



विधायक ने बहनों से बंधवाई राखी

दुर्ग। शहर विधायक गजेंद्र यादव को राखी बांधने विधानसभा क्षेत्र की बहने बड़ी संख्या में पहुंची। विधायक भाई का आरती उतारकर तिलक लगाए और भाई के जीवन में सुख समृद्धि बना रहे इसके लिए आशीर्वाद दिए। भाई को राखी बांधने आई बहनों ने अपने साथ घर में बने पकवान और मिठाइयां लेकर पहुंची थी। राखी बंधवाकर विधायक ने बहनों से आशीर्वाद लेकर उपहार भी भेंट किये।



विधायक ने सिंधु मवन में दिए वाटर कूलर

दुर्ग। स्टेशन रोड स्थित सिंधु भवन में विधायक गजेंद्र यादव ने वाटर कूलर प्रदान किये। यहां अरदास के लिए आने भक्तों को शीतल पेयजल उपलब्ध हो सकेगा, इसलिए सिंधी समाज के वरिष्ठजनों ने की मांग किये थे। आमदी मॉरि वार्ड 24 स्टेशन रोड स्थित सिंधु भवन में बड़ी संख्या में सिंधी समाज के लोग अरदास (प्रार्थना) के लिए आते हैं। समय समय पर समाज के द्वारा विभिन्न सामाजिक धार्मिक आयोजन भी भवन होता है। इस लिहाज यहां नागरिकों का आना जाना लगा रहता है। पार्षद नरेश तेजवानी ने विधायक श्री यादव को वाटर कूलर की मांग किये थे। जिस पर विधायक गजेंद्र यादव ने अपनी निधि से 300 लीटर की क्षमता वाले आरओ वाटर कूलर प्रदान किये। अब यहां अरदास के लिए आने वाले तथा तथा आयोजित होने वाले कार्यक्रम में स्वच्छ एवं शीतल पेयजल उपलब्ध हो सकेगा। इस दौरान सिंधी समाज के संत युद्धिष्ठर लाल, आसन दास मोहानानी, खेमचंद मध्यानी, सेवक खत्री, महेश गणेशानी, डॉ धनश्याम राजपाल, ध्रुव सचदेव, पारुमल शोभानी, हेमंत खत्री उपस्थित रहे।



दुर्ग। आईएचएसडीपी कॉलोनी वार्ड 58 उरला दुर्ग में विश्व मानवता दिवस के अवसर पर नगरनिगम दुर्ग की मेहनती, प्रोपेकारी, सेवाभावी स्वच्छता दीदीयों को साड़ी प्रदान कर सम्मानित किया गया।

समाजसेवी जयवर्धन ने बताया कि, उनके सहयोग से सरोज टंडन, अनूपा कश्यप, उषा गुप्ता, जानकी यादव, सावित्री नवरोग व अन्य जागरूक महिलाएं को साड़ी वितरण किया गया।

अग्रवाल समाज के पदाधिकारियों की बैठक में निर्णय

प्री-वेडिंग शूट नहीं कराने वाले होंगे सम्मानित

दुर्ग। अग्रसेन जन्म कल्याण समिति की बैठक में प्री वेडिंग शूट का सामाज से कोशो दूर भगाने पर विचार किया गया है, वहीं ऐसे परिवार जिन्होंने पिछले एक साल के विवाद में ऐसे आयोजन नहीं किए हैं। उन्हें सम्मानित कर सर्टिफिकेट दिया जाएगा।

समिति के अध्यक्ष वंशी अग्रवाल, खुसीपार के महासचिव रतन गोयल, छत्तीसगढ़ प्रांतीय अग्रवाल संगठन के प्रदेश महासचिव मनोज अग्रवाल ने बताया कि, दुर्ग भिलाई खुसीपार औद्योगिक क्षेत्र के अग्रवाल समाज के पदाधिकारी की एक संयुक्त बैठक अग्रसेन भवन सेक्टर 6 में छत्तीसगढ़ प्रांतीय अग्रवाल संगठन के अध्यक्ष नेतराम अग्रवाल की अध्यक्षता में संपन्न हुई। विवाह समारोह के अवसर पर प्री वेडिंग शूट के बढ़ते प्रचलन पर चिंता व्यक्त की गई। अग्रवाल समाज भिलाई के महासचिव अनिल अग्रवाल आशीष गुप्ता एवं पंकज कुतिका ने कहा कि, प्री वेडिंग शूट समाज के लिए बहुत घातक है। इससे विवाह संबंध टूट रहे हैं, आपस में वैमनस्यता बढ़ रही है। इस पर तत्काल रोक की आवश्यकता है।



औद्योगिक क्षेत्र के दिनेश लोहिया एवं संजय गर्ग ने कहा कि, प्री वेडिंग के रूप में समाज में एक नया प्रदूषण आ गया है। इस पर तत्काल रोक नहीं लगाई गई तो भविष्य में इसके परिणाम बहुत घातक होंगे। समाज के कैलाश पिलानिया, दिलीप अग्रवाल, विकास सिंघल ने अपने विचार व्यक्त करते हुए कहा कि, शादी विवाह एक पवित्र परंपरा है। प्री वेडिंग शूट कई भी उचित नहीं है। सभी के विचार सुनने के पश्चात निर्णय लिया गया कि, इस कुप्रथा के खिलाफ युवाओं को जागृत किया जाएगा। पिछले 1 वर्ष में जिन परिवार ने अपने बच्चों की शादी में प्री वेडिंग शूट नहीं कराया है उन्हें सम्मानित किया जाएगा एवं छत्तीसगढ़ प्रांतीय अग्रवाल संगठन द्वारा सर्टिफिकेट प्रदान किया जाएगा। प्री वेडिंग शूट समाज के लिए घातक इस स्लोगन को समाज के लेटरपेड एवं अन्य दस्तावेजों में अंकित किया जाएगा। भवन में इस स्लोगन का बैनर लगाकर समाज के लोगों में जागृति अभियान पैदा की जाएगी।

जागरूक करने होंगे आयोजन

सामाजिक समारोह के अवसर पर मोटिवेशनल स्पीकर द्वारा इस विषय पर प्रकाश डाला जाएगा। युवाओं में निबंध एवं वाद विवाद प्रतियोगिता आयोजित कर उन्हें प्री वेडिंग शूट की बुराईयों के बारे में अवगत कराया जाएगा। आज की इस महत्वपूर्ण बैठक में अग्रवाल समाज दुर्ग के पूर्व अध्यक्ष एवं संगठन के संरक्षक जयदेव सिंगल, राकेश अग्रवाल, विजय अग्रवाल, तोताराम अग्रवाल, धनश्याम अग्रवाल, शरद गर्ग, सुंदर बंसल व शहिद दुर्ग भिलाई के पदाधिकारी एवं सदस्य उपस्थित थे।

मुख्य सचिव ने की वीडियो कॉन्फ्रेंसिंग से महत्वपूर्ण योजनाओं की समीक्षा

भू-अर्जन में बटांकन की समस्या का आपसी सामंजस्य से करें निराकरण

मुख्य सचिव अमिताभ जैन ने यहां मंत्रालय महानदी भवन से वीडियो कांफ्रेंस के जरिये राज्य के संभागायुक्तों और कलेक्टरों की बैठक ली। बैठक में राज्य शासन की महत्वपूर्ण योजनाओं के क्रियान्वयन की समीक्षा की गई।

मुख्य सचिव के ग्रामीण और शहरी क्षेत्रों में सॉलिड एवं लिक्विड वेस्ट मैनेजमेंट, भूअर्जन, राजस्व अभिलेखों में त्रुटि सुधार, एक पेड़ मां के नाम, नारी शक्ति से जल शक्ति, जल जीवन मिशन, श्रम पोर्टल में दर्ज श्रमिकों के राशन कार्ड बनाने और बच्चों के अधिकारों का संरक्षण और अन्य महत्वपूर्ण मुद्दों पर कलेक्टरों से जिलेवार जानकारी ली।

मुख्य सचिव ने राज्य के ग्रामीण और शहरी क्षेत्रों में सॉलिड एवं लिक्विड वेस्ट मैनेजमेंट के लिए ग्रामीण इलाकों में एक कारगर व्यवस्था बनाने पर जोर दिया है। उन्होंने स्वच्छ भारत अभियान के तहत ग्रामीण विकास विभाग के अधिकारियों को लगातार मॉनिटरिंग करने के निर्देश दिए हैं। इसी तरह से जिलों में जनदर्शन कार्यक्रम के तहत निराकृत प्रकरणों के आंकड़े रखने के भी निर्देश दिए हैं। बैठक में राजस्व एवं आपदा प्रबंधन विभाग के अधिकारियों से राजस्व अभिलेखों में त्रुटि सुधार कर प्रकरणों के निराकरण की जानकारी जिलेवार ली गई। भू-अर्जन में बटांकन में आने वाली समस्याओं के निराकरण के लिए लोक निर्माण विभाग, राजस्व एवं आपदा प्रबंधन विभाग, पंजीयन विभाग और अन्य सुशासन एवं अभिसरण विभाग के अधिकारियों को

वेस्ट मैनेजमेंट के लिए ग्रामीण इलाकों में कारगर व्यवस्था बनाने पर जोर



श्रमिकों का अनिवार्य रूप से बनाए राशन कार्ड

जल संसाधन विभाग के अधिकारियों को नारी शक्ति से जल शक्ति अभियान के तहत महत्वपूर्ण आंकड़ों को पोर्टल में अपलोड करने और जल जीवन मिशन के तहत शत-प्रतिशत एफएचटीसी प्राप्त करने वाली पंचायतों और ग्रामों में हुई प्रगति की जानकारी ली गई। मुख्य सचिव ने खाद्य विभाग और श्रम विभाग के अधिकारियों को श्रम पोर्टल में दर्ज सभी श्रमिकों के राशन कार्ड अनिवार्य रूप से बनाने के निर्देश दिए हैं। महिला एवं बाल विकास विभाग के अधिकारियों से बाल अधिकारों के संरक्षण के संबंध में जिलेवार की गई कार्यवाही की समीक्षा भी हुई। महिला बाल विकास विभाग के अधिकारियों से पोषण ट्रेकर एप्प में पोषण संबंधी जानकारी की प्रविष्टि की प्रगति की जानकारी ली।

फ्री-होल्ड जमीन की ली जानकारी

मुख्य सचिव ने नगरीय क्षेत्रों में शासकीय भूमि के आबंटन, व्यवस्थापन और फ्री होल्ड के संबंध में शासन द्वारा जारी परिपत्रों और निर्देशों के तहत जिलेवार की गई कार्यवाही के संबंध में राजस्व एवं आपदा प्रबंधन विभाग के अधिकारियों से विस्तार से जानकारी ली गई। इसी तरह से स्वास्थ्य एवं परिवार कल्याण विभाग के अधिकारियों से विभिन्न स्वास्थ्य कार्यक्रमों के तहत किए गए कार्यों की जानकारी ली गई। वीडियो कॉन्फ्रेंसिंग से आयोजित इस बैठक में संभागायुक्त सत्यनारायण राठौर, कलेक्टर श्रवा प्रकाश वैधरी, मुख्य कार्यापालन अधिकारी अश्विनी देवांगन, संयुक्त कलेक्टर हरवंश सिंह मिरी, मुकेश रावट, सहायक कलेक्टर एम. भागव, एसडीएम धमधा सोनल डेविड, नगर निगम रिसाली के आयुक्त मौनिका वर्मा, नगर निगम भिलाई के आयुक्त देवेश ध्रुव, महिला एवं बाल विकास के अधिकारी अजय शर्मा सहित अन्य विभाग के अधिकारी मौजूद थे।

दिव्यांग बच्चों ने देशभक्ति गीतों से बांधा समां

स्वतंत्रता दिवस पर दिव्यांग कलाकारों की प्रतिभा को सामने

■ शानदार प्रस्तुति देकर शहीदों को दी श्रद्धांजलि

लाने सुर धारा म्यूजिकल एवं गौरव शासन व्यापारी संघ ने अनूठा आयोजन किया। इसमें दिव्यांग बच्चों की कलादल ने देशभक्ति गीतों से समां बांधा इस कलादल में शामिल वाद्य यंत्र बजाने से लेकर सुमधुर आवाज में गायन की भूमिका निभाने वाले सभी दिव्यांग कलाकार नेतृहीन है, दर्शकों ने इन दिव्यांग कलाकारों की कला प्रतिभा को खूब सराहा। उक्त कार्यक्रम के मुख्य



अतिथि नयनदीप विद्या मंदिर के उपाध्यक्ष सी.एस.बाजवा के द्वारा ध्वजारोहण किया गया। इसके पश्चात दिव्यांग कलाकार विवेक कुमार यादव, पीयूष निषाद, लेखन बोरकर, अनमोल चंद्रकार, आयुष गुप्ता, नीलकंठ ठाकुर, लोकेंद्र दास बैरागी, भूमिका साहु, अजय दुबे ने कर्णप्रिय संगीत के साथ सुमधुर

आवाज में देशभक्ति गीतों की शानदार प्रस्तुती देकर वीर शहीदों को श्रद्धांजलि अर्पित की। सुरधारा के वरिष्ठ प्रबंधक उमेश कुमार यादव और संचालिका ज्योति ध्रुव तथा सुरधारा मयुजिकल दुर्ग साथी कलाकारों राजकुमार यूके, आनंद बक्शी, जयश्रीवास, जयप्रकाश सोनी आदि मौजूद थे।

नेचुरल चिकित्सा शिविर का 245 लोगों ने उठाया लाभ

हरीभूमि न्यूज ►► दुर्ग

गुर्जर क्षत्रीय गुजराती समाज की जनकल्याण समिति मोतीपारा में विगत दिनों एक्यूप्रेशर, वाइब्रेशन, सुजोक, नेचुरल, चिकित्सा शिविर 245 लोगों की चिकित्सा देते हुए आज पूर्ण हो गया। समापन समारोह

■ एक्यूप्रेशर, नेचुरल चिकित्सा शिविर का समापन

में सभी मरीजों की उपस्थिति में जोधपुर (राजस्थान) से आए डॉक्टर गोरधन चौधरी ने बताया कि, यह एक ऐसी चिकित्सा पद्धति है जिसमें हर किसी को न्यूनतम 10% से 90% तक लाभ होता है। लेकिन किसी को साइड इफेक्ट कभी नहीं होता। चिकित्सा लेने वाले कितने सटीक पद्धति से चिकित्सा लेते हैं। रोग कितना पुराना



है और चिकित्सा कितनी अवधि तक लिया है। इस आधार पर रोगी को लाभ मिलता है। चिकित्सा टीम के दूसरे सदस्य डॉक्टर भीमराज चौधरी ने बताया कि, शरीर की रचना करने वाला भगवान धरती का सर्वश्रेष्ठ वैज्ञानिक है। इस दौरान समाज के अध्यक्ष तुषार भाई चौहान ने चिकित्सकों, मरीजों और जन कल्याण समिति के प्रयासों की प्रशंसा की। नरेंद्र भाई राठौड़ अध्यक्ष जन कल्याण समिति ने समिति और

उनकी टीम के सभी सदस्यों को व्यवस्था को चाक चौबंद बना दिया था। शिविर में विशेष रूप से पूर्व अध्यक्ष नारायण भाई राठौड़ नौतम भाई टॉक, दयाराम भाई टॉक, जयश्री बेन चावडा अध्यक्ष महिला मंडल, उषा बेन टॉक, अनिल भाई टॉक, बंसी भाई सोलंकी, बालाबेन चौहान, रवि लाल वाघेला, ज्योति भाई टॉक, हरीलाल भाई टॉक, पुरुषोत्तम भाई वाढेर, मुकेश राठौड़ आदि विशेष रूप से उपस्थित थे।

सरोवर तटों पर लहराया तिरंगा, पौधारोपण के बाद निकाली गई तिरंगा यात्राएं

हरीभूमि न्यूज ►► दुर्ग

स्वतंत्रता दिवस के अवसर पर जिला पंचायत द्वारा बनाए गए 123 अमृत सरोवरों में झंडा लहराया गया। इस दौरान सरोवर में स्वच्छता

■ पौधों को सहेजने पर दिया गया बल

बनाए रखने और सरोवर किनारे लगाए गए पौधों को सहेजने पर बल दिया गया।

सीईओ अश्वनी देवांगन ने कहा कि, हमारे देश में प्राचीन काल से ही जल संसाधन का सर्वाधिक लोकप्रिय संसाधन सरोवर रहे हैं। आजादी के अमृत काल में देश के प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी के नेतृत्व में केंद्रीय ग्रामीण विकास मंत्रालय ने पूरे देश में अमृत सरोवर बनाने का अभियान चलाया। इस कड़ी में दुर्ग जिले में भी 123 अमृत सरोवरों के निर्माण किया गया है। यह सभी सरोवर न्यूनतम दस हजार घनमीटर जलभराव की क्षमता रखते हैं। आजादी के राष्ट्रीय पर्व 15 अगस्त के सुअवसर पर सभी अमृत सरोवर तटों पर स्थानीय ग्राम पंचायत के



सरपंचों ने गर्व से तिरंगा फहराया। मुख्य कार्यपालन अधिकारी जिला पंचायत अश्वनी ने बताया कि, राज्य कार्यालय के निर्देशानुसार पहले अमृत सरोवर तट पर स्वच्छता अभियान चलाकर ग्रामीणों ने साफ सफाई की। स्वच्छता के बाद ग्रामीणों ने उल्लास के साथ हमारे देश की शान तिरंगा फहराया और फिर गांव के प्रमुख मार्गों पर तिरंगा यात्रा का आयोजन किया गया। इस दौरान विद्यालय के छात्रों ने भी कई ग्राम पंचायतों में बड़ चढ़कर हिस्सा लिया। पूरे आयोजन के दौरान ग्रामीणों ने अपनी सहभागिता से आजादी के पर्व में हिस्सेदारी निभाई। वहीं इन कार्यक्रमों के आयोजन से सुअवसर पर सभी अमृत सरोवर तटों पर स्थानीय ग्राम पंचायत के

को स्थायी बनाये रखने हेतु अमृत सरोवर स्थलों पर स्वच्छता अभियान चलाया गया। इस ऐतिहासिक दिन के प्रभाव को बनाये रखने एवं पर्यावरण संरक्षण को बढ़ावा देने हेतु अभियान सभी अमृत सरोवर स्थल में व्यापक वृक्षारोपण किया गया वहीं जिससे कि सांस्कृतिक कार्यक्रम आजमनों समुदाय के सदस्यों और स्थानीय स्कूल के बच्चों द्वारा देशभक्ति गीत, नृत्य, नाटक का मंचन आदि सांस्कृतिक कार्यक्रम आयोजित किया जाएगा सामूहिक परिचर्चा स्वतंत्रता दिवस की महत्ता, पर्यावरण संरक्षण, सतत विकास आदि बिंदुओं पर ध्यान केन्द्रित करते हुये सामूहिक परिचर्चा, प्रश्नोत्तरी परिचर्चा आदि कार्यक्रमों का

कार्यक्रम में शामिल हुए गणमान्य नागरिक

15 अगस्त के उपलक्ष में अमृत सरोवर के तट पर उल्लास पूर्वक ध्वजारोहण किया गया। साथ ही साथ सरोवर के तट पर अन्य गतिविधि जैसे राष्ट्रगान राष्ट्रगीत एवं देशभक्ति गीत एवं देश भक्ति नारे का कार्यक्रम संपन्न किया गया। जिसमें की ग्राम के समस्त जनप्रतिनिधि एवं गणमान्य नागरिक गण उपस्थित रहे।

जनप्रतिनिधियों ने भी रोपे पौधे

सहायक परियोजना अधिकारी जिला पंचायत नगरेगा अरुदीप दीदी कार्यक्रम अधिकारी जनपद पंचायत गौरव मिश्रा करंजा भिलाई ग्राम पंचायत ब्लॉक दुर्ग अमृत सरोवर टीवा लताबह गहरीकरण कार्य में ध्वजारोहण किया गया ग्राम पंचायत अशोक साहू सरपंच जन प्रतिनिधिगण ग्राम पंचायत सरपंच व पंचगण रोपित पौधों की आम, आंवला पीपल के पौधे रोपण किया गया।

आयोजन का आयोजन भी किया गया।

अग्रवाल समाज ने किया पौधारोपण

दुर्ग। अग्रवाल समाज दुर्ग की युवा इकाई अग्रवाल युवा मित्र मंडल के द्वारा स्वतंत्रता दिवस पर वृक्षारोपण किया गया। अध्यक्ष हिमांशु अग्रवाल ने बताया कि, 78वां स्वतंत्रता दिवस के उपलक्ष में वृक्षारोपण का आयोजन अग्रसेन भवन दुर्ग के सामने बने डिवाइडर में किया गया। इस कार्यक्रम के प्रमुख अग्रवाल युवा मित्र मंडल के सचिव अतुल जिंदल ने

जानकारी दी कि, जिस तरह प्रति वर्ष मौसम का तापमान गर्मी में बढ़ रहा है। उसे देखते हुए शहर में वृक्षारोपण की बहुत जरूरत है। इसके पूर्व अग्रवाल समाज के पूर्व अध्यक्ष कैलाश रूंगटा एवं अध्यक्ष गौरीशंकर अग्रवाल ने अग्रसेन जी की एवं भारत माता की प्रतिमा के समक्ष दीप प्रज्वलित एवं ध्वजारोहण कर कार्यक्रम का शुभारंभ किया। अग्रवाल युवा मित्र मंडल के पूर्व अध्यक्ष अजय अग्रवाल एवं महासचिव आकाश अग्रवाल ने बताया कि, प्रतिवर्ष अग्रसेन जयंती के अवसर युवा मित्र मंडल द्वारा ब्लड डोनेशन कैंप आयोजित किया जाता है और उसमें भी पौधा वितरण किया जाता है। वृक्षारोपण कार्यक्रम में युवा मंडल से मयंक अग्रवाल, चंकी अग्रवाल, अमूल बंसल, रौनक गर्ग, अंशुल रूंगटा, सीए गौरव अग्रवाल, महिला मंडल की सरिता गोयल, मंजू प्रेम अग्रवाल, निर्मला बंसल, यूथ क्लब के अध्यक्ष आकाश गोयल का विशेष सहयोग रहा। संपूर्ण कार्यक्रम में मनोज अग्रवाल, राधेश्याम कृतिका, प्रहलाद रूंगटा, दीपक बंसल विशेष रूप से उपस्थित थे।

चौक में शान के साथ फहराया तिरंगा

की देश भक्ति गीतों ने जमकर तालियां बटोरीं। अतिथि द्वय श्री पटेल व श्री करता ने अजेय भात के समाजसेवी कार्यों की सराहना करते हुए आजादी के इतिहास पर प्रकाश डाला स्वागत भाषण में अजेय भारत संगठन के प्रमुख संजय डहरवाल ने संगठन के समाजसेवी कार्यों से अतिथियों को

अवगत करते हुए राष्ट्र सेवा में संगठन की प्रतिबद्धता दोहराई गई। समारोह का संबंलाल संगठन के मीडिया प्रभारी धनेन्द्र सिंह चंदेल ने किया। इस अवसर पर अजेय भारत संगठन के प्रमुख संजय डहरवाल, सदस्य चंजन शुक्ला, भारतेन्द्र गौतम, धनेन्द्र सिंह चंदेल, अभय तिवारी आदि मौजूद थे।



दुर्ग। आजादी के 78 वे स्वतंत्रता दिवस के अवसर पर दुर्ग के दीपक नगर में स्थित स्वामी आत्मानंद स्कूल में धूमधाम से मनाया गया। इस अवसर पर ध्वजारोहण का कार्य शाला विकास समिति के नवनिर्वाचित अध्यक्ष अनूप गटागत के द्वारा किया गया। ध्वजारोहण में मुख्य रूप से पार्षद मीना सिंह, प्राचार्य शेफाली सोनी, सीमा रानी साहू, वरिष्ठ व्याख्याता , भाजपा मीडिया प्रभारी राजा महोबिया, चंद्रशेखर सोनी, कीर्ति ठाकुर, करुणा दुबे, विनोद राव उपस्थित रहे। स्कूल में अध्यनरत बच्चे

अजेय भारत संगठन ने कसारीडीह

दुर्ग। सामाजिक सेवा संगठन अजेय भारत द्वारा स्वतंत्रता दिवस कसारीडीह चौक में पूरे उत्साह के साथ मनाया गया। इस अवसर पर आरएसएस के जिला कार्यवाहक सुनील पटेल और आरएसएस के जिला प्रचारक अर्जुन करता के हाथों ध्वजारोहण किया गया। समारोह में देशभक्ति गीत व स्कूली



बच्चों की सांस्कृतिक प्रस्तुतियों आकर्षण का केन्द्र रही। गायक कलाकार संजय दुबे व हेमंत साहू

बीएसपी कर्मियों के एलटीसी, एलटीए का मामला पहुंचा न्यायालय

हरिभूमि न्यूज ►►मिलाई

भिलाई इस्पात संयंत्र के कर्मचारियों एलटीसी व एलटीए का विवादित मामला न्यायलय पहुंच गया है। यूनियन को कर्मियों के पक्ष में न्याय मिलने की उम्मीद है। असिस्टेंट लेबर कमिश्नर (केंद्रीय) की सुनवाई में एचएमएस ने मामले में प्रभावी ढंग से कर्मियों का पक्ष रखा । दोनों पक्षों के अडिग होने पर एफओसी जाने दी सहमति

भिलाई श्रमिक सभा एचएमएस यूनियन द्वारा असिस्टेंट लेबर कमिश्नर (केंद्रीय) रायपुर के समक्ष लगाए गए परिवಾದ में यूनियन ने एलटीसी एवं एलटीए के मद में कर्मचारियों ने सब ब्लॉक ईयर 2021-2023 के लिए जो राशि आहरित की थी, प्रबंधन ने नवंबर 2022 से जनवरी 2023 के बीच इस राशि की पूरी रिकवरी कर ली थी। यूनियन के महासचिव प्रमोद कुमार

असिस्टेंट लेबर कमिश्नर की सुनवाई में बीएसपी व एचएमएस ने एफओसी जाने दी सहमति

कर्मियों के पक्ष में यूनियन की दलीलें

जब सब ब्लॉक किया समाप्त होने के दो माह पूर्व रिकवरी की जानकारी दी जाएगी तो कर्मचारी 2 माह के बीच में एलटीसी/एलटीए कैसे ले सकेंगे जबकि पक का बारकेट भी अगस्त 2022 में लाया गया उस समय भी रिकवरी की जानकारी नहीं दी गई जो तर्कसंगत नहीं है। फिर कर्मियों को एलटीसी/एलटीए का नगदी कारण मिलता रहा है जो हमारे फिक्स पक का हिस्सा है एक तो रिकवरी करना गलत है दूसरा यदि रिकवरी की भी गई तो कर्मचारियों का 1 अप्रैल 2021 से 17 नवंबर 2021 तक का फिक्स पक का भाग क्यों रिकवरी किया गया तथा जिन कर्मचारियों ने एलटीसी/ एलटीए नगदीकरण नहीं किया उन्हें भी 1 अप्रैल 2021 से 17 नवंबर 2021 तक का एलटीसी/एलटीए नगदीकरण का हिस्सा दिया जाना था।जिन कर्मचारियों ने एलटीसी/एलटीए नगदीकरण कराया था उन कर्मचारियों ने तीन दिन की छुट्टी ली थी उन्हें उनकी छुट्टी वापस करनी थी लेकिन प्रबंधन ने ऐसा नहीं किया।



एफओसी जाने दोनों पक्ष सहमत

दोनों पक्षों को सुनने के बाद कॉन्सिलेशन ऑफिसर सहायक श्रमाखत (केंद्रीय) रायपुर ने बताया कि इस संबंध में कई बैठकें हो चुकी हैं, दोनों पक्ष अपनी अपनी मांग पर अडिग हैं । अब एफओसी किया जाना उचित होगा । इस पर दोनों पक्षों में सहमति प्रदान की। अब यह मामला सेंट्रल लेबर कमिश्नर के माध्यम से अंडर सेक्रेटरी (श्रम मंत्रालय) द्वारा सेंट्रल गवर्नमेंट इंडस्ट्रियल डिस्पूट्स कम लेबर कोर्ट जबलपुर में भेजा जाएगा।। आगे की सुनवाई न्यायालय में होगी। परिवदा की सुनवाई के समय यूनियन की ओर से यूनियन के अध्यक्ष हरौराम यादव, वरिष्ठ उपाध्यक्ष आदित्य माथुर, महासचिव प्रमोद कुमार मिश्र तथा प्रबंधन की ओर से महाप्रबंधक नियमन अनुराधा सिंह एवं सहायक महाप्रबंधक तुषार राय चौधरी उपस्थित थे।

मिश्रा ने बताया कि परिवदा में यूनियन ने इस कटौती को गलत ठहराया। यूनियन का पक्ष था कि सब ब्लॉक ईयर 2019- 2021 को यदि मान्य कर भी लिया जाए तो अप्रैल 2021 से 17 नवंबर 2021 के बीच का एलटीसी एवं एलटीए का नगदीकरण का पैसा कैसे रिकवर कर लिया गया । यह गैरकानूनी है क्योंकि सब ब्लॉक ईयर समाप्त होने के दो माह पूर्व ही रिकवरी की गई है। जानकारी पूर्व में कर्मचारियों को नहीं दी गई । प्रबंधन ने जवाब में तर्क दिया कि जब 18 नवंबर 2021 से वैरिबल पक लागू हो गया तब कर्मचारियों को एलटीसी /एलटीए लेकर यात्रा करना था तथा टिकट दिखाकर इनकम टैक्स में छूट प्राप्त करनी थी, हमें कॉर्पोरेट ऑफिस से रिकवरी करने का आदेश मिला है।

खबर संक्षेप



कुसुमकानन मंदिर से निकली शिवनाथ पदयात्रा

भिलाई। शिव मंदिर कुसुम कानन मंदिर से पांचवे सावन सोमवार पर 72 शिवभक्तों की शिवनाथ पद यात्रा निकली। भक्तों ने मंदिर में जल कलश अभिषेक किया और महाप्रसाद भोग लगाया। संयोजक निर्मलचंद्र शर्मा ने बताया कि 38 वें वर्ष के कांवड़यात्रा में भक्तों ने सामूहिक पूजाअर्चना की। रात में कलश में जलभरकर अभिषेक किया।

एम पापाराव बने गंगाधर सेवा संगम के अध्यक्ष



भिलाई। श्री गंगाधर सेवा संगम (डोकुलापाडू) भिलाई का चुनाव पिछले दिनों संपन्न हुआ। इसमें नए पदाधिकारियों का निर्वाचन हुआ। अध्यक्ष एम पापाराव चुने गए। मुख्य चुनाव अधिकारी के. उमाशंकर राव ने बताया कि मतगणना शाम 7.30 बजे से प्रारंभ होकर रात 1 बजे तक पूर्ण हुई। सहायक चुनाव अधिकारी एम. अम्पाराव, टी. बबुलू , एम. ईश्वर राव, के. पापाराव ने चुनाव सम्पन्न करने में अपनी जिम्मेदारी निभाई। निर्वाचन के बाद अध्यक्ष एम पापाराव, महासचिव वी अम्पाराव, कोषाधिकारी पी कामेश्वर राव, उपाध्यक्ष पी यरन्ना, उप महासचिव एम आदिनारायण, सह सचिव वी कामेश्वर राव, उप कोषाधिकारी ए कृष्णा ने जीत हासिल की। उक्त चुने हुए प्रतिनिधियों का कार्यकाल वर्ष 2024 से 2027 तक होगा।

लोधी समाज की शोभायात्रा



भिलाई। शहर में मंगलवार को लोधी समाज द्वारा हर्षोल्लास के साथ भोजली पर्व के उपलक्ष्य में आकर्षक शोभा यात्राएं निकली। मनमोहक झांकियों और बाजे गाजे के साथ निकली शोभायात्रा लोगों के आकर्षण का केंद्र बनी रही। लोधी समाज द्वारा शीतला तालाब क्षेत्र से निकली शोभायात्रा में महिलाएं सर पर भोजली की टोकनी रखी हुई थी व देवी देवताओं के प्रतिरूप की झांकियां भी शामिल थीं। वहीं अवंतीबाई चौक कोहका से लोधी समाज की दूसरी शोभायात्रा निकली।

लाखों वाहनों का बोझ नहीं झेल पा रही संकरी व जर्जर सड़कें

महानगर की तरह बढ़ रहा ट्रैफिक लेकिन विकसित नहीं हुआ सिस्टम

हरिभूमि न्यूज ►►मिलाई

महानगर के रुप में आकार ले रहे भिलाई में बढ़ता फर्टाटा कल्चर जानलेवा साबित हो रहा है। जल्दी गंतव्य स्थल पहुंचने की कोशिश दुर्घटना में तब्दील हो रही है। ट्रैफिक की समस्या के लाइलाज होने का खामियाजा वाहनचालकों के साथ राहगीरों को भी भुगतना पड़ रहा है।

शहर में बढ़ता ट्रैफिक रोजाना किसी न किसी की जान ले रहा है और अपाहिज कर रहा है। पटरीपार क्षेत्र के साथ खुले स्पेस वाले बीएसपी टाउनशिप में भी आवागमन जोखिमपूर्ण और दुर्घटनाजन्य होता जा रहा है। व्यस्ततम सड़कों के साथ अंदरूनी इलाकों में भी तेजी से ट्रैफिक बढ़ा है। पिछले दस साल में वाहनों की संख्या तीन गुना बढ़ गई है। सीएफ फ्लाईओवर नेहरुनगर चौक से लेकर खुसीपार डबरापार तक फोरलेन, जुनवानी कोहका कुरुद रोड, हाउसिंग बोर्ड गौरवपथ, सुपेला चौक से अवंतीबाई चौक, नेहरुनगर चौक स्मृतिनगर रोड, खुसीपार कैप रोड, 18 नंबर व लिंक रोड आदि के साथ टाउनशिप में सेंट्रल एवेन्यू, फारेस्ट एवेन्यू, ग्लोब चौक डीपीएस रोड, प्रागतिनगर रोड, सेक्टर एक रोड आदि प्रमुख मार्गों पर दोपहर के दो घंटे छोड़ दें तो, हर वक्त वाहनों का रेला होता है। चौकों पर जाम की स्थिति होती है। शहर व आबादी के विस्तार के साथ ट्रैफिक के भी

ड्रग व फर्टाटा कल्चर से शहर में बढ़ी दुर्घटनाएं



कमजोर ट्रैफिक सिस्टम व जागरुकता की कमी

शहर की बसाहट और जनसंख्या बढ़ने के साथ वाहनों की भी तादाद तेजी से बढ़ी है। इस पर कमजोर ट्रैफिक सिस्टम और वाहनचालकों में जागरुकता (ट्रैफिक सेंस) की कमी हादसों की संख्या बढ़ा रहा है। भिलाई में लोकल दोपहिया व कार आदि वाहनों की संख्या 2 लाख से अधिक है। एक लाख से ऊपर कर्मशिल्प गाड़ियां हैं। इनके अलावा 20 हजार से अधिक पब्लिक ट्रांसपोर्ट हैं। इनके अलावा फोरलेन व उताई पाटन रोड आदि से रोज करीब 4 लाख बाहर के वाहन गुजरते हैं। टिक्नसिटी की आबादी 15 लाख से अधिक हो रही है। महानगर में तब्दील हो रहे शहर के इतने बड़े ट्रैफिक के अनुरूप हमारा ट्रैफिक कंट्रोल सिस्टम एंडरस हो पाया है और न ही शहर की सड़कें ही इस लायक बनाई जा सकी हैं। ट्रैफिक समस्या के निदान के लिए मुंबई, दिल्ली और बैंगलुरु की तरह ट्रैफिक व्यवस्था को विकसित किए जाने की जरूरत है। लाखों वाहनों का बोझ संकरी, जर्जर सड़कें झेल नहीं पा रही हैं।

बढ़ने से अवागमन दुरुह के साथ हादसों का सिलसिला बढ़ रहा है। औसत रोज दस से बीस दुर्घटनाएं हो रही हैं। इनमें हर एक दिन के अंतराल में मौत हो रही है और लोग विकलांग हो रहे हैं। पिछले एक साल में 50 से अधिक लोगों की मौत और डेढ़ से से अधिक लोग अपाहित हो चुके हैं। जानकारों

के मुताबिक ट्रैफिक के जानलेवा होने का कारण अव्यस्थित ट्रैफिक सिस्टम, वाहनों की बढ़ती संख्या, जर्जर सड़कें, नशे की बढ़ती प्रवृत्ति, रफ्तार, आवार मवेशी ट्रैफिक पुलिस की लापरवाही और ट्रैफिक सेंस की कमी आदि कारणाें से हादसे बढ़ रहे हैं। सोमवार को अवंतीबाई चौक के निकट

जुनवानी रोड पर एक कार सिलेंडर से भरे खड़े ट्रक से टकराने से दो लोग गंभीर रूप से घायल हो गए। इसके पूर्व सेंट्रल एवेन्यू सेक्टर 7 तिराहे पर तेजा रफ्तार बाईकचालक ने सड़क पार करती एक महिला को जबरदस्त ठोकर मारकर गंभीर रूप से घायल कर दिया था।

नशा और आवारा मवेशी से हादसे

शहर में अधिकतर दुर्घटनाओं की वजह नशे में वाहन चलाते, आवारा मवेशी और टौनएज व युवावय लोगों द्वारा स्पीड से गाड़ियां चलाता है। ट्रैफिक पुलिस के सूर्यों के मुताबिक अधिकांश हादसे नशे में वाहन चलाते और स्पीड के कारण हो रहे हैं। विदित हो कि कोर्ट ने अपने फैसले में कहा था कि एक नशा करने वाला वाहनचालक आत्मघाती बम की तरह होता है। फोरलेन और सेंट्रल एवेन्यू सहित शहर की सभी सड़कों और वाडों के अंदर आवारा मवेशियों के विचरने से दुर्घटनाएं बढ़ रही हैं। जिला अस्पताल व सेक्टर नौ हॉस्पिटल के ट्रामा व आर्थो विभागों में 90 प्रतिशत मरीज आवारा मवेशी व नशे की वजह से दुर्घटना वाले आते हैं। इसी तरह किशोरों व युवावय बच्चे तेजी से गाड़ियां चला रहे हैं। फिर हेलमेट अनिवार्य होने के बाद भी सभी लोग इसका उपयोग नहीं कर रहे हैं।

सावन माह के प्रथम दिवस से शिव मंदिर में जारी अभिषेक और रुद्राभिषेक का समापन



हरिभूमि न्यूज ►►मिलाई

सावन माह की अंतिम सोमवार को संकट मोचन हनुमान मंदिर प्रांगण कैम्प 01 परिसर में स्थित शंकर जी के मंदिर में सावन माह के अंतिम दिवस रुद्राभिषेक हवन विधि विधान के साथ पंडित आचार्य ओमप्रकाश द्विवेदी के द्वारा संपन्न कराया गया इस अवसर पर भारी संख्या में श्रद्धालु उपस्थित थे हवन और आरती के उपरांत श्रद्धालुओं को खिचड़ी और हलवा का प्रसाद वितरित किया गया आचार्य पंडित ओमप्रकाश द्विवेदी ने बताया कि सोमवार

सावन माह के प्रथम दिवस से ही लगातार मंदिर परिसर में स्थित शिवजी के मंदिर में रुद्राभिषेक का कार्य प्रतिदिन जारी है सैकड़ों की संख्या में शिव भक्ति मंदिर परिसर में रोजाना आकर अभिषेक और रुद्राभिषेक के कार्यक्रम में सम्मिलित होकर रुद्राभिषेक और अभिषेक करते हैं यह प्रक्रिया पिछले कई वर्षों से जारी है आज सावन माह का अंतिम दिवस सीमाभार्य से सोमवार का दिन होने की वजह से मंदिर में श्रद्धालुओं की भीड़ ज्यादा ही उमड़ा था सुबह से ही मंदिर परिसर में अभिषेक और रुद्राभिषेक का कार्यक्रम संपन्न हुआ तदुपरांत हवन का कार्य

एजेसियों की उदासीनता की केयर टेकर भुगत रहे सजा, छग सुरक्षा गार्ड कर्मचारी यूनियन

हरिभूमि न्यूज ►►मिलाई

छत्तीसगढ़ सिक्वोरिटी गार्ड केयर टेकर कर्मचारी संगठन के महासचिव एवं वरिष्ठ श्रमिक नेता एचएस मिश्रा ने रोजगार उपलब्ध कराने के नाम पर टेकेदार व एजेंसियों द्वारा सुरक्षा गार्डों का शोषण किए जाने का आरोप लगाया है। उन्होंने कहा कि बिना साप्ताहिक अवकाश रोजाना लगातार 12 घंटे काम और रविवार को भी काम लेने के बावजूद सुरक्षा गार्ड और केयर टेकर को तय न्यूनतम मजदूरी नहीं दी जा रही है। इस मामले में लेजर संबंधित टेकेदार और एजेंसियों के खिलाफ कार्रवाई की जानी चाहिए। छत्तीसगढ़ सिक्वोरिटी गार्ड केयर टेकर कर्मचारी संगठन के महासचिव एचएस मिश्रा ने बताया कि भिलाई-दुर्ग से लेकर पूरे छत्तीसगढ़ में सुरक्षा गार्ड एजेंसियों की बाढ़ सी आ गई है। इनमें से 90 प्रतिशत एजेंसियों व टेकेदार के पास लेबर लाइसेंस, पीएफ कोड, ईएसआई कोड, ट्रेड लाइसेंस व पसारा लाइसेंस नहीं होने की बात सामने आती है। ऐसी एजेंसियों व टेकेदारों के द्वारा व्यवसायिक एवं औद्योगिक संस्थान, बैंक, स्कूल, कॉलेज, यूनियर्सिटी, होटल, रेस्टोरेंट व अन्य सभी संस्थानों में कही

निजी हॉस्पिटल में काम करने वाले स्टॉफ भी वंचित

निजी अस्पतालों में काम करने वाले लगभग सभी अस्पतालों में दो सौ से तीन सौ कर्मचारी मजदूर व वाई बाॅय व नर्स काम करती हैं। लेकिन अस्पताल प्रबंधन द्वारा अपने कर्मचारियों और अधीनस्थ मजदूरों को न्यूनतम वेतन, इंपीप्ट सहित अन्य सुविधाएं नहीं दी जा रही है। और पांच हजार, सात हजार अधिक से अधिक आठ हजार माहवारी भुगतान किया जाता है। जिनको कोई बीनेस, कोई महंगाई भत्ता, न्यूनतम वेतन, बैंक पैमेंट, वेतन परी, ज्वाइनिंग लेटर, आईकार्ड, छुट्टियों की सुविधा व काम से निकालने के बाद उन्हें अंतिम भुगतान नहीं दिया जाता है। मिश्रा ने कहा कि कारखाना प्रबंधन या सुरक्षा गार्ड का सेवा लेने वाली कोई भी संस्थान न्यूनतम वेतन से कम दर पर किसी को भी काम न दें। अन्यथा उनके खिलाफ शिकायत की जाएगी।

दस, कही पच्चीस कही सौ, दो सौ से तीन सौ तक व बड़ी एजेंसिया जो संपूर्ण भारत में सुरक्षा गार्ड उपलब्ध कराया जाता है। लेकिन सुरक्षा गार्डों को सरकार के बनाए नियमों के तहत लाभ व सुविधा न देकर आर्थिक, शारीरिक और मानसिक शोषण किया जा रहा है।

यूआरएम में आरसीएल कर्मियों को मिली लॉकर की सुविधा

भिलाई। भिलाई इस्पात संयंत्र के यूआरएम में आरसीएल कर्मचारियों को लॉकर सुविधा उपलब्धहो गई है। इसके लिए बीएसपी अनाधिशासी कर्मचारी संघ ने प्रबंधन से मांग की थी। इससे कर्मियों को सुविधा होगी। यूनियन के नवीन कुमार ने बताया कि आरसीएल विभाग के कार्मिकों ने शिकायत दर्ज कराया था कि उनको समान रखने के लिए लॉकर की सुविधा , शौचालय तथा रैस्ट रूम की सुविधा नहीं दिया गया है। बीएकेएस ने यूआरएम के मुख्य महाप्रबंधक , ईडी , उप निदेशक को भेजे मांग पत्र पर उप

निदेशक औद्योगिक स्वास्थ्य एवं सुरक्षा ने संज्ञान लेकर मांगो को पूरा कराने का निर्देश दिया था । बैठक में सीजीएम व जीएम , बीएकेएस टीम के पदाधिकारियों एवं आरसीएल विभाग के यूनियन कार्यकारणी सदस्य थे । बीएकेएस के मुताबिक लॉकर, रैस्ट रूम, शौचालय को लेकर विभाग के कर्मचारियों के कई बार ध्यानाकर्षण के बाद भी समस्या का निदान नही होने पर उप निदेशक औद्योगिक स्वास्थ्य एवं सुरक्षा दुर्ग के संज्ञान में मामले को लाया । उन्होंने बीएसपी प्रबंधन को मामला हल कराने का निर्देश दिया। सीजीएम के आश्वासन बाद आरसीएल कर्मचारियों ने जानकारी दिया कि लॉकर उपलब्ध करवा दिया गया है ।

परशुराम भवन में महिलाओं का तीज मिलन समारोह



भिलाई। भूमिहार ब्राह्मण समाज कि महिलाओं द्वारा परशुराम भवन सेक्टर 2 पर तीज मिलन समारोह आयोजित किया गया। समारोह कि मुख्य अतिथि रजनी बघेल, वशिष्ठ अतिथि रिचा सेन, उपासना साहू एवं लता सिंह उपस्थित थीं। समारोह में तीज क्वीन, डॉस प्रतियोगिता एवं हाउसी के इवेंट्स आयोजित किए गए। प्रतिभागियों ने इवेंट्स में भाग लिया। तीज क्वीन प्रतियोगिता में प्रथम अमृता सिंह, द्वितीय रुचि राय, तृतीय सीमा साही विजेता रहे। डॉस प्रतियोगिता में प्रथम पूजा शर्मा, नीलू शर्मा द्वितीय रुचि राय, पूजा शर्मा, अमलेश राय, रेनु पांडेय, रेनू राय रहे, तृतीय डॉक्टर ममता, मिक्की सिन्हा रही। हाऊसी में प्रथम विजया सिंह,द्वितीय रुचि राय,तृतीय सिम्मी सिंह रही। निर्णायक मंडल में रजनी बघेल, रिचा सेन, लता सिंह, रेखा सिंह एवं मीनाक्षी राय रही। संचालन मोनालिसा शुक्ला ने किया।



स्लीपर मात्र 8,500/-
सुनहरा अवसर
स्पेशल ट्रेन से
10 नवम्बर से 16 नवम्बर 2024, 07 जून से 13 जून 2025
अव गत दी... यहाँ पहुँचने का आनंद है, मूल्य में सुनहरा है...
सुविधा ज्यादा सबसे कम राशि पर

माता वैष्णव देवी

हरिद्वार,मथुरा वृंदावन(श्री कृष्ण जन्मभूमि)

राशि- स्लीपर 8500/- 3 एसी 16,500/- 2 एसी 21,500/ (+ 5% GST)

राष्ट्रिय के अग्रगण्य

Since-2007

श्री त्रिपुर तीर्थ यात्रा

संपर्क करें:- 7354-411411



आपातकालीन स्थिति में प्राथमिक चिकित्सा प्रबंधन पर छात्रों ने किया कोशल प्रदर्शन

लाइव इवेंट

पौधा लगाने से जिम्मेदारी पूरी नहीं होती, देखभाल जरूरी



भिलाई। बोरी में पौधा रोपण अभियान चलाया गया। इस दौरान एक ही दिन में 400 पौधे लगाए गए। आयोजन में सांसद विजय बघेल प्रमुख रूप से शामिल हुए। मोर हरियर गांव पर्यावरण संरक्षण एवं समाज सेवा समिति बोरी में पौधा रोपण कार्यक्रम हुआ। आयोजन में साजा विधायक ईश्वर साहू और प्रीतपाल बलचंदन, लाभचंद बाफना, सरपंच राजकुमार देवांगन मौजूद थे। गांव में फलदार, छायादार पौधे लगाए गए। इन पौधों की सुरक्षा के लिए ट्रीगार्ड भी लगाया गया। इस अवसर पर बघेल ने कहा कि देश लगातार विकास की शिखर की ओर अग्रसर है। विजन 2047 तक देश विकसित देशों की श्रेणी में शामिल हो जाएगा। इसी प्रकार हमारे प्रदेश के मुख्यमंत्री विष्णुदेव साय की सरकार के सुशासन में प्रदेश और प्रदेश की जनता फल-फूल रहे हैं। सरकार ने पर्यावरण संरक्षण को लेकर अभियान चला रही है। इस अभियान से हम सब को जुड़कर अपने प्रकृति का ख्याल रखना है। इसी कड़ी में आज बोरी के लोगों ने जो पहल की है। वह बहुत ही तारीफ के योग्य है। आसिफ पौधा लगाने से हमारी जिम्मेदारी पूरी नहीं होती है। हम सब को मिलकर इन पौधा को देख-रेख करना है। इस अवसर पर मंडल अध्यक्ष बोरी कृष्णा पटेल, मंडल महामंत्री भोमराज जैन, जिला पंचायत सदस्य जितेंद्र साहू, तरुणा देशमुख, नंदनी देशमुख, भगवती देशमुख, जामवंतनी, नीता, मंजू, उर्वशी, रंजना, निशा, दमवती, फलेश्वरी, लक्ष्मी देशमुख, मोर हरियर गांव के अध्यक्ष नंदकुमार देशमुख, नारद देशमुख, चंदभूषण आदि मौजूद थे।

सिटी इवेंट

व्यापमं द्वारा आयोजित परीक्षाओं के रिजल्ट सितंबर माह में होंगे जारी

भिलाई। व्यावसायिक परीक्षा मंडल सहित अन्य प्रवेश परीक्षाओं के परिणाम जल्द घोषित किए जाने हैं। सितंबर के पहले हफ्ते में इसे जारी किए जाने की तैयारी की जा रही है। इनमें बीएड-डीएलएड व बीएससी, एमएससी व पोस्ट बेसिक नर्सिंग की प्रवेश परीक्षाएं भी शामिल हैं। इसके अलावा छत्तीसगढ़ शिक्षक पात्रता परीक्षा (सीजी टीईटी) के रिजल्ट शामिल है। राज्य सेवा मुख्य परीक्षा (मैस) 2023 के नतीजे इस महीने आने की संभावना थोड़ी कम है। इसके रिजल्ट सितंबर में आने की संभावना ज्यादा है। व्यापम की ओर से इस साल इंजीनियरिंग, पॉलीटेक्निक, फार्मसी, एग्रीकल्चर, एमसीए, बीएड-डीएलएड, नर्सिंग समेत अन्य की प्रवेश परीक्षा आयोजित की गई थी। कुछ परीक्षाओं को छोड़कर अन्य के नतीजे पहले ही जारी हो चुके हैं। अगले कुछ दिनों में इनके रिजल्ट भी जारी होंगे। इसे लेकर व्यापम से तैयारी की जा रही है। बीएड व डीएलएड की प्रवेश परीक्षा 30 जून को आयोजित की गई थी। बीएड में 1.58 लाख और डीएलएड की परीक्षा में 1.92 लाख परीक्षार्थी शामिल हुए थे। इसके मॉडल उत्तर जुलाई में जारी किए गए थे। इन दोनों परीक्षाओं के नतीजे जल्द जारी होंगे। इसी तरह व्यापम से सीजी टीईटी 23 जून को आयोजित की गई थी। पहली से पांचवीं की टीईटी में करीब सवा लाख परीक्षार्थी शामिल हुए हैं। जबकि छठवीं से आठवीं की टीईटी में 2 लाख परीक्षार्थी शामिल हुए। इसके मॉडल उत्तर 8 अगस्त को जारी हुए थे। इस पर दावा-आपत्ति के लिए 16 अगस्त आखिरी तारीख थी। संभावना है कि इस महीने ही नतीजे जारी हो जाएंगे।

पिछले महीने हुई थी नर्सिंग प्रवेश परीक्षा

व्यापम की ओर से पिछले महीने नर्सिंग प्रवेश परीक्षा का आयोजन किया गया था। बीएससी नर्सिंग की परीक्षा 14 जुलाई को हुई थी। इस परीक्षा के लिए 56 हजार छात्रों ने आवेदन किया था। इनमें से 29 हजार परीक्षा में शामिल हुए। मॉडल उत्तर 5 अगस्त को जारी हुए थे। इसी तरह एमएससी नर्सिंग व पोस्ट बेसिक नर्सिंग की प्रवेश परीक्षा 28 जुलाई को हुई थी। इसके मॉडल उत्तर भी जारी हो चुके हैं। इन तीनों प्रवेश परीक्षाओं के नतीजे इसी महीने जारी होंगे। इसे लेकर व्यापम से तैयारी की जा रही है।

जवानों का कराया मुंह मीठा

भिलाई। लायंस क्लब भिलाई पिनाकल ने दवरा सीआईएसएफ सेक्टर 3 में जाकर राखी का महाउत्सव राखी से पूर्व मनाया गया। जहां सभी जवानों को सदस्यों ने श्रद्धा पूर्वक राखी बांधी और उन्हें मुंह मीठा कराया। राखी उत्सव में क्लब की अध्यक्ष उर्मिला टावरी, सचिव राधिका गोदम, कोषाध्यक्ष नंदनी हिक्से, पारस्ट प्रेसिडेंट रेविका बेदी, मीना सिंह, सरिता राठौड़, मीरा शर्मा, सुखत नागपाल, शालिनी सोनी, ममता मुंदड़ा, ममता टमोटिया, सुषमा सहित सभी सदस्य उपस्थित थीं।



दुर्ग-भिलाई सहित ग्रामीण क्षेत्रों में धूमधाम से मना रक्षाबंधन, सारी आधुनिकताएं दरकिनार दिखी

बहनों ने टीका लगाकर आरती उतारी, कलाई पर बांधी राखी, परंपराओं के अटूट विश्वास की झलक

भिलाई। 19 अगस्त यानी सोमवार को रक्षाबंधन का पर्व दुर्ग, भिलाई सहित ग्रामीण क्षेत्रों में सारी आधुनिकताओं को दरकिनार करते हुए पारंपरिक तरीके से मनाया गया। बहनों ने भाइयों को टीका लगाया, आरती उतारी। इसके बाद राखी बांधी, भाइयों ने अपनी बहनों को उपहार दिया। पूरे दिन यह क्रम चलता रहा। हालांकि रक्षाबंधन में भद्रा का साया जरूर नजर आया। दोपहर 1.30 बजे के बाद ही शहर में भीड़ नजर आई। इससे पहले सामान्य दिनों की तरह ही आवाजाही नजर आई, लेकिन दोपहर बाद शहर में जो भीड़ उमड़ी, वह देर शाम तक जारी रही। छोटे-छोटे बच्चों से लेकर बुजुर्गों तक में रक्षाबंधन को लेकर एक सा उत्साह नजर आया। बहन-भाई के प्यार का प्रतीक इस त्योहार को लेकर घर-घर में व्यापक तैयारियों की गई थी। सुबह से ही लोग स्नान कर देवी-देवताओं की पूजा अर्चना लगे हुए थे। हर बार की तरह भाई-बहन ने जन्म-जन्म तक सुख-दुख में साथ निभाने का वचन लिया। वहीं भाइयों ने भी बहनों को उपहार देकर हमेशा साथ निभाने का वादा किया।



जेल, पुलिस जवानों और पैरा मिलिट्री फोर्स को बंधी राखियां

हर बार की तरह केंद्रीय जेल में निरुद्ध बंदियों को राखी बांधने उनकी बहनें पहुंचीं। इसके अलावा पुलिस जवानों और एसटीएफ बहोरा में प्रजापित बहमकुमारी की बहनों ने रक्षासूत्र बांधा। सेक्टर-5 में सांसद विजय बघेल को राखी बांधने बड़ी संख्या में महिलाएं पहुंचीं। इसी प्रकार वैशालीनगर विधायक रिकेश सेन, दुर्ग विधायक गजेंद्र यादव, महापौर धीरज बाकलीवाल, पूर्व विधायक अरुण चोरा के निवास पर भी बड़ी संख्या में समर्थक महिलाएं राखी बांधने के लिए पहुंचीं।



बाजारों में रही रौनक, पंडालों में बिकी मिठाइयां

हर बार की तरह रक्षाबंधन के दिन बाजारों में रौनक नजर आई। सभी छोटी-बड़ी मिठाई की दुकानों में भीड़ जुटी। यह भीड़ देर शाम तक लगी रही। इधर कई जगहों पर पंडाल लगाकर मिठाइयां बेची गईं। मुख्य रूप से ग्रामीण क्षेत्रों में पंडाल लगाकर मिठाइयां बेची गईं। इसमें लड्डू, पेड़े, छेले की मिठाइयां, मसूर पाव, गुलाब जामुन, झाड़फूट से मनी मिठाइयों की डिमांड ज्यादा रही। मिठाइयों के अलावा राखियों खरीदने भी लोग बाजार पहुंचे।



सावन सुंदरी बनीं विनती, सावन के गीतों ने महफिल सजाई, जमकर थिरकीं महिलाएं

भिलाई। नगर केशरवानी वैश्य सभा भिलाई एवं भिलाई नगर केशरवानी वैश्य महिला सभा के संयुक्त तत्वावधान में सावन उत्सव का आयोजन किया गया। सावन उत्सव कार्यक्रम में मुख्य अतिथि एवं निर्णायक विधायक रिकेश सेन की पत्नी ऋचा सेन थीं। प्रसिद्ध छत्तीसगढ़ी अभिनेत्री काजल श्रीवास विशेष रूप से कार्यक्रम में शामिल हुईं। अतिथियों के आगमन पर तिलक लगाकर एवं रक्षा सूत्र बांधकर उनका सम्मान किया गया। कार्यक्रम की शुरुआत महर्षि एवं भारत माता की पूजा अर्चना के साथ की गई। इस अवसर पर बच्चों के गेम, नृत्य एवं गीत हुए।



देशभक्ति थीन पर मनाया सावन महोत्सव

इसके बाद महिला-पुरुष सभी के लिए अंताक्षरी का आयोजन किया गया। जिसमें देशभक्ति एवं सावन से संबंधित गीत आकर्षण का केंद्र रहे। महिलाओं ने एकल एवं समूह नृत्य की प्रस्तुति दी। इसके बाद निर्णायकों के द्वारा सावन सुंदरी का चयन किया गया जिसमें विजेता विनती केशरी, सेकंड प्रिया रानी गुप्ता और थर्ड जयश्री केशरवानी रहीं। अतिथियों को को पौधे भेंट कर सम्मानित किया गया। कार्यक्रम का मुख्य उद्देश्य समाज में महिलाओं का सशक्तिकरण, छुपी हुई प्रतिभा को मंच प्रदान करना रहा। साथ ही समाज हित, नन्हें बच्चों को मंच प्रदान करना, समाज में एक भाव एक विचार, समाज हित में भूमि आबंटन की मांग, सहायता राशि प्रदान करने हेतु, समाज को गति प्रदान करने, सामाजिक निकटता लाना उद्देश्य रहा। कैपी केशरी के निदेश और रंजन गुप्ता अध्यक्ष नगरसभा, अमिल गुप्ता और संजीव गुप्ता उपाध्यक्ष, सुनील केशरी कोषाध्यक्ष, महेश केशरवानी महामंत्री की उपस्थिति में कार्यक्रम का संचालन हुआ।

आईसीएआई द्वारा दो दिवसीय राष्ट्रीय सम्मेलन का आयोजन

भिलाई। आईसीएआई द्वारा दो दिवसीय राष्ट्रीय सम्मेलन का आयोजन किया गया। इसमें आर्टिफिशियल इंटेलिजेंस, आईसीएआई और इसके परे अन्य अलग-अलग विषयों पर विस्तारपूर्वक चर्चा की गई। सम्मेलन में मुख्य अतिथि आईआईटी भिलाई के निदेशक प्रो. राजीव प्रकाश थे। राजीव प्रकाश ने सम्मेलन में आर्टिफिशियल इंटेलिजेंस के क्षेत्र में हो रहे बदलावों पर प्रकाश डाला। सम्मेलन में आईसीएआई के अध्यक्ष रंजीत अग्रवाल विशेष रूप से मौजूद थे। उन्होंने अपने विजन के बारे में विस्तारपूर्वक जानकारी दी। उन्होंने बताया कि इंस्टीट्यूट ने सीए सदस्यों और छात्रों के लिए सीएजीपीटी नामक एक नया टूल विकसित किया है, जो चैट जीपीटी की तरह काम करता है।

कार्नर न्यूज

सीए सदस्यों के लिए चैट जीपीटी की तरह सीएजीपीटी नामक नया टूल उपलब्ध



आईआईटी और आईसीएआई में एमओयू, साझा करेंगे अनुभव

इस अवसर पर आईआईटी भिलाई और आईसीएआई के बीच एक समझौता ज्ञापन का प्रस्ताव भी रखा गया, जो भविष्य में दोनों संस्थानों के बीच सहयोग और संबंधों को और अधिक मजबूत बनाएगा। भिलाई शाखा के अध्यक्ष राहुल बत्रा ने उपस्थित जनसमूह का स्वागत किया। आर्टिफिशियल इंटेलिजेंस के महत्व पर जोर देते हुए बताया कि बदलते समय के साथ सीए समुदाय को भी नई तकनीकों को अपनाना आवश्यक है। उन्होंने कहा समय के साथ हमें अपने पेशेवर जीवन में भी उन्नत तकनीकों को शामिल करना होगा। यह सम्मेलन न केवल आर्टिफिशियल इंटेलिजेंस के महत्व को समझाने का एक सशक्त मंच है। बल्कि सीए पेशेवरों के लिए आने वाले समय में एक नई उन्नत दिशा का निर्धारण करेगा। एआई के उपयोग को सीए प्रोफेशन में अत्यंत लाभदायक है।

छत्तीसगढ़ सहित 8 राज्यों के वक्ता हुए शामिल, एआई पर भी चर्चा

इस सम्मेलन में देश के विभिन्न राज्यों से 8 प्रमुख वक्ताओं ने अपने विचार व्यक्त किए। वक्ताओं में पौष्प अग्रवाल, अनंता सुब्रमणियम, मनु अग्रवाल, विजय श्रीनिवास, प्रान्तल जैन, हिमांशु सिंह, चिनय सोलंकी, कपिल सहित अन्य शामिल थे। आयोजन में पारस छाजेड़, एससी लेखवानी, किशोर बरदिया, पायल जैन, दिनेश अग्रवाल, अभिषेक महावीर, रोमिल जैन, प्रियांश, तलविंदर सेनी, प्रमजीत सिंह सहित अन्य मौजूद थे। धन्यवाद ज्ञापन आईसीएआई भिलाई शाखा के सचिव अंकिश सिन्हा ने व्यक्त किया। कार्यक्रम निदेशक अमय छाजेड़ ने सम्मेलन के बारे में विस्तार से बताया। उन्होंने कहा कि आईसीएआई आर्टिफिशियल इंटेलिजेंस के क्षेत्र में अपने सदस्यों के लिए नए परास कर रही है, जिससे उनके कोशल में सुधार हो सके और वे समय के साथ कदमताल कर सकें।



वास्तु शास्त्र

देखते ही देखते अमीर बना देंगी मुख्य द्वार पर लगाई गई ये चीजें



हमारे जीवन में वास्तु शास्त्र का महत्व काफी ज्यादा होता है। कहा जाता है किसी भी चीज या फिर काम को करने से पहले अगर वास्तु शास्त्र का ध्यान रखा जाए तो ऐसे में इसके परिणाम काफी शुभ और सकारात्मक होते हैं। वहीं, जब हम चीजों को करने से पहले हम वास्तु शास्त्र का ध्यान नहीं रखते हैं तो इसके परिणाम भी काफी निगेटिव होते हैं। जो लोग अपनी किस्मत को बदलना चाहते हैं और इसके साथ ही काफी कम समय में ढेर सारे पैसे कमाना चाहते हैं तो कुछ ऐसे धार्मिक प्रतीक चिन्ह हैं जिनको अगर मुख्य द्वार पर लगा दिया जाए तो आपकी किस्मत बदल सकती है और आप काफी कम समय में धन-धान्य से भरपूर हो सकते हैं।

स्वास्तिक का चिन्ह : वास्तु शास्त्र की अगर माने तो आपको अपने घर के मुख्य द्वार पर स्वास्तिक का चिन्ह बनाना चाहिए। इसे काफी शुभ माना गया है। अगर आप घर के मुख्य द्वार पर स्वास्तिक बनाते हैं तो इससे आपकी किस्मत बदल सकती है और जीवन में समृद्धि भी आती है।

तोरन : हिन्दू धर्म में घर के मुख्य द्वार पर तोरन लगाना काफी शुभ माना जाता है। अगर आप घर के मुख्य द्वार पर आम के पत्ते या अशोक के पत्ते का तोरन लगाते हैं तो इससे आपके घर पर पॉजिटिव एनर्जी का वास होता है। केवल यही नहीं, परिवार के सभी मेंबरस तरक्की भी खूब करते हैं। आपको बस इस बात का ख्याल रखना है कि जब पत्ते सूख जाए तो आप इन्हें तुरंत बदल दें।

लक्ष्मी-कुबेर की तस्वीर : अगर आप चाहते हैं कि आपके घर और जीवन में सुख समृद्धि बनी रहे तो ऐसे में आप अपने घर के मुख्य द्वार पर लक्ष्मी-कुबेर की तस्वीर लगा सकते हैं। इसे काफी शुभ मना जाता है और इससे आपकी किस्मत भी बदल सकती है।

सोते समय तकिये के नीचे रखते हैं ये चीजें तो हो जाएं सावधान



सोते समय कई ऐसी चीजें होती हैं जिन्हें हमें भूलकर भी अपने सिरहाने या फिर तकिये के नीचे नहीं रखना चाहिए। कई बार जब हम इन चीजों को तकिये के नीचे रख देते हैं तो इसके काफी बुरे परिणाम हमें झेलने पड़ते हैं। वास्तु शास्त्र के नुसार इनमें से कई गलतियां धन की देवी मां लक्ष्मी को भी नाराज कर देती हैं जिस वजह से जीवन में आर्थिक तंगी होने की संभावना काफी बढ़ जाती है। तो चलिए इन चीजों के बारे में विस्तार से जानते हैं जिन्हें आपको सोते समय अपने तकिये के नीचे या फिर सिरहाने पर भूलकर भी नहीं रखना चाहिए।

सोने या चांदी के गहने : अगर आप सोते समय अपने सिरहाने पर सोने या फिर चांदी के गहने रखते हैं तो आपको आज ही अपनी इस आदत को सुधार देना चाहिए। ऐसा करने की वजह से मां लक्ष्मी आपसे काफी ज्यादा नाराज हो जाती है। जो भी व्यक्ति ऐसा करता है उसे आर्थिक तंगी का भी सामना करना पड़ सकता है। केवल यही नहीं, आपको रात को सोते समय अपने तकिए के पास पैसे या फिर पर्स को भी रखने से बचना चाहिए।

चाबी रखने से बंछे : कुछ ऐसे लोग होते हैं जो रात को सोते समय अपने तकिये के नीचे चाबी रखकर सोते हैं। आपको बता दें ऐसा करना काफी अशुभ माना जाता है। अगर आप ऐसा करते हैं तो कई बार आपको काफी ज्यादा आर्थिक तंगी का सामना करना पड़ता है। जानकारी के लिए बता दें आपको अपने सिरहाने पर चमड़े के बेल्ट या फिर चमड़े से बनी चीजों को भी नहीं रखना चाहिए। अगर आप ऐसा करते हैं तो आपको बुरे सपने आ सकते हैं जिस वजह से आपको नौद खराब हो सकती है।

इलेक्ट्रॉनिक गैजेट्स रखना नुकसानदेह : हम में से कई ऐसे लोग होते हैं जो रात को सोते समय अपने सिरहाने पर इलेक्ट्रॉनिक गैजेट्स जैसे कि स्मार्टफोन्स को रख लेते हैं। अगर आप भी ऐसा करते हैं तो इसका आपके सेहत पर काफी निगेटिव असर पड़ता है। वहीं, कुछ ऐसे लोग भी होते हैं जो रात को सोते समय पढ़ना पसंद करते हैं और पढ़ते-पढ़ते किताबों को वहीं रखकर सो जाते हैं। अगर आप ऐसा करते हैं तो मां सरस्वती आपसे काफी ज्यादा नाराज हो जाती हैं।

स्टैमिना बढ़ाने के साथ-साथ वेट लॉस में भी मददगार

अंग-अंग में भर जाएगी ताकत डाइट में शामिल करें ये चीजें

अगर आप भी अपने शरीर को मजबूत बनाना चाहते हैं तो आपको अपने डाइट प्लान पर खास ध्यान देने की जरूरत है। आइए खाने की कुछ ऐसी चीजों के बारे में जानते हैं जो आपकी ओवरऑल हेल्थ के लिए काफी ज्यादा फायदेमंद साबित हो सकती हैं। अगर आपकी बोन्स मजबूत नहीं होंगी, तो आपकी सेहत और बाँड़ी भी कमजोर होती जाएगी। अगर आप अपने स्टैमिना को इम्पूव कर ताकतवर बनना चाहते हैं तो आपको अपनी डाइट में खाने की कुछ चीजों को जरूर शामिल करके देखना चाहिए। इस तरह के कैल्शियम रिच फूड आइटम्स को खाकर आपकी जोड़ों के दर्द जैसी समस्याओं से भी छुटकारा मिल सकता है। आइए खाने की कुछ ऐसी ही चीजों के बारे में जानते हैं।



नहीं होनी चाहिए कैल्शियम की कमी

अपने शरीर और हड्डियों को मजबूत बनाए रखने के लिए आपको अपनी बाँड़ी में कैल्शियम की कमी को पैदा नहीं होने देना चाहिए। इसके लिए कैल्शियम से भरपूर खाने की चीजों का सेवन करना बेहद जरूरी है। इन फूड आइटम्स में कैल्शियम के साथ-साथ कई पोषक तत्वों की अच्छी खासी मात्रा पाई जाती है।



जरूर खाएं ग्रीन वेजिटेबल्स

पालक, केल, ब्रोकली और मेषी जैसी ग्रीन वेजिटेबल्स आपके स्टैमिना को बूस्ट करने में कारगर साबित हो सकती हैं। हरी सब्जियां आपकी ओवरऑल हेल्थ को भी काफी हद तक इम्पूव कर सकती हैं। कुल मिलाकर आपकी डाइट में पोष्टिक तत्वों की अच्छी खासी मात्रा होनी चाहिए।

अगर नहीं सुधारी अपनी चार आदतें, तो शरीर में पैदा हो सकती है खून की कमी



अनहेल्दी डाइट प्लान फॉलो करना

अगर आप भी अक्सर बाहर का अनहेल्दी और जंक फूड खाते हैं तो आपको अपनी इस आदत को इम्पूव कर लेना चाहिए। शरीर में खून की कमी को पैदा होने से रोकने के लिए पोष्टिक डाइट प्लान को फॉलो करना बेहद जरूरी है। अपनी डाइट में आयरन रिच फूड आइटम्स को जरूर शामिल करें।

खून चूस सकती है स्मोकिंग की आदत

अगर आप स्मोकिंग करते हैं तो आपको सावधान हो जाना चाहिए। एक्सपर्ट्स के मुताबिक धूम्रपान करने की वजह से बाँड़ी में ऑक्सीजन कम हो जाती है और ब्लड सेल्स के प्रोडक्शन पर बुरा असर पड़ सकता है। स्मोकिंग की वजह से आप गंभीर और जानलेवा बीमारियों का शिकार बन सकते हैं।

खराब लाइफस्टाइल

एनीमिया से बचना हो या फिर खुद को सेहतमंद बनाए रखना हो, आपको खराब लाइफस्टाइल को इम्पूव कर लेना चाहिए। आधी से ज्यादा बीमारियां खराब लाइफस्टाइल की वजह से ही आपको बाँड़ी पर अटक करती हैं। अगर आपने अपनी इन आदतों को नहीं सुधारा तो बाद में आप पछताते रह जाएंगे। हेल्दी और फिट रहने के लिए अपने लाइफस्टाइल और डाइट प्लान पर ध्यान देना बेहद जरूरी है।

कार्नर न्यूज

लड्डू गोपाल को रखने से घर में होती है सुख, शांति और समृद्धि

जन्माष्टमी पर घर लाना चाहते हैं लड्डू गोपाल तो पहले जान लीजिए सही नियम और विधि



नियमित रूप से नहलाएं

लड्डू गोपाल भगवान कृष्ण का बाल रूप हैं, इसलिए उन्हें बच्चों की तरह ही रखना चाहिए। लड्डू गोपाल को नियमित रूप से नहलाना चाहिए। इसके लिए दूध, दही, शहद, गंगाजल और घी का उपयोग करना चाहिए। शंख में दूध, दही, गंगाजल और घी डालकर लड्डू गोपाल को नहलाना चाहिए।

रोजाना कपड़े बदलें

लड्डू गोपाल को नहलाने के बाद उन्हें बच्चों की तरह तैयार करें। उनके कपड़े रोजाना बदलें। उन्हें चंदन का तिलक लगाएं। मौसम के हिसाब से भी उन्हें कपड़े पहनाएं। जैसे- ठंड के मौसम में उन्हें गर्म कपड़े पहनाएं। इसके अलावा उनका श्रृंगार करें। उनके कानों में बालियां, कलाइयों में चूड़ियां, हाथों में बांसुरी और मोर पंख होना चाहिए।



डिलीवरी के बाद खुद को ऐसे रखें फिट, पहले जैसा फिगर पाना हो जाएगा आसान

आपने अक्सर महिलाओं को ये कहते सुना होगा कि डिलीवरी के बाद मेरा वजन काफी बढ़ गया है। जाहिर है प्रेग्नेंसी के दौरान बढ़ते वजन को कंट्रोल करना आसान नहीं होता है लेकिन हां डिलीवरी के बाद आप अपने बदली हुई लाइफस्टाइल से शरीर को फिट और मॉटेन जरूर रख सकते हैं।

डिलीवरी के बाद किसी भी महिला का लाइफस्टाइल काफी बदल जाता है। अब चूंकि, अपने साथ-साथ आपने बच्चे की भी देखभाल करनी है तो ऐसे में शरीर को फिट और मॉटेन रखने के लिए कुछ जरूरी बातों का ध्यान रखना होता है लेकिन इसके लिए चिकित्सक या विशेषज्ञ की राय अवश्य ले लेना चाहिए। आइए जानते हैं कि कैसे आप अपनी पुरानी फिगर वापस पा सकती हैं और शारीरिक व भावनात्मक बदलावों को हैंडल कर सकती हैं। आइए इससे जुड़े कुछ सिंपल टिप्स शेयर करते हैं।

आठवें हफ्ते के बाद धीरे-धीरे करें व्यायाम

प्रेग्नेंसी के दौरान बढ़े हुए वजन को डिलीवरी के बाद काबू में करना है तो एक्सपर्ट्स बताते हैं कि आठवें हफ्ते से एक्सरसाइज शुरू की जा सकती है। बच्चे के जन्म के बाद शरीर अत्यंत संवेदनशील हो जाता है। ऐसे में, जरूरी है कि हर दिन व्यायाम करने की जगह एक दिन छोड़कर इसे करें और इसके बाद स्ट्रेचिंग जरूर करें।



चेस्ट की मजबूती के लिए करें एब्स कंटेज

आप चेस्ट की मजबूती के लिए पुशअप्स और कमर की मांसपेशियों को मजबूत बनाने के लिए एब्स कंटेज कर सकती हैं। वहीं पैरों की मजबूती के लिए स्क्वाट करने की सलाह दी जाती है। नॉर्मल डिलीवरी में छह हफ्ते और सिजेरियन डिलीवरी में 6 महीने बाद ही व्यायाम शुरू करें। बता दें, कि बच्चे के जन्म के बाद हार्मोन्स छह माह तक अतिसक्रिय रहते हैं।

ऐसे करें शुरूआत, अच्छी डाइट लें

पहला कदम है वॉक। रोजाना 10 मिनट वॉक करें और ऐसा करीब 4 हफ्तों तक करें। इसके बाद समय बढ़ाकर 30 से 40 मिनट तक करें। ऐसा तकरीबन आठ हफ्ते तक लगातार करें। मां बनने के बाद शरीर को अंदर से मजबूत बनाना जरूरी होता है। इसलिए प्रोटीन का सेवन करें। प्रोटीन को अपनी डाइट में शुमार करें। इसके लिए आप उबले छोले, मूंग दाल, राजमा और काले चने खा सकते हैं। इसके साथ ही सलाद और फाइबर रिच डाइट भी लेना शुरू करें।

दिन में चार बार भोग लगाएं

बाल गोपाल को दिन में चार बार भोग लगाएं। भोग में सात्विक भोजन ही शामिल करें। कान्हा को माखन और मिश्री बहुत पसंद है। ऐसे में उन्हें माखन और मिश्री का भोग लगाएं। इसके अलावा आप बूंदी के लड्डू, खीर और हलवे का भी भोग लगा सकते हैं। आप चाहें तो घर में बना सात्विक भोजन भी प्रसाद के तौर पर चढ़ा सकते हैं। मान्यता है कि जैसे छोटे बच्चों को बार-बार भूख लगती है, वैसे ही लड्डू गोपाल को भी भूख लगती है, इसलिए उन्हें समय-समय पर भोजन कराते रहना चाहिए।

प्रतिदिन पूजा करें

लड्डू गोपाल की नियमित पूजा करें। उनकी आरती करें। लड्डू गोपाल की आरती दिन में चार बार करना अनिवार्य है।



झूला झुलाएं

आरती के बाद लड्डू गोपाल को अपने हाथों से भोग लगाएं। इसके बाद लोरी गाते हुए झूला झुलाएं। झूलें पर लगे पदें बंद करना न भूलें। रात को बाल गोपाल को सुलाने के बाद ही सोएं।

उन्हें कमी अकेला न छोड़ें

बाल गोपाल घर का सबसे छोटा सदस्य माना जाता है। बाल गोपाल का होना मतलब घर में छोटे बच्चे को रखना। इसलिए आपको उनका भी उसी तरह ख्याल रखना होगा, जैसे आप घर में छोटे बच्चे का रखते हैं। इसलिए बाल गोपाल को कमी घर में अकेला न छोड़ें। अगर आप कहीं लंबे समय के लिए जा रहे हैं तो उन्हें साथ ले जाएं। अगर संभव न हो तो घर की चाबी और लड्डू गोपाल की जिम्मेदारी किसी पड़ोसी या रिश्तेदार को दें।

फिल्म इवेंट

हॉलीवुड

‘आयरन मैन’ की भूमिका छोड़ने का रॉबर्ट डाउनी को है अफसोस!



लॉस एंजिल्स। हॉलीवुड अभिनेता रॉबर्ट डाउनी जूनियर ने लंबे समय तक मार्वल फिल्मों में आयरन मैन की भूमिका अदा की। वहीं, अभिनेता क्रिस्टोफर नोलन की 2023 की ऑस्कर विजेता फिल्म ‘ओपेनहाइमर’ में एक अलग भूमिका में दिखाई दिए। अब वह एक बार फिर से मार्वल यूनिवर्स में सुपर विलेन ‘डॉक्टर ड्यूम’ के रूप में वापस आ गए हैं, तो उन्होंने अपने मशहूर टोनी स्टार्क किरदार को छोड़ने के बारे में अपना अफसोस जताया। अभिनेता से जब पूछा गया कि इतने लंबे समय तक एक ही किरदार निभाने से उनके करियर पर क्या असर पड़ेगा? तो डाउनी जूनियर ने कहा, ‘हां, सौ फीसदी, और मुझे पता था कि एक समय ऐसा भी था जब क्रिस नोलन इस किरदार को निभाने का समर्थन कर रहे थे, चलो उन दूसरी चीजों पर काम करते हैं, लेकिन ऐसा करते समय आपको अपनी सामान्य चीजों से दूर रखना पड़ता है।’ मार्वल के स्टार्क की भूमिका निभाने में इतना समय बिताने के बाद, अभिनेता ने स्वीकार किया कि वह इस तरह की भूमिका निभाने को लेकर आशंकित थे। हालांकि, अंत में, ओपेनहाइमर ने उन्हें चुनौती लेने के लिए उत्सुक बना दिया, जिससे उन्हें किसी भी तरह की बैसाखी से दूर होना पड़ा, जिस पर वे भरोसा कर सकते थे।

टॉलीवुड

जल्द दोबारा रिलीज होगी प्रभास की ये सुपरहिट फिल्म



मुंबई। अपनी फिल्मों से अभिनेता प्रभास ने वैश्विक स्तर पर खास पहचान बना ली है। बाहुबली 2 और कल्कि 2898 एडी जैसी फिल्मों ने विदेश में भी जमकर कमाई की थी। अपने अब तक के करियर में उन्होंने कई सुपरहिट फिल्मों से लोगों के मन में गहरी छाप छोड़ी है। फिल्म डार्लिंग भी उनमें से ही एक है। फिल्म की कहानी दोनों सितारों के इर्द-गिर्द बुनी गई थी। हालांकि, फिल्म में ट्विस्ट तब देखने को मिलता है, जब एक गैंगस्टर की बेटी प्रभास के प्यार में पड़ जाती है। बताया जा रहा है कि यह फिल्म 23 सितंबर को पर्व पर फिर से दस्तक देगी। इस फिल्म में अभिनेता ने अपनी अदाकारी से दर्शकों का दिल जीत लिया था। ऐसे में फिल्म का दोबारा रिलीज होना उनके फैंस के लिए किसी बड़ी सौगात से कम नहीं है। फिल्म डार्लिंग ने प्रभास के करियर को आकार देने में खास भूमिका निभाई थी। फिल्म का निर्देशन ए. करुणाकरण ने किया था। इस रोमांटिक ड्रामा फिल्म में काजल अग्रवाल भी मुख्य भूमिका में थीं। साल 2010 में रिलीज हुई इस फिल्म के बाद से ही उन्हें डार्लिंग उपनाम दिया गया। उनकी इसी फिल्म को लेकर हाल ही में एक बड़ी जानकारी सामने आई है। मीडिया रिपोर्ट्स के मुताबिक अभिनेता की इस सुपरहिट फिल्म को दोबारा रिलीज करने की तैयारी चल रही है।

भोजपुरी

भोजपुरी सॉन्ग ‘हद कर दी राजा जी’ ने मचाई धूम



मुंबई। भोजपुरी सिनेमा का गाना ‘हद कs दी राजा जी’ रिलीज होते ही वायरल हो रहा है। अगर आप भी इसे यूट्यूब पर देखना चाहते हैं तो देख सकते हैं। भोजपुरी सिनेमा के सुपरस्टार खेसारी लाल यादव और सिंगिंग सेंसेशन प्रियंका सिंह का नया गाना ‘हद कs दी राजा जी’ ने रिलीज होते ही धमाल मचा दिया है। यह तेजी से सोशल मीडिया पर वायरल हो रहा है। गाने को ग्लोबल म्यूजिक जंक्शन भोजपुरी के ऑफिशियल यूट्यूब चैनल पर रिलीज किया गया है। इस गाने का म्यूजिक वीडियो भी कमाल का है, जिसमें खेसारी लाल यादव और श्वेता शर्मा की केमेस्ट्री फैंस को पसंद आ रही है। यह गाना हमारे भोजपुरी संस्कृति और मस्ती से भरपूर है और मुझे खुशी है कि इसे लोगों ने इतना पसंद किया। प्रियंका सिंह की आवाज ने गाने में चार चांद लगा दिए हैं। मैं अपने सभी फैंस से आग्रह करता हूँ कि वे इसी तरह से अपना प्यार बनाए रखें और हमें आगे भी ऐसे ही प्रोत्साहित करते रहें। इस गाने की सफलता ने एक बार फिर खेसारी लाल यादव की लोकप्रियता और प्रियंका सिंह की गायकी का लोहा मनवाया है।



तापसी पन्नू की एक्टिंग की तरह उनका लुक भी बिल्कुल अलग होता है। इसलिए वो कुछ अलग ही आउटफिट में सोशल मीडिया पर नजर आती हैं। इस बार इनका साड़ी पहनने का अंदाज सबसे अलग दिखाई दिया। साड़ी पहनना हम सभी को पसंद होता है। लेकिन हम सभी लोग हमेशा सिंपल तरीके से साड़ी पहनना पसंद करते हैं। लेकिन बॉलीवुड एक्ट्रेस तापसी पन्नू अपने लुक में हमेशा कुछ नई चीज ऐड करती हैं। इसी वजह से उनका साड़ी लुक भी डिफरेंट नजर आता है। इस बार उन्होंने साड़ी को स्टाइल किया। जिसे पहनें वो पेशिरी की सड़कों पर घूमती हुई नजर आईं। उनका यह अंदाज भी बिल्कुल अलग था। जिसे देखकर आप भी एक बार इसे ट्राई करने के बारे में जरूर सोचेंगे।

काले और बेजान होठों को फिर से बनाएं गुलाबी और खूबसूरत

खूबसूरत होंठ सभी का सपना होता है वहीं, जब कुछ कारणों से हमारे होंठ काले और बेजान पड़ जाते हैं तो हम काफी परेशान हो जाते हैं और कोशिश करने लगते हैं कि उनमें फिर से जान आ जाए और वह खूबसूरत लगने लगें। कई बार जेनेटिक्स, सूर्य की किरणों की वजह से और डीहाइड्रेशन की वजह से भी हमारे होंठ काले पड़ जाते हैं। अब ऐसे में सवाल आता है कि क्या हमारे होंठ फिर से खूबसूरत और गुलाबी हो सकते हैं? आज हम आपको कुछ ऐसी चीजों के बारे में बताने जा रहे हैं जिनका इस्तेमाल कर आप अपने बेरंग होंठों में जान डाल सकते हैं।

रात में नींबू का रस व शहद लगाकर सोएं : अगर आपके होंठ बेजान और बेरंग हो गए हैं तो ऐसे में नींबू के रस से बेहतर आपके लिए कुछ भी नहीं हो सकता है। यह एक तरह का नेचुरल ब्लॉचिंग एजेंट है जो आपके होंठों के रंग को हल्का बनाने में मदद करता है। इसका इस्तेमाल करना काफी आसान है। आपको नींबू को काटकर इसके रस को अपने होंठों पर लगा लेना है। बेहतर रिजल्ट के लिए आप नींबू के रस में शहद को भी मिला सकते हैं। इसे आप रात को सोने से पहले अपने



चीनी और शहद

अपने होंठों को खूबसूरत बनाने के लिए आप चीनी और शहद का इस्तेमाल कर सकते हैं। अगर आप अपने होंठों से डेड स्किन रेंड्स को हटाना चाहते हैं तो ऐसे में एक्सफोलिएशन की मदद लेनी चाहिए। एक्सफोलिएशन की वजह से आपके होंठों का रंग फिर से हल्का हो सकता है। आप इस नेचुरल स्कब को तैयार करने के लिए आपको चीनी और शहद को आपस में अच्छी तरह से मिलाकर पेस्ट तैयार करना होगा। अब हल्के हाथों से इस पेस्ट को अपने होंठों पर हल्के हाथों से रगड़ लेना होगा। बाद में इसे गुनगुने पानी से धो लें। आप दो से तीन बार हफ्ते में इस पेस्ट का इस्तेमाल कर सकते हैं।

नारियल का तेल काफी मददगार

अगर आपके होंठ बेजान पड़ गए हैं तो इस समस्या से छुटकारा दिलाने में नारियल का तेल भी आपकी काफी मदद कर सकता है। ये आपके होंठों को अंदर से हाइड्रेट करने के साथ ही उनमें जान डाल सकता है। रात को सोने से पहले अपने होंठों में थोड़ा सा नारियल का तेल लगा लें और रातभर इसे काम करने के लिए छोड़ दें। ये आपके होंठों के रंग को हल्का बनाने के साथ ही उन्हें पर्यावरण की वजह से हुए नुकसान से भी बचाता है।

एलोवेरा लगाने से स्किन और बालों में दिखने लगेंगे कई जबरदस्त फायदे

एलोवेरा सदियों से अपनी औषधीय गुणों के लिए जाना जाता है। इसे अक्सर त्वचा और बालों की समस्याओं के लिए एक प्राकृतिक उपचार के रूप में इस्तेमाल किया जाता है। एलोवेरा जेल में कई पोषक तत्व होते हैं जैसे विटामिन, खनिज और एंटीऑक्सीडेंट्स जो त्वचा और बालों को स्वस्थ रखने में मदद करते हैं। आइए जानते हैं एलोवेरा लगाने के कुछ अद्भुत फायदों के बारे में।

त्वचा के लिए एलोवेरा के फायदे

मुहांसे और दाग-धब्बे - एलोवेरा में एंटी-इंफ्लेमेटरी और एंटी-बैक्टीरियल गुण होते हैं जो मुहांसों और दाग-धब्बों को कम करने में मदद करते हैं।

सनबर्न - एलोवेरा जेल सनबर्न के कारण होने वाली जलन और लालिमा को कम करने में मदद करती है।

त्वचा को नमी देना - एलोवेरा त्वचा को नमी प्रदान करता है और इसे मुलायम और चमकदार बनाता है।

त्वचा की उम्र बढ़ने को रोकना -



एंटीऑक्सीडेंट्स की उपस्थिति के कारण, एलोवेरा त्वचा की उम्र बढ़ने को धीमा करने में मदद करता है।

त्वचा की जलन को कम करना - एलोवेरा जलन और खुजली को कम करने में मदद करता है।

बालों के लिए एलोवेरा के फायदे

खोपड़ी को शांत करना - एलोवेरा खोपड़ी को शांत करता है और खुजली को कम करता है।

बालों का झड़ना रोकना - एलोवेरा बालों के झड़ने को रोकने में मदद करता है और बालों के विकास को बढ़ावा देता है।

बालों की चमकदार बनाना - एलोवेरा बालों को चमकदार और मुलायम बनाता है।

रूसी को कम करना - एलोवेरा रूसी को कम करने में मदद करता है।

एलोवेरा का उपयोग कैसे करें?

त्वचा के लिए - आप एलोवेरा जेल को सीधे अपनी त्वचा पर लगा सकते हैं।

बालों के लिए - आप एलोवेरा जेल को शैम्पू या कंडीशनर में मिलाकर इस्तेमाल कर सकते हैं।

फेस मारक - आप एलोवेरा जेल को अन्य प्राकृतिक सामग्री जैसे शहद, दही आदि के साथ मिलाकर फेस मारक बना सकते हैं।

सावधानियां

कार्न न्यूज

नमी और बारिश पर्वों को नुकसान पहुंचा सकते हैं

बरसाती मौसम में घर के पर्दों की देखभाल करना एक महत्वपूर्ण कार्य होता है, क्योंकि नमी और बारिश पर्दों को नुकसान पहुंचा सकते हैं। बरसाती मौसम में अक्सर घर में लटके पर्दों में से अजीब सी गंध आने लगती है, ऐसे में क्या करना चाहिए, फिक्र मत कीजिए जानिए कुछ ऐसे ही आसान टिप्स और ट्रिक्स जिन्हें अपनाकर आप अपने पर्दों को बरसात के मौसम में बेहतर ढंग से संभाल सकते हैं और उनकी लाइफ को बढ़ा सकते हैं।

बरसाती मौसम में कैसे करें घर के पर्दों की केयर, आईए जानते हैं कुछ आसान टिप्स



साप्ताहिक सफाई: बरसात के मौसम में, पर्दों को सप्ताह में एक बार अच्छे से साफ करें, धूल और गंदगी की परत से बचने के लिए, वैक्यूम क्लीनर का उपयोग करें, इससे पर्दों पर जमा नमी और गंदगी को हटाना जा सकेगा।

सुखाने का ध्यान : यदि पर्दे भीग जाएं, तो उन्हें तुरंत अच्छी तरह से सुखाएं, भीगे पर्दों को वॉलटेलेट और ड्राय जगह पर लटका दें, इससे मोल्ड और फंफूंद से बचा जा सकता है।

पहली बार पहन रही हैं साड़ी तो कुछ बातों का जरूर रखें ध्यान



भाई-बहन के प्यार के पर्व राखी के साथ ही त्यौहारों की धूमधाम शुरू हो जाती है। सावन माह में लड़कियों को सजने-संवरने का काफी शौक रहता है। नई-नई उम्र की किशोरियों को साड़ी पहनना बहुत अच्छा लगता है क्योंकि वे उसे पहनकर पारंपरिक पर्व मनाना चाहती हैं। त्यौहारों पर किशोरियां खूब सजती और संवरती हैं। पर्व के माहौल में हर लड़की, हर महिला एथनिक आउटफिट ही पहनना पसंद करती है। बहुत सी लड़कियां त्यौहार पर पहली बार साड़ी पहनती हैं। साड़ी में हर लड़की का लुक काफी खूबसूरत और सादगी भरा लगता है। ऐसे में अगर आप इस पहली बार साड़ी पहन रहीं हैं तो कुछ बातों का अवश्य ध्यान रखें। इन बातों को ध्यान में रखकर आप अपने लुक को और खूबसूरत बना सकती हैं।

पेटीकोट की फिटिंग हो सही : अगर पहली बार साड़ी पहन रहीं हैं तो उसके लिए फिटिंग का पेटीकोट अवश्य बनाएं। बहुत सी लड़कियां अपनी मम्मी या बड़ी दीदी का पेटीकोट पहन लेती हैं। जिस वजह से उनका लुक खराब हो जाता है। ये गलती कभी न करें। पेटीकोट हमेशा अपनी ही फिटिंग का बनवाएं, ताकि आपका लुक प्यारा दिखे।

ब्लाउज की सही फिटिंग और डिजाइन भी है जरूरी : साड़ी के लुक को खूबसूरत बनाने के लिए सही ब्लाउज का चयन अवश्य करें। अगर ब्लाउज सही फिटिंग का नहीं होगा तो आप असहज हो सकती हैं। ऐसे में अपनी साड़ी से मैच करता हुआ ब्लाउज तैयार करें। इसकी डिजाइन का चयन अपने हिसाब से करें, ताकि आप देखने में खूबसूरत लगें।

साड़ी की लंबाई हो सही : साड़ी की लंबाई अगर सही नहीं होगी, तो ये आपका लुक खराब कर सकती है। साड़ी हमेशा फुटवियर पहनने के बाद ही बांधें। अगर ये लंबी होगी तो आपको चलने में परेशानी हो सकती है। वहीं अगर साड़ी छोटी बांधेंगी तो नीचे दिखता हुआ पेटीकोट लुक बिगाड़ सकता है।

सही से करें पल्लू ड्रैप : अगर पहली बार साड़ी पहन रहीं हैं तो पल्लू को सही से ड्रैप करके पिन करें। खुला पल्लू आपको परेशान कर सकता है। अगर आप कंफर्टेबल हैं तो पल्लू को खुला भी रख सकती हैं। इसके लिए घर की बड़ी महिलाओं की मदद लें।

आपके झुमके पर ठहर जाएंगी सबकी नजरें जब पहनेंगी चेहरे के शेप के हिसाब से इयररिंग

सावन के साथ ही त्यौहारों का सिलसिला शुरू हो जाता है। रक्षाबंधन के बाद जन्माष्टमी, हरछठ, तीजा का त्यौहार लड़कियों के लिए सबसे खास होता है। हर युवती खूबसूरत कपड़े पहनकर सजती संवरती है और उसी के हिसाब से झुमके व गले के नेकलेस आदि खरीदती हैं। त्यौहारों का सीजन होने के कारण लड़कियां जोर-शोर से खरीदारी भी कर रही हैं, अगर आप भी अपने आउटफिट के लिए इयररिंग्स खरीद रही हैं तो जान लें कि आपको कैसे इयररिंग जंचेंगे।

चेहरे के हिसाब से लें स्टाइलिश झुमके : स्टाइलिश दिखने के लिए आउटफिट के साथ एक्सेसरीज परफेक्ट होना जरूरी है। जूलरी का सिरिक्शन सिर्फ अटायर ही नहीं



बल्कि आपका चेहरे का शेप भी करता है। किसी भी एक्सेस के आउटफिट और जूलरी देखकर आप बाजार में खरीदने के लिए न चली जाएं बल्कि पहले ये जान लें कि आपके चेहरे पर किस तरह के इयररिंग अच्छे लगेंगे।

चौकोर चेहरा तो लंबे इयररिंग : चौकोर शेप के फेस वाले लोगों को हमेशा लंबे इयररिंग चुनना

चाहिए। हालांकि इस तरह के चेहरे पर छोटे, गोल, अंडाकार डैंगलर भी अच्छे लगते हैं लेकिन आपको टॉप्स पहनने से बचना चाहिए, क्योंकि ये आपके फेस पर नजर ही नहीं आएंगे। तो, जाहिर है कि ये आपकी खूबसूरती बढ़ाने में काम भी नहीं आ पाएंगे।

गोल चेहरा में जंचेगा स्क्वायर शेप : अगर आपका चेहरा गोल आकार है तो इस पर स्क्वायर शेप वाली इयररिंग बहुत बढ़िया लगेंगे। इनकी वजह से आपके चेहरे का चौड़ापन कम दिखेगा। लेकिन गोल चेहरे पर कभी भी इसी तरह के शेप यानि सर्कल वाले इयररिंग पहनने की गलती ना करें। वहीं स्केयर शेप में आप स्टड इयररिंग या फिर अपनी पसंद से झुमका भी ट्राई कर सकती हैं।

नियमित सफाई और सुखाई करें

मोल्ड और फंफूंद से बचाव करें : अरुंधी वॉटिलेशन घर में अच्छे वॉटिलेशन की व्यवस्था करें, सिड़कियों और दरवाजों को खुला रखें ताकि ताजगी और हवा का प्रवाह बना रहे, इससे पर्दों पर नमी कम होगी और मोल्ड का खतरा घटेगा।

मोल्ड रिसिस्टेंट स्प्रे : पर्दों पर मोल्ड रिसिस्टेंट स्प्रे का उपयोग करें, जो फंफूंद के विकास को रोकता है, यह विशेष रूप से बरसाती मौसम में सहायक होता है।

सही कपड़े का चयन करें

नमी प्रतिरोधी सामग्री: यदि आप नई पर्दे खरीद रहे हैं, तो नमी सीखने और जल्दी सूखने वाले कपड़ों का चयन करें, सिंथेटिक फाइबर और वाटर-रेसिस्टेंट फैब्रिक इस मौसम में बेहतर काम करते हैं।

हल्के रंग: हल्के रंग के पर्दे जल्दी सूखते हैं, इसके अलावा, हल्के रंग के पर्दे इस मौसम में बेहतर काम करते हैं।



पर्दों का रखरखाव करें

रेगुलर चेक: पर्दों को नियमित रूप से जांचें ताकि किसी भी प्रकार की छोटी-मोटी समस्याएं जैसे कि धब्बे, लटकते धागे, या फंफूंद तुरंत ठीक की जा सकें।

फ्रेशनेस बनाए रखें: पर्दों को ताजगी और खुशबू बनाए रखने के लिए एक अरोमैटिक स्प्रे का उपयोग करें, इससे न केवल कमरे की खुशबू बढ़ेगी बल्कि पर्दे भी ताजगी महसूस करेंगे।