



10 टैक्स वसूलने खुद पहुंचे आयुक्त, पंप संचालक का काटा बकाया टैक्स



11 स्वास्थ्य और आवासीय क्षेत्र में कमियों को मिली राहत



[मिलाई | दुर्ग | मिलाई-3 | कुम्हारी | जामुल | उतई | सेलूद | पाटन | अहिवारा | नुरमुंदा | धमधा | अण्डा | जामगांव - आर ]



**न्यु ओम ज्वेलर्स**

हर 6000/- की खरीदी पर एक चांदी का सिक्का फ्री

शुद्ध सोने एवं चांदी के जेवरों के विक्रेता

टोटल हालमार्क ज्वेलरी उपलब्ध

जवाहर मार्केट, मेन सर्विस रोड, पावर हाऊस, भिलाई

**SUNDAY OPEN**

शुभ खरीदी के लिए ओम ज्वेलर्स परिवार में आपका स्वागत है

मिनीमम एमाउंट में बुकिंग करें

जितना सोना उतना चांदी फ्री

संबंधित प्रतिष्ठान : ओम ज्वेलर्स

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

**खबर संक्षेप**

सियान सदन में लगा कैप



भिलाई। वरिष्ठ नागरिक गणों के लिए पेंशन प्राप्ति हेतु प्रति वर्ष जीवन प्रमाण पत्र को जरूरत होती है। जिसे बनवाने के लिए बुजुर्गों को बहुत परेशानियों का सामना करना पड़ता है। उपरोक्त संदर्भ में संवेदनशीलता दिखाते हुए दुर्ग सांसद विजय बघेल ने भिलाई के विभिन्न वार्ड में केम्प लगाने हेतु निर्देशित किया। जिसके तहत वार्ड 7 राधिका नगर के सियान सदन में केम्प का आयोजन किया। जिसका लाभ क्षेत्र वासियों को मिला। केम्प का अवलोकन पूर्व क्रेडा सदस्य विजय साहू ने किया। वरिष्ठ नागरिक मंच भिलाई के महासचिव गजानंद साहू भी उपस्थित थे। बहुत जल्द भिलाई के सभी वार्ड में जीवन प्रमाण पत्र बनाने हेतु केम्प आयोजित किया जाएगा। इस अवसर पर बलवीर सहगल, फुल माली, जवाहर साहू सहित क्षेत्र के नागरिक उपस्थित थे।

**छठ पर्व समापन के बाद सफाई अभियान**



भिलाई। नगर निगम भिलाई क्षेत्र में बड़े श्रद्धा एवं भक्ति के साथ छठ पर्व मनाया गया। त्योहार के पूर्व नगर निगम भिलाई द्वारा सभी तालाबों को साफ-सफाई, रंगरोपन के साथ प्रकाश व्यवस्था बेहतर किया गया था। सभी जगहों पर नगर निगम की सुरक्षा टीम मुस्तैद रही, जिससे किसी प्रकार का दुर्घटना न होने पाये। श्रद्धालुओं को समझाते भी रहे कि ज्यादा गहरे पानी के अंदर न जाये, जहां तक बेरीकेट लगा हुआ है। त्योहार के पश्चात नगर निगम भिलाई का स्वास्थ्य विभाग का दल जोन अनुसार फिर से सफाई व्यवस्था हेतु लग गये। सभी घाटों पर विशेष दल के माध्यम से सफाई करवाया जा रहा है। इस बात का भी ध्यान रखा जा रहा है जो भी पूजा सामग्री तालाबों पर एकत्रित हुए है उसे गड्ढा करके मिट्टी में डाल दिया जा रहा है।

## एनकाउंटर : पुलिस की गोली से हुआ ठेर, 35 हजार था इनाम

# द्विनसिटी का कुख्यात अपराधी अमित की थी चरम पर दबंगई

- ग्लोब चौक में गोलीकांड को अंजाम देने के बाद फरार था आरोपी अमित
- इस घटना के अन्य आरोपियों को पुलिस पहले कर चुकी है गिरफ्तार

हरिभूमि न्यूज | मिलाई

द्विनसिटी का कुख्यात अपराधी सेक्टर 6 सड़क 31-1 एफ सेक्टर 6 निवासी अमित जोश उर्फ मोरिस 32 वर्ष का पुलिस ने एनकाउंटर कर दिया है। घटना शुरुवार देर शाम की है। अपराधी अमित गोलीकांड करने के बाद से फरार था। एसीसीयू की टीम को जैसे ही अमित जोश भिलाई पहुंचने की जानकारी मिली। पुलिस की टीम उसे पकड़ने पहुंची। अपराधी अमित सेक्टर 6 स्थित जयंती स्टेडियम के समीप अपने दोस्तों के साथ पहुंचा था। उसे पकड़ने पुलिस पहुंची तो पुलिस वालों पर अमित जोश फायरिंग करना शुरू कर दिया। जिसमें पुलिस की स्काफियों सीजी 4 पीवी 6178 में जोरदार गोली चला दी। पुलिस ने जवाबी फायरिंग में अपराधी अमित जोश ठेर हो गया। पूरा मामला भिलाई के कोतवाली थाना क्षेत्र का है। जहां शुरुवार को भिलाई का निगरानी गुंडा बदमाश अमित जोश मारा गया। खबर लगते ही कई बड़े अपराधी भूमिगत हो गए हैं। अपराधी अमित जोश के खिलाफ द्विनसिटी के विभिन्न थानों में 36 से अधिक अपराध दर्ज हैं। अपराधी अमित जोश से कई लोग इससे परेशान थे। इसके डर से कई थानों तक नहीं पहुंचते थे। अपनी दबंगई के चलते करीब दो दर्जन से अधिक बीएसपी क्वार्टरों को कब्जा कर लिया पर चलाया करता था। भिलाई नगर थाना क्षेत्र के ग्लोब चौक सेक्टर 6 में तीन माह पूर्व बाइक सवार दो युवकों पर मामूली विवाद को लेकर अमित जोश गोली चलाकर फरार हो गया था। उसके बाद से पुलिस इस 35 हजार रुपए इनाम भी रखा था। लेकिन इसकी जानकारी नहीं मिल पा रही थी।



अमित ने की फायरिंग

मिली जानकारी के मुताबिक जयंती स्टेडियम के पीछे दो पुलिस कमियों ने अमित जोश की जानकारी लगने पर घेरकर रख लिया था। लेकिन अमित ने दो पुलिस कमियों पर फायरिंग करना शुरू कर दिया। खबर लगने पर एसीसीयू की टीम डीएसपी हेमप्रकाश नायक, टीआई तपेश्वर नेताम और भिलाई नगर थाना प्रभारी प्रशांत मिश्रा पहुंचे थे। अमित जोश की ओर से लगातार फायरिंग हो रहा था। पुलिस ने अपने बचाव में ताबड़तोड़ फायरिंग किया। पुलिस की जवाबी कार्रवाई में गोली लगने से कुख्यात अपराधी अमित जोश की मौत पर ही मौत हो गई।

**पहला एनकाउंटर 19 साल पहले**

जिले का हिस्ट्रीशीटर तपन सरकार के गुगु गोविंद विश्वकर्मा का पहला एनकाउंटर वर्ष 2005 में तालपुरी एमडी बंगाला के समीप पुलिस के साथ मुठभेड़ हुआ था। इस दौरान पुलिस ने जवाबी फायरिंग में गोविंद को गोली लग गई और मौत के नौद सो गया था। इसके अलावा जामुल थाना क्षेत्र में नक्सली दलित का एनकाउंटर हुआ था। जिसमें दोनों की मौत पर मौत हो गई थी। इस तरह अमित जोश एनकाउंटर का दुर्ग जिले का तीसरा मामला है। अमित जोश के एनकाउंटर होने के बाद जिले के बड़े-बड़े हिस्ट्रीशीटर अब दूसरे जिलों में पनाह लेने की तैयारी में जुट गए हैं। कुख्यात अपराधी अमित जोश भिलाई नगर, मंडी थाना का पुराना अपराधी है। उसके पिता आरवी भी अपराधी किस्म का था उसका पहले मौत हो चुकी है।

**एसीसीयू की टीम का दिखा जोश**

अपराधी अमित जोश मामले में एसीसीयू के डीएसपी हेम प्रकाश नायक, प्रभारी तपेश्वर नेताम की जोड़ी और उनकी टीम ने जिले में अपराध मुक्त करने करने का जो बेड़ा उठाया है। जो तारीफे काबिल है। इस तरह के अफसर हर जिले में होने से अपराध मुक्त हो जाएगा। अमित जैसे सुखार अपराधी गोलीकांड करने के बाद से फरार चल रहा था। टीम ने काफी प्रयास किया कि अमित जोश पुलिस गिरफ्तार में आए लेकिन उसने दबाव पुलिस पर गोली चलाना शुरू कर दिया। पुलिस ने जवाबी फायरिंग में अमित ठेर हो गया। उसके साथ बाइक में आया एक युवक फरार हो गया है। पुलिस की तलाश में है। लगातार बढ़ रहे अपराध को ध्यान में रखते हुए पुलिस की यह सख्ती शहर में चर्चा का विषय है। सभी वर्ग के लोग पुलिस कार्रवाई की तारीफ करते हुए थक रहे हैं।

**नकेल कसने का प्रयास**

कुख्यात अपराधी अमित जोश का एनकाउंटर कर दुर्ग पुलिस ने जिले के बड़े अपराधियों को संदेश देने का प्रयास किया है। जिले में रहना हो तो शांति के साथ रहे। अपराधियों के लिए यहां कोई जगह नहीं है। जिले में बढ़ते अपराध को रोकने और हिस्ट्रीशीटरों पर नकेल कसने के लिए पुलिस ने बड़ा कदम उठाया है। अमित जोश एनकाउंटर के बाद बड़े अपराधी भी सहम गए हैं। जिले में अमन चैन शांति व्यवस्था अब स्पष्ट रूप से दिखने लगेगी। फिहालत लगातार शहर में अपराध बंद रहा था। आईजी राम गोपाल गर्ग, एसपी जितेन्द्र शुक्ला, एएसपी सुखसिंह राठी, अभिषेक झा, सीएसपी हरिश पाटिल, सत्यप्रकाश तिवारी समेत दुर्ग जिले के अफसरों का बड़ा योगदान रहा है।

**था कुख्यात अपराधी**

कुख्यात अपराधी था। उसके खिलाफ 35 से अधिक मामलों थानों में दर्ज हैं। किसी के साथ भी बिना कारण के मारपीट करता था। आदतन बदमाश और लोगों की जान लेना उसके लिए छोटो बड़ा थी। एनकाउंटर में सुप्रीम कोर्ट के गाइड लाइन के तहत अपराध दर्ज किया जाएगा। अपराधी द्वारा करीब 7-8 बार फायरिंग किया। जवाब में पुलिस के तरफ से भी उतनी ही फायरिंग की गई है।

-जितेन्द्र शुक्ला, एसपी दुर्ग

**परिवार छठ मनाने गया था झारखंड**

## पुत्र ने कर दी बुजुर्ग पिता की फावड़ा मारकर हत्या



हरिभूमि न्यूज | मिलाई

खुर्सीपार थाना क्षेत्र के अंतर्गत आपसी विवाद के बाद पुत्र ने सो रहे अपने बुजुर्ग पिता की हत्या कर दी। बेटे ने पिता के सिर पर फावड़ा मारकर इस घटना को अंजाम दिया। दोनों के अलावा पूरा परिवार छठ मनाने झारखंड गया हुआ था। घर पर अकेले पिता और पुत्र ही थे। खुर्सीपार पुलिस के द्वारा आरोपी पुत्र को गिरफ्तार कर लिया गया है। नगर पुलिस अधीक्षक छावनी हरिश पाटिल ने बताया कि सेवानिवृत्त पिता श्याम नारायण पिता देवनाथ सिंह उम्र 65 वर्ष पता सड़क 52 व 11/C बालाजी नगर जोन 2 खुर्सीपार भिलाई में पुत्र करण नारायण सिंह दोनों के मध्य अक्सर विवाद हुआ करता था। पिता के द्वारा करण को नियमित रूप से रोजगार करने के लिए कहा जाता था। जिसके कारण करण अपने पिता से नाराज रहता था। लोक आस्था के महापर्व छठ होने के कारण श्याम नारायण का परिवार त्योहार मनाने के लिए रांची झारखंड गया हुआ था। रात को घर पर दोनों पिता पुत्र अकेले थे। इस मौके का लाभ उठाते हुए अपनी दुश्मनी निकालने के लिए पुत्र करण के द्वारा सो रहे पिता के सिर पर फावड़े से घातक वार किए

- पिता और पुत्र के बीच होता रहा है विवाद

जिसके कारण बिस्तर पर ही बुजुर्ग श्याम नारायण की मौत हो गई। घटना की सूचना मिलने पर आरोपी करण नारायण सिंह को पुलिस द्वारा गिरफ्तार कर लिया गया है। मामले की विवेचना जारी है। पुलिस ने इस घटना की सूचना झारखंड में उनके परिवार वालों को दे दी है। छठ पर्व पर हुई इस घटना से पूरा परिवार स्तब्ध है। कार्रवाई में खुर्सीपार थाना प्रभारी अंबर सिंह भारद्वाज समेत उनकी टीम का अहम योगदान रहा है। थाना प्रभारी ने बताया कि अपराधियों में नकेल कसने पुलिस लगातार प्रेडिलिंग करती आ रही है।

## तीन गांजा तस्करो गिरफ्तार दुर्ग नवतनवा, कानपुर सहित कई ट्रेनों रहेंगी रद्द

हरिभूमि न्यूज | मिलाई

गांजा की तस्करी करने वाले दो युवक एक महिला को पुलिस ने गिरफ्तार किया है। आरोपियों के खिलाफ एनडीपीएस के तहत जुर्म दर्ज किया है। एएसपी अभिषेक झा ने बताया कि दुर्ग कोतवाली थाना क्षेत्र अंतर्गत वार्ड-34 शिवपारा सात इमली पेड़ दुर्ग के पास रहने वाले दुलारी बाई दीमर, गणेश उर्फ गन्नु दीमर,

हरिभूमि न्यूज | मिलाई

बिलासपुर-कटनी के बीच तीसरी लाइन जोड़ने का कार्य होने जा रहा है। इस कार्य की वजह से दुर्ग से चलने वाली नवतनवा एक्सप्रेस, दुर्ग कानपुर एक्सप्रेस सहित कई ट्रेनें रद्द कर दी गई हैं। दक्षिण पूर्व मध्य रेलवे के अनुनगर-कटनी सेक्शन में कुल 165.52 किलोमीटर रेलवे लाइन का कार्य किया जा रहा है। जिसकी कुल लागत 1680 करोड़ रुपये किया जा रहा है। अब तक इस सेक्शन में 101.40 किलोमीटर रेलवे लाइन का कार्य पूर्ण किया जा चुका है। करकेली रेलवे स्टेशन को तीसरी रेललाइन को जोड़ने का यथा कार्य 17 से 19 नवम्बर तक (विभिन्न तिथियों में) किया जायेगा।

**दुर्ग की ये ट्रेनें नहीं चलेगी**

रेलवे के मुताबिक 17 नवम्बर को दुर्ग से चलने वाली 18203 दुर्ग-कानपुर एक्सप्रेस रद्द रहेगी। 18 नवम्बर को कानपुर से चलने वाली 18204 कानपुर-दुर्ग एक्सप्रेस रद्द रहेगी। 14 नवम्बर को दुर्ग से चलने वाली 18205 दुर्ग-नौतनवा एक्सप्रेस और 19 नवम्बर को नौतनवा से चलने वाली 18206 नौतनवा-दुर्ग एक्सप्रेस रद्द रहेगी। 19 नवम्बर को चिरमिरी से चलने वाली 05755 चिरमिरी-अनुनपुर पैसेंजर स्पेशल रद्द रहेगी। 19 नवम्बर को अनुनपुर से चलने वाली 05756 अनुनपुर-चिरमिरी पैसेंजर स्पेशल रद्द रहेगी। 17 नवम्बर से 19 नवम्बर तक चिरमिरी से चलने वाली 08269 चिरमिरी-चंदिआ रोड पैसेंजर स्पेशल रद्द रहेगी। 17 नवम्बर से 19 नवम्बर तक चंदिआ रोड से चलने वाली 08270 चंदिआ रोड-चिरमिरी-पैसेंजर स्पेशल रद्द रहेगी। 16 नवम्बर से 19 नवम्बर तक कटनी से चलने वाली 06617 कटनी-चिरमिरी मेमू स्पेशल रद्द रहेगी। 17 नवम्बर से 20 नवम्बर, तक चिरमिरी से चलने वाली 06618 चिरमिरी-कटनी मेमू स्पेशल रद्द रहेगी।

**ये ट्रेनें भी रहेगी रद्द**

16 से 19 नवम्बर तक जबलपुर से चलने वाली 11265 जबलपुर-अम्बिकापुर एक्सप्रेस रद्द रहेगी। 17 से 20 नवम्बर तक अम्बिकापुर से चलने वाली 11266 अम्बिकापुर-जबलपुर एक्सप्रेस रद्द रहेगी। 15 से 19 नवम्बर तक बिलासपुर से चलने वाली 18247 बिलासपुर-रौवा एक्सप्रेस रद्द रहेगी। 16 नवम्बर से 20 नवम्बर तक रौवा से चलने वाली 18248 रौवा-बिलासपुर एक्सप्रेस रद्द रहेगी।

**नकटा तालाब के नामकरण विवाद का पटाक्षेप**

## मोजपुरी गायिका की जगह अब पंथी नर्तक देवदास के नाम का प्रस्ताव

हरिभूमि न्यूज | मिलाई

छत्तीसगढ़ क्रांति सेना द्वारा कुरुद के नकटा तालाब का नाम वैशाली नगर विधायक रिकेश सेन द्वारा शारदा सरोवर किए जाने के विरोध और कुरुद तालाब का नाम स्व देवदास बंजारे ही रखे जाने की मांग पर विधायक ने सहमत जताई है। छत्तीसगढ़ क्रांति सेना द्वारा बातचीत के विडियो की कुछ सेकंड की क्लिपिंग वायरल किए जाने और कांग्रेस के पूर्व मुख्यमंत्री सहित दिग्गज नेताओं द्वारा इस विडियो को सोशल प्लेटफार्म पर पोस्ट करने के बाद शुरुवार विधायक रिकेश सेन ने प्रकरण की वास्तविक जानकारी पत्रकार वार्ता के माध्यम से देते हुए कहा कि कांग्रेस की बी टीम क्रांति सेना है और अब क्रांति सेना की मांग पर कांग्रेस किस करवट बैठेगी यह बहुत जल्द सबके सामने होगा।

**सोशल मीडिया में अधूरी जानकारी के चला दी क्लिप**

पत्रकारों से चर्चा में विधायक रिकेश सेन ने वैशाली नगर विधानसभा क्षेत्र के सभी शासकीय संपत्तियों, सार्वजनिक भवन, नगर, रोड आदि के नाम छत्तीसगढ़ क्रांति सेना की मांग के अनुरूप छत्तीसगढ़ के पुरखा लोगों के नाम पर रखे जाने का प्रस्ताव बनाने की जानकारी देते हुए कहा कि इस प्रस्ताव को सोशल मीडिया पर बगैर पूरी जानकारी छत्तीसगढ़ क्रांति सेना के अल्पांश विडियो को टवीट करने वाले पूर्व मुख्यमंत्री भूपेश बघेल एवं कांग्रेस के राष्ट्रीय नेताओं को भी स्वीकार करना चाहिए। उन्होंने कहा कि अब परिवर्तित नाम के प्रस्ताव को उनके द्वारा मिलाई निगम के महापौर परिषद को भेजा जाएगा। श्री सेन ने कहा कि निगम में कांग्रेस की एमआईसी, महापौर और सभी वरिष्ठ नेता छत्तीसगढ़ क्रांति सेना के द्वारा की गई इस अनूठी मांग को किरानी शिदत से पूरी करने अपनी इच्छाशक्ति दिखाएंगे, यह बहुत जल्द सभी नागरिक देखेंगे।

**तालाब किसी धर्म विशेष का नहीं: विधायक रिकेश**



विधायक रिकेश ने कहा कि क्रांति सेना की पहली मांग थी कि कुरुद के नकटा तालाब का नाम यदि मिलाई निगम के दस्तावेजों में अंतर्राष्ट्रीय पंथी नर्तक देवदास बंजारे के नाम पर अंकित है तो आज से इसी नाम से यह तालाब जाना जाएगा। क्रांति सेना की इस मांग पर सहमति देते हुए सेन ने कहा कि वैशाली नगर विधानसभा क्षेत्र में कई शासकीय संपत्तियां हैं, जिनमें से किसी एक का नाम गायिका शारदा सिन्हा रख दिया जाएगा। क्रांति सेना की आपत्ति थी कि कुरुद तालाब का नाम शारदा सिन्हा के नाम नहीं करना है तो नहीं होगा, परंतु क्रांति सेना ने अपनी दूसरी मांग यह रखी कि यूपी बिहार सहित देश के अन्य महापुरुषों के नाम पर छत्तीसगढ़ की कोई भी प्रॉपर्टी न की जाए। इसे भी स्वीकार करता हूँ और क्रांति सेना की मांग पर वैशाली नगर विधानसभा में शासकीय संपत्तियों, तालाब, रोड, नगर, सार्वजनिक भवन आदि के अब नाम छत्तीसगढ़ के दिवंगत पुरखाओं एवं महान पुरुषों के नाम पर ही रखे जाने का प्रस्ताव बना रहा हूँ।

**पहले था मोजपुरी गायिका शारदा के नाम का प्रस्ताव**

दो दिन पहले पूर्व वैशाली नगर के विधायक रिकेश सेन के द्वारा सुप्रसिद्ध मोजपुरी गायिका श्रीमती शारदा सिन्हा के नाम पर कुरुद नाम के नकटा तालाब का नाम रखा गया था, जिसका छत्तीसगढ़ क्रांति सेना के द्वारा विरोध किया गया। क्रांति सेना के सदस्य के द्वारा विधायक पर जबड़ा पकड़ने एवं धमकी भरे लहजे से बात करने की एक कट विडियो विलीपिंग वायरल की गई। जिसे कांग्रेस के बड़े नेताओं ने भी बिना प्रकरण की वास्तविकता जाने-समझे सोशल मीडिया पर पोस्ट करते हुए विधायक के उतेजित होने और दबंग भाव से चमकाने का आरोप भी लगाया गया था। इस विडियो विलीपिंग को पूर्व मुख्यमंत्री भूपेश बघेल, कांग्रेस के छत्तीसगढ़ प्रभारी सचिन पायलट एवं नेता प्रतिपक्ष राहुल गांधी के द्वारा भी एक्स पर पोस्ट कर दिया गया।

**पुरुषों के नाम से नगर**

वैशाली नगर का मोतीलाल नेहरू नगर वार्ड अब डॉ सुब्रह्मण्य बघेल नगर, राम नगर से लगा हुआ राजीव नगर का नाम बदलकर उसे शहीद वीर नारायण सिंह नगर के नाम से जाना जाए। इसी प्रकार जवाहर नगर वार्ड-25 को पंडित सुब्रह्मलाल शर्मा नगर, सोनिया गांधी नगर की गिनी माता नगर, इंदिरा नगर को छत्तीसगढ़ महतारी नगर, संजय नगर को तीजन बाई नगर के नाम से जाना जाए।

## रोल चेंजिंग के दौरान घटना बीएसपी कर्मचारी हुआ चोटिल

भिलाई। भिलाई इस्पात संयंत्र (बीएसपी) के रेल मिल में शुरुवार एक गंभीर हादसा हुआ। जिसमें एक कर्मचारी को चोट आई। जानकारी के अनुसार बीएसपी कर्मचारी मनोरंजन श्रीवास्तव रेल मिल में रोल चेंजिंग के दौरान 950 स्टैंड के पुलपिट में काम कर रहे थे। तभी, शाम करीब 4 बजे रोल चेंजिंग के वक्त वह अचानक स्किड हो गए। इस दुर्घटना में उनके कमर और हाथ में गंभीर चोट आई। चोटिल स्थिति में उन्हें तुरंत मेन मेडिकल पोस्ट लाया गया, जहां प्राथमिक उपचार दिया गया। इसके बाद, उनकी स्थिति को देखते हुए उन्हें सेक्टर 9 अस्पताल भेजा गया, जहां उनका इलाज जारी है। घटना के बाद कर्मचारियों में दहशत फैल गई। बीएसपी में मशीनरी पुराने होते जा रहे हैं। इससे हादसे का खतरा बना रहता है।

**पाठक सूचना**

हरिभूमि के सुधि पाठकों को अखबार की प्रतियां नहीं मिल रही हो या अन्य अखबार दिया जा रहा हो तो हमें निम्न नंबर पर संपर्क करें या वाट्सअप करें- दुर्ग, भिलाई

**7987328736, 7489348301**









चाल नजाकत वाली

## लाइव इवेंट

### मुक्तकंठ बुलेटिन का लोकार्पण के बाद हुई काव्य गोष्ठी



भिलाई। मुक्तकंठ साहित्य समिति की आवश्यक बैठक स्टेशन मरौदा में हुई। कार्यकारिणी सदस्य संत कवि ओंकार दास के गृहप्रवेश के उपलक्ष्य पर मासिक बुलेटिन अक्टूबर अंक का लोकार्पण किया गया। इसके बाद मुक्तकंठ के रचनाकारों द्वारा काव्य पाठ किया, जिसमें गृहप्रवेश में उपस्थित लोगों ने कविताओं का भरपूर आनंद उठाया।

■ मुक्तकंठ साहित्य समिति की मासिक बैठक में लोकार्पण और काव्य गोष्ठी

सबसे पहले मुक्तकंठ के अध्यक्ष गोविंद पाल, महासचिव नरेंद्र कुमार सिक्केवाल, संत कवि ओंकार दास एवं अन्य सदस्यों ने सहस्र बाहु भगवान के तैलचित्र पर माल्यार्पण व धूप-दीप जलाकर पूजा-अर्चना की। इसके बाद उपस्थित मुक्तकंठ साहित्य समिति के सभी सदस्यों ने मिलकर सामूहिक रूप से बुलेटिन का लोकार्पण किया। मुक्तकंठ

साहित्य समिति द्वारा यजमान संत कवि ओंकार दास को शाल श्रीफल से सम्मानित करते हुए उपहार भेंट किया। इसके बाद रचनाकार रामबरन कोरी, प्रकाश चन्द्र मंडल, संत कवि ओंकार दास, ब्रिजेश मल्लिक, नीलम जायसवाल, विरेन्द्र कुमार सरकार, गोविंद पाल, नरेंद्र कुमार सिक्केवाल, डॉ बीना सिंह रागी, माला सिंह आदि सभी ने काव्य पाठ प्रस्तुत किया। संचालन नरुस सबा खान ने किया। काव्य गोष्ठी में वी. नाथ, सत्यवती शुक्ला, आमवीर करण, अलोक कुमार चंदा सहित अन्य उपस्थित थे।



## सिटी इवेंट

### 33 साल सेवा देने वाले अफसर हुए सेवानिवृत्त, महापौर शशि सिन्हा ने अपनी गाड़ी से घर छोड़ा



भिलाई। रिसाली निगम के वरिष्ठ स्वच्छता निरीक्षक जगन्नाथ कुशवाहा सेवानिवृत्त हुए। उनकी सेवानिवृत्ति पर अनेखी पहल की गई। गाजे-बाजे और आतिशबाजी के बीच सम्मान निगम ने उन्हें घर पहुंचाया। 33 वर्षों तक निष्ठापूर्वक कार्य करने पर उन्हें आयुक्त मोनिका वर्मा ने दीर्घायु होने की कामना करते हुए सम्मानित किया। महापौर शशि सिन्हा ने सम्मान पूर्वक अपने सरकारी वाहन में बैठाकर निवास स्थान तक पहुंचाया।

बेहद सरल और मृदभाषी अधिकारी के रूप पहचान बनाने वाले कुशवाहा को धूम-धाम से विदाई दी गई। विदाई समारोह में सभापति केशव बंधोरे ने रूंधे हुए गले से उद्बोधन दिया। वहीं महापौर ने आने वाली नई पीढ़ी को अनुभव और मार्गदर्शन देने की बात कही। इस अवसर पर समारोह में एमआईसी डॉ. सीमा साहू, पार्षद धर्मेन्द्र भगत, रमा साहू, कार्यपालन अभियंता एमपी देवांगन, प्रभारी उपअभियंता गोपाल सिन्हा, राजस्व विभाग प्रभारी संजय वर्मा, वृजेन्द्र परिहार, किरण वर्मा, चन्द्रपाल हरमुख, स्वायत्तशासी कर्मचारी महासंघ के विष्णु चन्द्राकर, शरद दुबे, सुरेन्द्र सोनबोईर आदि उपस्थित थे।

### पहले पगड़ी पहनाया फिर सम्मान

रिसाली निगम में आयोजित विदाई समारोह में यह पहला अवसर था, जब पूरा कार्यालय सेवानिवृत्त होने वाले अधिकारी को घर तक पहुंचाया। दोपहिया और चार पहिया वाहनों का काफिला था। काफिला के आगे ढोल बज रहे थे और आतिशबाजी हो रही थी। विदाई समारोह में स्वायत्तशासी कर्मचारी महासंघ के रिसाली शाखा ने पहले पगड़ी पहनाकर स्मृति चिन्ह प्रदान किया गया। बाद में महापौर और कार्यपालन अभियंता एमपी देवांगन ने निगम की ओर से शाल, श्रिफल, गुलदस्ता और उपहार देकर सम्मानित किया। इस अवसर पर पार्षद धर्मेन्द्र भगत ने भी शाल ओढ़ाकर उज्वल भविष्य की कामना की।

## ट्विनसिटी के तालाबों में उमड़ा जनसैलाब, नहीं दिखा बढ़ती ठंड का असर

# उग हो सूरज देव हुई अरघ के बेर... गीत गाकर दिया अर्घ्य, फिर तोड़ा 36 घंटे का उपवास, ऐसे हुआ छठ महापर्व का समापन

प्रकृति व धार्मिक आस्था से जुड़े छठ महापर्व के अंतिम दिन शुक्रवार की भोर छठ व्रतियों ने उदित भास्कर को अर्घ्य देकर अपने परिवार व समाज की सुख-समृद्धि की कामना की। छठ घाट पर व्रतियों ने सुबह 4 बजे से पानी में रहकर सूर्य देव के उदित होने का इंतजार करते हुए उन्हें जल व दूध का अर्घ्य देकर बच्चों व परिवार की खुशहाली की कामना कर छठ पूजा का पारण किया। दिवसिटी के सभी छोटे-बड़े तालाबों में छठ पूजा के अंतिम दिन सुबह 3 बजे से ही मेले जैसा माहौल देखने को मिला। व्रतधारियों ने तालाब के किनारे मिट्टी की बनी बेदी की पूजा कर तालाब में कमर तक पानी में उतरकर सूर्य देव की पूजा की और अर्घ्य दिया।



भिलाई। उदित सूर्य को अर्घ्य देने के बाद सुहागिनें घाट पर एक दूसरे को सिंदूर दान कर प्रसाद बांटे। भिलाई के बैकुंठधाम, सूर्यकुंड छावनी, राधिका नगर, सुपेला, रामनगर, रूआबांधा, सेक्टर-2, सेक्टर-7, भेलवा तालाब कोहका, स्मृति नगर, रिसाली आदि तालाबों को भी सजाया गया था। सेक्टर 2 तालाब में सुबह 5 बजे वैशाली नगर विधायक रिकेश सेन पहुंचकर लोगों को पर्व की शुभकामनाएं दीं। सेक्टर 1 के गार्डन में वरिष्ठ पार्षद वशिष्ठ नारायण मिश्रा द्वारा गार्डन में ही तालाब बनाकर पूजा व्यवस्था कराई थी, साथ ही सेक्टर 7 शिव धाम समिति के संरक्षक लक्ष्मीपति राजू दवरा तालाब की सफाई कराकर लॉइटींग व अन्य व्यवस्था कराई ताकि व्रती आराम से पूजा कर सकें।



### छठू माता की प्रतिमा बनाकर की पूजा

उग हो सूरज देव हुई अरघ के बेर... गीत गाते हुए व्रतियों ने जल में खड़े रहकर दिवाकर का इंतजार किया। अनेक व्रतधारियों ने अपने-अपने घरों के छत व आंगन पर बेदी व कुंड बनाकर पूजा अर्चना की। इसी कड़ी में पुराना शिव मंदिर कॉलोनी वैशाली नगर निवासी मनोज शुक्ला व उनकी धर्मपति रितु शुक्ला द्वारा घर पर ही बेदी पर बनी छठी मैया के मूर्त रूप विधि-विधान से पूजा अर्चना की। रितु मनोज शुक्ला ने बताया कि माता के प्रति निष्ठा के चलते वे प्रतिवर्ष माता को रिझाने कुछ नए रूप में माता की आराधना करते आ रहे हैं। इस कार्य में आस-पड़ोस के लोगो का भी विशेष योगदान रहता है। यहां पूजा करने पहुंचे उमा राजू व पति. श्रुति राजू ने बताया कि वे 3-4 सालों से तालाब के भीड़भाड़ से बचने शुक्ला परिवार में छठ पूजा करने पहुंचकर आराम से विधि-विधान से पूजा कर माता का आशिर्वाद लेते हैं।

### सेक्टर-2 में 30 साल से छठ का आयोजन

सेक्टर 2 छठ तालाब में बीते 30 साल से पार्षद सीनू के द्वारा छठ महापर्व का मध्य आयोजन किया जा रहा है। इस बार भी आयोजन किया गया। जहां मुख्य अतिथि के रूप में प्रेम प्रकाश पांडेय शामिल हुए। जिसका पुष्प गुच्छ से स्वागत किया गया। यहां सैकड़ों व्रतियों ने पूजा अर्चना की।

### सुबह सेक्टर-2 तालाब पहुंचे विधानसभा के पूर्व अध्यक्ष

सूर्यदेव की उपासना व लोक आस्था के महापर्व छठ का शुक्रवार के दिन उदीयमान सूर्य को अर्घ्य देने के साथ ही समापन हो गया। छत्तीसगढ़ विधानसभा के पूर्व अध्यक्ष प्रेमप्रकाश पाण्डेय ने सेक्टर -2 छठ तालाब पहुंचकर उदीयमान सूर्य को अर्घ्य देकर पूजा- अर्चना की। इस दौरान छठ तालाब में इस महापर्व को लेकर श्रद्धालुओं का माहौल देखते ही बन रहा था। पाण्डेय ने इस दौरान श्रद्धालुओं से भेंट की और उन्हें इस पावन पर्व की शुभकामनाएं दीं। उन्होंने छठों मईया और सूर्य देव से मिलाईवासियों के सुख- शांति और समृद्धि की कामना की। तत्पश्चात वे सेक्टर 7, बैकुंठधाम एवं लक्ष्मण नगर तालाब छावनी पहुंचे एवं श्रद्धालुओं से भेंट कर उन्हें शुभकामनाएं दीं।



## बच्चों के फैसी ड्रेस को मिली सराहना

दुर्गा। स्वामी आत्मानन्द शासकीय अंग्रेजी माध्यम विद्यालय तिरुट्टीह में राज्य स्थापना दिवस पर विद्यालय के विद्यार्थियों को छत्तीसगढ़ लोककला और संस्कृति से परिचय कराने के उद्देश्य से कार्यक्रम का आयोजन किया गया। प्राचार्या प्रेमलता तिवारी के निर्देश पारंपरिक नृत्य, छत्तीसगढ़ी वेशभूषा एवं श्रृंगार (फैसी ड्रेस), छत्तीसगढ़ी व्यंजन की प्रदर्शनी, छत्तीसगढ़ी लोकगीत, लोक संस्कृति पर निबंध का आयोजन किया गया। इस अवसर पर मुख्य अतिथि पार्षद अरुण सिंह थे। आयोजन में विद्यार्थियों ने बड़-चढ़ कर हिस्सा लिया। विद्यालय की शिक्षिका सुमन साहू ने राजकीय गीत के साथ कार्यक्रम का आगाज किया। विद्यार्थियों ने सुवा नृत्य, छत्तीसगढ़ के परम्परागत गीत, परिधान में परम्परागत गहने मांग टिका, नथनी, खिन्वा, पहुंची,



रुपया माला, ऐंठी, करधन, साठी, बिडिया, पागा, कलगी, कौड़ी, गलबन्ध आदि श्रृंगार किया। छत्तीसगढ़ी व्यंजन में गुलगुला, गुड़िया, खारा, चीला, फरा, नमकीन भजिया, पीडिया, चौसेला, अनरस आदि की प्रदर्शनी भी लगाई गई। कार्यक्रम में शाला प्रबंधन एवं विकास समिति के अध्यक्ष इंद्र कुमार गंधर्व, जितेंद्र कुमार देशमुख, धनसिंग चंद्राकर, संतोष मरकाम, अन्नू सिंह उपस्थित, श्रद्धा गेडाम, घनश्याम पटेल, नवनीत नमकीन भजिया, पीडिया, चौसेला, अनरस आदि की प्रदर्शनी भी लगाई गई। कार्यक्रम में शाला प्रबंधन एवं विकास

## छत्तीसगढ़ ने 336 रन बनाए हरियाणा पर हार का खतरा

भिलाई। बीसीसीआई के निर्देश पर छत्तीसगढ़ स्टेट क्रिकेट संघ द्वारा अंडर-19 कुच बेहार ट्राफी का आयोजन किया जा रहा है। इसके अंतर्गत बीएसपी क्रिकेट ग्राउंड सेक्टर 10 में छत्तीसगढ़ एवं हरियाणा के मध्य मैच खेला जा रहा है। शुक्रवार को मैच का तीसरा दिन रहा। छत्तीसगढ़ दूसरी पारी में अपनी कल के स्कोर एक विकेट पर 104 रन से आगे खेलते हुए 336 रन बनाकर आउट हो गई। आदित्य श्रीवास्तव ने 76 रन, विवेक यादव ने 70 रन, विकल्प तिवारी ने 65 रन, साहिल रजत शरीफ ने 43 रन बनाए। हरियाणा की तरफ से गेंदबाजी करते हुए कविष्क चौहान एवं शमी कडियान ने चार-चार विकेट लिए। हरियाणा की दूसरी पारी शुरू से लड़खड़ा गई। टीम ने दिन का खेल



खत्म होने तक 6 विकेट पर 74 रन बनाए। छत्तीसगढ़ के तरफ से गेंदबाजी करते हुए ओम वैष्णो ने तीन विकेट, धनंजय नायक ने दो विकेट और कुमार ईशान ने एक विकेट लिए। 9 नवंबर को मैच का आखिर दिन है। हरियाणा को मैच बचाने के लिए अपने 4 विकेट बचाने हैं। वहीं छत्तीसगढ़ को जीत के लिए चार विकेट चाहिए।

## दशहरा मैदान रिसाली में कथा का तीसरा दिन, हर दिन जुट रहे भक्त

# श्रीमद् भागवत सुनने से दूर हो जाता है भय : गोपेश्वरी



कि केवल भक्तवत्सल कृष्ण की श्रवण कीर्तन, स्मरण, भक्ति करने से जीव अपना कल्याण कर सकता है। कैसे भी साधन से कृष्ण चरणों में मन अनुरक्त हो, भगवान प्रसन्न हो। क्योंकि वेदों का तात्पर्य कृष्ण में ही है। यज्ञों के उद्देश्य कृष्ण हैं। योगकृष्ण के लिए ही किए जाते हैं और समस्त कर्मों की परिणामाप्ति भी श्रीकृष्ण में ही है। ज्ञान से ब्रह्मस्वरूप श्रीकृष्ण की ही प्राप्ति होती है। तपस्या श्रीकृष्ण की प्रसन्नता के लिए ही की जाती है। श्रीकृष्ण के लिए ही धर्मों का अनुष्ठान होता है और सब गतिायें श्रीकृष्ण में ही समा जाती हैं। गोपेश्वरी ने कथा में आगे बताया कि अनर्थों की शान्ति का साक्षात् साधन है, केवल भगवान का भक्तियोग। परन्तु संसार के लोग इस बात को नहीं जानते। उन्होंने बताया कि श्रीमद् भागवत कथा के श्रवण मात्र से जीवन में हर तरह के भय दूर हो जाते हैं। आप इससे महसूस भी कर सकते हैं।

### वेद व्यास ने परमहंसों की संहिता श्रीमद् भागवत का रचना की

कथावाचक गोपेश्वरी ने श्रवण के दौरान कहा कि महर्षि वेदव्यास ने परमहंसों की संहिता श्रीमद् भागवत की रचना की। इसकी श्रवण मात्र से श्रीकृष्ण के प्रति परम प्रेममयी मति हो जाती है, जिससे जीव के शोक, मोह और भय नष्ट हो जाते हैं। शुकदेव ने कहा परीक्षित ने तुम्हें यही श्रीमद्भागवत कथा करवाऊंगा। इसका लाभ यह होगा कि मृत्यु के समय भगवान की स्मृति अवश्य बनी रहे। शुकदेव और राजा परीक्षित के संवादों के प्रसंगों का वर्ण प्रचलनकर्ता ने कथा में शुकदेव और राजा परीक्षित के संवादों के प्रसंगों के बारे में विस्तार से जानकारी दी। उन्होंने बताया कि परीक्षित पूछने पर श्रुति का विस्तार कैसे हुआ, इसकी जानकारी शुकदेव ने राजा परीक्षित को दी। फिर मनु महाराज और महारानी सतरूपा की संतानों की कथा सुनाई। इसमें ध्रुव चरित्र और जड़ भरत की कथा का रसपान कराया। उन्होंने पूरी कथा का वृत्तान्त सुनाया। ध्रुव भगवान विष्णु के महान भक्त थे। ध्रुव उत्तानपाद (स्वयंभू मनु के पुत्र) के पुत्र थे। ध्रुव ने बचपन में ही घर छोड़कर तपस्या करने की ठानी। ध्रुव की सौतेली मां सुसुचि ने उन्हें गोद में चढ़ने से रोक दिया था। ध्रुव ने सौतेली मां के अपमान से आहत होकर जंगल में तपस्या शुरू कर दी थी। बारिश, आधी-तूफान के बावजूद ध्रुव ने तपस्या नहीं छोड़ी।

## कार्नर न्यूज



भिलाई। दशहरा मैदान रिसाली सेक्टर में इन दिनों श्रीमद् भागवत कथा का आयोजन किया जा रहा है। कथा के तीसरे दिन कथा वाचक गोपेश्वरी ने शुकदेव जी और परीक्षित के प्रसंग की कथा सुनाई। उन्होंने कथा के माध्यम से बताया की शुकदेव से परीक्षित प्रश्न करते हैं कि संसार में जीव सर्वदा सदा अपने कल्याण के लिए क्या करें ? और जो जीव मरने वाला होता है उसको अपने कल्याण के लिए क्या करना चाहिए ? इसका उत्तर देते हुए शुकदेव ने बताया



## सिटी स्पोर्ट्स

## ऑल इंडिया टेनिस टूर्नामेंट में जारी है रोमांचक दौर



रायपुर। ऑल इंडिया टेनिस एसोसिएशन के तत्वावधान में छत्तीसगढ़ प्रदेश टेनिस संघ द्वारा ऑल इंडिया टेनिस टूर्नामेंट सीएस-3 अंडर-14 गर्ल्स एवम बॉयज मुकाबले शुक्रवार से शुरू हुए। 10 नवम्बर तक यूनिनियन क्लब एवं छत्तीसगढ़ क्लब में जारी इस टूर्नामेंट के टूर्नामेंट डायरेक्टर टेनिस संघ के महासचिव गुरुचरण सिंह होरा एवम मुख्य निर्णायक रुपेंद्र सिंह चौहान हैं।

पहले दिन के रोमांचक खेल में बालक एवं बालिका दोनों वर्गों में मुकाबले हुए। जिसमें बालिका वर्ग में रिया राय ने स्विजा नायर को 8-2 से शिकस्त दी और अगले दौर में प्रवेश किया। बालक वर्ग में हर्ष बारडिया ने चैतन्य ठक्कर को 8-5 से, रेयांश निगम ने अंशुमन तिवारी को 8-2 से, विहार शरण भाटिया ने वेद ठक्कर को 8-2 से, एकलव्य राजपूत ने अनीश परलकार को 8-0 से, अच्युत अग्रवाल ने वैभव अग्रवाला (ओडिसा) को 8-3 से, तनव्य गोलयल ने अनघ अग्रवाल (मप्र) को 8-1 से, वरदान गोवर्धन ने कबीर बरसैन्य को 8-1 से, लक्ष्य अग्रवाल ने अयान सरवत को 8-3 से शिकस्त देकर अंतिम आठ में जगह बनाई। 9 नवंबर को स्पर्धा के क्वार्टर फाइनल एवम सेमी फाइनल मुकाबले यूनिनियन क्लब एवम छत्तीसगढ़ क्लब में खेले जाएंगे।

## रणजी ट्रॉफी में अजय की शानदार पारी



रायपुर। बीसीसीआई द्वारा रणजी ट्रॉफी 2024-25 का आयोजन 11 अक्टूबर से जारी है। जिसमें ग्रुप डी में छत्तीसगढ़ की टीम का चौथा मैच (06 - 09 नवंबर) को शहीद वीर नारायण सिंह अंतरराष्ट्रीय क्रिकेट स्टेडियम, रायपुर में रेलवे टीम के विरुद्ध खेला गया। तीसरे दिन शुक्रवार को रेलवे ने टॉस जीतकर पहले क्षेत्ररक्षण करने का निर्णय लिया। छत्तीसगढ़ ने पहले बल्लेबाजी करते हुये अपनी पहली पारी में 154.5 ओवरों में 9 विकेट खोकर 500 रन बनाए तथा पारी घोषित कर दी। छत्तीसगढ़ की ओर से संजित देसाई ने शानदार शतक लगाते हुए 110 रन बनाये। कप्तान अमनदीप खरे ने 88 रन तथा अनुज तिवारी ने 84 रनों का योगदान दिया। इसके अतिरिक्त अजय मंडल ने 66 रन, आयुष पांडे ने 46 रन तथा ऋषभ तिवारी ने 31 रनों की पारी खेली। रेलवे की ओर से कर्ण शर्मा ने 3 विकेट, आदर्श सिंह तथा आकाश पांडे ने 2-2 विकेट प्राप्त किये।

तीसरे दिन की समाप्ति तक रेलवे ने अपनी पहली पारी में 100 ओवरों में 3 विकेट खोकर 323 रन बना लिये हैं। रेलवे की ओर से एस ए आहुजा ने नाबाद 135 रन तथा विवेक सिंह ने 86 रन बनाये। वहीं छत्तीसगढ़ की ओर से अजय मंडल ने 2 विकेट तथा रवि किरण ने 1 विकेट प्राप्त किये। दूसरे दिन की समाप्ति तक छत्तीसगढ़ 177 रनों से आगे है।

## कूच बेहार ट्रॉफी के लिए सीएससीएस ने जारी की खिलाड़ियों की सूची

रायपुर। छत्तीसगढ़ क्रिकेट संघ कूच बेहार ट्रॉफी के लिए टीम के खि लाई यों की चयन सूची जारी कर दी गई है। छत्तीसगढ़ की टीम भिलाई सिविक सेंटर के क्रिकेट मैदान में 13 से 16 नवंबर पंजाब के साथ शाहिल रजत शरीफ के नेतृत्व में अपने अभियान की शुरुआत करेगी। चयनित खिलाड़ियों में आदित्य श्रीवास्तव बिलासपुर, भूपेंद्र कुमार यादव बिलासपुर, कृष्णा टोंक रायपुर, साहिल रजत शरीफ कृष्णा भिलाई क्रिकेट एसोसिएशन, आलोक गुप्ता भिलाई क्रिकेट एसोसिएशन, विकल्प तिवारी राजनांदगांव, प्रथम याचक भिलाई स्टील प्लांट, वैदिक मधुकर राजनांदगांव, विवेक यादव विकेटकीपर बिलासपुर, दक्ष कुमार पार्क विकेटकीपर रायपुर, ओम वैष्णव बिलासपुर, धनंजय नायक बिलासपुर, मोहम्मद फैज खान रायपुर, कुमार ईशान भिलाई क्रिकेट एसोसिएशन, रुद्र प्रताप बस्तर, अर्जुन कुमार बिलासपुर और सूर्यकांत तिवारी कवर्धा शामिल हैं।

## परीक्षण जरूर कराएं, इन स्थितियों में भी हो सकती है ये दिक्कत

## छाती में दर्द होना हर बार दिल का मामला नहीं, दूसरी बीमारी भी आ सकती है सामने

छाती में दर्द होने की समस्या काफी सामान्य है, इसके कई कारण हो सकते हैं। सांस के विकारों से लेकर, छाती में किसी प्रकार की चोट-संक्रमण या फिर हृदय स्वास्थ्य की समस्याएं इस तरह की दिक्कतों का कारण हो सकती हैं। आमतौर पर इस प्रकार के दर्द को हृदय रोगों की समस्या मान लिया जाता है, पर हर बार ये हृदय रोगों के कारण ही हो रही हो ये जरूरी नहीं है। इसकी कई और वजहें हो सकती हैं जिनपर भी ध्यान देना आवश्यक हो जाता है। क्या आपको भी अक्सर छाती में दर्द होने की समस्या रहती है? अगर हां तो इस बारे में किसी स्वास्थ्य विशेषज्ञ से मिलकर स्थिति का सही निदान जरूर करा लें। कुछ मामलों में ये गंभीर स्थिति हो सकती है जिसका समय रहते उपचार किया जाना जरूरी होता है।



## मस्कुलोस्केलेटल समस्याएं

छाती में होने वाला दर्द हर बार हृदय रोगों के कारण हो ये जरूरी नहीं है, कुछ स्थितियों में ये मस्कुलोस्केलेटल समस्याओं का भी संकेत हो सकती है। इस स्थिति में मांसपेशियों, हड्डियों, टेंडन, लिगामेंट्स और अन्य संरचनाओं में दिक्कत होने लगी है। इन स्थितियों में सीने में दर्द मुख्य रूप से छाती और ऊपरी पीठ हिस्से में अधिक होता है। भारी सामान उठाने या ज्यादा मेहनत वाले काम करने की स्थिति में ये दर्द बढ़ने लगता है।

## हृदय रोगों में छाती का दर्द होना

सीने में दर्द होने को हृदय रोग की समस्या मान लिया जाता है। हार्ट की समस्याओं में छाती में होने वाला दर्द हल्के से लेकर गंभीर तक हो सकता है। हार्ट अटैक की स्थिति में भी इस तरह का दर्द होना काफी सामान्य लक्षण हो सकता है। हार्ट अटैक गंभीर और जानलेवा स्थिति है, जिसमें तुरंत डॉक्टरों सहायता और उपचार प्राप्त करना जरूरी हो जाता है।

## गैस्ट्रोइंटेस्टाइनल समस्याएं

कई प्रकार की गैस्ट्रोइंटेस्टाइनल स्थितियों सीने में दर्द का कारण बन सकती हैं। गैस्ट्रोएसोफेगल रिफ्लक्स डिजीज (जीईआरडी) वाले रोगियों में ये समस्या होना काफी सामान्य है। यह पेटिक अल्सर, गैस्ट्रिटिस या ऐंठन का भी कारण बन सकती है। चूंकि गैस्ट्रोइंटेस्टाइनल और हृदय रोग, दोनों स्थितियों में होने वाले छाती के दर्द में लक्षण बहुत हद तक एक जैसे ही होते हैं, इसलिए लोगों में इसको लेकर कंप्यूजन हो सकता है।

## पैनिक अटैक की स्थिति

पैनिक अटैक, मानसिक स्वास्थ्य के विकारों जैसे स्ट्रेस और एंजाइटी के कारण बढ़ सकता है, इसमें ब्लड प्रेशर बढ़ने के साथ आपको छाती में दर्द महसूस हो सकता है। तनाव के प्रति शरीर की इस प्रतिक्रिया से मांसपेशियों में तनाव, श्वास और सीने में जकड़न होने लगती है।



## टेबल टेनिस जूनियर और कैडेट में अर्जुन दीक्षांत तथा समाया को विजेता का खिताब



रायपुर। छत्तीसगढ़ टेबल अंडर टेनिस संघ द्वारा भारतीय जीवन बीमा निगम

## 22वीं स्टेज छत्तीसगढ़ राज्य एवं अंतर जिला टेबल टेनिस प्रतियोगिता में रोमांचक दौर जारी

एवं सेन्ट्रल बैंक ऑफ इंडिया के सहयोग से 22वीं स्टेज छत्तीसगढ़ राज्य एवं अंतर जिला टेबल टेनिस प्रतियोगिता-2024 जारी है। 7 नवंबर से सप्ते शाला टेबल टेनिस हाल, बुढ़ापापा, रायपुर में जारी प्रतियोगिता में यूथ अंडर-17 (जूनियर) बालक एवं बालिका एकल वर्ग तथा यूथ अंडर-13 (कैडेट) बालक एवं बालिका एकल वर्ग के मुकाबले हुए।

यूथ अंडर-17 (जूनियर) तथा यूथ अंडर-13 (कैडेट) बालक एवं बालिका एकल वर्ग प्रतियोगिता के समापन एवं पुरस्कार वितरण समारोह

के मुख्य अतिथि भारतीय जीवन बीमा निगम, मंडल कार्यालय रायपुर के वरिष्ठ मंडल प्रबंधक राजेश कुमार सिंह थे। कार्यक्रम की अध्यक्षता छत्तीसगढ़ टेबल टेनिस संघ के उपाध्यक्ष राजेश लुनिया ने किया। मंच पर छत्तीसगढ़ टेबल टेनिस संघ के सचिव सार्थक शुक्ला, आयोजन सचिव विनय बैसवाड़े, मुख्य निर्णायक प्रदीप जोशी उपस्थित थे। कार्यक्रम का संचालन छत्तीसगढ़ टेबल टेनिस संघ के सह सचिव विमल नायर ने किया।

प्रतियोगिता में शुक्रवार को खेले गये यूथ अंडर-17 (जूनियर) तथा यूथ अंडर-13 (कैडेट) बालक एवं बालिका एकल वर्ग के फायनल मैच में यूथ अंडर-17 (जूनियर) बालक वर्ग विजेता- अर्जुन मल्होत्रा (रायपुर), उपविजेता- सिद्धा धुपर (रायपुर) 3-0 यूथ अंडर-17 (जूनियर) बालिका वर्ग विजेता -

समाया पांडे (रायपुर), उपविजेता - चारवी मढ़रिया (दुर्ग) 3-2 यूथ अंडर-13 (कैडेट) बालक वर्ग विजेता - दीक्षांत कुमार जांगड़े (बिलासपुर), उपविजेता- कवीश काला (रायपुर) 3-0 यूथ अंडर-13 (कैडेट) बालिका वर्ग विजेता - समाया पांडे (रायपुर), उपविजेता- लावण्या पांडे (रायपुर) 3-1 शामिल हैं। प्रतियोगिता में कल खेले गये टीम वर्गों के अन्य सभी फायनल मैच में यूथ अंडर-19 (यूथ) बालक वर्ग में विजेता रायपुर उपविजेता- बिलासपुर 3-0 यूथ अंडर-19 (यूथ) बालिका वर्ग विजेता- बिलासपुर उपविजेता- रायपुर 3-2, यूथ अंडर-17 (जूनियर) बालक वर्ग विजेता- रायपुर उपविजेता- बिलासपुर 3-0 यूथ अंडर-17 (जूनियर) बालिका वर्ग विजेता- रायपुर उपविजेता- दुर्ग 3-0 यूथ अंडर-15 (सब जूनियर) बालक विजेता- रायपुर उपविजेता- बिलासपुर 3-1 यूथ अंडर-15 (सब जूनियर) बालिका वर्ग विजेता दुर्ग उपविजेता- रायपुर 3-1 यूथ अंडर-13 (कैडेट) बालिका वर्ग विजेता- रायपुर उपविजेता- बिलासपुर 3-0 रहे। प्रतियोगिता के मुख्य निर्णायक अंतरराष्ट्रीय अंपायर प्रदीप जोशी एवं सहायक मुख्य निर्णायक विमल नायर, शिशिर गुप्ता और प्रवीण निरापुरे हैं।

## नाश्ते में परोसें मसालेदार कॉर्न रवा बॉल्स, चटखारे लेंगे लोग



अगर आप भी सूजी से एक ही तरह की डिश बनाकर और खाकर बोर हो गई हैं, तो फिर अब वक्त आ गया है कुछ नया ट्राई करने का। सूजी को एक बाउल में निकालें और हल्की आंच पर सूजी को भून लें। अब पैन में घी गर्म करें और राई, कॉर्न, अदरक, चिली फ्लेक्स, हल्दी पाउडर, नमक, सूजी और पानी डालकर पका लें। जब मिश्रण गाढ़ा हो जाए, तो गैस बंद कर दें और सूजी का मिश्रण ठंडा होने के लिए रख दें। छोटी-छोटी बॉल्स बनाएं और 10 मिनट तक हल्की आंच पर स्टीम होने दें। अब पैन में 2 चम्मच तेल डालें और लाल मिर्च पाउडर, हरा धनिया और बचा हुआ सभी सामान डालकर पकाएं। फिर ऊपर से कॉर्न डालकर हरी चटनी के साथ सर्व करें।



## काम में मन नहीं और दिमाग रहता है अशांत तो शुरू कर दें इन योगासनो का अभ्यास

कई बार काम के तनाव, कमजोरी या अन्य कारणों से लोगों का मन व मस्तिष्क थकावट महसूस करता है। अक्सर ऐसा होता है कि आपका काम में मन नहीं लगता और दिमाग में कई तरह के विचार आते हैं, जिससे आपका दिमाग अशांत हो सकता है। तनाव के कारण भी इस तरह की समस्या होती है। अनिद्रा की शिकायत होने पर भी मन अशांत हो जाता है। अगर इस तरह की समस्या से आप भी ग्रसित हैं तो मन और दिमाग को शांत करने के लिए आपको योगासन का अभ्यास करना चाहिए। योग से दिमाग शांत रहता है। तनाव कम होता और अनिद्रा की समस्या से राहत मिलती है, जिससे एकाग्रता आती है। ऐसे में तनाव और अनिद्रा की शिकायत से राहत पाने के लिए और दिमाग को शांत रखने व एकाग्रता के लिए नियमित इन योगासनों का अभ्यास करें।

## वृक्षासन का अभ्यास

इस आसन को करने के लिए सीधे खड़े होकर दाहिने घुटने को मोड़ते हुए दाहिने पंजे को बाएं जांच पर रखें। अब पैर के तलवे को जांच के ऊपर सीधा रखें। इसके बाद बाएं पैर को सीधा रखते हुए संतुलन बनाएं। गहरी सांस लें और नमस्कार की मुद्रा में रहें। इस दौरान रीढ़ की हड्डी को सीधा रखते हुए सांस छोड़ते समय शरीर को ढीला छोड़ते जाएं। अब हाथों को नीचे लाएं। फिर दाएं पैर को भी सीधा करें। पहले वाली मुद्रा में खड़े हो जाएं। अब बाएं तलवे को दाहिनी जांच पर रखकर आसन को दोहराएं।



## पश्चिमोत्तानासन

दिमाग की शक्ति बढ़ाने के लिए इस योगासन को फायदेमंद माना जाता है। एकाग्रता को सुधारने, तनाव दूर करने और दिमाग शांत रखने के लिए नियमित इस योगासन का अभ्यास करें। पश्चिमोत्तानासन के अभ्यास से शरीर ऊर्जावान बनता है और सक्रियता बढ़ती है। इस आसन को करने के लिए जमीन पर दोनों पैरों को फैलाकर बैठ जाएं। अब सांस लेते हुए हाथों को ऊपर उठाएं और सांस छोड़ते हुए हाथों को आगे की ओर ले जाएं। फिर हाथों की उंगलियों से पैरों की उंगलियों को पकड़ें। कोशिश करें कि इस पोज में आपकी नाक घुटने को छुए। कुछ देर इसी अवस्था में रहने के बाद पुनः सामान्य अवस्था में आ जाएं।

## बालासन

कमजोरी और थकान की शिकायत भी मन भ्रमित और दिमाग को असक्रिय बना देती है। ऐसे में बालासन का अभ्यास तनाव को कम करता है और शरीर की ऊर्जा को बढ़ाता है। बालासन का अभ्यास करने के लिए घुटनों के बल बैठकर दोनों टखने और एड़ियों को आपस में एक दूसरे से टच करें। गहरी सांस लेते हुए हाथों को ऊपर ले जाएं। फिर आगे की ओर झुकते हुए पेट को दोनों जांचों के बीच लाते हुए सांस छोड़ें। इस स्थिति में कुछ देर रहने के बाद घुटनों को सीधे में कर लें और वापस सामान्य स्थिति में आ जाएं।



## कार्नर न्यूज

## शादी के बाद बेटी से रिश्ते बनाए रखने जरूरी है कुछ बातों का ध्यान

## बेटी के मोह में मत कीजिए कभी ऐसी गलतियां वरना बिगड़ सकते हैं ससुराल में उनके रिश्ते



## ससुराल में बेटी को काम न करने की सलाह देना

शादी के बाद बेटी को ससुराल ही उसका अपना घर हो जाता है। यानी वहां के काम से लेकर सभी जिम्मेदारियों को भी उसे निभानी होती है। ऐसे में, अगर मां होकर आप अपनी बेटी को ससुराल में काम न करने की सलाह देती हैं, तो यह आपका प्यार नहीं, बल्कि उनके ससुराल में परेशानी को पैदा कर सकती है। ऐसा करने से बेटी ससुराल वाले घर को कभी अपना नहीं

## बार-बार बेटी को कॉल करना

बेटी को ससुराल भेज कर कोई भी मां वैन से नहीं रह पाती है। ऐसे में, बेटी की चिंता बार-बार सताती है और इसी चिंता के कारण वह एक दिन में कई बार कॉल करके बेटी से बात करती है। जबकि मां को यह भी समझना चाहिए कि बेटी का एक घर उसका ससुराल है, जहां उसे एडजस्ट होने ज्यादा समय लग सकता है। नए सदस्यों के साथ बातचीत करना उनसे अच्छी बॉन्डिंग बनाना जरूरी होता है। ऐसे में, यदि आप बार-बार फोन करेंगी तो वह अपने नए परिवार को कभी भी अपना नहीं पाएगी और कभी खुश भी नहीं रह पाएगी। इसलिए शादी के बाद बेटी को बार-बार कॉल करने से बचना चाहिए।

पाएंगी। इससे बेहतर है कि आप अपनी बेटी को यह समझाएं कि अपनी सेहत का ध्यान रखते हुए काम करो। धीरे-धीरे सब मैनेज होने लग जाएगा। बात-बात पर बेटी को मायके बुलाना बेटी ससुराल में तभी एडजस्ट कर पाएगी, जब उसका मायके वालों से मोह कम होगा। तभी वह अपने पति के परिवार को जल्दी अपना बना सकती है। दोनों ही पक्ष को बैलेंस करना और ससुराल को अपनाने में समय लगता है। इस बीच बार-बार बेटी को हर बात पर मायके बुलाना रिश्ते में बाधा पैदा कर सकता है।



## फिल्म इवेंट

## हॉलीवुड

## लुकास फिल्म ने चुना साइमन किनबर्ग को स्टार वार्स ट्रिलॉजी का करेगो लेखन-निर्माण

स्टार वार्स का अपना एक अलग दर्शक वर्ग है। जब भी कोई निर्माता या निर्देशक इससे जुड़ी फिल्म बनाता है उसे एक बड़ा दर्शक वर्ग आसानी से मिल जाता है। इसलिए स्टार वार्स पर कई फिल्मों और सीरीज बनी हैं। अब साइमन किनबर्ग 'स्टार वार्स' ट्रिलॉजी का निर्माण और लेखन करेंगे।

कहा जा रहा है कि इस ट्रिलॉजी में 'द स्काईवाकर' सागा के 10-12 एपिसोड शामिल होंगे, जिसकी शुरुआत जॉर्ज लुकास की 1977 की पहली फिल्म से हुई थी। सूत्रों के अनुसार किनबर्ग उस कहानी को जारी रखेंगे, लेकिन उन्होंने कहा कि इसके बजाय वह एक नई कहानी की शुरुआत करेंगे। वह दर्शकों को अलग तरह के रोमांच से वाकिफ कराना चाहते हैं और इसके लिए अपनी तरफ से पूरी कोशिश करेंगे। अभी तक लुकास फिल्म और डिज्नी की तरफ से इस पर कोई टिप्पणी नहीं की गई।

किनबर्ग ने पहले भी 'डेव फिलोनी' और 'कैरी बेक' के साथ मिलकर एमी नॉमिनेटेड एनिमेटेड सीरीज 'स्टार वार्स रिबेल्स' का सह-निर्माण, लुकास फिल्म के साथ मिलकर किया है। यह सीरीज 2014 से लेकर 2018 तक चार सीजन तक चली। वह स्टार वार्स एपिसोड -7 'द फोर्स अवेकेंस' के साथ भी जुड़े हुए थे, वह जेजे अब्राम्स निर्देशित इस फिल्म में सलाहकार रहे, इन्होंने साल 2015 में स्टार वार्स फ्रैंचाइज को पुनर्जीवित किया था। इसके अलावा भी किनबर्ग ने कई फिल्मों के लिए काम किया है। वह पहली दो 'डेडपूल' फिल्मों के निर्माता भी थे।

## टॉलीवुड

## सेंसर बोर्ड से पास हुई 'कंगुवा', सूर्या की फिल्म को मिला यूए सर्टिफिकेट

तमिल सुपरस्टार सूर्या की फिल्म कांगुवा का लोगों को लंबे समय से इंतजार है। पहले यह फिल्म अक्टूबर में रिलीज होने वाली थी, लेकिन बाद में



इसकी तारीख को आगे बढ़ा दिया गया। अब फिल्म 14 नवंबर को बड़े पर्दे पर दस्तक देने जा रही है। बाल दिवस के मौके पर रिलीज होने जा रही है इस फिल्म से दर्शकों को काफी ज्यादा उम्मीदें हैं। फिल्म का निर्देशन शिवा ने किया है। फिल्म की रिलीज डेट नजदीक आने के साथ ही अब इसे सेंसर बोर्ड से भी पास कर दिया गया है। इस बात की जानकारी खुद फिल्म के मेकर्स ने सोशल मीडिया के जरिए दी है। फिल्म को सेंसर बोर्ड ऑफ फिल्म सर्टिफिकेशन की ओर से यूए सर्टिफिकेट दिया गया है। प्रोडक्शन हाउस की ओर से इसको लेकर पोस्ट किया गया, रफक अद्वितीय एडवेंचर का हम सभी को इंतजार है। हमारी महान कृति कंगुवा को यूए सर्टिफिकेट दिया गया है। इसे थ्रीडी में अनुभव करने के लिए तैयार हो जाइए। केई गनवेल राजा के स्टूडियो ग्रीन की ओर से निर्मित इस फिल्म में बांबी देओल, दिशा पाटनी, मुगल टाकुर, योगी बाबू, कोवई सरला और रेडिन किंस्ले जैसे कलाकार हैं। 'कंगुवा' का संगीत देवी श्री प्रसाद ने दिया है। तकनीकी टीम की बात करें तो वेब्री पलानीशामी ने फिल्म का छायांकन और निषाद यूथफ द्वारा संपादन शामिल किया गया है। हाल ही में उनका निधन हो गया था। यह फिल्म तमिल, तेलुगु, मलयालम, हिंदी और कन्नड़ भाषाओं में रिलीज होगी। वर्क फ्रंट की बात करें तो इस फिल्म के बाद सूर्या जल्द ही कार्तिक सुब्बाराज की फिल्म में नजर आने वाले हैं। इसे फिलहाल अस्थायी तौर पर सूर्या 44 नाम दिया गया है। वहीं, उनकी फिल्म सूर्या 45 का निर्देशन आरजे बालाजी करने वाले हैं।

## भोजपुरी

## खेसारी का दिखा नया अंदाज, नम्रता के साथ नजर आए ठुमके लगाते

खेसारी लाल यादव भोजपुरी इंडस्ट्री में फिलहाल गर्दा उड़ा रहे हैं। वह फिल्म राजाराम में नजर आने वाले हैं। फिल्म की रिलीज से पहले अब उनका नया गाना सामने आया है। इसे



प्रशंसक बहुत पसंद कर रहे हैं। भोजपुरी सिनेमा के प्रशंसक खुद को इस गाने पर थिरकने से रोक नहीं पाएंगे। खेसारी यादव की आगामी फिल्म 'राजाराम' की रिलीज का फैंस बड़ी बेसब्री से इंतजार कर रहे हैं। खेसारी का नया गाना 'कमरिया लॉलीपॉप' आज रिलीज किया गया है। गाने में खेसारी के साथ नम्रता मल्ला भी नजर आ रही हैं। धमाकेदार डांस ने गाने में और जान डाल दी है और ज्यादा धमाल मचा दिया है। धमाकेदार जोड़ी के दमदार डांस ने गाने में और जान डाल दी है। 'कमरिया लॉलीपॉप' गाने को प्रकाश बारूद ने लिखा है। गाने का म्यूजिक विनय विनायक ने दिया है। सुरुज कटोक इस गाने के डायरेक्टर और गीत टप्पा कोरियोग्राफर हैं। गाना रिलीज होने के साथ ही इस पर प्रशंसकों के रिप्लेक्सन भी आने लगे हैं। एक प्रशंसक ने लिखा, 'अब तबाही आने कोई नहीं रोक सकता।' दूसरे प्रशंसक ने लिखा, 'माहौल बदल जाएगा खेसारी भईया।' साथ ही प्रशंसकों ने गाने में खेसारी के ठुमकों की भी तारीफ की है। खेसारी लाल यादव का 'राजाराम' का ट्रेलर भी प्रशंसकों को पसंद आ रहा है। फिल्म के ट्रेलर को यूट्यूब पर 2 मिलियन से ज्यादा व्यूज मिल चुके हैं। ट्रेलर इतना धमाकेदार है कि सोशल मीडिया पर इसकी काफी तारीफ हो रही है।

## चाल नजाकत वाली



लाइफ़ स्टाइल

फैशन शो के दौरान रैम्प पर मॉडल को चलने के लिए कई तरह की हिदायतें दी जाती हैं। यह सब उनके ट्रेनिंग का हिस्सा होता है। मसलन, मॉडल को बताया जाता है कि कल्पना करें कि कोई अदृश्य श्रृंखला आपको पीछे से आपके चेहरे के शिखर तक पकड़े हुए है। अपने कंधों को थोड़ा पीछे रखें और जिनना हो सके उतना सीधा रहें। इसके अलावा दर्पण के सामने चलते समय सहज दिखने का अभ्यास करने कहा जाता है।

## ब्राइडल मेहंदी को दें पर्सनलाइज टच

शादी की अहम रस्मों में मेहंदी लगाने का रिवाज निभाया जाता है। ब्राइडल मेहंदी अपने आप में खास होती है। यही कारण है कि लड़कियां मेहंदी के डिजाइन पर खास ध्यान देती हैं। आखिर ब्राइडल मेहंदी का स्पेशल होना तो बनता है। क्या आप अपनी ब्राइडल मेहंदी को पर्सनलाइज टच देना चाहती हैं? ताकि आपकी मेहंदी और भी सुंदर लगे। आज हम आपके लिए ऐसे ही कुछ आइडियाज लेकर आए हैं जिन्हें आप अपनी मेहंदी डिजाइन के लिए चुन सकती हैं। ऐसा माना जाता है कि हमारे जोडियक साईंस हमारी जिंदगी को कुछ हद तक प्रभावित करते हैं। इनका हमारी लाइफ़ में अहम रोल होता है। इसलिए दुल्हा दुल्हन के राशि भी देखी जाती है। क्या आपकी भी शादी होने वाली है? मेहंदी रस्म में बस कुछ ही दिन बाकी हैं और आप चाहती हैं कि आपकी ब्राइडल मेहंदी सबसे अलग और मीनिंगफुल हो? तो ऐसे में आप अपने हाथों पर अपना और अपने पार्टनर का जोडियक साइन बन सकती हैं। आप सिंबल को अपने हिसाब से डेकोरेट भी करवा सकती हैं ताकि वह कर सुंदर दिखे। लीजिए बन गईं आपकी ब्राइडल मेहंदी स्पेशल। अगर आपको शायरी लिखने और पढ़ने का शौक है तो आपको यकीनन यह आइडिया जरूर पसंद आएगा। आप अपनी ब्राइडल मेहंदी में अपने पार्टनर को कोई शायरी डेडिकेट कर सकती हैं। मेहंदी को यूनीक टच देने के लिए आप चाहें तो हिंदी इंग्लिश के बजाय कोई दूसरी भाषा में भी शायरी लिखवा सकती हैं। शायरी नहीं तो केवल आई लव यू भी एक अच्छा ऑप्शन है। यकीन मानिए आपको इस स्टाइल की ब्राइडल मेहंदी सभी को जरूर पसंद आएगी।



## हर मेकअप प्रोडक्ट के लिए इस्तेमाल होता है अलग ब्रश, जानें इन्हें इस्तेमाल करने का तरीका



आज के समय में चाहे पुरुष हो या महिला, हर किसी की जिंदगी में मेकअप की काफी अहम भूमिका होती है। मेकअप करने से सिर्फ खूबसूरती में चार चांद नहीं लगते, बल्कि साथ में इसके इस्तेमाल से लोगों का आत्मविश्वास भी बढ़ जाता है। अगर आपको मेकअप करना आता है तो आप पूरी तरीके से अपने लुक में बदलाव ला सकते हैं। दरअसल, सही से मेकअप करना एक कला है, ऐसे में ठीक कला की ही तरह मेकअप के लिए भी सही प्रकार के ब्रश की जरूरत पड़ती है। अगर आप मेकअप के दौरान गलत ब्रश का इस्तेमाल करेंगे तो इससे आपका मेकअप बिगड़ सकता है।

**फाउंडेशन ब्रश:** लिक्विड फाउंडेशन का इस्तेमाल करने से लिए सबसे पहले फाउंडेशन ब्रश का ही इस्तेमाल करना चाहिए। इस ब्रश की मदद से फाउंडेशन बराबर मात्रा में फैलता है और फ्लोलेस कवरेज देता है। फाउंडेशन ब्रश की मोटाई अच्छी खासी होती है और इसे ब्रिसल्स मुलायम व लचीले होते हैं।  
**फैन ब्रश:** जब मेकअप करते वक्त चेहरे पर अतिरिक्त पाउडर लग जाता है तो ये ब्रश इसे हटाने में मदद करता है। यह आकार में फैन की तरह चपटा होता है, इसलिए इसे फैन ब्रश बोलते हैं।  
**आईशैडो ब्रश:** अगर आपको आई मेकअप करना पसंद है तो आईशैडो ब्रश के बारे में आपको पता होना बेहद जरूरी है। आईशैडो के लिए अलग-अलग प्रकार के ब्रश आते हैं। ऐसे में इन्हें अपने कलेक्शन में जरूर शामिल करें।  
**लिप ब्रश:** सही से लिपस्टिक लगाने के लिए लिप ब्रश काफी जरूरी होता है। ऐसे में आप इसे जरूर अपने बैग में रखें। ये ज्यादा मोटा नहीं होता है। इससे लिपस्टिक लगाने में आसानी होती है। आईलाइनर ब्रश

## फटी-पुरानी लेगिंग्स को फेंके नहीं, करें इस्तेमाल



आपको बस थोड़ी-सी मेहनत करनी होगी और आप पुरानी लेगिंग्स को नए-नए तरीके से घर में इस्तेमाल कर सकती हैं। अगर आप क्राफ्ट और आर्ट्स में शौक रखती हैं, तब यह आपके बाएँ हाथ का खेल होगा। आइए आपको पुरानी लेगिंग्स को दोबारा इस्तेमाल करने के तरीके बताएं।

## लेगिंग्स से बनाएं लैपशेड्स

अगर आपके पास कोई प्रिंटेड लेगिंग पड़ी है, तो उसे फेंकने से अच्छा है कि अपने लैप को सजा सकती हैं। आप उस पुरानी लेगिंग्स से एक खूबसूरत लैपशेड बना सकती हैं।

## कैसे बनाएं लैपशेड

अपनी लेगिंग्स के दोनों पैरों को अलग-अलग काटकर रख लें। एक हिस्से को स्ट्रेच करें और फिर अपने लैप पर एक किनारे पर रग्लू से चिपका दें। अप कपड़े को लैप के चारों ओर लपेट लें। इसके बाद फिर से रग्लू से इसे अच्छी तरह से चिपका लें। ध्यान रखें कि आप इसे लगाते हुए 1 सेंटीमीटर का मार्जिन छोड़ें। इस तरह से आप एक फैब्रिक से दो लैपशेड्स का डेकोर कर सकती हैं।

## लेगिंग्स से बना हुआ फ्लोर मैट बनाएं

आपने देखा होगा, आजकल कुछ चर्टाई वाले घर आकर आपके पुराने कपड़े मांगते हैं और फिर आपके लिए सुंदर से फ्लोर मैट तैयार कर देते हैं। ये बुने हुए फ्लोर मैट काफी ट्रेंड में हैं और बैठने के लिए काफी अच्छे और मोटे होते हैं। आप लेगिंग्स से ये फ्लोर मैट आसानी से बना सकती हैं।

## कैसे बनाएं बुना हुआ फ्लोर मैट

अगर आपके पास 2-3 अलग-अलग तरह की या प्रिंट वाली लेगिंग्स हैं, तो आपका काम आसानी से हो जाएगा।

## कार्नर न्यूज

## पुरुषों के लिए नई वैरायटी में कार्गो पैट्स हैं पहली पसंद

## कार्गो पैट हैं आपकी फेवरेट तो बेस्ट लुक के लिए याद रखिए स्टाइलिंग टिप्स, निखरेगा आपका लुक



**स्लिम और स्ट्रेट कट:** कार्गो पैट्स अक्सर ढीले पैटर्न में बनी होती हैं। इस वजह से ये हर बाँड़ी टाइप पर सूट नहीं करती हैं। जबकि इस वक्त सबसे बेहतरीन कार्गो पैट्स वो हैं जो स्लिम या फिर स्ट्रेट कट में बनी हों। ओवरसाइज कार्गो पैट्स भी काफी पसंद की जा रही है लेकिन इतनी ढीली नहीं होनी चाहिए कि आप मजाक ही बन जाएं। इसलिए अपनी हाइट और पर्सनलिटी को देखते हुए स्ट्रेट, स्लिम या ओवरसाइज में से चुनाव करें।

**फैब्रिक हो ऐसा:** कार्गो के स्टाइल और पैटर्न पर तो बात हो गई लेकिन इसके फैब्रिक के बारे में भी जान लीजिए। कार्गो में हमेशा कॉटन या काडोरी मटेरियल ठीक रहता है। आप इन्हीं में से चुनाव करें।

**कार्गो पैट्स और स्टाइल:** कार्गो का स्टाइल मिलिट्री जैकेट्स के साथ सबसे अच्छा लगता है। लेकिन कार्गो के साथ मिलिट्री जैकेट पहनकर ऐसा लगता है मानो अभी-अभी मिशन से आए हों। इसलिए इन पैट्स के साथ डेनिम जैकेट का कॉम्बिनेशन कीजिए। इसके साथ हाइकिंग बूट्स पहनिए। ये लुक आप पर बहुत अच्छा लगेगा। गर्मी का मौसम है तो इस वक्त ओवरसाइज टीशर्ट और सफ़ेद स्नीकर्स भी पहने जा सकते हैं।

**क्या हों खासियत:** एक कार्गो पैट में कुछ खासियतें होनी चाहिए जैसे- प्लेटेड फ्रंट, बेहतरीन हेम और कलर में म्यूटेड टॉन्स हो।

**टी शर्ट का साथ:** कार्गो पैट्स के साथ शर्ट नहीं लेकिन टी शर्ट बेहतरीन लगती है। टी शर्ट में भी चंकी क्रू नेक कार्गो के साथ अच्छी लगती है। इसके साथ टर्टल नेक टी शर्ट भी कार्गो के अथ अच्छे से मैच होती है।

**प्रिंटेड कार्गो पैट्स भी चुनें:** प्रिंटेड कार्गो पैट्स भी काफी अच्छी लगती हैं। प्रिंटेड कार्गो पैट्स के साथ ये फायदा होता है कि इनके साथ कई रंगों और पैटर्न की शर्ट पहनी जा सकती है।

