

खबर संक्षेप



दीपमाला ज्योतिबा फुले सम्मान से सम्मानित

सेलूद। राज्य स्तरीय शिक्षक कला प्रतिभा सम्मान समारोह का आयोजन खालसा पब्लिक स्कूल दुर्ग में आयोजित किया गया। जिसमें दुर्ग सांसद विजय बघेल के हाथ से दीपमाला वैष्णव शिक्षिका कोण्डगांव को शाल प्रतीक चिन्ह व सम्मान पत्र देकर सम्मानित किया गया है। इस सम्मान पर शाला परिवार ने बधाई दिया है।

राज्य स्तरीय खेल में भाग लेने खिलाड़ी हुए रवाना



उतई। राज्य स्तरीय शालेय क्रीड़ा प्रतियोगिता 21 से 24 सितंबर तक बिलासपुर में आयोजित होना है जिसमें जय शीतला स्पोर्ट्स क्लब उतई के हर्षवर्धन, आकाश, रूपेश, ऋतिक, डिम्पल चयन हुआ है। ये खिलाड़ी सोमवार को बिलासपुर के लिए रवाना हुए।

स्वच्छता अभियान चलाया

जामगांव आर। स्वच्छता सेवा पखवाड़ा अभियान के तहत ग्राम कुम्हली में शिव मंदिर परिसर एवं ग्राम के सार्वजनिक जगह पर सफाई कर श्रमदान किया। इस अवसर पर तेजेंद्र पिपरिया, नरेश केला, अंगेश्वर साहू, मोगन सपहा, दालसिंग साहू, मेहतर यादव, भानु साहू, शशि नेताम सहित ग्रामीणजनों की उपस्थिति रही।

निधन

रामाधार शर्मा

भिलाई। चिंगरी पारा नेहरू भवन वाई 17 निवासी रामाधार शर्मा उम्र 78 वर्ष का निधन हो गया है। उनकी अंतिम यात्रा 24 सितंबर को दोपहर 12.30 बजे निवास स्थान से रामनगर मुक्ति धाम के लिए निकलेगी। वे बंटे शर्मा के पिता थे।

हरिभूमि न्यूज ►►मिलाई

तीर्थराज देवि निकुंभला राजलक्ष्मी मंदिर जय शक्ति आश्रम ग्राम निकुम संत श्री माताजी निवास में 3 अक्टूबर 2024 से 11 अक्टूबर 2024 तक क्वार नवरात्री पर्व में आराध्य देवी भगवती दुर्गा महायज्ञ दुर्गति नाशिन्ये का आयोजन किया जाएगा। संत श्री माताजी कहते हैं कि महायज्ञ की महिमा का श्रवण करने मात्र से ही निरसिंदेह सभी प्रकार के कष्टों का निदान कर निर्भय बना देती है सत्य ही नहीं परम सत्य है।

आराध्य देवी भगवती दुर्गा महायज्ञ की रचना गौरी गणेश पूजन से प्रारंभ होकर होती है। स्वयं भगवान शिव भगवती दुर्गा के 108 नामों का वर्णन करते हुए कहते हैं कि जिनके पाठ या श्रवण मात्र से आराध्य देवी भगवती



शिव, ऋषि, देवता, विद्वान सभी करते हैं जिनकी महिमा का गुणगान

प्रसन्न हो जातो है और सभी प्रकार के दुख, दरिद्रता और भयों से मुक्त कर निर्भय बना देती है। सब प्रकार का मंगल प्रदान करने वाली मंगलमयी हैं। जिनके मन्त्रों के ऋषि स्वयं नारायण हैं, श्री महाकाली, महालक्ष्मी और महासरस्वती देवता हैं। जिनके स्मरण मात्र से ही सभी प्राणियों की चिन्ता को हरने वाली हैं। आराध्य देवी भगवती दुर्गा सभी स्वरूपों से, सभी स्थानों से, सब प्रकार की शक्तियों से संपन्न हैं, हे देवी सब भयों से हमारी रक्षा करो हम आपके शरणगत हैं।

संत श्री माताजी कहते हैं कि दिपावली को सम्पूर्ण विश्व उत्सव मनाता है। वर्ष 2024 क्वार नवरात्र 3 अक्टूबर दिन गुरुवार को प्रारंभ होना

और ठीक 31 अक्टूबर दिन गुरुवार को ही श्री महालक्ष्मी पूजन शुभ दीपावली का होना अर्थात् आराध्य देवी भगवती दुर्गा महायज्ञ की रचना होना निश्चित रूप से मंगलकारी है। सभी प्रकार से दुख, दरिद्रता और भय का नाश करने वाली है।

तत्व, तत्व से बनेगा तीर्थराज देवि निकुंभला धाम, एक दिन सारे जगत में होगा छत्तीसगढ़ का नाम। आने वाले समय में छत्तीसगढ़ राज्य, राष्ट्र व सम्पूर्ण विश्व में तीर्थराज देवि निकुंभला राजलक्ष्मी की कीर्ति को जाना जाएगा। जिनकी कृपा से सब कुछ संभव हो जाता है। आगामी 1 जनवरी 2025 से 26 जनवरी 2025 तक राज्यसू महायज्ञ की रचना की गई है। क्रमशः

कोसरिया यादव समाज का डुंडेरा में तीज मिलन समारोह

यादव समाज का इतिहास गौरवशाली और परंपरा को संजोए हुए है: विधायक ललित

हरिभूमि न्यूज ►►उतई

दुर्ग ग्रामीण विधानसभा क्षेत्र अंतर्गत ग्राम डुंडेरा में कोसरिया यादव समाज सर्किल कोडिया जिला दुर्ग के तत्वावधान में आयोजित तीजा मिलन समारोह में मुख्य अतिथि के रूप में दुर्ग ग्रामीण विधायक ललित चंद्राकर सम्मिलित हुए। समाज के सभी गणमान्य जनों को प्रणाम कर इस भव्य आयोजन के लिए धन्यवाद दिया एवं सभी माता बहनों को तीजा मिलन समारोह की शुभकामनाएं दी।

इस अवसर पर समाज की ओर से छत्तीसगढ़ की पारंपरिक लोकगीत की धुन पर राउत नाचा प्रस्तुत किया गया। माता बहनों के द्वारा पारंपरिक खेल कबड्डी, कुर्सी दौड़, फुगड़ी, रंगोली, घड़ा दौड़, रस्सा खींच, फुगगा फोड़, सुआ गीत, तीजा कवीन छत्तीसगढ़ी व्यंजन का आयोजन किया गया। प्रथम, द्वितीय, तृतीय स्थान प्राप्त करने वाले प्रतिभागियों को पुरस्कृत किया गया। दुर्ग ग्रामीण विधायक व राज्य ग्रामीण एवं अन्य पिछड़ा वर्ग क्षेत्र विकास प्राधिकरण उपाध्यक्ष ललित चंद्राकर ने कहा कि यह केवल एक आयोजन नहीं है बल्कि आप सभी नारी शक्तियों के सामाजिक, धार्मिक और एक पत्नी, बेटी व माँ के रूप में आपकी भूमिका के प्रति कुतज्ञता व्यक्त करने का सामूहिक प्रयास है।

पारंपरिक खेलों और छत्तीसगढ़ी व्यंजन बनाने वाली विजेता प्रतिभागियों को किया पुरस्कृत



तीजा पर्व नारी शक्ति की प्रतीक

चंद्राकर ने आगे कहा कि यह बहुत खुशहाली का अवसर है। तीजा पर्व हमारी समृद्ध संस्कृति, परंपरा एवं नारी शक्ति के प्रतीक पर्व के रूप में बड़े ही उल्लास के साथ मनाया जाता है। तीजा में सुहागन महिलाएं निजला व्रत रखकर अपने पति की दीर्घायु जीवन की कामना लेकर शिव-पार्वती की पूजा करती हैं। छत्तीसगढ़ में हमारी विष्णु देव सरकार महिलाओं को हर महीने महतारी वंदन योजना की राशि जारी कर रही है। केंद्र व छत्तीसगढ़ की डबल इंजन की सरकार महिलाओं के सशक्तिकरण एवं स्वावलंबन के लिए निरंतर कार्य कर रही है। उनकी शिक्षा, स्वास्थ्य, सुरक्षा और सशक्तिकरण के साथ ही उन्हें आर्थिक रूप से सक्षम बनाने में अतुलनीय कार्य कर रही है।

कार्यक्रम में यह रहे उपस्थित

इस अवसर पर पार्षद विकी चंद्राकर, महामंत्री सोनू राजपूत, समाज के जिलाध्यक्ष बोधन यादव, कोडिया सर्किल अध्यक्ष बरारू राम यादव, जिला उपाध्यक्ष हरीश यादव, भोजराम यादव, मतराम यादव, रामेश्वर यादव, कोमल यादव, सुरेश यादव, दयालू राम यादव, हेमंत यादव, राजेंद्र यादव, प्रकाश यादव, तुमन यादव, दौलत यादव, हरीश यादव, गोविंद साहू, केसव महिपाल, महिला अध्यक्ष ओम बाई यादव, सरोज यादव, दमयंती यादव, चंचल यादव, पुष्पिमा यादव, सारिका यादव, लोकेश्वरी यादव, तारामनी यादव, चंदिका यादव, जागेश्वरी, पूजा यादव व समाज के समस्त गणमान्य नागरिक उपस्थित थे।

बिजनेस साइट

हाइटेक पहुंची मायस्थीनिया ग्रेविस की एक और मरीज, इसकी पहचान मुश्किल

भिलाई। हाइटेक में मायस्थीनिया ग्रेविस की एक और मरीज का सफल इलाज किया गया। इस रोग की पहचान थोड़ी मुश्किल होती है। मरीज पिछले एक साल से कमजोरी का इलाज करवा रही थी। उसे सांस लेने और खाना निगलने में तकलीफ थी। जब वह हाइटेक पहुंची तो सांस नहीं ले पाने की वजह से उसकी हालत गंभीर हो चुकी थी। न्यूरोलॉजिस्ट डॉ. नचिकेत दीक्षित ने बताया कि मायस्थीनिया ग्रेविस एक दुर्लभ दीर्घकालिक स्थिति है। इसमें मांसपेशियों में कमजोरी महसूस होती है। आमतौर पर यह आंखों और पलकों, निगलने और बोलने को नियंत्रित करने वाली मांसपेशियों को प्रभावित करता है। सांस लेने में कठिनाई हो सकती है। यह शरीर के अन्य हिस्सों को भी प्रभावित कर सकता है। यह एक ऑटोइम्यून विकार है। इसमें एंटीबॉडी मोटर तंत्रिकाओं और मांसपेशियों के बीच जोड़ पर एपिटाइलकोलाइन रिसेप्टर्स को नष्ट कर देता है। इसके कारण प्रगतिशील कमजोरी आती है। डॉ. दीक्षित ने बताया कि इसके प्रारंभिक लक्षण इतने साधारण हैं कि इलाज की दिशा भटक जाती है पर एक से अधिक लक्षण मिलने पर कुछ खास जांच की जाती है। इससे शरीर में एपिटाइलकोलाइन रिसेप्टर्स के स्तर का पता लगाया जाता है। इसी से रोग की पुष्टि होती है। 19 साल की इस रोगी को जब अस्पताल लाया गया तो सांस लेने में उसे काफी मुश्किल हो रही थी। मेडिकल भाषा में इसे क्राइसिस की स्थिति कहा जाता है। उसे तत्काल इमरजेंसी में लिया गया। सांस दुरुस्त होने पर उसकी जांच की गई। एमजी की पुष्टि होने के बाद उसके इलाज की दिशा तय की गई। जल्द ही उसकी स्थिति में आशाजनक सुधार हो गया। इस रोग का इलाज लंबा चलता है जिसमें डॉक्टर के परामर्श के बिना दवा कम करना या रोकना घातक सिद्ध हो सकता है। हाइटेक में मायस्थीनिया ग्रेविस के इलाज का यह तीसरा मामला है।

फायर फाइटिंग और औद्योगिक सुरक्षा का एक दिवसीय कार्यशाला



भिलाई। पावर ग्रिड कॉरपोरेशन ऑफ इंडिया लिमिटेड, कुम्हारी, जिला -दुर्ग, छत्तीसगढ़ में एक दिवसीय अग्निशमन एवं औद्योगिक सुरक्षा की कार्यशाला का आयोजन किया गया। संस्था फायर सेफ्टी डिजास्टर मैनेजमेंट इंस्टीट्यूट भिलाई निजी प्रशिक्षण संस्थान के मुख्य प्रबंधक रवि सोनी द्वारा जानकारी दी गई। संस्था के द्वारा प्रशिक्षण के लिए एसएल धनकर अग्निशमन के लिए और तपन कुमार विश्वास औद्योगिक सुरक्षा प्रबंध के लिए इस कार्यक्रम में पहुंचे वहां पर उन्होंने पावर ग्रिड के कर्मचारियों को बिजली में कार्य करते समय कौन-कौन सी सावधानियां को बरतना है की बारीकियां से जानकारी देते हुए अपने अनुभव साझा किया। तपन कुमार विश्वास ने बताया कि सुरक्षा प्रबंधन में कौन-कौन से नियमों के अनुसार कार्य करना चाहिए ताकि कंपनी में कोई भी हादसा घटना या कोई दुर्घटना घटित ना हो जैसे की कंपनियों में एक लाइन समझाई जाती है कि नजर हटी और दुर्घटना घटी। धनकर ने बताया कि कंपनी में कौन-कौन से अग्निशमन यंत्र रहते हैं और बिजली के कार्य करते समय अगर कोई हादसा घटना या दुर्घटना होती है तो कौन से अग्निशमन यंत्र को कब आग बुझाने हेतु इस्तेमाल किया जाता है बारीकियां को समझाते हुए जानकारी दी। इस कार्यक्रम का आयोजन आरपी साहू महाप्रबंधक, दीपक कुमार, पिनार्की भट्टाचार्य और कर्मचारियों की उपस्थिति में किया गया और इस कार्यक्रम सफल बनाने के लिए संस्था फायर सेफ्टी डिजास्टर मैनेजमेंट इंस्टीट्यूट में प्रशिक्षण ले रहे छात्र-छात्राओं ने भी अपना सहयोग दिया।



नवागांव में हुई रात्रिकालीन कबड्डी प्रतियोगिता

जामगांव आर। ग्राम नवागांव (ब) में एक दिवसीय रात्रिकालीन कबड्डी प्रतियोगिता आयोजित किया गया। समापन समारोह में मुख्य अतिथि अशोक साहू उपाध्यक्ष ज़िप दुर्ग थे। अध्यक्षता रूपेंद्र शुक्ला महामंत्री जिला कांग्रेस ने किया। विशेष अतिथि चंद्रभान साहू सरपंच, अलीम खान युवा कांग्रेस, रेवा मंडल समाजसेवी, युवराज साहू उपसरपंच, नीलकंठ यादव, निखिल साहू थे। प्रतियोगिता में सुखरी (बालोद) की टीम रही चैंपियन, द्वितीय आमोपेंडरी (दुर्ग), तृतीय नवागांव(ब), चतुर्थ लमकेरी (रायपुर) ने खिताब जीता। इस अवसर पर महेंद्र साहू, भीषण साहू, कार्तिक टंडन, जीवधन साहू, जीवन साहू, दयानंद साहू, खिलावन ठाकुर आदि उपस्थित थे।

न्यायालय अतिरिक्त तहसीलदार भिलाई नगर नोटिस

राजस्व प्रकरण क्रमांक अ/6 वर्ष 2023-2024

प्रति, रेनुहमल आ. नारायण प्रसाद गंजपारा, दुर्ग

आवेदक अनुभूति भूषण शरण आ. चित्रगुप्त शरण साकिन कोहका द्वारा ग्राम कोहका प.ह.नं. 45 रा.नि.मं. दुर्ग स्थित भूमि स्वामी हक की भूमि ख.नं. 499/62 नया 9119 रकबा 0.014 हे. को रजिस्टर्ड बेनामा के माध्यम से दिनांक 04.09.1980 कमला देवी आपसे क्रय किया था, जिसका नामान्तरण हेतु आवेदन पत्र प्रस्तुत किया गया है, जिस पर प्रकरण न्यायालय में विचाराधीन है। उपरोक्त प्रकरण में आपकी उपस्थिति के लिए दिनांक 08.10.2024 नियत किया गया है। उपरोक्त तिथि को उपस्थित नहीं होने पर एक पक्षीय कार्यवाही किया जावेगा।

जारी दिनांक : 23.09.2024

अतिरिक्त तहसीलदार भिलाई नगर

आशवासन के बाद भी भुगतान नहीं किया प्राकृतिक आपदा राहत राशि

हरिभूमि न्यूज ►►धमधा

धमधा के प्रभावित किसानों ने प्रशासन को दिया 7 दिन का अल्टिमेटम दिया था और कहा था कि नहीं तो करेंगे अनिश्चितकालीन क्रमिक भूख हड़ताल लेकिन प्रशासन ने ध्यान नहीं दिया। ■ अनिश्चितकालीन क्रमिक भूख हड़ताल करने लिया निर्णय

इंतजार है। प्राकृतिक आपदा से प्रभावित किसानों ने 7 दिन में राहत राशि प्रदान करने का अल्टिमेटम दिया था इसके बाद भी राहत राशि का भुगतान नहीं किया गया इस पर प्रभावित किसानों ने मंगलवार 10 सितंबर को दोपहर 2 बजे किसान बंधु के बैनर तले बाबा टेक सिंह चंदेल किसान नेता के नेतृत्व में धमधा के बस स्टैंड में धरना प्रदर्शन करने का निर्णय किया था इस पर फसल को क्षति हुई थी किसानों ने आरबीसी के प्रावधान के अंतर्गत राहत राशि की मांग को लेकर अभियान चलाया था इस पर प्रशासन ने सर्वे किया था और प्रभावित किसानों की सूची बनाई गई थी दावा आपत्ति के बाद सूची को अंतिम रूप प्रदान किया गया था किंतु सभी गांवों के प्रभावित किसानों को राहत राशि का भुगतान कर देने का आश्वासन दिया था। लेकिन प्रभावित किसानों को राहत राशि का भुगतान नहीं किया गया। इससे आक्रोशित किसानों ने किसान बंधु संगठन धमधा के बैनर तले अवंती टेलका चौक में बैठक किया जिसमें किसानों ने निर्णय लिया कि यदि एक सप्ताह में प्रभावित किसानों को राहत राशि का भुगतान नहीं किया तब अनिश्चितकालीन क्रमिक भूख-हड़ताल किया जाएगा।

अघोषित बिजली कटौती से किसानों में आक्रोश

वर्षा की अनिश्चितता के कारण किसानों को सिंचाई के लिए बोर से पानी की आवश्यकता है लेकिन अघोषित बिजली कटौती के कारण किसान सिंचाई नहीं कर पा रहे हैं किसान आंदोलन के दौरान अघोषित बिजली कटौती के मुद्दे को भी प्रमुखता से उठाया जाएगा। बाबा टेक सिंह चंदेल किसान नेता , गिरिस साहू, ओमप्रकाश ठाकुर, मगनी सिन्हा, गोवा वर्मा, भुवनेश्वर नेताम , रति वर्मा, पुरषोत्तम वर्मा, रामचन्द्र सिन्हा, मनबीध मंडावी, चिताराम, कुजराम वर्मा, दादू शर्मा, हेमंत यादव, इत्यादि किसान जन उपस्थित थे। यह जानकारी किसान बंधु संगठन के सचिव यशवंत चंदेल ने दिया है।

सोनपुर के उप स्वास्थ्य केंद्र में जल्द होगी डाक्टर की नियुक्ति

हरिभूमि न्यूज ►►मिलाई

दुर्ग लोकसभा क्षेत्र के सांसद विजय बघेल की पहल से जल्द ही ग्राम पंचायत सोनपुर के उपस्वास्थ्य केंद्र में डॉक्टर उपलब्ध होगा। गांव के लोगों को जल्द ही बेहतर स्वास्थ्य सुविधा मिलेगी। इसके लिए सांसद विजय बघेल ने

■ ग्रामीणों ने सांसद विजय बघेल से की मांग, उन्होंने उनकी पहल

गया है। लेकिन स्वास्थ्य विभाग आज तक यहां चिकित्सक की व्यवस्था नहीं किया है। इस वजह से लोगों को गांव में अस्पताल होने के बाद भी इलाज नहीं मिल पा रहा है। मामले को लेकर परेशान

ग्रामीण सांसद विजय बघेल से मिलने के लिए उनके निवास पहुंचे। सांसद

पहल की है। स्वास्थ्य मंत्री और संबंधित अधिकारियों को निर्देश दिया है कि वे जल्द ही यहां ग्रामीणों की सुविधा के लिए डॉक्टर उपलब्ध कराएं।

गौरतलब है कि जनपद पंचायत पाटन क्षेत्र का ग्राम सोनपुर में वर्षों पहले लोगों को स्वास्थ्य सुविधा उपलब्ध कराने के लिए भवन बनाया गया है। उप स्वास्थ्य केंद्र का भवन बना दिया

विजय बघेल से मिलकर सरपंच गीतेश्वरी सिरमौर के साथ ग्रामीणों ने सांसद को अपनी परेशानी बताई। लोगों ने बताया कि पूर्व में लोक सुराज अभियान एवं अन्य माध्यमों से ग्राम सोनपुर में चिकित्सक की मांग की गई, लेकिन अब तक मांग पूरी नहीं हो पाई है। सांसद बघेल ने लोगों की समस्या को गंभीरता से लिया और लोगों को आश्वासन दिया

महार समाज ने किया तीज मिलन समारोह का आयोजन

हरिभूमि न्यूज ►►मिलाई

छत्तीसगढ़िया महार समाज भिलाई के तत्वावधान में महिलाओं द्वारा तीज मिलन समारोह का आयोजन सामाजिक भवन में किया गया। सर्वप्रथम महिलाओं द्वारा बाबा साहब अम्बेडकर के प्रतिमा में फूलमाला चढ़ाया गया मोमबत्ती प्रज्वलित किया गया और उमा टेंबुरकर के द्वारा संविधान की प्रस्तावना का वाचन कराया गया। कार्यक्रम में विधायक रिकेश सेन की अनुपस्थिति में उनके जनप्रतिनिधि प्रेमचंद देवांगन, विधायक प्रतिनिधि प्रशासनिक और शंकर लाल देवांगन, भाजपा के वरिष्ठ नेता उपस्थित हुए। उन्होंने महिलाओं को आगे बढ़ने और समाज के महत्व को बनाए रखने सहित महत्वपूर्ण बातें समाज के साथ साझा किया और विधायक द्वारा घोषित 5 लाख की राशि इस वर्ष मिल जाने का आश्वासन दिया जिसे समाज की निर्माण में लगाया जाएगा। कार्यक्रम की अध्यक्षता महिला अध्यक्ष कुसुम सिप्पी ने किया और संचालन लीला लाऊत्रे, सुष्मिता लाऊत्रे, गुनिता बोदेलकर, ज्योति सहारे, भानुबाई और सभी महिलाओं के सहयोग से रंगारंग कार्यक्रम गीत संगीत डांस, ग्रुप डांस खेलकूद पैप वॉक और अन्य मनोरंजन किया गया। सभी प्रतिभागी को पुरस्कृत किया गया। शिल्पा जामुकर ने पारंपरिक परिवेश में खूबसूरत नृत्य कर महिलाओं की शक्ति का परिचय दिया। निर्णायक समिति उषा लाऊत्रे, उत्तरा अंबादे और टीम के द्वारा इस वर्ष विद्या धर्मेश्वर को तीज क्वीन के ताज से नवाजा गया। कार्यक्रम में उपस्थित सभी महिलाओं को समाज के तरफ से भेंट दिया गया। समाज के द्वारा महिलाओं को सशक्त बनाने और समाज में अहम भूमिका निभाने हेतु सफलतापूर्वक दूसरे वर्ष यह कार्यक्रम रखा गया। पिछले वर्ष की तीज क्वीन उमा लाऊत्रे बनीं। इस कार्यक्रम का सफल आयोजन अध्यक्ष दीपक सहारे और समस्त पदाधिकारियों तथा उदित बोदेलकर व रितेश सिप्पी के सहयोग से किया गया।

■ कार्यक्रम में विजेता प्रतिभागियों को विधायक रिकेश ने किया पुरस्कृत

Health Town

राज-राजेश्वरी आयुर्वेदिक चिकित्सा केन्द्र

न्यूरो-पंचकर्मा चिकित्सा केन्द्र, रायपुर मो. 9039050422, 91794 55561

डॉ. के.बी. श्रीनिवास राव

INTL Ayurvedic Consultant

राज्य अलंकरण अवार्ड से सम्मानित

● स्लीप डिस्क, आर्थराइटिस ● Back Pain, सायटिका ● जोड़ों में दर्द, मांसपेशियों में दर्द

● जकड़न (Stiffness) व नशों का दबना ● टेंडन एवं लिगामेंट इंजरी ● सर दर्द, पॅरालिसिस ● स्पाइलाइटिस ● गठिया रोग

१. अशोक विहार, स्ट्रीट नंबर ५, सरस्वती जल मिल के सामने, भंडी गेट के सामने, पंडरी रायपुर। १. मनसा वैद्यर्ष, कल्याण हॉस्पिटल के पीछे, खितासपुर रोड, फाफाडी रायपुर।

विज्ञापन हेतु संपर्क करें: 0771- 4242213, 7987119756, 9303508130

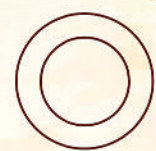
मिलाई का, मिलाई से, मिलाई के लिए समर्पित...

24

सितंबर



H a p p y B i r t h d a y



H a p p y B i r t h d a y



समझ प्रेम वरिष्ठ...श्रेष्ठ शिष्ट वशिष्ठ...
प्रीत रीत परणिति...नियत नीति राजनीति...

**वशिष्ठ नारायण
मिश्रा जी**

**को जन्मदिन की हार्दिक बधाई एवं
शुभकामनाएं।**

जन - जन के लोकप्रिय

मिलाई नगर निगम के पांच बार के निर्वाचित निर्दलीय पार्षद

संपर्क सूत्र - 91099 65636



विद्यार्थियों और कर्मचारियों को सिखाया आत्मरक्षा के गुर

लाइव इवेंट

महतारी वंदन से महिलाएं हो रही हैं सशक्त : कोर्सेवाड़ा



दुर्ग। राष्ट्रीय पोषण माह के अंतर्गत बेटी बचाओ बेटी पढ़ाओ को लेकर सिरसा खुर्द में कार्यक्रम का आयोजन किया गया। कार्यक्रम में मुख्य अतिथि अहिवारा विधायक डोमनलाल कोर्सेवाड़ा थे। इस अवसर पर जिला बाल

प्रतिभावान बेटीयों का किया सम्मान

कार्यक्रम में कक्षा 12वीं में छातीसगढ़ में 10वां स्थान व दुर्गा समान में प्रथम स्थान प्राप्त बालिका भावना साहू को सम्मानित किया गया। पोषण तथा बेटीयों के सुरक्षा जागरूकता बढ़ाने हेतु पोषण व बेटी बचाओ बेटी पढ़ाओ रेली निकाली गई। किशोरी बालिकाओं द्वारा रंगोली व ड्राइंग के माध्यम से पोषण संदेश दिया गया। इसके साथ ही महिलाओं के लिए कुर्सीदौड़ का आयोजन भी किया गया। विजेता प्रतिभागियों को रंगोली में प्रथम इनाम से, द्वितीय रामेश्वरी व त्रितीय रतीया रही। कुर्सी दौड़ में माधवी ठाकुर प्रथम, आशा बंखेर द्वितीय, तुलेश्वरी तृतीय पुरस्कार प्रदान किया।

व्यंजनों की लगाई गई प्रदर्शनी

आंगनबाड़ी कार्यकर्ताओं ने रेडी टू ईट से बनने वाले व्यंजनों का प्रदर्शनी लगाई। कोर्सेवाड़ा ने कहा कि जनता तक योजनाओं को पहुंचाना हमारी प्राथमिकता है। महतारी वंदन योजना के माध्यम से महिलाएं सशक्त एवं आत्मनिर्भर हो रही हैं। जिला पंचायत की अध्यक्ष पुष्पा यादव, सरपंच संतोष निषाद ने भी अपनी बात रखी। कार्यक्रम में विशेष रूप सुशीला साहू, रजनी साहू, लक्ष्मी कुमकार, मोहन गौतम, शीतल साहू, हरिओम कुमकार, गुलाब साहू, वेद साहू, निरधर देवमुख आदि उपस्थित थे।

सिटी इवेंट

विहिप की मांग, गैर हिन्दुओं का गरबा पंडाल में प्रवेश वर्जित हो



भिलाई। विश्व हिंदू परिषद बजरंग दल ने सेवा सुरक्षा संस्कार की भाव को लेकर हिंदू की अस्थाओं के साथ खिलवाड़ करने वाले गरबा आयोजनों को लेकर एक बड़ा फैसला लिया है। संस्था ने इसे लेकर जिला प्रशासन से मांग की है कि गैर हिंदुओं को गरबा आयोजन स्थलों में प्रवेश नहीं दिया जाए। यदि प्रशासन या आयोजन समितियां इसमें हिलाई देती हैं, तो विहिप-बजरंग दल मोर्चा संभालेगा। संस्था सदस्यों ने कहा कि बार-बार देखा जाता है कि हिंदू आस्थाओं के साथ गरबा

- जिला प्रशासन को ज्ञापन सौंपकर उदाई मांग, हिलाई दिखी तो विहिप संभालेगा मोर्चा

पंडालों में अश्लील गाने, अश्लील कपड़े और लव जिहाद को बढ़ावा दिया जाता है। कई घटनाएं ऐसे धार्मिक आयोजनों में सामने आ चुकी हैं। बजरंग दल ने निश्चय लिया है कि इस बार गैर हिंदू द्वारा गरबा संचालन व कार्यक्रम पूर्णतः प्रतिबंधित रहेगा। कोई भी गैर हिंदू गरबा कार्यक्रम में नहीं जा सकेगा। बजरंग दल ने पंडालों में झांकी व मूर्ति पूजन पूर्णतः निःशुल्क रखने की भी अपील की है। ज्ञापन सौंपने वालों में प्रांत प्रमुख निलेश शर्मा, राकेश रामलोचन तिवारी, रामेश्वरी साहू, लक्ष्मी निषाद, मनीष बुचासिया, सौरभ देवांगन, सुनील वैष्णव, नीरज सिंह राठौर सहित अन्य शामिल थे।

दिव्यांग महिला को तुरंत मिली बैसाखी

भिलाई। दिव्यांग महिला डी. लक्ष्मी वार्ड 19 सुपेला भिलाई निवासी को बैसाखी की आवश्यकता थी। उसने सोमवार को ही आयुक्त बजरंग दुबे के समक्ष बैसाखी की मांग रखी। उसका कहना कि पुरानी बैसाखी टूट गई है। चलने में परेशानी हो रही है। आयुक्त बजरंग दुबे ने निगम के समाज कल्याण विभाग के अधिकारी

अजय शुक्ला से तुरंत बैसाखी की व्यवस्था करने कहा। निगम के समाज कल्याण विभाग द्वारा एक घंटे के अंदर दिव्यांग महिला को बैसाखी उपलब्ध करा दी गई। डी लक्ष्मी का कहना था कि मुझे उम्मीद नहीं थी कि आज ही मुझे बैसाखी मिल जाएगी। आयुक्त ने मेरी सुन ली, मैं अब नई बैसाखी लेकर अपने घर जा रही हूँ।

● जैन भवन सेक्टर-6 में पूरे दिन चला कार्यक्रम, वात्सल्य भोज का भी आयोजन

जैन समाज की सामूहिक क्षमा याचना, बुजुर्गों को किया सम्मानित, मार्मिक दृश्यों के बीच छलके आंसू

दिगंबर जैन समाज का पर्युषण पर्व सामूहिक क्षमा याचना के साथ समाप्त हो गया। इस दौरान समाज के लोगों ने हर किसी से जाने-अजाने में हुई गलतियों की माफी मांगी। जैन भवन में आयोजित कार्यक्रम में बुजुर्गों के पैर छूकर उनका आशीर्वाद प्राप्त किया। इस बीच कई पुराने मित्र, नाते, रिश्तेदार भी मिले, उनसे गलतियों की माफी मांगी। इस बीच लोगों के आंसू छलक पड़े। अपने गलतियों को दोबार नहीं करने का भी भरोसा लोगों ने दिलाया। इस अवसर पर उपवास करने वाले साधक-साधिकाओं को सम्मानित किया गया। साथ ही वात्सल्य भोज का आयोजन किया गया।

भिलाई। विश्व मैत्री दिवस के साथ 85 बुजुर्गों के चरण वंदन करते हुए हीरक जयंती और सम्मान समारोह का आयोजन हुआ। त्रिवेणी जैन तीर्थ में जैन मिलन जैन ट्रस्ट, महिला क्लब और सकल जैन समाज के तत्वावधान में कार्यक्रमों का आयोजन किया गया।

सामूहिक क्षमा याचना पर्व को विश्व मैत्री दिवस के रूप में मनाया गया। कार्यक्रम की शुरुआत मंगलाचरण के साथ हुई। मंगलदीप प्रज्वलन जैन मिलन के अध्यक्ष मुकेश जैन और समिति के सदस्यों ने किया। इस अवसर पर बच्चों के खेलकूद, महिलाओं के लिए म्यूजिकल चेंबर रस और बुजुर्गजनों की कुर्सी दौड़, चम्मच दौड़ आदि कार्यक्रमों का आयोजन किया गया। दोपहर बाद सांस्कृतिक कार्यक्रम भी हुए। बुजुर्गजनों का अभिनंदन किया गया। जैन मिलन एवं त्रिवेणी बहुमंडल महिला समिति समिति के सदस्यों ने बुजुर्गों के चरण धोकर चरण स्पर्शकिया। तिलक लगाकर गांधी टोपी धारण कर शॉल पहनते हुए श्रीफल देकर स्मृति चिह्न भेंट किया। बुजुर्गजनों के सम्मान में आयोजित इस कार्यक्रम के दौरान कई बुजुर्गों के आंसू छलक पड़े। समाज के प्रदीप बाकलीवाल ने बताया कि हम सभी को अपने बड़े-बुजुर्गों का विशेष ध्यान रखना चाहिए। इस संदेश के साथ ही यह कार्यक्रम आयोजित किया गया। कार्यक्रम के दौरान अध्यक्ष मुकेश जैन, संजय चतुर, जिनंद्र जैन, भागचंद जैन, संजीव जैन, अनुपम जैन आदि मौजूद थे।



वात्सल्य भोज का भी आयोजन

समा में विश्व मैत्री दिवस पर अध्यक्ष मुकेश जैन ने क्षमा मांगते हुए कहा कि जैन मिलन के द्वारा यदि प्रत्यक्ष अप्रत्यक्ष रूप से मुझे कोई गलती हो तो मैं क्षमा प्रार्थी हूँ। संजय चतुर ने भी सभी से क्षमा याचना करते हुए कहा कि जैन मिलन की अंतिम कार्यकाल में यदि कोई गलती हो गई हो तो मैं क्षमा प्रार्थी हूँ। समाज के अन्य प्रमुख पदाधिकारियों ने भी क्षमा मांगी। इस अवसर पर वात्सल्य भोज का आयोजन किया गया। इसमें जैन समाज के अन्य समाज के प्रतिनिधि भी शामिल हुए।

फैंसी ड्रेस व डांडिया भी हुए

इस अवसर पर 10 लक्ष्मण में उपवास करने वालों का भी अभिनंदन किया गया। भाव्यशाली परिवार का झा निकाल गया, जिसमें भाव्यशाली परिवार पुरवा बांदा के मनोरमा जैन सहित 14 परिवारों को प्राप्त हुआ। इसके बाद सांस्कृतिक कार्यक्रमों की शुरुआत हुई। इसमें मेहंदी, रंगोली, निबंध प्रतियोगिता, भजन, एकल नृत्य, धार्मिक तंबोला, फैसी ड्रेस, डांडिया, अंतःक्षरी जैसे खेलों का आयोजन किया गया। सांस्कृतिक कार्यक्रम में शामिल होने वाले प्रतिभागी सम्मानित किए गए।



मुमुक्षु आत्माश्री अरिहंत 23 नवंबर को रायपुर में लेंगे दीक्षा



दुर्गा। ऋषभदेव परिसर में मुमुक्षु आत्माश्री अरिहंत बुरड़ का अभिनंदन किया गया। अभिनंदन समारोह साध्वी डॉ. सुमंगल प्रभा, साध्वी श्री दर्शन प्रभा सहित अन्य साध्वी मंडल के सान्निध्य में हुआ। अरिहंत बुरड़ आगामी 23 नवंबर को रायपुर में गुरुदेव विनय कुशल बगिया में विराग मुनि के पास जैन भगवती दीक्षा संपन्न होगी। साध्वी डॉ. सुमंगल प्रभा एवं साध्वी दर्शन प्रभा ने धर्म समा में कहा कि पुण्य आत्मा ही संयम जीवन जीने का पुरुषार्थ कर सकती है। हमें अपने जीवन में संयमी आत्मा बनने हेतु लगातार पुरुषार्थ करना चाहिए। संयम साधना के मार्ग पर गुरु भगवंत के अनंत उपकार होते हैं और उनकी कृपा दृष्टि से ही यह मार्ग प्रशस्त होता है। वे माता-पिता धन्य हैं, जिनकी कुक्षी से मोक्ष मार्ग आत्मा ने जन्म लिया है। साध्वी श्री ने कहा अरिहंत चले अरिहंत मार्ग पर ज्ञान-ज्ञान दर्शन, चरित्र, तप की अनमोल साधना है। संयम यात्रा इस यात्रा का योग बहुत ही विरले लोगों को मिलता है। बैरागी अरिहंत के सम्मान में श्रवण संघ महिला मंडल शांति विजय महिला मंडल, सुधर्म महिला मंडल एवं साधु मार्गी महिला मंडल ने अलग-अलग भक्ति गीतों से बैरागी का अभिनंदन किया। इसी क्रम में अलग-अलग जैन संघों के पदाधिकारी ने शाल श्रीफल एवं अभिनंदन पत्र से बैरागी अरिहंत का तिलक लगाकर अभिनंदन किया, जिनमें श्रमण संघ परिवार मुतिपूजक संघ साधुमार्गी समरथ सुधर्म परिवार के सदस्यों ने अभिनंदन पत्र से सम्मानित किया। कार्यक्रम का संचालन विधि लोढ़ा ने किया। इस अवसर पर मदन बाई, शांकर देवी, मदनलाल, प्रवीण कुमार, सुरेश श्रीपाल, हरीश कुमार, आनंद कुमार प्रमुख रूप से मौजूद थे।

ओजोन की परत को सहेजने पर्यावरण में संतुलन जरूरी, इसलिए पौधे लगाएं



भिलाई। जय बालाजी इण्डस्ट्रीज लिमिटेड रसमड़ा में अंतराष्ट्रीय ओजोन परत संरक्षण दिवस मनाया गया। इस अवसर पर फलदार और छायादार पौधे रोपे गए। 50 से ज्यादा पौधे लगाए गए। कार्यक्रम में ओजोन परत एवं पर्यावरण संरक्षित रखने का संकल्प लिया या। महाप्रबंधक ने बताया कि वृक्षों की कटाई एवं क्लोरो-फ्लोरो कार्बन की अधिकता के कारण ओजोन परत को नुकसान पहुंच रहा है। इसकी वजह से

स्कैनर फैसल, आंखों की बीमारियां और स्वास्थ्य पर लगातार दुष्प्रभाव पड़ रहा है। जलवायु परिवर्तन में भी यह एक बड़ा कारण है। अगर इस समस्या का समाधान जल्द से जल्द नहीं किया गया, तो यह एक भयंकर विनाश का कारण बन जाएगा। उन्होंने अपील की कि पर्यावरण को सहेजने के लिए हम सभी को आगे आकर प्रयास करने की जरूरत है। अभी से इसकी शुरुआत जरूरी है।

शंकराचार्य कॉलेज के वाणिज्य विभाग का आयोजन, किया जा रहा प्रयोग

30 घंटे की मैराथन कार्यशाला...क्योंकि स्टूडेंट्स में किताबी ज्ञान के साथ व्यवहारिक ज्ञान जरूरी

कार्नर न्यूज

भिलाई। श्री शंकराचार्य महाविद्यालय के वाणिज्य विभाग ने लगातार तीस घंटों की मैराथन कार्यशाला का आयोजन किया।

अपने तरह के इस प्रयोग का उद्देश्य विद्यार्थियों को किताबी ज्ञान के अलावा व्यवहारिक ज्ञान देना था। कार्यक्रम का शुभारंभ सरस्वती वंदना एवं अतिथियों के स्वागत से हुआ। विभागाध्यक्ष डॉ. अनिता पाण्डेय ने कार्यक्रम के उद्देश्यों के बारे में बताया। प्राचार्या डॉ. अर्चना झा ने कहा कि अपने विद्यार्थियों को किताबी ज्ञान के साथ-साथ व्यवहारिक ज्ञान देने के उद्देश्य से इस तरह की कार्यशालाओं का आयोजन किया जाता है। ताकि हमारे विद्यार्थियों का ज्ञान वास्तविकता से भरा हो और उनका भविष्य सुनहरा हो।



पौधे देकर अतिथियों का स्वागत, सहेजने दिलाया संकल्प

फैकेल्टी कॉन्फेरेन्स डॉ. अनिता पाण्डेय ने महाविद्यालय की परम्परा अनुसार पौधे से मुख्य वक्ता का स्वागत किया। वरिष्ठ प्राध्यापक डॉ. सुबोध द्विवेदी, डॉ. केके श्रीवास्तव, डॉ. एसके श्रीवास्तव ने भी कार्यक्रम को सफल बनाने में अपना महत्वपूर्ण योगदान दिया। अतिथियों को पौधे भेंट स्वरूप देने के साथ उनकी देखभाल का भी संकल्प दिलाया गया। बता दें कॉलेज प्रबंधन द्वारा पिछले कुछ समय से अतिथियों का स्वागत पौधे कर रहा है। साथ ही पर्यावरण संरक्षण का संदेश दे रहा है। अकादमिक डीन डॉ. जे. दुर्गा प्रसाद राव ने विद्यार्थियों से कहा कि उनके भावी जीवन में डिग्री से ज्यादा व्यवहारिक ज्ञान महत्वपूर्ण है। क्योंकि वही सफलता की सीढ़ी है। अतः इस पांच दिवसीय कार्यशाला द्वारा 'जीएसटी पाठ्यक्रम के व्यवहारिक ज्ञान को आत्मसात करें। कार्यक्रम का संचालन कार्यक्रम के प्रथम सत्र के मुख्य वक्ता मनीष पाण्डेय ने किया।

विद्यार्थियों ने जाना लेखांकन में जीएसटी का महत्व

मनीष पांडेय ने जीएसटी का परिचय देते लेखांकन में जीएसटी के महत्व को समझाया तथा पावर पॉइंट के माध्यम से जीएसटी आवक (सेटआफ) को विस्तार से समझाया। द्वितीय सत्र की वक्ता जया सोनकर ने विषय को आगे बढ़ाया। वरिष्ठ प्राध्यापक डॉ. सुनील कुमार श्रीवास्तव ने संचालन किया। इस अवसर पर अन्य वरिष्ठ प्राध्यापक डॉ. सुबोध द्विवेदी, डॉ. केके श्रीवास्तव, पद्म श्री एवं गगन मनोद आदि उपस्थित थे। इस कार्यशाला में प्रथम दिन कुल 103 विद्यार्थियों ने अपनी उपस्थिति दी।

सिटी इवेंट

मुक्तकंठ साहित्य सम्मान से नवाजे गए समाजसेवी कैलाश



भिलाई। सेक्टर 10 काफी हाउस में मुक्तकंठ साहित्य समिति द्वारा आयोजित विशेष कार्यक्रम में मुक्तकंठ सम्मान 2024 का सम्मान कैलाश बरमेचा को प्रदान किया गया। वे एक समाजसेवी होने के साथ कथाकार, लेखक, साहित्यकार भी हैं। कार्यक्रम की अध्यक्षता समिति के संस्थापक और अध्यक्ष गोविंद पाल ने की। आयोजन में संरक्षक नरेंद्र सिक्केवाल, ऊर्दू और हिंदी के शायर, कथाकार, बाल साहित्यकार डॉ. रौनक जमाल, रजनीकांत श्रीवास्तव आदि उपस्थित थे। सम्मान पत्र का वाचन समिति के कोषाध्यक्ष साहित्यकार प्रकाश चन्द्र मंडल ने किया। इसके बाद कार्यक्रम का संचालन कर रहे मुक्तकंठ साहित्य समिति के उपाध्यक्ष अलोक कुमार चंदा ने मंचस्थ अतिथियों का स्वागत शाल श्रीफल व पुष्प गुच्छ से उपस्थित रचनाकारों से करवाया।

स्पोर्ट्स लाइव

सेंट्रल जोन दिव्यांग क्रिकेट टी-20 टूर्नामेंट 25 सितंबर से

भिलाई। छत्तीसगढ़ दिव्यांग क्रिकेट एसोसिएशन से संबद्ध डिफरेंटली एबलड क्रिकेट कॉन्सिल ऑफ़ इंडिया (डीसीसीआई) संस्था द्वारा छत्तीसगढ़ के दिव्यांग खिलाड़ियों के लिए टूर्नामेंट आयोजित करने जा रहा है। एसोसिएशन के अध्यक्ष डॉ. अरुण कुमार श्रीवास्तव के नेतृत्व में पहली बार यह प्रतियोगिता भिलाई में होने जा रही है। 25 से 29 सितंबर तक सेक्टर 01 ग्राउंड में प्रतियोगिता का आयोजन किया जाएगा। सेंट्रल जोन दिव्यांग क्रिकेट T-20 टूर्नामेंट की ट्रॉफी का केंद्रीय मंत्री नितिन गडकरी कर चुके हैं। टूर्नामेंट में सेंट्रल जोन से विदर्भ, उत्तर प्रदेश, राजस्थान, मध्यप्रदेश, उत्तराखंड और छत्तीसगढ़ की टीमें भाग लेंगी। लगभग 100 खिलाड़ी प्रतियोगिता खेलेंगे। इस टूर्नामेंट में अंतरास्ट्रीय और राष्ट्रीय स्तर के क्रिकेट खिलाड़ी हिस्सा ले रहे हैं।



- सेक्टर-1 खेल मैदान में होंगे मैच, 100 से ज्यादा खिलाड़ी लगे भाग

चैम्पियनशिप के लिए क्वालीफाई मैच 30 को चौथे नेशनल फिजिकल डिसेबिलिटी क्रिकेट टूर्नामेंट उदयपुर 2024 में क्वालीफाई करने के लिए 30 सितंबर को दो क्वालीफायर का आयोजन छत्तीसगढ़ दिव्यांग क्रिकेट एसोसिएशन के द्वारा किया जा रहा है। इसमें साउथ जोन से पुडुचेरी और सेंट्रल जोन से उत्तराखंड, इस्ट जोन से झारखंड और सेंट्रल जोन से छत्तीसगढ़ के बीच क्वालीफायर मैच खेला जाएगा। विजेता टीम नेशनल के लिए क्वालीफाई करेगी। डीसीसीआई के कन्वेनर धीरज हरडे ने बताया कि भारत में दिव्यांग क्रिकेट के विकास में अदूर भागीदारी, समर्थन और मार्गदर्शन आईसीसी अध्यक्ष जय शाह का आभार है। उनके कारण इस क्रिकेट को नई पहचान मिली है। यह टूर्नामेंट छत्तीसगढ़ दिव्यांग क्रिकेट एसोसिएशन के लिए एक महत्वपूर्ण उपलब्धि है।

समाज इवेंट

माता-पिता की सच्ची सेवा कर उन्हें तृप्त करना ही तर्पण: डॉ. आर्य



भिलाई। आर्य समाज सेक्टर 6 भिलाई में पितृ पक्ष पर विशेष सत्संग का आयोजन किया गया। इस दौरान आचार्य अंकित शास्त्री के नेतृत्व में वेद मंत्रों का उच्चारण कर प्रवीण गुप्ता मधु गुप्ता प्रमिला सरपाल, जवाहर लाल सरपाल ने हवन में आहुति दी। छत्तीसगढ़ प्रांतीय आर्य प्रतिनिधि सभा के मंत्री अक्वी भूषण पुरंग ने सभी अतिथियों का स्वागत किया। कार्यक्रम को संबोधित करते हुए आचार्य डॉ. अजय आर्य ने कहा कि जो सत्य को धारण करे वह श्रद्धा है। जीवित माता-पिता की श्रद्धापूर्वक सेवा करना ही श्राद्ध कहलाता है। माता-पिता को अपने सत्कर्मा से तृप्ति करना ही तर्पण है। पांच महायज्ञ ब्रह्मयज्ञ, देवयज्ञ, पितृयज्ञ, बलिवैश्व देव यज्ञ, अतिथि यज्ञ है। श्रद्धा और तर्पण पितृ यज्ञ के अंग हैं। गीता की भाषा में स्वामी समर्पण आनंद ने लिखा है कि संसार में दो तरह का अभिमान है एक सच्चा और दूसरा झूठा। झूठ का अभिमान है कि मैं इस उच्च कुल में पैदा हुआ हूँ इसलिए मैं श्रेष्ठ और उच्च हो गया। सच्चा अभिमान यह है कि मैं ब्राह्मणों के ब्रह्म जानने वालों वेदनिष्ठ, तपस्वी, कुल में पैदा हुआ हूँ इसलिए मैं भी वचस्वी, तेजस्वी, तपस्वी और ज्ञानी बनूंगा। श्रद्धापूर्वक मन में प्रतिष्ठा रखकर, विद्वान, अतिथि, माता-पिता, आचार्य आदि की सेवा करने का नाम श्राद्ध है। स्वामी विवेकानंद सरस्वती कहते थे कि हमारे आश्रम में चाय नहीं बनेगी यह नियम उनके गुरु के द्वारा बनाया गया था। इसलिए आज भी आश्रम में चाय नहीं बनती है। जिस दिन चाय बन जाएगी उसे दिन गुरु की मृत्यु होगी। वे मानते थे कि कोई भी व्यक्ति परिवार में तब तक जीवित रहता है जब तक उसका मान सम्मान जीवित रहता है। बेटा, बेटी ,बहू जब माता-पिता और घर के बुजुर्गों की पूछ परख करते हैं साथ ही वे इस बात की चिंता करते हैं कि किस बात से उन्हें प्रसन्नता होगी और किस बात से उन्हें दुःख होगा तो उस घर में बुजुर्ग लोग काफी समय तक जीवित रहते हैं। आप कब तक जीवित रहते हैं यह बहुत महत्वपूर्ण नहीं है। कई लोग तो घरों में मरने से पहले मर जाते हैं। इसलिए जीवित रहने के लिए बच्चों को संस्कार दें। पृत-सपूत तो क्यों धन संचय। पृत कपूत क्यों धन संचय। जिन घरों में संस्कार सद्भाव है उन घरों के बुजुर्ग वृद्ध आश्रम में नहीं रहते हैं।

तीज मिलन समारोह में सांसद, विधायक और महापौर ने तीजहारिनों को दी शुभकामनाएं

पारंपरिक वेशभूषा में छत्तीसगढ़ी नृत्यों की दी आकर्षक प्रस्तुति, तीजहारिनों को मिला उपहार

भिलाई। मार्शलिंग यार्ड चरोदा में छत्तीसगढ़ प्रदेश के प्रमुख त्योहार तीजा-पोला के अवसर पर होने वाले तीजा परिवारिक मिलन समारोह का भव्य आयोजन सांस्कृतिक भवन में किया गया। कार्यक्रम के दौरान खेलकूद के साथ कलाकार संतोष कुरे की टीम ने नृत्य की आकर्षक प्रस्तुति दी। लगभग 300 महिलाओं द्वारा सुंदर सांस्कृतिक कार्यक्रम नृत्य, गायन व केटवाक किया गया। कार्यक्रम के मुख्य अतिथि सांसद विजय बघेल थे। अध्यक्षता डोमनलाल कोर्सेवाड़ा ने की। विशेष अतिथि के रूप में महापौर निर्मल कोसरे के साथ सभी रेलवे यूनियन व एसोसिएशन के प्रमुख पदाधिकारी उपस्थित थे। कार्यक्रम में महिलाओं के लिए खेलकूद, सांस्कृतिक कार्यक्रम, सोलह श्रृंगार सहित अन्य आयोजन किए गए। प्रतियोगिताओं में विजेताओं को अतिथियों द्वारा पुरस्कृत किया गया। आयोजन में छत्तीसगढ़िया रेलवे कर्मचारी अधिकारी संगठन के बिलासपुर जोन से सभी सदस्य परिवार सहित शामिल हुए।

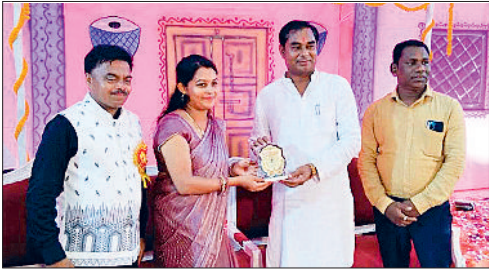


तीजहारिनों को दिया सुहाग का सामान

कार्यक्रम को संबोधित करते हुए मुख्य अतिथि सांसद विजय बघेल ने संगठन के पदाधिकारियों को आयोजन के लिए बधाई देते हुए समाज में सहयोग देने की बात कही। इस दौरान सांसद पत्नी रजनी बघेल को महिला प्रकोष्ठ का संरक्षक बनाया गया, साथ ही सोलह श्रृंगार में तीज कवीं को पुरस्कृत किया गया। अध्यक्षता करते हुए विधायक डोमनलाल कोर्सेवाड़ा ने कहा कि ऐसे कार्यक्रम में आकर हम सभी को नया ऊर्जा मिलता है और पारम्परिक धरोहर व संस्कृति को ऐसे आयोजन से ही बढ़ावा मिलता है। विशिष्ट अतिथि महापौर निर्मल कोसरे ने सभी तीजहारिन बहनों को सुहाग सेट वितरण किया और अगले साल सभी को साड़ी देने का वादा करने के साथ ऐसे सर्वसमाजिक कार्यक्रम का होना समाज के लिए महत्वपूर्ण बताया। इस दौरान मजदूर कांग्रेस के संयोजक डी विजय, मनोज वर्मा, श्रमिक यूनियन से मण्डल पदाधिकारी मिलाप साहू, मलय सौल, मजदूर संघ से राष्ट्रीय महामंत्री मंगेश देशपांडे, जोगल महामंत्री संतोष पटेल , कोमल साहू, ओ बी सी असोसिएशन से मण्डल अध्यक्ष प्रसाद राव, सचिव बी तुलसी राव उपस्थित थे। कार्यक्रम संचालन रामेश्वरी साहू व नीता साहू ने किया।



विजेता हुए पुरस्कृत



कार्यक्रम में महिलाओं के दौड़ में प्रथम भूतेश्वरी, द्वितीय ललीता नायक, तृतीय दिनेश्वरी, मटका फोड में प्रथम श्रद्धा सिन्हा, द्वितीय मेघा बरेठ, चम्मच दौड़ में लक्ष्मी यादव, द्वितीय भानुवाई रावते, तृतीय दामिनी चौहान , प्रथम दिनेश्वरी यादव, द्वितीय सकून निर्मलकर , तृतीय दिनेश्वरी साहू रही। पुरस्कार वितरण सहायक विद्युत अभियंता राजीव सोनी, सौनियर सेवशन इंजीनियर बी एस बेलचंदन, पी के बिसरा, युवराज वर्मा, पुष्पक बंजोर, कनिष्ठ इंजीनियर संजय साहू, रामनाथ राज ने किया। आयोजन में मण्डल अध्यक्ष तीजराम वर्मा, मण्डल प्रमारी संधीप साहू, मण्डल सचिव हितेंद्र बेलचंदन, चेतन साहू, रूपेश वर्मा, मनोज सिन्हा, लक्ष्मी साहू, विमल सिन्हा, प्रमोद, सोहन, प्रदीप कश्यप, कमलेश सिन्हा बी के देवांगन, राजेश निषाद सहित अन्य सामाजिक महिलाओं ने सहयोग किया।

जागरुकता

विद्यार्थियों और कर्मचारियों को सिखाया आत्मरक्षा के गुर



भिलाई। विद्यार्थियों और कर्मचारियों को हिंसा को खिलाफ सशक्त बनाने के उद्देश्य से आयोजन क्रिश्चियन कॉलेज ऑफ़ इंजीनियरिंग एंड टेक्नोलॉजी (सीसीईटी) की महिला प्रभाग द्वारा आयोजित किया गया। कराटे में राष्ट्रीय कांस्य पदक प्राप्त प्रशिक्षक पुष्पा बंजारे के नेतृत्व में प्रशिक्षण कार्यक्रम रोकथाम, शिक्षा और व्यावहारिक आत्मरक्षा तकनीकों को सिखाया गया। कार्यक्रम का मुख्य उद्देश्य हिंसा की रोकथाम रणनीतियों के बारे में जागरूकता बढ़ाना और प्रतिभागियों को विभिन्न स्थितियों में खुद का बचाव करने के कौशल से युक्त करना था। पुष्पा बंजारे ने आत्मरक्षा तकनीकों की एक श्रृंखला का प्रदर्शन कर व्यक्तियों को संभावित खतरों से बचने और आत्मविश्वास के साथ सुरक्षित रहने की जानकारी दी। उन्होंने विद्यार्थियों को चुनौतीपूर्ण परिस्थितियों का जवाब देकर अपनी क्षमताओं व आत्मविश्वास को महसूस कर सही समय में निर्णय क्षमता को परखने की जानकारी दी। इस अवसर पर रेक्टरन फादर डॉ. पी एस वर्गीस, कार्यकारी उपाध्यक्ष ने सभी प्रतिभागियों को आत्मरक्षा तकनीकों के बारे में जागरूक होने पर जोर दिया। प्रिंसिपल डॉ. दीपाली सोरेन ने कहा कि बुनियादी आत्मरक्षा कौशल सीखने से विद्यार्थियों और कर्मचारियों में आत्मविश्वास काफी बढ़ सकता है। कार्यक्रम का समापन महिला प्रभाग की समन्वयक डॉ. सुधा सिंह द्वारा आभार व्यक्त कर किया गया। कार्यक्रम का संचालन कंप्यूटर विज्ञान इंजीनियरिंग विभाग की सहायक प्राध्यापिका लिंसी मेंडोंजा ने किया।

सीसीईटी ने विद्यार्थियों और कर्मचारियों के लिए आत्मरक्षा प्रशिक्षण कार्यक्रम का आयोजन

अखिल भारतीय गीत, संगीत एवं नृत्य प्रतियोगिता का रंगारंग समापन

भरतनाट्यम, कुचिपुड़ी व ओडिशी नृत्यों ने मोहा सबका मन, गायन में राग मंजरी का रहा दब्बदब्बा

कार्नर न्यूज़

भिलाई। एसएनजी विद्या भवन सेक्टर 4 के ऑडिटोरियम में केरला समाजम के तत्वावधान में आयोजित 17 वीं अखिल भारतीय संगीत, नृत्य एवं छत्तीसगढ़ी लोक नृत्य प्रतियोगिता का रंगारंग समापन विजेताओं को पुरस्कृत कर किया गया। इस आयोजन में क्लासिकल डांस कैटेगरी के अंतर्गत भरतनाट्यम, मोहिनी अट्टम, कुचिपुड़ी, ओडिशी, कथक सिनेमेटिक एवं फोक डांस कैटेगरी में प्रतिभागियों ने आकर्षक प्रस्तुति दी। 18 सितंबर से पांच दिनों तक चली इस प्रतियोगिता में हिस्सा लेने वालों को पांच समूहों सब-जूनियर, जूनियर, सीनियर, आपन एज तथा ड्युप्ट में बांटा गया था। गायन में नवीन शासकीय संगीत महाविद्यालय, दुर्गम गुप राग मंजरी का प्रदर्शन उत्कृष्ट रहा। प्रतियोगिता में विभिन्न राज्यों छत्तीसगढ़, महाराष्ट्र, आंध्रप्रदेश, केरल, कर्नाटक, उत्तरप्रदेश और ओडिशा के कलाकारों ने अपने-अपने राज्य की सख्ख लोककला और संस्कृति को प्रस्तुत किया था।



संगीत महाविद्यालय, दुर्गम रहा प्रथम

पेट्रियोटिक सख्ख गान, सिनेमेटिक गीत (सोलो) तथा लोकगीत प्रस्तुति में पेट्रियोटिक गुप सांग में नवीन शासकीय संगीत महाविद्यालय दुर्गम के गुप राग मंजरी को प्रथम स्थान प्राप्त हुआ। आपन-एज गुप के सिनेमेटिक गीत (सोलो) में महाविद्यालय के छात्र तपन कुमार नाथ ने प्रथम पुरस्कार अपने नाम किया। इसी कैटेगरी में दो अन्य छात्र सीमा निषाद एवं जगदीश बामनिया को विशेष प्रोत्साहन पुरस्कार प्राप्त हुआ। इसके अलावा सीमा निषाद एवं पुष्पा आर्या को लोकगीत कैटेगरी में भागीदारी के लिए सर्टिफिकेट एवं शील्ड प्रदान किया गया। इस गुप को उत्तम कुमार साहू के मार्गदर्शन में प्रशिक्षित किया गया था। गुप में जीवनंदन कुमार वर्मा, ऋषभ कुमार साहू, राधा कौशल तथा गिटार वादक कल्याण सिंह एवं तबला वादक गौतम श्रीवास्तव भी शामिल थे।

क्लासिकल डांस की मनभावन प्रस्तुति

इंद्रधनुषी छटा के बीच हुए रंगारंग कार्यक्रम में क्लासिकल डांस कैटेगरी के अंतर्गत भरतनाट्यम, मोहिनी अट्टम, कुचिपुड़ी, ओडिशी, कथक सिनेमेटिक एवं फोक डांस कैटेगरी में फिल्मी गानों की धुन पर नृत्य, रेमी क्लासिकल डांस, फोक डांस तथा थिरुवाथिरा, ओप्पन्ना, मार्गमकली, गुजराती, मराठी, पंजाबी, असमी और भोजपुरी नृत्य की मनभावन प्रस्तुति दी गई। इसके अलावा म्यूजिक कैटेगरी में हिंदुस्तानी लाइट म्यूजिक, हिंदुस्तानी क्लासिकल, कर्नाटक क्लासिकल, फिल्मी गाने (सोलो), लोकगीत, पेट्रियोटिक एवं इंस्ट्रुमेंटल गीत मधुर स्वर में पेश किए गए।



ज्योतिष

एक साल बाद सूर्य करेंगे मंगल में प्रवेश, इन राशियों की बल्ले-बल्ले



ज्योतिष में सूर्य ग्रह को आत्मा का कारक कहा गया है। साथ ही सूर्य ग्रहों के राजा माने गए हैं। इसलिए जब सूर्य देव की चाल में बदलाव होता है, तो मानव जीवन पर खास प्रभाव पड़ता है। आपको बता दें कि सूर्य ग्रह नवंबर में अपने मित्र मंगल के स्वामित्व वाली राशि वृश्चिक में गोचर करने जा रहे हैं। जिससे कुछ राशियों की किस्मत चमक सकती है। साथ ही इनको आकस्मिक धनलाभ हो सकता है। मान-सम्मान और प्रतिष्ठा की प्राप्ति हो सकती है। आइए जानते हैं ये लकी राशियां कौन सी हैं

वृश्चिक राशि : आप लोगों के लिए सूर्य देव का गोचर लाभप्रद सिद्ध हो सकता है क्योंकि यह गोचर आपकी राशि से लग्न भाव पर होने जा रहा है। इसलिए इस दौरान आपके आत्मविश्वास में वृद्धि देखने को मिलेगी। साथ ही व्यापार में आर्थिक लाभ के योग बनेंगे और आपको हर कार्य में सफलता प्राप्त होगी। वहीं इस दौरान आप समाज में आपको मान- सम्मान, प्रतिष्ठा की प्राप्ति होगी। शादीशुदा लोगों का वैवाहिक जीवन शानदार रहेगा। जीवन साथी की तरक्की हो सकती है। साथ ही अविवाहित लोगों को विवाह का प्रस्ताव आ सकता है।

सिंह राशि : सूर्य देव का राशि परिवर्तन सिंह राशि के जातकों को अनुकूल सिद्ध हो सकता है क्योंकि सूर्य देव आपकी राशि से चतुर्थ भाव पर संचरण करने जा रहे हैं। इसलिए इस दौरान आपको भौतिक सुखों की प्राप्ति हो सकती है। कार्यक्षेत्र में कोई शुभ समाचार मिलेगा नया वाहन खरीदने का मौका मिलेगा। परिवार में आपका भाई-बहनों के साथ बेहतर तालमेल बना रहेगा। आपको पैतृक संपत्ति का भी सुख मिल सकता है। माता पिता के साथ संबंध मजबूत रहेंगे। वहीं बिजनस में आपको अचानक लाभ मिल सकता है।

कुंभ राशि : आप लोगों के लिए सूर्य देव का गोचर लाभप्रद सिद्ध हो सकता है क्योंकि सूर्य देव आपकी गोचर कुंडली के कर्म भाव पर संचरण करने जा रहे हैं। इसलिए इस दौरान आपको काम- कारोबार में तरक्की मिल सकती है। बिजनस करने वाले लोगों को इस दौरान कमाई करने के कई बेहतरीन मौके हासिल होंगे आय में वृद्धि होगी। बेरोजगार लोगों को नौकरी मिल सकती है। नौकरपेशा लोगों की पदोन्नति हो सकती है। करियर में आपको आर्थिक लाभ के अनेक अवसर प्राप्त होंगे। व्यापार में आर्थिक उन्नति होगी।

18 साल नजदीक आएंगे बुध और केतु ग्रह, इन राशियों को मिलेगा लाभ



आपको बता दें कि 23 सितंबर को बुध ग्रह अपनी स्वराशि कन्या में प्रवेश कर चुके हैं, जहां पहले से ही छाया ग्रह केतु स्थित है। जिससे कन्या राशि में केतु और बुध की युति बनने जा रही है। आपको बता दें कि कन्या राशि में केतु और बुध की युति 18 साल बाद बन रही है, जिससे कुछ राशियों की किस्मत चमक सकती है। साथ ही इन राशियों को आकस्मिक धनलाभ और तरक्की के योग बन रहे हैं।

कन्या राशि : आप लोगों के लिए केतु और बुध की युति लाभदायक साबित हो सकती है। क्योंकि यह युति आपकी राशि से लग्न भाव पर बनने जा रही है। इसलिए इस दौरान आपके आत्मविश्वास में वृद्धि हो सकती है। आपको इस अवधि में बड़ी मात्रा में धन लाभ मिलेगा। साथ ही आपकी खुशियों में बढ़ोतरी होगी। आपको सौभाग्य मिलने वाला है। शादीशुदा लोगों का वैवाहिक जीवन खुशनुमा रहेगा। वहीं अविवाहित लोगों को विवाह का प्रस्ताव आ सकता है। साथ ही इस दौरान आपकी सोची हुई योजनाएं सफल होंगी।

धनु राशि : केतु और बुध ग्रह का संयोग धनु राशि के जातकों को लाभप्रद सिद्ध हो सकता है क्योंकि यह संयोग आपकी राशि से कर्म भाव पर बनने जा रहा है। आपको काम- कारोबार में खास तरक्की मिल सकती है। बेरोजगार लोगों को नौकरी मिल सकती है। अपने वरिष्ठ और सहकर्मियों से अच्छा सहयोग भी मिलेगा। इस दौरान कारोबार का विस्तार हो सकता है। वहीं इस समय आपको पिता का सहयोग प्राप्त होगा।

मकर राशि : आप लोगों के लिए केतु और बुध ग्रह की युति अनुकूल साबित हो सकती है क्योंकि यह युति आपकी राशि से नवम भाव पर बनने जा रही है। इस दौरान आपका भाग्योदय हो सकता है। आप देश- विदेश की यात्रा कर सकते हैं। आप किसी धार्मिक या मांगलिक कार्यक्रम में शामिल हो सकते हैं। आपका स्वभाव काफी सकारात्मक रहने वाला है। जिससे आप बड़े से बड़े काम आसानी से सुलझा लेंगे।

ब्लोटिंग, गैस से रहेंगे दिन भर परेशान

पपीते को कभी न खाएं इन फूड्स के साथ, पाचन तंत्र का कर देंगे बंटाधार

पपीता एक ऐसा फल है, जिसे हर मौसम में आप खा सकते हैं। यह कच्चा और पका दोनों तरीके से खाया जाता है। पोषक तत्वों का खजाना होता है पपीते में, जो पेट के लिए बेहद हेल्दी फल है। पपीते में हाई फाइबर, लो ग्लाइसेमिक इंडेक्स, विटामिन, मिनरल्स, एंटीऑक्सीडेंट्स आदि मौजूद होते हैं, जो कई तरह से आपकी सेहत को लाभ पहुंचा सकते हैं। हालांकि, कई बार लोग फलों को खाने में गलतियां कर बैठते हैं। कुछ ऐसे फूड्स हैं, जिन्हें पपीते के साथ भूलकर भी खाने की गलती नहीं करनी चाहिए वरना इससे कुछ सेहत को नुकसान हो सकते हैं। आइए जानते हैं किन-किन चीजों के साथ पपीते का कॉम्बिनेशन अनहेल्दी हो सकता है।



हाई प्रोटीन से भरपूर फूड्स

पपीता में मौजूद पपैन प्रोटीन को तोड़ता है, जो कुछ खास तरह के हाई-प्रोटीन फूड्स के पाचन में बाधा उत्पन्न कर सकता है। ऐसे में कभी भी पपीते के साथ मछली, अंडा, मीट का सेवन न करें। प्रोटीन युक्त इन नॉनवेज आइटम्स को पपीता खाने के तुरंत पहले या बाद में न खाएं और आपको पेट संबंधित या पाचन की समस्या हो सकती है। पपीते के साथ न खाएं फैटी फूड : कभी भी पपीते के साथ आप फैटी फूड्स जैसे फ्राई की हुई चीजें, फैटी मीट या अन्य ऐसी कोई चीज खाने से बचें। पपीते में पेट नहीं होता है और इसे हाई फैट वाले फूड्स के साथ खाने से आपको अपच, ब्लोटिंग हो सकती है।

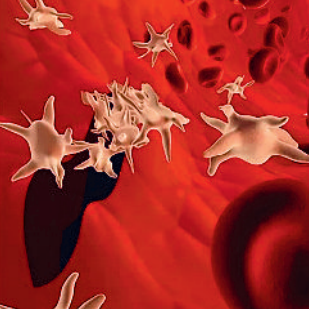
मीठा खून नहीं, इस ब्लड ग्रुप वाले लोगों को ज्यादा काटते हैं मच्छर



कुछ लोगों को मच्छर दूसरों के मुकाबले अधिक काटते हैं। लोग कहते हैं कि मच्छर उन्हें ज्यादा काटते हैं जिनका खून मीठा होता है। हालांकि, यहां मीठा और तीखा खून कोई कारण नहीं है, यहां सारा खेल ब्लड ग्रुप का है। आइए जानते हैं कि किस ब्लड ग्रुप वालों को सबसे अधिक मच्छर काटते हैं।

ओ बल्ड ग्रुप वालों को ज्यादा काटते हैं मच्छर

शोध से पता चला है कि मच्छर त्वचा की गंध और माइक्रोबायोटा से अट्रैक्ट होते हैं। इसी कारण मच्छर उन लोगों को ज्यादा काटते हैं जिनका ब्लड ग्रुप ओ रहता है। इसके अलावा शरीर का तापमान भी मच्छरों के अधिक काटने का कारण है। गर्मी में मच्छर अधिक काटते हैं क्योंकि शरीर से निकलने वाले पसीने में लैक्टिक एसिड और अमोनिया होता है, जो मच्छरों को आकर्षित करता है।



डार्क कपड़ों से भी अट्रैक्ट होते हैं मच्छर

एक शोध से पता चलता है कि मच्छरों के काटने का कारण कपड़ों का रंग भी होता है। डार्क कलर के कपड़ों से मच्छर अधिक आकर्षित होते हैं। काले और बैंगनी कलर के कपड़े पहनने पर मच्छरों का आतंक बढ़ता है। मच्छरों के आतंक से बचने के लिए आप लाइट कलर के कपड़ों को पहन सकते हैं।

कार्बन डाइऑक्साइड भी मच्छरों के आतंक की वजह

कार्बन डाइऑक्साइड से भी मच्छरों को अच्छी गंध आती है। कार्बन डाइऑक्साइड के कारण मच्छर इंसानों की ओर आकर्षित होते हैं। मादा मच्छर अपने संवेदी अंगों की मदद से कार्बन डाइऑक्साइड की गंध का पता लगाकर मानव शरीर की ओर आकर्षित होती हैं।

दूध, दही और पपीता

स्वास्थ्य विशेषज्ञों के अनुसार, पपीते में मौजूद एन्जाइम पपैन दूध को खट्टा या जमा सकता है। इससे डेयरी प्रोडक्ट्स को पाचने में दिक्कत हो सकती है। ऐसे में पपीता खाते समय कभी भी दूध ना पिएं, दही या अन्य डेयरी प्रोडक्ट्स का सेवन न करें। ऐसा करेंगे तो आपको गैस, ब्लोटिंग, पेट में दर्द हो सकता है।

फर्मेंटेड फूड और पपीता : फर्मेंटेड फूड्स खाने में टेस्टी तो होते हैं, लेकिन इनका सेवन भी पपीते के साथ न करें। उदाहरण के लिए अचार, किननी में प्रोबायोटिक्स, एंजाइम्स से भरे होते हैं। ऐसे में ये पपीते में मौजूद एंजाइम्स से इंटरैक्ट कर सकते हैं। इस फूड कॉम्बिनेशन से आपका पाचन खराब हो सकता है। गैस्ट्रोइंटेस्टाइनल से संबंधित परेशानियां हो सकती हैं।

ये छोटे सफेद मोतियों से दाने पाचन तंत्र के लिए हैं वरदान, कब्ज से दिलाए मुक्ति

छोटे और गोल-गोल सफेद रंग के साबूदानों का सेवन ज्यादातर लोग पर्व-त्योहार में व्रत रखने के दौरान ही खाते हैं। साबूदाना इतना हेल्दी होता है कि आप इसका सेवन डेली कर सकते हैं। जरूरी नहीं कि व्रत हो तो ही आप इसे खाएं। साबूदाने से तरह-तरह के मीठी-नमकीन चीजें बनाई जाती हैं। यदि आप दैनिक आहार में साबूदाने को शामिल कर लें तो जानिए कि कौन से पोषक तत्व शरीर को मिलेंगे और इससे क्या फायदे होंगे।

साबूदाना में पोषक तत्व- इसमें फाइबर, कार्बोहाइड्रेट्स, प्रोटीन, कैल्शियम, मैग्नीशियम, आयर्न, पोटैशियम आदि पोषक तत्व होते हैं।

साबूदाना खाने के फायदे

-साबूदाना छोटे दाने सा होता है। इसे आप दूध में मिलाकर खीर जैसा बना सकते हैं। नमकीन में पकोड़े, खिचड़ी आदि बना सकते हैं। साबूदाना की खिचड़ी खाने से पेट को बहुत फायदे होते हैं। इसे नाश्ते में खाने से लंबे समय तक ऊर्जावान महसूस करेंगे। -साबूदाना में प्रोटीन, कार्बोहाइड्रेट, फाइबर, विटामिन और मिनरल्स काफी अधिक मात्रा में होते हैं। इन पोषक तत्वों के सेवन से शरीर के अंग स्वस्थ रहते हैं। -स्वास्थ्य विशेषज्ञों के मुताबिक,



साबूदाना खाने से पाचन तंत्र मजबूत होता है। फाइबर पाचन तंत्र को मजबूत बनाती है। कब्ज की समस्या दूर होती है। इसमें कैलोरी कम होती है, इसलिए इसे खाने से वजन नहीं बढ़ता है।

-साबूदाना का सेवन डायबिटीज के पेशेंट भी कर सकते हैं। मधुमेह के मरीजों के लिए भी वरदान माना जाता है। इसमें मौजूद फाइबर और प्रोटीन डायबिटीज के मरीजों के लिए फायदेमंद होते हैं।

-साबूदाना खाने से दिल भी स्वस्थ रहता है। इसमें मौजूद पोटैशियम और मैग्नीशियम की मात्रा हमारे दिल को स्वस्थ रखने में मदद करती है।

-साथ ही इसमें मौजूद विटामिन ई और सेलेनियम बालों और त्वचा को भी हेल्दी रखते हैं। साबूदाना का सेवन करने से आप कई गंभीर बीमारियों से बचे रह सकते हैं



सारे जुएं एक ही बार में निकल जाएंगे सिर से बाहर, अपनाएं सस्ता और असरदार घरेलू नुस्खा

शरीर की साफ-सफाई रखना हमारे लिए जितना जरूरी है उतना ही सिर की साफ-सफाई भी उतनी ही जरूरी है लेकिन कई बार स्वच्छता की कमी, संक्रमित व्यक्ति के बालों वाली कंधी, हेयरब्रश आदि इस्तेमाल करने, पसीने के चलते सिर में जुएं पड़ जाती है। ऐसी समस्या छोटे-बड़े किसी व्यक्ति के साथ भी हो सकती है और सिर में खुजली, इरिटेशन और शर्मिंदगी तक महसूस होती है। ऐसी समस्या ज्यादातर बच्चों के साथ होती है जो होस्टल या ग्रुप में रहते हैं लेकिन इन जुओं को आप घर के देसी टिप्स फॉलो करके निकाल सकते हैं। चलिए आपको वहीं कमाल के नुस्खे बताते हैं।



नारियल तेल और कपूर : नारियल तेल में कपूर मिलाकर सिर पर लगाएं और कुछ घंटे छोड़ दें। फिर अच्छे से शैम्पू से धो लें। यह जुओं को निकालने में काफी मददगार टिप साबित होता है।

नीम का तेल या पानी : नीम के तेल से सिर की मालिश करें और 1-2 घंटे छोड़ दें। इसके बाद ताजे पानी से सिर धो लें। नीम के एंटीबैक्टीरियल गुण जुओं खत्म कर देते हैं। नीम के पत्तों को पानी में उबालें और इससे सिर धोएं, इससे भी जुओं से राहत मिलती है।

लहसुन-नींबू का रस, टी ट्री ऑयल : लहसुन का पेस्ट बनाकर उसमें नींबू का रस मिलाएं और इसे सिर पर करीब 30 मिनट लगाएं। लहसुन की गंध से जुएं दूर हो जाती हैं। टी ट्री ऑयल की कुछ बूंदों में नारियल या जैतून का तेल मिलाकर सिर की मालिश करें और कुछ घंटों बाद धो लें।

विनेगर (सिरका) : सिरके को बालों की जड़ों पर लगाएं और कुछ देर के लिए छोड़ दें। फिर बालों को अच्छे से धो लें। इससे जुएं और जुओं के अंडे भी निकल जाते हैं।

मेडिकेटेड शैम्पू : फार्मसी में उपलब्ध एंटी-लाइस शैम्पू या लोशन का उपयोग करें जो विशेष रूप से जुओं को मारने के लिए बने होते हैं। इन्हें चिकित्सक की सलाह से खरीदें और इस्तेमाल करें।

महीन दांतों वाली कंधी : जुओं को हटाने के लिए बालों को महीन दांतों वाली कंधी से धीरे-धीरे कंधी करें। यह प्रक्रिया कुछ दिनों तक नियमित रूप से करें ताकि सभी जुएं कंधी से बाहर आ जाएं।

ये बातें भी याद रखें : बालों को साफ और सूखा रखें। तौलिया, तकिया, कंधी और टोपी जैसी चीजें दूसरों के साथ साझा न करें। नियमित रूप से बालों की जांच करें, खासकर बच्चों के ताकि जुओं का जल्दी पता लग सके।

अगर जुएं घरेलू या शैम्पू उपचार से नहीं निकल रही तो डॉक्टर से सलाह लेकर प्रेसक्राइब की गई दवाओं का उपयोग करें।

बिना सर्जरी के छोटा कर सकती हैं इन छेदों को

आपके कान का छेद भी हो गया है बड़ा, तो इन टिप्स की मदद से करें इसे छोटा



बड़े कान के छेद से गिरते हैं इयररिंग्स

छेद बड़े होने की वजह से अधिकतर महिलाओं को इयररिंग्स पहनने में काफी परेशानियों का सामना करना पड़ता है। क्योंकि जब भी ये इयररिंग्स पहनती हैं, छेद बड़े होने की वजह से उनके इयररिंग्स गिरने लगते हैं, इससे बचने के लिए कुछ महिलाएं सर्जरी करवाने निकल जाती हैं, लेकिन अब आपको परेशान होने की जरूरत नहीं है। आप बिना सर्जरी के इन छेदों को छोटा करना चाहती हैं, तो आज हम आपको ऐसी ट्रिक बताएंगे जिनकी मदद से आप अपने कान के छेद को छोटे कर सकती हैं।



इयरलॉब टेप का इस्तेमाल

बता दें कि बाजार में इयरलॉब टेप नाम का एक प्रोडक्ट मिलने लगा है। यह एक बिंदीनुमा टेप है, जिसे आप इयररिंग पहनते वक़्त अपने कानों में पीछे की साइड चिपका सकती हैं। इसका इस्तेमाल कर आप आसानी से इयररिंग्स पहन सकती हैं। आप चाहें तो इस प्रोडक्ट को ऑनलाइन भी मंगा सकती हैं।



सर्जिकल टेप का इस्तेमाल

इसके अलावा आप बाजार से सर्जिकल टेप खरीद कर ला सकती हैं। यह नॉर्मल टेप से थोड़ी अलग होती है, इसमें छोटे-छोटे छेद होते हैं, जिससे हवा पास होती है और कान को कोई परेशानी नहीं होती है। इस टेप को खरीदने के लिए आप किसी भी मेडिकल दुकान पर जा सकती हैं। आपको इस टेप का छोटा सा टुकड़ा काट कर अपने कान के छेद पर पीछे की ओर लगाना होगा। इससे इयररिंग कान में अच्छे तरीके से फिट हो जाते हैं और कान का छेद भी छोटा दिखाई देता है।

कान के दोनों तरफ लगाएं टेप

अगर आप अपने कान को और मजबूत बनाना चाहती हैं, तो इस टेप का इस्तेमाल आप कान के आगे वाले हिस्से पर भी कर सकती हैं। अगर आप कान के बड़े छेद से बचना चाहती हैं, तो रोजाना रात में सोने से पहले झुमके उतार कर सोने का प्रयास करें। ऐसा करने से कान के छेद बड़े नहीं होते हैं। कम वजनदार इयररिंग्स पहनें क्योंकि ज्यादा हेवी इयररिंग्स पहनने से भी कान लटकने लग जाते हैं और छेद बड़े होने लगते हैं। आप बाजार से सपोट वाले इयररिंग्स भी खरीद सकती हैं क्योंकि सपोट वाले इयररिंग्स से कान को कोई नुकसान नहीं होता है।

फिल्म इवेंट

हॉलीवुड

‘द नाइट मैनेजर’ बनी एमी अवॉर्ड्स में नॉमिनेशन वाली इकलौती भारतीय फिल्म

लॉस एंजिल्स। कुछ दिन पहले ही 76वें एमी अवॉर्ड्स का ऐलान किया गया था, और अब 52वें इंटरनेशनल एमी अवॉर्ड्स का ऐलान किया गया है।



इसमें अनिल कपूर और आदित्य रॉय कपूर स्टारर ‘द नाइट मैनेजर’ को नॉमिनेशन मिला है, जिससे पूरी टीम की खुशी का ठिकाना नहीं है। इसे बेस्ट ड्रामा सीरीज की कैटिगरी में नॉमिनेशन मिला है। इसी के साथ यह अब ग्लोबल लेवल पर चर्चा में आ गई है। हालांकि, ‘द नाइट मैनेजर’ को काफी तगड़ी टक्कर मिलने वाली है, क्योंकि बेस्ट ड्रामा सीरीज में इसकी टक्कर ‘ड्रॉप्स ऑफ गॉड’ और ‘द न्यूजरीडर सीजन 2’ जैसी सीरीज से होगा। 52 वां इंटरनेशनल एमी अवॉर्ड्स 25 नवंबर को न्यूयॉर्क में आयोजित किए जाएंगे। ‘द नाइट मैनेजर’ एकमात्र भारतीय वेब सीरीज है, जिसे नॉमिनेशन मिला है। यह सीरीज साल 2023 में रिलीज हुई थी, और यह जॉन ले कैरे के नावल और इसी नाम के ब्रिटिश शो का हिंदी अडैप्टेशन है। ‘द नाइट मैनेजर’ की कहानी आदित्य रॉय कपूर के किरदार के इर्द-गिर्द घूमती है, जो एक होटल में नौकरी करता है। पर उसका एक अतीत है, जिसके कारण उसकी पूरी जिंदगी बदल जाती है। फिर सीक्रेट एजेंट के रोल में तिलोत्तमा शोम की एंट्री होती है, जो अनिल कपूर को पकड़ने के लिए नाइट मैनेजर यानी आदित्य रॉय कपूर की मदद लेती है।

टॉलीवुड

विवादों से भरी है बाहुबली की ‘शिवगामी’ की असल जिंदगी

मुंबई। फिल्म एक्स्ट्रेस के अपने को-स्टार्स या डायरेक्टर्स संग अफेयर होना आम बात है।

हालांकि, एक अभिनेत्री पर तो बिन ब्याही प्रेमेंट होने



और फिर अर्बोर्शन के बदले लाखों मांगने का भी आरोप लगा। 54 साल की इस अदाकारा ने साउथ में तो खूब शोहरत बटोरी ही, वहीं उन्होंने बॉलीवुड में भी कई फिल्मों को। इन्होंने अमिताभ बच्चन संग भी सुपरहिट फिल्म दी थी। हालांकि, इस अभिनेत्री को सबसे ज्यादा पापुलैरिटी प्रभास स्टारर एक ब्लॉकबस्टर फिल्म से मिली। हालांकि, इस एक्ट्रेस की पर्सनल लाइफ काफी विवादों से भरी रही। दरअसल हम जिस एक्ट्रेस की बात कर रहे हैं वो कोई और नहीं ‘बाहुबली’ में ‘शिवगामी’ के किरदार से खूब पापुलैरिटी बटोरने वाली राम्या कृष्णन हैं। राम्या देश में सबसे ज्यादा कमाई करने वाली अभिनेत्रियों में से एक हैं। अगर मीडिया रिपोटर्स की मानें तो एक्ट्रेस एक फिल्म के लिए 3 से 4 करोड़ रुपए चार्ज करती हैं। 2024 में, वह दो बड़े बजट की फिल्मों, गुंटूर करम और पुरुषोत्तमुडु में दिखाई दीं थीं। 54 साल की उम्र में भी, वह मेगास्टार के साथ काम कर रही हैं। फिल्मों में अपनी शानदार एक्टिंग से सुखियों में रहने के अलावा, राम्या कृष्णन अपनी निजी जिंदगी के लिए भी सुखियों में रही हैं। उनके साउथ इंडियन डायरेक्टर केएस रविकुमार के साथ एक्स्ट्रा मैरिटल अफेयर ने फिल्म इंडस्ट्री में हलचल मचा दी थी। यह 1999 की बात है जब राम्या ने केएस रविकुमार के साथ हाथ मिलाया और फिल्म पदयप्पा में साथ काम किया। दो और फिल्मों, पट्टाली (1999) और पंचतनथिरम (2002) में एक साथ काम करने के बाद उनकी दोस्ती जल्द ही अफेयर में बदल गई थी। यह पहली बार नहीं है कि किसी फिल्म मेकर को किसी फिल्म में साथ काम करते समय किसी अभिनेत्री से प्यार हो गया हो, हालांकि, राम्या कृष्णन और केएस रविकुमार के रिश्ते में परेशान करने वाली बात ये थी कि ये एक एक्स्ट्रा मैरिटल अफेयर था।

भोजपुरी

खेसारी पर हुई 500 के नोटों की बारिश, स्टेज पर फैन ने आकर वारी नोटों की गड़ियां

नई दिल्ली। भोजपुरी स्टार खेसारी लाल यादव किसी इंट्रोडक्शन के मोहताज नहीं हैं। उन्हें हर कोई जानता है। वो जहां भी जाते हैं रौनक ही लगा देते हैं। फिर वो स्टेज शो हो या कोई रियलिटी शो, उनकी फिल्मों से लेकर म्यूजिक वीडियो तक हर में खेसारी के अंदाज को पसंद किया जाता है। खेसारी की फैन फॉलोइंग इतनी तगड़ी है कि स्टेज शोज में उनकी दीवानगी देखने को मिलती है। खेसारी लाल यादव के स्टेज शो का एक वीडियो वायरल हो रहा जिसमें एक उनपर नोटों की बारिश करता नजर आ रहे है जिसे देखने के बाद खेसारी का रिएक्शन देखने वाला है। इस वीडियो पर फैस भी ढेर सारे कमेंट कर रहे हैं। खेसारी लाल अपनी प्रोफेशनल लाइफ के साथ पर्सनल लाइफ को लेकर भी खूब सुखियों में रहे हैं। कई एक्स्ट्रेस के साथ उनका नाम जुड़ चुका है, मगर खेसारी इन बातों पर ज्यादा ध्यान नहीं देते हैं। वो अपना काम मस्ती के साथ करते हैं। इसी वजह से उन्हें फैस बहुत पसंद करते हैं। खेसारी का 500 रुपये के नोट वाला वीडियो वायरल हो रहा है। खेसारी लाल यादव के साथ वायरल वीडियो एक एक्ट्रेस भी नजर आ रही हैं। खेसारी स्टेज पर ऑडियन्स से बात करते नजर आ रहे हैं। उसके बाद एक फैन आकर पहले खेसारी को 500 के नोट की एक गड़्डी पकड़ा देता है। जिसे खेसारी देखने के बाद आजिब का रिएक्शन देते हैं। उसके बाद वो फैन एक और 500 के नोट की गड़्डी खेसारी के ऊपर से वारता है और उसे भी खेसारी को पकड़ा देता है। जिसे देखकर खेसारी चौंक जाते हैं। खेसारी का रिएक्शन देखने के बाद फैस भी ढेर सारे कमेंट कर रहे हैं। एक ने लिखा- अरे ये क्या नोटों की बारिश। दूसरे फैन ने लिखा- खेसारी भैया सभी के दिलों में रहते हैं। फैस इस वीडियो पर ढेर सारी इमोजी भी पोस्ट कर रहे हैं।



देखने वाले भी हो जाएंगे हैरान



लाइफ स्टाइल

अगर आप अपनी या अपने किसी खास की शादी में खूबसूरत दिखना चाहती हैं और इसके लिए लहंगे की तलाश में हैं, तो यह खबर आपके लिए है। आज हम आपको एक ऐसे खूबसूरत लहंगे के बारे में बताएंगे, जिसे आप पहनकर अपनी खूबसूरती में चार चांद लगा सकती हैं। व्हाइट कलर का ये लहंगा आपके लिए एकदम परफेक्ट साबित होगा। वैसे तो महिलाएं या युवतियां हर आउटफिट में काफी खूबसूरत और फिट लगती हैं, लेकिन ये वाइट लहंगा पहनकर आप फंक्शन में जलवा बिखेर देंगी। इस खूबसूरत लहंगे को आप किसी बड़ी शॉप से खरीदने के लिए ऑर्डर दे सकती हैं.

काले होठों से न हों शर्मिंदा, कुछ ही दिनों में करें गुलाबी, ये स्पेशल नुस्खे आएंगे काम

होठों का काला पड़ना एक आम समस्या है। यह कई कारण से हो सकते हैं। जैसे धूम्रपान, डिहाइड्रेशन, सूरज की हानिकारक किरणें और होठों की साफ सफाई नहीं रखना। बात करें इसके उपाय की तो रात भर में ही काले होठों को पूरी तरह गोरा करना संभव नहीं है, लेकिन इन घरेलू नुस्खों से आप कुछ बदलाव देख सकते हैं।

होठों को गुलाबी बनाने के नुस्खे : अपने होठों को गुलाबी बनाने के लिए आप कुछ नुस्खे आजमा सकते हैं। जैसे आप घर पर शहद, चीनी और दालचीनी का स्क्रब तैयार कर सकते हैं। स्क्रब तैयार करने के लिए आपको एक चम्मच शहद में आधा चम्मच चीनी और आधा चम्मच दालचीनी मिलानी होगी। इस स्क्रब को आप अपने होठों पर रोजाना 15 मिनट के लिए लगाएं और मसाज करें, फिर ठंडे पानी से धो लें।

बादाम का तेल, गुलाब जल : इसके अलावा आप अपने होठों पर बादाम का तेल



भी लगा सकते हैं। इससे आपके होंठ कुछ दिनों में गुलाबी दिखने लगेंगे और कालापन दूर होगा। यही नहीं गुलाब जल भी होठों के लिए काफी फायदेमंद माना गया है.ऐसे में आप रोजाना रात में सोने से पहले गुलाब जल को अपने होठों पर लगाकर सो सकते हैं। दूसरे दिन सुबह अपने चेहरे को साफ पानी से धो लें और होठों को अच्छी तरह साफ करें।

चुकंदर के रस का इस्तेमाल

अगर आप अपने होठों के कालेपन को दूर करना चाहते हैं और उन्हें गुलाबी बनाना चाहते हैं, तो चुकंदर के रस का इस्तेमाल कर सकते हैं। यह एक नैचुरल नुस्खा है, जो आपके होठों को गुलाबी बनाने में काफी मदद करेगा। होठों से डेड स्किन हटाने के लिए आप रोजाना अपने होठों को साफ पानी से धोएं, कॉटन बॉल की मदद से पानी को पोछें और लिप बाम का इस्तेमाल करें। इससे आपके होंठ धीरे-धीरे गुलाबी होने लगेंगे और डेड स्किन निकलने लगेंगी।

सनस्क्रीन और लिप बाम का करें इस्तेमाल

इसके अलावा जब भी आप धूप में बाहर जाएं, तो होठों पर सनस्क्रीन या लिप बाम जरूर लगाएं ताकि आपके होंठ हानिकारक किरणों से बच सकें। अगर आप धूम्रपान या शराब का सेवन करते हैं, तो आज से ऐसा करना बंद कर दें क्योंकि होठों को काला बनाने में धूम्रपान और शराब सबसे बड़ा कारण माना जाता है।

चश्मे से नाक पर पड़े काले निशानों को करें गायब, खूबसूरती पर पड़ता है असर

चश्मा पहनने की वजह से नाक पर काले निशान बन जाते हैं, जिससे चेहरे की खूबसूरती पर असर पड़ता है। ये निशान खासकर उन लोगों को ज्यादा होते हैं, जो लंबे समय तक चश्मा पहनते हैं या जिनकी त्वचा ऑयली होती है। हालांकि, घरेलू नुस्खों के जरिए इन्हें हटाया जा सकता है।

नींबू और शहद का मिश्रण

एक नींबू का रस निकालें और उसमें एक चम्मच शहद मिलाएं। इसे अपने नाक के काले निशानों पर लगाएं और हल्के हाथों से मालिश करें। 10-15 मिनट के बाद गुनगुने पानी से चेहरा धो लें। इस उपाय को हफ्ते में 2-3 बार दोहराएं।

बेकिंग सोडा और पानी का पेस्ट

एक चम्मच बेकिंग सोडा लें और उसमें थोड़ा सा पानी मिलाकर पेस्ट तैयार करें। इस पेस्ट को नाक के प्रभावित हिस्से पर लगाएं और हल्के हाथों से स्क्रब करें। 5 मिनट बाद इसे पानी से धो लें। सप्ताह में 1-2 बार इसका उपयोग करें।



ऑलोवेरा जेल का उपयोग

एक ताजा ऑलोवेरा का पत्ता काटें और उससे निकला हुआ जेल सीधे नाक पर लगाएं। इसे 20-30 मिनट के लिए छोड़ दें और फिर पानी से धो लें। रोजाना इसका उपयोग करने से जल्दी लाभ मिलेगा।

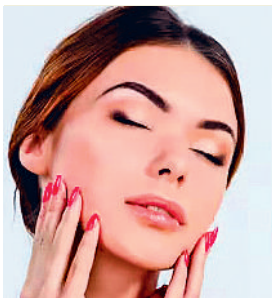
हल्दी और दही का फेस पैक

एक चम्मच हल्दी पाउडर में दो चम्मच ताजा दही मिलाएं। इस पेस्ट को अच्छी तरह मिलाकर नाक के काले निशानों या ब्लैकहेड्स वाले हिस्से पर लगाएं। इसे लगभग 15-20 मिनट तक सूखने दें। फिर हल्के गुनगुने पानी से चेहरे को धो लें

कोरियंस जैसी चमकेगी आपकी स्किन रोज करना होगा बस ये एक काम

कोरियंस जैसी चमकती स्किन कौन नहीं चाहता है। हर महिला चाहती है कि उसकी स्किन शीशे की तरह चमके और उसमें किसी भी तरह के दाग-धब्बे न हों। आज हम इससे जुड़े ही खास टिप्स देंगे। अगर आप के-ड्रामा के बहुत बड़े फैन हैं, तो आपने ‘कोरियाई ग्लास स्किन’ के बारे में सुना होगा और इसे चाहते भी होंगे। यह बेदाग चमकदार त्वचा दिखाने का चलन है। भले ही आप के-ड्रामा या के-पाॅप को फॉलो न करते हों, लेकिन के-सुंदरियों जैसी देवी जैसी बेदाग चीनी मिट्टी की त्वचा कौन नहीं चाहेगा।

स्टीम सेशन स्किन के लिए होता है अच्छा : कोरियाई ग्लास स्किन चाहिए तो आपको रेगुलर स्टीम सेशन या स्टीमी शॉवर लेना होगा।



स्टीम स्किन के पोर्स को खोलती है। साथ ही यह त्वचा में फंसी गंदगी को बाहर निकालती है। आप स्टीमर से सीधे स्टीम ले सकते हैं। हर दिन 5-7 मिनट तक स्टीम जरूर लें।

रोजाना चेहरे की एक्सरसाइज करें : कोरिया में, साफ और गोरी त्वचा को एक गुण माना जाता है इसलिए, हर कोरियाई सुंदरी

बेदाग साफ त्वचा पाने के लिए कुछ भी करने का प्रयास करती है। अगर आप वी-आकार की जॉलाइन और टाइट और जवां दिखने वाली त्वचा पाना चाहती हैं तो रोजाना चेहरे की एक्सरसाइज करें।

माइसेलर क्लींजिंग वॉटर से चेहरा साफ करें : कोरियाई त्वचा को चमकदार बनाने के लिए डीप क्लींजिंग बहुत जरूरी है। अपने चेहरे को माइसेलर क्लींजिंग वॉटर से दो बार साफ करें और चमकदार त्वचा के लिए नींबूयुक्त फेसवांश चुनें। क्लींजिंग वॉटर आपके चेहरे को अंदर से साफ करती है। एक्सफोलिएंटिंग के जरिए महिलाएं डीप-क्लींजिंग करती है। यही कारण है कोरियन स्किनकेयर की मार्केट में अलग ही डिमांड है।

बेल बॉटम से लेकर कोर्सेट टॉप तक एक बार फिर बने पसंदीदा फैशन

... फिर ट्रेंड में छाया 90 के दशक का फैशन, जेन जी के बीच है काफी पॉपुलर



दुनियाभर में मशहूर रिलप ड्रेस

नाओमी कैपबेल ने ग्लैमरस और आरामदायक रिलप ड्रेस को रनवे पर पहनकर इसे लोकप्रिय बनाया, जिसे वेस्टर्न कल्चर में खूब पसंद किया जाता है। धीरे-धीरे दुनिया भर में लोगों ने इन फ्लोर-लैथ रिलप ड्रेस को पहनना शुरू कर दिया, जो आकर्षक और क्लासिक दिखती हैं। अब, ये रिलप ड्रेस फिर से चलन में हैं और मशहूर हस्तियां और फैशन इन्फ्लूएंसर्स रेड कार्पेट पर रिलप ड्रेस के साथ अपना ए-गेम फैशन सेस ला रहे हैं।

क्रॉप शर्ट ने टॉप की छुट्टी की : पिछले कुछ सालों में हमने लड़कियों को कार्गो पैट और जींस के साथ या छोटी स्कर्ट के साथ क्रॉप टॉप पहने हुए देखा है, जो एक मनमोहक, स्टाइलिश और आरामदायक लुक देता है लेकिन, क्रॉप शर्ट ने वापसी कर ली है और प्लेटेड पैट या कार्गो के साथ आरामदायक और विंटेज वाइब देती हैं।

अतीत का वेस्टकोट्स फिर आया चलन में

फॉर्मल वेस्टकोट, कुमन फैशन में एक अतीत की बात थी, पहले सफेद फूलें हुए आस्तीन वाले ब्लाउज के ऊपर पहने जाते थे और यूके और यूएसए में यह काफी लोकप्रिय थे। अभी भी पुरुषों के बीच काफी पॉपुलर है, लेकिन अब एक बार फिर महिलाओं के बीच इसका फैशन थ्रु होता देखा जा रहा है। अंडरशर्ट के इन वेस्टकोट को फिर से लोकप्रिय बना रहा है और कॉर्सेट वर्ल्ड में इसे काफी पसंद किया जा रहा है क्योंकि यह बॉसी और क्लासिक दोनों लुक देते हैं।

क्लासिक विंटेज के लिए बेल बॉटम जींस

बेल बॉटम जींस और पैट 90 के दशक की सबसे लोकप्रिय चीजों में से एक है। हॉलीवुड से लेकर बॉलीवुड तक एक्स्ट्रेस क्रॉप टॉप या शर्ट के साथ प्लेयर्ड बॉटम जींस के साथ इस टाइट फिटिंग जींस को पहने हुए देखी जाती हैं, जो एक क्लासिक विंटेज टच देता है। अब, ये बेल बॉटम या बॉटम प्लेयर्ड जींस फिर से चलन में हैं और लोग इन्हें हील्स, काउबॉय बूट्स और यहां तक कि जूतों के साथ पहनते हैं।

शाही और नोबल महिलाओं की निशानी कोर्सेट

कोर्सेट हमेशा शाही और नोबल महिलाओं की निशानी रहा है, जो अपने शानदार फ्लेयर्ड गाउन के नीचे एक टाइट कोर्सेट पहना करती थीं। अब, इन कोर्सेट टॉप को जींस, स्कर्ट और पैट के साथ पहना जाता है, जो एक सुंदर और क्वीशियस फिगर दिखाने में मदद करता है। आजकल, कई मशहूर हस्तियों को कोर्सेट गाउन, ड्रेस और यहां तक कि साड़ी और लहंगा के साथ कोर्सेट ब्लाउज को पहनते हुए देखा जाता है।