तापमान

अधिकतम 38 डिग्री

न्यूनतम 24 डिग्री

हरिभूमि

इस्पात भूमि

रायपुर, शुक्रवार, 25 जुलाई , 2025

भिलाई | दुर्ग | भिलाई-3 | कुम्हारी | जामुल | उतई | पाटन | अहिवारा | मुरमुंदा | धमधा | अण्डा | जामगांव - आर

14 भिलाई, रिसाली, चरोदा व दुर्ग निगम की बस्तियों में सिटी डॉयग्नोस्टिक सेंटर खोलने लाखों बर्बाद

आवारा कुत्तों का आतंक

अस्पतालों में रैबीज का इंजेक्शन लगवाने के लिए मची आपाधापी

डेढ़ साल में कुत्तों की संख्या दोगुनी, हर दिन डॉग बाइट के 100 से ज्यादा केस

हरिभूमि न्यूज ⏭भिलाई

बारिश की शुरुआत के साथ एक बार फिर ट्विनसिटी में कुत्तों का आतंक बढ़ गया है। जिला अस्पताल दुर्ग और शास्त्री अस्पताल सुपेला के रिकार्ड की मानें तो दोनों अस्पताल में हर दिन डॉग बाइट के 100 से ज्यादा केस पहुंच रहे हैं। इतना ही नहीं हरिभूमि की पड़ताल में खुलासा हुआ है कि पिछले करीब डेढ़ साल में ही शहर में इसकी संख्या दोगुनी हो गई है। शहर की आउटर कॉलोनियों में रात के समय इन आवारा कुत्तों का ऐसा आतंक है, कि मार्ग से गुजरना मुश्किल हो रहा है। हर किसी को देखकर ये कुत्ते दौड़ा रहे हैं। खास बात यह है कि लगातार बढ़ती घटनाओं के बाद न निकायों ने इसे गंभीरता से लिया है, न ही बीएसपी प्रबंधन ने रूचि दिखाई है। आए दिन गली-मोहल्लों में लोग कुत्तों का शिकार हो रहे हैं। पिछले दिनों बीएसपी कर्मी दिनेश बाजपेयी और वेंकट भी कुत्ते के काटने का शिकार हुए थे।

टाउनशिप में रहवासी हो रहे भयभीत, बढ़ रही घटनाएं

जानकारी के मुताबिक पिछले डेढ़ दो साल के दौरान भिलाई और दुर्ग में आवारा कुत्तों की तादाद में तेजी से इजाफा हुआ है। कभी नीट एंड क्लीन माने जाने वाले बीएसपी टाउनशिप में भी गली गली में कटखने कुत्ते घूम रहे हैं। आने-जाने वालों को काट रहे हैं। ट्विनसिटी में बरसात के मौसम शुरू होने के बाद तो न सिर्फ आवारा कुत्तों की संख्या बढ़ रही है, बल्कि डॉग बाइट की घटनाओं में भी बढ़ोत्तरी हो रही है। मुख्य सड़कों, चौराहों, बाजारों और सार्वजनिक स्थलों के आसपास कुत्तों का इतना अधिक आतंक है कि लोगों का इनके झुंड के करीब से गुजरना खतरनाक साबित हो रहा है। भिलाई-दुर्ग में आए दिन लोग आवारा कुत्तों के शिकार हो रहे हैं।

इन तीन मामलों से समझें कुत्तों की दहशत की गंभीरता

केस -1 टाटा लाइन कोहका निवासी टी मोहन 52 वर्ष मंगलवार को लक्ष्मीनगर बाजार से सब्जी लेकर लौट रहा था। मटन मार्केट के निकट चार, पांच कुत्तों ने उसे दौड़ाया और एक कुत्ते ने पांव में जबड़ा मार दिया। व्यवसायियों ने बताया कि इस रोड पर कुत्ते कई लोगों को काट चुके हैं।

केस-2 रिटायर बीएसपी कर्मी रमेश कुमार बुधवार को सेक्टर 6 से रुआबांधा जा रहे थे। रात सेक्टर 6 चौक के निकट उनकी खड़ी बाइक के पीछे कुत्ता खड़ा था। जैसे ही उन्होंने बाइक का स्टैंड हटाया कुत्ते ने उनके पंजे को लहुलुहान कर दिया। रमेश के भांजे साकेत ने बताया कि कुत्ते के दो दांत हड्डी तक गड़ गए थे। रेबीज के पांच इंजेक्शन लगेंगे।

केस- 3 प्रगति नगर रिसाली निवासी रिटायर बीएसपी कर्मचारी जानकी रमैया खरीदारी के लिए छह दिन पूर्व मार्केट जा रहे थे। अचानक सेक्टर 10 मार्केट के निकट उनकी बाइक को दो तीन कुत्तों ने दौड़ाया। बचने के लिए जैसे ही बाइक रोककर खड़े हुए एक कुत्ते ने पांव में झपट्टा मारकर जख्मी कर दिया। श्री रमैया उपचार के लिए सेक्टर नौ अस्पताल पहुंचे, जहां चिकित्सकों की सलाह पर बतौर उपचार रेबीज के पांच इंजेक्शन लगवा रहे हैं।

भिलाई-दुर्ग के चौराहों और बजारों में भी दहशत

भिलाई-दुर्ग में आवारा कुत्तों के आतंक से लोग बुरी तरह डरे हुए हैं। विभिन्न सेक्टरों और बस्तियों में सड़कों व गलियों चौराहों में राहगीरों को कुत्ते दौड़ाते हुए जख्मी कर रहे हैं। इनके शिकार बच्चे, युवा, कर्मचारी और महिलाएं सभी हो रहे हैं। आवारा कुत्तों का सबसे ज्यादा आतंक सुपेला चौक लक्ष्मीनगर रोड मे मटन मार्केट निकट, कोहका चौक, राधिका नगर स्लाटर हाउस रोड,सेक्टर 6 मार्केट, सेक्टर दस मार्केट, रुआबांधा रोड, रिसाली, कैंप, पावरहाउस बाजार, इंदिरा मार्केट, स्टेशन रोड ग्रीन चौक आदि है.जहां कुत्ते झुंड में राहगीरों को दौड़ाते रहते हैं।

नसबंदी व धरपकड़ जरूरी

छग पिछड़ा वर्ग प्रकोष्ठ कांग्रेस के प्रांतीय उपाध्यक्ष राजेंद्र ताम्रकार ने बताया कि प्रशासन को सभी नगर निगमों व बीएसपी को आवारा कुत्तों की धर पकड़ मुहिम रोज चलाने की जरुरत है। डाग हाउस बनाने की पहल की जानी चाहिए। साथ ही कुत्तों को नसबंदी भी जरुरी है। पूर्व में दुर्ग मे डाग हाउस व नसबंदी की स्कीम बनाई गई थी लेकिन यह सफल नहीं हो सकी।

महीने में 1500 से ज्यादा प्रकरण सामने आ चुके

जिला अस्पताल में हर महीने करीब 1500 लोग कुत्ते के काटने से इलाज करवाने के लिए आ रहे हैं। उनके लिए एंटी रेबीज इंजेक्शन का पर्याप्त व्यवस्था की गई है। चार डोज एक व्यक्ति को लगता है। - डॉ. एके मिंज

सिविज सर्जन जिला अस्पताल

हर दिन 50 डाग बाइट हॉस्पिटल पहुंच रहे

सिविल अस्पताल सुपेला में इन दिनों हर दिन 50 लोग कुत्ते के काटने की वजह से आ रहे हैं। इनमें छावनी, कैंप, खुर्सीपार अस्पताल से भेजे गए लोग होते हैं। एंटी रेबीज इंजेक्शन का स्टॉक उस हिसाब से हमने मंगवा कर रखा है।

- डॉ. पियम सिंह

प्रभारी सिविल अस्पताल सुपेला

भाजपा के तीन मंडलों की कार्यकारिणी घोषित, निकाय चुनाव की तैयारी तेज

हरिभूमि न्यूज ⏭भिलाई

भाजपा भिलाई के मंडलों में कार्यकारिणी का विस्तार शुरू हो गया है। जिला अध्यक्ष पुरुषोत्तम देवांगन की अनुशंसा पर मंडल अध्यक्षों द्वारा यह नियुक्ति की जा रही है। पूर्व मंडल के अध्यक्ष हीरामन रोहित साहू ने अपनी कार्यकारिणी का विस्तार किया। उन्होंने उपाध्यक्ष प्रहलाद सिंह, सरोज पाहिद, गुरुचरण बग्गा, ब्रजेश मिश्रा, महामंत्री महेंद्र प्रताप सिंह, जे ललिता, मंत्री नीलम साहू, सीमा देवी, मोंटू हरपाल, शीतल सिंह, कोषाध्यक्ष मनोज साव, मीडिया प्रभारी अजय कन्नौजिया सहित अन्य की नियुक्ति की है। इसी प्रकार खुर्सीपार मंडल के अध्यक्ष धर्मेंद्र सिंह ने उपाध्यक्ष उषा भादुड़ी, गुलाब सिंह, कमल अग्रवाल, चिट्टी बाबू, महामंत्री निखिल ताठे, तीरथ देवांगन, मंत्री रामेश्वरी साहू, उषा मधुकर, प्रकाश यादव, लीना यादव, कोषाध्यक्ष हनुमान गुप्ता, मीडिया प्रभारी वीरेंद्र सिंह सहित अन्य शामिल हैं। इसी प्रकार पश्चिम मंडल के अध्यक्ष गोल्डी सोनी ने उपाध्यक्ष रामू राव, सीमा तिवारी, जयकेश तांडी, किरण भोसले, महामंत्री बी पद्मनाभन, ऋतुराज शर्मा, मंत्री महेंद्र यादव, सरोज टहनगुरिया, सोनेश त्रिवेदी, सुमित्रा रात्रे, कोषाध्यक्ष वेणुगोपाल, मीडिया प्रभारी रेहान अहमद सहित अन्य शामिल हैं। जल्द ही अन्य मंडलों की कार्यकारिणी का विस्तार किया जाना है। बता दें कि आगामी दिनों में भिलाई में निकाय चुनाव होने हैं, जिसे देखते हुए संगठन स्तर पर तैयारी तेज कर दी गई है।

पीडब्ल्यूडी अधिकारी के बेटे ने फांसी लगाकर की खुदकुशी

हरिभूमि न्यूज ⏭भिलाई

भिलाई में एक एग्रीकल्चर के स्टूडेंट अपने कमरे में फंदे पर झूल गया। सूचना मिलते ही सुपेला पुलिस मौके पर पहुंची। पुलिस ने शव को

■ भिलाई में रहकर कर रहा था एग्रीकल्चर की पढ़ाई

पोस्टमार्टम के लिए लाल बहादुर शास्त्री अस्पताल सुपेला भेजा। पीएम के बाद शव परिजनो को सौंपा जाएगा। पुलिस मर्ग कायम कर मामले की जांच कर रही है।

सुपेला पुलिस से मिली जानकारी के मुताबिक मृतक का नाम इंद्रप्रीत सिंह सैनी (26 साल) है। उसके पिता जनरल सिंह जगदलपुर में लोक निर्माण विभाग बतौर एसडीओ पदस्थ हैं। उसी मां सरकारी स्कूल में शिक्षिका हैं। लड़के ने सुसाइड क्यों किया इसका कारण पता नहीं चल पाया है। पुलिस परिजनों से पूछताछ कर रही है। इंद्रप्रीत कातुलबोर्ड सांई नगर सुपेला में किराये से रहता था और एग्रीकल्चर की पढ़ाई कर रहा था। बीते 23 जुलाई को इंद्रप्रीत अपने कमरे में अकेला था। कुछ देर बाद सूचना मिली कि उसने फांसी लगाकर आत्महत्या कर ली है। सूचना मिलते ही परिजन तुरंत जगदलपुर से भिलाई पहुंचे।

दानपेटी और क्लीनिक का शटर तोड़कर चोरी करने वाला पकड़ाया

हरिभूमि न्यूज ⏭भिलाई

खुर्सीपार थाना क्षेत्र में चोरी की दो घटनाओं को अंजाम देने वाले को पुलिस ने पकड़ा। आरोपी की पहचान सीसीटीवी कैमरे की मदद

■ सीसीटीवी कैमरे की मदद से पुलिस पहुंची आरोपी तक, भेजा गया जेल

से हुई। आरोपी ने थाना क्षेत्र अंतर्गत एक मंदिर की दानपेटी को तोड़कर उससे कैश निकाल लिए। इसी प्रकार एक अन्य घटना में आरोपी ने डॉक्टर की क्लीनिक को निशाना बनाया। आरोपी शटर तोड़कर क्लीनिक में घुसा और अंदर ट्रास से कैश पार कर दिए। पुलिस ने कैमरे से हुई पहचान के बाद उसे गिरफ्तार किया। पूछताछ में आरोपी ने अपना गुनाह कबूल लिया। आरोपी का नाम कुलदीप पिता नोहर कौशिक उम्र 22 साल निवासी बाबा चौक दुर्गा मंदिर वार्ड बताया गया है। पुलिस ने गौतम सिंह कौशिक और जयशंकर चौधरी की शिकायत पर अपराध दर्ज किया है। आरोपी के विरुद्ध धारा 331(4), 305(क) बीएनएस के तहत अपराध दर्ज किया गया। उसे कोर्ट में पेश किया गया, जहां से न्यायिक रिमांड पर उसे जेल भेज दिया गया। पुलिस ने आरोपी को पहले संदेह के आधार पर पकड़ा था। आरोपी की निशानदेही पर कैश जब्त कर लिया गया है। मामले में पुलिस की विवेचना जारी है।

यलो एलर्ट, ट्विनसिटी में आज से दो दिन बारिश की संभावना

हरिभूमि न्यूज ⏭भिलाई

गुरुवार को जिले के अलग-अलग क्षेत्रों में बारिश हुई। रिसाली, सुपेला, पावरहाउस व दुर्ग में बीच-बीच में हल्की बारिश हुई। वहीं ग्रामीण क्षेत्रों में अच्छी बारिश की खबर है। मौसम विभाग ने गुरुवार को एक ही दिन में दुर्ग जिले में 38.6 मिलीमीटर बारिश दर्ज की है। वहीं मौसम विभाग ने एलो एलर्ट जारी किया है। दो दिन यानी 25 व 26 जुलाई को भारी वर्षा होने की चेतावनी दी है।

जिले में अब तक 390 मिलीमीटर हो चुकी है बारिश

जिले में 1 जून 2025 से 23 जुलाई 2025 तक 390.3 मिमी औसत वर्षा दर्ज की गई है। कार्यालय कलेक्टर भू अभिलेख शाखा से प्राप्त जानकारी के अनुसार 1 जून से अब तक सर्वाधिक वर्षा 514.9 मिमी पाटन तहसील में तथा न्यूनतम 317.2 मिमी. तहसील भिलाई-3 में दर्ज की गई है। इसके अलावा तहसील बोरी में 333.0 मिमी, तहसील अहिवारा में 474.0 मिमी, तहसील धमधा में 325.6 मिमी और तहसील दुर्ग में 376.9 मिमी वर्षा दर्ज की गई है। 23 जुलाई 2025 को तहसील दुर्ग में 2.0 मिमी, तहसील धमधा में 18.2 मिमी, तहसील पाटन में 52.4 मिमी, तहसील बोरी में 22.0 मिमी, तहसील भिलाई 3 में 7.0 मिमी और तहसील अहिवारा में 0.0 मिमी वर्षा दर्ज की गई है।

इस सिस्टम की वजह से एलो एलर्ट

मौसम विभाग के मुताबिक एक निम्न दाब का क्षेत्र उत्तर बंगाल की खाड़ी के ऊपर स्थित है इसके साथ ऊपरी हवा का चक्रीय चक्रवाती परिसंचरण 7.6 किलोमीटर ऊंचाई तक विस्तारित है । अगले 24 घंटे में इसके और अधिक प्रबल होकर चिन्हित निम्न दाब के क्षेत्र के रूप में परिवर्तित होने की संभावना।

गाड़ियों में आग लगाकर हत्या का प्रयास, दो गिरफ्तार

भिलाई। नंदिनी थाना अंतर्गत आपसी रंजिश के चलते घर और दो वाहनों में आग लगाने वाले दो आरोपियों को एक माह बाद नंदिनी पुलिस ने गिरफ्तार कर लिया है। पुलिस ने आरोपी राजेश कुमार मरकाम और टोमेस पाटिल के खिलाफ धारा 326 (एफ), 109, 61(2) बीएनएस के तहत अपराध दर्ज कर उन्हें न्यायिक हिरासत में भेज दिया है। पुलिस प्रवक्ता पद्मश्री तंवर ने बताया कि नंदिनी टाउनशिप निवासी रामेश्वर प्रसाद विश्वकर्मा ने रिपोर्ट दर्ज कराई थी कि 26 व 27 जून की रात वह अपने परिवार के साथ घर में सोया था। तभी किसी ने घर में आग लगा दिया। इससे घर के बाहर खड़ी कार व स्कूटी भी जल गई। उसने बताया कि उसके पड़ोसी राजेश कुमार मरकाम ने जान से मारने की नियत से ऐसा किया है।

एसएलआरएम सेंटरों में कचरे की भरमार, उठती बदबू से जनता बेहाल

एसएलआरएम सेंटर बने अघोषित ट्रेंचिंग ग्राउंड

हरिभूमि न्यूज ▶▶|दुर्ग

शहर में इन दिनों कचरा उठाने और उसके एसएलआरएम सेंटरों में प्रोसेसिंग को लेकर बड़ा खेल चल रहा है। वार्डों से कचरा तो डोर-टू-डोर कलेक्ट किया जा रहा है, लेकिन यह कचरा प्रोसेस होने के बजाए गुपचुप तरीके से शहर के अलग-अलग हिस्सों में लैंड फिलिंग के नाम पर डंप किया जा रहा है। किसी को इसकी भनक न लगे, इसलिए दोपहर 2 बजे के बाद यह पूरा खेल चल रहा है। इतना ही नहीं एसएलआरएम सेंटरों में कचरे से खाद बनाने का नाम सिर्फ खानापूर्ति तक सीमित है। इतना ही नहीं वार्डों का कचरा लाकर इन एसएलआरएम सेंटरों में पहुंचाया जा रहा है। इसके बाद निगम की गाड़ियां इसे शहर के आउटर क्षेत्रों में डंप कर रही है। शासन के निर्देश पर ट्रेंचिंग ग्राउंड समाप्त कर दिए गए हैं। इस वजह से कचरे को अलग-अलग जगहों पर लेजाकर फेंका जा रहा है। वहीं कुछ एसएलआरएम सेंटरों में भी डंप कर दिया जा रहा है। इस वजह से इन एसएलआरएम सेंटर के आसपास रहने वाले लोगों को खासी परेशानी उठानी पड़ रही है।

शहर के 60 वार्ड से निकलने वाले कचरे के लिए 10 सेंटर

जानकारी के मुताबिक दुर्ग शहर के 60 वार्डों से निकलने वाले कचरे की प्रोसेसिंग के लिए 10 जगहों पर एसएलआरएम सेंटर बनाए गए हैं। इन सेंटरों को तैयार करने के लिए 15 लाख से 23 लाख रुपए तक खर्च किए गए हैं। वर्तमान में आईएचएसडीपी आवास उरला, सिकोलाबस्ती, धमधानाका, कातुलबोड़, रायपुर नाका, चौपाटी, बोरसी हाट बाजार, बोरसी बस्ती, पुलगांव, मरच्यूरी सेंटर के पास एसएलआरएम सेंटर चल रहे हैं। जहां कचरा या तो कचरा डंप हो रहा है, या वहां से उठाकर किसी बड़े सेंटर में कचरा डंप कर दिया जा रहा है।

पोटिया ट्रेंचिंग ग्राउंड बंद होने पर जगह-जगह कचरा डंप

बता दें कि पोटिया ट्रेंचिंग ग्राउंड को पूरी तरह से बंद कर दिया गया है। स्वच्छ भारत मिशन के अंतर्गत वार्डों से निकलने वाले कचरे का वार्ड में ही प्रसंस्करण किया जाना है। गीला-सूखा अलग करने के साथ कचरे से खाद तैयार किया जाना है। प्लास्टिक, कांच के सामने, लोहे के उपकरण सहित अन्य को अलग-अलग कर उसे बेचा जाना है। शासन के निर्देश पर ही पोटिया ट्रेंचिंग ग्राउंड से कचरा डिस्पोज किया गया। इसके बाद कचरा कभी गोकुल नगर, कभी नेहरूनगर बायपास रोड, एसएफ बटालियन के सामने, पुलगांव नाले के पास, कादम्बरी नगर, कातुलबोड़, पुलगांव सहित अन्य जगहों पर कचरा डंप किया गया।

पीएम की मंशा की मिट्टी पलीद कर रहे

दुर्ग निगम के अधिकारी देश के प्रधानमंत्री की मंशा की मिट्टी पलीत कर रहे हैं। महत्ती योजना के लिए कचरा प्रोसेसिंग सिर्फ कागजों में हो रहा है। कहीं कोई मॉनीटरिंग नहीं हो रही है। कागजों में सब चल रहा है। सच्चाई देखना है तो एसएलआरएम सेंटरों और दुर्ग शहर के बाहर के क्षेत्रों में देखें, जहां कचरा डंप हो रहा है। -**डी प्रकाश**, पूर्व पार्षद नगर निगम दुर्ग

आप के संगठन विस्तार की तैयारी शुरू, दुर्ग में भी कवायद

दुर्ग। आम आदमी पार्टी द्वारा छत्तीसगढ़ में पार्टी के विस्तार और संगठन की मजबूती के लिए कवायद शुरू कर दी गई है। पार्टी के प्रदेश अध्यक्ष गोपाल साहू ने बताया कि आगामी 30 जुलाई तक सभी जिलों में जिला स्तरीय मीटिंग होनी है। इसके बाद जोन स्तरीय सम्मलेन होगा। इसमें प्रदेश प्रभारी, सहप्रभारी और प्रदेश अध्यक्ष पदाधिकारियों और कार्यकर्ताओं की मीटिंग होगी। राष्ट्रीय महामंत्री, प्रदेश प्रभारी डॉ. संदीप पाठक और दिल्ली के सुल्तानपुर विधायक, मुकेश अहलावत के निर्देश पर पार्टी विस्तार और मजबूत संगठन की कवायद शुरू की गई है। पार्टी ने 7 ज़ोन बनाकर प्रदेश पदाधिकारियों को पर्यवेक्षक, समन्वयक नियुक्त किया है। जसबीर सिंग को सरगुजा और कोरबा-रायगढ़, सूरज उपाध्याय को बिलासपुर-जांजगीर-चांपा, वदूद आलम को रायपुर-महासमुंद, देवलाल नरेटी और उत्तम जायसवाल को बस्तर, कांकेर और दुर्ग-राजनांदगाव की जिम्मेदारी दी गई।

नए कार्यकर्ताओं को जोड़ने चलाया जा रहा अभियान

प्रदेश महासचिव वदूद आलम ने कहा कि पार्टी का गठन 12 साल पहले हुए। इतने कम समय में पार्टी ने राष्ट्रीय पार्टी का दर्जा हासिल किया। नए सदस्यों को जोड़ने के लिए व्यापक अभियान चलाया जाएगा। जिला, ब्लॉक स्तर, प्रत्येक वार्ड, पंचायत और बूथ स्तर पर संगठन की टीम तैयार करने की रुपरेखा तैयार की जा रही है। पार्टी में युवाओं और महिलाओं, किसान विंग, ओबीसी विंग एवं एसटी, एससी विंग पर भी पार्टी का बहुत ज्यादा फोकस है। संजीत विश्वकर्मा ने बताया कि हमारे द्वारा कार्यकर्ताओं को आम आदमी पार्टी की नीतियों, विचारधारा और सोशल मीडिया प्रबंधन के लिए प्रशिक्षित कर कार्यकर्ताओं में जोश और एकता का संचार करने की तैयारी की जा रही है।

जेएलएन अस्पताल में किशोरियों को किया स्वास्थ्य के प्रति जागरुक

हरिभूमि न्यूज ▶▶|भिलाई

- बीआर कन्या उमा विद्यालय में स्वास्थ्य के प्रति विद्यार्थियों को किया जागरूक

भिलाई इस्पात संयंत्र के निगमित सामाजिक उत्तरदायित्व (सीएसआर) विभाग तथा जेएलएन अस्पताल के तत्वावधान में मिशन लक्ष्मी के तहत बीआरजे शासकीय कन्या उच्चतर माध्यमिक विद्यालय, दुर्ग में स्वास्थ्य जागरूकता शिविर का आयोजन किया गया। इस शिविर में 85 छात्राओं और 5 शिक्षकों ने भाग लिया।

उद्घाटन मुख्य चिकित्सा अधिकारी डॉ. कौशलेंद्र ठाकुर ने किया। कार्यक्रम में किशोरावस्था की छात्राओं को ध्यान में रखते हुए स्वास्थ्य विषयों पर चिकित्सकीय जानकारी दी गई।

अतिरिक्त मुख्य चिकित्सा अधिकारी डॉ. माला चौधरी ने बाल स्वास्थ्य और टीकाकरण पर जानकारी दी। चिकित्सक डॉ. जकिया ने प्रजनन स्वास्थ्य, कैंसर जागरूकता व मेनस्ट्रुअल हाइजीन का महत्व बताया। आहार विशेषज्ञ लता मिश्रा ने संतुलित आहार पर जानकारी दी। कार्डियो पल्मोनरी रिससिटेशन के प्रदर्शन में छात्राओं के साथ शिक्षकों ने भी भाग लिया।

ब्लड ग्रुप परीक्षण के लिए 87 नमूने

शिविर में हीमोग्लोबिन स्तर एवं ब्लड ग्रुप की जांच के लिए प्रतिभागियों से 87 रक्त नमूने एकत्र किए गए। स्वास्थ्य प्रश्नोत्तरी के 25 छात्राओं को पुरस्कृत किया गया। कार्यक्रम में मुख्य चिकित्सा अधिकारीगण डॉ. विनीता द्विवेदी, डॉ. एस मुखर्जी, डॉ. उदय कुमार, तथा अतिरिक्त मुख्य चिकित्सा अधिकारी डॉ. मनीषा कांगो का योगदान रहा। जीएम शिवराजन नायर व उप महाप्रबंधक अपर्णा चंद्रा का योगदान रहा।

दीनदयाल स्टेडियम परिसर की 62 दुकानों की होगी नीलामी

भिलाई। जोन 4 के वार्ड क्रमांक 51 खुर्सीपार स्थित पंडित दीनदयाल मिनी स्टेडियम की 62 दुकानों की नीलामी होगी। नीलामी के लिए भिलाई निगम ने तैयारी कर ली है। भूतल पर 34 दुकानें और प्रथम तल पर 28 दुकान बने हैं। जोन कार्यालय में दुकान लेने के इच्छुक लोग स्पीड पोस्ट या रजिस्टर्ड डाक से आवेदन कर सकते हैं।

सभी दुकानों के लिए आरक्षण भी लागू कर दिया गया है। आरक्षित दुकानों के नंबर के हिसाब से उस वर्ग के व्यक्ति को दुकानें आबंटित की जाएगी। दुकानों का मूल्य भी निर्धारित किया गया है। 13 अगस्त तक आवेदन मंगवाए गए हैं। जोन कार्यालय में पूरी जानकारी का अवलोकन कर सकते हैं।

उत्कृष्ट कार्य करने वाले बच्चों को पीएम करेंगे सम्मानित

दुर्ग। भारत सरकार, महिला एवं बाल विकास, मंत्रालय, नई दिल्ली के निर्देशानुसार प्रधानमंत्री राष्ट्रीय बाल पुरस्कार वर्ष 2025 के लिए ऑनलाईन आवेदन 31 जुलाई तक आवेदन लिये जाने के निर्देश प्राप्त हुए है। बच्चों को विभिन्न क्षेत्रों में उत्कृष्ट कार्य करने वाले बच्चों को राष्ट्रपति द्वारा सम्मानित करने के लिए प्रतिवर्ष भारत सरकार, महिला एवं बाल विकास मंत्रालय द्वारा पीएम राष्ट्रीय बाल पुरस्कार हेतु आवेदन आमंत्रित किया है। विभिन्न क्षेत्रों में बच्चों की असाधारण उपलब्धियों को मान्यता देने के लिए पीएम राष्ट्रीय बाल पुरस्कार प्रदान किया जाता है। मेधावी युवाओं को सम्मानित करने के लिए स्थापित यह पुरस्कार 6 श्रेणियों में दिया जाता है।

सार्वजनिक की जाए कोक ओवन बैटरी की सेफ्टी ऑडिट रिपोर्ट, लगातार हादसों पर उठे सवाल

हरिभूमि न्यूज ▶▶|भिलाई

- आचार्य नरेंद्र देव स्मृति जन अधिकार अभियान समिति ने राष्ट्रपति को भेजा पत्र सीबीआई जांच की मांग

आचार्य नरेंद्र देव स्मृति जन अधिकार अभियान समिति ने सेल-भिलाई इस्पात संयंत्र के कोक ओवन गैलरी गिरने की घटना की उच्च स्तरीय जांच की मांग की है। समिति ने इस हादसे में मौजूदा ईडी वर्क्स और कोक ओवन एंड कोल केमिकल विभाग के मुख्य महाप्रबंधक (सीजीएम) की भूमिका पर सवाल उठाए हैं। कोक ओवन बैटरी की सालाना सेफ्टी ऑडिट की रिपोर्ट को सार्वजनिक करने की मांग की है, जिससे राष्ट्रीय संपत्ति के नुकसान के लिए जवाबदेही तय हो सके।

समिति के अध्यक्ष आरपी शर्मा ने राष्ट्रपति द्रौपदी मुर्मू को विस्तृत पत्र भेजा है। पत्र में उन्होंने बताया है कि सेल-भिलाई स्टील प्लांट में पिछले 3 वर्षों में कोक ओवन गैलरी गिरने की चार घटनाएं हो चुकी हैं। भिलाई इस्पात संयंत्र में 7 जुलाई 2025 को दोपहर के समय कोक ओवन गैलरी क्रमांक 5 से 6 गिरी है। शर्मा ने कहा कि भिलाई स्टील प्लांट में मेंटेनेंस के नाम पर आवंटित बजट का समुचित उपयोग नहीं हो रहा है। इसलिए इस तरह के हादसे हो रहे हैं। उन्होंने कहा कि कोक ओवन बैटरी नंबर 56 गैलरी 40 फीट उपर से गिर गई। गैलरी गिरने की वजह से कन्वेयर बेल्ट में भीषण आग एक बड़ी तबाही का संकेत दे रही है।

खबर संक्षेप

कलेक्टर ने योजनाओं की समीक्षा कर दिए निर्देश

दुर्ग। कलेक्टर अभिजीत सिंह ने कलेक्ट्रेट के सभाकक्ष में बुधवार को समय-सीमा की बैठक आयोजित कर विभागवार कार्यों की समीक्षा की। उन्होंने पिछली बैठक में दिए गए निर्देशों और लंबित प्रकरणों की स्थिति की जानकारी ली। इस दौरान उन्होंने सुशासन तिहार के अंतर्गत प्राप्त आवेदनों के निराकरण के निर्देश दिए और 30 जुलाई को मुरमुंदा में शिविर लगाकर ग्रामीणजनों को उनके आवेदनों के निराकरण की स्थिति की जानकारी दी जाए। ई-ऑफिस प्रणाली के प्रभावी क्रियान्वयन पर जोर देते हुए कलेक्टर ने सभी विभागों को निर्देश दिए कि आगे से समस्त नयी फाइले ऑनलाइन माध्यम से संचालित की जाएं। दीनदयाल उपाध्याय भूमिहीन कृषि मजदूर कल्याण योजना को लेकर उन्होंने कहा कि पात्र हितग्राहियों की सूची तैयार की जाए और उनके आधार नंबर तथा बैंक खाता विवरण पहले से एकत्र कर लिए जाएं। ग्राम पंचायतों और नगरीय निकायों को तैयारी रखने को कहा गया। रजत जयंती वर्ष के आयोजनों को लेकर कलेक्टर ने सभी विभागों को कार्ययोजना तैयार करने और कार्यक्रमों में नवाचार के साथ अधिकतम जनभागीदारी सुनिश्चित करने के निर्देश दिए। स्वच्छ भारत मिशन शहरी 2.0 के अंतर्गत नगरीय निकायों में अनुपचारित जल प्रबंधन के लिए परियोजना प्रस्ताव जल्द तैयार करने को कहा गया। उन्होंने 400 केव्ही डबल सर्किट पावरग्रिड रायपुर-पुल-धमतरी ट्रांसमिशन लाइन के अंतर्गत प्रभावित किसानों को शीघ्र मुआवजा वितरण सुनिश्चित करने के निर्देश सभी एसडीएम को दिए।

निधन

विनीता दीक्षित

भिलाई। निज निवास 69 ओल्ड मोतीलाल नेहरू नगर निवासी विनीता दीक्षित का आकस्मिक निधन 23 जुलाई को हो गया है। उनकी अंतिम यात्रा 25 जुलाई को सुबह 10.30 बजे निवास स्थान से रामनगर मुक्तिधाम के लिए निकलेगी। वे स्व. डॉ. राजेंद्र दीक्षित की पुत्र वधु, डॉ. राजेश दीक्षित की पत्नी एवं डॉ. अनुपम दीक्षित की भाभी थीं। वे अपने पीछे भरापूरा परिवार छोड़ गई है।

उत्साह : गांव-गांव में हरेली पर हुए विविध आयोजन, दिया हरियाली का संदेश

हरेली तिहार पर पारंपरिक खेलों की धूम, पूजन भी हुआ

हरेली पर कबड्डी, रिले रेस के साथ माँ के नाम पौधे भी लगाये

हरिभूमि न्यूज ▶▶| सेलूद

सेलूद में हरेली का त्यौहार परंपरागत ढंग से मनाया गया। कबडडी और सुर रिले रेस के साथ गाँव के छोटे छोटे बच्चों ने गेड़ी दौड़, कुर्सी दौड़, फुगड़ी, सुई धागा का आनंद उठाया। ग्राम पंचायत पतोरा के डबरी तालाब का सौदर्यीकरण करते हुए "एक पेड़ माँ के नाम" के उद्देश्य से ग्राम के जनप्रतिनिधियों व ग्रामीणों ने पेड़ लगाया और इनकी देखभाल का संकल्प लिया। सरपंच भुनेश्वर प्रसाद साहू ने कहा कि ग्रामीणों की मांग के अनुरूप डबरी तालाब का सौंदर्यीकरण करते हुए माँ के नाम पर एक पेड़ लगाने पहल की गई है। ग्राम सांकरा सरपंच रवि सिंगौर ने बताया कि हरेली के अवसर पर पारंपरिक खेल, गेड़ी दौड़, कुर्सी दौड़, फुगड़ी, सुई धागा सहित अन्य खेल का आयोजन किया गया। खेल में विजेताओ को पुरस्कार वितरण भी किया गया।

नवयुवकों के सहयोग से किया पौधारोपण

अंडा। लोकपर्व हरेली पर ग्राम रिसामा में ग्राम पंचायत रिसामा, ग्रामवासी व ग्राम के नवयुवकों के सहयोग से वृक्षारोपण किया गया। जिसमें सरपंच रोशन साहू , उपसपंच मन्नू लाल साहू , समस्त पंच गण गीतेश्वर साहू ओम धीमर टोप सिंह, अनिता शर्मा व ग्रामवासी द्वारिका यादव, सोनऊ, चंपा साहू, कीर्तन साहू साथ ही युवागण विकाश साहू,चंद्रकांत सेन, नुमेश साहू आदि उपस्थित थे।

प्रधानमंत्री आवास हितग्राहियों को वितरित किए पौधे

दुर्ग। छत्तीसगढ़ की परंपरागत संस्कृति और प्रकृति प्रेम का प्रतीक "हरेली तिहार" के अवसर पर दुर्ग ग्रामीण विधानसभा अंतर्गत ग्राम भोथली में प्रधानमंत्री आवास योजना के हितग्राहियों को पौधे वितरित किए गए, साथ ही आंगनबाड़ी केंद्र समेत ग्राम के विभिन्न स्थानों पर पौधारोपण किया गया। इस अवसर पर जनपद सदस्य दामिनी मुकेश साहू मुख्य रूप से उपस्थित रहीं। दामिनी साहू ने कहा कि, "सिर्फ पेड़ लगाना हमारी जिम्मेदारी नहीं है, बल्कि उन्हें सहेजना और बड़ा करना भी हमारा कर्तव्य है। जब हम लगाए गए पौधों की देखभाल करेंगे तभी यह प्रयास सार्थक होगा।"इस कार्यक्रम में ग्राम पंचायत भोथली के सरपंच नेमिन खुटैल, उपसरपंच जितेंद्र साहू, टेनेंद्र (पप्पू) साहू, तोरण निषाद, संतोषी बाई निषाद, प्रेमलता यादव, प्रेमलता साहू सहित अन्य पंचगण उपस्थित रहे। साथ ही मितानिन दुर्गा साहू, लालेश्वरी साहू, वंदना साहू, आंगनबाड़ी कार्यकर्ता अर्चना निषाद, रोहित निषाद, पंचायत सचिव नेश्वर मुजेवार, धर्मेंद्र साहू एवं बड़ी संख्या में ग्रामीणजन शामिल हुए।

भोथली में किया पौधारोपण

अंडा। दुर्ग ग्रामीण विधानसभा अंतर्गत ग्राम भोथली में छत्तीसगढ़ के प्रथम त्योहार हरेली के उपलक्ष्य में वृक्षारोपण एवम पौधा वितरण कार्यक्रम आयोजित किया गया। उपरोक्त विषय अंतर्गत ग्राम भोथली में प्रधानमंत्री आवास हितग्राहियों को पौधा वितरण एवम आंगनबाड़ी केंद्र और विभिन्न स्थानों पर वृक्षारोपण किया गया किया गया। जिसमे मुख्य रूप दामिनी मुकेश साहू सदस्य जनपद पंचायत दुर्ग उपस्थित थी। इस मौके पर ग्राम पंचायत भोथली के सरपंच नेमिन खुटैल , उपसरपंच जितेंद्र साहू, टेनेंद्र(पप्पू)साहू , तोरण निषाद, संतोषी बाई निषाद, प्रेमलता यादव, प्रेमलता साहू आदि पंच गण ,मितानिन दुर्गा साहू ,लालेश्वरी साहू, वंदना साहू, आंगनबाड़ी कार्यकर्ता अर्चना निषाद, रोहित निषाद , सचिव नेश्वर मुजेवार, धर्मेंद्र साहू एवम ग्रामीण जन उपस्थित रहे।

समय बदलता है लेकिन परम्परा जीवित रहती है: संगीता साहू

अंजोरा। हरेली तिहार के अवसर मे जनपद सदस्य संगीता साहू ने अपने क्षेत्र अंजोरा, थनौद के लगभग 30 किसानों को खेत के मेड मे लगाने के लिए अरहर किट का वितरण किया। जिसमे किसानों को हरेली पर्व की बधाई देते हुए जनपद सदस्य संगीता साहू ने कहा कि समय बदलता है लेकिन परंपराएं जीवित रहती हैं। उन्होंने कहा कि मेरे क्षेत्र में सभी किसान भाइयों को छत्तीसगढ़ शासन कृषि विभाग से जो भी योजना का लाभ होगा किसानों को पहुंचने में हर संभव मदद करूंगी। आयोजन में मुख्य रूप से माखन साहू उपसरपंच, तीरथ यादव, किशन देशमुख, ढलेश साहू, भीष्म साहू, कोमल साहू महेश साहू, अशोक साहू, अनिल देवांगन, भीम सिन्हा, डाकवर देशमुख, चंद्रकांत सिन्हा, उमेश सिन्हा, कृष्णा निषाद, रोमेश देवांगन, टेकसिंग साहू, सुंदर लाल साहू एवं कृषि विस्तार अधिकारी कामेश परमार मुख्य रूप से उपस्थित थे। कृषि विस्तारक अधिकारी कामेश परमार ने किसानों को फसल बीमा की संक्षिप्त जानकारी दी।

हरेली पर डुंडेरा में पौधारोपण

उतई। हरेली तिहार पर मिनीमाता चौंक ग्राम डुंडेरा में विद्यापति एवं नारियल का पौधा लगाया गया। जिसमें मुख्य रूप से समाजसेवी अध्यक्ष सतनामी समाज केशव महिपाल साथ में रोमशंकर यादव, बी. आर. मौर्य संचालक राष्ट्रीय भारतीय विद्यालय डुंडेरा, प्रेमनारायण वर्मा हितवा संगवारी, ज्ञान प्रकाश साहू ,एवं केशव महिपाल ग्राम डुंडेरा के सभी विद्यार्थी गण उपस्थित थे।

छत्तीसगढ़ को विरासत में मिला अनमोल उपहार: बारले

जामगांव आर। हरेली त्यौहार के पावन अवसर पर गुरुवार को नारियल फेंक स्पर्धा का आयोजन सरस्वती शिशु मंदिर उच्चतर माध्यमिक विद्यालय जामगांव आर द्वारा विद्यालय मैदान में रखा गया। जिसमें महिला ग्रुप में शशि यादव प्रथम , डामिन साहू द्वितीय एवं पुरुष ग्रुप में परमानंद टंडन प्रथम , लिकेश्वर साहू द्वितीय रहे। प्राचार्य पीएल बारले ने विजयी दोनों ग्रुप को श्रीफल के साथ उपहार भेंट कर सम्मानित किया। अन्य प्रतिभागी हाथेश्वर साहू धनेश्वरी साहू दिव्या चंद्राकर प्रीति साहू सुनीता सेन काजल धनकर हाथेश्वर साहू पूरनलाल बारले थानेश्वरी साहू को सांत्वना पुरस्कार से सम्मानित किया गया। प्राचार्य पीएल बारले ने कहा कि हरेली त्यौहार छत्तीसगढ़ को विरासत में मिला अनमोल उपहार है। प्राचार्य पीएल बारले ने बताया कि जुलाई 2025 में विद्यालय परिसर में 66 पौधा एवं वृक्षारोपण भी किया गया और भी प्रयास जारी है।

हरेली महोत्सव में शामिल हुए विधायक ललित

दुर्ग। नगपुरा में आयोजित हरेली महोत्सव कार्यक्रम में दुर्ग ग्रामीण विधायक ललित चंद्राकर सम्मिलित हुए। उन्होंने खेती-किसानी से जुड़े पारंपरिक कृषि औजारों की विधिवत पूजा-अर्चना कर क्षेत्र में अच्छी फसल, हरियाली एवं समृद्धि की मंगलकामना की। यहां युवा स्टार क्लब एवं समस्त ग्रामवासियों के संयुक्त तत्वावधान में हरेली महोत्सव का आयोजन बड़े धूम धाम से किया गया। विधायक ललित चंद्राकर ने पारंपरिक खेल प्रतियोगिता का फीता काटकर विधिवत शुभारंभ किया। महिला स्व-सहायता समूह ने पारंपरिक व्यंजन भेंट किया। आयोजन समिति की ओर से विधायक चंद्राकर का पारंपरिक खुमरी पहनाकर भव्य स्वागत एवं अभिनंदन किया गया। इस अवसर पर विधायक चंद्राकर ने कहा छत्तीसगढ़ की समृद्ध लोक संस्कृति में हरेली तिहार का विशेष स्थान है। इस दिन हल, कुदाल, गैंती जैसे कृषि उपकरणों की पूजा कर प्रकृति और श्रम के प्रति आभार प्रकट किया जाता है। उन्होंने कहा हरेली से जुड़ी परंपराएं ग्रामीण जीवन में सामूहिकता, सेवा भावना और पारंपरिक ज्ञान की मिसाल है। इस अवसर पर प्रमुख रूप से दुर्ग जनपद पंचायत अध्यक्ष कुलेश्वरी देवांगन, जिला पंचायत सदस्य प्रिया साहू, सरपंच सरोज भूपेन्द्र रिगरी अंजोरा मंडल अध्यक्ष हेमंत सिन्हा पूर्व मंडल अध्यक्ष गिरेश साहू, सरपंच संघ अध्यक्ष ओमेश्वर राजू उपसरपंच नरेन्द्र निषाद ओंकार देवांगन सोसाइटी अध्यक्ष मुकेश मंडाले स्टार क्लब अध्यक्ष आकाश सेन, उपाध्यक्ष इलेश्वर गायकवाड़, कोमल धनकर, रंजीत निषाद, खिलेंद्र साहू, राकेश यादव, संदीप जैन, बलराम कौशिक, लोकेश सिन्हा, टोप सिंह पारकर, विनोद देवांगन हेमंत साहू, रमेश सूर्यवंशी, गौतम यादव, संजय देशमुख, रविंद्र सिन्हा आदि उपस्थित थे।

घरों में लगाई नीम की टहनी

अंडा। छत्तीसगढ़ के पारंपरिक पर्व हरेली में हर घर के मुख्य द्वार पर नीम की टहनी लगाने की परंपरा सदियों से चली आ रही है। गुरुवार को हरेली पर्व पर इस परंपरा का निर्वहन किया गया। हरेली के दिन गांव में यादव और लोहार ने मुख्य द्वार पर नीम की पत्ती लगाकर और चौखट में कील ठोंककर आशीर्वाद दिया। मान्यता है कि ऐसा करने से उस घर में रहने वालों की अनिष्ट से रक्षा होती है। इसके बदले में किसान उन्हें दान स्वरूप स्वेच्छा से दाल, चावल, सब्जी और नगद राशि देते हैं। अंडा निवासी भीषम यादव,गोविंद यादव,रोशन लाल यादव ने पुरे गांव में घूमकर घर घर जाकर नीम की टहनी लगाई।

बिजनेस साइट

छत्तीसगढ़ में पहली बार दूरबीन से : 2 साल के बच्चे की किडनी से निकाली गई पथरी

भिलाई। मात्र 2 साल के मासूम की बाईं किडनी में पथरी पाई गई, जिसे आरोग्यम सुपरस्पेशलिटी हॉस्पिटल दुर्ग में दूरबीन पद्धति (पीसीएनएल सर्जरी) से सफलतापूर्वक निकाला गया। यह संभवतः छत्तीसगढ़ का पहला मामला है, जब इतनी कम उम्र में इस तकनीक से पथरी की सर्जरी की गई हो। जब तक परिजन को बच्चे की हालत का अंदाजा हुआ, तब तक वह तेज दर्द और पेशाब में तकलीफ से जूझ रहा था। यूरोलॉजिस्ट डॉ. नवीन राम दारुका ने जांच के बाद तुरंत ऑपरेशन की सलाह दी।

बगैर बड़ा चीरा लगाए निकाली गई पथरी: बच्चे की नाजुक स्थिति को देखते हुए डॉक्टरों ने आधुनिक पीसीएनएल तकनीक अपनाई, जिसमें पीठ के हिस्से से महज कुछ मिलीमीटर का चीरा लगाकर पथरी निकाली जाती है। साथ ही डीजे स्टेंट भी डाला गया ताकि मूत्र मार्ग अवरुद्ध न हो और बच्चा जल्द रिकवर कर सके। डॉ. नवीन राम दारुका ने बताया कि इतनी कम उम्र में किडनी की पथरी और फिर पीसीएनएल सर्जरी करना आसान नहीं होता। बच्चा बेहद नाजुक था, लेकिन तकनीक और टीम के अनुभव से हमने यह संभव कर दिखाया। अब बच्चा पूरी तरह स्वस्थ है।" बच्चे के माता-पिता ने राहत की सांस लेते हुए कहा कि हमें नहीं लगा था कि इतनी गंभीर स्थिति हो सकती है, लेकिन डॉक्टरों ने जो किया वो चमत्कार से कम नहीं। हमारा बच्चा अब मुस्कुरा रहा है, यही हमारे लिए सबसे बड़ी बात है। डॉ. दारुका ने बताया कि बच्चों में पथरी के संकेत अक्सर छुपे होते हैं। अगर बच्चा बार-बार रोता है, पेशाब करते समय तकलीफ होती है या पेट के एक तरफ सूजन आती है, तो यह गंभीर संकेत हो सकते हैं। ऐसे मामलों में देर करना जानलेवा हो सकता है। आरोग्यम हॉस्पिटल दुर्ग की यह उपलब्धि न केवल जिले बल्कि पूरे छत्तीसगढ़ के लिए मिसाल बन गई है, जहां बाल रोगियों में भी अत्याधुनिक सर्जरी संभव है।

नगर पंचायत पाटन ने मनाया हरेली तिहार

हरिभूमि न्यूज ▶▶| पाटन

छत्तीसगढ़ का हर गांव, हर शहर, हर घर में आज हरेली का त्यौहार हर्षोल्लास के साथ मनाया जा रहा हैं। हरेली हरियाली एवं किसानों को समर्पित छत्तीसगढ़ का पहला त्यौहार हैं। यह त्यौहार छत्तीसगढ़ के समृद्धि संस्कृति एवं परंपरा का प्रतीक हैं।

पाटन नगर पंचायत के वार्ड क्रमांक 15 अटारी स्थित गौठान में हरेली का त्यौहार हर्षोल्लास के साथ मनाया गया। नगर पंचायत अध्यक्ष योगेश निक्की भाले के साथ उपस्थित जनप्रतिनिधियों ने गौठान में गौ माता एवं कृषि औजारों की पूजा अर्चना कर आशीर्वाद प्राप्त किया। गौ माता के आरोग्यता की कामना कर लोंदी खिलाई गई। इस दौरान जनप्रतिनिधियों ने गेड़ी चढ़कर, गोला फेंक कर व पौधारोपण कर छत्तीसगढ़ की समृद्ध परंपरा का निर्वहन किया गया। इस अवसर पर भाजपा मण्डल अध्यक्ष रानी बंछोर, नगर पंचायत उपाध्यक्ष निशा योगेश सोनी,सभापति केवल देवांगन, सभापति जितेन्द्र निर्मलकर, सभापति नेहा बाबा वर्मा, देवेंद्र ठाकुर, पार्षद चंद्रप्रकाश देवांगन, मुख्य नगर पालिका अधिकारी हेमन्त वर्मा, इंजीनियर अर्जुन निर्मल, योगेश सोनी आदि उपस्थित थे।

वित्तीय साक्षरता पर शिविर में ग्रामीणों को किया जागरूक

दुर्ग। ग्राम पंचायत रानीतराई में वित्तीय संतृप्ति अभियान के अंतर्गत वित्तीय साक्षरता एवं जागरुकता शिविर का आयोजन किया गया। इस शिविर में ग्रामीणों को बैंकिंग सेवाओं, डिजिटल सुरक्षा एवं सरकारी योजनाओं की जानकारी दी गई। कार्यक्रम में मुख्य अतिथि भारतीय रिजर्व बैंक रायपुर से दिग्विजय राउत, नाबार्ड से अंशु गोयल एवं जिला अग्रणी बैंक प्रबंधक दुर्ग संजय गर्ग उपस्थित थे। शिविर में उपस्थित ग्रामीणों को बैंकिंग सेवाओं जैसे बचत, बजट, निवेश, एटीएम का सुरक्षित उपयोग, मोबाइल और इंटरनेट बैंकिंग तथा प्रधानमंत्री जनधन योजना, सुरक्षा बीमा योजना, जीवन ज्योति बीमा योजना और अटल पेंशन योजना के बारे में विस्तृत जानकारी दी गई।

कृषि औजारों की हुई पूजा-अर्चना, बच्चों ने लिया गेड़ी का मजा

हरिभूमि न्यूज ▶▶| अंडा

छत्तीसगढ़ के हरेली का त्यौहार पूरी आस्था व उत्साह के साथ मनाया गया है। अंडा ,चिंगरी, अछोटी, भरदा, कोनारी, कुथरेल, भानपुरी, कोड़िया, हनोदा, चंदखुरी, कोलिहापुरी, पिसेगांव, अंजोरा, खपरी, रसमड़ा, बोरई, गनियारी, जंजगिरी, विनायकुपर, आमटी, आलबरस, निकुम, खाड़ा, रुदा, भोथली, तिरगा, झोला सहित हरेली त्यौहार के अवसर पर कई तरह के आयोजन भी किए गये। चिंगरी निवासी शिक्षक आनंद राम बघेल का कहना है कि हरेली त्यौहार हरियाली का प्रतीक होता है। सभी किसान श्रद्धालुओं के ने पूजा अर्चना कर अपने घर परिवार की सुख शांति और समृद्धि लिए प्रार्थना की गई।

ग्राम चिंगरी के छोटे छोटे बच्चों में लक्ष्य सारथी, छत्रपाल यादव, पुरेवेन्द्र यादव कान्हा यदु और कृष यदु सहित अन्य लोगो ने भी गेड़ी में चढ़ कर हरेली त्यौहार का आनंद लिया।

खबर संक्षेप

धूमधाम से तीज पर्व मनाएगा जाट समाज होंगे विविध कार्यक्रम

भिलाई। महाराजा सूरजमल जन कल्याण जाट समाज भिलाई के द्वारा हर साल की तरह इस बार भी 27 जुलाई रविवार को जाट भवन सेक्टर 5, सड़क नंबर 9 में सुबह 10 बजे से धूमधाम से तीज पर्व मनाया जाएगा। आयोजन के दौरान छत्तीसगढ़ के सीबीआई प्रमुख एसएन जाट मुख्य अतिथि के रूप में शामिल होंगे। इस दौरान बड़ी संख्या में महिलाएं और बच्चे और समाज के लोग शामिल होंगे। कार्यक्रम के दौरान तीज क्वीन, मेहंदी, खेलकूद व रंगोली तियोगिता का आयोजन रखा गया है। इस दौरान बच्चे रंगारंग प्रस्तुति भी देंगे। कार्यक्रम में शामिल होने वालों के लिए स्वरुचि भोज की भी व्यवस्था की गई है

बीएसपी के संविदा कर्मियों ने किया मंचन

भिलाई। भिलाई इस्पात संयंत्र के महात्मा गांधी कला मंदिर में सुरक्षा अभियांत्रिकी विभाग के सौजन्य से संविदा श्रमिकों द्वारा सुरक्षा नाट्य समारोह का आयोजन किया गया। बीएसपी के कार्यपालक निदेशक राकेश कुमार के मुख्य आतिथि थे । सीजीएम तापस दासगुप्ता देबदत्त सत्पथी सहित महाप्रबंधक, सुरक्षा अधिकारी, संविदा श्रमिक, सेफ्टी वॉरियर्स उपस्थित थे। नाटक के माध्यम से तीन सुरक्षा मानकों परमिट- टू -वर्क, इलेक्ट्रिकल स्टैंडर्ड और हजार्ड कण्ट्रोल के विषय में मनोरंजक एवं सहज तरीके से कार्मिकों को जागरूक किया गया। इस नाट्य प्रस्तुति ने सुरक्षा के लिए जागरुक किया। एसएमएस-3, पीबीएस एवं वाटर मैनेजमेंट विभाग के संविदा कार्मिकों की तीन टीमों ने नाट्य प्रस्तुतियाँ दीं।मुख्य अतिथि ने कहा कि कार्यस्थल पर सुरक्षा का दायरा केवल एक प्रक्रिया नहीं, बल्कि एक 360 डिग्री की समग्र सोच होनी चाहिए, जिसमें हर श्रमिक की भागीदारी अनिवार्य है।इस अवसर पर जीएम पुष्पा एम्ब्रोज, सहायक महाप्रबंधक शोवन घोष व सहायक प्रबंधक आदि उपस्थित थे। जीएम एसके अग्रवाल द्वारा धन्यवाद ज्ञापन व संचालन उप प्रबंधक जितेन्द्र दास मानिकपुरी ने किया।

बीआरएम कर्मियों को मिला कर्म शिरोमणि

भिलाई। सेल- बीएसपी के मिल्स ज़ोन-1 के बार एवं रॉड मिल में कर्म शिरोमणि सम्मान एवं सुरक्षा जागरूकता कार्यक्रम का आयोजन किया गया। मुख्य अतिथि सीजीएम योगेश शास्त्री थे।कर्म शिरोमणि' सम्मान से पीवी सत्यनारायण, यशवंत कुमार एवं अमित कुमार वर्मा को सम्मानित किया गया। साथ ही सर्वाधिक नियर-मिस घटनाओं की रिपोर्टिंग करने वाले कर्मी शिव कल्याण को प्रथम, वामसी बेहेरा को द्वितीय तथा टिकेन्द्र नाथ को तृतीय पुरस्कार प्राप्त हुआ। कार्यक्रम का संचालन समायला अंसारी ने किया।

रिसाली में सेंटर का भवन निर्माण भी पूरा लेकिन योजना पर अमल नहीं

भिलाई, रिसाली, चरोदा व दुर्ग निगम की बस्तियों में सिटी डॉयग्नोस्टिक सेंटर खोलने लाखों बर्बाद

हरिभूमि न्यूज ▶▶ भिलाई

निगम क्षेत्रों के लोगों को भले ही रियायती र पर जांच की सुविधा मुहैया नहीं हो पाई लेकिन डॉयग्नोस्टिक सेंटर खोलने लाखों रुपए जरूर बर्बाद हो गए। सिटी डॉयग्नोस्टिक सेंटर खोलने के लिए चारों निगमों ने जमीन भी चिहांकित कर लिए। प्रक्रिया भी पूरी की। रिसाली निगम ने तो सेंटर के लिए 30 लाख रुपए का भवन तक निर्माण कर लिया। वर्तमान में सेंटर न शुरू हो पाया है और न ही अब निगमों को कोई दिलचस्पी है।

नगरीय प्रशासन विभाग की थी सिटी डॉयग्नोस्टिक योजना

नगरीय प्रशासन व विकास मंत्रालय निगम क्षेत्रों में सिटी डॉयग्नोस्टिक सेंटर खोलने की योजना पूरे प्रदेशभर में लाई थी। भिलाई निगम, दुर्ग निगम, भिलाईतीन चरोदा व रिसाली निगम क्षेत्र के लोगों को जांच सुविधा रियायती दर पर मिले ऐसी मंशा रही। इन चारों निगम का नोडल एजेंसी जिला प्रशासन ने भिलाई निगम आयुक्त को बनाया। भिलाई निगम से ही पूरी प्रक्रिया वर्ष 2021 में प्रारंभ की गई थी।

हरिभूमि सरोकार

रिसाली में टंकी मरोदा बाजार के पास बना 30 लाख का डॉयग्नोस्टिक सेंटर का भवन इस तरह पड़ा हुआ है

चारों निगम की जनसंख्या जिन्हे मिलता लाभ

भिलाई	-551947
दुर्ग	-232147
रिसाली	-170777
चरोदा	-107000

शहरवासियों को सीटी स्कैन, एमआरआई जैसी महंगी जांच की मिलती है सुविधा

सिटी डॉयग्नोस्टिक सेंटर में 128 प्रकार की जांच सुविधा मिलनी थी। जिसमें प्रमुख रूप से सीटी स्कैन, एक्सरे, सोनोग्राफी, एमआरआई जैसी मंहगी जांच सुविधा मिलती। इनमें से एमआरआई की सुविधा जिला अस्पताल तक में अब तक नहीं है। इसके लिए भिलाई- दुर्ग के निजी डॉयग्नोस्टिक सेंटरों में लोगों को जाना पड़ता है। जिसके लिए 2 हजार से 5 हजार रुपए तक खर्च करना पड़ रहा है। सोनोग्राफी के लिए जिला अस्पताल में कई दिनों के बाद नंबर आ रहा है। सिविल अस्पताल सुपेला में केवल गर्भवती महिलाओं की ही सोनोग्राफी हो रही है। कई जांच भी ऐसी है जिसकी सुविधा जिले के किसी भी सरकारी अस्पताल में नहीं है।

ये जांच सुविधा भी लोगों को मिलती

सिटी डॉयग्नोस्टिक सेंटर में थॉयराइड, हीमोग्लोबिन, टी.एल.सी, डी.एल.सी, टोटल आर.वी.सी. काउंट, कंपलीट सी.बी.सी, ई.एस.आर., पेरीफेरल स्मियर, पी.एस. फॉर एम.पी./एम.एफ., सिकल सेल, पी.सी. व्ही., प्लेटलेट काउंट, रेटिकुलोसाइट काउंट, ब्लड ग्रुपिंग , सिकलिंग सोल्यूबिलिटी टेस्ट, ब्लीड़िग टाइम, क्लॉटिंग टाइम, एच. वी. इलेक्ट्रोफोरसिस, रेनज्म ब्लड शुगर, ब्लड शुगर फारिंटा, सिरम यूरिक एसिड, लिवर फंगसन टेस्ट, सीरम बिलिरूबिन डायरेक्टर सीरम, सीरम प्रोटीन, एच. आई., एच.बीएसी, सहित 128 प्रकार की जांच सुविधा मिलती।

निगम को उपलब्ध करवाना था केवल भवन

सिटी डॉयग्नोस्टिक सेंटर के लिए सभी चारों निगम को केवल भवन उपलब्ध करवाना था। भवन निर्माण के लिए चारों निगमों को 30-30 लाख रुपए का बजट भी मिले। रिसाली को छोड़कर शेष तीनों निगमों ने भवन निर्माण नहीं किया। सेंटर के संचालन आउट सोर्सिंग के जरिए होती। 15 साल तक के लिए इस सेंटर को आउट सोर्सिंग में दे दिया जाता। सैंटर के भवन का किराया निगम लेती। प्रति वर्ग फुट दो रुपए का किराया निर्धारित किया गया था। भिलाई निगम, रिसाली, भिलाई-3 चरोदा और दुर्ग ने श्रमिक बाहुल्य क्षेत्रों में स्थान का चयन भी कर लिया था। इसके बाद प्रक्रिया को आगे ही नहीं बढ़ाया गया। केवल टेंडर निकालकर खानापूर्ति की गई और यह कह दिया गया कि शर्तों को पूरा नहीं किया जा रहा है।

इस तरह रियायती दर पर होती जांच

डॉयग्नोस्टिक सेंटर संचालन के लिए निगम क्षेत्र के लोगों को आधे दाम में जांच सुविधा मिलती। जिस एजेंसी को संचालन के लिए दिया जाता उनका पूरा स्टॉफ वहां जांच का काम करता। जांच के सेंपल कलेक्ट कर वे अपने संसाधन से इसकी जांच करते। निजी डॉयग्नोस्टिक सेंटर से करीब 40 प्रतिशत कम दाम में लोगों को मंहगी सुविधा उपलब्ध हो जाती। निगम क्षेत्र में श्रमिक बस्ती के लोगों के लिए यह डॉयग्नोस्टिक सेंटर फायदेमंद साबित होता। चर्चा है कि भिलाई निगम नोडल एजेंसी थी इसलिए यहां के कतिपय डॉयग्नोस्टिक सेंटरों को लाभ पहुंचाने के लिए इस योजना को अमलीजामा नहीं पहुंचाया गया।

इन्वेंट्री प्रबंधन में सुधार से मिलेगी सफलता : महापात्रा

हेड्स ऑफ सामग्री प्रबंधन कार्यशाला

हरिभूमि न्यूज ▶▶ भिलाई

भिलाई इस्पात संयंत्र के सामग्री प्रबंधन विभाग द्वारा भिलाई निवास में आयोजित तीन दिवसीय हेड्स ऑफ सामग्री प्रबंधन मीट एवं इन्वेंट्री मैनेजमेंट कार्यशाला के दूसरे दिन इन्वेंट्री प्रबंधन प्रणाली नवाचार और उन्नत पॉलिसियों की दिशा में विचार-विमर्श हुआ।

वरिष्ठ अधिकारियों ने प्रोन्नत नीतियों पर सुझाव दिए। बीएसपी के निदेशक प्रभारी चितरंजन महापात्र, कार्यपालक निदेशक निदेशक एके चक्रवर्ती, तथा कार्यपालक निदेशक प्रवीण निगम ने इन्वेंट्री प्रबंधन नीति में सुधार की आवश्यकता पर विचार व्यक्त किए। बीएसपी के कार्यपालक निदेशक एसजे अहमद, अभिषेक डे, बोकारो इस्पात संयंत्र के सी आर मिश्रा, राउरकेला इस्पात संयंत्र अनिल कुमार तथा सीजीएम प्रभारी दुर्गापुर इस्पात संयंत्र व संजीब रंजन दास भी उपस्थित थे। तीन टीमों ने इन्वेंट्री प्रबंधन नीति में संभावित संशोधनों पर प्रस्तुतीकरण दिए।

- वरिष्ठ अधिकारियों ने प्रोन्नत नीतियों पर दिए सुझाव

कार्यशाला के समापन में एआई पर चर्चा

कार्यशाला के समापन समारोह में बीएसपी के कार्यपालक निदेशक एके चक्रवर्ती ने सुझावों को अमल में लाने पर विश्वास जताया। उन्होंने कहा कि एचओएमएम बैठक विचारों के रचनात्मक आदान-प्रदान तथा दीर्घकालिक मुद्दों के समाधान हेतु एक प्रभावी मंच सिद्ध हुई है, जिससे सेल की समग्र क्रय एवं सामग्री प्रबंधन प्रणाली की कार्यकुशलता में वृद्धि होगी। समापन पर इन्वेंट्री प्रबंधन कार्यशाला में सहभागिता कर रहे प्रतिभागियों को एचओएमएम मंच द्वारा प्रमाणपत्र प्रदान कर सम्मानित किया । पूर्व में सभी सेल संयंत्रों की इन्वेंट्री स्थिति की समग्र समीक्षा की गई, जिसमें लागत दक्षता एवं लाभप्रदता को बढ़ाने हेतु इन्वेंट्री प्रबंधन पद्धतियों को सुदृढ़ करने पर विशेष बल दिया गया।

online Booking:-www.tripuryatra.com

25 जुलाई, 14 अगस्त, 11 सितंबर, 3 अक्टूबर, 13 नवंबर, 18 दिसंबर, 24 दिसंबर 2025 (12 दिन)
सुविधा ज्यादा सबसे कम राशि पर
नेपाल विदेश यात्रा
पशुपतिनाथ, माँ मनोकामना देवी, लुम्बिनि (भगवान बुद्ध का जन्म स्थान), पोखरा (गुप्तेश्वर महादेव,डेविड फॉल विंध्यवासिनी मंदिर, फेवालेक), काठमांडू (बूढ़ा नीलकंठ, बुद्ध स्तूप)
गोरखपुर, बनारस (श्री काशी विश्वनाथ ज्योतिर्लिंग), अयोध्या (श्रीराम जन्मभूमि), जनकपुर (सीता मईया का जन्म स्थल)
नेपाल विदेश यात्रा के इंडिविजुअल (व्यक्तिगत) पैकेज के लिए संपर्क करें।
राशि:-स्लीपर 17500/-, 3 एसी 27,500/-, 2 एसी 30,500/-(+ 5% GST)
Since-2007
श्री त्रिपुर तीर्थ यात्रा सेवा समिति
संपर्क करें:-7354-411411

मोबाइल टॉवर लगाने को लेकर विरोध, वार्ड के लोगों ने जताई आपत्ति

हरिभूमि न्यूज ▶▶ भिलाई

नगर पालिका निगम भिलाई-चरोदा में मोबाइल टावर लगाने को लेकर लोगों ने विरोध कर दिया है। मामले में वार्ड 17 शांति नगर भिलाई तीन का है।

मिली जानकारी के मुताबिक एयरटेल कंपनी के द्वारा मोबाइल टावर का निर्माण कार्य किया जा रहा है। जिसे लेकर स्थानीय वार्डवासियों ने बुधवार को जमकर विरोध किया है। यह टावर मुक्ता सिनेमा के पीछे, नेमीचंद जैन की निजी भूमि पर स्थापित करने की जानकारी मिल रही है। लोगों ने नगर निगम आयुक्त को लिखित आवेदन देकर मोबाइल टावर के निर्माण पर रोक लगाने की मांग की है। आवेदन में शिकायत किया गया है कि घनी आबादी वाले इस क्षेत्र में टावर लगने से रेडिएशन से स्वास्थ्य पर बुरा प्रभाव पड़ सकता है। भूमि मालिक से लोगों ने बात किया तो उसने बताया कि कंपनी के साथ एग्रीमेंट हो चुका है। विरोध करने वालों में वार्ड के बसंत राव गाणोरकर, आरपी यादव, दिलीप ठाकरे, एसएस नकुल, एसपी मिश्रा, डी कोले, दिनेश गिरी गोस्वामी, अनिल कुमार साहू, तामेश्वर प्रसाद साहू समेत अन्य लोग मौजूद थे।

- भिलाई-चरोदा निगम वार्ड-17 का मामला
- मोबाइल टॉवर पर रोक लगाने की मांग

पीएम के मन की बात 27 को, 807 बूथ में सुनेंगे भाजपा कार्यकर्ता

हरिभूमि न्यूज ▶▶ दुर्ग

देश के प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी की मन की बात का 124वां एपिसोड 27 जुलाई को आयोजित है। इस बार भाजपा के 807 बूथ के कार्यकर्ता जिले में पीएम मोदी की मन की बात सुनेंगे। जिला अध्यक्ष सुरेन्द्र कौशिक ने कार्य योजना पर चर्चा की। इस अवसर पर महापौर अलका बाघमार, जिला संयोजक संतोष सोनी प्रमुख रूप से मौजूद थे।

कौशिक ने कहा कि कार्यक्रम में सामाजिक, व्यापारिक, चिकित्सक व अन्य प्रोफेशनल समूह, अधिवक्ताओं, खिलाडी संघ व स्वसहायता समूह आदि के साथ प्रत्येक विधानसभा में आयोजित करने की योजना बनाई गई है। इसे लेकर तैयारी पूरी हो चुकी है। जिला संयोजक संतोष सोनी ने कहा कि पीएम मोदी की मन की बात को लेकर कार्यकर्ताओं और आम नागरिकों में खासा उत्साह देखा गया है। सभी महीने के अंतिम हफ्ते में पड़ने वाले रविवार का बेसब्री से इंतजार करते हैं। इसे देखते हुए इस बार कुछ अलग करने का प्रयास किया जा रहा है। बैठक में आभार प्रदर्शन सह संयोजक रज़ा खोखर ने किया। इस अवसर पर मनमोहन शर्मा, हरीश चौहान, कमलेश फेकर, कौशल साहू, लिकेश्वर देशमुख, अनुपम साहू, राजू जांगड़े, हेमन्त सिन्हा सहित अन्य मौजूद थे।

बीआरएम की टीम सारथी को नेशनल कन्वेंशन में तीसरी बार मिला प्रथम स्थान

हरिभूमि न्यूज ▶▶ भिलाई

भिलाई इस्पात संयंत्र की बार एंड रॉड मिल की क्वालिटी सर्कल टीम सारथी ने नेशनल कन्वेंशन ऑन क्वालिटी कॉन्सेप्ट्स (एनसीक्यूसी) में लगातार तीसरे वर्ष प्रथम स्थान प्राप्त कर "पार एक्सीलेंस" श्रेणी में पुरस्कार हासिल किया है। ग्वालियर स्थित अटल बिहारी वाजपेयी भारतीय सूचना प्रौद्योगिकी एवं प्रबंधन संस्थान में हुई इस प्रतियोगिता में बीएसपी की ओर से 36 टीमों ने भाग लिया, जिनमें से टीम सारथी ने प्रथम स्थान हासिल किया। सीजीएम योगेश शास्त्री ने कहा कि टीम 'सारथी' ने अपने कठिन परिश्रम, अनुशासन और समर्पण से बीआरएम की कार्यसंस्कृति और प्रतिबद्धता को देशभर में प्रस्तुत किया है।

- प्रतियोगिता में बीएसपी की 36 टीमों ने लिया भाग, दी उत्कृष्ट प्रस्तुतियां

टीम वर्क से मिली सफलता

टीम का नेतृत्व फैसिलिटेटर अनिल कुमार द्विवेदी (उप प्रबंधक) द्वारा किया गया। इसके दीपेश कुमार चुघ, धनराज साहू, शुभम शिंदे, कुंते लाल और यशवंत कुमार थे। इन सभी सदस्यों ने अपने-अपने कार्यक्षेत्र में गुणवत्ता पर आधारित क्वालिटी कॉन्सेप्ट्स को लागू करते हुए सफलता प्राप्त की।

रायपुर के सुपर स्पेशलिस्ट विशेषज्ञ डॉक्टर से मिलिए
26 जुलाई दिन शनिवार
चन्द्राकर मेडिकोज, सेक्टर - 9, कालीबाड़ी मंदिर के बगल में हुडको, भिलाई (छ.ग.)
समय - सुबह 10:30 से 3 बजे तक
शुगर के खतरे से बचे होम्योपैथी दवा द्वारा उपचार
शुगर के कारण सुस्ती कमजोरी थकान, भूख कम लगना
- अर्थराइटिस / (जोड़ो पद दर्द) न्यूरोपैथी (नशों में दर्द)
- L4-L5 नशों में दबाव के कारण अकड़न, चलने पर दर्द, झुनझुनी, जलन, शून्यपन का संपूर्ण निदान।
- घुटना दर्द - घुटने में सूजन, कट- कट की आवाज, बैठकर उठने, चलने पर दर्द होना, हड्डी में गैफ, लिक्विड़ कम होना।
- मूत्र एवं किडनी रोग - (पेशाब नली की सिकुड़न, प्रोस्ट्रेट ग्रंथी का बढ़ना, UTI बार-बार इंफेक्शन) मूत्र मार्ग में जलन, दर्द, धार कमजोर, ऐसा लगता है, पेशाब बचा है और बार-बार जाना, रात्रि में पेशाब ज्यादा होना, कपड़े पर लिकेज होना। शुगर के कारण पेनिस में दाने, छाले, खुजली, चमड़ी फटना, यौन कमजोरी (Erectile Dysfunction) शुक्राणु की कमी।
- विशेष चिकित्सा - फंगल इन्फेक्शन, खुजली, सफेद दाग
FATTY LIVER - भूख कम लगना, गैस, पेटफूलना, पेट साफ न होना।
पाईल्स, भगन्दर, फिशर (गुदामार्ग पर जलन, दर्द, मवाद आना।)
जर्मन दवाईयों पर 20% की छूट
असुविधा से बचने के लिए अग्रिम रजिस्ट्रेशन करायें
Dr Lal PathLabs से खून जांच पर 60% की छूट

मिरैकल्स होम्योपैथी
प्रो. डॉ. ए.के. चौरसिया एम.डी., (होम्योपैथी मेडिसिन) | डॉ. एस. चौरसिया एम.एस., (पाईल्स रोग विशेषज्ञ)
8982316464, 9406004581
स्थाई - पता कटोरा तालाब नेताजी चौक रायपुर

परीक्षार्थियों को परीक्षा के दो घंटे पूर्व पहुंचना होगा परीक्षा केंद्र

27 को आबकारी आरक्षक परीक्षा, तैयारियों को लेकर हुई बैठक

हरिभूमि न्यूज ▶▶ दुर्ग

शासकीय विश्वनाथ यादव तामस्कर स्नातकोत्तर स्वशासी महाविद्यालय के प्राचार्य एवं व्यापमं परीक्षाओं के लिए दुर्ग जिले के समन्वयक डॉ. अजय कुमार सिंह के निर्देशन में आगामी 27 जुलाई को आयोजित आबकारी आरक्षक परीक्षा की तैयारी के संदर्भ में सहायक समन्वयकों की बैठक आयोजित की गई। यह परीक्षा दुर्ग में 70 केन्द्रों में सुबह 11 से दोपहर 1.15 बजे पर आयोजित की जायेगी। इस संदर्भ में सहायक समन्वयक डॉ. एके खान, डॉ. अभिनेष सुराना एवं डॉ. जगजीत कौर सलूजा ने यह जानकारी दी कि परीक्षा में परीक्षार्थियों को परीक्षा के कम से कम 2 घण्टे पूर्व परीक्षा केन्द्र में पहुंचना होगा तथा परीक्षा केन्द्र का मुख्य द्वार सुबह 10.30 बजे बंद कर दिया जायेगा। समन्वयक डॉ. अजय कुमार सिंह ने बताया कि व्यापमं की परीक्षा नियमानुसार निर्विघ्न संपन्न करने हेतु समन्वयक की टीम एवं नोडल अधिकारी द्वारा उड़न दस्ता बनाया गया है, जो परीक्षा केन्द्रों की जांच करेगा।

व्यावसायिक परीक्षा मंडल के नए निर्देश

सहायक समन्वयक डॉ. अभिनेष सुराना ने व्यापमं के नए निर्देशों की जानकारी दी। उन्होंने बताया कि परीक्षार्थियों को परीक्षा प्रारंभ होने के 2 घण्टे पूर्व परीक्षा केन्द्र के मुख्य द्वार पर उपस्थित होना होगा। अभ्यार्थियों के प्रवेश पत्र, मूल पहचान पत्र, ड्रेस कोड, कान का आभूषण न होना, हल्के रंग का आधे बांह का वस्त्र, चप्पल की जांच मुख्य द्वार पर की जायेगी। इसके बाद परीक्षार्थियों की फ्रिस्किंग पुलिस अधिकारियों द्वारा की जायेगी। व्यापमं द्वारा परीक्षा केन्द्रों में मोबाईल जैमर भी लगाये जायेंगे।

संचार उपकरण रहेगा प्रतिबंधित

सहायक समन्वयक डॉ. जगजीत कौर सलूजा ने बताया कि धार्मिक या सांस्कृतिक पोषाक वाले अभ्यर्थी को परीक्षा केन्द्र पर 2.30 घण्टे पहले रिपोर्ट करना होगा। उन्हें अतिरिक्त सुरक्षा जांच से गुजरना होगा तभी उन्हें प्रवेश की अनुमति होगी। परीक्षा कक्ष में किसी भी प्रकार का संचार उपकरण, इलेक्ट्रानिक उपकरण, पर्स, पाउच, स्कार्फ, बेल्ट, टोपी आदि ले जाना पूर्णतः वर्जित है। परीक्षार्थी नीली या काली स्याही वाले बॉल पेन द्वारा

केंद्राध्यक्ष व पर्यवेक्षकों के लिए ब्रीफिंग

सहायक समन्वयक डॉ. एके खान ने बताया कि 27 जुलाई को होने वाली परीक्षा की तैयारी के लिये 25 जुलाई को महाविद्यालय के डॉ. राधाकृष्णन सभागार में परीक्षा केन्द्र क्रमांक 16036 से 16070 के केन्द्राध्यक्षों एवं पर्यवेक्षकों के लिए सुबह 11 बजे से तथा केन्द्र क्रमांक 16001 से 16035 के केन्द्राध्यक्षों एवं पर्यवेक्षकों के लिये दोपहर 2 बजे से ब्रीफिंग आयोजित की गई है।

04

कुर्ता-चूड़ीदार पायजामा के न्यू डिजाइंस लगाएंगे आपकी खूबसूरती में चार चांद

लाइव इवेंट

टेक्निकल फील्ड से भागना नहीं, उसे समझने की जरुरत, तभी मिलेगी सफलता

दुर्ग। अखिल भारतीय विद्यार्थी परिषद ने बीआईटी स्थित सभागार में करियर मार्गदर्शन एवं विद्यार्थी सम्मान समारोह का आयोजन किया गया। हेमचंद यादव विश्वविद्यालय के कुलपति प्रो. संजय तिवारी, अभाविप के राष्ट्रीय कार्यकारिणी सदस्य राशि त्रिवेदी, राष्ट्रीय स्वयंसेवक संघ के विभाग सह कार्यवाह दिलेश्वर उमरे जी, पुलिस उप निरीक्षक्र डॉ. संकल्प राय, अविश एडुकॉम के संचालक मनीष पारख, नगर सहमंत्री गजानंद साहू प्रमुख रूप से मौजूद थे। संजय तिवारी ने कहा कि विद्यार्थी परिषद ने करियर मार्गदर्शन के माध्यम से विधार्थियों को भविष्य के लिए किस क्षेत्र मे जाना है। इसका विजन देने का कार्य करती है। राशि त्रिवेदी ने बताया विद्यार्थी को अपने पैशन को ही अपना प्रोफेशन बनाएं। जीवन में आप जो भी करें आपकी पहली प्राथमिकता हमारा देश होना चाहिए। डॉ. संकल्प राय ने विद्यार्थियों को साइबर क्राइम के बारे मे जानकारी दी। अविश एजुकॉम के संचालक पारख ने बताया कि मॉडन टेक्नोलॉजी से युवाओं को भागना नहीं मॉडन टेक्नोलॉजी को सीखते हुए रोजगार के अवसर ढूंढना चाहिए। कार्यक्रम कुणाल राजपूत, प्रवीण यादव, भूमि राजपूत, निमिष देवांगन, जितेन्द्र मोरयानी, भावना वर्मा, वैभव सिंह, मनीष पटेल, अभय, दिनेश, ओम, पवन आदि मौजूद थे।

- बीआईटी कॉलेज में स्टूडेंट्स के लिए एक दिवसीय कार्यशाला का आयोजन

सिटी इवेंट

सेवानिवृत्त और पदोन्नत अफसर हुए सम्मानित, स्टूडेंट्स को मिली स्कॉलरशिप

भिलाई। भिलाई ऑफिसर सतनामी समाज के बॉस वेलफेयर फंड द्वारा समाज के होनहारों को सम्मानित किया गया। कार्यक्रम की अध्यक्षता टीबी और चेस्ट विषेशज्ञ डॉ. एडी बनर्जी ने की। संयंत्र के तीन सेवानिवृत्त अधिकारियों को उनके उत्कृष्ट सेवाकालीन योगदान के लिए सम्मानित किया गया। इसके साथ ही पदोन्नति प्राप्त करने वाले अधिकारियों को भी सम्मानित किया गया। 14 डॉक्टरों को भी सम्मानित किया गया। शिक्षा के क्षेत्र में बॉस परिवार की प्रेरक पहल को आगे बढ़ाते हुए समाज के दो होनहार विद्यार्थियों को आर्थिक सहयोग प्रदान किया गया। इनमें आईआईटी लक्ष्मण चतुर्वेदी को 30 हजार और एनआईटी वारंगल के संजू बंजारे को 50 हजार रुपए की आर्थिक मदद दी गई। संचालन महासचिव पीएल कुर्रे एवं कोषाध्यक्ष मुकेश कुमार रात्रे ने किया। इस अवसर पर डॉ. जीवन लाल घिडले, जीपी कुर्रे, कमल कुमार टंडन, हरिशंकर गिलहरे, नेतराम गिलहरे, नोहर सिंह ढीढ़ी सहित अन्य मौजूद थे।

सिटी इवेंट

औषधि की पहचान के लिए एक दिवसीय कार्यशाला 29 जुलाई को

दुर्ग। कामधेनु विश्वविद्यालय अंजोरा में हैंड्स ऑन ट्रेंनिंग ऑन एक्सपेरिमेंटल टेक्निक्स इन फॉर्मोकोलॉजी एंड टॉक्सिकोलॉजी विषय पर एकदिवसीय कार्यशाला का आयोजन 29 जुलाई को किया जा रहा है। वन डे वर्कशॉप में कुलपति डॉ. आरआरबी सिंह, वेटनरी कॉलेज के डीन डॉ. संजय साक्य मौजूद रहेंगे। आयोजन पशु औषधि विज्ञान एवं विष विज्ञान विभाग द्वारा किया जा रहा है। इस प्रशिक्षण कार्यक्रम में तकनीकी सत्र, लैब एनिमल हैंडलिंग, ड्रग एडमिनिस्ट्रेशन, ब्लड कलेक्शन, ऑर्गन बाथ यंत्र पर प्रयोग, केंद्रीय तंत्रिका तंत्र हेतु औषधियो की स्क्रीनिंग, वेदना नाशक एवं सूजन रोधी औषधियों की पहचान, सीएएल सॉफ्टवेयर प्रशिक्षण, एलडी 50 के निर्धारण जैसे विषयों पर व्यावहारिक प्रशिक्षण दिया जाएगा । इस प्रशिक्षण की आयोजन सचिव सह प्राध्यापक एवं विभागाध्यक्ष डॉ. श्रद्धा नेट* ने बताया कि इस कार्यशाला का उद्देश्य स्नातक, स्नातकोत्तर एवं शोध अध्यनरत छात्राओं को औषधि विज्ञान संबंधी शोध कार्यों में कौशल प्रदान करना है।

● दुर्ग-भिलाई सहित ग्रामीण क्षेत्रों में हरियाली उत्सव धूमधाम से मनाया गया, सांस्कृतिक आयोजन हुए

आ गे हरेली तिहार...नागर-बैला की पूजा कर चढ़ाया गुलगुला भजिया और चीले का प्रसाद, गेड़ी चढ़ दिया भाईचारे का संदेश

शहरी और ग्रामीण क्षेत्रों में गुरुवार को हरेली उत्सव बड़े ही धूमधाम से मनाया गया। शहरी क्षेत्रों में जहां सुबह खेती उपकरणों की पूजा कर पारंपरिक खेलों का आयोजन किया गया। वहीं ग्रामीण क्षेत्रों में गाजे-बाजे के बीच हल, बैल, कुदाली सहित अन्य उपकरणों की पूजा की गई। घरों में गुलगुला भजिया और चीला का प्रसाद तैयार किया गया। जगह-जगह पारंपरिक खेल प्रतियोगिताओं का आयोजन किया गया। मुख्य रूप से गेड़ी दौड़, फुगड़ी, नारियल फेंक जैसे आयोजन हुए। कई जगहों पर पौधे रोपकर पर्यावरण संरक्षण का भी संदेश दिया गया।

भिलाई। पाटन के स्कूलों हरेली तिहार मनाया गया। गांवों में विशेष पूजा की गई। स्कूलों में खेल आयोजन हुए। स्पर्धा के दौरान नारियल फेंक मुख्य आकर्षण रहा।

गांव में लोगों ने उपवास रखकर मां शीतला की पूजा-अर्चना की। सुख-समृद्धि की कामना की। वहीं सार्वजनिक स्थानों पर आम, कटहल, जामुन आदि के पौधे रोपे गए। इधर स्कूलों में बच्चों के लिए गेड़ी दौड़, रस्साकसी आदि जैसे खेलों का लुत्फ उठाया। गेड़ी दौड व रस्साकसी स्पर्धा को लेकर बच्चों में खासा उत्साह देखा गया। कुछ जगहों पर कुर्सी दौड़, रंगोली और मेंहदी प्रतियोगिता का भी आयोजन किया गया। हरेली पर धमधा के निजी स्कूलों में विद्यारंभ संस्कार का किया गया आयोजन किया गया। किसान राजकुमार वर्मा ने हरेली पर्व की उपयोगिता, गोबर लेपन के महत्व, घर में पाले जाने वाले दुधारू पशु के प्रति सहिष्णुता और कृषि औज़ारों की पूजा के विषय पर प्रकाश डाला। मुख्य रूप से गेड़ी दौड़, भौरा, सुआ गीत, कुर्सी, फुगड़ी में बच्चों ने बढ़-चढ़कर हिस्सा लिया। कृषि औजारों की पूजा अर्चना की गई। शहरी क्षेत्र में पुरानी बस्तियों और आउटर में बसे ग्रामीण परिवेश वाले वार्डों में हरेली तिहार का असर देखा गया। इस अवसर पर सांस्कृतिक कार्यक्रमों का भी आयोजन किया गया। कार्यक्रम के अंत में विजेताओं को पुरस्कृत किया गया। मुख्य रूप से दुर्ग के पोटिया, बोरसी, बघेरा, पुलगांव, बघेरा वार्ड में कार्यक्रम हुए। इसी प्रकार भिलाई में रिसाली, मरोदा, डुडेरा, कुरूद, जामुल, पुरैना जैसे क्षेत्रों में हरेली त्योहार पर कार्यक्रम हुए।

बोरसी में बिखरी छत्तीसगढ़ की संस्कृति, हुए खेल आयोजन

दुर्ग। बोरसी में हरेली तिहार का आयोजन किया गया। पूर्व महापौर धीरज बाकलीवाल कार्यक्रम में मुख्य रूप से शामिल हुए। पूर्व पार्षद प्रेमलता साहू भी मौजूद थीं। किसानों के औजारों की विधिवत पूजा-अर्चना से कार्यक्रम की शुरुआत हुई। पारंपरिक धुनों और मांदर की गूंज के बीच गौ माता को भोग अर्पित किया गया और प्रदेश की सुख-समृद्धि की कामना की गई। बोरसी की माताओं-बहनों एवं क्षेत्रवासियों ने उत्साहपूर्वक बड़ी संख्या में भाग लेकर कार्यक्रम को जीवंत और सफल बनाया। गेंड़ी दौड़, मटका फोड़ और कुर्सी दौड़ जैसी छत्तीसगढ़ी लोक क्रीड़ाओं ने सभी को रोमांचित किया। विजेताओं को पुरस्कृत कर उनका उत्साहवर्धन किया गया। बाकलीवाल ने कहा कि हरेली तिहार केवल एक पर्व नहीं, बल्कि हमारी संस्कृति का प्रतीक है। पूर्व मुख्यमंत्री भूपेश बघेल ने पुनर्जीवित किया। प्रदेश महामंत्री राजेंद्र साहू, अलताफ़ अहमद, संजय कोहले, क्षितिज चंद्राकर, पार्षद दीपक साहू, ज्ञानदास बंजारे सहित अन्य मौजूद थे।

हरेली और वर्षा मंगल पूजा का आयोजन 27 को, पोस्टर का विमोचन

भिलाई। गीत वितान कला केन्द्र द्वारा प्रकृति को समर्पित एक विशेष सांस्कृतिक कार्यक्रम का आयोजन 27 जुलाई को होगा। छत्तीसगढ़ के पारंपरिक पर्व हरेली और पश्चिम बंगाल की वर्षा ॠतु से जुड़ी सांस्कृतिक परंपरा वर्षा मंगल को आधार बनाकर यह कार्यक्रम प्रस्तावित किया गया है। शाम 5:30 बजे से महात्मा गांधी कला मंदिर सभागृह सिविक सेंटर में यह कार्यक्रम होगा। इस आयोजन में छत्तीसगढ़ की लोक संस्कृति के अंतर्गत हरेली पर्व से जुड़े लोक गीत, नृत्य, और पारंपरिक सांस्कृतिक प्रस्तुतियां होंगी। वहीं बंगाल की परंपरा वर्षा मंगल के अंतर्गत गुरुदेव रवींद्रनाथ ठाकुर की प्रेरणादायक रचनाओं और उनकी प्रकृति-भावना को प्रस्तुत किया जाएगा। कार्यक्रम को लेकर तैयार पोस्टर का बाल संरक्षण आयोग की अध्यक्ष डॉ. वर्णिका शर्मा ने विमोचन किया। इस अवसर पर मिथुन दास, नीता चौरसिया, मनोज कुमार ठाकरे, प्रदीप कुमार मित्र सहित अन्य मौजूद थे।

स्कूली बच्चों ने सांस्कृतिक प्रस्तुति देकर जमाया रंग, मिला सम्मान

भिलाई। सुप्रयास महिला सेवा समिति राधिका नगर ने 13 वां वार्षिकोत्सव मनाया। वार्षिकोत्सव का आयोजन राधिका नगर स्थित कांति दर्शन महाविद्यालय में किया गया।

- सांस्कृतिक कार्यक्रम में समिति सदस्यों ने लिया बढ़-चढ़कर हिस्सा

मुख्य अतिथि ज्योति शर्मा थी। कार्यक्रम की शुरुआत समिति की सभी महिलाओं ने केक काटकर किया। कार्यक्रम में अनेक सांस्कृतिक कार्यक्रम, नृत्य, गीत, संगीत, कव्वाली आदि का आयोजन किया गया। समिति के सभी सदस्यों ने आयोजित कार्यक्रम में बढ़ चढ़ कर भाग लिया। समिति के पदाधिकारियों ने सभी सदस्यों को वार्षिकोत्सव की शुभकामनाएं देते हुए कहा की आने वाले वर्षों में भी हमारी समिति जनसमस्या एवं महिलाओं के हित में काम करती रहेगी। कार्यक्रम के अंत पुरस्कार वितरण किया गया।

खेलो इंडिया योगासन लीग का उद्घाटन, 51 खिलाड़ी ले रहे भाग

दुर्ग। अस्मिता खेलो इंडिया योगासन सिटी लीग का शुभारंभ स्वावलंबी योग अकादमी एवं प्रशिक्षण केन्द्र गंजपारा हुआ। कार्यक्रम में मुख्य अतिथि सांसद विजय बघेल थे। अध्यक्षता छत्तीसगढ़ राज्य योग आयोग अध्यक्ष रूपनारायण सिन्हा ने की। विशेष रूप से विधायक गजेंद्र यादव, महापौर अलका बाघमार, योगासन स्पोर्ट्स एसोसिएशन के अध्यक्ष विष्णु जयंत भारती मौजूद थे। योगासन के कुल 51 खिलाड़ियों ने प्रतियोगिता में भाग लिया। प्रतियोगिता में खिलाड़ियों ने अपने खेल का प्रदर्शन किया।

वीटीपी स्किल सेंटर नेहरूनगर का डिप्टी कलेक्टर उत्तम ध्रुव ने किया उद्घाटन

7 ट्रेड में कॉम्पिटिशन जीतने वालों को मिलेगा नेशनल और इंटरनेशनल लेवल पर हुनर दिखाने का मौका

कार्नर न्यूज

भिलाई। ट्विनसिटी में इनोवेटिव आइडिया, कुछ नया करने की सोच रखने वाले युवाओं के लिए अच्छी खबर है। उन्हें नेशनल और इंटरनेशनल लेवल पर अपनी प्रतिभा दिखाने का मौका मिलेगा। इसके लिए जिला प्रशासन उनकी मदद करेगी। इसे लेकर तैयारी शुरू कर दी गई है। छत्तीसगढ़ राज्य कौशल विकास प्राधिकरण रायपुर के निर्देश पर जिला स्तरीय कौशल प्रतियोगिता कौशल तिहार 2025 का आयोजन किया जा रहा है।नेहरू नगर स्थित वीटीपी स्किल जोन से इसका आगाज हुआ।

विशेषज्ञों ने रखे विचार, युवाओं को दिए जरूरी सुझाव

इस अवसर पर विशेषज्ञों ने अपने विचार रखे। साथ ही युवाओं को करियर गाइडेंस से जुड़े सुझाव भी दिए। इस अवसर पर रोजगार मार्गदर्शन केंद्र के उपसंचालक वीके केडिया, परीक्षा प्रभारी टीके सातपुते, पॉलिटेक्निक कॉलेज से पुष्पेन्द्र वर्मा, आईटीआई से रूही सिंह, सीआईडीसी से भारती वर्मा, वीटीपी स्किल ज़ोन के डायरेक्टर हिमांशु देवांगन सहित अन्य मौजूद थे। इस कैम्पेन से कॉलेज और स्कूल के स्टूडेंट्स को भी जोड़ा जाना है। हुनरमंदों को तराशने का काम इस सेंटर के माध्यम से किया जाना है।

मोबाइल में समय बिताने के बजाए इनोवेशन पर करें फोकस, नई जानकारियों से रहें अपडेट

दुर्ग जिला के कौशल प्रशिक्षण प्राप्त युवाओं को आगामी प्रतियोगिता के लिए तैयार करने एवं उनका आत्मविश्वास बढ़ाने के लिए 7 विभिन्न ट्रेडों में प्रतियोगिताओं का आयोजन किया जा रहा है। इन ट्रेडों में रिनेवेबल एनर्जी, इलेक्ट्रिकल इंस्टालेशन, हेल्थ एंड सोशल केयर, प्लंबिंग एंड हीटिंग, फील्ड टेक्निशियन-इलेक्ट्रॉनिक्स, मोबाइल फोन टेक्नीशियन एवं ग्राफिक डिजाइन टेक्नोलॉजी-डीटीपी शामिल है। ये प्रतियोगिताएं जिले के अलग-अलग चयनित वी.टी.पी. प्रशिक्षण केन्द्रों में आयोजित किए जा रहे हैं। युवाओं को जानकारी दी जा रही है कि मोबाइल में रील देखने में समय बिताने के बजाए इनोवेशन पर ध्यान देने से करियर संवर सकता है। नोडल अधिकारी और डिप्टी कलेक्टर उत्तम ध्रुव ने इसका उद्घाटन किया। उन्होंने बताया कि जिला कौशल विकास प्राधिकरण दुर्ग के अध्यक्ष कलेक्टर अभिजीत सिंह हैं। इस तिहार में 7 ट्रेड में प्रतियोगिता का आयोजन किया जा रहा है। इसका उद्धेश्य छत्तीसगढ़ राज्य के उत्कृष्ट स्किल्ड युवाओं का चयन कर उन्हें सही प्लेटफार्म उपलब्ध कराना है। इसे लेकर प्रतियोगिता का आयोजन किया जा रहा है। चयनित कौशल प्रशिक्षित युवाओं को आगामी राज्य एवं राष्ट्रीय स्तर पर आयोजित होने वाली इंडिया स्किल 2025 तथा अंतर्राष्ट्रीय स्तर पर आयोजित होने वाली वर्ल्ड स्किल 2026 में भाग लेने का अवसर मिलेगा।

सिटी इवेंट

झांसी में दुर्ग के डॉ. अजय आर्य का व्याख्यान एवं सम्मान

भिलाई। आर्य समाज नगर झांसी में वैदिक आर्य आचार्य डॉ. अजय आर्य का व्याख्यान आयोजित किया गया। व्याख्यान से पूर्व चरण में मातृशक्ति द्वारा वैदिक यज्ञ एवं ईश्वर भक्ति के भजन प्रस्तुत किए गए। जगदीश शर्मा ने ऋषि दयानंद की जीवनी और सत्यार्थ प्रकाश का पाठ प्रस्तुत किया। डॉ. आर्य ने कहा कि धर्म खुश रहना है। भक्ति के अनेक चिन्ह लिखे हैं, उसमें से एक है प्रसन्न वदन। इसका अर्थ है कि जिसके चेहरे से प्रसन्नता झड़ झर रही हो। खुश रहो और दूसरों को खुश रखो। स्वामी दयानंद ने संस्कार विधि में इसे सर्वश्रेष्ठ कहा है और विवाह संस्कार को सभी संस्कारों तथा आश्रमों का आधार कहा है। दयानंद पहले व्यक्ति थे, जिन्होंने कहा कि सोने से पहले पति पत्नी दोनों एक दूसरे का सम्मान करें। एक दूसरे को नमस्ते करें। यह समानता का भाव है। आयोजित कार्यक्रम में डॉ. आर्य को सम्माानित किया गया। कार्यक्रम में राजेंद्र सिंह आर्य, आरके सिंह परिहार, ओम प्रकाश शर्मा, अरुण सक्सेना, अवधेश राम आर्य, प्रख्यात राम आर्य, रघुराज सिंह, रामबाबू तिवारी, बीना शर्मा, राकेश नामदेव, जगदीश शर्मा, राम गोपाल आर्य आदि मौजूद थे।

धर्म लाइव

ब्रजमंडल में शिव महापुराण कथा पहले दिन निकली कलश यात्रा

भिलाई। सावन के पवित्र महीने में चहुंओर भगवान शिव की भक्ति, कांवड़ यात्रा और रुद्राभिषेक अनुष्ठान श्रद्धापूर्वक छाई हुई है। इसी पावन महीने में ब्रजमंडल भिलाई के गीता भवन सेक्टर 6 परिसर स्थित श्री राधा कृष्ण मंदिर प्रांगण में शिव महापुराण कथा सप्ताह का आयोजन किया जा रहा है। कथा शाम 4 से 7 बजे तक आयोजित है। कथा प्रारम्भ के प्रथम दिन श्रद्धालु महिलाओं द्वारा कलश यात्रा और शिव महापुराण शोभा यात्रा धूमधाम मधाम से निकाली गई। कलश स्थापना एवं व्यासपीठ पूजन पश्चात कथा प्रारंभ की गई। कथा व्यास आचार्य सुनील कुमार द्विवेदी ने सुमधुर गायन और सारगर्भित सरल व्याख्यान दिया। समापन शनिवार 26 जुलाई को होगा। 27 जुलाई को सुबह 10.30 बजे हवन पूजन के बाद प्रसाद का वितरण होगा।

सिटी इवेंट

पेड़ पौधों से हमें जीवन के लिए प्राण वायु मिलती है: अवधेश मौर्य

■ एंजेल वैली स्कूल में वन महोत्सव के उपलक्ष्य में पौधारोपण कार्यक्रम

भिलाई। एंजेल वैली स्कूल में वन महोत्सव के उपलक्ष्य में वृक्षारोपण कार्यक्रम हुआ। इस अवसर पर विद्यालय के निदेशक डॉ. अवधेश कुमार मौर्य एवं प्राचार्या सुष्मिता दास ने पौधरोपण की महत्ता बताई। छात्र-छात्राओं ने अत्यंत उत्साह और उमंग के साथ वृक्षारोपण कर पर्यावरण संरक्षण का संदेश दिया। इस आयोजन का मुख्य उद्देश्य बच्चों में पर्यावरण के प्रति जागरूकता बढ़ाना और हरे-भरे भारत की दिशा में एक कदम बढ़ाना रहा। डॉ. अवधेश मौर्य ने कहा कि प्रकृति हमारे जीवन का आधार है। हम सभी को पेड़ पौधों की सुरक्षा करनी चाहिए। प्रकृति जितनी हरी भरी रहेगी हमारा जीवन उतना सुरक्षित रहेगा। प्राण वायु खरीद नहीं जा सकता यह संतुलित प्रकृति हम सबको स्वतः देती है इसलिए हम सबको पेड़ लगाने का संकल्प लेना चाहिए। बच्चों नेआओ मिलकर पेड़ लगाएं, हरियाली फैलाएं का संदेश दिया।

● सावन का महीना भगवान शिव को अत्यधिक प्रिय, इसलिए हर दिन उत्सव

शिवभक्ति में डूबे शिवभक्त, 27 को खारून से शिवनाथ तक कांवड़ यात्रा, 28 को टोलाघाट में शिवभक्तों का महासंगम

भिलाई। सावन की महीना भगवान शिव को अति प्रिय है। हिंदू पंचांग का पांचवां महीना सावन 11 जुलाई से शुरू हो चुा है। 9 अगस्त को सावन मास का समापन होगा। पहली सोमवारी 14 जुलाई को पड़ी। अंतिम सोमवार 4 अगस्त को पड़ रहा है। सोमवार का व्रत करने से सुख-समृद्धि और उन्नति एवं मनोकामना पूरी होती है। सावन को मनोकामना पूर्ति का महीना भी कहा जाता है, क्योंकि भोलेनाथ ही ऐसे देवता हैं जिनकी सच्चे मन से पूजा की जाए तो वह बहुत जल्द प्रसन्न हो जाते हैं। मान्यता है की सावन की सोमवार के दिन भोलेनाथ और माता पार्वती की पूजा जल्द फलित होती है। श्रावण मास के दौरान भगवान शिव को जल एवं गंगाजल के साथ-साथ पुष्प, बेलपत्र, धतूरा, मंदार पुष्प गाय का कच्चा दूध, विजया पत्र, मधु, गुड़, इत्र, पंचामृत आदि एवं माता पार्वती की शृंगार सामग्री चढ़ाना शुभ माना जाता है। भगवान भोलेनाथ व मां पार्वती का विधि-विधान के साथ पूजा जलाभिषेक, रुद्राभिषेक करना अच्छा माना जाता है। इस वजह से भिलाई-दुर्ग में नियमित रूप से कांवड़ यात्रा निकाली जा रही है। 27 जुलाई को खारून नदी तट कुम्हारी से महमरा एनीकट शिवनाथ नदी तट तक कांवड़ यात्रा निकाली जा रही है। इसी प्रकार 28 जुलाई को पाटन से टोलाघाट तक कांवड़ यात्रा निकाली जाएगी। दोनों ही शोत्रायात्रा काफी अहम मानी जा रही है। प्राचीन शिव मंदिरों में कोड़िया, बानबरद, नगपुरा, कौही, टोला घाट पाटन में विशेष इंतजाम किए गए हैं।

कांवड़ यात्रा की अपनी अलग मान्यता

मान्यता है कि सावन मास में देवी पार्वती ने शिव जी को पति रूप में पाने के लिए तप शुरू किया था। इस मान्यता की वजह से भी शिव जी को सावन महीना प्रिय माना जाता है। सावन में कांवड़ यात्रा निकालने की परंपरा है। सावन में शिव पूजा में बेलपत्र, भांग, धतूरा, दूध, दही, घी, शहद और गंगाजल चढ़ाने से मनोकामना पूरी होती है। सावन का महीना महिलाओं के लिए विशेष महत्व रखता है। विवाहित महिलाएं अपने पति की लंबी उम्र के लिए व्रत रखती हैं और कुंवारी कन्याएं मनचाहा वर की प्राप्ति हेतु शिव की पूजा करती हैं। इस माह में हरियाली तीज, नाग पंचमी, रक्षा बंधन जैसे त्योहार भी आते हैं। महिलाएं इस समय हरी चूड़ियां, हरी साड़ी और मेहंदी लगाकर उत्सव मनाती हैं, जो सौभाग्य का प्रतीक माना जाता है।

पाटन में बोल बम कांवड़ यात्रा समिति निकालेगी यात्रा

पाटन में बोल बम कांवड़ यात्रा समिति शिवभक्तों के लिए नया अनुभूति लेकर आ रहा है। बोल बम कांवड़ यात्रा समिति पाटन क्षेत्र के तत्वावधान में 28 जुलाई दिन सोमवार को भव्य कांवड़ यात्रा का आयोजन किया जा रहा है। समिति के संयोजक जितेंद्र वर्मा के नेतृत्व में सभी शिवभक्त पाटन ओग्गर तालाब में विराज भगवान शंकर जी की पूजा अर्चना सुबह 9 बजे कर जल लेकर बोल बम के जयघोष के साथ टोलाघाट के लिए निकलेंगे। यात्रा में शामिल होने वाले सभी श्रद्धालु पाटन ओग्गर तालाब से पवित्र जल भरकर भगवान शिव को अर्पित करने के लिए टोलाघाट की ओर कांवड़ लेकर पैदल यात्रा करेंगे। टोलाघाट पहुंचते ही सभी कांवड़िया सर्वे भवन्तु सुखिनः एवं जल संरक्षण के संकल्प के साथ भगवान महादेव में जल अर्पित करेंगे। प्रसिद्ध भगवताचार्य पं. कृष्ण कुमार तिवारी के सानिध्य में भगवान शिव जी का पूजा अर्चना कर जलाभिषेक एवं रुद्राभिषेक किया जाएगा।

कुम्हारी से शिवनाथ कांवड़ यात्रा समिति निकालेगी यात्रा

खारून नदी तट कुम्हारी से 27 जुलाई को यात्रा निकाली जाएगी। शिवनाथ कांवड़ यात्रा समिति द्वारा कांवड़ यात्रा निकाली जा रही है। संयोजक विपिन चंद्राकर ने बताया कि भगवा रंग में रंगकर एकता, सामाजिक समरसता और सांस्कृतिक जागरण के उद्देश्य से यह यात्रा निकाली जा रही है। भक्त 1008 मीटर लंबा भगवा ध्वज लेकर चलेंगे। सुबह 6 बजे से यह यात्रा प्रारंभ होगी। सर्वसमाज के लोग इस यात्रा में शामिल होंगे। यात्रा शाम 7 बजे महमरा घाट पहुंचेगी, जहां गंगा आरती के साथ भव्य आतिशबाजी होगी। इस अवसर पर उप मुख्यमंत्री अरुण साव, पाटेश्वर धाम के संत रामबालक दास, कथा वाचक युवराज पांडेय, आरएसएस के पूर्व प्रांत प्रमुख बिसराराम यादव, विहिप के चंद्रशेखर वर्मा, सांसद विजय बघेल सहित अन्य प्रमुख रूप से मौजूद रहेंगे।

सावन मिलन समारोह

रौनियार समाज की महिलाओं ने जमाया रंग, गेम्स के साथ फैशन में दिखाया जलवा

भिलाई। रौनियार वैश्य समाज दुर्ग-भिलाई की महिलाओं ने सावन के महीने में सावन मिलन समारोह का आयोजन किया। बैकुंठधाम कैंप-2 में आयोजित इस समारोह में समाज की महिलाओं ने खूब रंग जमाया। हरे परिधानों के साथ कार्यक्रम में शामिल हुईं। महिलाओं ने आकर्षक खेलों में हाथ आजमाया। इस दौरान कई मनोरंजक खेल हुए जिसमें एक मिनट शो रोमांचक रहा। कार्यक्रम के दौरान महिलाओं ने फैशन शो में भी हाथ आजमाया। पारिवारिक मिलन समारोह के साथ तीज त्योहारों में भी आपसी मिलन का कार्यक्रम रखा था। महिलाएं हरे रंग विशेष ड्रेस कोड में नजर आईं। समाज की सभी महिलाएं हरे रंग की साड़ी पहनकर कार्यक्रम में पहुंची। विभिन्न प्रतियोगिताओं का आयोजन किया गया। इस दौरान पर्ची उठाओ, फिल्मी गीत संगीत आदि शामिल रहे। इस दौरान एक मिनट के गेम में बैलून गेम रखा गया। पुनम गुप्ता, सुनीता देवी, पूजा देवी, सरीता देवी, ज्ञानवती देवी, लक्ष्मीना देवी, संतोषी गुप्ता, सोनी गुप्ता, रीना गुप्ता, सलोनी गुप्ता,

मंजु गुप्ता, ललिता गुप्ता, लक्ष्मी देवी, बसंती देवी, गुढिया देवी, प्रमिला गुप्ता आदि ने गेम्स में भाग लिया। प्रतियोगिता का पहला इनाम सरिता देवी ने जीता। दूसरे स्थान पर रीना प्रसाद रहीं। सावन मिलन समारोह का सभी महिलाओं ने लुत्फ उठाया।

कृषि औजारों की दी जानकारी

स्कूली बच्चों ने धूमधाम से मनाया ग्रीन डे, सामूहिक नृत्य की दी प्रस्तुति

छत्तीसगढ़ी आभूषणों व कृषि यंत्रो की प्रदर्शनी लगाई

दुर्ग। सरस्वती शिशु मंदिर उच्चतर माध्यमिक विद्यालय कसारीडीह में शिशु विभाग नर्सरी, केजी वन, केजी टू के बच्चों का सावन उत्सव ग्रीन डे के रूप में मनाया। इस अवसर पर सभी छात्र-छात्राओं ने हरे परिधान में विद्यालय आए तथा विविध आयोजन किए गए। इस अवसर पर किरण यादव, सीमा अग्रवाल ने हरेली पर्व के महत्व के बारे में बताया। प्रार्थना सभा में खेती में उपयोग होने वाले औजार के मॉडल के माध्यम से विस्तार पूर्वक जानकारी दी। कृषि औजार का पूजन का कार्य अशोकलता विनोद ने कराया। मंचीय कार्यक्रम के अंतर्गत मंत्र, भजन तथा सामूहिक नृत्य के माध्यम से खुशी जाहिर की गई।प्राचार्य कृपा शर्मा ने दीप प्रजलवन कर कार्यक्रम का शुभारंभ किया। मधु यादव ने कहा कि हरेली पर्व पवित्रता एवं उसकी सौन्दर्यता के लिए पहचाना जाता है। कार्यक्रम का संचालन योगिता साहू ने किया। इस इस अवसर पर कुर्सी दौड़, फुगड़ी नृत्य पर छात्र-छात्राओं ने शानदार प्रस्तुति दी। पारंपरिक छत्तीसगढ़ी आभूषणों व कृषि यंत्रो की प्रदर्शनी लगाई गई। समापन कल्याण मंत्र के साथ किया गया। इस अवसर पर संध्या तिवारी, राजेश्वरी यादव, निकेश श्रीवास्तव, प्रभजीत कौर भाटिया, संतोषी पटेल सहित अन्य मौजूद थे।

जल और पर्यावरण संरक्षण को लेकर ग्रामीण क्षेत्रों में अनोखी पहल

कार्नर न्यूज

बारिश का पानी सहेजने बनाया जा रहा सोख्ता गड्ढा महिलाओं से ली जा रही मदद, 1.04 लाख पौधे भी रोपे

दुर्ग। एक पेड़ मां के नाम और मोर गांव मोर पानी अभियान चलाया जा रहा है। सांसद विजय बघेल ने अभियाम की शुरुआत की। जल संरक्षण को बढ़ाने के लिए एक सोखता संतान के नाम का नारा देते हुये लोगों को सोकपीट एवं रिचार्ज संरचना बनाने के लिए प्रेरित किया गया। इसके अंतर्गत कोड़िया में जिला स्तरीय कार्यक्रम का आयोजन किया गया। ग्रामीण विधायक ललित चन्द्राकर, जिला पंचायत अध्यक्ष सरस्वती बंजारे ने लोगों को जल संरक्षण की शपथ दिलाई। इस अवसर पर सदस्य श्रद्धा साहू, राकेश हिरवानी, सरपंच हुकुम निषाद उपस्थित रहे। इस दौरान पंचायतों को प्रधानमंत्री आवास योजना के हितग्राहियों के आवासों में प्रति आवास अधिकतम 4 एवं न्यूनतम 2 पौधे रोपित करने का लक्ष्य रख गया। इसके अंतर्गत कुल 27883 प्रधानमंत्री आवासों में 104111 पौधे रोपित किए गए। दुर्ग जिला पंचायत द्वारा उपरोक्त कार्य बिना किसी शासकीय राशि का उपयोग किए हितग्राहियों की प्रेरणा से किया गया।

नलकूप को रिचार्ज करने के लिए बनाया गया सोखता गड्ढा

दूसरे चरण में बोरवेल्स संरचनओं के लोक स्वास्थ्य यांत्रिकी विभाग से 486 संरचनाओ की सूची भेजी गई। इसमें 265 बोरवेल्स पर नवीन पद्धती वाटर परक्यूलेशन रिचार्ज सॉफ्ट का उपयोग किया गया है। इसमें बारिश का पानी सीधे रिचार्ज सॉफ्ट के माध्यम से बंद बोरवेल्स में जा सके। इसमें 265 संरचनाओं का निर्माण कार्य पूर्ण किया गया। जिला दुर्ग अंतर्गत जल संरक्षण को बढावा देने के लिए बहोत सारे कदम उठाए जा रहे हैं। इसी चरण में सीईओ बजरंग कुमार दुबे के निर्देश पर 16000 वाटर ऑब्जर्शन ट्रेंच का निर्माण किया जा रहा है।

ड्रेन के पानी को स्टोर करने की भी योजना

इसी अभियान में गांव के ड्रेनेज क्षेत्र में जहां बहोत बडी मात्रा में पानी एकत्र होता है। वहां जिसके लिए प्रथम चरण में 300 बड़े सोखता संरचनओं का निर्माण किया जा रहा है। इसके लिए स्वच्छ भारत मिशन ग्रामीण एवं मनरेगा के अभिशरण से कार्य की स्वीकृती दी गई। प्रत्येक नग लागत मूल्य 40000 रुपय है। इसके लिए 1.20 करोड़ की स्वीकृति जिला पंचायत से दी गई। 179 निर्माण पूर्ण हो चुके हैं। शेषष में काम जारी है। स्कूल एवं घरों के सामने 2500 रिचार्ज पीट का निर्माण पूर्ण किया गया है।

सिटी स्पोर्ट्स

पुडुच्चेरी के विरुद्ध ओम ने लिए तीन विकेट

रायपुर। क्रिकेट एसोसिएशन पुडुच्चेरी द्वारा मेंस अंडर-19 इंटर स्टेट वन डे अभ्यास मैच 2024-25 आयोजित किया जा रहा है। जिसमें छत्तीसगढ़ सहित बंगाल, केरला, पुडुच्चेरी और हिमाचल प्रदेश आदि टीमें हिस्सा ले रहीं है। गुरुवार को छत्तीसगढ़ का दूसरा मैच पुडुच्चेरी के विरुद्ध पुडुच्चेरी में खेला गया। छत्तीसगढ़ ने टॉस जीतकर पहले क्षेत्ररक्षण करने का निर्णय लिया। पुडुच्चेरी अंडर-19 ने पहले बल्लेबाजी करते हुये निर्धारित 50 ओवरों में 8 विकेट खोकर 248 रन बनाए। एक समय में पुडुच्चेरी ने 170 रनों पर अपने 7 विकेट गंवा दिये थे परंतु पुडुच्चेरी की ओर से पुडुच्चेरी सुभाष ने नाबाद 80 रन तथा प्रजन कुमार ने 42 रनों का योगदान दिया और अपनी टीम को एक विजयी स्कोर तक ले गये। छत्तीसगढ़ की ओर से ओम कोशले ने 3 विकेट प्राप्त किये। 249 रनों के लक्ष्य का पीछा करने उतरी छत्तीसगढ़ अंडर 19 टीम 40.4 ओवरों में 158 रन बनाकर आल आउट हो गयी। छत्तीसगढ़ अंडर 19 की ओर से नीतिन सिंह तथा फैज खान ने सर्वाधिक 37-37 रनों का योगदान दिया। वहीं पुडुच्चेरी की ओर से गणेश ने 6 विकेट तथा हैरिस ने 2 विकेट प्राप्त किये। पुडुच्चेरी ने मैच 89 रनों से जीत लिया।

छत्तीसगढ़ बैडमिन्टन के लिए बीएसपी टीम का चयन आज से

भिलाई। जगदलपुर जिला बैडमिन्टन संघ द्वारा छत्तीसगढ़ राज्य सीनियर (पुरूष एवं महिला) बैडमिन्टन प्रतियोगिता का आयोजन एकल एवं युगल वर्ग में 10 से 14 अगस्त तक जगदलपुर में किया जा रहा है। जिसमें भिलाई इस्पात संयंत्र की दोनों टीमें भाग लेंगी। उक्त प्रतियोगिता में भाग लेने के लिये इनडोर हॉल, सिविक सेंटर के बैडमिन्टन कोर्ट पर 25 एवं 26 जुलाई को सुबह 9 बजे से (दोनों वर्ग) की टीम के गठन हेतु चयन स्पर्धा आयोजित की गयी है। इच्छुक प्रतिभागी अपने साथ अपना फेदर शटल कॉक लेकर आ सकते है। विभाग द्वारा प्लास्टिक शटल कॉक से मैच कराया जाना है।

राज्य स्तरीय बैडमिंटन के लिए अपराजिता का हुआ चयन

रायपुर। मिनी स्टेडियम बिलासपुर में शालेय संभाग स्तरीय बैडमिंटन प्रतियोगिता में सेंट पॉल इंग्लिश मीडियम हायर सेकंडरी स्कूल की कक्षा 6 वी की छात्रा अपराजिता भट्ट ने शानदार प्रदर्शन किया। इसके आधार पर उनका चयन राज्य स्तरीय प्रतियोगिता के लिए किया गया। संस्था प्रमुख श्रीमती सेलिन जॉर्ज, राकेश दुबे व्यायाम शिक्षक विजय पटेल सहित स्कुल प्रशासन ने बधाई दी है।

छत्तीसगढ़ स्तरीय शालेय वेटलिफ्टिंग के लिए 7 चयनित

रायपुर। संभाग स्तरीय वेटलिफ्टिंग खेल कोंडागांव जिला में आयोजित हुआ। जिसमें संभाग के सभी जिलों से लगभग 70 खिलाड़ियों ने भाग लिया था । कांकेर जिले से 15 खिलाड़ियों ने इस शालेय खेल में भाग लिया। जिसमें से 6 बालिकाओं तथा 1 बालक का चयन राज्य स्तरीय प्रतियोगिता के लिए हुआ है। अंडर 17 वर्ष बालिका वर्ग के 48 किग्रा में अंकिता विश्वकर्मा, 63 किग्रा में बरखा चक्रधारी, 69 किग्रा में ज्योति नेताम और अंडर-19 वर्ष बालिका वर्ग में 48 किग्रा में शांता यादव, 58 किग्रा में चंचल नेताम, 77 किग्रा में वंदना भास्कर का चयन हुआ। बालक वर्ग में अंडर-19 वर्ष में 48 किग्रा में राहुल कुमार देवांगन शामिल है। प्रतियोगिता में चयनित सभी छात्राएं कांकेर जिले के नरहरपुर विकासखंड के शासकीय कन्या उच्चतर माध्यमिक विद्यालय अभनपुर की छात्राएं हैं। शाला के प्राचार्य रामप्रसाद नेताम सहित समस्त शिक्षकों ने बधाई एवं शुभकामनाएं दी है। जिले के खेल अधिकारी एवं जिला शिक्षा अधिकारी और व्यायाम शिक्षकों ने शुभकामनाएं दी। टीम की कोच माधुरी साहू हैं।

जीवनशैली से उपजी बीमारियों की रोकथाम के लिए अपनाएं जरूरी उपाय

रोजमर्रा के खान-पान में मौजूद छिपी हुई शक्कर बिगाड़ रही है आपकी सेहत, हो जाइए सावधान

जब हम शुगर शब्द सुनते हैं तो सबसे पहले दिमाग में मिठाइयां, केक या कोल्ड ड्रिंक आती हैं। लेकिन क्या आपको पता है कि रोजमर्रा की बहुत-सी चीजों में छिपी हुई चीनी (हिडेन शुगर) हो सकती है, जिसे हम बिना सोचे-समझे खाते रहते हैं। सेहत को ठीक रखना चाहते हैं तो इसका सबसे आसान फॉर्मूला है- खान-पान में सुधार करना। हम दिनभर में जो कुछ भी खाते-पीते रहते हैं उसका शरीर पर सीधा असर होता है, यही कारण कि स्वास्थ्य विशेषज्ञ सभी लोगों को ऐसी चीजों से परहेज करने की सलाह देते हैं जिनसे बीमारियों का खतरा बढ़ सकता है। जब भी बात गड़बड़ खान-पान की आती है तो सबसे ज्यादा चर्चा तेल और चीनी की होती है। कई अध्ययन इस तरफ चिंता जताते रहे हैं कि चीनी, 'व्हाइट पॉइजन' के समान है जिससे डायबिटीज के साथ कैंसर तक का भी खतरा हो सकता है।

जब हम 'चीनी या शुगर' शब्द सुनते हैं तो सबसे पहले दिमाग में मिठाइयां, केक या कोल्ड ड्रिंक आती हैं। लेकिन क्या आपको पता है कि रोजमर्रा की बहुत-सी चीजों में छिपी हुई शक्कर (हिडेन शुगर) हो सकती है, जिसे हम बिना सोचे-समझे खाते रहते हैं। यही 'हिडेन शुगर' धीरे-धीरे शरीर में कई बीमारियों की वजह बन रही है।

सबसे पहले जानिए हिडेन शुगर क्या होती है?

हिडेन शुगर यानी ऐसी चीनी जो खाने में डाली तो जाती है लेकिन वो स्वाद में बहुत मीठी नहीं लगती। इसे अक्सर पैक्ड फूड, प्रोसेस्ड फूड या ड्रिंक्स में प्रिजर्वेटिव्स और फ्लेवर बढ़ाने के लिए डाला जाता है। कई बार पैकेट पर 'शुगर फ्री' लिखा होता है, लेकिन उसमें भी सूक्रोज, फ्रक्टोज, हाई फ्रक्टोज कॉर्न सिरप जैसे नामों से चीनी छिपी होती है। आहार विशेषज्ञ कहते हैं, अगर आप इन चीजों का भी अक्सर सेवन करते रहते हैं तो इसका भी सेहत पर बुरा असर हो सकता है।

हिडेन शुगर और इसका सेहत पर असर

हार्वर्ड स्कूल ऑफ पब्लिक हेल्थ की रिपोर्ट के अनुसार, जो लोग नियमित रूप से ऐडेड शुगर लेते हैं उनमें मोटापा और टाइप-2 डायबिटीज का खतरा दो गुना ज्यादा होता है। इसी तरह जर्नल ऑफ द अमेरिकन मेडिकल एसोसिएशन (जामा) में प्रकाशित अध्ययन की एक रिपोर्ट बताती है कि अधिक शुगर का सेवन करने वाले लोगों में हृदय रोग और इससे मौत का खतरा बढ़ सकता है। हिडेन शुगर इंसुलिन रेसिस्टेंस बढ़ाकर कुछ खास तरह के कैंसर जैसे कोलन और ब्रेस्ट कैंसर के रिस्क को भी बढ़ा देती है।

मीठे पेय और कोल्ड ड्रिंक्स

आहार विशेषज्ञ कहते हैं, जो मीठा दिखता है, वो जरूरी नहीं नुकसानदेह हो, पर जो मीठा छिपा है, वही सबसे ज्यादा खतरा बन सकता है। जो लोग अक्सर कोल्ड ड्रिंक्स (जिनमें सोडा और कुछ जूस शामिल हैं) का अधिक सेवन करते रहते हैं उन्हें भी सावधान हो जाना चाहिए। कोल्ड ड्रिंक्स में चीनी की अधिक मात्रा हो सकती है जिसके कई

नुकसान हैं। अमेरिकन जर्नल ऑफ क्लीनिकल न्यूट्रिशियन में प्रकाशित अध्ययन की रिपोर्ट में शोधकर्ताओं ने बताया कम मात्रा में भी मीठे पेय के सेवन की आदत नुकसानदायक है। एक लाख से ज्यादा लोगों पर किए गए चौंकाने वाले अध्ययन में वैज्ञानिकों ने पाया कि जो लोग नियमित रूप से व्यायाम करते हैं और हफ्ते में सिर्फ दो बार ही मीठे पेय पदार्थ पीते हैं, उनमें हृदय रोगों का खतरा 15 फीसदी तक अधिक होता है। वहीं जिन प्रतिभागियों ने हफ्ते में दो बार मीठे पेय पदार्थ पिए और व्यायाम नहीं किया, उनमें दिल की बीमारी होने का जोखिम 50 फीसदी अधिक देखा गया।

बारिश में फंगल इन्फेक्शन से बचने जागरुकता जरूरी

बरसात के मौसम में अक्सर कुछ लोग फंगल इन्फेक्शन की समस्या से परेशान रहते हैं। मानसून में हमारे वातावरण में नमी बढ़ जाती है, जिससे फंगल इन्फेक्शन का खतरा भी बढ़ जाता है। आइए इस लेख में इससे बचने के लिए कुछ सावधानियों के बारे में विस्तार से जानते हैं।

गर्मी से राहत दिलाता बारिश का मौसम जितना सुहावना होता है, उतनी ही अपने साथ कुछ स्वास्थ्य चुनौतियां भी लेकर आता है। इस मौसम में हवा में नमी बढ़ जाती है और कपड़ों व त्वचा पर नमी बनी रहती है, ऐसे में फंगल इन्फेक्शन बढ़ने की संभावना बढ़ जाती है। फंगल इन्फेक्शन, जैसे दाद, खुजली और एथलीट फुट, बहुत आम हो जाते हैं और ये न केवल परेशान करते हैं, बल्कि अगर इसका सही समय पर इलाज न किया जाए तो ये गंभीर भी हो सकते हैं।

मानसून में फंगल इन्फेक्शन से बचना मुश्किल लग सकता है, लेकिन कुछ आसान सावधानियां बरतकर आप खुद को सुरक्षित रख सकते हैं। आइए जानते हैं बारिश के मौसम में फंगल इन्फेक्शन से बचने के लिए किन बातों का विशेष रूप से ध्यान रखना चाहिए।

त्वचा को हमेशा सूखी रखें

बारिश के मौसम में फंगल इन्फेक्शन से बचने का सबसे पहला और महत्वपूर्ण नियम है अपनी त्वचा को हर समय सूखा रखना। जब भी आप बारिश में भीगते हैं या नहाते हैं, तो शरीर को अच्छी तरह से सुखाएं, खासकर त्वचा की परतों वाली जगहों पर जैसे कांख (अंडरआर्म्स), जांघों के बीच और पैरों की उंगलियों के बीच।

इसके लिए एक साफ और सूखे तौलिए का इस्तेमाल करें। कपड़ों की बात करें तो ढीले-ढाले और सूती कपड़े पहनें, क्योंकि ये हवादार होते हैं और नमी को आसानी से सोख लेते हैं। सिंथेटिक और कसकर पहने जाने वाले कपड़ों से बचें, क्योंकि ये नमी को रोकते हैं। अगर कपड़े भीग जाएं, तो उन्हें तुरंत बदल लें।

साफ-सफाई का विशेष ध्यान रखें

मानसून में व्यक्तिगत साफ-सफाई, जिसे पर्सनल हाइजीन भी कहते हैं, उसपर विशेष ध्यान देना बहुत जरूरी होता है। रोजाना कम से कम एक बार नहाएं, और अगर बहुत ज्यादा पसीना आता है या भीग गए हैं, तो दो बार भी नहा सकते हैं। नहाने के लिए एंटी-फंगल गुणों वाले साबुन का उपयोग कर सकते हैं।

साथ ही पर्सनल हाइजीन मेंटेन रखने के लिए अपने तौलिए, कंघी और कपड़े जैसी निजी वस्तुओं को भी साफ-सुथरा रखें और किसी के साथ साझा न करें, क्योंकि फंगस आसानी से फैल सकता है। गीली जगहों पर जैसे सार्वजनिक बाथरूम या स्विमिंग पूल के आसपास नंगे पैर चलने से बचें। अपने नाखूनों को हमेशा छोटा और साफ रखें, क्योंकि फंगस नाखूनों के नीचे पनप सकता है।

वातावरण को सूखा और हवादार रखें

आपके घर का वातावरण भी फंगल इन्फेक्शन के जोखिम को प्रभावित करता है। ध्यान रखें कि आपके घर में पर्याप्त हवा का संचार हो। जब बारिश न हो रही हो तो खिड़कियां खोल दें ताकि ताजी हवा अंदर आ सके और नमी बाहर निकल सके। बाथरूम और रसोई जैसे नमी वाले क्षेत्रों को नियमित रूप से साफ करें।

मानसून में सब्जियां सलामत रहेंगी नमक वाले देसी नुस्खे से

बारिश के इस मौसम में सबसे ज्यादा सब्जियां खराब होती है, यही तरह से स्टोर करने के बाद भी काम नहीं बनता। बारिश के मौसम में नमी और तापमान की वजह से फ्रिज की कूलिंग भी असरदार नहीं रह जाती और सब्जियों की शेल्फ लाइफ घट जाती है। ऐसे में रोज सब्जियां खरीदना भी मुश्किल और समय लेने वाला काम है। कैसे काम आएगा नमक?

नमक का इस्तेमाल करने के लिए आपको ज्यादा कुछ नहीं करना है। बस एक कटोरी नमक लेना है और इसे सब्जी वाले सेक्शन में रखना है। इस हैक को लगभग 7 से 10 दिन तक करें, ताकि नमक सारी नमी अपने अंदर सोख लें।

क्या-क्या करता है नमक?

बता दें नमक एक नेचुरल इंग्रेडिएंट्स है, जिसे मॉइश्चर एब्जॉर्बर के नाम से भी जाना जाता है। इसलिए नमक का इस्तेमाल सब्जीस्टोर या फ्रेश रखने के लिए किया जा सकता है। अगर आप नमक रखेंगी, तो फफूंदी भी नहीं लगेगी और बैक्टीरिया भी खत्म हो जाएंगे।

कौन-कौन सी सब्जियों के लिए काम आएगा ये हैक

आप हरी पत्तेदार सब्जियों के लिए नमक का इस्तेमाल कर सकती हैं जैसे पुदीना या हरा धनिया...इससे सब्जियां गलती नहीं है। वहीं, भिंडी, टिंडा जैसी सब्जियों को भी स्टोर करने के लिए नमक का इस्तेमाल कर सकती हैं। इससे यह मुलायम नहीं होंगे और काम भी आसानी से हो जाएगा। पत्ता गोभी या फूलगोभी में बदबू नहीं आएगी, क्योंकि यह बैक्टीरिया नहीं पैदा हो पाते। कुल मिलाकर नमक हर तरह की सब्जियों को स्टोर करने के लिए मददगार साबित हो सकता है।

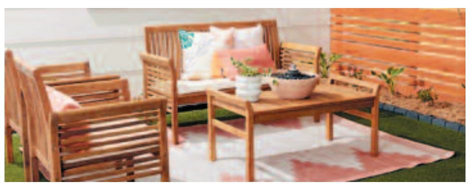
इन बातों का रखें ध्यान

हमेशा नमक सूखा और मोटा इस्तेमाल करें, ताकि नमी की वजह से यह घुल जाएगा और आपस में चिपक कर खराब हो जाएगा। नमक को हमेशा शीशे की कटोरी का इस्तेमाल करें, क्योंकि प्लास्टिक की कटोरी रखने से बदबू आने लग जाएगी।जैसे ही नमक नम होने लगे या गीला दिखे, समझ जाइए कि अब वो अपनी काम की ताकत खो रहा है। फिर इसे बदल दें या धूप में सुखाकर दोबारा इस्तेमाल करें।बारिश से भीगी या धोकर गीली सब्जियां सीधे फ्रिज में रखने से नमी और बढ़ती है। इसलिए सब्जी को हमेशा साफ करके इस्तेमाल करें।

सब्जी को स्टोर करने के देसी हैक्स

आप सब्जियों के साथ नीम की पत्तियों को रख सकती हैं, इससे बैक्टीरिया पनपते नहीं हैं और सब्जी बिल्कुल फ्रेश रहता है। सब्जियों को धोकर न रखें, बल्कि सुखाकर पेपर में लपेटें। पेपर नमी को सोखता है और सब्जी फ्रेश बनी रहती है। इन हरी पत्तियों को धोकर सुखा लें। फिर जड़ों को काटें और एक एयरटाइट डिब्बे में पेपर टॉवल के साथ रखें। इसके बाद, बंडल बनाकर किचन टॉवल में लपेटकर फ्रिज में रखें। इन्हें छीलकर प्लास्टिक बैग में रखने की बजाय अखबार में लपेटकर रखें। इससे पानी बहुत ही अच्छी तरह से सूख जाएगा। इसके अलावा, आप सब्जी को बाहर निकालकर न रखें।

घर का फर्नीचर ऐसे करें साफ किफायती उपाय में समझदारी



महंगे फर्नीचर को चमकाने के लिए घर में मौजूद कुछ चीजों को पानी में मिलाकर घोल बना सकती हैं। इस घोल को कपड़े पर स्प्रे कर फर्नीचर साफ करें। यह मुफ्त का घोल मिनटों में कमाल कर, फर्नीचर को नया जैसा चमकाएगा। इसकी मदद से महंगे से महंगा फर्नीचर भी चकाचक हो जाएगा।

होममेड घोल से बनाएं चकाचक

आपके घर का महंगा फर्नीचर समय के साथ अपनी चमक खोने लगता है, लेकिन इसे फिर से नया जैसा बनाने के लिए आपको महंगे क्लीनर खरीदने की जरूरत नहीं है। आपकी रसोई में ही कुछ ऐसी चीजें मौजूद हैं, जिनसे आप एक ऐसा प्रभावी घोल बना सकती हैं और इससे मिनटों में फर्नीचर की खोई हुई चमक वापस ला सकती हैं। दरअसल हम बात कर रहे हैं नारियल तेल और नींबू के घोल की। यह घोल लकड़ी, लैमिनेट और कुछ हद तक धातु के फर्नीचर के लिए बेहद प्रभावी है। नींबू का रस गंदगी और चिकनाई को काटता है, जबकि नारियल तेल फर्नीचर को नमी देता है और प्राकृतिक चमक प्रदान करता है।

घोल तैयार करने का तरीका

एक स्प्रे बोतल या एक साफ बोतल में नारियल तेल और नींबू का रस डालें।सभी सामग्री को अच्छी तरह से मिलाएं। चूंकि तेल और नींबू का रस सीधे पूरी तरह से नहीं घुलते, इसलिए हर बार इस्तेमाल करने से पहले बोतल को अच्छी तरह से हिलाना जरूरी है ताकि मिश्रण समान रूप से फैल जाए।

कार्नर न्यूज

बारिश के इस मौसम में आपके लिए है कई संदेश

मानसून से जुड़े आम मिथकों की जानिए हकीकत

मानसून का मौसम हर किसी को पसंद होता है, चिलचिलाती गर्मी से राहत पाने का एक सुखद समय आता है। मानसून की शुरुआत ताज़गी, मन की शांति और कई तरह के स्वास्थ्य संबंधी तनाव लेकर आती है। आइए मानसून से जुड़े कुछ आम स्वास्थ्य मिथकों और उन तथ्यों को जानें जो इस मौसम में आपको स्वस्थ रहने में मदद कर सकते हैं। मानसून से जुड़े इन मिथकों की वास्तविकता आपको मालूम होनी चाहिए।

ठंडा खाना खाने से बीमारी हो सकती है

ऐसा माना जाता है कि मानसून में ठंडे खाद्य पदार्थ खाने से सर्दी-जुकाम या गले में खराश होने का खतरा बढ़ जाता है । दरअसल, इन बीमारियों का कारण वायरस होते हैं, न कि खाने का तापमान। हालाँकि दूषित खाद्य पदार्थों से बचना अच्छा है, लेकिन आप साफ़, ठंडे भोजन का आनंद ले सकते हैं और यह पूरी तरह से सुरक्षित है।

बारिश में भीगने से हमेशा बीमारी

लंबे समय तक बारिश में रहने से शरीर का तापमान कम हो सकता है, लेकिन भीगने से बीमारी की गारंटी नहीं मिलती। कमज़ोर प्रतिरक्षा प्रणाली और वायरल व बैक्टीरियल संक्रमण बीमारी को बढ़ावा देते हैं। स्वस्थ रहने के लिए, अपनी प्रतिरक्षा प्रणाली को बेहतर बनाने पर ध यान दें।

मच्छर साफ पानी में नहीं पनपते

यह मिथक स्वास्थ्य के लिए बेहद खतरनाक हो सकता है क्योंकि डेंगू फैलाने वाले मच्छर साफ़ और प्रदूषण रहित पानी में पनपते हैं। मच्छर गंदे और साफ़, ठहरे हुए पानी में भी पनप सकते हैं। मच्छरों के पनपने से रोकने के लिए अपने आस-पास के रुके हुए पानी की नियमित जाँच और सफ़ाई करें।

बीमारी से बचाता है विटामिन सी

विटामिन सी रोग प्रतिरोधक क्षमता बढ़ाता है, लेकिन यह सभी बीमारियों का इलाज नहीं है। बारिश के मौसम में होने वाले आम संक्रमणों से बचने के लिए पर्याप्त पानी पीना सबसे आसान तरीका है। इसके अलावा, विभिन्न पोषक तत्वों से भरपूर संतुलित आहार समग्र स्वास्थ्य के लिए बेहद ज़रूरी है।

एयर कंडीशनिंग से संक्रमण

आम धारणा के विपरीत, उचित रखरखाव वाले एयर कंडीशनर घर के अंदर की हवा की गुणवत्ता में सुधार करने में मदद करते हैं। इनमें धूल, परागकणों और कीटाणुओं को पकड़ने वाले फ़िल्टर होते हैं। ये नमी को भी नियंत्रित करते हैं, जिससे फफूंदी और बैक्टीरिया की वृद्धि कम होती है। नियमित रखरखाव बेहद ज़रूरी है। सिस्टम को प्रभावी बनाए रखने के लिए फ़िल्टर साफ़ करें या बदलें और एयर डक्ट का नियमित निरीक्षण करें।

उपवास करने से शरीर विषमुक्त

इस बात का कोई प्रमाण नहीं है कि उपवास शरीर से विषाक्त पदार्थों को बाहर निकालता है। लीवर और गुर्दे प्राकृतिक रूप से विषाक्त पदार्थों को बाहर निकालते हैं। उपवास करने के बजाय, ताज़ा और अच्छी तरह पका हुआ भोजन खाकर संतुलित आहार लें। हाइड्रेटेड रहें। यह शरीर की प्राकृतिक डिटॉक्स प्रक्रियाओं में मदद करता है और आपको मानसून के मौसम में स्वस्थ रखता है।

हाथों की अच्छी स्वच्छता का अभ्यास

अपने हाथ बार-बार धोएँ। खासकर खाने से पहले और सार्वजनिक परिवहन का इस्तेमाल करने के बाद। मानसून के दौरान हाथों की अच्छी स्वच्छता उबला हुआ या शुद्ध पानी पिएं। सुनिश्चित करें कि आपका पीने का पानी साफ़ हो।

फिल्म इवेंट

हॉलीवुड

वेस्ले ने की प्रेमिका नताली से सगाई, लिखा- 'हमेशा के लिए'

वैम्पायर डायरीज जैसी शानदार हॉलीवुड सीरीज से मशहूर हुए एक्टर पॉल वेस्ले ने अपनी लॉन्ग टाइम गर्लफ्रेंड नताली कुकेनबर्ग से सगाई कर ली है। पॉल वेस्ले ने अपनी प्रेमिका और मॉडल नताली कुकेनबर्ग से सगाई कर ली है। इस जोड़े ने इटली में छुट्टियां मनाते

समय सगाई की है। इसकी पुष्टि नताली ने सोशल मीडिया पर एक ब्लैक-एंड-व्हाइट तस्वीर के साथ की है। नताली कुकेनबर्ग ने अपने इंस्टाग्राम हैंडल पर एक ब्लैक एंड व्हाइट तस्वीर शेयर की है। जिसमें एक लड़की के हाथ में एक चमचमाती रिंग नजर आ रही है और साथ ही उसके हाथ को कोई शख्स पकड़े हुए है। इस तस्वीर के साथ नताली ने कैप्शन में लिखा, 'हां हमेशा और सदैव।' इस खास पोस्ट से साफ जाहिर है कि नताली ने पॉल से सगाई कर ली है। यह उनकी सगाई की अंगूठी है। नताली की इस पोस्ट के बाद फैंस ने उन्हें ढेर सारी बधाइयां दीं। रिपोर्ट्स के अनुसार, पॉल और नताली 2022 से एक-दूसरे को डेट कर रहे हैं। उन्हें पहली बार इटली में एक साथ देखा गया था। तब से वे सोशल मीडिया पर कभी-कभार एक-दूसरे के साथ तस्वीरें साझा करते रहे हैं। नताली ने वैलेंटाइन डे पर पॉल को अपना सोलमेट बताया था, और जून में उनके जन्मदिन पर उन्हें अपना पसंदीदा इंसान कहा। पॉल की बात करें तो पॉल की पहली शादी इनेस डी रेमन से हुई थी, जिसका तलाक 2024 में पूरा हुआ। पॉल और नताली ने अभी शादी की तारीख तय नहीं की है, लेकिन उनकी निजी जिंदगी को देखते हुए फैंस एक सादगी भरी शादी की उम्मीद कर रहे हैं।

टॉलीवुड

'मेगा 157' को लेकर अनिल रविपुडी का खुलासा, शूटिंग का तीसरा शेड्यूल पूरा

चिरंजीवी और अनिल रविपुडी की फिल्म 'मेगा 157' का तीसरा शेड्यूल पूरा हो चुका है। इस बात की जानकारी खुद निर्माता ने एक पोस्ट शेयर कर दी है। मेगास्टार चिरंजीवी अपनी नई फिल्म

की शूटिंग में व्यस्त हैं, जिसका निर्देशन अनिल रविपुडी कर रहे हैं। आज निर्माताओं ने फिल्म के तीसरे शेड्यूल के पूरे होने की जानकारी देते हुए एक खास तस्वीर और वीडियो सोशल मीडिया हैंडल पर शेयर किया है। 'मेगा 157' चिरंजीवी की बहुप्रतीक्षित फिल्मों में से एक है। फैंस को चिरंजीवी की इस फिल्म की रिलीज का बेसब्री से इंतजार है। इस फिल्म में चिरंजीवी के साथ नयनतारा मुख्य भूमिका में नजर आएंगी। आज फिल्म की शूटिंग का तीसरा शेड्यूल पूरा हो गया है। इस तीसरे शेड्यूल को केरल में फिल्माया गया है। पिछले दस दिनों से चल रहे इस शेड्यूल में चिरंजीवी और नयनतारा पर एक रोमांटिक गाना भी फिल्माया गया है। खास बात यह है कि चिरंजीवी इस फिल्म में एक ड्रिल मास्टर की नई भूमिका में नजर आएंगे, जो उनके प्रशंसकों के लिए एक दम अनोखा अनुभव होगा।
आज एक्स हैंडल पर फिल्म निर्माताओं ने चिरंजीवी की एक शानदार तस्वीर शेयर की है। इस तस्वीर में चिरंजीवी एक प्राइवेट जेट के सामने पोज देते नजर आ रहे हैं। जेट के साइड पर लिखा है मेगा 157। इस शानदार तस्वीर और एक लाजवाब वीडियो के साथ कैप्शन में लिखा, 'टीम ने एक सुंदर गाने और महत्वपूर्ण टॉकी भागों की शूटिंग के बाद सुंदर केरल शेड्यूल पूरा किया चिरु-अनिल शीर्षक और पहली झलक जल्द ही - मेगास्टार।'

भोजपुरी

महाकुंभ वाली मोनालिसा की फिल्म 'द डायरी ऑफ मणिपुर' की शुरू हुई शूटिंग

महाकुंभ में माला बेचकर चर्चा में आईं मोनालिसा की पहली फिल्म की शूटिंग शुरू हो चुकी है और उनकी खुशी का ठिकाना नहीं है। शूटिंग इटावा में चल रही है और सेट से तस्वीरें सामने आई हैं, जो वायरल हो

रही हैं। महाकुंभ में माला बेचकर चर्चा में आईं मोनालिसा अब स्टार बन चुकी हैं। उनकी फिल्म 'द डायरी ऑफ मणिपुर' की शूटिंग भी शुरू हो चुकी है, जिसे डायरेक्टर सनोज मिश्रा बना रहे हैं। इसकी शूटिंग इटावा में शुरू हो गई है। इस फिल्म में मोनालिसा एक आर्मी अफसर की बेटी का किरदार निभाएंगी, जो पिता के लिए संघर्ष करती है और डिफेंस में जाने का सपना देखती है। 'द डायरी ऑफ मणिपुर' के प्रोड्यूसर धीरेन्द्र चौबे हैं। फिल्म में मोनालिसा के साथ अमित राव, दिनेश त्रिवेदी और अभिषेक त्रिपाठी भी महत्वपूर्ण भूमिकाओं में हैं। फिल्म की शूटिंग इटावा के राजा सुमेर सिंह किला में हो रही है। 'द डायरी ऑफ मणिपुर' के गाने सनोज मिश्रा ने लिखे हैं और अनु प्रिया ने गाए हैं, वहीं म्यूजिक शेखर संतोष ने दिया है। यह फिल्म मणिपुर की सच्ची घटनाओं पर आधारित है, जिसमें एक लव स्टोरी और बेटी के संघर्ष को दिखाया जाएगा। फिल्म की शूटिंग देवी मां के मंदिर में नारियल तोड़कर शुरू की गई।
सनोज मिश्रा ने 'द डायरी ऑफ मणिपुर' के सेट से कुछ तस्वीरें अपने इंस्टाग्राम अकाउंट पर शेयर कीं, और लिखा, 'जनता जनार्दन की जय हो। सत्य की जय हो। विरोधियों साजिशकर्ताओं को सद्बुद्धि मिले।'

पेरिस कॉउचर फ़ैशन वीक में मॉडल की यह कांटेदार ड्रेस ने अपनी ओर सभी का ध्यान खींचा। पेस्टल रंगों को पीछे छोड़ते हुए जाने माने डिजाइनर अरमानी प्राइव के कलेक्शन में चमकदार नारंगी रंग को बारिश के रंग के तौर पर प्रदर्शित किया गया। मॉडल इलिना ब्लांका ने अरमानी के डिजाइन को कुछ ज्यादा ही रौनक दिला दी है।

हर दिन फाउंडेशन लगाना पड़ सकता है स्किन पर भारी

आज के समय में महिलाओं से लेकर पुरुष भी चेहरे पर फाउंडेशन का इस्तेमाल करते हैं। इसके लाभ तो हर कोई जानता है, हम आपको इसके नुकसान बताएंगे। मेकअप के अहम प्रोडक्ट्स की बात करें तो फाउंडेशन को सबसे खास माना है। इसे लोग अपनी-अपनी स्किन टोन के हिसाब से खरीदते हैं। ये चेहरे पर अच्छा बेस तैयार करता है। पर, क्या आप जानते हैं कि यही फाउंडेशन आपके चेहरे को काफी हद तक नुकसान पहुंचा सकता है।
जी हां, फाउंडेशन मेकअप का जरूरी हिस्सा है, लेकिन इसे लंबे समय तक और रोजाना इस्तेमाल करने से त्वचा को कुछ नुकसान हो सकता है। खासकर अगर आप गलत प्रोडक्ट या बिना स्किन केयर के इस्तेमाल करें।

पोर्स होंगे ब्लॉक

अगर आप प्रतिदिन चेहरे पर फाउंडेशन का इस्तेमाल करते हैं तो इससे स्किन के पोर्स धीरे-धीरे बंद होने लगते हैं। जिसकी वजह से स्किन पर पिंपल्स और ब्लैकहेड्स हो सकते हैं। कई बार तो इसकी वजह मुंहासों की समस्या काफी ज्यादा बढ़ भी जाती है, जो काफी दिक्कत देती है।

एलर्जी और रैशेज

यदि आप सस्ते और लोकल फाउंडेशन का इस्तेमाल हर दिन अपने चेहरे पर कर रहे हैं तो ध्यान रखें कि कुछ फाउंडेशन में मौजूद केमिकल्स से एलर्जी, खुजली या रैश हो सकते हैं। ये दिक्कत सबसे ज्यादा उन लोगों को होती है, जिनकी त्वचा संवेदनशील त्वचा वालों को होता है।

स्किन का संतुलन बिगड़ेगा

सस्ता फाउंडेशन हर दिन इस्तेमाल कर रहे हैं तो ध्यान रखें कि इसकी वजह से स्किन की नमी कम हो सकती है। कई मामलों में देखा गया है कि ज्यादा फाउंडेशन के इस्तेमाल से स्किन पर अतिरिक्त तेल भी जमने लगता है, जो आगे जाकर मुंहासों का कारण बनता है।

त्वचा की प्राकृतिक चमक कम होना

हर दिन भारी मात्रा में फाउंडेशन का इस्तेमाल करने से चेहरे की चमक धीरे-धीरे कम होने लगती है। खासतौर पर अगर आप नियमित रूप से चेहरे पर किसी सस्ते से फाउंडेशन का इस्तेमाल करते हैं, तो इसकी वजह से आपका चेहरा डल होने लगता है।

कम उम्र में एजिंग की शुरुआत

फाउंडेशन को सही से न हटाने की वजह से भी आपको एक बड़ी समस्या का सामना करना पड़ सकता है। दरअसल, अगर फाउंडेशन को सही से साफ नहीं किया गया, तो यह स्किन को सांस लेने से रोकता है, जिससे समय से पहले झुर्रियां आ सकती हैं।

कुर्ता-चूड़ीदार पायजामा के न्यू डिजाइंस लगाएंगे आपकी खूबसूरती में चार चांद

अगर आप किसी खास मौके पर शामिल होने के दौरान स्टाइलिश लुक चाहती हैं, तो आप कुर्ता और चूड़ीदार पायजामा का चुनाव कर सकती हैं। यह आपके लुक को ब्यूटीफुल टच देगा, साथ ही इसे पहनने के बाद आप भीड़ से भी अलग नजर आएंगी। हर खास मौके पर ब्यूटीफुल लुक पाने के लिए महिलाएं बेस्ट आउटफिट का चुनाव करती हैं। लेकिन, अगर आप अपने लुक को न्यू ट्विस्ट देना चाहती हैं, तो कुर्ता और चूड़ीदार पायजामा का चुनाव कर सकती हैं। आपको कुछ नए डिजाइंस वाले कुर्ता-चूड़ीदार पायजामा दिखा रहे हैं। साथ ही, इन्हें स्टाइल करने की टिप्स भी बताएंगे। इस तरह का आउटफिट आप कई खास मौकों पर स्टाइल कर सकती हैं, और इसमें आपका लुक बेहद सुंदर नजर आएगा।

फ्लोरल प्रिंट कुर्ता-चूड़ीदार पायजामा

अगर आप किसी फैमिली फंक्शन में शामिल हो रही हैं और इस दौरान स्टाइलिश लुक चाहती हैं, तो आप इस तरह का फ्लोरल प्रिंट कुर्ता-चूड़ीदार पायजामा स्टाइल कर सकती हैं। यह आउटफिट फ्लोरल प्रिंट में आता है और इसमें आपका लुक अलग और सुंदर नजर आएगा। इस आउटफिट को आप ऑनलाइन या ऑफलाइन भी लगभग 1500 से 3000 रुपये की कीमत में कई सारे ऑप्शन के साथ आसानी से पा सकती हैं। इस आउटफिट के साथ आप मिरर वर्क झुमके पहन सकती हैं, साथ ही फुटवियर में आप फ्लैट्स पहन सकती हैं।

कलरब्लॉक कुर्ता-चूड़ीदार पायजामा

अगर आप किसी फंक्शन में शामिल हो रही हैं और इस दौरान भीड़ से अलग नजर आना चाहती हैं, तो आप इस तरह के कलर ब्लॉक कुर्ता-चूड़ीदार पायजामा का चुनाव कर सकती हैं। यह आउटफिट आपके लुक को न्यू टच देने का काम करेगा और इसे स्टाइल करने के बाद आप सुंदर भी नजर आएंगी। इस तरह का आउटफिट आप ऑनलाइन प्लेटफॉर्म या बाजार से लगभग 2,500 से 3,000 रुपये की कीमत में खरीद सकती हैं। इस आउटफिट के साथ झुमके स्टाइल कर सकती हैं, साथ ही फुटवियर में आप हील्स का चुनाव कर सकती हैं।

प्रिंटेड कुर्ता-चूड़ीदार पायजामा

किसी फंक्शन में शामिल होने के दौरान न्यू लुक पाने के लिए आप इस तरह का प्रिंटेड कुर्ता-चूड़ीदार पायजामा स्टाइल कर सकती हैं। यह आउटफिट प्रिंटेड डिजाइन में है और फुल स्लीव्स में आता है, साथ ही यह स्टाइलिश नेक डिजाइन में है। इस तरह का आउटफिट न्यू लुक पाने के लिए बेहतरीन है, और इसे आप कई सारे डिजाइन ऑप्शन्स के साथ खरीदकर किसी भी खास मौके पर स्टाइल कर सकती हैं।

घर पर पानी में इन्हें मिलाकर करें पेडिक्योर

यदि आपको भी पार्लर में जाकर हर बार पेडिक्योर कराने के लिए सोचना पड़ता है और आपको जाने में आलस भी आता है तो आपको कुछ ऐसी चीजों के बारे में जरूर जानना चाहिए जिसे आप पानी में मिक्स करके घर पर ही पार्लर जैसी चमक वाला पेडिक्योर कर सकती हैं। यदि आप घर पर ही पैरों में पेडिक्योर करके पार्लर जैसा ग्लो पाना चाहती हैं, तो आपको बस दो चीजों को पानी में मिक्स करके अपने पैरों को कुछ देर डालना है।

पेडिक्योर करने का तरीका

इसके लिए आपको सबसे पहले पानी को गर्म कर लेना है। अब इस पानी में आपको शैंपू डालकर मिक्स करना है। इसके साथ ही आप पानी में नींबू और शहद भी डालकर मिक्स करें। अब आप इसमें थोड़ा ग्लिसरीन डालकर मिलाएं। इसके बाद आपको इस पानी में अपने पैरों को करीब 10 मिनट तक डुबोकर रखना है।
अब आप पैरों को निकालकर ब्रश की मदद से डेड स्किन को हटाएं। इसके बाद करीब 5 मिनट तक पैरों को फिर उसी पानी में डालें। अब पैरों को पानी से बाहर निकालकर तौलिया से पोंछें। इसके बाद आप पैरों पर क्रीम से मालिश करें। आप देखेंगी आपके पैरों की स्किन काफी चमकदार हो जाएगी। और डेड स्किन भी इस हट जाएगी। साथ ही, आपके पार्लर जाने जा झंझट और पैसे भी बच जाएंगे। मैंने खुद घर पर इन तीन चीजों की मदद से अपने पैरों की स्किन को चमकदार बनाया है।

मानसून में बालों की चमक ऐसे रहेगी बरकरार

बारिश के मौसम में अक्सर बाल ड्राई और डैंड्रफ की वजह से खराब नजर आते हैं। ऐसे में जरूरी है कि आप सही हेयर केयर टिप्स का ध्यान रखें। ऐसा इसलिए क्योंकि सही टिप्स की मदद से ही आप बालों को सिल्की बना सकती हैं।

बारिश के मौसम में करें माइल्ड शैंपू का इस्तेमाल

आप अपने बालों को हेल्दी रखने के लिए मानसून में माइल्ड शैंपू का इस्तेमाल करें। ऐसा इसलिए क्योंकि बारिश में स्कैल्प पर सबसे ज्यादा पसीना और धूल जमा हो जाता है। इसलिए माइल्ड शैंपू से बाल ज्यादा चिपचिपे भी नहीं होते हैं। साथ ही, इससे गंदगी भी साफ रहती है। इसे लगाने से आपके बालों में से एक्स्ट्रा ऑयल साफ हो जाता है और नेचुरल ऑयल की वजह से बाल सिल्की नजर आते हैं।

बारिश में सिल्की बालों के लिए लगाएं हेयर मास्क

आप अगर बालों को बारिश के मौसम में सिल्की रखना चाहती हैं, तो ऐसे में आप नेचुरली घर पर रखी चीजों से बने हेयर मास्क को अप्लाई करें। इसके लिए दही, शहद और एलोवेरा जेल को मिक्स करके एक हेयर मास्क बनाएं। इसे हफ्ते में 1 बार बालों में अप्लाई करें। इससे लगाने से बालों में नेचुरली शाइन आएगी। साथ ही, बाल फ्रिजी नजर नहीं आएंगे।

हीट स्टाइलिंग टूल्स का न करें ज्यादा इस्तेमाल

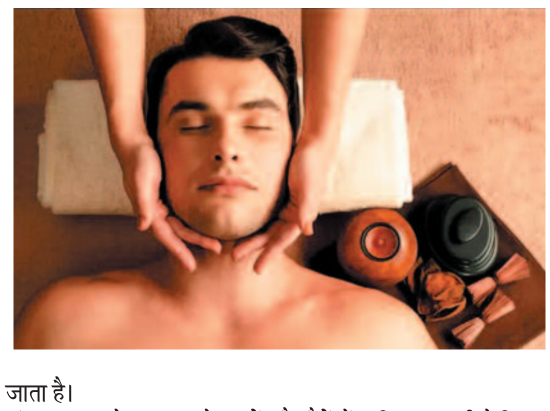
आप बालों को सिल्की रखना चाहते हैं तो मानसून सीजन में हीट स्टाइलिंग टूल्स का इस्तेमाल कम करें। ऐसा इसलिए क्योंकि इससे आपके बाल ड्राई हो सकते हैं। साथ ही, उनकी नेचुरली नमी कम हो सकती है। ऐसे में ज्यादातर बाल दोमुंहे और ड्राई होते नजर आएंगे। ऐसे में जरूरी है कि आप हीट स्टाइलिंग टूल्स का इस्तेमाल कम करें।
बारिश में बालों की देखभाल थोड़ी सी एक्स्ट्रा करनी पड़ती है। लेकिन इन आसान घरेलू उपायों से आप अपने बालों को स्मूथ, सिल्की और हेल्दी बनाए रख सकती हैं। तो इस मानसून, दिखाइए अपने खूबसूरत बालों का जादू और सिल्की बालों से पाएं खूबसूरत लुक।

कार्नर न्यूज

चेहरे की चमक के लिए जरूरी है फेशियल मसाज

शेविंग के बाद फेशियल मसाज के हैं कई फायदे

लंबे समय तक जवान और चमकदार दिखने के लिए, प्रीमियम स्किन केयर प्रोडक्ट्स के उपयोग के बारे में बहुत कुछ लिखा और कहा गया है। लेकिन, फेशियल केयर के लिए, सख्त रूटीन पर बिल्कुल भी जोर नहीं दिया जाता है।
लेकिन, जो कोई भी एक्टिव रूप से अपनी स्किन की देखभाल करता है, उसे पता होगा कि यह केवल सतह पर आपके द्वारा की जाने वाली चीजें नहीं हैं, बल्कि वे भी हैं जो अंदर से बाहर की ओर काम करती हैं। सुंदरता जितनी बाहरी है उतनी ही आंतरिक प्रक्रिया होती है।
अगर आपको यही पसंद है तो सीरम और स्लीपिंग मास्क खरीदना भी जरूरी है, लेकिन यह न भूलें कि खुद को हाइड्रेट रखने और आपकी त्वचा के टिश्यू में रक्त के संचार को बढ़ाने जैसी बुनियादी आदतें, आपके स्किन केयर रूटीन गेम को बहुत आगे बढ़ा सकती हैं।
हर दिन कम से कम आठ गिलास पानी पीने से पहले भी स्किन की देखभाल की जा सकती है, जबकि बाद वाले में नियमित रूप से अपने चेहरे की मालिश करके पूरा किया जाता है।



हां, मसाज न केवल आपके हाथों और पैरों में, बल्कि आपकी फेशियल मसल्स में जकड़न को दूर करने के लिए एक प्रभावी वर्कआउट है। कुछ लोग इसे अपनी उंगलियों से करते हैं, जबकि अन्य कुछ लोग गुआ शा जैसे उपकरणों का उपयोग करते हैं। आप जो कुछ भी करेंगे, परिणाम आपको दिखाई देगा। इस आर्टिकल में हम आपको शेविंग के बाद फेशियल मसाज करने के 5 फायदों के बारे में जानकारी देंगे। इन फायदों के बारे में जानकर आप भी स्किन को हेल्दी और ग्लोइंग बनाए रख सकते हैं। फेशियल मसाज के कई फायदे हैं।

ब्लड सर्कुलेशन में सुधार

आपके शरीर की कोशिकाओं में ऑक्सीजन युक्त ब्लड की सप्लाई बढ़ने से उनकी मरम्मत और डैमेज से उबरने में मदद मिलती है। इसलिए, जब आप अपने चेहरे की मसाज करते हैं, तो जिन टिश्यूज में मुंहासे या दाग होते हैं, वे तेजी से ठीक हो सकते हैं। मसाज, स्किन संबंधी समस्याओं को ठीक करने के अलावा रोकथाम में भी मदद करती है। यह मुंहासों, झुर्रियों और महीन रेखाओं को दूर रखता है। यह आपके चेहरे को प्राकृतिक चमक देता है।

साइनस में मिलता है लाभ

जब तक आप साइनसाइटिस के गंभीर मामले से पीड़ित नहीं हैं, तब तक मसाज आपके चेहरे में जमा पदार्थ लिक्विड फार्म में होने के कारण होने वाले जमाव का एक प्रभावी इलाज है। यह बलगम की निकासी को बढ़ावा देकर सिरदर्द और अन्य प्रकार की परेशानी को दूर करने में मदद करता है।
यदि आपको लगता है, कि गुआ शा जैसे टूल बहुत हार्ड और अग्रेसिव हैं, तो प्रभावित हिस्सों पर अपनी उंगलियों की ट्रिक्स का उपयोग करें। छाती और गर्दन को न भूलें, क्योंकि यहीं पर बहुत अधिक बलगम जमा हो जाता है।

खुल जाएंगे बंद छिद्र

मसाज न केवल आपके चेहरे की कोशिकाओं में ब्लड सर्कुलेशन को बढ़ाती है, बल्कि आपके छिद्रों को बंद करने वाली धूल, गंदगी और मृत त्वचा को भी हटाती है। एक बार जब वे पूरी तरह से खुल जाते हैं, तो टोनर और मॉइस्चराइजर जैसे प्रोडक्ट्स कहीं ज्यादा आसानी से स्किन में उनका अवशोषण हो जाता है। ये हाईड्रेशन और पोषण को बढ़ावा देता है और अनइवन टोन्स के लिए एक एंटीडॉट के रूप में काम करता है।

बढ़ती उम्र की रोकथाम

कोलेजन आपकी त्वचा की खिंचाव को बनाए रखने के लिए जिम्मेदार तत्व है। जब पर्याप्त स्टिम्युलेशन नहीं होता है, तो समय के साथ इसकी प्रभावशीलता कम हो जाती है। इसी तरह झुर्रियां और फाइन लाइन्स जैसे उम्र बढ़ने के संकेत दिखाई देते हैं।