानती हैं

वेस्टर्न के अलावा इंडो-वेस्टर्न

लुक या ओवरसाइज लुक को

स्टाइलिश लुक देने के लिए

भी आप सफेद रंग की शर्ट

सकती हैं। आइये जानते हैं

में सफेद शर्ट को स्टाइल-

कैसे करें इस गर्मी के मौसम

को कई तरीके से स्टाइल कर

की बात करें तो गर्मी का

#### को लेकर नई खबर आती रहती है। अब एक और फिल्म बन रही है जो सारे रिकॉर्ड तोड़ देगी और लोगों के दिलों में जगह बनाएगी। भोजपुरी फिल्म 'शादी में उल्टा फेरा' की शूटिंग इन दिनों मुंबई में चल रही है। इसकी कई फोटोज सामने आई हैं। दुनिया मे किसी की शादी बड़े ही शुभ मुहूर्त देखकर बड़े ही विधि विधान के साथ इंसान

सम्पन्न कराता है ताकि आगे आने वाले भविष्य में युगल जोड़ी हर प्रकार की सांसारिक सुख सुविधाओं का लाभ और आनंद उठा सके। लेकिन इसके साथ यह भी कहा गया है कि उल्टा पैदा होने वाला इंसान और शादी में उल्टा फेरा लेने वाला इंसान दोनों ही एक समान खतरनाक और हुनरबाज होते हैं। इनके कदम जहां पड़ जाए वहां कुछ अच्छा होता है तो कुछ को ये लोग अपने हुनर से बेहद अच्छा बना लेते हैं। तो क्या हम मानकर चलें कि आगे भी कुछ ऐसा ही होने वाला है, क्योंकि यहां पर भी दीप मिश्रा के शादी में उल्टा फेरा लेने की बात ही सामने आ रही है। दरअसल फ़ल्म 'शादी में उल्टा फेरा' की शूटिंग इन दिनों मुम्बई थाणे के मीरा भयंदर के उत्तान भयंदर में जोर शोर से चल रही है। अभिनेता दीप मिश्रा अभिनीत इस फ़ल्मि में कॉमेड , रोमांस और इमोशन का ट्रायो कॉम्बिनेशन देखने को मिलेगा। दीप मिश्रा ने इस फ़ल्मि के लिए बहुत पहले से तैयारियां शुरू कर दिया था और अब जाकर फ्लोर पर उस तैयारी का रिजल्ट देखने को मिल रहा है। इस फ़ल्मि में दीप मिश्रा के साथ शादी में उल्टा फेरा लेने के लिए अभिनेत्री मनीषा यादव मुख्य भूमिका में हैं। दीप मिश्रा कहते हैं कि उनकी यह फ़ल्मि मनोरन्जन से भरपूर होगी जिसे दर्शक हाथों हाथ लेंगे और फ़ल्मि हर उम्र के दर्शक वर्ग के लिए एक पैकेज की तरह पसन्द आएगी। उनके साथ मनीषा यादव की जोड़ी इस फ़ल्मि में एक बेहतरीन कहानी को एकसूत्र में पिरोकर दर्शकों के सामने लाने के लिए इन दिनों जीतोड़ मेहनत कर रही है।

को कैरी कर सकती हैं।