

खबर संक्षेप

अटल परिसर का लोकार्पण एवं कॉलेज भवन निर्माण का भूमिपूजन आज

कुम्हारी। नगर पालिका परिषद कुम्हारी क्षेत्रान्तर्गत वार्ड क्रमांक-15 में निर्मित अटल परिसर का लोकार्पण कार्यक्रम 30 अक्टूबर को



अपराह्न 3 बजे से आयोजित है। इसके अलावा स्व. बिंदेश्वरी बघेल शासकीय महाविद्यालय भवन निर्माण का

भूमिपूजन भी किया जाएगा। कार्यक्रम के मुख्य अतिथि अरुण साव उप मुख्यमंत्री एवं मंत्री नगरीय प्रशासन एवं विकास विभाग छत्तीसगढ़ शासन उपस्थित रहेंगे। अध्यक्षता विजय बघेल सांसद-लोकसभा क्षेत्र दुर्ग, विशिष्ट अतिथि, भूपेश बघेल विधायक-नगर विधानसभा क्षेत्र, डोमन लाल कोसेवाड़ा विधायक-अहिरारा विधानसभा क्षेत्र रहेंगे। विशेष अतिथि मीना वर्मा अध्यक्ष-नगर पालिका परिषद कुम्हारी , डिक्शे पटेल लोक निर्माण विभाग प्रभारी-न.पा.प. कुम्हारी, प्रमोद सिंह राजपूत उपाध्यक्ष-नगर पालिका परिषद कुम्हारी एवं अनुराग गुप्ता पार्षद वार्ड क्रमांक-15, न.पा.प. कुम्हारी भी उपस्थित रहेंगे।

समाज सेवा ही परम धर्म : खुबीराम पाटन

नगरपालिका परिषद अमलेश्वर पाण्ड खुबी राज सोनकर ने हमर वार्ड हमर परिवार के तहत स्व. सोनवानी के दशगात्र एवं अन्त्येष्टि संस्कार कार्यक्रम हेतु 5000/- सहयोग राशि के रूप में परिवारजनों को दी। इसके अलावा श्री सोनकर ने अपने वार्ड में कन्या दान सहायता राशि की योजना चलाकर कन्या दान सहायता राशि 5000/- का वादा भी पूरा किया है। उनकी इस पहल को सर्वत्र सराहना की जा रही है।

निधन

चैतराम वर्मा

भिलाई। लोक नगर उमरपोटी निवासी 76 वर्ष चैतराम वर्मा का निधन हो गया। उनका अंतिम संस्कार स्थानीय मुक्तिधाम में किया गया। वे सुशीला वर्मा के पिता और कमल वर्मा के नाना थे।

ऋषि पटेल

निकुम। ग्राम बम्हनी निवासी ऋषि पटेल 44 वर्ष का निधन 29 अक्टूबर को हो गया। उनका अंतिम संस्कार ग्रुहग्राम बम्हनी में किया गया। वे सुशीला वर्मा के पिता और कमल वर्मा के नाना थे।

राकेश तिवारी

भिलाई। हिंद नगर सड़क 3 निवासी पूर्व बीएसपी कर्मचारी राकेश कुमार तिवारी तामा सिक्नी वाले खर्वा का आकस्मिक निधन बुधवार को हो गया। अंतिम संस्कार गुरुवार को एक बजे रिसाली मुक्तिधाम में किया जाएगा। वे ललित कुमार तिवारी के ज्येष्ठ पुत्र राजेश, मुकेश के बड़े भाई और अनमोल अनुपमा तिवारी के पिता थे। वे अपने पीछे भरापूरा परिवार छोड़ गए हैं।



विकासखंड स्तरीय खेल प्रतियोगिता में दमखम दिखाया खिलाड़ियों ने

हरिभूमि न्यूज ►► उत्तई

मेरा युवा भारत दुर्ग, छत्तीसगढ़ युवा कार्यक्रम एवं खेल मंत्रालय भारत सरकार के निदेशन में शौर्य युवा संगठन द्वारा दुर्ग ब्लॉक अंतर्गत आदर्श ग्राम कोड़िया में बीते रविवार को विकासखंड स्तरीय खेल प्रतियोगिता सम्पन्न हुआ जिसमें दुर्ग विकासखंड के अंतर्गत विभिन्न ग्राम के 15 से 29 वर्ष के युवा प्रतिभागी और टीम सम्मिलित हुए। कार्यक्रम में मुख्य अतिथि छत्तीसगढ़ राज्य ग्रामीण एवं ओबीसी विकास प्राधिकरण उपाध्यक्ष व विधायक ललित चंद्राकर, अध्यक्षता शौर्य युवा संगठन अध्यक्ष फलेन्द्र पटेल एवं विशिष्ट अतिथि के रूप में माय भारत दुर्ग छत्तीसगढ़ उपनिदेशक नितिन

शर्मा, सरपंच खुमान निषाद, उपसरपंच कुलेश्वर निर्मलकर, कातरो सरपंच जितेंद्र सोनी, सांसद प्रतिनिधि दिनेश दीपक, शापुमाशा गोरकापर हेडमास्टर खुमान सिंह भारद्वाज, शाप्रावि कोकड़ी हेडमास्टर संदीप यादव, शाप्रावि कोड़िया हेडमास्टर व संकुल समन्वयक छगन लाल गेन्ने, शापुमाशा धीरी शिक्षक लक्ष्मीनारायण साहू, शापुमाशा खुरसुल शिक्षक देवेन्द्र निषाद, भूतपूर्व सरपंच नीलम निषाद, हरिभूमि पत्रकार व प्रेस क्लब उत्तई अध्यक्ष लेखराम सोनवानी, श्रमविन्दु पत्रकार देवेन्द्र पटेल, शिक्षाविद जेपी दीपक, गायत्री परिवार ट्रस्ट कोड़िया प्रमुख उमेश साहू सहित अन्य स्थानीय जनप्रतिनिधि शामिल हुए। इस दौरान गोला फेंक में गुलशन साहू, हिमांशु टंडन, विनय कुमार, तवा फेंक में



रंजना कुरें, कविता देशलहरे, लीना ठाकुर, 100मीटर दौड़ पुरुष वर्ग में नवीन यदु, विनय कुमार, झम्नन यादव, महिला वर्ग में छविता दिल्लीवार, किरण यादव, कविता देशलहरे ने क्रमशः प्रथम द्वितीय व तृतीय स्थान प्राप्त किया। वहीं समूह खेल कबड्डी में भिलाई ने

प्रथम व बाल किशोर दल भानपुरी द्वितीय एवं रस्साकसी में खम्हरिया प्रथम व हनोदा में द्वितीय स्थान प्राप्त किया। सभी विजेताओं को प्रमाण पत्र एवं मेडल प्रदान किया गया। साथ ही कबड्डी व रस्साकसी के प्रथम विजेताओं को स्पोर्ट्स किट प्रदान किया

गया। खेल को सम्पन्न कराने में सेजस भिलाई तीन पीटीआई योथेश कुमार साहू, पीमश्री सेजस बालाजी नगर भिलाई पीटीआई राघवेंद्र प्रताप सिंह, शाउमावि अभनपुर रायपुर पीटीआई विनय जनबन्धु, सेजस फरीदनगर भिलाई पीटीआई बालकदास डहरे, अंतरराष्ट्रीय एथलेटिक्स खिलाड़ी व राष्ट्रपति सम्मान प्राप्त बी आर साहू ने निर्णायक के रूप में महत्वपूर्ण भूमिका निभाई। विधायक ललित चंद्राकर ने खिलाड़ियों का उत्साहवर्धन करते हुए कहा खेल जीवन का अभिन्न अंग है, जो युवाओं में अनुशासन, संघर्षशीलता और टीम कमान का विकास करते हैं। उन्होंने कहा कि ग्रामीण क्षेत्र की प्रतिभाएं अब राज्य और राष्ट्रीय स्तर पर अपनी पहचान बना रही हैं, जो गौरव का विषय है।

किसान बंधु संगठन धमधा ब्लॉक का हीरेतरा में बैठक

भूमि त्रुटि सुधार में लूट, बिजली संकट और फर्जी शराब दुकान प्रस्ताव से भड़के किसान

हरिभूमि न्यूज ►► धमधा

किसान बंधु संगठन धमधा ब्लॉक की एक महत्वपूर्ण बैठक हीरेतरा ग्राम में आयोजित की गई, जिसकी अध्यक्षता किसान नेता बाबा टेक सिंह चंदेल ने की। बैठक में किसानों की तीन प्रमुख समस्याओं भूमि त्रुटि सुधार में भ्रष्टाचार, बिजली संकट, और अछोली शराब दुकान प्रकरण पर विस्तार से चर्चा की गई। किसानों ने सर्वसम्मति से निर्णय लिया कि इन तीनों मुद्दों पर 11 नवंबर को कलेक्टर दुर्ग को ज्ञापन सौंपा जाएगा।

भूमि त्रुटि सुधार बना किसानों की लूट का जरिया

बैठक में सबसे पहले भूमि त्रुटि सुधार को लेकर किसानों ने अपनी गहरी नाराजगी व्यक्त की। किसानों का आरोप है कि तहसील और राजस्व विभाग के अधिकारी — पटवारी और आरआई (राजस्व निरीक्षक) — किसानों को जानबूझकर परेशान कर रहे हैं किसानों को मामूली भूमि सुधार के लिए बार-बार तहसील कार्यालय के चक्कर लगाने पड़ते हैं, फिर भी काम नहीं होता। किसानों ने इसे एक संगठित लूट तंत्र बताया जो पटवारी स्तर से शुरू होकर ऊपरी अधिकारियों तक फैला है। संगठन ने इस व्यवस्था को “किसानों के अधिकारों पर डाका” बताते हुए प्रशासन से तत्काल सुधार की मांग की।

बनी रणनीति, 11 नवंबर को कलेक्टर को सौंपेंगे ज्ञापन



अछोली शराब दुकान विवाद, फर्जी प्रस्ताव का षड्यंत्र

बैठक में तीसरा बड़ा मुद्दा अछोली ग्राम में शराब दुकान खोलने हेतु फर्जी पंचायत प्रस्ताव का उठा। किसानों ने आरोप लगाया कि इस षड्यंत्र में जनपद पंचायत धमधा के मुख्य कार्यपालन अधिकारी (सीईओ) की मिलीभगत है। किसानों के अनुसार विभाग ने फर्जी प्रस्ताव के आधार पर निविदा प्रक्रिया तक आगे बढ़ा दी। हालांकि किसानों ने इस संबंध में कलेक्टर जनदशन में शिकायत भी की थी, लेकिन अब तक कोई जांच शुरू नहीं की गई है। किसान बंधु संगठन ने चेतावनी दी कि अगर इस मामले में जल्द जांच नहीं हुई, तो किसान आंदोलन का रास्ता अपनाएंगे। बैठक में प्रमुख रूप से बाबा टेक सिंह चंदेल, आत्मा साहू (अध्यक्ष, किसान बंधु संगठन धमधा ब्लॉक), दालू वर्मा (अध्यक्ष, लोधी समाज धमधा सर्किल), मोती वर्मा (सरपंच प्रतिनिधि), भुनेश्वर नेताम, भवानी सिन्हा, हीरालाल चंदेल, तेजराम चंदेल, महेंद्र चंदेल, जय प्रसाद विश्वकर्मा, और सोमा यादव उपस्थित रहे। बैठक के अंत में सर्वसम्मति से यह निर्णय लिया गया कि यदि प्रशासन ने किसानों की समस्याओं पर तुरंत कार्रवाई नहीं की, तो किसान बंधु संगठन धमधा ब्लॉक आंदोलन का बिगुल फूंक देगा।

बिजली संकट टेलका सब-स्टेशन में स्टाफ की भारी कमी

बैठक में दूसरा बड़ा मुद्दा विद्युत व्यवस्था का रहा। किसानों ने बताया कि टेलका सब-स्टेशन में कर्मचारियों की भारी कमी है, जिससे पूरे क्षेत्र में लगातार बिजली कटौती और वोल्टेज की समस्या बनी हुई है। इससे किसानों की सिंचाई व्यवस्था बुरी तरह प्रभावित हो रही है। किसानों ने कहा कि प्रशासन को कई बार शिकायत दी गई, परंतु आज तक कोई सुधार नहीं हुआ।

सुधार नहीं हो रहा, पैसा देने किसान है मजबूर

इस्तहार, पेशिया और बरान के बावजूद सुधार नहीं किया जाता। आश्चर्यकर किसानों को मजबूर होकर पैसे देने पड़ते हैं, तभी काम आगे बढ़ता है। बाबा टेक सिंह चंदेल किसान नेता

उदीयमान सूर्यदेव को अर्घ्य समर्पित कर छठ महापर्व का किया समापन



हरिभूमि न्यूज ►► कुम्हारी

कुम्हारी में छठ पर्व धूमधाम से मनाया गया। बड़े तालाब में बने छठ घाटों पर सुबह उगते सूर्य को अर्घ्य देने के लिए बड़ी संख्या में श्रद्धालुओं की भीड़ उमड़ पड़ी, इसके पहले घाटों को दीप व फूलों से सजाया गया। महिलाओं ने ठेकुआ, पूड़ी और अन्य प्रसाद बनाकर सूर्य देव को अर्पित किया। लोक आस्था का यह

महापर्व छठ शनिवार 25 अक्टूबर को नहाय-खाय के साथ शुरू हुआ और 26 अक्टूबर को खरना के बाद 27 व 28 अक्टूबर को कुम्हारी स्थित बड़े तालाब के घाट पर सूर्य देव को अर्घ्य देने के साथ सम्पन्न हुआ। आस्था के इस पर्व में ब्रतियों में जबरदस्त उत्साह देखने को मिला।

साहू समाज का तहसील स्तरीय त्रिवर्षीय चुनाव कल, सरगर्मी बढ़ी

जामगांव आर। साहू समाज का तहसील स्तरीय त्रि वर्षीय चुनाव 31 अक्टूबर को तहसील मुख्यालय पाटन में होना है। इसके पहले परिक्षेत्रीय साहू समाज और स्थानीय साहू समाज का चुनाव संपन्न हुए। तहसील चुनाव के बाद जिला एवं प्रदेश साहू समाज का चुनाव प्रक्रिया अनुरूप संपन्न किया जाता है। प्रत्येक चरण के पदाधिकारी अगले चरण के चुनाव में मतदाता होते है इसके अलावा आजीवन सदस्य भी मतदाता होते है। पाटन तहसील स्तरीय चुनाव में अध्यक्ष पद के सशक्त दावेदार के रूप समाज के कद्दावर समाजसेवी तहसील साहू समाज के कार्यकारी अध्यक्ष लालेश्वर साहू गातापार दक्षिण पाटन से पहली बार चुनाव मैदान में उतरे है। इनका मुकाबला रनिंग तहसील अध्यक्ष दिनेश साहू तेलीगुंडरा से है। पाटन तहसील अंतर्गत 5 परिक्षेत्रीय साहू समाज और 95 से अधिक स्थानीय साहू समाज की महती भूमिका तहसील साहू समाज चुनाव में होगी। तहसील साहू समाज उपाध्यक्ष डॉ गुलाब साहू ने बताया तहसील साहू समाज चुनाव 2025 में एक हजार से अधिक मतदाता मतदान करके निर्णायक भूमिका निभाएंगे।

झाड़मोखली खेल मेला में जुटे सैकड़ों खिलाड़ी

हरिभूमि न्यूज ►► सेलूढ़

ज्वाला क्रीड़ा मंडल द्वारा ग्राम झाड़मोखली में 34वें एक दिवसीय कबड्डी, चौसर और शतरंज प्रतियोगिता आयोजित की गई। जिसमें छत्तीसगढ़ ग्रामीण विकास एवं ओबीसी विकास प्राधिकरण के उपाध्यक्ष व विधायक ललित चंद्राकर, छत्तीसगढ़ अनुसूचित जाति क्षेत्र विकास प्राधिकरण के उपाध्यक्ष व विधायक डोमनलाल कोसेवाड़ा, क्रीड़ा भारती छत्तीसगढ़ प्रदेश अध्यक्ष संजय शर्मा, भाजपा प्रदेश मंत्री जितेंद्र वर्मा, महापौर अल्का बाधमार सहित वरिष्ठ नेताओं ने शामिल होकर खिलाड़ियों का उत्साहवर्धन किया। कबड्डी प्रतियोगिता में जय महाकाल टीम भिलाई ने विजेता बनकर प्रथम पुरस्कार प्राप्त किया वहीं दूसरे स्थान पर तरसीवा (धमतरी), तीसरे स्थान पर पाटन और चौथे स्थान पर भाटापारा धनोदाबाजार की टीम रही। चौसर के खेल में प्रथम संजीवन कुमार (मोतीपुर), द्वितीय अरुण पटेल (नारधी), तृतीय विजय मिश्रा (कोपेडीह) चतुर्थ राजा साहू (कोपेडीह रहे। शतरंज के खेल में दिव्यांशु उपाध्यय (भिलाई) प्रथम आकर विजेता बने तथा दूसरे स्थान पर खिलेन्द्र



साहू (पटेवाडीह), तीसरे स्थान पर शरद कुमार (राजीतरई) चौथे स्थान पर हरीश ध्रुव (गागरा) रहे। खेल मेला के उद्घाटन समारोह में मुख्य अतिथि विधायक ललित चंद्राकर ने कहा कि खेल मनुष्य के व्यक्तित्व विकास से जुड़ा एक अहम आयाम है, खेलों से जुड़कर मनुष्य अपने मानसिक तनाव और स्वास्थ्य की चिंता से मुक्त हो सकता है। हर व्यक्ति को जीवन में किसी ने किसी खेल को खेलकर स्वयं के व्यक्तित्व विकास की ओर ध्यान देना चाहिए।

अंचल की खबरें

सूर्योदय के पहले अर्घ्य देने पहुंचे पूर्वमंत्री साहू



उत्तई। उत्तर भारत के मुख्य त्योंहार छठ पर्व की बधाई देने दुर्ग ग्रामीण पूर्व विधायक व पूर्व गृहमंत्री ताम्रध्वज साहू सुबह-सुबह नैवेद्य डेम पहुंचे। वे सूर्योदय के पहले ही डेम निकट पहुंचे और लोगों से मेल मुलाकात कर पर्व की बधाई दी। इस दौरान गृहमंत्री वेदी की पूजा अर्चना भी की। साथ ही ऊगते सूरज को नमन किया। बाद में ताम्रध्वज साहू रिसाली निगम क्षेत्र के कल्याणी मंदिर तालाब और अंत में जवाहर उद्यान भिलाई तालाब पहुंचकर ऊगते सूरज को अर्घ्य देने पहुंचे और उत्तर भारतीयों से मुलाकात की।

इस दौरान प्रदेश कांग्रेस कमेटी के महामंत्री जितेन्द्र साहू, महापौर शशि सिन्हा, पूर्व जनपद उपाध्यक्ष झमिति गायकवाड़, गोविन्द चतुर्वेदी, पार्षद रेखा देवी, जमुना ठाकुर, अनूप डे, विनय नेताम, पूर्व एल्डरमेन संगीता सिंह, तरुण बंजारे, विनोद गुप्ता, अध्यक्ष ब्लाक कांग्रेस मुकुंद भाऊ, जाकीर खान, चंद्रभान ठाकुर, राहुल राय, दिवाकर गायकवाड़, युवक कांग्रेस के सनीर साहू और सुरेंद्र बाधमारे सहित कांग्रेस कार्यकर्ता आदि उपस्थित थे।

सुनी मन की बात, लिया संकल्प पर्यावरण बचाने



अंडा। प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी के मासिक रेडियो का कार्यक्रम मन की बात के 127 वां एपिसोड का आयोजन कसारीडीह बोरसी मंडल के वार्ड नंबर 51 में द्विवेदी निवास में रखा गया था। कार्यक्रम में मुख्य अतिथि भाजपा मंडल उपाध्यक्ष लक्ष्मीकांत दुबे एवं कार्यक्रम के प्रभारी शिवकुमार द्विवेदी, भाजपा कार्यकर्ताओं एवं आम जनमानस के बीच मोदी की मन की बात सुनी गई।

कार्यक्रम के पश्चात अतिथि के रूप में पहुंचे दुबे ने पर्यावरण बचाने का संकल्प दिलवाया। उन्होंने कहा कि पर्यावरण प्रदूषण आज की सबसे गंभीर समस्याओं में से एक है यह हमारे जीवन और प्रकृति के लिए बहुत हानिकारक है आम जनमानस को अधिक से अधिक पेड़ लगाने एवं पर्यावरण स्वच्छ रखने के लिए आग्रह किया। कार्यक्रम में त्रिवेणी दीवान, माधवी द्विवेदी, चमेली साहू, चंचल साहू, आरती द्विवेदी, उर्मिला वर्मा सुशील दुबे, राखी दुबे, अनिता यादव, रामकरण साहू, हरिचंद, गौरव दीवान एवं बृथ के गणमान्य नागरिक उपस्थित थे।

प्रतिबंध के बाद भी बिक रहा पानी पाउच और डिस्पोजल



पाटन। पाटन में स्थित देशी और अंग्रेजी शराब दुकान के सामने ही शासकीय टेंडर के तहत आहता खोला गया है। लेकिन आहता संचालक के द्वारा सरकारी निदेशों को ठेगा दिखाया जा रहा है। यहां आहता के आसपास अव्यवस्था का आलम है। वही जानकारी मिली है कि जिस शर्त में आहता

खोलने के अनुमति दी है उसमें आहता में पानी पाउच और डिस्पोजल नहीं बेच सकते हैं। लेकिन आहता में पानी पाउच और डिस्पोजल लगातार बेची जा रही है। ऐसा नहीं है कि जिम्मेदार अधिकारी कर्मचारी को इसकी जानकारी नहीं। जानकारी होने के बाद आखिर कार्रवाई क्यों नहीं कर रहे इसकी चर्चा जमकर हो रही है। शराब दुकान का निरीक्षण करने आबकारी विभाग के कई छोटे बड़े अधिकारी लगातार शराब दुकान पहुंचते है। ठीक शराब दुकान के सामने आहता है। आबकारी विभाग के अधिकारियों के सामने ही सरकारी आदेश की धज्जियां

उड़ाई जा रही है। बता दे कि पानी पाउच और डिस्पोजल आसपास बिखरे रहते है जिससे गंदगी पनप रही है। आहता में साफ सफाई का ध्यान नहीं दिया जा रहा है। आसपास के किसानों के खेतों में पानी पाउच की झिल्ली और डिस्पोजल गिलास उडकर जा रहे है। इससे खेतों की उर्वरा शक्ति कम होती जा रही है।नगर पंचायत भी जिम्मेदारी से भाग रहे नगर के कई दुकानों को गंदगी फैलाने और झिल्ली बेचने के लिए मना करते हुए पेनाल्टी लिया जाता है। लेकिन शराब दुकान के सामने आहता में खुलेआम प्रतिबंध के बाद भी पानी पाउच और डिस्पोजल बेची जा रही है जिस पर नगर पंचायत पाटन के अधिकारी कर्मचारियों का ध्यान नहीं है। वही जानकारी मिली है कि आहता संचालक द्वारा फुड सेफ्टी का भी ध्यान नहीं रखा गया है।

राष्ट्रीय साहसिक शिविर में चयनित हुई सुनिधि



कुम्हारी। श्री रावतपुरा सरकार इंस्टिट्यूट ऑफ फार्मेसी, कुम्हारी की राष्ट्रीय सेवा योजना (एनएसएस) इकाई की स्वयंसेविका सुनिधि वर्मा का चयन धर्मशाला (हिमाचल प्रदेश) में आयोजित राष्ट्रीय साहसिक शिविर के लिए हुआ है, जो किया जाएगा। शिविर 24 अक्टूबर से शुरू हुआ है, जो 2 नवम्बर तक चलेगा। सुनिधि वर्मा छत्तीसगढ़ राज्य का प्रतिनिधित्व छत्तीसगढ़ स्वामी विवेकानंद तकनीकी विश्वविद्यालय, भिलाई की प्रतिभागी के रूप में कर रही हैं। इस राष्ट्रीय स्तर के शिविर में पर्वतारोहण, ट्रैकिंग, रिवर क्रॉसिंग जैसी विविध साहसिक गतिविधियों का आयोजन किया जाएगा, जिसमें देशभर से चयनित एनएसएस स्वयंसेवक भाग ले रहे हैं। संस्थान के प्राचार्य डॉ. प्रकाश राव ने सुनिधि वर्मा के चयन पर प्रसन्नता व्यक्त करते हुए कहा कि यह उपलब्धि न केवल संस्था के लिए गर्व का विषय है, बल्कि अन्य विद्यार्थियों के लिए प्रेरणास्रोत भी है। उन्होंने सुनिधि के उज्ज्वल भविष्य और निरंतर सफलता की कामना की। एनएसएस कार्यक्रम अधिकारी विनीता गोटी ने कहा कि सुनिधि वर्मा का यह चयन अन्य स्वयंसेवकों को राष्ट्रीय सेवा योजना की गतिविधियों में सक्रिय भागीदारी के लिए प्रेरित करेगा। श्री रावतपुरा सरकार ग्रुप ऑफ इंस्टिट्यूट्स के सीईओ विशाल गर्ग ने भी सुनिधि वर्मा को इस उपलब्धि के लिए शुभकामनाएं देते हुए उनके उज्ज्वल भविष्य की मंगलकामना की।



कालड़ा हॉस्पिटल
कलर्स माल के पास, रायपुर
पंचपेढ़ी नाका, धमतरी रोड
Mobile 9827143060
Alay Advt.

- **प्लास्टिक सर्जरी एवं बर्न केयर**
- **कोटे होट एवं तालू का ईलाज**
- **कॉस्मेटिक सर्जरी**
- **हेयर ट्रांसप्लांट**
- **लाइपोसक्शन**
- **अंगों का प्रत्यारोपण**

खबर संक्षेप

यूनियन ने सेवानिवृत्त हो रहे पदाधिकारियों का किया सम्मान

भिलाई। भिलाई श्रमिक सभा एचएमएस यूनियन ने अपने सेवा निवृत्त हो रहे यूनियन पदाधिकारियों के सम्मान किया। जोरको कैफे सेक्टर 10 में आयोजित कार्यक्रम में अध्यक्ष हरिराम यादव तथा महासचिव प्रमोद कुमार मिश्र ने सेवानिवृत्त हो रहे देव सिंह चौहान (उप महासचिव) आदित्य माथुर (वरिष्ठ उपाध्यक्ष) संजय पांडेय (वरिष्ठ सचिव) का शाल, श्रीफल से सम्मान किया। यूनियन के अध्यक्ष हरिराम यादव ने अपने उद्बोधन में सेवानिवृत्त हो रहे साथियों के अच्छे स्वास्थ्य तथा सुखमय भविष्य की कामना की। महासचिव प्रमोद कुमार मिश्र ने कहा कि जिस प्रकार से अपने कर्मचारियों के हित में कार्य किए हैं, आपके अनुभव का लाभ यूनियन के युवा पदाधिकारियों को मिलना चाहिए । इस अवसर पर व्ही के सिंह, संजय शर्मा, उमापति राव, धर्मेन्द्र बंजारे, बृज कुमार सिंह, साजिद हुसैन, इंद्रजीत सिंह, रघुवर गोंड, कृष्ण बलराम यादव, ओमप्रकाश पासवान, आदि उपस्थित थे।

खालसा महाविद्यालय में युवा विमर्श कार्यक्रम का आयोजन

दुर्ग। हेमचंद्र यादव विश्वविद्यालय के राष्ट्रीय सेवा योजना प्रकोष्ठ एवं विवेकानंद केंद्र कन्याकुमारी, भिलाई-दुर्ग शाखा के संयुक्त तत्वावधान में 21वीं सदी के युवाओं के लिए स्वामी विवेकानंद का संदेश विषय पर युवा विमर्श कार्यक्रम का आयोजन खालसा महाविद्यालयमें किया गया। कार्यक्रम के मुख्य अतिथि हनुमंत राव विवेकानंद केंद्र, कन्याकुमारी रहे तथा कार्यक्रम की अध्यक्षता हेमचंद्र यादव विश्वविद्यालय के कुलपति प्रो. डॉ. संजय कुमार तिवारी ने की।

मुख्य वक्ता हनुमंत राव ने कहा कि समाज सेवा के लिए त्याग आवश्यक है और त्याग की भावना राष्ट्रप्रेम से उत्पन्न होती है। उन्होंने युवाओं से आह्वान किया कि वे राष्ट्रीय चेतना को जागृत कर भारत को विकसित राष्ट्र बनाने में अपनी सक्रिय भूमिका निभाएं। कार्यक्रम की अध्यक्षता हेमचंद्र यादव विश्वविद्यालय दुर्ग के कुलपति प्रोफेसर संजय तिवारी ने की। उन्होंने कहा कि स्वामी विवेकानंद की शिक्षाएं आज भी प्रासंगिक हैं 19 वीं सदी में दी गई उनकी शिक्षा आज के युवाओं के लिए सबसे ज्यादा प्रेरणाप्रद है। हमें उनके पदचिन्हों पर चलते हुए देश के विकास में अपनी सर्वश्रेष्ठ देना चाहिए।

अहिंवारा के सीएमओ पर पैसों की डिमांड का आरोप

हडिगूमि न्यूज़ ►►भिलाई

अहिंवारा नगर पालिका परिषद के सीएमओ अंकुर पांडेय पर बिल पास कराने के नाम पर 50 प्रतिशत कमीशन मांगने का आरोप लगा है। यह आरोप दो लोगों ने लगाया गया है। पहला आरोप पीएम आवास योजना से जुड़े आवास प्रेरक अंशुल मोराने ने लगाया है। अंशुल ने सीएमओ का पैसे के लिए दबाव बनाने एक ऑडियो भी बनाया था। जो अब वायरल हो रहा है। दूसरी शिकायत पीएम आवास योजना के तहत काम करने वाले वास्तुविद सलाहकार ने लगाया है। सीएमओ ने इस वाइस को एआई जनरेटेड बताया है। उन्होंने कहा मुझे फंसाने की साजिश की जा रही है। अहिंवारा नपाप और जामुल पाप में सीएलटीसी (आवास प्रेरक) अंशुल ने शिकायत में बताया कि 30 अंशुल को वास्तुविद सलाहकार ऑफिसेट राहुल देवकर को 5,78,070 रुपए का भुगतान किया गया था। भुगतान के एवज में सीएमओ ने उनसे 50% यानी करीब

जनसंख्या विस्फोट से उद्वेलित फौजी देशत्यापी जागरुकता अभियान पर निकला, कहा-बेरोजगारी और अपराध से लेकर महंगाई की जड़ में आबादी

हडिगूमि न्यूज़ ►► भिलाई

अस्सी के दशक में तत्कालीन प्रधानमंत्री इंदिरा गांधी के परिवार नियोजन के लिए सख्त अभियान शुरू करने और बाद की सरकारों के लोगों को जागरूक करने के बाद भी आज देश की आबादी डेढ़ अरब होने को है। इस बेतहाशा बढ़ती जनसंख्या से चोतरफा विकराल होती विकट समस्याओं ने एक संवेदनशील फौजी को इस कदर उद्वेलित किया कि उन्होंने इस सुरसा के मुंह की तरह बढ़ रही पापुलेशन को नियंत्रित कर देशव्यापी जागरुकता मुहिम चलाने का बीड़ा उठा लिया। मैं अकेला ही चला था जानिबे मंजिल मगर लोग जुड़ते गए और कारवां बनता गया... शेर को चरितार्थ करते सरहद को महफूज रखने के बाद अब अपने प्यारे भारत को खुशहाल बनाने अकेले ही कई राज्य नाप डाले और ,छोटा परिवार सुखी परिवार और खुशहाल देश, का

पैगाम दे रहे हैं। अपने इस राष्ट्रव्यापी अभियान के तहत लघु भारत भिलाई में घूम घूमकर हाथों में पोस्टर लेकर जन संख्या नियंत्रण के लिए लोगों को संदेश दे रहे यह पोस्टर ब्याय लोगों की प्रेरणा और आकर्षण का केंद्र बना हुआ है। लंबे समय तक सेना में देश रक्षा करते हुए रिटायर फौजी कैथल हरियाणा के 42 वर्षीय सुरेश मुंजाल बताते हैं कि भारत में बेरोजगारी से लेकर अपराध तक अधिकतर कई बड़ी समस्याओं की जड़ कोरोना की तरह बढ़ रही जनसंख्या है। यदि हम अपने देश से सच्चे अर्थों में प्रेम करते हैं तो इस आबादी के विस्फोट को नियंत्रित करने सबको जागरुकता दिखाना होगा। कभी पैदल तो कभी लिफ्ट लेकर कैथल से लोगों को जागरूक करने निकले श्री मुंजाल का कहना है कि मेरा यह अभियान तब तक जारी रहेगा, जब तक भारत सरकार जनसंख्या नियंत्रण के लिए कानून नहीं बना लेती है।

अधिकतर अपराध बेरोजगार करते हैं

हरियाणा, पंजाब के अमृतसर अबोहर, पटियाला, भोपाल इंदौरा व राजनांदगांव से भिलाई में लोगों को जागरुक करने पहुंचे श्री मुंजाल बताते हैं कि भारत में जैसे जैसे आबादी बढ़ेगी इसी अनुपात में बेरोजगारी, गरीबी, हत्या, चोरी डकैती नशा जैसे जघन्य अपराध बढ़ते जाएंगे। आतंकवाद, दंगे से लेकर सभी समस्याओं के मूल में जनसंख्या है। एक नौकरीशुद्ध व्यक्ति अपराध कम करता है बैकार आदमी पैसों आदि अपनी जरूरतों को पूरा करने अपराध करता है। आबादी के अनुपात में भारत में जमीन कम है। यहां प्रति व्यक्ति एक बीघ जमीन भी नहीं है जबकि 3 करोड़ वाले कनाडा व आस्ट्रेलिया में तीन बीघा से अधिक प्रति व्यक्ति जमीन है।

छोटा परिवार खुशहाल देश का दे रहा संदेश



नुककड़ों में पोस्टर से लोगों को कर रहा जागरुक

रिटायर फौजी ने बताया कि मैं शहर शहर व कस्बे कस्बे गांव गांव नुककड़ों में अकेले लोगों को अपना जनसंख्या नियंत्रण वाला समस्यामूलक पोस्टर दिखाकर लोगों को कम बच्चे पैदा कर छोटा परिवार खुशहाल देश बनाने कहकर जागरुक करता है। युवाओं से मेरे इस पोस्टर व संदेश को पीएम व नेता प्रतिपक्ष सहित सभी दलों तक भी पहुंचाने सोशल मीडिया के जरिए भेजकर कानून बनाने आग्रह करता हूं। अपने अभियान के लिए मुझे कोई स्पॉन्सर नहीं करता और अकेले ही रास्ते में चाय पानी खाना सभी अपने पैसे से करता हूं। वे बताते हैं कि मैं इसी तरह पूरे देश में घूमकर आबादी नियंत्रण कानून बनते तक लोगों को जागरुक करता रहूंगा।

कुरुद में अस्पताल के सामने चमक, आगे नरक, हर कदम पर खतरा

विकास की पोल खोलती सड़कें...कैम्प-1 से कुरुद और कचांदुर मार्ग पर गड़ोंभरा सफर

हडिगूमि न्यूज़ ►►भिलाई

नगर निगम भिलाई के तहत आने वाले कई इलाकों में सड़कों की हालत इतनी खराब हो चुकी है कि लोग अब सड़क नहीं, गड्ढों में चल रहे हैं। सबसे बुरा हाल कुरुद इलाके का है। साक्षरता चौक से लेकर शास्त्री नगर वार्ड 27, कांटेक्टर कॉलोनी वार्ड 18, वार्ड 15 अम्बेडकर नगर छोटे स्वीट्स के पास, वैशालीनगर वार्ड 20, शांति नगर स्टेडियम के आसपास, वार्ड 22 कुरुद बस्ती की सड़कों पर जगह-जगह बड़े-बड़े गड्ढे हैं। बरसात में ये सड़कें दलदल बन जाती है। कुरुद से चंदूलाल चंद्राकार अस्पताल जाने वाली रोड पर तो हाल और भी खराब है। अस्पताल के सामने सड़क तो ठीक है, लेकिन कुछ ही मीटर आगे गड्ढों की लाइन शुरू हो जाती है। मरीजों और एंबुलेंस तक को आने-जाने में दिक्कत होती है। कचांदुर से भिलाई को जोड़ने वाली सड़क भी पूरी तरह टूट चुकी है। लोगों का कहना है कि सालों से इस रोड की मरम्मत नहीं हुई। धूल उड़ने और गड्ढों की वजह से दुर्घटनाएं आम बात हो गई हैं।

गड्ढे में गिरकर कई लोग हुए घायल

करजा भिलाई निवासी धीरेड निषाद का कहना है कि कचांदुर-दौर से भिलाई और भिलाई से कचांदुर-दौर जाने का यही एकमात्र रास्ता है जिसमें शुरू से लेकर आखिरी तक सड़क पर कई बड़े-बड़े गड्ढे बने हुए हैं। रोज सड़कों लोग यहां से गुजरते हैं, लेकिन हालत दिन-ब-दिन खराब होती जा रही है। कुरुद से चंदूलाल चंद्राकार शासकीय अस्पताल जाने वाली रोड और कुरुद से ही कचांदुर जाने वाली रोड काफी जर्जर हो गई है। अस्पताल के सामने चमचमता सड़क जरूर है लेकिन इसके कुछ ही आगे रोड काफी लंबे दूरी तक जर्जर है। इससे मरीजों को भी परेशानियों को सामना करना पड़ रहा है। इस रोड पर गड्ढे में गिरकर कई लोग घायल भी हो चुके हैं।



लंबे समय से सड़क का नहीं हुआ है संधारण

कुरुद वार्ड 22 निवासी निवासी जोहन लाल यादव ने बताया कि कई बार शिकायत की गई, लेकिन कोई सुनवाई नहीं हुई। कचांदुर जाने के लिए चंदूलाल चंद्राकार शासकीय अस्पताल के बाजू से एक कच्चा रोड गया हुआ है जिसे लोग इस्तेमाल करते हैं लेकिन बरसात के दिनों में यह सड़क दलदल में बदल जाता है। इससे लोगों का आवागमन बंद रहता है। कुरुद से कचंदूर के लिए एक अलग से भी रास्ता है जो काफी जर्जर हो गया है। लंबे समय से सड़क का संधारण नहीं हुआ है। स्थानीय पार्षद अनिता साहू से कई बार शिकायत की गई है, लेकिन स्थिति जस की तस है।



जल्द बनेगी सड़क

चंदूलाल शासकीय अस्पताल के बगल से जो कच्चा रास्ता कचांदुर के लिए निकला है उसने सड़क निर्माण का आदेश पारित हो चुका है। वहीं कुरुद से कचांदुर-दौर सड़क दो हिस्सों बंटा है। पुलिस के इस पार वैशालीनगर विधानसभा और उस पार अहिंवारा विधानसभा में आता है। यहां की सड़क पक्की है, लेकिन काफी जर्जर भी है। - अनिता अजय साहू, पार्षद पति वार्ड 22 कुरुद बस्ती

70 लाख रुपए से होगा डामरीकरण

क्षेत्र की सड़के काफी जर्जर हो चुकी हैं। इसके संधारण के लिए 70 लाख रुपए पास हो गया है। कर्मा चौक से इंदिरा चौक, कर्मा चौक से ईश्वरान टॉवर, ईश्वरान टॉवर होते हुए त्रिगुर्ति नदिर तक मौसम खुलते ही संधारण कार्य शुरू किया जाएगा। -लालचंद वर्मा, पार्षद वार्ड 18 कांटेक्टर कॉलोनी, भिलाई

सभी अस्पतालों में नहीं है टेस्ट उपकरण

भिलाई दुर्गों में ऐसे कई निजी अस्पताल हैं, जहां एमआरआई, सीटी स्कैन आदि कई बीमारियों का पता लगाने यह मशीनें नहीं हैं। यदि हैं भी तो गाढ़े बगाने सीटी व एमआरआई मशीनें खिगड़ी होने पर बाहर डाग्नोस्टिक सेंटर में मरीजों के स्कैन आदि टेस्ट के लिए आधा से दो किमी तक दूर बिना लाइफ सपोर्ट वाली मारुति वैन की एंबुलेंस पर ही जांच केंद्र तक मौजूद होना जरूरी है। लेकिन ट्विनसिटी में कई निजी अस्पतालों ने पैसे बचाने के लिए सामान्य मारुति वैन को ही एंबुलेंस का रुप देकर इनमें मरीजों को अपने अस्पतालों से एमआरआई, सिटी स्कैन आदि टेस्ट के लिए आधा से दो किमी तक दूर बिना लाइफ सपोर्ट वाली मारुति वैन की एंबुलेंस पर ही डाग्नोस्टिक सेंटर भेजा व वापस लाया जा रहा है। यानी करीबन आधा से एक घंटा अस्पताल में उपचारार्थ मरीज टेस्ट कराने के दौरान बाहर होता है। इस दौरान रास्ते में या फिर लौटने पर घंटे भर के हो चुकी है।

युद्ध से लेकर महंगाई तक समस्याओं का मुख्य कारण हमारी जनसंख्या

भिलाई में बाजारों और चौराहों में लोगों को अपने प्रमावी नपे तुले समस्यामूलक वाक्यों से प्रभावित करते रिटायर फौजी सुरेश मुंजाल ने हरिभूमि से चर्चा करते हुए बताया कि फोज व अपने परिवार में अपनी जिम्मेदारी निभाने के बाद मैंने चिंतन किया कि भारत में युद्ध से लेकर महंगाई तक बहुत सी समस्याओं का मुख्य कारण हमारी बढ़ती जनसंख्या ही है। इसलिए लोगों को जागरुक करने डेढ़ साल पूर्व अपने गृह नगर कैथल से देशव्यापी जनसंख्या नियंत्रण जागरुकता अभियान पर निकले हैं। अधिक बच्चे पैदा करने की परम्परा को कायम रखते हुए सितम्बर एवं अक्टूबर माह में सेवानिवृत्त होने वाले अधिकारियों का सम्मान किया जाएगा। ओए के महासचिव अंकुर मिश्रा ने बताया कि सितंबर में ओए चुनाव के कारण इस माह रिटायर अधिकारियों को सम्मानित नहीं किया जा सका है। सितंबर में मेसम्मानित होने वाले अधिकारी हैं- डॉ. रविन्द्रनाथ एम, ईडी (एम एंड एचएस), डॉ सौरव मुखर्जी, सीएमओ (एम एंड एचएस), श्री समीर रायचौधरी, जीएम दिनेश कुमार, जीएम (टीएसडी), श्री सनजो कुमार, डीजीएम राजकुमार नायर, एजीएम अशोक कुमार गुप्ता, एजीएम देवेन्द्र कुमार वर्मा, एजीएम विजय कुमार नगपुरी, एजीएम प्रहलाद स्वरूप वर्मा, असिस्टेंट मैनेजर अक्टूबर माह में सेवानिवृत्त होने वाले अधिकारियों में निम्न अधिकारी मनमोहन, जीएम कैलाश मल्होत्रा, जीएम ईंचार्ज मुकुल जगदेव, डीजीएम शरद निगम, एजीएम शिवराम सिंह रघुवंशी, एजीएम नरेन्द्र इंग्ले, एजीएम अजय कोशल, एजीएम प्रशांत कुमार जैन, एजीएम गिरिन्द्र मोहन, सीनियर मैनेजर प्रदीप कुमार, डिप्टी मैनेजर वैका जनादन राव, असिस्टेंट मैनेजर है।

बीएसपी ओए करेगा आज सेवानिवृत्त अफसरों का सम्मान

भिलाई। बीएसपी आफिसर्स एसोसिएशन द्वारा गुरुवार को ओए के प्रगति भवन सिविकसेंटर में सितंबर व अक्टूबर माह में सेवानिवृत्त हुए अधिकारियों के सम्मान समारोह का आयोजन किया गया है। कार्यकारिणी समिति के चुनाव होने के कारण सितम्बर माह में सेवानिवृत्त हुए अधिकारियों हेतु 30.10.2025 को आफिसर्स एसोसिएशन द्वारा सम्मान की परम्परा को कायम रखते हुए सितम्बर एवं अक्टूबर माह में सेवानिवृत्त होने वाले अधिकारियों का सम्मान किया जाएगा। ओए के महासचिव अंकुर मिश्रा ने बताया कि सितंबर में ओए चुनाव के कारण इस माह रिटायर अधिकारियों को सम्मानित नहीं किया जा सका है। सितंबर में मेसम्मानित होने वाले अधिकारी हैं- डॉ. रविन्द्रनाथ एम, ईडी (एम एंड एचएस), डॉ सौरव मुखर्जी, सीएमओ (एम एंड एचएस), श्री समीर रायचौधरी, जीएम दिनेश कुमार, जीएम (टीएसडी), श्री सनजो कुमार, डीजीएम राजकुमार नायर, एजीएम अशोक कुमार गुप्ता, एजीएम देवेन्द्र कुमार वर्मा, एजीएम विजय कुमार नगपुरी, एजीएम प्रहलाद स्वरूप वर्मा, असिस्टेंट मैनेजर अक्टूबर माह में सेवानिवृत्त होने वाले अधिकारियों में निम्न अधिकारी मनमोहन, जीएम कैलाश मल्होत्रा, जीएम ईंचार्ज मुकुल जगदेव, डीजीएम शरद निगम, एजीएम शिवराम सिंह रघुवंशी, एजीएम नरेन्द्र इंग्ले, एजीएम अजय कोशल, एजीएम प्रशांत कुमार जैन, एजीएम गिरिन्द्र मोहन, सीनियर मैनेजर प्रदीप कुमार, डिप्टी मैनेजर वैका जनादन राव, असिस्टेंट मैनेजर है।

डीएमएफ फंड से बन रहे शौचालय जल्द पूरे करने के निर्देश



भिलाई। नगर पालिक निगम भिलाई के आयुक्त राजीव कुमार पांडेय ने बुधवार को जोन क्रमांक 3 के मद्र टेरेसा नगर क्षेत्र का निरीक्षण किया। इस दौरान उन्होंने पावर हाउस जवाहर मार्केट, सकुलर मार्केट, और टाटा लाइन इलाके की सफाई व्यवस्था का जायजा लिया। निरीक्षण के दौरान आयुक्त ने अधिकारियों को प्रतिदिन कचरा एकत्र कर तुरंत उठाने के निर्देश दिए। उन्होंने डीएमएफ मद से बन रहे सुलभ शौचालयों का भी निरीक्षण किया और साफ कहा कि निर्माण कार्य को शीघ्र पूरा कर जनता के लिए शुरू किया जाए।मार्केट इलाके में व्यापारियों और आम नागरिकों की सुविधा के लिए ये शौचालय बनाए जा रहे हैं। इसी तरह लिंक रोड सूर्य नगर में बन रहे सुलभ शौचालय के काम में भी गति लाने के निर्देश दिए गए।निरीक्षण के दौरान आयुक्त ने कचरा खुले में फेंकने वालों पर सख्त कार्रवाई के आदेश दिए। स्वास्थ्य अधिकारी जावेद अली को निर्देश दिया गया है कि ऐसे मामलों में तुरंत चालानी कार्रवाई की जाए। निरीक्षण के दौरान उप अभियंता दीपक देवांगन, सहायक राजस्व अधिकारी बसंत देवांगन, जोन स्वास्थ्य अधिकारी बीरेन्द्र बंजारे, स्वच्छता निरीक्षक चुड़ामणी यादव उपस्थित थे।



ओम हॉस्पिटल
प्लास्टिक एवं कॉस्मेटिक विभाग

- **अस्त्रों के बंद की प्लास्टिक सर्जरी (Contractures)**
- **दुर्घटना से बने अंग वंत् और खुन व्ही नखों को जोडना**
- **कार्गोटिक सर्जरी** • **खनो की सर्जरी (Implant)**
- **बोटो के इलाज (लाइफोफेक्शन)**
- **कोट होट एवं तालू का ईलाज** • **गंभोज का खनो की इलाज**
- **वेदरे के फ्रैक्चर का ईलाज (Maxillofacial Surgery)**
- **गुं के फेक्टर की प्लास्टिक सर्जरी**
- **कन कनना, नक बनाना, (अक्रिकरिटी एवं बोट बोट)**
- **Hypospadias, Vaginoplasty,**
- **गुन खनो की सर्जरी**

श्रीधर चौर नगरपालीक विधु आयुवनन स्वास्थ
चौमन, BSKY, EISC, CSEB, TPA एवं
INSURANCE से जो में ईवस

एव भी एड्रेस पर के पास, महादेववाट रोड,
रायपुर चौक, रायपुर (छ.ग.), मो. 8370008551

खतरा रोड, तिन्दा (छ.ग.), मो. 9302734809
खज्जना वीरक्ष सिद्ध शासकीय महाविद्यालय के पास,
फुलवर रोड,रायपुरवाली (छ.ग.), मो.8370008558
प्रताप रोड बॉट नं. 11, हटा गंभी मैदान के सामने
जगदलपुर (छ.ग.), मो. 9131753200

#Refers

online Booking- www.tripuryatra.com

स्त्रीपरमात्र 12,100/-

सुनहरा अवसर

रायपुर, उत्तरापुर, राठौल से होकर

स्पेशल देन

13 फरवरी से 20 फरवरी 2026 (8 दिन)

द्वारकाधीश धाम यात्रा

श्री द्वारकामती, श्री द्वारकाभेट, श्री सोमनाथ, श्री नागेश्वर ज्योतिर्लिंग, उज्जैन (श्री महाकालेश्वर), माउंट आबू/स्टेस्व ऑफ यूनिटी

ऑफ राशि: लौकर 12,100/-, 3 एसी-20,500/-, 2 एसी 25,500/- (+5% GST)

Since-2007

श्री त्रिपुर तीर्थ यात्रा सेवा समिति

RAIPUR: D-36 Sector-4, Karam Vihar, NEARBY Shop No. 391, 392, 393 S.S. Plaza Power House Road

संपर्क करें:-7354 411411



बीएसपी सीनियर सेकंडरी स्कूल में दिलाई गई सत्यनिष्ठा की शपथ

लाइव इवेंट

टेनिस सर्विस, नियम और अण्डरहैण्ड्स के खिलाड़ियों को बताई टेक्निक्स



भिलाई। शासकीय डॉ. वामन बासुदेव पाटणकर कन्या स्नातकोत्तर महाविद्यालय के क्रीड़ा विभाग द्वारा महिला महाविद्यालय वॉलीबॉल मैदान में भूतपूर्व वॉलीबॉल खिलाड़ियों

■ खिलाड़ियों को वॉलीबॉल के सिखाए गुर, दिया ज्ञानदान

■ खिलाड़ियों टेनिस सर्विस सर्विस के नियम बताए

द्वारा नए खिलाड़ियों को खेल के गुर सिखाए गये। भूतपूर्व खिलाड़ियों द्वारा वर्तमान खिलाड़ियों को खेल शिक्षा की ये दूसरी कड़ी का कार्यक्रम था, पहली कड़ी में कबड्डी के भूतपूर्व खिलाड़ी छात्राओं ने नए खिलाड़ियों को महाविद्यालय में टेकनिक्स सिखाई थी। इस दौरान लगातार विजेता टीम का हिस्सा रहें भूतपूर्व वॉलीबॉल खिलाड़ी मनीषा खरे ने खिलाड़ियों को टेनिस सर्विस, सर्विस के नियम और अण्डरहैण्ड्स सर्विस की जानकारी देते हुए प्रायोगिक रूप से करके दिखाया, वहीं मनप्रीत कौर ने खिलाड़ियों को बॉल लिफ्टिंग, खिलाड़ियों के अनुसार बॉल बनाना सिखाया। अनुष्का निषाद ने खिलाड़ियों को ब्लॉक करने का तरीका बताया।

इस अवसर पर भूतपूर्व खिलाड़ी एवं महाविद्यालय की वर्तमान टीम ने प्रदर्शन मैच खेला। जिसमें भूतपूर्व खिलाड़ी टीम 25-18, 25-15 से विजेता रही। मनीषा, मनप्रीत, अनुष्का ने अच्छे खेल का प्रदर्शन किया। वहीं महाविद्यालय टीम की दिप्ती राठौर, कोमल सिंह, रेणुका, नीरझरा ने अच्छे खेल का प्रदर्शन किया। महाविद्यालय क्रीड़ा समिति की संयोजिका डॉ. सुषमा यादव ने भी खिलाड़ियों का उत्साह वर्धन करते हुए कहा कि भूतपूर्व खिलाड़ी छात्राओं का महाविद्यालय से जुड़ा रहना जरूरी है ताकि वे अपने महाविद्यालय की गतिविधियों से अवगत रहें और अपनी छोटी बहनों को अपना अनुभव साझा कर सकें। कार्यक्रम का संचालन क्रीड़ाधिकारी डॉ. ऋतु दुबे ने किया। इस अवसर पर महाविद्यालय की प्राचार्य डॉ. रंजना श्रीवास्तव, प्रिया साव, मनस्वी निर्मलकर, मानश्री मोर्या, चंचल यादव, नंदनी नायक, भौमिता साहू, मानसी सिंह ठाकुर, हर्षिता सहित सभी अधिकारी उपस्थित रहे।



सिटी इवेंट

एम.फार्मसी में राशि को स्वर्ण पदक मिली इंस्पायर फेलोशिप की पात्रता



भिलाई। रूंगटा इंटरनेशनल स्किल्स यूनिवर्सिटी के स्कूल ऑफ फार्मसी की छात्रा राशि बंधोर ने अपनी मेहनत और लगन के दम पर छत्तीसगढ़ स्वामी विवेकानंद तकनीकी विश्वविद्यालय सीएसवीटीयू में एम.फार्मसी की परीक्षा में प्रथम स्थान प्राप्त कर स्वर्ण पदक हासिल किया है। राशि ने 86.06 फीसदी अंकों के साथ यह उपलब्धि प्राप्त की है, जिससे न केवल कॉलेज बल्कि प्रदेश का नाम गौरवान्वित हुआ है।

राशि बंधोर की इस शैक्षणिक उत्कृष्टता के चलते उन्हें भारत सरकार की प्रतिष्ठित इंस्पायर फेलोशिप के लिए भी पात्रता मिल गई है। यह फेलोशिप देश के मेधावी विद्यार्थियों को शोध और नवाचार के क्षेत्र में प्रोत्साहित करने के उद्देश्य से दी जाती है। इसके अतिरिक्त, राशि ने गेट लाइफ साईंसेज 2024 परीक्षा भी उत्तीर्ण की है, जो उनके उच्च शैक्षणिक और अनुसंधान कौशल का प्रमाण है। इंस्पायर फेलोशिप का उद्देश्य भारत के युवा वैज्ञानिकों को प्रोत्साहित कर उन्हें अग्रणी शोध संस्थानों में उच्च स्तरीय अनुसंधान करने के लिए प्रोत्साहित देना है। इस फेलोशिप के लिए राशि का चयन उनकी बुद्धिमत्ता, शोध कौशल और वैज्ञानिक दृष्टिकोण का प्रमाण है। राशि की इस उपलब्धि पर रूंगटा यूनिवर्सिटी के कुलाधिपति संतोष रूंगटा, प्रो-चांसलर डॉ. सौरभ रूंगटा, कुलापति डॉ. जवाहर सूरी शेटी, सीईओ सोनल रूंगटा, रजिस्ट्रार डॉ. एजाजुद्दीन, स्कूल ऑफ फार्मसी की डायरेक्टर डॉ. मधुलिका प्रधान, शिक्षकों और सहपाठियों ने हर्ष व्यक्त करते हुए उनके उज्ज्वल भविष्य की शुभकामनाएं दी है।

1 नवंबर को देवउठनी एकादशी और तुलसी विवाह 2 को ही, शुरू हो जाएगा शुभ कार्य

1 नवंबर को चिरनिद्रा से जागेंगे श्रीहरि और तुलसी विवाह 2 को ही, क्योंकि व्रत के लिए द्वादश संगम जरूरी

भिलाई। पांच दिवसीय दीपावली महापर्व के दस दिनों के बाद ग्यारहवें दिन और चार महीने बाद 2 नवंबर को भगवान श्रीविष्णु योगनिद्रा से जागेंगे। जिसके बाद गृह प्रवेश, विवाहादि मांगलिक कार्य हो जाएंगे। आषाढ़ी एकादशी यानी 6 जुलाई को चार माह के लिए भगवान श्रीविष्णु क्षीरसागर में शयन करने चले गए थे, जिसके बाद रविवार को लोककल्याण के लिए एक बार फिर से इस चराचर जगत की बागडोर संभालेंगे। ज्योतिषों के अनुसार नवंबर की पहली तारीख पर सूर्योदय के समय दशमी तिथि व्याप्त रहेगी। सूर्योदय व्याप्त एकादशी तिथि 2 नवंबर को है। इसलिए तुलसी विवाह और व्रत इसी दिन होगा।

2 नवंबर को जाग जाएंगे देव, प्रारंभ होगा शुभकार्य

शहर के मंदिरों में देवउठनी 2 नवंबर को ही मनाई जाएगी। एकादशी तिथि एक नवंबर को सुबह 9 बजे प्रारंभ हो जाएगी, लेकिन इस दिन सूर्योदय के समय दशमी तिथि व्याप्त रहेगी। देवउठनी एकादशी में सूर्योदय के समय व्याप्त तिथि ही मान्य होती है। इसके अलावा एकादशी व्रत के उस दिन किए जाने की मान्यता है, जिसमें एकादश और द्वादश तिथि का मिलन हो रहा हो। यह स्थिति 2 नवंबर को निर्मित हो रही है। पंचांग के अनुसार, कार्तिक माह के शुक्ल पक्ष की तिथि की शुरुआत 1 नवंबर को सुबह 9 बजकर 11 मिनट पर हो रही है। वहीं, इस तिथि का समापन 2 नवंबर को सुबह 7 बजकर 31 मिनट पर होगा। ऐसे में देवउठनी एकादशी व्रत 2 नवंबर को किया जाएगा। धार्मिक मान्यता के अनुसार, इस व्रत को करने से साधक को सभी पापों से छुटकारा मिलता है। साथ ही जीवन में सुख-शांति बनी रहती है।



एकादशी पर पंचामृत से अभिषेक कर जगाए भगवान विष्णु को

वाराह पुराण के अनुसार देवउठनी एकादशी 1 नवंबर की रात में स्वानादि करके शयन करते हुए



भगवती लक्ष्मी के साथ नारायण का वास होता है। पंचांग भेद से भक्त इस बार तुलसी विवाह 2 नवंबर को द्वादशी में मनाएंगे।

भगवान श्रीविष्णु का पंचामृत से अभिषेक करें। नैवेद्यादि अर्पित कर पुरुष सूक्त एवं विष्णु स्तोत्रों से भगवान जगाए और पूजन करें। दूसरे दिन 2 नवंबर को द्वादशी में तुलसी विवाह करना तुलसी चौरा पर गन्ने से मण्डपाच्छादन कर लाल कपड़े से ढककर गोधुलि वेला में श्री ठाकुर (शालिग्राम) से तुलसी विवाह कर उत्सव मनाएं। ऐसा करने से श्रीहरि भगवान विष्णु की विशेष कृपा प्राप्त होती है। जिस घर में यह तुलसी विवाह उत्सव किया जाता है उस घर में

22 नवंबर के बाद विवाह के शुभ मुहूर्त

ज्योतिषाचार्य विनोद चौबे ने बताया कि देव प्रबोधिनी एकादशी 2 नवंबर को होने के बावजूद इस वर्ष विवाह मुहूर्त 22 नवंबर से ही विवाहादि मुहूर्त आरंभ होंगे। क्योंकि सूर्य वृश्चिक राशि में 17 नवंबर को प्रवेश करेंगे, उसके बाद 18,19 और 20 नवंबर को मासान्त दोष और अमावस्या रहेगा। इस कारण 22 नवंबर से विवाह के मुहूर्त आरंभ होंगे। नवंबर में 22, 23, 24, 29, 30 और दिसंबर में 5 दिसंबर उसके बाद 2026 के फरवरी माह से विवाह मुहूर्त शुरू होंगे।

आखिर यह पर्व क्यों है विशेष

देव प्रबोधिनी एकादशी का उत्सव जीव द्वारा आध्यात्मिकतापूर्ण आत्मजागृति का उत्सव है। आज इडा पिंगला और सुषुम्ना नाडियां दिव्यता को प्राप्त कर ईश्वरत्व की ओर उन्मुख होती हैं, जीव (व्यक्ति) परमात्मा परमात्मा (ईश्वर) से सीधे जुड़ने का यत्न करता है, जिसे व्यावहारिक शब्दों में कहा जाता है कि इस दौरान देवताओं का द्वार खुल जाता है। इस दिन त्रिरात्रि व्रत और चतुर्मास का समापन होता है, और इसी दिन से पांच ज्ञानेन्द्रियों के कमल-जागरण का महाव्रत जिसे भीष्मपञ्चक व्रत कहा जाता है उसकी शुरुआत होती है जो पांच दिनों तक कार्तिक शुक्ल पूर्णिमा (देव दीपावली) तक चलता है, यह जीव की उत्कृष्ट अवस्था होती है।

बन रहा है दुर्लभ संयोग

कार्तिक शुक्ल एकादशी यानी देव उठनी एकादशी पर इस बार शतभिषा और पूर्वा भाद्रपद नक्षत्र एवं वणिज योग बन रहा है, शतभिषा नक्षत्र के स्वामी राहु हैं वहीं गुरु पूर्वा भाद्रपद नक्षत्र के स्वामी हैं जिन पर भगवान श्रीहरि का आधिपत्य है। आध्यात्मिक दृष्टि से यह उत्तम संयोग बन रहा है। इस समय किया गया विष्णु मंत्र का जाप अनंत गुण फल देने वाला होगा। तुलसी विवाह 2 नवंबर को किया जाना चाहिए। वैसे तुलसी विवाह कार्तिक शुक्ल द्वादशी से लेकर त्रयोदशी, चतुर्दशी एवं पूर्णिमा इनमें से किसी भी दिन शुभ मुहूर्त में सायंकाल तुलसी विवाह कर लेना चाहिए।

विवाहादि मांगलिक कार्यों के उत्तम मुहूर्त

ज्योतिषीय मुहूर्त विज्ञान में वैवाहिक मांगलिक कार्यों की शुरुआत देव उठनी एकादशी से विवाह, गृहारंभ के शुभ मुहूर्त आरंभ हो जाएंगे। लेकिन नूतन गृहप्रवेश और उपनयन संस्कार आदि के मुहूर्त के लिए माघ महीने की प्रतीक्षा करनी होगी।

सेल क्रिकेट प्रतियोगिता में भाग लेने कर रहे प्रेक्टिस, सर्वश्रेष्ठ खिलाड़ियों का होगा चयन

भिलाई। स्टील अथॉरिटी ऑफ इंडिया सेल के तत्वावधान में भिलाई स्टील प्लांट द्वारा 10 से 15 नवंबर तक आयोजित सेल क्रिकेट प्रतियोगिता में भिलाई स्टील प्लांट की टीम भी भाग लेगी। टीम के चयन के लिए चयन स्पर्धा का आयोजन बीएसपी क्रिकेट ग्राउंड सेक्टर 10 में किया गया। इस चयन स्पर्धा में 45 खिलाड़ियों ने भाग लिया था। इन खिलाड़ियों के बैटिंग बॉलिंग और फील्डिंग के प्रदर्शन के आधार पर सर्वश्रेष्ठ खिलाड़ियों का चयन किया जाएगा। इस चयन इस स्पर्धा के चयनकर्ता वी मोहनदास और राजा बनर्जी और प्रभारी बीएसपी के उप प्रबंधक अभिजीत भौमिक उपस्थित थे।



1314 विद्यार्थियों का हुआ बायोमेट्रिक अपडेशन, 8 नवंबर तक चलेगा कार्य



दुर्ग। जिले में विद्यार्थियों के मैडेटरी बायोमेट्रिक अपडेशन एवं आधार अपडेशन का कार्य तेजी से किया जा रहा है। इस अभियान के तहत 8 नवम्बर तक सभी चिन्हित शासकीय एवं अशासकीय विद्यालयों में यह कार्य पूर्ण किया जाएगा। जिला शिक्षा अधिकारी से प्राप्त जानकारी के अनुसार अभियान के दूसरे दिन जिले के 34 केन्द्रों पर शिविर आयोजित किए गए, जिनमें कम्प्यूटर ऑपरेटर्स द्वारा मशीनों के माध्यम से विद्यार्थियों का बायोमेट्रिक एवं आधार अद्यतन किया गया। इन शिविरों के माध्यम से कुल 1314 विद्यार्थियों का मैडेटरी बायोमेट्रिक अपडेशन तथा 289 विद्यार्थियों का आधार अपडेशन किया गया। जिले में इस कार्य को प्राथमिकता से पूर्ण कराने के निर्देश कलेक्टर द्वारा दिए गए हैं ताकि सभी विद्यार्थियों का समय पर अद्यतन सुनिश्चित किया जा सके।

स्वामी दयानन्द की द्विशताब्दी एवं आर्य समाज के 150 वर्ष पूर्ण होने पर भव्य आयोजन

अंतरराष्ट्रीय आर्य महासम्मेलन में 40 से अधिक देशों के प्रतिनिधि लेंगे भाग, छग से 150 प्रतिनिधि हुए रवाना

कारनर न्यूज

भिलाई। महर्षि दयानन्द सरस्वती की 200वीं जयंती और आर्य समाज के 150 वर्ष पूर्ण होने के अवसर पर आयोजित अंतरराष्ट्रीय आर्य महासम्मेलन में भाग लेने के लिए छत्तीसगढ़ से एक विशाल आर्य प्रतिनिधिमंडल आज दिल्ली के लिए रवाना हुआ। इस प्रतिनिधिमंडल में प्रदेश के विभिन्न गुरुकुलों के आचार्य, ब्रह्मचारी, स्त और श्रद्धालुओं सहित छत्तीसगढ़ से लगभग 150 आर्य प्रतिनिधि इस सम्मेलन में भाग ले रहे हैं। इस वैश्विक महासम्मेलन में 40 से अधिक देशों के प्रतिनिधि भाग लेंगे। स्टेशन पर प्रतिनिधियों का स्वागत किया गया और सत्य सनातन वैदिक धर्म की जय, ऋषि दयानन्द की जय, भारतीय संस्कृति की जय जैसे जयघोषों से वातावरण गुंजन उठा। कार्यक्रम के मुख्य प्रतिनिधि आचार्य डॉ. अजय आर्य इस अंतरराष्ट्रीय सम्मेलन में सनातन स्वामिमान और महर्षि दयानन्द का पुरुषार्थ विषय पर अपना शोधपत्र प्रस्तुत करेंगे। उन्होंने प्रस्थान से पूर्व कहा महर्षि दयानन्द केवल एक धार्मिक सुधारक नहीं, बल्कि भारत के आत्मगौरव और वैदिक चेतना के जागरण के प्रतीक हैं। आज आवश्यकता है कि आर्य समाज, गुरुकुलों और आर्य विद्यालयों को तकनीकी शिक्षा से जोड़कर राष्ट्र निर्माण के वैदिक आदर्श को व्यवहार में उतारा जाए। आचार्य सुरेश ने कहा कि महर्षि दयानन्द के विचार आज भी भारत के आत्मनिर्भर और स्वामिमान भविष्य की दिशा दिखाते हैं। हमें अपने गुरुकुलों को केवल शिक्षा के केंद्र नहीं, बल्कि संस्कृति और चरित्र के निर्माता संस्थान बनाना है। इस धार्मिक यात्रा में विक्रम लाल साहू, आचार्य सुरेश कुमार, आचार्य धर्मराज, नारायण आर्य, खिलावन आर्य, प्रबंधक कौशल, त्रिलोकन और टिकेश्वर की प्रमुख भूमिका है।



सम्मेलन में डेढ़ सौ आर्य प्रतिनिधि लेंगे हिस्सा : इस आयोजन में छत्तीसगढ़ से लगभग डेढ़ सौ आर्य प्रतिनिधि इस सम्मेलन में भाग ले रहे हैं, जिनमें गुरुकुल कोसरगी के 64 विद्यार्थी भी हैं। स्टेशन पर प्रतिनिधियों को रवाना करने के दौरान छत्तीसगढ़ प्रांतीय आर्य प्रतिनिधि सभा के अर्जुन भूषण पुरंग, धर्माचार्य आचार्य अंकित शर्मा शास्त्री, आर्य समाज दुर्ग, आर्य समाज भिलाई और आर्य वीर दल के तुषार कुमार अपने 15 सदस्यों के साथ उपस्थित रहे।

वैश्विक स्तर पर होगा आयोजन

अंतरराष्ट्रीय आर्य महासम्मेलन का आयोजन नई दिल्ली के स्वर्ण जयंती पार्क, रोहिणी रोडवर-10 में 30 अक्टूबर से 2 नवंबर तक किया जा रहा है, जिसमें 40 से अधिक देशों के प्रतिनिधि भाग लेंगे। यह आयोजन वैश्विक स्तर पर वैदिक संस्कृति के प्रचार-प्रसार का ऐतिहासिक मंच सिद्ध होगा। उल्लेखनीय है कि 31 अक्टूबर को इस आयोजन में देश के प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी आर्य प्रतिनिधियों को संबोधित करेंगे।

सिटी इवेंट

रेलवे में जूनियर इंजीनियर के 2569 पदों पर रजिस्ट्रेशन 31 अक्टूबर से होंगे शुरू



भिलाई। रेलवे भर्ती बोर्ड की ओर से जूनियर इंजीनियर के कुल 2569 ऑफिशियल नोटिफिकेशन जारी कर दिया गया है। जो उम्मीदवार रेलवे में बतौर जूनियर इंजीनियर के पदों पर नौकरी करना चाहते हैं, वे जल्द ही इन पदों पर ऑनलाइन माध्यम से आवेदन कर सकेंगे। इन पदों पर आवेदन प्रक्रिया 31 अक्टूबर से शुरू हो जाएगी। साथ ही इन पदों पर आवेदन करने की अंतिम तिथि 30 नवंबर, 2025 निर्धारित की गई है। उम्मीदवार 2 दिसंबर 2025 तक ऑनलाइन फीस का भुगतान कर सकते हैं। इसके अलावा, उम्मीदवारों को फॉर्म में करेक्शन करने के लिए 3 दिसंबर से 12 दिसंबर तक का समय दिया जाएगा।

इस तरह होगा चयन

उम्मीदवारों का चयन स्टेज-1, स्टेज-2, दस्तावेज सत्यापन और मेडिकल परीक्षा के आधार पर किया जाएगा। स्टेज-1 की परीक्षा में उम्मीदवारों से गणित, सामान्य बुद्धिमत्ता और तर्क, सामान्य जागरूकता और सामान्य विज्ञान विषय से 100 अंकों के 100 बहुविकल्पीय प्रकार के प्रश्न पूछे जाएंगे। यह परीक्षा कुल 90 मिनट के लिए आयोजित कराई जाएगी, जिसमें प्रत्येक गलत उत्तर के लिए एक-तिहाई अंक का नकारात्मक अंकन किया जाएगा। साथ ही इस परीक्षा में चयनित उम्मीदवारों के लिए स्टेज-2 परीक्षा का आयोजन किया जाएगा। स्टेज-2 परीक्षा में उम्मीदवारों से 150 बहुविकल्पीय प्रकार के प्रश्न पूछे जाएंगे।

इस पद में इतनी मिलेगी सैलरी

इन पदों पर चयनित उम्मीदवारों को प्रतिमाह 35,400 रुपये प्रदान किए जाएंगे। जूनियर इंजीनियर के पदों पर आवेदन करने के लिए उम्मीदवारों की न्यूनतम आयु 18 वर्ष और अधिकतम आयु 33 वर्ष निर्धारित की गई है। हालांकि उम्मीदवारों को आयु-सीमा में छूट भी प्रदान की जाएगी। एससी एवं एसटी उम्मीदवारों को आयु-सीमा में 5 वर्ष की छूट, ओबीसी उम्मीदवारों को 3 वर्ष की छूट और दिव्यांग उम्मीदवारों को 10 वर्ष की छूट प्रदान की जाएगी। इन पदों पर आवेदन करने के लिए एप्लीकेशन फीस कैटेगरी वाइज निर्धारित की गई है। सामान्य, ईडब्ल्यूएस और ओबीसी उम्मीदवारों के लिए एप्लीकेशन फीस 500 रुपये, जबकि एससी एवं एसटी, महिला और दिव्यांग उम्मीदवारों के लिए एप्लीकेशन फीस 250 रुपये निर्धारित की गई है।

सिटी इवेंट

सरदार वल्लभ भाई पटेल की 150वीं जयंती पर कल होगा यूनिटी मार्च



भिलाई। जिला खेल एवं युवा कल्याण विभाग द्वारा 31 अक्टूबर को सरदार वल्लभ भाई पटेल की 150वीं जयंती के अवसर पर यूनिटी मार्च पद यात्रा के रूप में मनाया जा रहा है। छत्तीसगढ़ शासन के निर्देशानुसार जिला मुख्यालय दुर्ग में शुक्रवार को सुबह 8 बजे यूनिटी मार्च कार्यक्रम आयोजित किये जाएंगे। कार्यक्रम सरदार वल्लभ भाई पटेल चौक दुर्ग में सांसद, विधायक, अध्यक्ष जिला पंचायत और महापौर, जिला प्रशासन, सरदार वल्लभ भाई पटेल के छायाचित्र पर मल्यार्पण करेंगे। जिसके बाद यूनिटी मार्च सरदार वल्लभभाई पटेल चौक से प्रारंभ होगी जो गांधी चौक से होते हुए उर्दई ऑटो स्टैण्ड, गौरव पथ, सुराना कॉलेज, शीतला मार्केट से जेल तिराहा होते हुए विवेकानंद सभागार में यात्रा का समापन होगा। जहां अतिथियों का उद्बोधन कार्यक्रम आयोजित किया जाएगा। जिसमें जनप्रतिनिधि, जिला प्रशासन, विद्यालय और महाविद्यालय के विद्यार्थी, अध्यापक, खिलाड़ी, एनसीसी कैडेट, स्काउट गाइड, सभी शासकीय, अशासकीय अधिकारी और कर्मचारी भाग लेंगे। कल आयोजित होने वाले इस यूनिटी मार्च में सभी आयु वर्ग शामिल हो सकते हैं।

धर्म लाइव

जगतधात्री पूजा आज



भिलाई। जगतधात्री पूजा 30 अक्टूबर को रबीन्द्र निकेतन कालीबाड़ी हुडको भिलाई में आयोजित है। पुजारी नितार् चंद चक्रवर्ती ने बताया कि सुबह 7 बजे पूजा प्रारंभ होगी। सुबह 9.30 बजे पुष्पांजलि, भोग 11 बजे, हवन यज्ञ 1.30 बजे तथा दोपहर 2 बजे भक्तों को भोग वितरण किया जाएगा। उल्लेखनीय है कि जगतधात्री पूजा बंगाली समाज का एक प्रमुख हिंदू त्योहार है, जो मां दुर्गा के ही एक रूप है, जगतधात्री को समर्पित है। बता दें कि भिलाई के हुडको कालीबाड़ी, सेक्टर-6 कालीबाड़ी, हाऊसिंग बोर्ड कालीबाड़ी में जगतधात्री पूजा मनाई जाएगी।

धर्म-संस्कृति & शिक्षा

● साइंस कॉलेज में हुआ कॉन्क्लेव, मुख्य वन संरक्षक अमिताभ बाजपेयी ने दी भूविज्ञान की जानकारी

स्टूडेंट्स ने जाना भूगर्भ के बारे में...निबंध, पेंटिंग, पेबल आर्ट के जरिए अपने हुनर को उकेरा, सांस्कृतिक कार्यक्रम भी हुए

दुर्ग। भूविज्ञान में रोजगार की अपार संभावनाएं हैं, केवल विद्यार्थियों को लगन एवं समर्पण की भावना से ईमानदारी पूर्वक अध्ययन करने की आवश्यकता है। ये उद्गार छत्तीसगढ़ शासन के वन विभाग के मुख्य वन संरक्षक अमिताभ बाजपेयी ने आज व्यक्त किये। बाजपेयी शासकीय विश्वनाथ यादव तामस्कर स्नातकोत्तर स्वशासी महाविद्यालय में भूगर्भशास्त्र विभाग द्वारा आयोजित जियो कान्क्लेव 2025 के समापन समारोह में बोल रहे थे। उन्होंने इस कार्यशाला के दौरान आयोजित स्पर्धाओं के विजेताओं को पुरस्कृत किया। विद्यार्थियों की क्षमता विकास पर रूसा 2.0 के अंतर्गत आयोजित जियो कान्क्लेव की सराहना करते हुए सीसीएफ अमिताभ बाजपेयी ने कहा कि इस प्रकार के कार्यक्रमों से विद्यार्थियों के आत्मविश्वास में वृद्धि होती है, जिसका सीधा लाभ प्रतियोगी परीक्षाओं एवं उनसे संबंधित साक्षात्कार में होता है। इससे पूर्व माता सरस्वती की पूजन एवं राज्य गीत के प्रस्तुतिकरण के साथ आरंभ हुये जियो कान्क्लेव में छत्तीसगढ़ के रायपुर, दुर्ग, राजनांदगांव, जगदलपुर आदि के विद्यार्थियों ने बड़ी संख्या में पंजीयन कराया था। प्राचार्य डॉ. अजय कुमार सिंह ने कहा कि राष्ट्रीय शिक्षा नीति 2020 में क्षमता विकास अर्थात् केपेसिटी बिल्डिंग को विशेष महत्व दिया गया है। इसी उद्देश्य को ध्यान में रखते हुए महाविद्यालय द्वारा छत्तीसगढ़ में पहली बार जियो कान्क्लेव का आयोजन किया गया।



भूगर्भ विज्ञान पर किया गया मंथन, स्टूडेंट्स ने जाना भूविज्ञान के बारे में

कार्यशाला में भूगर्भ विज्ञान पर मंथन किया गया। स्टूडेंट्स को भूविज्ञान से जुड़ी जानकारी दी गई। अतिथियों ने कहा कि इससे भूविज्ञान के विद्यार्थियों में रचनात्मक प्रतिस्पर्धा बढ़ेगी। विभागाध्यक्ष डॉ. एसडी देशमुख ने जियो कान्क्लेव के आयोजन के उद्देश्यों पर प्रकाश डाला। विभिन्न प्रतियोगिताओं के निर्णायक पंडित रविशंकर शुक्ल विश्वविद्यालय के सेवा निवृत्त प्राध्यापक डॉ. डीपी कुइति तथा एनआईटी रायपुर के डॉ. डीसी झारिया ने अपने संबोधन में विद्यार्थियों के टैलेंट की सराहना करते हुए आयोजन को सफल बताया। उद्घाटन सत्र का संचालन भूविज्ञान की स्नातकोत्तर छात्रा रुचि देशमुख तथा फा फाल्गुनी साहू ने किया।

स्टूडेंट्स ने मिले सुर मेरा तुम्हारी गाने में दी प्रस्तुति

भूगर्भशास्त्र के विद्यार्थियों द्वारा समाजिक समरस्ता पर आधारित प्रस्तुतिकरण मिले सुर मेरा तुम्हारा की सभी ने प्रशंसा की। इस आयोजन में महाविद्यालय के भूगर्भशास्त्र विभाग के अतिथि प्राध्यापक डॉ. इन्द्रजीत साकेत, डॉ. राहुल द्विवेदी तथा महाविद्यालय के प्राध्यापक डॉ. ज्योति धारकर, डॉ. के. पद्ममती, वंशपाल विनोद अहिरवार तथा शासकीय उच्चतर माध्यमिक विद्यालय, धनोरा की व्याख्याता डॉ. सरिता श्रीवास्तव का योगदान उल्लेखनीय रहा। इस अवसर पर शासकीय उच्चतर माध्यमिक विद्यालय, जुनवानो की प्राचार्य वर्षा ठाकुर द्वारा संहति देश एवं विदेश के विभिन्न हिस्सों के जल नमूने, मिट्टी के नमूने, रेत के नमूने तथा जीवाश्म एवं स्ट्रुन के विभिन्न प्रकारों की आकर्षक प्रदर्शनी लगायी गई।



पेबल आर्ट में रिया पहले और निशांत रहे दूसरे स्थान पर, अन्य ने जीते पुरस्कार

पेबल आर्ट प्रतियोगिता में एनआईटी रायपुर की प्रथम रिया, द्वितीय दिविवजय महाविद्यालय, राजनांदगांव के निशांत उमरे रहे। तीसरे स्थान पर साइंस कॉलेज की के झलक मिश्रा रहीं। मॉडल प्रतियोगिता में साइंस कॉलेज दुर्ग के अर्जुन सोनकर प्रथम एवं कुसुम पटेल को द्वितीय स्थान मिला। डिजिटल फोटोग्राफी में साइंस कॉलेज दुर्ग के अर्जुन सोनकर प्रथम, सौरभ पाण्डेय द्वितीय तथा अमिनाष साहू तृतीय रहे। समापन सत्र में महाविद्यालय के छात्र-छात्राओं द्वारा छत्तीसगढ़ की संस्कृति पर केन्द्रित रंगारंग कार्यक्रम प्रस्तुत किया गया। इनमें 12 मासी गीत, पंडवानी, सुआ नृत्य तथा डंडा नृत्य प्रस्तुत किया गया।



पीपीटी प्रजेन्टेशन में साइंस कॉलेज ने मारी बाजी

इस अवसर पर आयोजित प्रतियोगिताओं में पीपीटी प्रजेन्टेशन में साइंस कॉलेज की टीम विजेता रही। मोहन लाल पटेल ने इसे प्रजेन्ट किया। रविशंकर युनिवर्सिटी के हेमंत कुमार ने दूसरा और दिविवजय महाविद्यालय राजनांदगांव के सुरेन्द्र उमरे ने तीसरा स्थान प्राप्त किया। भूविज्ञान के प्राध्यापक डॉ. प्रशांत श्रीवास्तव ने बताया कि वि्वज प्रतियोगिता में रविशंकर युनिवर्सिटी प्रथम, एनआईटी रायपुर द्वितीय, साइंस कॉलेज दुर्ग और दिविवजय कॉलेज तीसरे स्थान पर रहे। इसी प्रकार पोस्टर प्रतियोगिता में साइंस कॉलेज दुर्ग की कामिनी देवांगन प्रथम, साइंस कॉलेज की युलाया द्वितीय तथा जयंती बाग ने तृतीय स्थान प्राप्त किया।

कार्तिक पूजन और भोजनम का आयोजन

विष्णु सहस्रनाम पाठ कर लगाया पारंपरिक व्यंजनों का भोग, हुई कार्तिक की पूजा

भिलाई। सनातन धर्म में कार्तिक माह विशेष महत्व रखता है। जिसमें पूरे कार्तिक महिने सुबह चार बजे उठकर नदी में स्नान करने की मान्यता है। जिसे दक्षिण भारतीय लोग भी पूरी आस्था और विश्वास के साथ मनाते हैं। इसी कड़ी में तेलगू समाज की महिला मंडली शांति नगर और वैशाली नगर के संयुक्त तत्वावधान में कार्तिक पूजन और भोजनम का आयोजन किया गया। इस दौरान विजया रेड्डी, रत्ना, लक्ष्मी, लावन्या, पद्मा, अनिता, माधवी सहित सामाजिक सदस्यों ने मिलकर विष्णु सहस्रनाम कर भजन और कीर्तन कर दीपदान किया। विजया रेड्डी ने बताया कि कार्तिक सोमवार का व्रत भगवान शिव को समर्पित है और यह उनके लिए अत्यधिक शुभ माना जाता है। यह व्रत पापों को दूर करने और आध्यात्मिक लाभ प्राप्त करने के लिए किया जाता है। तेलगू समुदायों में कार्तिक मास के दौरान भगवान विष्णु की पूजा भी की जाती है। तेलगू समाज के लोग कार्तिक सोमवार को भगवान शिव की पूजा करके उनका आशीर्वाद प्राप्त करते हैं। इस महिने में कई धार्मिक अनुष्ठान और पूजा-पाठ किए जाते हैं, जिनमें सोमवार का व्रत विशेष रूप से महत्वपूर्ण है। इसकी धार्मिक परंपराएं भी हैं। आंध्र प्रदेश में कार्तिक माह के



दौरान आंवले के पेड़ों की पूजा करने और भगवान विष्णु की आराधना करने जैसी कई पारंपरिक प्रथाएं हैं। माना जाता है कि यह व्रत करने से जातक अपने पापों से मुक्ति पा सकते हैं और आध्यात्मिक आनंद प्राप्त कर सकते हैं। तेलगू समाज में अन्य कार्तिक परंपराएं भी प्रचलित हैं। इस महिने की अमावस्या पर दिवाली और काली पूजा का पर्व मनाया जाता है, जिसमें भगवान विष्णु और मां लक्ष्मी की पूजा होती है। कार्तिक माह में वनभोजनम का भी आयोजन होता है, जिसमें लोग आंवले के पेड़ों की पूजा करते हैं और विष्णु पुराण तथा कार्तिक पुराण का पाठ करते हैं। इसी मान्यता का पालन करते हुए कार्तिक सोमवार का भोजनम का आयोजन शांति नगर और वैशाली नगर की महिला मंडलियों द्वाारा संयुक्त रूप से मनाया गया।

बुजुर्गों के दिवाली मिलन, जन्मोत्सव एवं सम्मान समारोह में डॉ. गोस्वामी ने रखे विचार

अल्जाइमर रोगी के इलाज में सही काउंसिलिंग परिवार का प्यार, अपनापन और सपोर्ट जरूरी

कार्नर न्यूज

भिलाई। हेलपेज इंडिया की राज्य इकाई एवं भिलाई वरिष्ठ नागरिक महासंघ के संयुक्त तत्वावधान में सियान सक्कन वैशाली नगर में अल्जाइमर रोग पर केंद्रित कार्यशाला का आयोजन किया गया। इस अवसर पर हेलपेज इंडिया के राज्य प्रमुख शुभांकर बिस्वास, मनोरोग विशेषज्ञ डॉ. निशा गोस्वामी, डॉ. महेशचंद्र शर्मा, भिलाई वरिष्ठ नागरिक महासंघ के अध्यक्ष धनश्याम कुमार देवांगन विशेष रूप से उपस्थित थे। द्वितीय सत्र में वरिष्ठ नागरिकों का दीवाली मिलन, विशिष्ट आर्थिक सहयोग कर्ताओं का सम्मान समारोह एवं सामूहिक जन्मोत्सव हर्षोल्लास से मनाया गया। जिसमें सुमधुर गीत संगीत के जरिए गायकों ने समां बांथा। छत्तीसगढ़ी लोक संस्कृति पर केंद्रित रोचक विचज में बुजुर्गों ने उत्साह पूर्वक भाग लिया और अपने ज्ञान को परखा।



अल्जाइमर प्रायः बुजुर्गों में होने वाला मस्तिष्क विकार है

प्रथम सत्र में मनोरोग विशेषज्ञ डॉ. निशा गोस्वामी ने बताया कि अल्जाइमर प्रायः बुजुर्गों में होने वाला मस्तिष्क विकार है, जो धीरे-धीरे याददाश्त, सोचने समझने और व्यवहार को प्रभावित करता है। यह डिमेंशिया का सबसे आम कारक है। इसके लक्षणों में हाल की घटनाओं को भूलना, क्षम की स्थिति और रोजमर्रा के कार्य करने में कठिनाई शामिल है। उन्होंने बताया कि इस रोग का कोई इलाज नहीं है लेकिन रोगी को मनोचिकित्सक की काउंसिलिंग, परिवार का सपोर्ट, अनापन एवं चार से उनका दिल पावर बढ़ाकर इसे नियंत्रित किया जा सकता है।



महेश चंद्र शर्मा ने कहा- ऐसी कार्यशालाओं का होना आवश्यक

डॉ. महेशचंद्र शर्मा ने इस मौके पर कहा कि भिलाई वरिष्ठ नागरिक महासंघ के द्वारा आयोजित पर बुजुर्गों में होने वाली बीमारियों के बारे में कार्यशाला का आयोजन कर लोगों में जागरूकता लाने का कार्य सराहनीय है। धनश्याम देवांगन ने बुजुर्गों को चिंता मुक्त होकर खुशहाल जिंदगी जीने प्रेरित किया। हेलपेज प्रमुख शुभांकर ने कहा कि बुजुर्गों के स्वास्थ्य संबंधी जागरूकता के लिए सभी वर्ग का सहयोग जरूरी है। कार्यशाला में उपस्थित बुजुर्गों ने अपने स्वास्थ्य की देखभाल संबंधी अनेक प्रश्न पूछे, जिसका समाधान विशेषज्ञ ने किया। कार्यक्रम में दिनेश कुमार गुप्ता, धानेश्वर निर्मलकर, दिनेश प्रसाद मिश्रा, शिवप्रसाद साहू, माखनलाल टंडन, ओमप्रकाश साहू, छतरराम साहू, लालबहादुर चंद, छाया विश्वकर्मा सहित अन्य मौजूद थे।

सिटी स्पोर्ट्स

एशियन यूथ गेम्स बहरीन से लौटे युवराज का शानदार स्वागत



रायपुर। बहरीन (यूएई) में ओलंपिक कॉउंसिल ऑफ एशिया की ओर से 22 से 27 अक्टूबर तक एशियन यूथ गेम्स का आयोजन किया गया। जिसमें छत्तीसगढ़ के युवराज सिंह राजपूत म्यूथाई खेल में भारत का प्रतिनिधित्व कर गौरवशाली सातवें स्थान पर रहे। इस उपलब्धि के बाद स्वदेश लौटने पर युवराज और उनके पिता राजेन्द्र सिंह राजपूत का बुधवार को छत्तीसगढ़ म्यू थाई संघ, विवेकानंद मार्शल आर्ट्स एकेडमी और खेल प्रेमियों ने रायपुर रेल्वे स्टेशन पर शानदार स्वागत किया। राज्य म्यू थाई संघ के अध्यक्ष लखन कुमार साहू और महासचिव अनीस मेमन ने बताया कि इस अवसर पर राज्य म्यू थाई संघ के अध्यक्ष लखन कुमार साहू, महासचिव अनीस मेमन, अंतराष्ट्रीय म्यू थाई खिलाड़ी विशाल हियाल, शुभम निषाद, विवेकानंद मार्शल आर्ट्स एकेडमी के संचालक अंतरराष्ट्रीय खिलाड़ी अमन यादव (भाजपा खेल एवं कला प्रदेश प्रमुख), राष्ट्रीय खिलाड़ी एवं आदि शक्ति नारी उन्नयन संस्थान- रायपुर की अध्यक्ष अनू कँवर, राष्ट्रीय म्यू थाई खिलाड़ी जय कुमार, आर्यन पटेल, विद्या सोनी, आदित्य सोलंकी, ओंकार, समीर सोनवानी, आकाश कासू, महेन्द्र साहू सहित अनेक खिलाड़ी, खेल प्रेमी एवं खिलाड़ियों के परिजन आदि उपस्थित थे। रायपुर रेल्वे स्टेशन पर ढोल नगाड़ों के साथ का फूलमालाओं तथा परंपरागत रूप से पिता-पुत्र का स्वागत सम्मान किया गया। रायपुर रेल्वे स्टेशन में संयोग से उपस्थित डी एस पी रस्तम सारंग ने भी युवराज को बधाई दी। रेल्वे स्टेशन से युवराज सिंह के साथ म्यूथाई संघ के प्रतिनिधि मण्डल ने बाल संरक्षण आयोग की अध्यक्ष डॉ वर्णिका शर्मा, विधायक अनुज शर्मा और खेल संचालक तनुजा सलाम से मुलाकात कर युवराज की उपलब्धियों से अवगत कराया तथा जानकारी दी कि एशियन यूथ गेम्स में शामिल कुल 22 खेलों में एक म्यूथाई खेल भी शामिल था और छत्तीसगढ़ प्रदेश से एक मात्र खिलाड़ी के रूप में युवराज का खेल मंत्रालय भारत शासन और भारतीय ओलंपिक संघ के माध्यम से जाना राज्य की बहुत बड़ी खेल उपलब्धि है। बाल संरक्षण आयोग की अध्यक्ष डॉ वर्णिका शर्मा, विधायक पदमश्री श्री अनुज शर्मा और खेल संचालक तनुजा सलाम ने युवराज उनके पिता राजेन्द्र सिंह और छत्तीसगढ़ म्यूथाई संघ को हार्दिक बधाई दी। उल्लेखनीय है कि जगदलपुर (बस्तर) निवासी युवराज के प्रारंभिक कोच अब्दुल मोइम (सचिव, बस्तर म्यूथाई संघ) है जिनके और अपने पिता राजेन्द्र सिंह राजपूत के कुशल मांदादर्शन में युवराज ने म्यूथाई खेल की राष्ट्रीय, अंतरराष्ट्रीय अनेको उपलब्धियां हासिल की है। इसके पूर्व बहरीन से दिल्ली लौटने पर भारतीय म्यूथाई दल के खिलाड़ियों के प्रतिनिधि मण्डल ने यूनाइटेड म्यूथाई एसोसिएशन इंडिया के अध्यक्ष मनोज वर्मा और महासचिव श्रीराम चौधरी के नेतृत्व में केंद्रीय खेल मंत्री मनसुख मंडविया और सिने अभिनेता मनोज जोशी से सौजन्य भेंट की और भविष्य में म्यूथाई खेल-खिलाटाओं को हरसंभव सहयोग का आश्वासन तथा बधाई, शुभकामनाएं प्राप्त की थी जबकि बहरीन में भी भारतीय ओलंपिक संघ की अध्यक्ष पी टी उषा ने भी स्वयं म्यूथाई खिलाड़ियों से भेंट कर उनके प्रदर्शन को सराहा।

रैपिड शतरंज टूर्नामेंट में खिलाड़ियों ने दिखाई प्रतिभा



रायपुर। पिथौरा में आयोजित एच जी रायसोनी मेमोरियल वन डे रैपिड चेस टूर्नामेंट का समापन गरिमामय वातावरण में हुआ। प्रतियोगिता के मुख्य निर्णायक रॉकी देवांगन को हाल ही में विश्व शतरंज महासंघ द्वारा अंतर्राष्ट्रीय निर्णायक की उपाधि दिए जाने पर शाल,श्रीफल एवं मोमेंटो देकर जिला शतरंज संघ द्वारा सम्मानित किया गया। इस एक दिवसीय रैपिड शतरंज टूर्नामेंट में कुल 30000 की नगद राशि एवं ट्रॉफी विजेंता खिलाड़ियों को दी गई। स्पर्धा में पुरस्कृत खिलाड़ियों में ओपन वर्ग में पहला मनीष थदानी महासमुंद (9100 व ट्रॉफी) , दूसरा प्रियांशु पटले महासमुंद (7100 व ट्रॉफी) , तीसरा युग विजय साहू महासमुंद (5100 व ट्रॉफी) , चौथा अखिलेश कुमार कर बसना (3100 व मोमेंटो), पांचवा श्याम सुंदर दुबे पिथौरा (1100 व मोमेंटो) , छठवां रविन्द्र ग्वाल बसना (500) सातवां राजेश गिरी गोस्वामी सरायपाली (500) आठवां केशर भोई पिथौरा (500) नौवां विपिन कुमार साहू महासमुंद (500) दसवां कोमल ध्रुवेंशी बागवाहरा (500) शामिल हैं। इसी तरह से अन्य आकर्षक पुरस्कार के तहत बेस्ट फीमेल संजीता साहू पिथौरा (1000) यंगेस्ट प्लेयर मोक्ष शर्मा महासमुंद (500 व ट्रॉफी) शामिल हैं।

धूम्रपान से भी खतरनाक है ये गड़बड़ आदत, ज्यादातर युवा इसके शिकार, इससे समय से पहले मृत्यु का भी खतरा

लंबे समय तक बैठने की आदत साबित हो रही घातक, संभल जाएं

लाइफस्टाइल और आहार की गड़बड़ी कई प्रकार की स्वास्थ्य समस्याओं को बढ़ाने वाली मानी जाती है। अध्ययनकर्ताओं ने पाया कि मौजूदा समय में तेजी से बढ़ रही कई गंभीर और क्रोनिक बीमारियों के लिए ये एक प्रमुख कारक हो सकता है। स्वास्थ्य विशेषज्ञ कहते हैं, समय के साथ डायबिटीज, हृदय रोग और शरीर में इंसुलिन प्रतिरोध जैसे संबंधित समस्याओं का जोखिम युवा आबादी में अधिक देखा जा रहा है, ये बीमारियों न सिर्फ आपकी उम्र के कम करती हैं, साथ ही समय से पहले मृत्यु का कारण भी बन सकती हैं।

शोधकर्ता कहते हैं, धूम्रपान और शराब का सेवन सेहत के लिए गंभीर दुष्प्रभावों वाला माना जाता रहा है, पर लंबे समय तक बैठे रहने की आदत भी इसी तरह से सेहत के लिए खतरनाक है। ये शारीरिक निष्क्रियता को बढ़ाती है जिससे संपूर्ण स्वास्थ्य पर नकारात्मक असर हो सकता है।

आइए जानते हैं कि लंबे समय तक बैठने की आदत कितनी खतरनाक है और इससे किस प्रकार के स्वास्थ्य जोखिम हो सकते हैं?

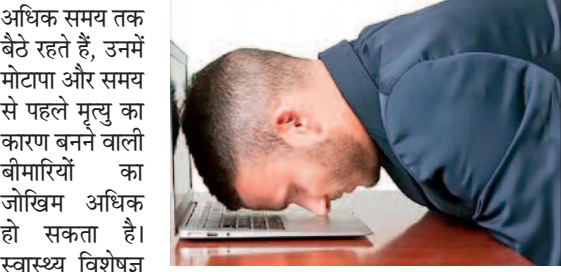
गतिहीन जीवनशैली और इसके गंभीर दुष्प्रभाव डॉक्टर कहते हैं, गतिहीन जीवनशैली आपकी सेहत के



सबसे बड़ा दुश्मन है और लंबे समय तक बैठे रहने से इसका जोखिम और भी अधिक हो सकता है। दिन के दौरान आप जितना अधिक बैठे रहते हैं, स्वस्थ जीवन के लिए ये उतना ही खतरनाक प्रवृत्ति है। गतिहीन जीवनशैली वाले लोगों में वजन बढ़ने, टाइप-2 डायबिटीज और हृदय रोग विकसित होने के साथ और अवसाद-चिंता की समस्या अधिक देखी जाती रही है। अगर आप दिन में 6-8 घंटे लगातार बैठे रहते हैं तो ये आपमें समय से पहले मृत्यु के खतरे को भी बढ़ाने वाली समस्या हो सकती है।

समय से पहले मौत का खतरा

ज्यादा देर तक बैठना या सेंडेंटरी लाइफस्टाइल, सेहत के लिए किस प्रकार से हानिकारक हो सकती है, इसको समझने के लिए शोधकर्ताओं ने बैठने के समय और गतिविधि के स्तर वाले 13 अध्ययनों का विश्लेषण किया। इसमें पाया गया कि जो लोग बिना किसी शारीरिक गतिविधि के दिन में आठ घंटे से अधिक समय तक बैठे रहते हैं, उनमें मोटापा और समय से पहले मृत्यु का कारण बनने वाली बीमारियों का जोखिम अधिक हो सकता है।



फटी-पुरानी लेगिंग्स को फेंके नहीं, इस तरह करें इस्तेमाल

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

लेगिंग्स से बनाएं लैपशेड्स

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

कैसे बनाएं लैपशेड

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

लेगिंग्स से बुना हुआ फ्लोर गैट बनाएं

आपने देखा होगा, आजकल कुछ चटाई वाले घर आकर आपके पुराने कपड़े मांगते हैं और फिर आपके लिए सुंदर से फ्लोर गैट



तैयार कर देते हैं। ये बुने हुए फ्लोर गैट काफी ट्रेंड में हैं और बैठने के लिए काफी अच्छे और मोटे होते हैं। आप लैगिंग्स से ये फ्लोर गैट आसानी से बना सकती हैं।

कैसे बनाएं बुना हुआ फ्लोर गैट

अगर आपके पास 2-3 अलग-अलग तरह की या प्रिंट वाली लेगिंग्स है, तो आपका काम आसानी से हो जाएगा। इसके अलावा आप कोई पुरानी साड़ी, कपड़ा, बच्चों की टी-शर्ट और कोई भी कपड़ा इसके साथ जोड़ सकती हैं। लेगिंग्स को फाड़कर लंबी स्ट्रिप्स में अलग-अलग कर लें। इसके बाद हर सिर्रे को दूसरे सिर्रे से बांधें, ताकि आप गुंथकर एक लंबी स्ट्रैंड तैयार कर सकें। ब्रैड्स को कॉइल की तरह लपेटती रहें और साथ ही उन्हें ग्लू से चिपकाती रहें। इसके बाद, आपने जहां भी ग्लू लगाया था उसे सिल लें। आपका एक सुंदर और मल्टीकलर वाला रग तैयार है।

कहते हैं, ज्यादा देर बैठने की आदत मौजूदा समय में तेजी से बढ़ने वाली कई बीमारियों के लिए भी प्रमुख कारक है।

डायबिटीज के हो सकते हैं शिकार

अध्ययनों से पता चला है कि लगातार लेटे रहने से भी



आपके शरीर में इंसुलिन प्रतिरोध बढ़ सकता है, इससे आपका रक्त शर्करा का स्तर बढ़ने का जोखिम रहता है। शोध में पाया गया कि जो लोग अधिक समय बैठकर बिताते हैं उनमें मधुमेह का खतरा 112 प्रतिशत अधिक होता है। स्वास्थ्य विशेषज्ञ कहते हैं, मधुमेह गंभीर स्वास्थ्य समस्या है जिसका जोखिम सभी उम्र के लोगों में बढ़ रहा है। मधुमेह की समस्या कई अन्य बीमारियों जैसे हृदय रोग और इंसुलिन प्रतिरोध के खतरे को भी बढ़ाने वाली हो सकती है।

हृदय रोगों का जोखिम कारक

हृदय रोग वैश्विक स्तर पर मृत्यु के प्रमुख कारकों में से एक हैं और अगर आप लंबे समय तक बैठे रहते हैं तो आपके हृदय रोगों के शिकार होने का खतरा काफी बढ़ जाता है। अध्ययन में पाया गया कि जो पुरुष सप्ताह में 23 घंटे से अधिक टेलीविजन देखते हैं या बैठे रहते हैं उनमें हृदय रोगों के विकसित होने और इससे मरने का जोखिम अन्य लोगों की तुलना में 64 प्रतिशत अधिक हो सकता है। ये दिल का दौरा या स्ट्रोक होने के खतरे को 147 प्रतिशत तक बढ़ाने वाली समस्या हो सकती है।

घर में अपना पर्सनल सामान रखते हुए अपनाएं वास्तु से जुड़े नियम

यूं तो हम सभी अपने घर में कई तरह की आइटम्स रखते हैं। जरूरत के सामान से लेकर डेकोरेटिव आइटम्स आदि कई चीजें रखी जाती हैं। आमतौर पर, घर में हर सदस्य का अपना कुछ पर्सनल सामान भी होता है, जिसे लोग अक्सर अपने कमरे में रखते हैं। पर्सनल आइटम्स से व्यक्ति की एनर्जी भी जुड़ी होती है, क्योंकि इन आइटम्स को सिर्फ हम ही इस्तेमाल करते हैं। इसलिए, अगर इन्हें गलत तरीके से रखा जाता है तो इससे व्यक्ति को नेगेटिविटी का अहसास होता है।

वास्तु में भी पर्सनल आइटम को रखने के लिए कुछ नियम बताए गए हैं, जिनका ध्यान रखा जाता है तो इससे आप अपने आसपास पॉजिटिविटी बनाए रख सकते हैं। तो चलिए आज इस लेख में वास्तुशास्त्री डॉ. आनंद भारद्वाज आपको बता रहे हैं कि आप अपनी पर्सनल आइटम को रखते समय किन बातों का ध्यान रखें- **यहां रखें बैग:** ऑफिस का पर्सनल बैग या ब्रीफकेस ऐसी चीज है, जिसे कभी भी हमेशा सिर्फ एक ही जगह पर नहीं रहना चाहिए। ऑफिस में आते-जाते यह बैग आपके साथ मूवमेंट करता है। इसलिए इसे सही दिशा में रखना चाहिए। बेहतर होगा कि आप इसे वायव्य कोण यानी उत्तर पश्चिम दिशा में रखना अच्छा माना जाता है। आप इसे अपने कमरे के वायव्य कोण या फिर पूरे घर के वायव्य कोण में रख सकते हैं।

इस तरह रखें सर्टिफिकेट: किसी भी व्यक्ति के सर्टिफिकेट जीवन में उसकी सफलता के बारे में बताते हैं। साथ ही साथ, आगे बढ़ने में भी मोटिवेट करते हैं। इसलिए, आप अपने पर्सनल सर्टिफिकेट, शीलड या ट्राफी को उत्तर दिशा के मध्य में रखें। जिससे इसमें हमेशा बरकत होती रहे और आप अपने जीवन में तरक्की करते रहें।

ऐसे रखें कोर्ट केस के पेपर: अगर आपके पर्सनल सामान में कोर्ट केस के पेपर भी रखे हैं तो यकीनन आप चाहेंगे कि वह कोर्ट केस जल्द से जल्द खत्म हो जाए और आपके पक्ष में ही फैसला आए।



अपना लक्ष्य प्राप्त करने विदुर नीति का ले सकते हैं सहारा

जीवन में इन कमियों के कारण नहीं मिलती है सफलता, निराशा छोड़ दिखाइए हौसला



महात्मा विदुर कहते हैं कि मनुष्य अपने काम व कर्म से भगवान का भरोसा जीतने में कामयाब रहता है। इसलिए जो अपने लिए काम करता है, भगवान भी उसी का साथ देते हैं।

भगवान पर विश्वास करना अच्छी बात है लेकिन उनके भरोसे पर काम छोड़ना बहुत गलत है।

आलस्य से रहें दूर

नीति के अनुसार, अगर आपके भीतर आलस्य है तो आप कभी भी अपना लक्ष्य प्राप्त नहीं कर सकते। आमतौर पर लोग अपना काम कल पर टाल देते हैं। ऐसे में मनुष्य इन सब आदतों का आदी हो जाता है और उसके नुकसान का पिटारा भर जाता है। इसलिए हमेशा आलस्य से दूर रहने की सलाह दी जाती है।



अधिक फल की चाह रखने वाला

हमेशा से ही हमें सिखाया जाता है कि, कर्म करो फल की चिंता मत करो। नीति शास्त्र कहते हैं कि जो लोग कम मेहनत करते हैं और फल की चाह अधिक रखते हैं, उन्हें कभी भी लक्ष्य की प्राप्ति नहीं होती है। मनुष्य को कभी भी फल की चाह नहीं रखनी चाहिए।



कार्तिक मास में गीता पाठ और अन्न दान का जानिए महत्व

इस साल कार्तिक माह 08 अक्टूबर से शुरू हुआ है और इसका समापन कार्तिक पूर्णिमा पर 05 नवंबर को होगा। कार्तिक माह तप और व्रत का माह है। इस माह में भगवान की भक्ति और पूजा अर्चना करने से मनुष्य की सारी इच्छाएं पूर्ण होती हैं। पुराणों के अनुसार इस मास में भगवान विष्णु नारायण रूप में जल में निवास करते हैं। इसलिए कार्तिक कृष्ण प्रतिपदा से लेकर कार्तिक पूर्णिमा तक नियमित सूर्योदय से पहले नदी या तालाब में स्नान से अक्षय पुण्य की प्राप्ति होती है। शास्त्रों के अनुसार जो मनुष्य कार्तिक मास में प्रतिदिन गीता का पाठ करता है उसे अनंत पुण्यों की प्राप्ति होती है। गीता के एक अध्याय का पाठ करने से मनुष्य घोर नरक से मुक्त हो जाते हैं। स्कंद पुराण के अनुसार इस महीने में अन्न दान करने से पापों का सर्वथा नाश हो जाता है। पुराणों के अनुसार इसी माह में कुमार कार्तिकेय ने तारकासुर का वध किया था। कुमार कार्तिकेय के पराक्रम को सम्मान देने के लिए ही इस माह का नाम कार्तिक रखा गया है।

पौराणिक कथा के अनुसार शंखासुर नामक असुर ब्रह्माजी से वेदों को चुराकर भाग रहा था। वेद उनके हाथों से



छूटकर समुद्र में प्रवेश कर गए। देवताओं की प्रार्थना से प्रसन्न होकर भगवान विष्णु ने कहा कि मैं मछली का रूप धारण करके अभी वेदों को लाता हूं। उसी समय भगवान ने कहा कि अबसे कार्तिक के महीने में सभी वेदों के साथ मैं स्वयं जल में रहूंगा। इस महीने में नियमित स्नान पूजन करने वाले पर कुबेर भी कृपा करेंगे। जो धर्मात्मा व्यक्ति इस महीने में मेरी पूजा करेगा उसे यमलोक और स्वर्गलोक नहीं सीधा बैकुंठ की प्राप्ति होगी और वह जन्म-मृत्यु के चक्र से मुक्त हो जाएगा।

कार्तिक मास के महात्म्य में बताया गया है कि एक गणिका थी। जवानी ढलने लगी तो उसे मृत्यु और उसके बाद की स्थिति का विचार परेशान करने लगा। एक दिन वह एक ऋषि के पास गई और अपनी मुक्ति का उपाय पूछा। ऋषि ने गणिका को कार्तिक स्नान का महात्म्य बताया। गणिका हर दिन सूर्योदय से पूर्व स्नान करके तट पर दीप जलाकर भगवान विष्णु और सूर्यदेव की पूजा करने लगी। इस पुण्य के प्रभाव से बिना कष्ट शरीर से उसके प्राण निकल गए और दिव्य विमान में बैठकर बैकुंठ चली गई।

कार्तिक मास की महिमा का वर्णन करते हुए एक कथा देवी रुक्मिणी की भी है। पद्म पुराण के अनुसार पूर्वजन्म में रुक्मिणी गंगा तट पर रहने वाली एक विधवा ब्राह्मणी थीं। वह नियमित रूप से गंगा स्नान करके तुलसी की पूजा किया करती थीं और भगवान विष्णु का ध्यान करती थीं। कार्तिक मास की ठंड में एक दिन स्नान करके पूजा करने के क्रम में इनकी आत्मा को शरीर से मुक्ति मिल गई। इनकी आत्मा के पास पुण्य की इतनी पूंजी थी कि उन्हें देवी लक्ष्मी के समान स्थान प्राप्त हो गया। इसी पुण्य के प्रभाव से वह भगवान श्रीकृष्ण की पटरानी बनीं।

कार्तिक महात्म्य का वर्णन करते हुए भगवान श्रीकृष्ण ने सत्यभामा को बताया था कि वह पूर्वजन्म में भगवान विष्णु की पूजा किया करती थीं। जीवन भर कार्तिक मास में सूर्योदय से पूर्व स्नान करके वह तुलसी को दीप दीखाती थीं। इस पुण्य से सत्यभामा श्रीकृष्ण की पत्नी हुईं। भगवान श्रीकृष्ण ने बताया कि कार्तिक का महीना सभी महीनों में मुझे अति प्रिय है। जो भी व्यक्ति इस महीने में अन्नदान, दीपदान करता है उस पर कुबेर महाराज भी कृपा करते हैं।



फिल्म इवेंट

हॉलीवुड

क्लूनी को बच्चों की परवरिश को लेकर सताता है 'डर', बताई फ्रांस की वजह

हॉलीवुड दिग्गज जॉर्ज क्लूनी ने खुलासा किया है कि उन्हें अपने बच्चों की हॉलीवुड में परवरिश करने को लेकर डर सताता है। हा लि या इंटरव्यू में एक्टर ने यह भी बताया कि क्यों उनका परिवार लॉस एंजेलिस छोड़ फ्रांस में बस गया है। हॉलीवुड सुपरस्टार और दो बार ऑस्कर अवॉर्ड जीत चुके जॉर्ज क्लूनी की दुनिया कायल है। 64 साल के इस दिग्गज एक्टर ने चार गोल्डन ग्लोब और एक बाफ्टा अवॉर्ड भी जीता है। साल 1978 में बतौर एक्टर अपने एक्टिंग करियर की शुरुआत करने वाले जॉर्ज को बीते 47 साल में हॉलीवुड ने शोहरत, पैसा सबकुछ दिया। लेकिन दिलचस्प है कि वह अपने बच्चों का सिनेमा की इस चकाचौंध भरी दुनिया से दूर फ्रांस में पालन-पोषण कर रहे हैं। जॉर्ज क्लूनी ने एक हालिया इंटरव्यू में ऐसा करने की खास वजह पर बात की है। यह भी बताया है कि यह फैसला अकेले उनका नहीं है, बल्कि पत्नी अमाल क्लूनी भी यही चाहती हैं। जॉर्ज और अमाल 8 साल के जुड़वा बच्चों एला और एक्लेक्जेंडर के माता-पिता हैं। हालिया इंटरव्यू में जॉर्ज ने लॉस एंजेलिस में हॉलीवुड की दुनिया को छोड़कर फ्रांस में बसने और वहीं हालिया इंटरव्यू में जॉर्ज ने लॉस एंजेलिस में हॉलीवुड की दुनिया को छोड़कर फ्रांस में बसने और वहीं बच्चों की परवरिश पर बात की है। एक्टर ने कहा, 'हम फ्रांस में हमारे फार्म में रहते हैं। मेरी जिंदगी का एक बड़ा हिस्सा ऐसे ही एक फार्म में बड़े होते हुए बीता है। जब बच्चा था तब फार्म से दूर भागना चाहता था। लेकिन अब मैं वापस वहीं लौटा हूँ।'

टॉलीवुड

दादासाहेब फाल्के बायोपिक से जूनियर एनटीआर ने किया किनारा, आएंगे प्रभास

जूनियर एनटीआर ने एसएस राजामौली के बेटे कार्तिक राजामौली की निर्देशन में बनने वाली हिंदी-तेलुगू बायोपिक 'दादा साहेब फाल्के' से किनारा कर लिया है। एक नई रिपोर्ट में इस बाबत दावा करते हुए कई कारण गिनाए गए हैं। समझा जा रहा है कि यह फिल्म प्रभास की झोली में गिरेगी। आरआरआर की बंपर सफलता के बाद जूनियर एनटीआर को दो बड़े झटके लगे। उनकी 'देवरा पार्ट 1' और 'नर 2' बॉक्स ऑफिस पर धूम नहीं मचा पाई। वह अब एक ओर जहां 'केजीएफ फ्रैंचाइजी' फेम डायरेक्टर प्रशांत नील के साथ फिल्म को लेकर चर्चा में हैं, वहीं बीते दिनों खबर आई थी कि RRR के बाद एसएस राजामौली और जूनियर एनटीआर की जोड़ी फिर साथ आएगी। बताया गया कि राजामौली ने भारतीय सिनेमा के पितामह दादासाहेब फाल्के पर बन रही हिंदी-तेलुगू बायोपिक में एक्टर को कास्ट किया है। लेकिन अब एक नई रिपोर्ट में कहा गया है कि जूनियर एनटीआर ने यह फिल्म छोड़ दी है। जी हां, खबर वाकई हैरान करने वाली है। दादासाहेब फाल्के की इस बायोपिक को एसएस राजामौली के बेटे कार्तिक राजामौली डायरेक्ट कर रहे हैं। 'बॉलीवुड हंगामा' की रिपोर्ट के मुताबिक, जूनियर एनटीआर ने कई कारणों से इस फिल्म को छोड़ने का फैसला किया है। हालांकि, सबसे बड़ी वजह यह है कि करियर के इस पड़ाव पर एक्टर किसी भी ऐसी असल जिंदगी की पर्सनैलिटी के किरदार को पढ़ें पर नहीं निभाना चाहते। खासकर, तब जब दादासाहेब जैसे दिग्गज का कद और ऐतिहासिक महत्व इतना बड़ा है। रिपोर्ट में जूनियर एनटीआर के फिल्म छोड़ने को लेकर दूसरे कारण भी गिनाए गए हैं। इनमें एक कारण यह भी है कि फिल्म को एसएस राजामौली नहीं, बल्कि उनके बेटे कार्तिक डायरेक्ट कर रहे हैं।

भोजपुरी

ससुराल आई नई-नवेली बहू पर 'काला जादू', मायके से आए बक्सों से निकला कंकाल

रितेश उपाध्याय और मणि भट्टाचार्य की नई फिल्म 'काला सिंदूर' का खूब नाक ट्रेलर धूम मचा रहा है। यह फिल्म एक नई नवेली बहू की कहानी है, जिसके ससुराल आते ही उस पर काला जादू होता है। कहानी में मजेदार ट्विस्ट है, जो खतरनाक भी है और रोमांचक भी। भोजपुरी में हॉरर फिल्मों का अपना एक अलग क्रेज है। ये वो फिल्में हैं, जिन्हें देखते हुए रूह तो कांपती है, लेकिन रोमांच भी आता है। भोजवुड के सुपरस्टार रितेश उपाध्याय और मणि भट्टाचार्य की एक ऐसी ही हॉरर-थ्रिलर फिल्म आ रही है 'काला सिंदूर', जिसका ट्रेलर धूम मचा रहा है। ट्रेलर अपने शुरुआत से ही आपको बांध लेती है। जहां शादी कर ससुराल पहुंची नई नवेली बहू के साथ घर में कदम रखते ही अनहोनी होने लगती है। शादी में मिले उपहार से राख और कंकाल निकलने लगते हैं। आंगन के ऊपर आसमान में अचानक काले कौए उड़ते दिखते हैं और फिर वो मरकर नीचे गिर जाते हैं। मायके से आए बक्सों में राख और कंकाल देखकर ससुराल वालों की हालत खराब हो जाती है। करीब चार मिनट का यह ट्रेलर ऐसा है, जिस पर से आप एक पल के लिए नजर नहीं हटाना चाहेंगे। जाहिर तौर पर यह सब इतना रोमांचित करने वाला है कि आपको डर का एहसास भी होगा और यह अबूझ पहली भी कि आखिर ऐसा हो क्यों रहा है। हालांकि, ट्रेलर में अगले ही पल इसका खुलासा भी होता है।

रिबन की रौनक

बोरा अक्सू, कोच, प्रादा और रिचर्ड विपन ने हाल ही में रिबन का फैशन आम चलन में लाने न्यूयार्क फैशन शो में छोटी सी पहल की। यहां 'बो' का इस्तेमाल टाई, क्लोज़र और बड़े-छोटे कपड़ों के हिस्से के रूप में किया जाता था। वहीं रिबन एक बेहतरीन गर्लिश डिजाइन है जिसे आप किसी भी परिधान में जोड़ सकते हैं। आप बॉक्सी आकार में धनुष लगा सकते हैं और फिर भी प्यारा और आरामदायक महसूस कर सकते हैं।



लाइफ़ स्टाइल

चावल के आटे से दमकेगी आपकी स्किन

अगर आप चाहती हैं कि त्वीहारों और विवाह समारोहों में आपकी स्किन नेचुरली ग्लो करे तो ऐसे में आप चावल के आटे की मदद से स्क्रब बनाकर उसे अप्लाई कर सकती हैं। ओट्स को एक बेहतरीन एक्सफोलिएटिंग एजेंट के रूप में जाना जाता है, इसलिए आप चावल के आटे के साथ ओट्स को मिक्स करके एक बेहतरीन स्क्रब तैयार कर सकती हैं। सबसे पहले चावल का आटा, ओट्स, दूध और शहद को मिक्स करें। अब आप इसे अपने फेस पर लगाएं और बेहद हल्के हाथों से सर्कुलर मोशन में स्क्रब करें। अब आप 10 मिनट तक इसे ऐसे ही छोड़ दें। अंत में, स्किन को वांश करें और फिर उसे मॉइश्चराइज करना ना भूलें। चावल के आटे और गुलाब जल से एक ऐसा फेस स्क्रब बनाया जा सकता है, जो ना केवल डेड स्किन को हटाता है, बल्कि इससे आपकी स्किन को सूटिंग अहसास भी होता है। अगर आपको अपनी स्किन थकी हुई महसूस हो रही है तो यह फेस स्क्रब आपके लिए काफी अच्छा रहेगा। सबसे पहले एक बाउल में चावल का आटा और गुलाब जल डालकर मिक्स करें। अब आप इस मिश्रण को अपनी स्किन पर लगाएं और हल्के हाथों से एक्सफोलिएट करें। अब आप दस मिनट के लिए इसे स्किन पर ऐसे ही छोड़ दें। अंत में, आप पानी की मदद से स्किन को क्लीन करें व उसे मॉइश्चराइज करें। त्वचा के लिए चावल के आटे के फायदे

एक्सफोलिएशन

चावल का आटा त्वचा की मृत कोशिकाओं को हटाता है, जिससे त्वचा मुलायम और चमकदार बनती है।



निखार और रंगत में सुधार

इसमें मौजूद एंटीऑक्सीडेंट और प्राकृतिक ब्लीचिंग गुण त्वचा की रंगत को एक समान करने और दाग-धब्बों को हल्का करने में मदद करते हैं।

अतिरिक्त तेल को कम करना:

यह त्वचा के अतिरिक्त तेल को सोखता है, जिससे तैलीय त्वचा के लिए यह फायदेमंद है और मुंहासों को कम करने में भी मदद करता है।

रोमछिद्रों को कसना:

चावल के आटे में एस्ट्रिजेंट गुण होते हैं जो रोमछिद्रों को छोटा करने और कसने में मदद करते हैं।

हल्दी की मदद से बनाएं हेयर पैक, मजबूत होंगे आपके बाल

अगर आप अपने बालों को नेचुरल तरीके से मजबूत बनाना चाहती हैं तो ऐसे में आप हल्दी की मदद से हेयर पैक बनाकर उसे अप्लाई कर सकती हैं। अगर हल्दी के हेयर पैक का इस्तेमाल किया जाता है तो इससे बालों में एक शाइन आती है। साथ ही साथ, रूसी व हेयर लॉस की समस्या भी दूर होती है। अगर आप अपने बालों को मजबूत और शाइनी बनाना चाहती हैं तो ऐसे में हल्दी और केले की मदद से हेयर पैक तैयार किया जा सकता है। सबसे पहले एक कंटे की मदद से केले से अच्छी तरह से मैश कर लें। अब इसमें हल्दी, शहद, तेल औ एलोवेरा जेल को डालकर अच्छी तरह मिक्स करें। अब आप तैयार मास्क को सेक्शन करते हुए अपने बालों में लगाती जाएं। इसे करीबन 30-45 मिनट के लिए छोड़ दें। अंत में, एक जेंटल शैम्पू की मदद से बालों को वांश करें।हल्दी और शहद से बनाएं हेयर पैक यह हेयर पैक ना केवल बालों को मजबूती देता है, बल्कि उसे अतिरिक्त पोषण भी प्रदान करता है। रूखे बालों के लिए यह हेयर पैक काफी अच्छा है। सबसे पहले दो अलग-अलग



कटोरियों में अंडा व केला अच्छी तरह मैश कर लें। अब इन दोनों को आपस में मिक्स करें। साथ ही इसमें हल्दी व शहद भी डालें। तैयार मास्क को बालों में लगाकर आधे घंटे के लिए छोड़ दें। फिर बालों को शैम्पू करें।अगर आपकी स्केल्प सेसेटिव है तो ऐसे में आप हल्दी और दही की मदद से हेयर पैक बना सकती हैं।

कार्न न्यूज

‘पुरुषों को बाल छोटे रखने चाहिए’ अक्सर यही सुनने को मिलता है और लंबे बाल वाले पुरुषों को इसके चलते दिक्कत भी खूब होती है। लेकिन इसके बाद भी बड़े बाल रखने वाले कई पुरुष हैं। ये वो पुरुष हैं जो लंबे बाल तो रखते ही हैं बन भी बनाते हैं। लेकिन बन सारे पुरुषों पर अच्छा ही लगे ये जरूरी तो नहीं। मगर कुछ खास टिप्स के साथ बन पुरुषों पर अच्छा लगता ही है। ये टिप्स मैन बन को आपके लुक में ऐसा शामिल कराएंगे कि आप इन्हें आसानी से स्टाइल करेंगे और लोगों की तारीफ भी सुनेंगे।

‘मैन बन’ बनाने के आसान टिप्स

‘मैन बन’ यानी पुरुषों के लंबे बालों पर सजा बना। अगर ये स्टाइल रखने से आप अभी तक पीछे हट रहे थे तो अब आप इन स्टाइल को खास टिप्स के साथ आजमा सकते हैं-

कैसे-कैसे ‘मैन बन’

बालों का जुड़ा स्टाइल ही ‘मैन बन’ है लेकिन ये भी कई तरीके के होते हैं जैसे जब बन सिर पर बहुत ऊंचाई



कुछ खास टिप्स अपना कर बन सकते हैं स्टाइलिश

मेंस फैशन में लंबे बालों को सहेजने‘मैन बन’अपनाईए, स्टाइलिश दिखने के साथ बढ़ जाएगी चेहरे की रौनक

पर बनाया गया होता है तो उसे टॉपनॉट कहते हैं। लेकिन जब बन बेहद ढीला बंधा होता है तो उसे फुल बन कहते हैं। जब पुरुष मैन बन बनाने की कोशिश करते हैं तो उन्हें सिर्फ योंही बाल पकड़ कर बन बनाने की जरूरत नहीं है बल्कि वे कई तरह के स्टाइल बना सकते हैं।

हाफ अप

जैसा कि नाम से ही पता चल रहा है। इसमें सिर्फ आधे बालों से ही बन बनाया जाता है। ये उन पुरुषों के लिए सही है जिनके बाल सच में लंबे हैं। मतलब बाल पुरुषों के कंधों से भी नीचे हैं तब ही हाफ अप बन अच्छा लगता है।

लो बन

ये बन सिर में पीछे की ओर बनाया जाता है। इसमें बन सिर के क्राउन पर नहीं बनता है। नाम के मुताबिक इसे बिलकुल सिर के पीछे नीचे की ओर बनाया जाता है।

फेड के साथ मैन बन

ये एक ऐसा बन है जिसके लिए आपको अक्सर सेलून जाना होगा। इसमें सिर में ऊपर के बाल का बन बनाया जाता है। सिर्फ में नीचे के सारे बाल चोट कर दिए जाते हैं। ये बड़े

पहनना है कुर्ता तो इनसे लीजिए स्टाइलिश टिप्स



लड़कियां तो त्योहार-शादियों के लिए एथनिक वियर आसानी से पसंद कर लेती हैं, दिक्कत आती है लड़कों के सामने। उन्हें समझ नहीं आता कि वो कैसे कपड़े पहनें। ऐसे में आपके लिए भारतीय पेशेवर मॉडल या क्रिकेटर्स के कुछ ऐसे लुक्स, जिससे आप टिप्स ले सकते हैं।

रोहित शर्मा

क्रिकेट टीम के कप्तान के एथनिक लुक्स बेहद स्टाइलिश हैं। ऐसे में आप उनसे टिप्स ले सकते हैं। व्हाइट पायजामे के साथ उनका ये हरा कुर्ता लुक बेहद शानदार है।

विराट कोहली

टीम इंडिया के सबसे स्टाइलिश और क्लासी खिलाड़ी विराट कोहली के पास कुर्ता का काफी शानदार कलेक्शन है। ऐसे में आप उनसे टिप्स ले सकते हैं। उनके लुक्स से टिप्स लेकर तो आप कमाल ही लगेंगे।

रविंद्र जडेजा

रविंद्र जडेजा किसी पहचान के मोहताज नहीं हैं। आप अगर इनके लुक्स से टिप्स लेना चाहते हैं तो कुर्ता पायजामे के साथ हॉफ जैकेट जरूर पहनें।

केएल राहुल

अपनी धमाकेदार बल्लेबाजी से टीम को कई मैच जिताने वाले केएल राहुल स्टाइल के मामले में भी सबसे आगे हैं। दिवाली के हिसाब से उनका ये चिकनकारी कुर्ता काफी बेहतर विकल्प है।

ईशान किशन

टीम इंडिया के सबसे शरारती खिलाड़ी कहे जाने वाले ईशान किशन का कुर्ता लुक बेहद धमाकेदार होता है। आप उन्हीं की तरह ऐसे स्टाइलिश लुक कैरी कर सकते हैं। इस तरह का लुक कैरी करने के बाद आप सबसे स्माट लगेंगे।



मेहंदी फंक्शन में पहनने के लिए

मेहंदी फंक्शन में ज्यादातर ब्राइट कलर को पहना जाता है और इस खूबसूरत डिजाइनर लहंगा स्कर्ट आउटफिट को डिजाइनर ब्रांड द्वारा डिजाइन किया गया है। इस तरह का लहंगा आपको मार्केट में लगभग 1500 रुपये से लेकर 2000 रुपये में असानी से मिल जाएगा।

शादी के दिन के लिए

फ्लोरल डिजाइन को एवरग्रीन पसंद किया जाता है। इस खूबसूरत डिजाइन के ऑफ व्हाइट कलर के लहंगे को डिजाइनर महिमा महाजन द्वारा डिजाइन किया गया है। इस तरह का लहंगा आपको मार्केट में लगभग 2000 रुपये से लेकर 3500 रुपये में आसानी से मिल जाएगा। इस तरह के लुक के साथ आप ग्रीन कलर की ज्वेलरी को स्टाइल कर सकती हैं।



कुछ खास टिप्स अपना कर बन सकते हैं स्टाइलिश

मेंस फैशन में लंबे बालों को सहेजने‘मैन बन’अपनाईए, स्टाइलिश दिखने के साथ बढ़ जाएगी चेहरे की रौनक

बालों से बिलकुल अलग हो जाते हैं।

बन एंड बियर्ड

याद रखिए ये वो स्टाइल है जिसमें हर तरह के बाल चल जाते हैं, जैसे स्ट्रेट या कर्ली। इस लुक में सिर पर बन होता है तो बियर्ड भी ठीक से बढ़ाई गई होती है।

किस पर सूट करेगा ‘मैन बन’

जैसे सभी हेयर स्टाइल चेहरे के आकार के हिसाब से सूट करते हैं, ठीक वैसे ही ‘मैन बन’ भी हर चेहरे पर सूट नहीं करता है। जैसे टॉप नॉट उन पुरुषों पर अच्छा लगता है जिनका बोन स्ट्रक्चर बहुत डिफाइन नहीं होता है। क्योंकि इसके साथ चेहरा लंबा नजर आ सकता है। इसके साथ चेहरा पतला भी नजर आता है। टॉपनॉट को अगर दाढ़ी के साथ मैच किया जाए तो ये काफी मेस्क्युलिन स्टाइल बन जाता है।

