

न्यू

ओम ज्वेलर्स

शुद्ध सोने एवं चांदी के जेवरों के विक्रेता

टोटल हालमार्क ज्वेलरी उपलब्ध

जवाहर मार्केट, मेन सर्विस रोड, पावर हाऊस, भिलाई

SUNDAY OPEN

धुम खरीदी के लिए ओम ज्वेलर्स परिवार में आपका स्वागत है

मिनीमम एमाउंट में बुकिंग करें

जितना सोना उतना चांदी फ्री

संबंधित प्रतिष्ठान : ओम ज्वेलर्स

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



खबर संक्षेप
शराब का परिवहन करने वाला गिरफ्तार
भिलाई। अवैध रूप से शराब का परिवहन करने वाले युवक को पुलिस ने गिरफ्तार किया है। भिलाई तीन पुलिस ने बताया कि युवक का नाम कैम्प 1 जलेबी चौक निवासी निहाल सिंग राणा है। मुखबिंक को सूचना पर उमदा रोड पुलिसा के पास अवैध शराब का परिवहन कर रहा था। उसके पास से 30 पौवा अंग्रेजी गोवा स्पेशल कुल 5400 एमएल शराब बरामद हुआ है।

अवैध शराब के साथ आरोपी गिरफ्तार

भिलाई। अवैध शराब का कारोबार करने वाले को पुलिस ने गिरफ्तार किया है। पुलिस ने बताया कि मुखबिर की सूचना पर डिपरापारा दुर्गा मंच दुर्ग के पास से पकड़ा गया। व्यक्ति का नाम अशोक राजपूत है। उसके पास से पुलिस ने 39 पौवा देशी शराब कुल 7.020 बल्क लीटर कीमती 3900 रुपये का जब्त किया गया। आबकारी एक्ट के तहत कार्रवाई की गई है।

गांजा बेचकर बनाई गई 8 करोड़ की संपत्ति फ्रीज



भिलाई। गांजा का अवैध कारोबार कर संपत्ति अर्जित करने वाले ग्राम राजपुर धमधा दुर्ग निवासी मनोज साहू पर कार्रवाई की गई है। पुलिस ने बताया कि जांच में पाया गया कि मनोज साहू ने अवैध मादक पदार्थ के कारोबार से आय से ग्राम धमधा, राजपुर, परपोड़ी क्षेत्र में कुल 16.68 एकड़ कृषि भूमि अनुमानित कीमत 8 करोड़ अर्जित की गई है। उक्त संपत्ति को सेफ्टी की धारा के तहत प्राधिकारी, प्रशासक एमनडीपीएस राजस्व विभाग भारत सरकार मुंबई ने फ्रीज की कार्रवाई किया है। गौरतलब हो कि पुलिस की यह पहली कार्रवाई नहीं है इसके पूर्व भी महिला गांजा तस्कर के खिलाफ बड़ी कार्रवाई कर संपत्ति को फ्रीज किया गया था।

पांचवीं-आठवीं केंद्रीयकृत बोर्ड परीक्षा- दूसरे नंबर पर पाटन और अंतिम में धमधा ब्लॉक के विद्यार्थी दुर्ग ब्लॉक सबसे आगे, पांचवी में 96.7 और आठवीं में 95.39% विद्यार्थी उत्तीर्ण, फेल व गैरहाजिर विद्यार्थियों की होगी दोबारा परीक्षा

हरिभूमि न्यूज ►►मिलाई

पांचवीं-आठवीं केंद्रीयकृत बोर्ड परीक्षा में दुर्ग जिले का रिजल्ट पांचवी का 96.45 प्रतिशत और आठवीं का 90.64 आया है लेकिन तीनों ब्लॉक में दुर्ग ब्लॉक के विद्यार्थी सबसे ज्यादा सफल हुए हैं। दुर्ग ब्लॉक से पांचवीं के 96.7 प्रतिशत और आठवीं के 95.39 प्रतिशत विद्यार्थी उत्तीर्ण हुए हैं। दूसरे नंबर पर पाटन ब्लॉक का परिणाम रहा है। पाटन ब्लॉक से पांचवीं के 96.09 प्रतिशत और आठवीं के 90.47 प्रतिशत विद्यार्थी पास हुए। अंतिम पर धमधा ब्लॉक है। इस ब्लॉक का रिजल्ट पांचवी में 95 प्रतिशत और आठवीं में 91 प्रतिशत रहा। खास बात यह है कि इस रिजल्ट में निजी स्कूल के विद्यार्थी भी शामिल किए गए हैं। इसलिए कि छत्तीसगढ़ स्कूल शिक्षा विभाग ने केंद्रीयकृत बोर्ड परीक्षा में पहली बार निजी स्कूलों को भी शामिल किया गया है।



आगे यह-फेल व पूरक विद्यार्थियों की परीक्षा से पहले होगी उपचारात्मक पढ़ाई

छत्तीसगढ़ स्कूल शिक्षा विभाग ने केंद्रीयकृत बोर्ड परीक्षा में अनुत्तीर्ण और पूरक विद्यार्थियों को उत्तीर्ण लायक बनाने के लिए उपचारात्मक शिक्षा शुरू की है। इस शिक्षा के तहत ऐसे विद्यार्थियों को मई महीने में पढ़ाई करवाई जाएगी। स्कूलों में इन विद्यार्थियों के लिए विशेष क्लास लगाकर पढ़ाई करवानी है। दोबारा वार्षिक परीक्षा जून में आयोजित होने की संभावना है। इस हिसाब से तैयारी करवानी है।

दुर्ग जिले के तीनों ब्लॉक का यह रहा परफार्मेंस		
दुर्ग ब्लॉक के 23 हजार 14 विद्यार्थी उत्तीर्ण	पाटन ब्लॉक के 8 हजार 949 विद्यार्थी उत्तीर्ण	धमधा ब्लॉक के 8 हजार 797 विद्यार्थी उत्तीर्ण
जिले में दुर्ग ब्लॉक के पांचवीं और आठवीं की परीक्षा देने वाले सबसे अधिक 23 हजार 558 विद्यार्थी उत्तीर्ण हुए हैं। इस ब्लॉक में कुल 23 हजार 960 विद्यार्थियों ने परीक्षा दी थी। इसमें पांचवी कक्षा से 12 हजार 164 और आठवीं कक्षा के 11796 विद्यार्थी शामिल हुए थे। पांचवी में 11 हजार 762 और आठवीं में 11 हजार 252 विद्यार्थियों ने परीक्षा पास की है। यहां 946 विद्यार्थी फेल व पूरक आए हैं। जिसमें पांचवी के 402 और आठवीं के 544 विद्यार्थी शामिल हैं।	जिले में पाटन ब्लॉक के पांचवीं और आठवीं की परीक्षा देने वाले 8 हजार 949 विद्यार्थी उत्तीर्ण हुए हैं। इस ब्लॉक में कुल 9 हजार 562 विद्यार्थियों ने परीक्षा दी थी। इसमें पांचवी कक्षा से 4 हजार 784 और आठवीं कक्षा के 4 हजार 778 विद्यार्थी शामिल हुए थे। पांचवी में 4 हजार 626 और आठवीं में 4 हजार 323 विद्यार्थियों ने परीक्षा पास की है। यहां 158 विद्यार्थी फेल व पूरक आए हैं। जिसमें पांचवी के 29 और आठवीं के 129 विद्यार्थी शामिल हैं।	जिले में धमधा ब्लॉक के पांचवीं और आठवीं की परीक्षा देने वाले 8 हजार 797 विद्यार्थी उत्तीर्ण हुए हैं। इस ब्लॉक में कुल 9 हजार 420 विद्यार्थियों ने परीक्षा दी थी। इसमें पांचवी कक्षा से 4 हजार 832 और आठवीं कक्षा के 4 हजार 588 विद्यार्थी शामिल हुए थे। पांचवी में 4 हजार 603 और आठवीं में 4 हजार 832 विद्यार्थियों ने परीक्षा पास की है। यहां सबसे ज्यादा 624 विद्यार्थी फेल व पूरक आए हैं। जिसमें पांचवी के 229 और आठवीं के 394 विद्यार्थी शामिल हैं।

परिणाम सुनाया अंकसूची मिलेगी एक महीने बाद

आठवीं और पांचवी की परीक्षा परिणाम घोषित किए गए हैं लेकिन विद्यार्थियों को अंकसूची अभी नहीं मिलेगी। अंकसूची भी जिला शिक्षा विभाग ने तैयार करवा ली है लेकिन जुटिरहित अंक सूची वितरण करने के उद्देश्य को लेकर वितरण बाद में किया जाएगा। परिणाम घोषणा के बाद एक मई को सरकारी और निजी स्कूलों में विद्यार्थियों को परीक्षा परिणाम सुनाने का सिलसिला शुरू हो गया है। 12 मई को सर्वाधिक स्कूलों में नतीजे बता दिए जाएंगे। ब्लॉक शिक्षा अधिकारियों ने स्कूलों में फर्द मिजवा दिया है।



-अरविद कुमार मिश्रा, जिला शिक्षा अधिकारी

दोबारा लेंगे वार्षिक परीक्षा

जो भी विद्यार्थी केंद्रीयकृत बोर्ड परीक्षा में फेल या पूरक आए हैं। या फिर परीक्षा में बैठे ही नहीं, ऐसे विद्यार्थियों की दोबारा वार्षिक परीक्षा ली जाएगी। अभी परीक्षा का डेट नहीं आया है लेकिन संभवतः जून महीने में यह परीक्षा होगी। इसके पहले विशेष क्लास लेकर पढ़ाई करवाएंगे।

हेरोइन का कारोबार करने वाली युवती समेत पांच को किया गिरफ्तार

हरिभूमि न्यूज ►►मिलाई

हेरोइन का अवैध कारोबार करने वाले गिरोह के सदस्यों को पुलिस ने गिरफ्तार किया है। घटना का खुलासा करते हुए एएसपी सुखनंदन राठौर ने बताया कि

- भट्ठी पुलिस ने किया कार्रवाई, सेक्टर तीन के पास घेराबंदी कर पकड़ा

मुखबिर की सूचना पर शिव मंदिर सेक्टर-3 में घेराबंदी युवती समेत पांच को पकड़ा गया है। पूछताछ करने पर अपना नाम न्यू खुर्सीपार निवासी हरजिंदर सिंह, हाउसिंग बोर्ड जामुल मोन्टी अरोरा, राजनांदगांव सूरज कुमार लोहार, सेक्टर-4 भिलाई नवजोत सिंह, केम्प-1 ईशा कौर बताया है। पुलिस ने इनके पास से हेरोइन (चिट्टा) (हेरोइन) 21.18 किलोग्राम नगदी 65 हजार, मोबाइल पोन समेत एल्युमिनियम फॉइल, 10,20 रुपये के जले नोट, लाईटर जब्त किया गया है। सामानों की कीमत



3.84 लाख 400 रुपए आंकी गई है। सभी आरोपियों को न्यायिक हिरासत में भेजा गया है। गौरतलब हो कि जिले में लंबे समय से चिट्टा का अवैध कारोबार बेखोफ तरीके से चल रहा है। इनका कनेक्शन सीधे पंजाब के बड़े तस्करों के साथ होने की जानकारी मिल रही है। पुलिस ने आम नागरिकों से अपील करती है कि नशीले पदार्थों के अवैध कारोबार के खिलाफ जागरूक रहें। किसी भी प्रकार की सूचना तुरंत पुलिस को दें। यह कार्रवाई पुलिस की ऑपरेशन विश्वास के तहत हुई है। इस दौरान क्राइम डीएसपी वाईएम सिदार, सीएसपी सत्यप्रकाश तिवारी मौजूद थे।

पंजाब और पाकिस्तान से जुड़े हैं तार

मिली जानकारी के मुताबिक हेरोइन का बड़ा कारोबार भिलाई-दुर्ग में अरसे से जारी है। तस्करों के तार पंजाब और पाकिस्तान से जुड़े होने के जानकारी मिली। इसके अलावा यहां से निकलने वाले बड़े-बड़े ट्रकों के चालकों द्वारा छत्तीसगढ़ में हेरोइन की सप्लाई की जा रही है। साथ ही साथ टोलनाका पर चेकिंग के आड़ में खानापूर्ति किया जाना भी हेरोइन तस्करों में बढ़त का प्रमुख कारण है। छत्तीसगढ़ में हेरोइन तस्करों का सबसे बड़ा अड्डा रायपुर बना हुआ है। हाल ही में पुलिस ने पंजाब और पाकिस्तान के बड़े रेकेट का खुलासा किया है।

दिन का पारा 42 डिग्री और रात का 28 डिग्री 1.5 डिग्री गिरा पारा, शाम होते ही चली तेज हवा से मिली राहत, आज भी ऐसा ही रहेगा मौसम

हरिभूमि न्यूज ►►मिलाई

ट्विनसिटी का अधिकतम तापमान शुक्रवार को 1.5 डिग्री सेल्सियस नीचे रहा। गुरुवार की रात अचानक नम हवाएं चलने लगी और कई जगह हल्की बूंदा-बांदी भी हुई। जिसकी वजह से शुक्रवार का दिन हल्का राहत देने वाली रहा। अधिकतम तापमान में 1.5 डिग्री सेल्सियस गिरावट आई। गुरुवार को अधिकतम तापमान 43.6 डिग्री सेल्सियस था जो 42 डिग्री रहा। इस तरह तापमान में गिरावट आई और बंगाल की खाड़ी से नम हवाएं प्रदेश में आने की वजह से कई जगह हल्की बारिश भी हुई है। मौसम विभाग ने दुर्ग संभाग के लिए एनो एलर्ट जारी किया है।



इस तरह चल रहा है सिस्टम

मौसम विभाग के मुताबिक प्रदेश में अधिकतम तापमान में गिरावट का दौर जारी रहने की संभावना है। एक दक्षिण उड़ीसा से तेलंगाना, आंध्र प्रदेश और तमिलनाडु होते हुए मज्जार की खाड़ी तक समुद्र तल से 1.5 किलोमीटर ऊपर बनी हुई है। अधिकतम और न्यूनतम तापमान क्रमशः 42 और 28 डिग्री सेल्सियस आसपास रहने की संभावना है।

40 से 50 किलोमीटर प्रति घंटे रफ्तार से अंधड़

मौसम विभाग ने एनो एलर्ट में कहा है कि शनिवार को तेज आंधी चलेगी। 40 से 50 किलोमीटर प्रति घंटे रफ्तार से अंधड़ चलेगी। इस दौरान प्रदेश के कई स्थानों पर हल्की बारिश की संभावना है। एक दो स्थानों में गरज-चमक के साथ वज्रपात होने की भी संभावना है। दोपहर के बाद ऐसी स्थिति बन सकती है। सुबह और दोपहर तक तेज धूप रहेगी।

हरिभूमि फिल्मोत्सव

छत्तीसगढ़ में बनी बॉलीवुड हिन्दी की ऐतिहासिक फिल्म

3 मई, रविवार सुबह 9 से 11.30 निःशुल्क

रमाई

A film by KABEER DAA

नाम :

मोबाइल नंबर :

पता :

नोट : ■ एक व्यक्ति को एक ही टिकट मिलेगा।

■ टिकट मिलने का समय सुबह 10 बजे से शाम 5 बजे तक।

■ इस फारमेट को भरकर जमा करने पर निःशुल्क टिकट दिया जायेगा।

टिकट मिलने का स्थान

हरिभूमि कार्यालय, सुपेला, भिलाई

हरिभूमि

समाचार ही नहीं, विचार भी

सुनहरा मौका, सुनिश्चित उपहार 2026

प्रथम उपहार 1 कार



द्वितीय उपहार 3 नग बाईक



तृतीय उपहार 10 नग LED TV



चतुर्थ उपहार 5 नग फ्रीज



पांचवा उपहार 8 नग वाशिंग मशीन



छठवां उपहार 15 नग गैस चूल्हा



सातवां उपहार 25 नग सिलिंग फैन



आठवां उपहार 40 नग ट्राली बैग



नवां उपहार 500 नग हॉट पॉट



दसवां उपहार 600 नग लंच बाक्स



ग्यारहवां उपहार प्रत्येक प्रतिभागी को सांत्वना उपहार



नियम एवं शर्तें :- ♦ यह सुनहरा मौका, सुनिश्चित उपहार योजना 1 मई 2026 से 31 दिसम्बर 2026 की अवधि के लिए है। ♦ हरिभूमि के नये एवं पुराने पाठक इसमें भाग ले सकते हैं। ♦ महालक्ष्मी झा. में भाग लेने वाले हर प्रतिभागी को एक सुनिश्चित उपहार जीतने का अवसर होगा। ♦ इस योजना अवधि में हरिभूमि समाचार पत्र में कुल 50 कूपन (35 सामान्य कूपन एवं 15 मास्टर कूपन) प्रकाशित किये जाएंगे। ♦ योजना में भाग लेने के लिये पाठकों को हरिभूमि में प्रकाशित फार्मेट पर उपरोक्त अवधि के दौरान समाचार पत्र में प्रकाशित 50 कूपनों में से कुल 30 कूपन (20 सामान्य एवं 10 मास्टर कूपन) चिपकाने होंगे। ♦ फोटोकॉपी या कटे-फटे कूपन व फार्मेट मान्य नहीं होंगे। ♦ राज्य सरकार एवं केन्द्र सरकार के सभी नियम लागू होंगे। ♦ सुनहरा मौका सुनिश्चित उपहार योजना के विजेता को आयकर के नियम व शर्तें मान्य होगी। ♦ हरिभूमि निर्णायक मंडल का निर्णय अंतिम एवं सर्वमान्य होगा। ♦ किसी प्रकार के विवाद में न्यायालय क्षेत्र रायपुर (छ.ग.) होगा। ♦ चित्र में दर्शाए गए उपहार वास्तविक उपहार से भिन्न हो सकते हैं। ♦ हरिभूमि कर्मचारी, एजेंट व उनके परिवार के सदस्य इस योजना के पात्र नहीं हो सकते।

आज ही **हरिभूमि** की प्रति
बुकिंग कराये

हरिभूमि कार्यालय : पुजारी पार्क के सामने, पचपेढ़ी नाका रोड, टिकरापारा रायपुर
फोन : 0771-4242238, मो. 8224868411, 8319145740

महतारी वंदन में नाम काटने को लेकर महिलाओं में नाराजगी केवाईसी को लेकर महिलाएं हो रहीं परेशान, कांग्रेसियों ने किया विरोध

हरिभूमि न्यूज ►►मिलाई

केवाईसी के नाम पर महतारियों को जबरन परेशान करने को लेकर कांग्रेसियों ने प्रदर्शन किया है। ब्लॉक कांग्रेस कमेटी तीन अध्यक्ष सौरभ मिश्रा ने बताया कि प्रदेश में महतारी वंदन योजना के तहत अनिवार्य ई-केवाईसी प्रक्रिया को लेकर कांग्रेस पार्टी ने कड़ा विरोध दर्ज कराया है। इसे लेकर दुर्ग समेत कई जिलों में कांग्रेस ने इस मुद्दे को लेकर जमकर प्रदर्शन किया है। श्री मिश्रा ने आरोप लगाते हुए कहा कि महिलाओं को परेशान करने की यह साजिश है। सरकार पर आरोप लगाते हुए उन्होंने कहा कि ई-केवाईसी के नाम पर करीब 5 लाख पात्र महिलाओं के नाम योजना से काट रही है।



कांग्रेस नेताओं ने भिलाई में जन समस्याओं और महतारी वंदन केवाईसी में अव्यवस्था को लेकर प्रदर्शन किया। कांग्रेस के सौरभ मिश्रा ने आरोप लगाया है प्रतिमाह 606 करोड़ रुपये से अधिक की राशि देने के कारण सरकार की

वित्तीय स्थिति खराब हो गई है। इसलिए बहाने बनाकर योजना को बंद करने या लाभार्थियों की संख्या कम करने का प्रयास किया जा रहा है। इस दौरान विधायक प्रतिनिधि राजेंद्र परगनिया, पार्षद सुरेश वर्मा, हरीश सिंह, राजेश चौधरी, मंडल

अध्यक्ष लक्ष्मण सिंह, ब्लॉक उपाध्यक्ष खवाजा अहमद, प्रचार महामंत्री समेत आदि राव, इमरान खान, आकाश यादव, मिशांक मिश्रा, फतेह सिंह, विकास वर्मा, ए पुष्पावती, लक्ष्मी ठाकुर, न्यूब सिंह मौजूद थे।

धारदार हथियार लेकर डराने वाला गिरफ्तार



भिलाई। धारदार हथियार लेकर लोगों को डराने वाले युवक को पुलिस ने पकड़ा है। पुलिस ने बताया कि रा म न ग र मु ि क्त धा म तालाब के पास युवक राजीव नगर वार्ड 27 खुर्सीपार निवासी लोकेश यादव उर्फ बाली को पकड़ा गया है। उसके पास से पुलिस ने एक धारदार हथियार भी जब्त किया है। पुलिस ने नागरिकों से अपील करती है कि किसी भी प्रकार की संदिग्ध गतिविधि अथवा आपराधिक कृत्य की सूचना पुलिस को दें। इससे कानून व्यवस्था भंग करने वालों के खिलाफ कार्रवाई हो सके।

सफाई कर्मियों की छंटनी को लेकर सियासत एमआईसी मेंबर ने नेता प्रतिपक्ष पर बोला हमला

हरिभूमि न्यूज ►►मिलाई

सफाई व्यवस्था को लेकर भिलाई नगर निगम की सियासत गरमाई हुई है। सफाई को लेकर आ रहे विपक्ष के बयान के बाद अब शहर के स्वास्थ्य मंत्री एमआईसी लक्ष्मीपति राजू ने नेता प्रतिपक्ष व वरिष्ठ भाजपा पार्षद भोजराज भोजू पर हमला बोला है। उन्होंने उनके ऊपर गंभीर आरोप लगाते हुए कहा है कि निगम में 700-800 सफाई कर्मियों की छंटनी की साजिश रची जा रही है, जिससे शहर की व्यवस्था

चरमरा सकती है। नगर पालिक निगम भिलाई के खाद्य, लोक स्वास्थ्य एवं स्वच्छता विभाग के अध्यक्ष लक्ष्मीपति राजू ने भाजपा पार्षद भोजराज सिन्हा पर तीखा हमला बोला है। उन्होंने आरोप लगाया कि एक प्रस्ताव के जरिए शहर के सैकड़ों सफाई कर्मचारियों की छंटनी की तैयारी की जा रही है, जिसका सीधा असर भिलाई की सफाई व्यवस्था पर पड़ेगा। राजू ने कहा कि गोपनीय दस्तावेज भाजपा पार्षद तक कैसे पहुंच गया। निगम के फैसले बाहर तय हो रहे हैं।

गुड बुक में आना चाहते हैं नेता प्रतिपक्ष

लक्ष्मीपति राजू ने नेता प्रतिपक्ष भोजराज भोजू के ऊपर व्यंग कसते हुए कहा कि क्या आपकी राजनीति इतनी गिर गई है कि गरीबों के पेट में लात मारकर आयुक्त की गुड बुक में आना चाहते हैं। जिनका रोजगार जाहना उनके परिवारों की बटुआएं कैसे झेलेंगे अगर श्रमिक सड़कों पर उतरे तो उसकी जिम्मेदारी क्या वो लेंगे। उन्होंने यहां तक आरोप लगाया कि भोजराज अपनी ही पार्टी के पार्षदों का विश्वास खो चुके हैं, क्योंकि सदन के भीतर व्यक्त किए अपने कथनों पर सदन के बाहर कायम नहीं हैं।

जामुल में पटेल समाज का बनेगा सामुदायिक भवन

हरिभूमि न्यूज ►►मिलाई

नगर पालिका परिषद जामुल में अधोसंरचना मद के 10 लाख रुपये की लागत से भवन का निर्माण कराया जा रहा है। जिसका स्थल पूजन नपा अध्यक्ष के हाथों किया गया। नपा अध्यक्ष ईश्वर सिंह ठाकुर ने बताया कि जामुल नगर के पटेल समाज द्वारा सामुदायिक भवन का मांग किया था। जिसकी प्रशासकीय एवं वित्तीय स्वीकृति के बाद पटेल



समाज के लिए भवन बनाया जाएगा। नपा अध्यक्ष मां शाकम्भरी को प्रणाम करते हुए कहा कि सभी

सामाजिक गणों को आश्वस्त करता हूं कि हम सब मिलकर इस प्रकार से नगर उत्थान एवं सामाजिक कार्य

करते रहेंगे। स्थल पूजन का कार्यक्रम में पंडित राजेश्वर शर्मा संपन्न कराया। इस अवसर पर नपा उपाध्यक्ष सुनीता चन्नेवार, पार्षदगण रामप्यारी वर्मा, अश्वनी साहू, दीपक गुप्ता, सरोजनी चंद्राकर, बलराम पटेल, ललिता पटेल, राम दयाल पटेल, सुरेखा पटेल, भोला पटेल, मनोज पटेल, महेश पटेल, राजा पटेल, लक्ष्मी पटेल, सत्यदेव पटेल, खिलावन साहू, लेखराम साहू आदि मौजूद थे।

मिलाई तीन थाना क्षेत्र की घटना

परेशान युवक ने लगाई फांसी

हरिभूमि न्यूज ►►मिलाई

परेशान युवक ने अपने घर पर फांसी लगाकर आत्महत्या कर लिया। मामले में पुलिस ने मर्ग कायम कर जांच में लिया है। भिलाई तीन पुलिस ने बताया कि इंदिरा नगर जैन मंदिर भिलाई 3 निवासी दीपक निर्मलकर अपने मकान में फांसी लगाकर आत्महत्या कर ली है। सूचना पर मौके पर पहुंची पुलिस ने शव का पंचनामा कर पीएम के लिए भेज दिया है। मृतक प्राइवेट काम करता था। खबर है कि मृतक के पास से एक

सुसायडल नोट मिला हुआ है जिसमें युवक से परेशान होकर आत्महत्या करने की बात उल्लेख है। इसके अलावा यह भी बताया जा रहा है कि दीपक कर्ज से परेशान होने के कारण आत्महत्या जैसे घातक कदम उठाने की खबर है। इस पूरे मामले में पुलिस जांच कर रही है। जांच के बाद ही स्पष्ट हो पाएगा कि दीपक ने आत्महत्या क्यों किया है। वहीं दूसरी घटना ग्राम बटंग का है। जहां आम के पेड़ पर फंदा बनाकर योगेश्वर वर्मा नामक व्यक्ति ने आत्महत्या कर लिया।



■ मर्ग कायम कर जांच कर रही पुलिस

online Booking-www.tripuryatra.com

रस्तीपर मात्र 13,500/-

By Train-रिवरेशन कोव

1 जुलाई, 7 जुलाई, 15 जुलाई, 21 जुलाई, 04 अगस्त 2026 (11 दिन)

सुविधा ज्यादा सबसे कम राशि पर

अमरनाथ यात्रा

बाबा अमरनाथ, माता वैष्णव देवी, श्रीनगर

नोट:- अमरनाथ यात्रा का रजिस्ट्रेशन 15 अप्रैल 2026 से शुरू हो गया है। अतः जो भी श्रद्धालु यात्रा पर जाना चाहते हैं, वे समय पर अपना रजिस्ट्रेशन एवं आवश्यक मेडिकल सर्टिफिकेट बनवा लें।

राशि-रस्ती पर 13,500/-, 3 एसी 22,500/-, 2 एसी 25,500/- (+ 5% GST)

Since-2007

श्री त्रिपुर तीर्थ यात्रा सेवा समिति

संपर्क करें:- 7354-411411

SUN VALLEY ENGLISH MEDIUM SCHOOL

Congratulations KOHKA, MANGAL MARKET, PURANI BASTI, BHILAI

 MAHIMA 8th-90%	 HAMSHA PATIL 8th-85%	 VINAY SEN 8th-85%	 ALKA SINGH 5th-99%	 MOHAMMED SAAD 5th-98.50%
 ANKITA MAHATO 5th-97%	 SUMIT KUMAR 5th-96.50%	 ISHANT VERMA 5th-95.50%	 HARSHIT SINHA 5th-96%	 KHYATI MAHATO 5th-93.50%

धन्यवाद आपके विश्वास का...

सालगिरह हमारी, उत्सव आपका!

सुमीत ज्वेलर्स पेश कर रहे हैं **21st anniversary** पर 21 लाख से भी ज्यादा के इनाम

₹ 1,00,000 की ज्वेलरी खरीदी पर

scratch&win

offer*

हर खरीदारी पर निश्चित उपहार

 21 Gram Gold Coin	 Foreign Tour Worth ₹ 1,51,000	 EV Bike Worth ₹ 1 Lakh	 I-phone Worth ₹ 81,000	 Upto 100% Off on Making Charges
---	---	--	--	---

एवं अन्य ढेरों उपहार!

मेकिंग चार्ज **4.99%** से प्रारंभ



SUMEET JEWELLERS

सुमीत जंक्शन, पुलगांव चौक, दुर्ग

रायपुर | राजिम | राजनांदगांव | कोरबा

Sunday Open

*नियम व शर्तें लागू

लाइव इवेंट

आज के प्रतिस्पर्धात्मक युग में विद्यार्थियों के लिए मानसिक व शारीरिक संतुलन बनाए रखना जरूरी



भिलाई। स्वामी श्री स्वरूपानंद सरस्वती महाविद्यालय हुडको में महिला स्वास्थ्य और स्वस्थ जीवन शैली विषय पर अतिथि व्याख्यान का आयोजन किया गया। कार्यक्रम का उद्देश्य विद्यार्थियों को स्वस्थ जीवन शैली, संतुलित आहार और तनाव प्रबंधन के महत्व से अवगत कराना था, ताकि वे अपने दैनिक जीवन में सकारात्मक परिवर्तन ला सकें और शारीरिक व मानसिक स्वास्थ्य को सुदृढ़ बना सकें। श्री शंकराचार्य शैक्षणिक परिसर के मुख्य कार्यकारिणी अधिकारी डॉ. दीपक शर्मा और डॉ. मोनिषा शर्मा ने कहा कि आज के प्रतिस्पर्धात्मक युग में विद्यार्थियों के लिए मानसिक व शारीरिक संतुलन बनाए रखना अत्यंत आवश्यक है। उप प्राचार्य डॉ. अजर हनुमैन ने कहा कि वर्तमान समय में विद्यार्थियों पर पढ़ाई और करियर का दबाव बढ़ रहा है। साथ ही अनियमित दिनचर्या और असंतुलित खानपान के कारण तनाव और विभिन्न रोगों की समस्या भी बढ़ रही है। प्राचार्य डॉ. हंसा शुक्ला ने कहा कि स्वस्थ शरीर में ही स्वस्थ मन का वास होता है। विद्यार्थियों को जीवन में सफलता प्राप्त करने के लिए अनुशासित दिनचर्या, संतुलित आहार और सकारात्मक सोच अपना चाहिए। डॉ. रीता श्रीवास्तव अखिल भारतीय महिला प्रमुख, आरोग्य भारती ने भारतीय परंपरागत ज्ञान को वैज्ञानिक बताते हुए कहा हमारी संस्कृति में स्वास्थ्य संबंधी अनेक ऐसे उपाय हैं जो आज भी प्रासंगिक हैं। उन्होंने तुलसी के औषधीय गुणों का उल्लेख करते हुए बताया कि यह संक्रमण से बचाव में सहायक होती है। इस अवसर पर आरोग्य भारती से डॉ. हिमाचल राजवाड़े, सरोजिनी राव, तुलसी साहू, डॉ. जया तिवारी विभागाध्यक्ष, प्राणीशास्त्र डॉ शैलजा पवार प्रो शिक्षा विभाग सहित महाविद्यालय के समस्त प्राध्यापकगण और विद्यार्थी बड़ी संख्या में उपस्थित थे।

पोषक तत्वों से भरपूर होता है भोजन में विविधता

डॉ. मानसी गुलाटी ने कहा कि भोजन में विविधता होना अत्यंत आवश्यक है। भोजन की थाली में विविध रंगों के खाद्य पदार्थ विटामिन, प्रोटीन, कार्बोहाइड्रेट और पोषक तत्व से परिपूर्ण होता है। पारंपरिक भोजन पद्धति में दही का विशेष स्थान रहा है तथा हरी सब्जियां, आयरन से भरपूर खाद्य पदार्थ, दालें तथा गाजर, ककड़ी जैसे ताजे खाद्य पदार्थ स्वास्थ्य के लिए अत्यंत लाभकारी हैं। यदि कोई दैनिक सतान को योजना बना रहा हो, तो उसे कम से कम तीन माह पूर्व से ही सकारात्मक विचार, उत्तम साहित्य का अध्ययन और संतुलित जीवनशैली अपनानी चाहिए, क्योंकि इसका सीधा प्रभाव आने वाले शिशु के मानसिक व शारीरिक विकास पर पड़ता है। मंच संचालन रिया मंडल एमएससी बायोटेक्नोलॉजी ने और धन्यवाद ज्ञापन डॉ. शिवानी शर्मा आईक्यूएसी प्रभारी और विभागाध्यक्ष, बायोटेक्नोलॉजीने प्रस्तुत किया।

लाइव इवेंट

रवींद्र जयंती पर उत्सव, प्रदर्शित किया जाएगा जीवन दर्शन

भिलाई। गीत वितान कला केंद्र द्वारा रवीन्द्र जयंती पर रवीन्द्र उत्सव का आयोजन किया जा रहा है। रवीन्द्र जयंती महान कवि, साहित्यकार एवं नोबेल पुरस्कार विजेता रवीन्द्रनाथ ठाकुर की जयंती (के रूप में मनाई जाती है। गुरुदेव की 165वीं जयंती के उपलक्ष्य में आयोजित इस कार्यक्रम में उनके जीवन-दर्शन एवं सृजन को जन-जन तक पहुंचाने का प्रयास किया जाएगा। यह विशेष आयोजन 3 मई को शाम साढ़े 6 बजे महात्मा गांधी कला मंदिर सभागृह सिविक सेंटर में संपन्न होगा। कार्यक्रम का मुख्य आकर्षण एक डॉक्यूमेंट्री नाट्य प्रस्तुति होगी, जिसमें कविगुरु के अद्भुत एवं प्रेरणादायक जीवन को विविध कलात्मक माध्यमों के जरिए सजीव रूप में प्रस्तुत किया जाएगा।

इस प्रस्तुति में रवीन्द्र संगीत, रवीन्द्र नृत्य, सजीव कथावाचन तथा नाट्य मंचन का समन्वय होगा, जिसके माध्यम से दर्शकों को ठाकुर के जीवन के विभिन्न आयामों से परिचित कराया जाएगा। कार्यक्रम में उनके व्यक्तित्व के बहुआयामी स्वरूप महान साहित्यकार, शिक्षाविद, चित्रकार एवं दार्शनिक, प्रकृति-प्रेमी, देशभक्त, नारी सशक्तिकरण के समर्थक का प्रभावशाली चित्रण किया जाएगा। यह कार्यक्रम भिलाई स्टील प्लांट, ऑफिसर्स एसोसिएशन बीएसपी, बैंक ऑफ बड़ोदा भिलाई, एनएसपीसीएल भिलाई एवं एफएसएनएल भिलाई के सहयोग से आयोजित किया जा रहा है। कार्यक्रम में मुख्य अतिथि मंत्री गजेन्द्र यादव होंगे। विशेष रूप से मोना सेन अध्यक्ष, छत्तीसगढ़ फिल्म विकास निगम, प्रो. डॉ. संजय तिवारी कुलपति, हेमचंद यादव विश्वविद्यालय, डॉ. आरआरबी सिंह कुलपति दाऊ वासुदेव चंद्राकर कामधेनु विश्वविद्यालय, पवन कुमार कार्यपालक निदेशक, मानव संसाधन भिलाई इस्पात संयंत्र एवं नील कुमार शर्मा मुख्य महाप्रबंधक एनएसपीसीएल मौजूद रहेंगे। समिति की ओर से नरेंद्र कुमार बंडोरा, रजनी सिन्हा, वीके मोहम्मद, मिथुन दास, सुधेंद्र बागची, सोमेन कुंडू, प्रदीप कुमार मित्रा, चंद्रा बनर्जी, रचना श्रीवास्तव, शक्ति चक्रवर्ती एवं डॉ. रमेश कुमार सोनवणे आयोजन में शामिल रहेंगे।

सामाजिक और राजनीतिक संगठनों ने मजदूर दिवस पर बोरे-बासी खाकर दिया एकजुटता का संदेश

छत्तीसगढ़ की संस्कृति का अहम हिस्सा है बोरे बासी, इसे खाकर मजदूरों का बढ़ाया गया सम्मान

1 मई यानी मजदूर दिवस। पूरे देश में इसे इसी रूप में मनाया जा रहा है। लेकिन छत्तीसगढ़ में पिछले कुछ समय से इसे कुछ खास और अलग तरीके से मनाने की परंपरा शुरू की गई है। इस दिन बोरे बासी का सामूहिक भोज आयोजित किया जा रहा है। इस बार भी इसे लेकर जिले में अलग-अलग जगहों पर बोरे बासी का सामूहिक भोज आयोजित किया गया। मुख्य कार्यक्रम राजीव भवन शनिचरी बाजार में आयोजित किया गया। कार्यक्रम में पूर्व मुख्यमंत्री भूपेश बघेल, जिला अध्यक्ष राकेश ठाकुर, धीरज बाकलीवाल, मुकेश चंद्राकर सहित कांग्रेस पार्टी के वरिष्ठ कार्यकर्ता और पदाधिकारी शामिल हुए। इसके अलावा कई अन्य सामाजिक और धार्मिक संगठनों ने भी मजदूरों के सम्मान में बोरे बासी का आयोजन किया।



दुर्ग। बता दें कि इस परंपरा की शुरुआत पिछले करीब 6 साल पहले की गई थी। इसके जरिए हर आम और खास व्यक्ति भोजन के जरिए श्रमिकों के साथ जोड़ा गया। मजदूर दिवस के दन बोरे बासी उत्सव मनाने का निर्णय लिया गया। इसके बाद से हर साल इसका आयोजन किया जा रहा है। सामाजिक सौहार्द के साथ एकजुटता के संदेश दिया जा रहा है। थनौद के लव चक्रधारी बताते हैं कि ताजा भात यानी पके हुए चावल को जब पानी में डुबोकर खाया जाता है, तो उसे बोरे कहते हैं। इसे दूसरे दिन खाने पर यह बासी कहलाता है। फिर इसे आम या नींबू का अचार, प्याज और हरी मिर्च, दही या मट्ठा डालकर, भाजी, रखिया बड़ी, मसूर दाल की सब्जी, रात की बची अरहर दाल, कढ़ी या बिजौरी के संग खाया जाता है। राजीव भवन

शनिचरी बाजार में आयोजित कार्यक्रम में भूपेश बघेल ने कहा कि बोरे-बासी हमारी छत्तीसगढ़िया संस्कृति के अहम हिस्सा है। मजदूर दिवस के दिन हम सभी छत्तीसगढ़ियों को बोरे-बासी खाके श्रम का सम्मान करना चाहिए। दुर्ग में ऑल इंडिया प्रोफेशनल कांग्रेस अध्यक्ष क्षितिज चंद्राकर के नेतृत्व में कार्यक्रम का आयोजन किया गया। मजदूर दिवस के अवसर पर भूपेश बघेल ने कहा कि कांग्रेस शासन में हजारों उद्योगों की स्थापना हुई, जिसमें करोड़ों लोगों को रोजगार मिला। 1980 में बीएसपी में 60 हजार नियमित कर्मचारी होते थे, जो आज केवल उनकी संख्या 12000 रह गए हैं। सेक्टर 9 हॉस्पिटल को भी निजीकरण करने की तैयारी चल रही है। मजदूरों को बेरोजगार किया जा रहा है।

किसानों का आहार, हमारी परंपरा, संस्कृति और पहचान

अध्यक्ष धीरज बाकलीवाल ने कहा कि यह किसानों और मजदूरों का आहार है। हमारी परंपरा, संस्कृति और पहचान है। क्षितिज चंद्राकर ने कहा कि गरीबों का सम्मान है, जिसे आज पूरा छत्तीसगढ़ आत्मसात कर रहा है। राकेश ठाकुर ने कहा बोरे बासी हर छत्तीसगढ़िया खाता है। पूर्व मुख्यमंत्री भूपेश बघेल ने इसकी शुरुआत की। आज यह सामूहिक भोज का रूप ले चुका है। कार्यक्रम में पूर्व विधायक प्रतिमा चंद्राकर, लक्ष्मण चंद्राकर, राजेंद्र साहू, दीपक दुबे, जितेंद्र साहू, महापौर नीरज पाल, शशि सिन्हा, पूर्व महापौर आरएन वर्मा, राजेश यादव सहित अन्य मौजूद थे।

मजदूर दिवस पर स्वच्छता दीदियों का सम्मान, 100 महिलाओं को मिला गौरव

भिलाई। मजदूर दिवस के अवसर पर भिलाई में सनातन धर्म परिषद ने स्वच्छता कार्य में जुटी महिलाओं को सम्मानित कर उनकी मेहनत और योगदान को सराहा। मजदूर दिवस के अवसर पर सुपेला स्थित कॉफी हाउस में सनातन धर्म परिषद के संयोजन में इस कार्यक्रम का आयोजन किया गया। इसमें 100 से अधिक महिलाओं को गौरव सम्मान दिया गया। कार्यक्रम का उद्देश्य श्रमशील महिलाओं, विशेषकर स्वच्छता कार्य में लगी दीदियों के योगदान को पहचान देना और उन्हें सम्मानित करना था। इस दौरान भिलाई नगर निगम के अंतर्गत संचालित एसआरएलएम केंद्र में कार्यरत लगभग 100 महिलाओं को मंच पर सम्मानित किया गया। कार्यक्रम में जनप्रतिनिधियों, सामाजिक कार्यकर्ताओं और विभिन्न संस्थाओं के पदाधिकारियों की मौजूदगी रही।

कार्यक्रम में वैशालीनगर विधायक रिकेश सेन, भिलाई नगर विधायक देवेन्द्र यादव, सर्व समाज कल्याण समिति अध्यक्ष इंद्रजीत सिंह छोटे, नगर निगम मिलाई के सभापति गिरिवर बंटी साहू, एमके साहू, जिला पंचायत सभापति दुर्ग श्रद्धा पुरेन्द्र साहू, नगर निगम पीआरओ तिलेश्वर साहू, दिव्या भसीन, अधिवक्ता तुलसी साहू सहित मानव अधिकार संगठन से अध्यक्ष जितेंद्र हासवानी, उपाध्यक्ष जे सुफी रूमी, महासचिव डी. मोहन राव आदि उपस्थित थे। सभी ने महिलाओं के कार्यों की सराहना करते हुए कहा कि स्वच्छता और समाज निर्माण में उनका योगदान बेहद महत्वपूर्ण है।



कार्यक्रम के दौरान वक्ताओं ने श्रम की गरिमा, महिला सशक्तिकरण और आत्मनिर्भरता पर जोर दिया। उन्होंने कहा कि ये महिलाएं सिर्फ अपने परिवार ही नहीं, बल्कि पूरे समाज के लिए प्रेरणा हैं। कार्यक्रम में विभिन्न सामाजिक संस्थाओं, मानव अधिकार संगठनों और खेल जगत से जुड़े लोगों की भी भागीदारी रही।

दुर्ग में पहली बार गूंजेगा श्याम भक्ति का स्वर, प्रदेशभर से जुटेंगे श्रद्धालु

दुर्ग। शहर में पहली बार श्री श्याम पूर्ण इच्छा महोत्सव के अंतर्गत श्री श्याम भजन संध्या का आयोजन 15 मई को शाम 7 बजे से पुरानी गंजमंडी, गंजपारा में किया गया है। महोत्सव का आयोजन खाटू श्याम ज्योतिषी परिवार दुर्ग के प्रमुख पंडित संदीप शास्त्री द्वारा किया जा रहा है। इसमें सहयोगी संस्थाओं के रूप में श्री गंजपारा दुर्गोत्सव समिति गंजपारा, श्री सत्तीचौरा मां दुर्गा मंदिर समिति, जन समर्पण सेवा संस्था और बोल बम सेवा समिति की सक्रिय भागीदारी रहेगी। देश के प्रसिद्ध भजन गायक संजय मित्तल कोलकाता, प्रेम शर्मा राजस्थान और ममता चौधरी दिल्ली द्वारा श्री श्याम के मधुर भजनों की प्रस्तुति दी जाएगी। महोत्सव में लगभग 10 हजार श्रद्धालुओं के बैठने की व्यवस्था के अलावा अन्य व्यवस्थाएं की जा रही है।

श्री श्याम पुर्ण इच्छा महोत्सव के आयोजक और श्री खाटू श्याम ज्योतिष पोलसायपारा के संचालक पं. संदीप शास्त्री व सहयोगी संस्था जन समर्पण सेवा संस्था के अध्यक्ष योगेन्द्र शर्मा बंटी ने शुरुकार को बताया कि श्री श्याम पूर्ण इच्छा महोत्सव में आयोजित विराट भजन संध्या के दौरान बाबा श्याम का भव्य दरबार, अखंड ज्योति, इत्र वर्षा, छप्पन भोग प्रसादी और आकर्षक लाइट-साउंड व्यवस्था आकर्षण के केन्द्र होंगे। खास बात यह रहेगी कि पूरे गंजमंडी क्षेत्र में पाइपलाइन के माध्यम से इत्र की वर्षा की जाएगी, जो श्रद्धालुओं के लिए अनूठा अनुभव बनेगा। उन्होंने बताया कि



महोत्सव की पिछले 15 दिनों से तैयारी चल रही है। महोत्सव में प्रदेशभर से श्रद्धालुओं के शामिल होने की उम्मीद है। जिसके चलते भव्य तैयारियों की गई है। श्री शास्त्री और श्री शर्मा ने बताया कि दुर्ग में हाल ही में सबसे बड़ी ऐतिहासिक निशान यात्रा निकाली गई थी। जिसमें 1500 से अधिक श्रद्धालु शामिल हुए थे। निशान यात्रा के बाद दुर्ग में बाबा श्याम का यह दूसरा भव्य आयोजन होगा। उन्होंने बताया कि श्री श्याम पूर्ण इच्छा महोत्सव का खाटू श्याम ज्योतिषी परिवार द्वारा पूर्व में पिछले 5 वर्षों से राजस्थान में आयोजन किया जा रहा था। इस वर्ष यह आयोजन दुर्ग में होने से श्रद्धालुओं में भारी उत्साह का माहौल है। इस दौरान जन समर्पण सेवा संस्था के सुरेश गुप्ता, दुर्गा मंदिर समिति के गुड्डु कश्यप, मनोज गुप्ता, लाला लक्की अग्रवाल, रवि ठोके, ईशान शर्मा, गगन शर्मा, विजय गुप्ता, विनोद शर्मा, अर्जित शुक्ला, सुजल शर्मा, वासु शर्मा, वेदांत शर्मा व आयोजन समिति के अन्य सदस्य उपस्थित थे।

भिलाई निगम की पहल पर महिलाओं ने पौधों को सहेजने का लिया संकल्प

वूमेन पर ट्री अभियान, 12,500 पौधों की देखभाल कर रही महिलाएं, लोगों को भी कर रही प्रेरित



नियमित खाद, पानी और सुरक्षा लगा रही महिलाएं

जानकारी के मुताबिक रोपे गए 12,500 पौधों की उत्तरजीविता सुनिश्चित करने के लिए नियमित खाद, पानी और सुरक्षा घेरे की व्यवस्था पर जोर दिया गया। प्रत्येक क्षेत्र के समूहों को उनके द्वारा लगाए गए पौधों की देखरेख के लिए तकनीकी मार्गदर्शन देने के निर्देश दिए गए। बैठक में निगम के वरिष्ठ अधिकारियों ने कार्य योजना की बारीकियों पर चर्चा की। अजीत कुमार तिग्गा मुख्य अभियंता ने पौधों की शत-प्रतिशत सुरक्षा सुनिश्चित करने हेतु मॉनिटरिंग सिस्टम को मजबूत करने के निर्देश दिए। वेशराम सिन्हा अधीक्षण अभियंता ने आधारभूत संरचना और सिंचाई की व्यवस्थाओं पर मार्गदर्शन दिया।

निगम के विशेषज्ञ महिलाओं को दे रहे प्रशिक्षण

उद्यान अधिकारी तिलेश्वर साहू ने महिलाओं को तकनीकी पहलुओं और पौधों की किस्मों के अनुसार देखभाल के तरीके बताए। श्वेता महेश्वर उप अभियंता ने क्षेत्रवार महिला समूहों के समन्वय और डेटा प्रबंधन की जानकारी साझा की। मुख्य अभियंता तिग्गा ने बैठक में स्पष्ट किया कि यह योजना केवल पौधा लगाने तक सीमित नहीं है, बल्कि इन्हें दृढ़ बनाने की जिम्मेदारी हम सबकी है। महिला स्वयं सहायता समूहों को सक्रिय कर इस अभियान को जन-आंदोलन का रूप दिया जाएगा।

सिटी इवेंट

तीन पीढ़ियों के मार्गदर्शक प्राचार्य
रामजी सिंह की भावभीनी विदाई



दुर्ग। पीएम श्री स्वामी आत्मानंद उत्कृष्ट अंग्रेजी माध्यम विद्यालय बोरी में विदाई समारोह का आयोजन किया गया। संस्था के प्राचार्य रामजी सिंह ने 38 वर्षों की सेवा के बाद सेवानिवृत्ति प्राप्त की। इस अवसर की सबसे विशेष बात यह रही कि सिंह सर ने अपने कार्यकाल के दौरान क्षेत्र की तीन पीढ़ियों को शिक्षा की लौ से रोशन किया है। शिक्षक से प्राचार्य तक का सफर: सिंह सर ने इसी संस्था में बतौर शिक्षक अपनी यात्रा प्रारंभ की थी। शासकीय उच्चतर माध्यमिक

- उत्कृष्ट शिक्षक सम्मान से नवाजे गए

शाला बोरी के शिक्षक से पीएम श्री सेजस बोरी के प्राचार्य बनने तक का गौरवशाली सफर तय किया। विदाई के अवसर पर वक्ताओं ने उनके अनुशासन और 'तीन पीढ़ियों के गुरु' होने के उनके दुर्लभ सौभाग्य को रेखांकित किया। कार्यक्रम के दौरान प्रभारी प्राचार्य गुलनाज बानो, धीरज चौधरी, राजेश शुक्ला, छाया सिंह, दीपिका पाल, दीपिका बघेल, आरती, मोलेश्वरी, पल्लवी पवार, अरुण चौबे, अलका राय, शीतल, श्वेता साहू, रागिनी, पृथ्वी सिंह, लिखनलाल भुवार्थ, हीरालाल साहू सहित अन्य मौजूद थे। उत्कृष्ट शिक्षक सम्मान पर सरपंच टेकेश्वर देशमुख एवं अध्यक्ष अरविंद पटेल के नेतृत्व में शिक्षा के क्षेत्र में मील का पत्थर साबित होने वाले 12 शिक्षक-शिक्षिकाओं को उत्कृष्ट शिक्षक सम्मान से नवाजा गया। प्रचार्य रामजी सिंह, मंडल अध्यक्ष बीरबल पटेल और महामंत्री सूरज देशमुख, बलदाऊ पटेल, हेमंत शर्मा की उपस्थिति में सभी को मोमेंटो, प्रशस्ति पत्र भेंट किया गया। सम्मानित शिक्षकों में व्याख्याता गुलनाज बानो, वीणा कोसरे, दीपिका पाल, संतोष शर्मा, हेमलता गजभिये, रुचिका सहारे, संगीता शाह, रोशनी राजन, दीपिका बघेल, हिमांशु स्वर्णकार, सरस्वती थापलियाल, चित्रलेखा देशमुख शामिल हैं।



लाइव इवेंट

आस्था वृद्धाश्रम में शौचालय और स्नानघर का उद्घाटन, मिलेगी सुविधा



भिलाई। रोटी क्लब ऑफ पिनेकल द्वारा आस्था वृद्धाश्रम सेक्टर 6 में निवास कर रहे 35 से अधिक वृद्धजनों की सुविधा हेतु चार शौचालय एवं स्नानघर का निर्माण कर उनका विधिवत उद्घाटन किया गया। यह प्रकल्प क्लब द्वारा पूर्णतः वित्तपोषित था, जिसे पिछले दो से तीन महीनों में सावधानीपूर्वक तैयार किया गया। निर्माण के दौरान विशेष ध्यान रखा गया कि ये सुविधाएं वृद्धजनों के लिए सुरक्षित, उपयोगी एवं सहज हो। कार्यक्रम के मुख्य अतिथि अमित जायसवाल रहे, जिनके करकमलों द्वारा उद्घाटन सम्पन्न हुआ। इस अवसर पर उन्होंने आश्रम के निवासियों से आत्मीय संवाद किया एवं उनके कुशलक्षेम की जानकारी ली। साथ ही सभी वृद्धजनों को उपहार वितरित किए गए, जिससे उनके चेहरे पर खुशी झलक उठी। कार्यक्रम में अस्सिस्टेंट गवर्नर विनय अग्रवाल की विशेष उपस्थिति रही। क्लब की अध्यक्ष डॉ. पूर्वा रोजिंदार ने कहा कि यह प्रकल्प क्लब के लिए अत्यंत भावनात्मक एवं महत्वपूर्ण रहा है तथा इसे इस प्रकार बनाया गया है कि इससे आश्रम के निवासियों के जीवन में वास्तविक सुविधा और सुधार आए। इस अवसर पर क्लब की सदस्य सचिव माधुलिका अग्रवाल, कोषाध्यक्ष अश्विमत बेदी, शालू गोयल, मुक्त साहा, स्नेहा गुलाटी, तनुश्री अग्रवाल एवं जया मिश्रा उपस्थित थे।

पेंटिंग स्पर्धा की कलाकृतियों का विमोचन



भिलाई। बीएसपी के सेफ्टी इंजीनियरिंग विभाग द्वारा ड्राइंग एवं पेंटिंग प्रतियोगिता की कलाकृतियों का संकलन कॉफी टेबल बुक का विमोचन इस्मात भवन के डीआईसी कॉन्फ्रेंस हॉल में किया गया। बीएसपी के निदेशक प्रभारी चित्तरंजन महापात्र सहित कार्यपालक निदेशक पवन कुमार, राकेश कुमार, प्रवीर कुमार सरकार, कमल भास्कर, सीजीएम देवदत्त सत्यथी उपस्थित थे। स्पर्धा में बच्चों ने भाग लिया था। पेंटिंग्स का प्रदर्शन नेहरू आर्ट गैलरी में भी किया गया था।

● शहर के विभिन्न क्षेत्रों में धार्मिक सभाएं, प्रवचन और भजन कार्यक्रम

श्रद्धा, सेवा और करुणा के साथ मनाई गई बुद्ध पूर्णिमा, शांति और भाईचारे का दिया संदेश, जगह-जगह हुए आयोजन

भिलाई। बुद्ध पूर्णिमा के अवसर पर शुक्रवार को धार्मिक और सामाजिक आयोजनों की धूम रही। शहर के विभिन्न हिस्सों में श्रद्धालुओं ने भगवान बुद्ध को नमन कर शांति, करुणा और अहिंसा का संदेश फैलाया। दुर्ग जिले में सुबह से ही बौद्ध विहारों और मंदिरों में श्रद्धालुओं की भीड़ देखने को मिली। शहर के विभिन्न क्षेत्रों में धार्मिक सभाएं, प्रवचन और भजन कार्यक्रम आयोजित किए गए। वक्ताओं ने भगवान बुद्ध के जीवन, उनके उपदेशों और अहिंसा, सत्य एवं करुणा के सिद्धांतों पर प्रकाश डाला। उन्होंने कहा कि आज के समय में बुद्ध के विचार समाज को सही दिशा देने में महत्वपूर्ण भूमिका निभा सकते हैं। कई स्थानों पर प्रभात फेरियां निकाली गईं, जिनमें श्रद्धालु बुद्ध वंदना करते हुए शांति और भाईचारे का संदेश दिए गए। बच्चों और युवाओं ने भी इन आयोजनों में बढ़-चढ़कर हिस्सा लिया। इसके अलावा जरूरतमंदों के लिए भोजन वितरण और सेवा कार्य भी किए गए।



बुद्ध पूर्णिमा पर भिलाई में सेवा और श्रद्धा का संगम, बुद्ध वंदना के साथ हुआ शरबत वितरण

भिलाई में बुद्ध पूर्णिमा के अवसर पर सम्यक मैत्री परिवार ने श्रद्धा और सेवा भाव के साथ बुद्ध वंदना एवं शरबत वितरण का आयोजन किया। कार्यक्रम में बड़ी संख्या में लोगों ने भाग लेकर करुणा, अहिंसा और मानवता के संदेश को अपनाने का संकल्प लिया। सेक्टर-6 जामा मस्जिद के पास बुद्ध पूर्णिमा के पावन अवसर पर सम्यक मैत्री परिवार द्वारा प्रति वर्ष की तरह इस बार भी बुद्ध वंदना एवं शरबत वितरण का आयोजन किया गया। कार्यक्रम में बौद्ध उपासक-उपासिकाओं के साथ स्थानीय नागरिकों की भी उल्लेखनीय उपस्थिति रही। कार्यक्रम की शुरुआत मुख्य अतिथि प्रेरणा धावर्डे द्वारा भगवान तथागत गौतम बुद्ध और बाबा साहेब डॉ. भीमराव आंबेडकर के छायाचित्रों पर पुष्प एवं माल्यार्पण से हुई। इस दौरान बड़ी संख्या में लोग मौजूद रहे।

बुद्ध के संदेशों को जन-जन तक पहुंचाने लिया संकल्प

आयोजकों ने बताया कि इस तरह के आयोजन समाज में भाईचारा और एकता को मजबूत करते हैं तथा भगवान बुद्ध के संदेशों को जन-जन तक पहुंचाने का माध्यम बनते हैं। वक्ताओं ने भी अपने विचार रखते हुए समाज में शांति, समरसता और सकारात्मक सोच बनाए रखने का आह्वान किया। कार्यक्रम के अंत में सभी उपस्थित लोगों ने मानव सेवा और सामाजिक कार्यों को निरंतर जारी रखने का संकल्प लिया। इस अवसर पर सम्यक मैत्री परिवार की अध्यक्ष सीमा मेश्राम, कोषाध्यक्ष सुपमा सलवाटकर सहित अन्य सदस्य परिवार उपस्थित रहे।



शांति, सद्भाव और सामाजिक एकता के लिए प्रार्थना



बुद्ध वंदना के दौरान उपस्थित लोगों ने शांति, सद्भाव और सामाजिक एकता के लिए प्रार्थना की। अतिथियों ने अपने संबोधन में कहा कि वर्तमान समय में भगवान बुद्ध की शिक्षाएं समाज के उत्थान और संतुलित विकास के लिए अत्यंत आवश्यक हैं। उन्होंने करुणा, अहिंसा और समानता के सिद्धांतों को जीवन में अपनाने पर जोर दिया। कार्यक्रम के दौरान राहगीरों और जरूरतमंदों के बीच शरबत का वितरण किया गया। भोषण गर्मी में इस सेवा कार्य से लोगों को काफी राहत मिली और आयोजन की सराहना की गई।

बोरिया गेट चौक में लोगों को खीर वितरण



भिलाई। तथागत बुद्ध पूर्णिमा अवसर पर राष्ट्रीय बौद्ध महासभा और कर्मचारी अधिकारी संगठन भिलाई दुर्ग द्वारा भिलाई स्टील प्लांट के बोरिया गेट चौक में आम लोगों को खीर वितरण किया गया। इस दौरान बुद्ध जीवनी पर आधारित पुस्तक बांटी गई। कार्यक्रम में पीतांबर साहू, ओमनाथ नेताम, बिसेलाल ठाकुर, मिट्टू लाल राय, चरोदा से राजू पद्माकर, डीपी डाहिरे प्राचार्य आईटीआई रायपुर, कोमल प्रसाद अध्यक्ष बीएसपी एससी एसटी एसोसिएशन भिलाई, दशरथ प्रसाद अहिरवार प्रदेश अध्यक्ष राष्ट्रीय बौद्ध महासभा छत्तीसगढ़ आदि मौजूद थे।

आयोजन... श्रीराम कथा से मिलता है सुख-शांति का मार्ग

भिलाई। सेक्टर-6 में आयोजित श्रीराम कथा में श्रद्धालुओं की बड़ी संख्या उमड़ी। इस दौरान आरडी कोरी ने कहा कि श्रीराम कथा सुनने से जीवन में सुख, शांति और खुशहाली आती है। सेक्टर-6 स्थित पेट्रोल पंप के पास मां भगवती गुप द्वारा आयोजित श्रीराम कथा में भक्ति और आस्था का माहौल देखने को मिला। कथा का प्रवचन छत्तीसगढ़ के सुप्रसिद्ध आचार्य पंडित सुनील द्विवेदी द्वारा किया जा रहा है, जिन्हें सुनने बड़ी संख्या में श्रद्धालु पहुंच रहे हैं। कार्यक्रम में सेल भिलाई इस्पात संयंत्र के अनुसूचित जाति, अनुसूचित जनजाति, नि:शक्त, महिला और अन्य पिछड़ा वर्ग एसोसिएशन के चेयरमैन आरडी कोरी और पन्नालाल मैरिसा भी शामिल हुए। दोनों ने व्यास पीठ की पूजा-अर्चना कर आचार्य



सेक्टर-6 में आयोजित प्रवचन में उमड़ी श्रद्धा

का सम्मान किया और क्षेत्र की जनता के लिए सुख-शांति व समृद्धि की कामना की। इस अवसर पर आरडी कोरी ने कहा कि श्रीराम कथा केवल धार्मिक आयोजन नहीं, बल्कि जीवन को सही दिशा देने का माध्यम है। कथा सुनने से व्यक्ति के भीतर सकारात्मक सोच का विकास होता है और समाज में शांति एवं सद्भाव का वातावरण बनता है। आचार्य पंडित सुनील द्विवेदी ने अपने प्रवचन में भगवान श्रीराम के आदर्शों और उनके जीवन मूल्यों पर प्रकाश डालते हुए श्रद्धालुओं को धर्म, मर्यादा और कर्तव्य के मार्ग पर चलने का संदेश दिया। कार्यक्रम के दौरान आचार्य ने आरडी कोरी का अंगवस्त्र ओढ़ाकर और प्रसाद देकर सम्मान किया तथा मां भगवती गुप के प्रति आभार व्यक्त किया।

पृथ्वी को साफ सुथरा और प्लास्टिक मुक्त रखने विद्यार्थियों ने लिया संकल्प



भिलाई। नंदनी स्थित श्री साई महाविद्यालय के विपनेट द्वारा पंजीकृत विज्ञान क्लब के सदस्यों ने विश्व पृथ्वी दिवस के अंतर्गत निबंध स्पर्धा, ड्राइंग प्रतियोगिता और प्रश्नोत्तरी का आयोजन किया गया। उपस्थित प्रतिभागियों ने पृथ्वी की सुरक्षा की जिम्मेदारी भी ली। निबंध प्रतियोगिता में प्रज्ञा शर्मा प्रथम तथा ओमप्रकाश साहू द्वितीय स्थान पर रहे। चेतना और भावना ने भी अपनी प्रतिभागी दी। अन्य विद्यार्थियों ने पृथ्वी को साफ सुथरा और प्लास्टिक मुक्त रखने अपने विचार प्रस्तुत करते हुए संकल्प लिए। ज्ञात हो कि श्री साई महाविद्यालय नंदनी का यह क्लब भारत सरकार के विज्ञान

■ श्री साई कॉलेज विज्ञान क्लब में विश्व पृथ्वी दिवस पर विविध आयोजन एवं प्रौद्योगिकी विभाग के अंतर्गत विज्ञान प्रसार नेटवर्क विप नेट द्वारा पंजीकृत है। इसका मुख्य उद्देश्य विद्यार्थियों के बीच में वैज्ञानिक गतिविधियों को बढ़ावा देना है। इस अवसर पर संस्था की क्लब कोऑर्डिनेटर प्रमिला चौहान, व्याख्याता रितेश कुमार, केके प्रसाद, मोहन दी। अन्य विद्यार्थियों ने पृथ्वी को साफ सुथरा और प्लास्टिक मुक्त रखने अपने विचार प्रस्तुत करते हुए संकल्प लिए। ज्ञात हो कि श्री साई महाविद्यालय नंदनी का यह क्लब भारत सरकार के विज्ञान

जेसीआई दुर्ग-भिलाई का संयुक्त आयोजन, प्रतिभागियों का बढ़ाया गया आत्मविश्वास

टोस्ट मास्टर इवेंट में युवाओं को मंच पर बोलने, विचार व्यक्त करने एवं संवाद कौशल प्रदर्शित करने दिए गए टिप्स

कार्नर न्यूज

भिलाई। जेसीआई दुर्ग-भिलाई ने टोस्ट मास्टर कार्यक्रम का आयोजन किया, जिसमें जूनियर जेसी सदस्यों ने आत्मविश्वास का परिचय दिया। सदस्यों के व्यक्तित्व विकास, मंच संचालन कौशल एवं आत्मविश्वास को प्रोत्साहित करने हेतु टोस्ट मास्टर-ए जूनियर जेसी इनिशिएटिव कार्यक्रम का आयोजन कोर्सरोड, कोहका में किया गया। कार्यक्रम में बच्चों ने उत्साहपूर्वक भाग लेते हुए अपनी प्रतिभा का शानदार प्रदर्शन किया। संगठन के अध्यक्ष संतोष-राजू कुमार ने कहा कि इस प्रकार के आयोजन बच्चों एवं युवा सदस्यों में नेतृत्व क्षमता, अभिव्यक्ति कौशल और आत्मविश्वास विकसित करने का प्रभावी माध्यम हैं। वहीं सचिव जेसी तोरण-स्वाति अटल ने कार्यक्रम में उपस्थित सभी प्रतिभागियों का उत्साहवर्धन किया। कार्यक्रम की शुरुआत एमओसी सुजय जसूजा ने की। मंच पर जूनियर अध्यक्ष जूनियर वनीशा अग्रवाल, जूनियर आईपीपी जूनियर शब्द अग्रवाल एवं जूनियर सचिव जूनियर सक्षम सिन्हा को आमंत्रित किया गया। इसी क्रम में जूनियर जेसी आन्या त्यागी द्वारा जेसी क्रीड प्रस्तुत किया गया। इसके पश्चात जूनियर अध्यक्ष वनीशा अग्रवाल ने स्वागत उद्बोधन दिया तथा आगे विभिन्न सत्रों का आयोजन हुआ।



सांस्कृतिक कार्यक्रमों की प्रस्तुतियों ने मोहा मन

प्रतिभागियों में केशव ताडकार, प्रेक्षा देशलहरा, आन्या तेलंग, अन्वी जायसवाल, आरिश कटारिया, पांशी नाहर, पार्श्वी नाहर, एनया अग्रवाल, आर्याश अग्रवाल, अकुल सिंह एवं ऋषित पंडित सहित अन्य बच्चों ने पूरे आत्मविश्वास के साथ अपनी प्रस्तुतियां दीं। समापन सत्र में प्रतिभागियों से फीडबैक लिया गया, जिसमें सभी ने कार्यक्रम की सराहना की। अंत में जूनियर सचिव सक्षम सिन्हा द्वारा आभार प्रदर्शन किया गया तथा कार्यक्रम का समापन राष्ट्रगान के साथ हुआ। दिवंकल खेमूका पारख ने जानकारी दी कि जेसीआई दुर्ग-भिलाई द्वारा इस प्रकार के लर्निंग एवं ट्रेनिंग कार्यक्रम बच्चों एवं बड़ों के सर्वांगीण विकास हेतु निरंतर आयोजित किए जाते रहे हैं।

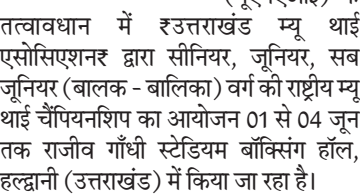
मंच पर बोलने और विचार व्यक्त करने के लिए टिप्स

इस कार्यक्रम में प्रोग्राम मॉडरेटर पास्ट प्रेसिडेंट जेसी नितिन अग्रवाल ने मार्गदर्शन प्रदान किया, प्रोग्राम जज पास्ट प्रेसिडेंट जेसी रजनीश जायसवाल ने प्रतिभागियों का मूल्यांकन किया, प्रोग्राम इंचार्ज जेएफएम जीएसएम वामसी एवं जेसी हिमांशु देवांगन ने व्यवस्थाओं का सफल संचालन किया। प्रोग्राम डायरेक्टर पल्लवी अग्रवाल ने कार्यक्रम संयोजन में महत्वपूर्ण भूमिका निभाई। कार्यक्रम में प्रतिभागियों को मंच पर बोलने, विचार व्यक्त करने एवं संवाद कौशल प्रदर्शित करने का अवसर दिया गया।

सिटी स्पोर्ट्स

25वीं राज्य स्तरीय न्यू थाई चैंपियनशिप दल्लीराजहरा में शुरू

रायपुर। अंतरराष्ट्रीय ओलंपिक संघ (आईओसी) से मान्यता प्राप्त संस्था यूनाइटेड म्यू थाई ए सो सिएशन ऑफ इण्डिया (यूएमएआई) के तत्वावधान में रउत्तराखंड म्यू थाई एसोसिएशनर द्वारा सीनियर, जूनियर, सब जूनियर (बालक - बालिका) वर्ग की राष्ट्रीय म्यू थाई चैंपियनशिप का आयोजन 01 से 04 जून तक राजीव गाँधी स्टेडियम बॉक्सिंग हॉल, हल्द्वानी (उत्तराखंड) में किया जा रहा है।



उपरोक्त जानकारी देते हुए राज्य म्यू थाई संघ के अध्यक्ष लखन कुमार साहू, महासचिव अनीस मेमन ने बताया कि इस राष्ट्रीय म्यू थाई चैंपियनशिप में छत्तीसगढ़ म्यू थाई दल के चयन हेतु बी एस पी स्कूल क्रमांक 6, दल्लीराजहरा, जिला बालोद में 01 से 03 मई तक 25वीं राज्य स्तरीय म्यू थाई चैंपियनशिप का आयोजन छत्तीसगढ़ एमेच्योर म्यू थाई एसोसिएशन के तत्वावधान में जिला म्यू थाई संघ बालोद एवं राजहरा मार्शल आर्ट्स क्लब के द्वारा किया जा रहा है। प्रतियोगिता के पहले दिन शुक्रवार को खिलाड़ियों का वजन, मेडिकल एवं निर्णायक गण हेतु म्यू थाई खेल नियमो का संक्षिप्त सेमिनार हुआ।02 मई शनिवार को शाम 06 बजे उदघाटन समारोह होगा। वहीं 03 मई को शाम 07 बजे पुरस्कार वितरण होगा। प्रतियोगिता बालक, बालिकाओं के 10-11, 12-13, 14-15, 16-17, 17-23 & +23 वर्ष के अलग अलग वजन समूह में होगी। चयन प्रतियोगिता में अम्बिकापुर, बस्तर, बालोद, बिलासपुर, दुर्ग, जांजगीर चाम्पा, दंतेवाड़ा, कोरबा, मुंगेली एवं रायपुर जिले के लगभग 150 खिलाड़ी, अधिकारी भाग ले रहे हैं जिसमे आयु & वजन वर्ग अनुसार लगभग 60 सदस्यीय दल चुना जाएगा जो आगामी 7वीं यूएमएआई राष्ट्रीय यूथ म्यू थाई चैंपियनशिप, हल्द्वानी में छत्तीसगढ़ राज्य का प्रतिनिधित्व करेगा।

इंडिया खेलो फुटबॉल का ट्रायल आज से, निखारेंगे स्थानीय प्रतिभाएं



भिलाई। देश के सक्रिय और प्रेरणादायक ग्रासरूट फुटबॉल प्लेटफॉर्म, इंडिया खेलो फुटबॉल (आईकेएफ) ने स्थानीय फुटबॉल प्रतिभाओं को निखारने का निर्णय लिया है। इस दिशा में सेक्टर-2 स्थित फुटबाल टर्फ में 2 व 3 मई को सुबह 7 से 10 व शाम 5 से 8 बजे तक ट्रायल होगा। इसके साथ यह भी सुनिश्चित किया जाएगा कि ट्रायल में भाग लेने वाले प्रत्येक खिलाड़ी को आईकेएफ करियर 360 प्रोग्राम का लाभ मिले।

खेल प्रतिभाओं को निखारने की दिशा में इस महत्वपूर्ण पहल के साथ आईकेएफ ने वरिष्ठ पेरेंटिंग कोच चिरंजीव जैन के साथ विशिष्ट साझेदारी की है। जिसमें जैन अब देश के पहले फुटबॉल पेरेंट मेंटर के रूप में कार्य करेंगे। यह साझेदारी आईकेएफ के सीजन 6 की एक महत्वपूर्ण उपलब्धि है, जिसमें संगठन पूरे देश में अपनी पहुंच बढ़ा रहा है और युवा फुटबॉलरों के समग्र विकास के प्रति अपनी प्रतिबद्धता को और गहरा कर रहा है। आईकेएफ सीजन 6 की शुरुआत एक महत्वाकांक्षी दृष्टिकोण के साथ हुई है देश के हर संभावित शहर से फुटबॉल प्रतिभाओं को खोजना और निखारना। चिरंजीव जैन एक अत्यंत सम्मानित और अनुभववी पेरेंटिंग कोच हैं, जो अब भारत के पहले फुटबॉल पेरेंट मेंटर की ऐतिहासिक भूमिका निभाएंगे। चिरंजीव जैन भिलाई ट्रायल में मुख्य वक्ता के रूप में उपस्थित रहेंगे और स्थानीय फुटबॉल समुदाय को युवा खिलाड़ियों की परवरिश पर अपनी अमूल्य दृष्टि से अवगत कराएंगे।

छत्तीसगढ़ हॉकी लीग के आयोजन की तैयारी



रायपुर। छत्तीसगढ़ हॉकी लीग के आयोजन मई माह में किया जाएगा। राजनांदगांव जिला हॉकी संघ की वार्षिक आमसभा में अध्यक्ष फिरोज अंसारी ने बताया कि यह प्रतियोगिता उपमुख्यमंत्री एवं खेल मंत्री अरुण साव के मार्गदर्शन में आयोजित की जाएगी, जिसमें प्रदेश की 8 फ्रेंचाइजी टीमों भाग लेंगी। प्रतियोगिता को हॉकी इंडिया लीग (एचआईएल) के प्रारूप में आयोजित करने की योजना है, जिसमें खिलाड़ियों का पंजीयन एवं ऑक्शन भी किया जाएगा। एक अन्य जानकारी में अंसारी ने बताया कि जिले की बालक एवं बालिका टीमों से कुल 26 खिलाड़ियों ने हॉकी इंडिया द्वारा आयोजित राष्ट्रीय प्रतियोगिताओं में भाग लेकर प्रदेश का प्रतिनिधित्व किया। वहीं हाल ही में आयोजित अस्मिता लीग वेस्ट जून हॉकी प्रतियोगिता में छत्तीसगढ़ टीम से जिले की बेटियों ने शानदार प्रदर्शन करते हुए द्वितीय स्थान प्राप्त किया।

इस मौसम में शरीर के तापमान के अनुरूप होना चाहिए हमारा भोजन

भीषण गर्मी के इस दौर में आहार तय करना बड़ी चुनौती, जानिए कितना और कैसा भोजन करना चाहिए

अगर आप गर्मी के मौसम में अपनी तबीयत को खराब नहीं करना चाहते तो खाने-पीने का खास ध्यान रखें।

गर्मी का मौसम आते ही शरीर की जरूरतें बदलने लगती हैं। इस दौरान ज्यादा या गलत तरीके से भोजन करने से थकान, डिहाइड्रेशन, अपच और अन्य स्वास्थ्य समस्याएं हो सकती हैं। पर, बहुत से लोग इस बात पर गौर ही नहीं करते। भीषण गर्मी में भी कई लोग सर्दियों की तरह ही भारी और अधिक मात्रा में खाना खाते रहते हैं, जो गर्मी में शरीर पर अतिरिक्त दबाव डालता है।

इसलिए यह जानना बेहद जरूरी है कि गर्मी में कितना और कैसा भोजन करना चाहिए, ताकि शरीर स्वस्थ और ऊर्जावान बना रहे। इस मौसम में हम सभी को ये समझने की जरूरत है कि सही मात्रा में और संतुलित भोजन करने से न केवल पाचन बेहतर रहता है, बल्कि शरीर का तापमान भी नियंत्रित रहता है। अगर आप भी गर्मी में अपनी तबीयत खराब होने से बचना चाहते हैं, तो खान-पान की आदतों में थोड़ा बदलाव करना जरूरी है। आइए जानते हैं गर्मी में सही डाइट और भोजन की मात्रा से जुड़ी पूरी गाइड।

टुकड़ों में लें आहार

दिनभर में 3 बड़े भोजन करने के बजाय 5–6 छोटे-छोटे टुकड़ों



में आहार लेना ज्यादा फायदेमंद होता है। इससे पाचन तंत्र पर ज्यादा दबाव नहीं पड़ता और शरीर को लगातार ऊर्जा मिलती रहती है।

हल्का होना चाहिए भोजन

भोजन हमेशा हल्का और आसानी से पचने वाला होना चाहिए। जैसे दलिया, खिचड़ी, हरी सब्जियां, सलाद और दही। तला-भुना और मसालेदार खाना कम से कम खाना चाहिए, क्योंकि इससे शरीर में गर्मी बढ़ सकती है।

पानी है सबसे अहम

गर्मी में पानी और लिक्विड का सेवन बढ़ाना बहुत जरूरी है। दिनभर में 8–10 गिलास पानी के साथ-साथ नींबू पानी, छाछ, नारियल पानी और फलों का जूस लेना फायदेमंद होता है।

खाएं ये फल

फलों में तरबूज, खीरा, ककड़ी, संतरा जैसे पानी से भरपूर फल ज्यादा खाने चाहिए। ये शरीर को हाइड्रेट रखते हैं और ठंडक भी देते हैं।



रात के समय तो भारी खाना बिल्कुल न खाएं

दोपहर के समय भारी भोजन से बचना चाहिए और रात का खाना हल्का रखना चाहिए, ताकि पाचन ठीक से हो सके और नींद भी अच्छी आए।

भीषण गर्मी और हीटवेव के दौर में शरीर को हाइड्रेटेड (हाइड्रेशन का अर्थ है पानी की कमी न होने देना) और ठंडा रखना सबसे महत्वपूर्ण है। हमारा आहार हल्का, जल्दी पचने वाला और पानी से भरपूर होना चाहिए। यहाँ



भीषण गर्मी के लिए एक आदर्श आहार योजना है:

पेय पदार्थ सबसे जरूरी

नारियल पानी: यह इलेक्ट्रोलाइट्स का सबसे अच्छा प्राकृतिक स्रोत है।आम पन्ना: लू से बचने के लिए कच्चा आम पन्ना बेहतरीन है। छाछ या लस्सी: इसमें प्रोबायोटिक्स होते हैं जो पाचन को ठीक रखते हैं। नींबू पानी/जलजीरा: यह शरीर में खोए हुए नमक की भरपाई करते हैं। सत्तू का शरबत: प्रोटीन और ठंडक के लिए सत्तू का सेवन बहुत फायदेमंद है। अन्य: बेल का शरबत, पुदीने का पानी, और सौंफ का पानी।

फल पानी की भरपाई के लिए

तरबूज में लगभग 92% पानी होता है।खरबूजा शरीर को ठंडक देता है।खीरा और ककड़ी शरीर की गर्मी को कम करते हैं। संतरा और अंगूर विटामिन सी से भरपूर होते हैं।

बाजार जैसा लच्छा पराठा बनाएं, स्वाद जीत लेगा सबका दिल

पराठे में जितनी ज्यादा परतें होती हैं, उसका स्वाद उतना ही अच्छा लगता है। बाजार के लच्छा पराठा खाने के लिए आप पैसे खर्च करते हैं लेकिन हम आपको बताने जा रहे हैं 7 लेयर पराठा बनाने की रेसिपी। लच्छा पराठा बनाने की कुछ आसान टिप्स और ट्रिक्स हैं, जिन्हें फॉलो करके आप मिनटों में परफेक्ट पराठा बना सकती हैं।

लच्छा पराठा बनाने का तरीका

गेहूं के आटे, मैदे और पानी को मिलाकर आटा गूंथ लें। आटा गूंथते समय इसमें थोड़ा तेल या घी मिलाएं।आटे को 15 मिनट के लिए ढक कर अलग रख दें। अब आटे की



एक बड़ी लोई बेलें। इस लोई में से 7 पतली लेयर्स काट लीजिए। फिर इन सातों लेयर्स पर तेल और सूखा आटा लगाइए और एक के ऊपर एक रखते जाइए। सातों परतों में परिणाम बीएसपी ने 11 रन से जीता। बल्लेबाजी में बीएसपी ने 7 विकेट पर 149 रन बनाए। बल्लेबाजी में बीसीए 138 रन पर आउट हुई। रघुराज स्टेडियम बिलासपुर में टीम बिलासपुर विरुद्ध प्लेट कंबाईड ने सात विकेट से जीता। बल्लेबाजी में बिलासपुर ने 9 विकेट पर 135 रन बनाए। बल्लेबाजी में प्लेट कंबाईड ने तीन विकेट पर 136 रन बनाए। रेलवे स्टेडियम बिलासपुर टीम दुर्ग विरुद्ध रायपुर ब्लू में परिणाम रायपुर ब्लू ने 70 रन से जीता। बल्लेबाजी में रायपुर ब्लू ने 5 विकेट पर 201 रन बनाए। बल्लेबाजी में दुर्ग टीम 131 रन पर आउट हो गई।

में परिणाम राजनांदगांव ने 8 विकेट से मैच जीता।

सीनियर एलिट ग्रुप टी 20 क्रिकेट में रायपुर, बीएसपी, प्लेट और ब्लू की जीत

छत्तीसगढ़ स्टेट क्रिकेट संघ द्वारा आयोजित सीनियर एलिट ग्रुप टी 20 अंतर जिला क्रिकेट प्रतियोगिता जारी है। बीएसपी क्रिकेट ग्राउंड सिविक सेंटर में टीम जांजगीर चांपा विरुद्ध रायपुर में परिणाम रायपुर ने 20 रन से जीता। बल्लेबाजी में रायपुर टीम 164 रन पर आउट हो गई। बल्लेबाजी में जांजगीर चाम्पा ने आठ विकेट पर 144 रन बनाए। आरडीसीए रायपुर में टीम बीएसपी विरुद्ध बीसीए में परिणाम बीएसपी ने 11 रन से जीता। बल्लेबाजी में बीएसपी ने 7 विकेट पर 149 रन बनाए। बल्लेबाजी में बीसीए 138 रन पर आउट हुई। रघुराज स्टेडियम बिलासपुर में टीम बिलासपुर विरुद्ध प्लेट कंबाईड ने सात विकेट से जीता। बल्लेबाजी में बिलासपुर ने 9 विकेट पर 135 रन बनाए। बल्लेबाजी में प्लेट कंबाईड ने तीन विकेट पर 136 रन बनाए। रेलवे स्टेडियम बिलासपुर टीम दुर्ग विरुद्ध रायपुर ब्लू में परिणाम रायपुर ब्लू ने 70 रन से जीता। बल्लेबाजी में रायपुर ब्लू ने 5 विकेट पर 201 रन बनाए। बल्लेबाजी में दुर्ग टीम 131 रन पर आउट हो गई।

कार्नर न्यूज

कुछ छोटे-छोटे वास्तु टिप्स को अपनाने से आपको यकीनन मिलेगी मदद

विदेश में पढ़ाई के साथ वहीं बनाना चाहते हैं करियर तो इन वास्तु टिप्स से मिलेगी मदद



सकारात्मकता भी बढ़ती है। इसलिए, जब आप सुबह उठते हैं तो उस समय अपने घर के पूर्व दिशा की खिड़की खोलें और पूर्व दिशा की ओर मुख

करके गायत्री मंत्र का जाप करें। अगर पूर्व दिशा में खिड़की नहीं है तो आप छत पर जा सकते हैं या फिर पार्क में भी जा सकते हैं।

प्लास्टिक के सामान से बचें

चूँकि स्टडी टेबल आपकी पढ़ाई से जुड़ी है, इसलिए इसका गहरा प्रभाव आपकी शिक्षा पर पड़ता है। हमेशा ध्यान रखें कि आप अपनी स्टडी टेबल पर किसी तरह का प्लास्टिक का सामान रखने से बचें।

कोशिश करें कि आप प्लास्टिक की जगह कपड़े का इस्तेमाल कर सकते हैं या फिर अगर शोपीस रखना चाहते हैं तो प्लास्टिक की जगह लकड़ी का बना हुआ शोपीस रखें।

उत्तर-पश्चिम दिशा में रखें डॉक्यूमेंट

आपको विदेश में जिस कोर्स में दाखिला लेना है या फिर आपकी स्टडी से जुड़े डॉक्यूमेंट्स को आप हमेशा उत्तर-पश्चिम दिशा में रखें। इससे इनमें पॉजिटिविटी बनी रहती है और आपके विदेश जाने



के आसार अधिक बनते हैं। वहीं, अगर आपको कोई मंडल या अर्वाॉट मिला है, तो उन्हें हमेशा उत्तर दिशा में रखें।

बेकार की चीजों से बचें

हमेशा ध्यान रखें कि आप अपने बेड या स्टडी टेबल के आसपास बेकार की चीजें ना रखें। बेकार की चीजें जैसे रद्दी, पुरानी ट्यूटी-फूटी चीजें या फिर खराब सामान आपके

आसपास के औरों को खराब करता है। जिससे उस जगह पर नेगेटिविटी फैलती है। यह देखने में आता है कि जो लोग अपने बेड या स्टडी टेबल के आसपास इस तरह की बेकार की चीजें रखते हैं, उनके काम बनते-बनते बिगड़ने लगते हैं। आप यकीनन ऐसा बिल्कुल भी नहीं चाहेंगे।

उत्तर-पूर्व का कोना हो हल्का

हमेशा कोशिश करें कि आप जिस कमरे में रहते हैं या फिर पढ़ाई करते हैं, उसका उत्तर-पूर्व का कोना हमेशा खाली, हल्का और ठंडा होना चाहिए। उत्तर-पूर्व की दिशा पर ध्यान देने से भी विदेश जाकर पढ़ाई करने के रास्ते अग्रसर होते हैं। तो अब आप भी इन छोटे-छोटे उपायों को अपनाएं। आपको जल्द ही विदेश जाकर पढ़ाई करने का मौका अवश्य मिलेगा।



दिल की तकलीफ में सिर्फ अटैक ही नहीं, हो सकती है दूसरी शिकायतें भी

कोरोना महामारी के बाद विश्वभर में हार्ट संबंधी बीमारियां तेजी से सामने आई हैं। विश्व स्वास्थ्य संगठन की डेटा की मानें तो 2025 में हृदय रोगों से दुनियाभर में 21.6 मिलियन लोगों की मौत हो गई, जो सभी मौतों का 33% है और यह आंकड़ा डराने वाला है।

इधर भारत में बीते दो सालों में अचानक हार्ट अटैक से मरने वालों की संख्या में भी तेजी से इजाफा हुआ है। खासतौर पर कम उम्र के बच्चे और अधिकांश युवा हार्ट संबंधी बीमारी का शिकार हुए हैं और देखने में आया है कि उनकी मृत्यु तक हुई है। भारत में आम धारणा के अंतर्गत हार्ट संबंधी बीमारियों को केवल हार्ट अटैक या फिर कार्डियक अरेस्ट तक ही सीमित करके देखा जाता है लेकिन हार्ट संबंधी बीमारियां केवल हृदय की गति का रुक जाना ही नहीं होता बल्कि ऐसी कई दूसरी समस्याएं भी होती हैं जिनका सीधा संबंधी हार्ट को सेहत से होता है।

ऐसी बीमारियों में रोगी को लक्षण महसूस होते हैं लेकिन उन्हें पता ही नहीं चल पाता है कि उन्हें हार्ट संबंधी बीमारी है और जब तक रोगी इलाज के लिए पहुंचे हार्ट को बहुत क्षति पहुंच सकती



है। दरअसल, हृदय रोग केवल लाइफस्टाइल की ही नहीं बल्कि अन्य दूसरे पहलुओं से भी जुड़ी बीमारी है।

बहरहाल, आइए जानते हैं हार्ट संबंधी ऐसी कौन सी बीमारियां हैं जिन पर सामान्य तौर हमारा ध्यान नहीं जाता और इसे हम केवल कॉलेस्ट्रॉल और लाइफस्टाइल से ही जोड़कर देखते हैं।

धमनियों में कॉलेस्ट्रॉल जमाव की बीमारी

इसे कोरोनरी आर्टरी डिजीज यानी की सीएडी कहा जाता है। यह बीमारी तेल, कॉलेस्ट्रॉल युक्त चीजें और गलत खान-पान व खराब लाइफस्टाइल के चलते होती है। ये बीमारी धमनियों, जिन्हें कोरोनरी धमनियां कहा जाता है जो दिल की धड़कन के पंप को सही रूप से रक्त पहुंचाने का काम करती है, उसमें बैड कॉलेस्ट्रॉल जमा होने के कारण होती है। सामान्य तौर पर हार्ट अटैक का कारण यही होता है।

हार्ट फेलियर या दिल का काम करना बंद कर देना

इसे आसान शब्दों में हार्ट फेल्योर कहा जाता है। हार्ट फेल्योर एक बीमारी है जिसमें हार्ट का पंप फंक्शन पहले धीमे-धीमे कमजोर हो जाता है और बाद में बंद हो जाता है जिससे शरीर के जरूरी हिस्सों में रक्त का प्रवाह बाधित हो जाता है इससे व्यक्ति की मृत्यु हो सकती है।

हाइपरटेंशन

हाइपरटेंशन इसे हाई ब्लड प्रेशर भी कहते हैं जिसके कारण भी हार्ट की फंक्शनिंग पर असर होता है। यह खतरनाक हो जाता है, क्योंकि यह कोरोनरी धमनियों को खराब करता है और हार्ट के जोड़ों को कमजोर कर देता है जिससे हार्ट को क्षति पहुंचती है और कई बार व्यक्ति की मृत्यु हो जाती है। इसके अलावा रेजमियोपैथी ऐसी बीमारी होती है, जिसमें हार्ट की धड़कन गति अनियमित हो सकती है। इसे दूसरे शब्दों में कहें तो हार्ट एक निश्चित समयवाधि में उतनी बार नहीं धड़कता है जिसे नॉर्मल कहा जाता है।



फिल्म इवेंट

हॉलीवुड

'द ओडिसी' के रनटाइम को लेकर क्रिस्टोफर ने शेयर किया अपडेट

क्रिस्टोफर नोलन इन दिनों अपनी आगामी फिल्म 'द ओडिसी' को लेकर सुर्खियों में हैं। हाल ही में उन्होंने इस फिल्म के रनटाइम पर अपडेट शेयर किया है। साथ ही बताया कि उनकी ही फिल्म 'ओपेनहाइमर' के मुकाबले यह ज्यादा होगा या कम?

ऑस्कर विजेता फिल्म 'ओपेनहाइमर' के निर्देशक क्रिस्टोफर नोलन इन दिनों फिल्म 'द ओडिसी' की तैयारियों में व्यस्त हैं। दर्शकों को इस फिल्म का बेसब्री से इंतजार है और हर अपडेट पर नजरें टिकाए हुए हैं। लोग यह जानना चाह रहे हैं कि इस फिल्म की अवधि कितनी होगी? खुद क्रिस्टोफर नोलन ने इसका जवाब दे दिया है। फिल्म 'द ओडिसी' का रनटाइम 'ओपेनहाइमर' से कम होगा। वैरायटी की रिपोर्ट के अनुसार, फिल्ममेकर क्रिस्टोफर नोलन ने इस बात की पुष्टि की है कि उनकी आने वाली फिल्म 'द ओडिसी' का रनटाइम उनकी ऑस्कर-विजेता फिल्म 'ओपेनहाइमर' से कम होगा। एक इंटरव्यू में नोलन ने कहा, 'यह एक एपिक फिल्म है, जैसा कि इसका विषय मांगता है। लेकिन यह छोटी है।' 'ओपेनहाइमर', जो जे. रॉबर्ट ओपेनहाइमर और दूसरे विश्व युद्ध के दौरान परमाणु बम बनाने की कहानी पर आधारित एक बायोग्राफिकल ड्रामा है। यह फिल्म 180 मिनट लंबी थी। इतनी लंबी होने और 'R' रेटिंग मिलाने के बावजूद, इसने दुनियाभर के बॉक्स ऑफिस पर लगभग 975 मिलियन डॉलर की कमाई की। नोलन के इस नए प्रोजेक्ट को यूनिवर्सल पिक्चर्स का समर्थन मिला है और यह होमर के ग्रीक महाकाव्य पर आधारित उनकी अपनी प्रस्तुति है।

टॉलीवुड

‘मां इंटी बंगारम’की रिलीज डेट में बदलाव की तैयारी, 'टॉक्सिक' से टक्कर तय

सामंथा रूथ प्रभु अपनी आगामी फिल्म ‘मां इंटी बंगारम’ को लेकर सुर्खियों में हैं। यह फिल्म 15 मई को रिलीज होने वाली है। मगर, इस बीच एक सि चर्चा है कि इसकी रिलीज डेट में बदलाव हो सकता है। सामंथा रूथ प्रभु की फिल्म 'मां इंटी बंगारम' मई में रिलीज होने जा रही है। बीते दिनों सामंथा ने सोशल मीडिया पोस्ट के जरिए फिल्म की रिलीज डेट का एलान किया था। मगर, अब कहा जा रहा है कि इसमें बदलाव हो सकता है। मीडिया रिपोर्ट्स के मुताबिक, फिल्म के लिए दर्शकों को इंतजार करना पड़ सकता है। सामंथा की फिल्म 'मां इंटी बंगारम' की रिलीज में देरी हो सकती है। मीडिया रिपोर्ट्स के मुताबिक इसकी रिलीज टाइमलाइन में बदलाव की संभावना है। दरअसल, आईपीएल के शेड्यूल से जुड़ी चिंताओं के चलते सामंथा की इस फिल्म की रिलीज डेट टल सकती है। इसके बाद फिल्म को जून में रिलीज किया जा सकता है। फिल्मफेयर की एक रिपोर्ट के अनुसार, टीम चल रहे इंडियन प्रीमियर लीग के कारण फिल्म की रिलीज को टालने पर विचार कर रही है। पोर्टल द्वारा बताए गए सूत्रों का दावा है कि डिस्ट्रीब्यूटर्स ने टूर्नामेंट के सबसे ज्यादा दर्शकों वाले समय से टकराने से बचने की सलाह दी है। फिल्म की रिलीज डेट आगे बढ़ने के बाद यह कथित तौर पर 4 जून को रिलीज हो सकती है। हालांकि, मेकर्स की तरफ से इसे लेकर कोई आधिकारिक पुष्टि फिलहाल नहीं की गई है। बता दें कि अगर मीडिया रिपोर्ट्स में फिल्म की रिलीज को लेकर चल रही बदलाव की अटकलें अगर सच होती हैं और यह फिल्म 04 जून के आसपास दस्तक देती है तो इसका टकराव सुपरस्टार यश की 'टॉक्सिक' से होगा। 'टॉक्सिक' 04 जून को रिलीज होने जा रही है।

भोजपुरी

नीलकमल के 'बदनाम सलाई बा' के 3 करोड़ व्यूज धड़ाधड़ पार

भोजपुरी सिनेमा में कई गाने हिट होते हैं। सिंगर नीलकमल सिंह के गानों की भी खूब तारीफ होती है। उनका एक गाना बहुत बड़ा हिट था और ये प्यार में दर्द की कहानी को दिखाता है। गाने पर अब तक 3 करोड़ से अधिक व्यूज आ चुके हैं। भोजपुरी सिनेमा के फेमस सिंगर नीलकमल सिंह, जिन्होंने अपनी दमदार आवाज से बड़ी फैन फॉलोइंग बनाई है, जब भी कोई नया गाना लेकर आते हैं, तो वह न केवल सोशल मीडिया पर तेजी से वायरल होता है, बल्कि सीधे दर्शकों के दिलों को छू जाता है। उनका हिट गाना 'बदनाम सलाई बा', जिसके बोल दिल को छूने वाले हैं, आते ही दर्शकों के दिलों में उतर गया था। इस गाने में नीलकमल सिंह की एक्टिंग और जाड़ुई आवाज ने लोगों के दिलों में जगह बना ली। आजकल भोजपुरी गाने धूम मचा रहे हैं। उत्तर प्रदेश-बिहार के श्रोता ही नहीं, बल्कि हर क्षेत्र में इन्हें खूब पसंद किया जा रहा है। भोजपुरी भाषा के बावजूद हिंदी भाषी लोग भी इन गानों को खूब पसंद करते हैं, जिसकी वजह से ये गाने इंटरनेट पर खूब वायरल होते हैं। फिलहाल नीलकमल सिंह के गाने की बात करते हैं, जिसके बोल और कहानी ने दर्शकों का दिल जीत लिया था। जी हा ने टी-सीरीज के भोजपुरी चैनल 'हमार भोजपुरी' पर 'बदनाम सलाई बा' गाना खूब हिट हुआ। इस गाने में नेहा पाठक उनके साथ नजर आईं। नीलकमल सिंह का यह दर्द भरा गाना लोगों को दीवाना बना गया, जिसकी कहानी को निर्देशक ने पंढे पर बखूबी पेश किया है। इस गाने में सिंगर ने न सिर्फ अपनी शानदार एक्टिंग से दिल जीता है।



जेन जी की बेबाकी

लाइफ़ स्टाइल

यहाँ एक बेबाक बात कही जा रही है कि जेन जी का फ़ैशन स्टाइल असल में है ही नहीं। कम से कम, उस तरह से तो बिल्कुल नहीं, जिस तरह से हम दशकों से फ़ैशन को समझते आ रहे हैं। ऐसा कोई एक, एक जैसा लुक नहीं है जो इस पीढ़ी को परिभाषित करता हो। इसके बजाय, उनका स्टाइल इंटरनेट से पैदा हुए छोटे-छोटे ट्रेंड्स, पुरानी यादों को ताज़ा करने वाले रिवाइवल्स, और बेहद निजी मूल्यों का एक बहता हुआ, पूरी तरह से निजी, और लगातार बदलता रहने वाला मिश्रण है।

बिना हीटिंग टूल्स की मदद से भी कर सकती हैं बालों को स्ट्रेट

क्या आपके बाल घुंघराले हैं? इसलिए आपको अपने बाल नहीं पसंद। ज्यादातर लोग बालों को सीधा करने के लिए हेयर ट्रीटमेंट जैसे स्ट्रेटनिंग और स्मूथनिंग करवाते हैं, लेकिन ये ट्रीटमेंट लंबे समय तक नहीं चलते हैं। साथ ही, बालों को डैमेज कर देते हैं। इसके कारण कई बार बाल झड़ने और टूटने लगते हैं। बाजार में हीट टूल्स मिलते हैं, जिनकी मदद से भी बाल सीधे हो जाते हैं। इन प्रोडक्ट्स में आर्टिफिशियल हीट होती है, जिससे बाल खराब हो जाते हैं। सोचिए अगर आपके पास हेयर स्ट्रेटर न हो, तो आप क्या करेंगी? कई तरीके हैं, जिनकी मदद से आप बालों को सीधा कर सकती हैं। आज इस आर्टिकल में हम आपको बिना हीटिंग टूल्स के बालों को स्ट्रेट करने के साथ-साथ हेयर केयर टिप्स भी बताएंगे।

बालों में चावल का पानी लगाने के फायदे

बालों को स्ट्रेट करने के लिए आप चावल के पानी का इस्तेमाल किया जा सकता है। चावल के पानी में विटामिन ए, सी, ई, फ़्लेवोनोइड्स और फेनोलिक कंपाउंड पाए जाते हैं। ये सभी तत्व बालों को टेक्सचर को बेहतर बनाने का काम करते हैं। कोरियन स्किन और हेयर केयर में



चावल का पानी एक अहम हिस्सा है। चावल के पानी के उपयोग से बाल शाइनी, स्ट्रेट और लंबे होने लगते हैं। सबसे पहले चावल को पानी से अच्छे से धो लें, ताकि धूल-गंदगी साफ हो जाए। अब चावल से साफ पानी डालें और भीगने के लिए छोड़ दें। करीब 1-2 घंटे बाद चावल के पानी को छलनी से छानकर एक स्प्रे बोतल में भर लें। चावल के पानी को 24 घंटे तक फ्रिज में रख दें। बालों को शैंपू करने के बाद चावल के पानी से हेयर रिस करें।

बैकहैंड पर लगाएं ये खूबसूरत और आसान मेहंदी डिजाइन

मेहंदी लगाना महिलाओं को काफी पसंद होता है। अब तो कई सारे ऐसे त्योहार और शादी का सीजन आ रहा है कि महिलाएं सबसे ज्यादा मेहंदी लगाना पसंद करेंगी। कई सारी महिलाएं ऐसी होती हैं जो डिजाइन के अलग-अलग ऑप्शन ऑनलाइन सर्च करती हैं और बाहर से जाकर वैसे ही डिजाइन को हाथों में लगवाती हैं। इस बार आपको हम बैकहैंड के कुछ ट्रेंडी डिजाइन के बारे में बताएंगे। इन्हें लगाना भी काफी आसान है और ये सिंपल भी होते हैं। अगर आपको बैकहैंड पर खुला खुला मेहंदी का डिजाइन लगाना है। वो भी भरकर तो इसके लिए आप इस डिजाइन को क्रिएट कर सकती हैं। बस आपको दोनों हाथों में अलग-अलग डिजाइन क्रिएट करना है। एक में आपको गोल टिकरी डिजाइन के साथ फूल क्रिएट करना है। दूसरे में एक तरफ फूल और दूसरी तरफ लाइन खींचकर उसमें गोल डिजाइन बनाना है। इस तरीके से आपकी खूबसूरत सिंपल मेहंदी लगकर रेडी हो जाएगी। इन्हीं डिजाइन को आप उंगलियों पर क्रिएट कर सकती हैं।



चेन मेहंदी डिजाइन

मेहंदी डिजाइन के आपको अलग-अलग ऑप्शन मिल जाएंगे। लेकिन अगर आपको बैकहैंड पर सिंपल मेहंदी लगानी है तो इसके लिए आप इस तरीके के चेन मेहंदी डिजाइन को क्रिएट करा सकती हैं। इसमें कलाई पर ऊपर और नीचे की तरफ फूल का डिजाइन बनाया जाएगा। जिसे पतियाँ कंप्लीट किया जाएगा। फिर ऊपर की तरफ चेन बनानी है। इसके बाद उंगलियों पर फूल का डिजाइन दोबारा क्रिएट करना है। ऐसे आपका बैकहैंड मेहंदी डिजाइन लगकर रेडी हो जाएगा।

कार्नर न्यूज

कभी आउट ऑफ़ फैशन नहीं होते स्ट्राइप्स प्रिंट्स, जरूर अपनाएं

स्ट्राइप्स आउटफिट को कैरी करते समय छोटे-छोटे टिप्स को करें फॉलो, निखर उठेगी आप की खूबसूरती



इसलिए, यह जरूरी है कि जब भी आप स्ट्राइप्स पहनें तो इन छोटी-छोटी चीजों पर फोकस करें। स्ट्राइप्स को हमेशा अपनी बॉडी टाइप को ध्यान में रखते हुए ही पहनना चाहिए। मसलन, अगर आप अधिक लंबी और स्लिम दिखना चाहती हैं तो ऐसे में वर्टिकल स्ट्राइप्स पहनना अच्छा आइडिया है। वहीं, अपनी बॉडी

को थोड़ा हैवी दिखाने के लिए हॉरिजॉन्टल स्ट्राइप्स पहन सकती हैं।

स्ट्राइप्स को करें स्टाइल

अगर आप स्ट्राइप्स में भी स्ट्राइलिश दिखना चाहती हैं तो इसका एक अच्छा तरीका है कि आप अलग-अलग स्ट्राइप्स को एक साथ स्टाइल करें। मसलन,

आप थिन स्ट्राइप्स और थिक स्ट्राइप्स को एक साथ पहन सकती हैं। अगर आप साड़ी पहन रही हैं तो ऐसे में आप थिक व थिन स्ट्राइप्स को स्टाइल कर सकती हैं। इसी तरह, आप थिन स्ट्राइप्स शर्ट के साथ थिक स्ट्राइप्स स्कर्ट या पैट को पहन सकती हैं। इससे आपका लुक यकीनन काफी स्ट्राइलिश लगेगा।

स्ट्राइप्स में यूं तो आप एक खास पैटर्न को पहनकर भी स्टर्निंग दिख सकती हैं। लेकिन अगर आप स्ट्राइप्स में अलग-अलग पीसेस पहन रही हैं तो आपको इसके कलर पर खासतौर पर ध्यान देना चाहिए। कोशिश करें कि आप स्ट्राइप्स में ऐसे कलर्स पहनें, जो एक-दूसरे को कॉम्प्लीमेंट करें। अगर आप अलग-अलग कलर्स को एक साथ पहनने में कंफर्टेबल नहीं हैं तो आप कुछ क्लासिक कॉम्बिनेशन जैसे ब्लैक एंड व्हाइट या फ़िर रेड एंड व्हाइट को पहन सकती हैं। यह कॉम्बिनेशन हर किसी पर अच्छा लगता है। स्ट्राइप्स पहनते समय ओकेजन पर ध्यान देना भी बेहद जरूरी है। स्ट्राइप्स को आप किसी भी

ओकेजन पर पहना जा सकता है। बस जरूरी है कि आप सही तरह से उसे स्टाइल करें। मसलन, अगर आप केजुअल्स में स्ट्राइप्स पहन रही हैं तो ऐसे में बोल्ड स्ट्राइप्स पैटर्न पहनें। वहीं, अगर आप फॉर्मल इवेंट में स्ट्राइप्स पहन रही हैं तो ऐसे में आप सटल शेड्स पहनना अच्छा विचार हो सकता है।



चिलचिलाती गर्मी के मौसम में ऐसा होना चाहिए ब्राइडल



गर्मियों में शादी के लिए दुल्हन को हल्के फैब्रिक, पेस्टल कलर आउटफिट, वॉटरप्रूफ मेकअप और लाइटवेट ज्वेलरी चुननी चाहिए। साथ ही हाइड्रेशन और स्किन केयर पर ध्यान देकर वह कंफर्टेबल और खूबसूरत दिख सकती है। गर्मियों का मौसम आते ही शादी सहालग शुरू हो जाती हैं। लेकिन दुल्हन के लिए ये समय थोड़ा चुनौतीपूर्ण हो सकता है। गर्मी, पसीना और उमस में दुल्हन का लुक प्रभावित हो सकता है। हालांकि पहले से ही सही तैयारी की जाए और स्मार्ट फैसले लिए जाएं तो आप गर्मियों में खूबसूरत दुल्हन बन सकती हैं, वो भी सहजता और आराम के साथ। कपड़ों से लेकर मेकअप तक के लिए आपको स्मार्ट चयन करना है। हर दुल्हन चाहती है कि वह अपनी शादी के दिन सबसे अलग और परफेक्ट दिखे। लेकिन गर्मियों में भारी लहंगा, हैवी मेकअप और ज्यादा ज्वेलरी आपको असहज बना सकते हैं। इसलिए जरूरी है कि आप ऐसे आउटफिट, मेकअप और स्ट्राइलिंग चुनें जो आपको आराम के साथ-साथ एलिंगेंट लुक दें। इस लेख में हम आपको गर्मी के लिए वेडिंग के लिए खास ब्राइडल टिप्स, आउटफिट आइडियाज और मेकअप हैक्स बताएंगे, जिससे आप गर्मी में भी कूल, फ्रेश और स्टर्निंग नजर आएंगे।

सही ब्राइडल आउटफिट का चुनाव

गर्मियों में हल्के और ब्रीदेबल फैब्रिक जैसे ऑर्गेजा, शिफॉन और जॉर्जेट चुनें। भारी वेलवेट या मोटे सिल्क से बचें। पेस्टल रंगों जैसे पीच, पिंक, मिंट ग्रीन और लैवेंडर समर वेडिंग के लिए परफेक्ट होते हैं। ये न सिर्फ ट्रेंडी लगते हैं बल्कि आपको फ्रेश लुक भी देते हैं।

मेकअप रखें हल्का और लॉन्ग-लास्टिंग

गर्मियों में हेवी मेकअप जल्दी पिघल सकता है, इसलिए वॉटरप्रूफ और मैट प्रोडक्ट्स का इस्तेमाल करें। बेस को लाइट रखें और नेचुरल ग्लो पर फोकस करें।



मीनाकारी पायल के ये डिजाइंस बढ़ाएंगे आपके पैरों की शोभा

पैरों को आकर्षक लुक देने के लिए आपको कई तरह के डिजाइन में पायल आसानी से मिल जाएगी। किसी भी डिजाइन को चुनने से पहले आप पैरों की शेप का ख्याल जरूर रखें। ज्वेलरी पहनना हम सभी काफी पसंद करते हैं और इनमें कई वैरायटी और डिजाइन आपको ऑनलाइन से लेकर ऑफ़लाइन मार्केट तक में आसानी से मिल जाएंगे। वहीं आजकल आर्टिफिशियल ज्वेलरी का क्रेज काफी बढ़ गया है और इसे कई तरीके से स्टाइल भी किया जा रहा है। पैरों की शोभा बढ़ाने के लिए मार्केट में पायल के कई डिजाइन मिल जाते हैं, लेकिन एवरग्रीन स्टाइल की बात करें तो मीनाकारी डिजाइन आजकल काफी पसंद किया जा रहा है। तो चलिए आज हम आपको दिखाने वाले हैं मीनाकारी डिजाइन में पायल के नए डिजाइंस।

डोली डिजाइन पायल

पैरों की शोभा बढ़ाना चाहती हैं तो इस तरीके के हैवी डिजाइन की पायल को पैरों में पहन सकती हैं। इसमें आपको कई कलरफुल मीनाकारी डिजाइन में काफी पैटर्न आसानी से मिल जाएगा। इस तरह की पायल



डि जा इ न आपको मार्केट में लगभग 250 रुपये से लेकर 450 रुपये में आसानी से मिल जाएगा। अगर आपके पैर चौड़े नहीं है तो इस तरीके के डिजाइन की पायल को आप अवॉयड ही करें।

डबल चैन डिजाइन पायल

अगर आप सिंपल डिजाइन की पायल नहीं पहनना चाहते हैं तो इस तरीके की डबल या ट्रिपल पायल डिजाइन को पैरों में पहन सकते हैं। इस तरह के डिजाइन में आपको कई मीनाकारी डिजाइन के पैटर्न आसानी से मिल जाएंगे। वहीं आर्टिफिशियल में आपको इस तरीके की पायल करीब 200 रुपये से लेकर 400 रुपये तक में आसानी से मिल जाएगी।