हरिभूमि

इस्पात भूमि

रायपुर, मंगलवार 23 जून 2026

तापमान

अधिकतम 38.8 डिग्री

न्यूनतम 25.4 डिग्री

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

बीएसपी स्क्रैप चोरी मामले में बड़ा खुलासा : आरोपी के लॉकर से 50 लाख के गहने और 3 करोड़ की संपत्ति के दस्तावेज मिले

हरिभूमि न्यूज ⏭भिलाई

भिलाई स्टील प्लांट से चोरी हुए स्क्रैप के पैसे से खरीदी गई संपत्तियां

भिलाई स्टील प्लांट से करोड़ों रुपए के स्क्रैप चोरी मामले में दुर्ग पुलिस को बड़ी सफलता मिली है। पुलिस रिमांड के दौरान मुख्य आरोपी संजय सिंह समेत तीन आरोपियों से पूछताछ में कई अहम खुलासे हुए हैं। जांच के दौरान मुख्य आरोपी संजय सिंह के लॉकर से करीब 50 लाख रुपये के आभूषण और लगभग 3 करोड़ रुपये मूल्य की संपत्तियों से जुड़े दस्तावेज बरामद किए गए हैं। पुलिस के अनुसार यह पूरा गिरोह बीएसपी से चोरी किए गए स्क्रैप को फ्लू डस्ट परिवहन की आड़ में बाहर निकालकर अवैध रूप से बेच रहा था। इस मामले में पहले ही 9 आरोपियों को गिरफ्तार किया जा चुका था। मुख्य फरार आरोपी संजय सिंह को उत्तर प्रदेश के देवरिया से गिरफ्तार कर 7 दिन की पुलिस रिमांड पर लिया गया था।

पुलिस ने रिमांड अवधि पूरी होने के बाद संजय सिंह, अमित शर्मा उर्फ कैलाश शर्मा और आकाश कुमार सिंह को न्यायालय में पेश कर न्यायिक अभिरक्षा में भेज दिया है। मामले में अब तक कुल 12 आरोपियों की गिरफ्तारी हो चुकी है और जांच जारी है।

अब तक 12 आरोपी गिरफ्तार

लॉकर से मिले गहने और करोड़ों की संपत्ति

पुलिस ने मुख्य आरोपी संजय सिंह के लॉकर से लगभग 50 लाख रुपए मूल्य के आभूषण और करीब 3 करोड़ रुपये की अचल संपत्तियों से संबंधित दस्तावेज जब्त किए हैं। एक अन्य आरोपी से भी संपत्ति संबंधी दस्तावेज मिले हैं, जिनका मूल्यांकन किया जा रहा है। पुलिस अब आरोपियों की चल और अचल संपत्तियों की कुर्की की तैयारी कर रही है।

पूछताछ में सामने आए नए नाम

रिमांड के दौरानसंजय सिंह, उम्र 48 वर्ष, निवासी खुर्सीपार से हुई पूछताछ में अमित शर्मा उर्फ कैलाश शर्मा उम्र 45 वर्ष निवासी सेक्टर-2 भिलाई और आकाश कुमार सिंह, उम्र 29 वर्ष, निवासी हाउसिंग बोर्ड थाना जामुल की संलिप्तता सामने आई। दोनों को गिरफ्तार कर पूछताछ की गई। आरोपियों ने स्वीकार किया कि चोरी के स्क्रैप की बिक्री से मिली रकम को संपत्तियों और आभूषणों में निवेश किया गया था।

250 टन स्क्रैप पहले ही हो चुका है जब्त

मामले की शुरुआती जांच में एके ट्रेडर्स परिसर से लगभग 250 टन लोहे की प्लेट, बीम कटिंग और अन्य स्क्रैप सामग्री बरामद की गई थी। इसकी कीमत करीब 90 लाख रुपये बताई गई थी। वहीं वाहन और मशीनरी समेत कुल 3.22 करोड़ रुपए से अधिक की संपत्ति जब्त की गई थी। पुलिस ने घटनास्थल का पुनर्निर्माण कराया और जांच के दौरान स्क्रैप परिवहन में इस्तेमाल किए जा रहे वाहनों की फर्जी नंबर प्लेट भी बरामद की हैं। इससे संकेत मिले हैं कि गिरोह संगठित तरीके से लंबे समय से इस अवैध कारोबार में शामिल था।

खबर संक्षेप

गांजा बेचने वाले के 69 दिन व 10 हजार का दंड

दुर्ग। कुम्हारी थाना अंतर्गत गोठान के पास 1.175 किलोग्राम गांजा के साथ पकड़ाए वीर पिता बिल्लू देवार (22 वर्ष) को कोर्ट ने 69 दिन और 10 हजार रुपए के अर्थदंड की सजा सुनाई। राशि अदा नहीं करने पर आरोपी को 3 माह की अतिरिक्त सजा भुगतनी होगी। न्यायाधीश पीएस मरकाम के न्यायालय से यह फैसला आया। कोर्ट ने आरोपी को उतने ही दिन की सजा सुनाई, जितने दिन से वह जेल में निरुद्ध है।प्रकरण के मुताबिक घटना 13 अप्रैल 2026 को दोपहर करीब 12.40 बजे की है। आरोपी वीर से पुलिस ने 1.715 किलोग्राम गांजा जब्त किया। उसे गिरफ्तार कर कोर्ट में पेश किया गया, जहां केस के विचारण के बाद आरोपी पर दोष सिद्ध पाया गया। उसे सजा सुनाई गई। मामले में शासन की तरफ से पैरवी विशेष लोक अभियोजक सूरज शर्मा ने की।

बाइक चोरी का खुलासा आरोपी गिरफ्तार

भिलाई। नंदिनी नगर पुलिस ने मोटरसाइकिल चोरी के मामले का त्वरित खुलासा करते हुए एक आरोपी को गिरफ्तार कर लिया है। आरोपी के कब्जे से चोरी गई मोटरसाइकिल भी बरामद कर ली गई है। जब्त वाहन की कीमत करीब 30 हजार रुपये बताई गई है। गिरफ्तार आरोपी की पहचान अशोक भारती (36 वर्ष) निवासी ग्राम नगवा, थाना कासिमाबाद, जिला गाजीपुर (उत्तर प्रदेश) के रूप में हुई है। पुलिस के अनुसार ग्राम पिटौरा निवासी प्रार्थी ने शिकायत दर्ज कराई थी कि वह 20 जून को सामान खरीदने के लिए नंदिनी टाउनशिप स्थित विश्वकर्मा इंजीनियरिंग शॉप गया था। उसने अपनी मोटरसाइकिल क्रमांक सीजी 07 बीयू 0209 दुकान के सामने खड़ी की थी। कुछ देर बाद लौटने पर बाइक गायब मिली। शिकायत के आधार पर नंदिनी नगर थाना पुलिस ने मामला दर्ज कर जांच शुरू की। विवेचना के दौरान 22 जून को पुलिस ने क्षेत्र में नाकाबंदी कर सघन वाहन चेकिंग अभियान चलाया। इसी दौरान एक संदिग्ध व्यक्ति चोरी की गई मोटरसाइकिल चलाते हुए पकड़ा गया। आरोपी को न्यायालय में पेश किया, जहां से उसे न्यायिक रिमांड पर जेल भेज दिया गया। मामले में पुलिस की जांच जारी है।

81 एटीएम कार्ड, 62 पासबुक और लैपटॉप सहित ढाई लाख की सामग्री जब्त

ऑनलाइन सट्टा नेटवर्क का भंडाफोड़ तीन अंतर्राज्यीय आरोपी गिरफ्तार

हरिभूमि न्यूज ⏭भिलाई

आईपीएल के दौरान रांची से चला रहे थे नेटवर्क

ऑनलाइन जुआ-सट्टा और म्युल अकाउंट नेटवर्क के खिलाफ बड़ी कार्रवाई करते हुए तीन अंतर्राज्यीय आरोपियों को गिरफ्तार किया है। गिरफ्तार आरोपियों में अजय मिश्रा, उम्र 23 वर्ष, निवासी सेक्टर-1, एवेन्यू सी, भिलाई, दीपक कुमार, उम्र 32 वर्ष, निवासी ग्राम नगदोई, जिला नालंदा, बिहार और करण कुमार सिंह, उम्र 26 वर्ष, निवासी बालाजी नगर, खुर्सीपार, भिलाई शामिल हैं। थाना खुर्सीपार और एंटी क्राइम एंड साइबर यूनिट की संयुक्त टीम ने आरोपियों के कब्जे से 81 एटीएम कार्ड, 62 बैंक पासबुक, 5 चेकबुक, 13 मोबाइल फोन, 11 सिम कार्ड, एक लैपटॉप और हार्ड डिस्क जब्त की है। बरामद सामग्री की अनुमानित कीमत करीब 2.50 लाख रुपए बताई गई है। जांच में यह पता लगाया जा रहा है कि नेटवर्क से जुड़े अन्य लोग कौन हैं और अब तक कितनी राशि का लेन-देन हुआ है। थाना खुर्सीपार में आरोपियों के खिलाफ बीएनएस की धारा 318(2), 318(3), 318(4), 319 तथा छत्तीसगढ़ जुआ (प्रतिषेध) अधिनियम 2022 की धारा 5, 6 और 7 के तहत मामला दर्ज किया गया है। प्रारंभिक जांच में यह भी ज्ञात हुआ है कि आईपीएल सीजन के दौरान आरोपियों द्वारा रांची (झारखंड) से नेटवर्क संचालित किया गया था तथा विभिन्न व्यक्तियों के बैंक खातों का उपयोग ऑनलाइन सट्टे से प्राप्त धनराशि के लेन-देन के लिए किया जा रहा था। बरामद डिजिटल उपकरणों, बैंक खातों एवं वित्तीय ट्रांजेक्शनों का तकनीकी एवं वित्तीय विश्लेषण जारी है।

मुखबिर की सूचना पर हुई कार्रवाई

पुलिस को सूचना मिली थी कि आईटीआई खेल मैदान खुर्सीपार के पास तीन युवक लैपटॉप और मोबाइल फोन के जरिए ऑनलाइन सट्टा संचालित कर रहे हैं। सूचना के बाद पुलिस टीम ने मौके पर दबिश दी। पुलिस को देखकर आरोपी भागने लगे, लेकिन घेराबंदी कर उन्हें पकड़ लिया गया। तलाशी के दौरान उनके पास से बड़ी संख्या में बैंकिंग दस्तावेज, एटीएम कार्ड, मोबाइल फोन, सिम कार्ड, लैपटॉप और हार्ड डिस्क बरामद हुए। पूछताछ में आरोपियों ने ऑनलाइन सट्टा संचालन और अवैध वित्तीय गतिविधियों में शामिल होने की बात स्वीकार की।

गरीबों के खातों को बनाया जाता था म्युल अकाउंट

पुलिस के अनुसार आरोपी गरीब और आर्थिक रूप से कमजोर लोगों को लालच देकर उनके नाम से बैंक खाते खुलवाते थे। इन खातों का उपयोग ऑनलाइन सट्टे और अवैध वित्तीय लेन-देन के लिए किया जाता था। प्रारंभिक जांच में खुलासा हुआ है कि आरोपी आईपीएल सीजन के दौरान झारखंड के रांची में रहकर ऑनलाइन सट्टा नेटवर्क संचालित कर रहे थे और इसके लिए अन्ना रेड्डी नामक ऑनलाइन बेटिंग एप्लीकेशन का उपयोग किया जा रहा था। पुलिस अब जब्त किए गए डिजिटल उपकरणों, बैंक खातों और वित्तीय लेन-देन का तकनीकी विश्लेषण कर रही है।

81 एटीएम और 62 पासबुक मिले, लेकिन करोड़ों के लेनदेन पर सस्पेंस बरकरार

पुलिस ने यह भी बताया कि आरोपियों ने विशाखापट्नम निवासी एम अर्जुन से संपर्क कर 20 हजार रुपए में इन म्यूल अकाउंटों को प्राप्त किया था जिसके जरिए लेन देन किया जाता था। आरोपी अपने बैंक खाते में किसी प्रकार का लेनदेन नहीं करता था। हालांकि पुलिस ने आरोपियों कब्जे से जो 81 एटीएम कार्ड, 62 बैंक पासबुक, 5 चेकबुक, 13 मोबाइल फोन, 11 सिम कार्ड, एक लैपटॉप और हार्ड डिस्क जब्त जब्त किया है इसके माध्यम से कितने रुपए का लेनदेन हुआ है इसका खुलासा नहीं किया है।

रिटायर्ड सीई ने की तीन शादियां, एक में हुआ लिवइन को लेकर एग्रीमेंट

हरिभूमि न्यूज ⏭भिलाई

अपने अधीनस्थ इंजी. के साथ किया लिविइन में रहने को लेकर एग्रीमेंट

भिलाई नगर निगम से मुख्य अभियंता के पद से रिटायर हुए भागीरथ वर्मा ने जहां भ्रष्टाचार के दम पर करोड़ों की चल अचल संपत्ति बनाई तो वहीं इस संपत्ति का मायाजाल दिखाकर उसने तीन अलग अलग शादियां की। तीसरी शादी के लिए उसने लिखित एग्रीमेंट किया, जिसमें उसने अपनी ही अधीनस्थ इंजीनियर के साथ लिविइन में रहने को लेकर 100 रुपए के स्टॉम्प पेपर में एग्रीमेंट किया। यह स्टांप भी भागीरथ वर्मा ने अपने नाम पर खरीदा था।

एसीबी में शिकायत करने वाले ठेकेदार तिवारी ने जारी स्टांप के साथ हरिभूमि को बताया कि, भागीरथ वर्मा ने छत्तीसगढ़ शासन से जारी 100 रुपए के स्टांप (एस 374801) में महिला इंजीनियर के साथ एग्रीमेंट किया कि वो और महिला इंजीनियर 27 मई 2022 से भगवान को साक्षी मानकर आपसी सहमति से लिवइन रिलेशनशिप में पति-पत्नी की तरह रह रहे हैं। यह भी लिखा गया कि यह रिलेशनशिप एग्रीमेंट जीवन पर्यंत दोनों के ऊपर लागू होगा। उन्होंने यह भी लिखा कि यदि किसी भी प्रकार की असमाइक या आकस्मिक स्थिति निर्मित होती है तो दोनों के पुत्र पुत्री संपत्ति में बराबर के हिस्सेदार होंगे। ऐसा ही वादा उन्होंने अपनी पहली पत्नी की मौत के बाद दूसरी पत्नी से भी किया, लेकिन उसके बच्चों को अचल संपत्ति का हक नहीं दिया। इसको लेकर उनकी दूसरी पत्नी की बेटी ने उज्जैन में उनके खिलाफ केस भी दायर किया है।

एग्रीमेंट में आभूषण और जमीन फार्महाउस का भी जिक्र

भागीरथ वर्मा ने फर्जी तरीके से ठेकेदारों को ठेका दिया और उससे अर्जित की गई काली कमाई से जोरा में फ्लैट, मोतीपुर में फार्महाउस, पिरदा में फार्महाउस सहित कई अन्य जगह बड़े बंगले और फार्महाउस व जमीन लिया। लाखों करोड़ों रुपए के सोने चांदी के आभूषण बनवाए। उसने इंजीनियर से लिवइन को लेकर हुए एग्रीमेंट में अपनी इन संपत्ति और आभूषों का जिक्र किया है कि इसमें दोनों का बराबर का हक होगा।

शादी के बाद भी लिवइन रिलेशन से मना ना करने का जिक्र

भागीरथ वर्मा ने एक भोलीभाली महिला इंजीनियर को अपनी संपत्ति का मायाजाल दिखाकर ऐसा लिवइन रिलेशनशिप का एग्रीमेंट बनवाया जिसमें उसने यह भी जिक्र किया कि महिला इंजीनियर 4-5 फरवरी 2024 को दूसरे युवक से शादी करने वाली है, लेकिन उस शादी के बाद भी उसे भागीरथ वर्मा के साथ लिविइन रिलेशन में रहना होगा। इतना ही नहीं उन दोनों की संपत्ति में महिला इंजीनियर का पति अपना हक नहीं जता सकेगा।

चापड़ लहराकर दहशत फैलाने वाला निगरानी बदमाश गिरफ्तार

हरिभूमि न्यूज ⏭भिलाई

सुपेला थाना पुलिस ने आम लोगों में भय और आतंक फैलाने वाले एक निगरानी बदमाश को गिरफ्तार किया है। आरोपी सार्वजनिक स्थान पर धारदार लोहे का चापड़ लहराकर लोगों को डरा-धमका रहा था। पुलिस ने उसके कब्जे से चापड़ जब्त कर आर्म्स एक्ट के तहत मामला दर्ज किया है। पुलिस के अनुसार 22 जून को मुखबिर से सूचना मिली थी कि आर.के. मैदान, सुपेला के पास एक युवक हाथ में धारदार चापड़ लेकर लोगों को धमका रहा है और क्षेत्र में दहशत का माहौल बना रहा है। सूचना मिलते ही पुलिस टीम मौके पर पहुंची और घेराबंदी कर आरोपी को पकड़ लिया। पुलिस ने मौके पर आरोपी को हाथ में धारदार लोहे का चापड़ लहराते हुए पाया। पूछताछ में उसने अपनी पहचान युवराज सोनी उर्फ बिल्ला (19 वर्ष) निवासी कृष्णा नगर, मिनी माता चौक, सुपेला के रूप में बताई। गवाहों की मौजूदगी में आरोपी के कब्जे से एक धारदार लोहे का चापड़ जब्त किया गया। इसके बाद उसके खिलाफ आर्म्स एक्ट की धारा 25 और 27 के तहत अपराध दर्ज कर गिरफ्तार कर लिया गया। युवराज सोनी उर्फ बिल्ला थाना सुपेला का निगरानी बदमाश है। उसका नाम पुलिस की निगरानी सूची में दर्ज है और उसके खिलाफ अन्य आपराधिक मामले भी न्यायालय में विचाराधीन हैं। गिरफ्तारी के बाद आरोपी को न्यायालय में पेश किया गया, जहां से उसे न्यायिक रिमांड पर जेल भेज दिया गया।

62 पौवा अवैध शराब और बाइक के साथ 3 आरोपी गिरफ्तार

हरिभूमि न्यूज ⏭भिलाई

नशे के खिलाफ चलाए जा रहे अभियान के तहत उतई पुलिस ने अवैध शराब के परिवहन और बिक्री में शामिल तीन आरोपियों को गिरफ्तार किया है। पुलिस ने उनके कब्जे से 62 पौवा देसी शराब और एक मोटरसाइकिल जब्त की है। गिरफ्तार आरोपियों में पुरेंद्र ठाकुर (35 वर्ष) निवासी ग्राम बोरहाडीह, शिवराम यादव (50 वर्ष) निवासी ग्राम चुनकट्टा और दिलेश कुमार पारधी (24 वर्ष) निवासी ग्राम गनियारी शामिल हैं। पुलिस के अनुसार 21 जून को मुखबिर से सूचना मिली थी कि दो व्यक्ति मोटरसाइकिल से ग्राम पतोरा क्षेत्र में अवैध शराब की खेप लेकर जा रहे हैं। सूचना मिलते ही उतई पुलिस ने घेराबंदी कर वाहन को रोका और तलाशी ली। तलाशी के दौरान मोटरसाइकिल क्रमांक सीजी 07 केए 5938 से एक प्लास्टिक बोरी में रखे 32 पौवा देसी प्लेन शराब बरामद हुई। पुलिस ने मौके से पुरेंद्र ठाकुर और शिवराम यादव को गिरफ्तार कर लिया। दोनों के खिलाफ आबकारी अधिनियम के तहत मामला दर्ज किया गया। इसी दौरान पुलिस को एक अन्य सूचना मिली कि मुक्तिधाम रोड, पतोरा में एक युवक अवैध शराब बेचने के लिए ग्राहक तलाश रहा है। पुलिस ने रेड कार्रवाई कर आरोपी को पकड़ लिया। उसकी पहचान दिलेश कुमार पारधी के रूप में हुई। तलाशी में उसके कब्जे से 30 पौवा देसी मसाला शराब बरामद हुई,

- ग्राम पतोरा में शराब तस्करी और बिक्री पर पुलिस का शिकंजा

जिसे पुलिस ने जब्त कर लिया। पुलिस ने आरोपियों के कब्जे से 32 पौवा देसी प्लेन शराब (5.76 बल्क लीटर), 30 पौवा देसी मसाला शराब (5.40 बल्क लीटर) और मोटरसाइकिल सीजी 07 केए 5938 जब्त किया है। पुलिस ने तीनों आरोपियों के खिलाफ आबकारी अधिनियम की धारा 34(2) के तहत प्रकरण दर्ज कर उन्हें गिरफ्तार किया और न्यायिक अभिरक्षा में भेज दिया।

बारिश की बेरुखी : समान्य से 70 फीसदी तक गिरा कम पानी

दंतेवाड़ा के रास्ते मानसून ने किया प्रवेश, अगले दो दिन में पहुंचेगा दुर्ग

हरिभूमि न्यूज ⏭भिलाई

अब तक होनी थी 113.9 मिमी बारिश, हुई 34.2 मिमी

प्री-मानसून की कमजोर गतिविधियों के बीच मानसून ने छत्तीसगढ़ में दस्तक दे दी है। मौसम विभाग के मुताबिक दंतेवाड़ा के रास्ते मानसून ने छत्तीसगढ़ में प्रवेश किया है। इसके आगामी दिनों में दुर्ग सहित प्रदेश के अन्य हिस्सों में पहुंचने की संभावना है। अगले दो से तीन दिनों में दुर्ग जिले की सीमा तक पहुंचने का अनुमान लगाया जा रहा है। इस बीच सोमवार को मौसम का मिजाज बदला नजर आया। सुबह जहां धूप खिली रही, वहीं दोपहर बादल छाए। शाम होते-होते तेज हवाओं के बीच हल्की बारिश भी हुई। बता दें कि जिले में अब तक समान्य से काफी कम बारिश हुई है। मौसम विभाग की मानें तो 1 जून से लेकर 22 जून तक जिले की बारिश का औसत 113.9 मिलीमीटर है, लेकिन बारिश सिर्फ 34.2 मिलीमीटर है। यानी समान्य से करीब 70 प्रतिशत कम बारिश हुई है। सोमवार को भी हुई बारिश काफी कम रही। इससे किसानों की चिंता बढ़ गई है। बारिश की बेरूखी से खेती-किसानी कार्य बुरी तरह प्रभावित है। मौसम में बदलाव के कारण तापमान में जरूर गिरावट दर्ज की गई है। सोमवार को जिले का अधिकतम तापमान 38.8 डिग्री रहा, जो समान्य से 2.6 डिग्री ज्यादा था। इसी प्रकार न्यूनतम पारा 25.4 डिग्री रिकॉर्ड किया गया, जो समान्य से करीब 0.2 डिग्री कम रहा। सोमवार को दिनभर तेज धूप और उमस ने लोगों की परेशानी बढ़ा दी। शाम को लोगों ने गर्मी से राहत महसूस की।

मानसून के आगमन के साथ मिलेगी गर्मी से राहत

मौसम विभाग के अधिकारियों ने बताया कि सोमवार को दक्षिण-पश्चिम मानसून ने छत्तीसगढ़ के दंतेवाड़ा में प्रवेश कर लिया है। दंतेवाड़ा और इसके आसपास के क्षेत्रों में बारिश हो रही है। इसके आगे बढ़ने की संभावना है और अगले दो से तीन दिन में मध्यम छत्तीसगढ़ तक पहुंचने के आसार हैं। अगले 2 दिनों में बारिश की संभावना बन रही है।

अगले दो से तीन दिन में अच्छी बारिश की बन रही संभावना

मौसम वैज्ञानिकों की मानें तो अगले दो से तीन दिनों में अच्छी बारिश की संभावना बन रही है। राहत की बात यह है कि अगले पांच दिनों तक प्रदेश में गरज-चमक के साथ बिजली कड़कने तथा हल्की से मध्यम वर्षा होने के आसार हैं। मौसम विभाग का कहना है कि 23 जून के आसपास दक्षिण-पश्चिम मानसून के छत्तीसगढ़ के कुछ हिस्सों में आगे बढ़ने के लिए परिस्थितियां अनुकूल बन रही हैं। पंजाब से हरियाणा, उत्तर प्रदेश होते हुए बिहार तक समुद्र तल पर एक मौसमी द्रोणिका बनी हुई है। इसके अलावा औसत समुद्र तल से 0.9 किमी की ऊंचाई पर उत्तरी छत्तीसगढ़ से तेलंगाना तक एक अन्य द्रोणिका सक्रिय है। इन मौसमी प्रणालियों के प्रभाव से प्रदेश में मौसम का मिजाज बदलने की संभावना बनी हुई है।

अग्रसेन
प्रा. आई.टी.आई
BHILAI | DHANORA
• ELECTRICIAN
2 Year (10th Pass)
• FITTER 2 Year (10th Pass)
• C.O.P.A. (Computer) 1 Year (10th Pass)
Affiliated By : N.C.V.T & D.G.E.T. New Delhi (Govt. of India)
भारतीय सेना में कार्यरत/ भूतपूर्व सैनिकों के परिवार एवं दिव्यांग छात्र-छात्राओं के लिए संपूर्ण फीस में 25 % की छूट
REGISTRATION OPEN
कुरुद रोड कोहका, भिलाई, जिला - दुर्ग (छ.ग.)
89595-93949 • 89595-44444
अग्रसेन एजुकेशन कैम्पस, ग्राम-धनोरा, जिला - दुर्ग (छ.ग.)
89595-93934 • 89595-44444

खबर संक्षेप

अब अहिवारा में ही संचालित होगा संभागीय कार्यालय

दुर्ग। छत्तीसगढ़ स्टेट पॉवर डिस्ट्रीब्यूशन कंपनी लिमिटेड दुर्ग क्षेत्र ने उपभोक्ताओं की सुविधा को प्राथमिकता देते हुए निर्णय लिया है, पूर्व में जो विद्युत संभागीय कार्यालय अहिवारा, भिलाई-3 में स्थित था, उसे अब वहां से स्थानांतरित कर अहिवारा में ही कार्यशील कर दिया गया है। 20 मई से इस कार्यालय ने जामुल रोड, मंगल भवन के सामने, सबस्टेशन परिसर अहिवारा स्थित नवीन भवन में अपना कार्य विधिवत रूप से शुरू कर दिया है। इस स्थानांतरण का सीधा लाभ क्षेत्र के आठ वितरण केंद्रों से जुड़े 86 हजार से अधिक उपभोक्ताओं को होगा। अब उन्हें अपनी बिजली संबंधी समस्याओं, बिल सुधार या अन्य महत्वपूर्ण कार्यों के लिए 25 किलोमीटर दूर भिलाई-3 की लंबी यात्रा नहीं करनी पड़ेगी। कंपनी का मुख्य उद्देश्य स्थानीय स्तर पर ही बिजली संबंधी बेहतर और त्वरित सेवाएं उपलब्ध कराना है।इस संभागीय कार्यालय के अंतर्गत कुम्हारी और धमधा उपसंभाग के अंतर्गत आने वाले सभी वितरण केंद्र - धमधा, ठेलका, दारगांव, ननकट्टी, कुम्हारी, मुरमुंदा, अहिवारा और जामुल शामिल हैं।

निधन

आशा राम साहू

अंडा। ग्राम आमटी निवासी आशा राम साहू उम्र 76 वर्ष का 22 जून को निधन हो गया। उनका अंतिम संस्कार 23 जून को सुबह 11 बजे गृहग्राम आमटी के मुक्तिधाम में किया जायेगा। वे सुरेंद्र साहू, देवेंद्र साहू के पिता थे। वे अपने पीछे भरापूरा परिवार छोड़ गए हैं।

15 करोड़ से बनेगा स्टेडियम, होगा सिंथेटिक ट्रैक, फुटबॉल ग्राउंड, बैडमिंटन कोर्ट

हरिभूमि न्यूज ⏭दुर्ग

खेल ग्राम खम्हरिया में नया स्टेडियम बनाए जाने का रास्ता साफ हो गया है। सोमवार को करीब 16 एकड़ जगह का सीमांकन किया गया। इस दौरान प्रशासनिक अधिकारी, जनप्रतिनिधि मौजूद थे।

करीब 15 करोड़ रुपए की लागत से संभाग स्तरीय बहुउद्देशीय स्टेडियम का निर्माण किया जाएगा। इसकी स्वीकृति शासन से पहले ही मिल चुकी है। प्रथम किश्त के रूप में 4 करोड़ रुपये मार्च 2026 में निर्माण एजेंसी लोक निर्माण विभाग को राशि भी ट्रांसफर की जा चुकी है। इस स्टेडियम में 400 मीटर सिंथेटिक ट्रैक, फुटबॉल ग्राउंड, सीटिंग गैलरी, इंडोर स्टेडियम (बैडमिंटन कोर्ट) और प्रशासनिक भवन का निर्माण किया जाएगा। कलेक्टर अभिजीत सिंह के निर्देश पर सोमवार को सीमांकन किया गया।

खेलग्राम खम्हरिया में 16 एकड़ की भूमि का सीमांकन, खेल प्रतिभाओं को मिलेगा अवसर

खेल एवं युवा कल्याण विभाग के माध्यम से होगा संचालन

जानकारी के मुताबिक तैयारी स्टेडियम का संचालन खेल एवं युवा कल्याण विभाग के माध्यम से होगा। विभाग को ही करीब 15 करोड़ रुपए की राशि जारी की जानी है। खेल एवं युवा कल्याण विभाग के नाम आबंटित 16 एकड़ शासकीय भूमि का सीमांकन कर चिन्हांकित कर लिया गया है। खेल एवं युवा कल्याण विभाग के सहायक संचालक से मिली जानकारी के अनुसार तहसीलदार वसुमित्र दीवान के नेतृत्व में राजस्व विभाग के आरआई घनश्याम चंद्राकर, पटवारी विवेक देवांगन, लोक निर्माण विभाग के इंजीनियर वायके सोनवानी व सुस्मिता चंद्राकर द्वारा चूना और अन्य उपकरणों से भूमि के चारों ओर निशान लगाया गया। उतई थाना टीआई अनिल पटेल के नेतृत्व में 10 पुरुष और 10 महिला पुलिस कर्मियों की मौजूदगी के कारण यह प्रक्रिया बिना किसी व्यवधान के शांतिपूर्ण ढंग से संपन्न हुई।

सरपंच ने दिए कार्य की गुणवत्ता पर विशेष ध्यान देने के निर्देश

निरीक्षण के दौरान सरपंच दुलारी देशलहरे ने कार्य की गुणवत्ता पर विशेष ध्यान रखने के निर्देश दिए। इस दौरान खेल विभाग के प्रशिक्षक भूपेन्द्र हिरवानी, उपसरपंच टीकाराम साहू, खेल प्रशिक्षक बालक दास डहरे सहित स्थानीय जनप्रतिनिधि और ग्रामवासी उपस्थित रहे। बता दें कि दुर्ग ग्रामीण विधायक ललित चंद्राकर के प्रयासों से यहां संभाग स्तरीय बहुउद्देशीय स्टेडियम निर्माण के लिए 15 करोड़ रुपये की राशि स्वीकृति मिली है। इससे दुर्ग ग्रामीण, दुर्ग शहर, रिसाली निगम, नगर पंचायत उतई और भिलाई निगम सहित पूरे संभाग के खिलाड़ियों को सीधा लाभ मिलेगा।

उपमुख्यमंत्री ने दुर्ग महापौर के प्रस्ताव पर दिए डीपीआर तैयार करने के निर्देश

उरला में बनेगा 24 एमएलडी का नया फिल्टर प्लांट पटरीपार के 12 वार्डों की 1 लाख आबादी को मिलेगा पानी

हरिभूमि न्यूज ⏭दुर्ग

शहर के पटरीपारा के वार्डों की आबादी को आने वाले समय में उरला में बनने वाले नए 24 एमएलडी फिल्टर प्लांट से पानी मिलेगा। करीब 12 वार्डों की 1 लाख आबादी को पानी पहुंचेगा। इसे लेकर निगम के जलकार्य विभाग द्वारा नई कार्ययोजना तैयार की जा रही है।

नगरीय निकाय मंत्री अरुण साव को समक्ष महापौर अल्का बाघमार ने यह प्रस्ताव रखा, जिसके बाद मंत्री ने निगम के अधिकारियों को विस्तृत कार्ययोजना तैयार करने के लिए निर्देशित किया है। इसमें करीब 200 करोड़ रुपए खर्च आने का अनुमान लगाया गया है। योजना के अंतर्गत उरला और बेलौधी की सीमा में शिवनाथ नदी तट के पास ही इंटकवेल और फिल्टर प्लांट बनाया जाएगा। जहां से पूरे पटरीपार और उरला के आसपास के अन्य वार्डों में गयानगर, राजीव नगर, गिरधारी नगर, नयापारा, बघेरा सहित अन्य क्षेत्रों में पानी सप्लाई की तैयारी है। फिल्टर प्लांट शंकर नाला के शिवनाथ नदी तट स्थित मुहाने पर तैयार किया जाएगा। ताकि वर्तमान में बन रहे 47 एमएलडी के सीवरेज ट्रीटमेंट प्लांट से संसाधनों और पानी को उपयोग में लाया जा सके। वर्तमान में निगम की तैयारी है कि इस प्रोजेक्ट के लिए कंसलटेंट की मदद ली जाए, ताकि बेहतर कार्ययोजना बन सके।

योजना के अंतर्गत वार्ड-14, 15, 16, 17, 18, 19, 20, 27, 57, 58, 59, 60 सहित अन्य वार्डों में पानी पहुंचाने की तैयारी है। वर्तमान में इन वार्डों में रायपुर नाका स्थित 24 और 42 एमएलडी फिल्टर प्लांट के माध्यम से पानी की सप्लाई होती है। शहर विस्तार को देखते हुए उरला-बेलौदी के मध्य नए फिल्टर प्लांट की कार्ययोजना तैयार की जा रही है। वर्तमान में बेलौदी में एनीकट पहले से हैं, जहां 12 महीने जलभराव के हालात रहते हैं। इसे देखते हुए शहर की पानी की जरुरत को पूरा किया जा सकता है।

उरला-बेलौदी मार्ग पर पांच एकड़ जगह का किया गया चयन

नाले के पानी को साफ कर उपयोग लायक बनाने 129 करोड़ से बन रहे दो सीवरेज ट्रीटमेंट प्लांट

जानकारी के मुताबिक शहर के दो प्रमुख नाले शंकरनाला और पुलगांव नाला के गंदे पानी को साफ कर उपयोग में लाने के लिए दो नए सीवरेज ट्रीटमेंट प्लांट तैयार किए जा रहे हैं। 129.50 करोड़ रुपये की लागत से 47 एमएलडी एसटीपी अमृत मिशन 2.0 के अंतर्गत पुलगांव में 30 एमएलडी एवं उरला में 47 एमएलडी क्षमता के कुल 77 एमएलडी सीवरेज ट्रीटमेंट प्लांट तैयार किया जा रहा है। इसका काम भी शुरू हो चुका है। मंत्री अरुण साव ने उरला में निर्माणाधीन 47 एमएलडी एसटीपी का निरीक्षण किया। लगभग 129.50 करोड़ रुपये की लागत से निर्मित हो रहे इस महत्वपूर्ण प्रोजेक्ट की प्रगति की समीक्षा करते हुए उन्होंने अधिकारियों एवं एजेंसी को कार्य निर्धारित समय-सीमा में पूर्ण करने के निर्देश दिए है। उन्होंने निर्माण कार्य की गुणवत्ता बनाए रखने तथा किसी भी प्रकार की लापरवाही नहीं बरतने के लिए अधिकारियों को सख्त निर्देश प्रदान किए। उन्होंने कहा कि यह परियोजना शहर की सीवरेज व्यवस्था को सुदृढ़ बनाने तथा पर्यावरण संरक्षण की दिशा में महत्वपूर्ण भूमिका निभाएगी।

12.19 करोड़ से बन रहा नालंदा परिसर

प्रयास कन्या विद्यालय एवं छात्रावास के पीछे अधोसंरचना मद से लगभग 12.13 करोड़ की लागत से निर्माणाधीन नालंदा परिसर का निर्माण किया जा रहा है। इस परियोजना के पूर्ण होने से विद्यार्थियों एवं प्रतियोगी परीक्षाओं की तैयारी कर रहे युवाओं को आधुनिक एवं सुव्यवस्थित अध्ययन सुविधाएं उपलब्ध होंगी, जिससे उनके शैक्षणिक विकास को नई दिशा मिलेगी। मंत्री अरुण साव ने नालंदा परिसर का निरीक्षण किया। इसके बाद उन्होंने पुराना बस स्टैंड स्थित इंदिरा मार्केट में प्रस्तावित मल्टीलेवल पार्किंग निर्माण कार्य का निरीक्षण किया। उन्होंने संबंधित अधिकारियों एवं निर्माण एजेंसी को निर्देशित करते हुए कहा कि कार्य शीघ्र प्रारंभ कर निर्धारित अवधि में गुणवत्तापूर्वक पूर्ण किया जाए, ताकि नागरिकों को बेहतर पार्किंग सुविधा उपलब्ध हो सके। लगातार बढ़ते यातायात तथा व्यावसायिक क्षेत्रों में पार्किंग की समस्या को देखते हुए यह परियोजना अत्यंत महत्वपूर्ण है। लगभग 17.35 करोड़ 18 माह में यह काम पूरा होना है।

शहर में भी महानगरों की तर्ज पर बने एक 50 एकड़ में फैला ऑक्सीजन जोन, की गई मांग

हरिभूमि न्यूज ⏭दुर्ग

शहर के विस्तार और आगामी दिनों में अंतर्राष्ट्रीय स्तर के स्टेडियम के कवायद को देखते हुए पूर्व पार्षद डी प्रकाश ने नए और बड़े ऑक्सीजन जोन के निर्माण की मांग की है। उनका कहना है कि महानगर की तर्ज पर करीब 50 एकड़ में ऐसा ऑक्सीजन जोन विकसित किया जाना चाहिए। उन्होंने कहा कि आजादी के 75 साल बाद भी दुर्ग एक प्रमुख जिला मुख्यालय होने के बावजूद अब तक विकसित शहर का दर्जा प्राप्त नहीं कर सका है। हर तरफ असुविधाओं-अव्यवस्था की दुर्दशा शहर का पर्याय बन चुकी है। चाहे बाजार व्यवस्था हो या सड़कों, यातायात व्यवस्था, देखकर नहीं लगता ये कोई विकसित शहर की तस्वीर पेश करता होगा? दुर्ग शहर के लिए छत्तीसगढ़ की रिडेव्लपमेंट पॉलिसी का प्रशासनिक अधिकारिगणों, जनप्रतिनिधियों के दृढ़ इच्छा शक्ति से दुर्ग शहर के बदलाव में लाभप्रद प्रतीत हो सकता है। रविशंकर स्टेडियम को इंटरनेशनल स्तर पर बनाया जा रहा है, जिसमें प्रशासन द्वारा पहल भी शुरू कर दिया गया है। स्टेडियम का जैसे ही निर्माण शुरू किया जाएगा, वैसे हीं राजेन्द्र प्रसाद पार्क, नाना नानी पार्क का अस्तित्व पर खतरा मंडराने लगेगा। उस स्थिति में दुर्ग शहर पार्क विहिन शहर हो जायेगा। हालांकि दोनों ही पार्क दुर्ग के एक छोटी सी आबादी के लिये भी अपर्याप्त है। इसी कड़ी में आपका ध्यान आकृष्ट कराना चाहता हूँ कि ठगड़ा बांध राजनीति का शिकार हो गया, अब न आमजनों के लिये उपयोगी रहा और ना ही पार्क के रूप में विकसित होने का कोई परिस्थितियां हैं। एक उच्चस्तरीय पार्क शहर की जरुरत है। जेल रोड स्थित पोल्ट्री फार्म और पशुपालन केन्द्र को हटाकर अंजोरा भेजे जाने का निर्णय लिया गया है, लेकिन 25 एकड़ जमीन पर नये आवासों, व्यवसायिक परिसरों का निर्णय कहीं दूरगामी भविष्य के लिये नुकसान न पहुंचाए। इस पर विचार की जरुरत है।

- पूर्व पार्षद डी प्रकाश ने कलेक्टर को सौंपा ज्ञापन

शिवनाथ नदी के किनारे लगे पेड़ों का हो सर्वे, कराई जाए जीई टैगिंग

दुर्ग की जीवनदायिनी शिवनाथ नदी और आमनेर नदी क्षेत्र की प्राकृतिक धरोहर, पर्यावरणीय संतुलन एवं जैव विविधता की दृष्टि से अत्यंत महत्वपूर्ण हैं। इन नदियों के दोनों तटों पर बड़ी संख्या में पीपल, बरगद, आम, इमली, जामुन, अर्जुन, नीम, करंज एवं अन्य स्थानीय प्रजातियों के वृक्ष विद्यमान हैं, जो पर्यावरण संरक्षण, नदी तटों की सुरक्षा, भूजल संवर्धन, जैव विविधता संरक्षण तथा स्थानीय पारिस्थितिकी को सुदृढ़ बनाने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाते हैं। इसके संरक्षण को लेकर जनपद पंचायत धमधा के सदस्य ईश्वरी निर्मल ने संरक्षण और संवर्धन को लेकरर पहल की है। उन्होंने वन विभाग को पत्र लिखकर कहा है कि वर्तमान समय में इन नदी तटीय क्षेत्रों में स्थित वृक्षों की संख्या, प्रजाति, आयु एवं संरक्षण स्थिति संबंधी कोई समग्र सार्वजनिक अभिलेख उपलब्ध नहीं है। फलस्वरूप इन महत्वपूर्ण प्राकृतिक संसाधनों के संरक्षण, निगरानी एवं संवर्धन में कठिनाई होती है। यदि वन विभाग द्वारा वृक्ष गणना, जियो-टैगिंग एवं सुरक्षा क्रमांकन की कार्यवाही की जाती है, तो जिले की हरित संपदा का वैज्ञानिक दस्तावेज तैयार होगा तथा भविष्य में इनके संरक्षण एवं संवर्धन हेतु प्रभावी कार्ययोजना बनाई जा सकेगी। नदी किनारे स्थित अनेक वृक्ष दशकों एवं कुछ वृक्ष संभवतः सैकड़ों वर्षों से पर्यावरण की सेवा कर रहे हैं। ऐसे प्राचीन एवं विशाल वृक्ष हमारी प्राकृतिक, सांस्कृतिक एवं ऐतिहासिक धरोहर हैं। वर्तमान में इनके संरक्षण हेतु कोई विशिष्ट पहचान प्रणाली उपलब्ध नहीं होने से इनके संबंध में व्यवस्थित जानकारी संकलित नहीं हो पाती तथा अवैध कटाई अथवा क्षति की स्थिति में निगरानी कठिन हो जाती है। विभिन्न राज्यों में धरोहर वृक्ष की अवधारणा के अंतर्गत प्राचीन एवं विशेष महत्व के वृक्षों को चिन्हित कर उनका संरक्षण किया जा रहा है। इसी प्रकार दुर्ग जिले में भी शिवनाथ एवं आमनेर नदी तटों पर स्थित प्राचीन एवं विशाल वृक्षों की पहचान कर उन्हें धरोहर वृक्ष घोषित किया जाना समय की आवश्यकता है। वर्तमान समय में आधुनिक कटाई मशीनों एवं उपकरणों के उपयोग से बड़े से बड़े वृक्षों को भी बहुत कम समय में काटा जा सकता है। शिवनाथ एवं आमनेर नदी के तटों पर स्थित अनेक पुराने आम, इमली, जामुन, पीपल, बरगद, अर्जुन एवं अन्य बहुमूल्य वृक्ष भविष्य में अवैध कटाई अथवा क्षति के जोखिम में हैं। एक परिपक्व वृक्ष को विकसित होने में कई दशक लग जाते हैं, जबकि आधुनिक मशीनों की सहायता से उसे कुछ घंटों में ही नष्ट किया जा सकता है। अतः इन वृक्षों की समय रहते गणना, जियो-टैगिंग, सुरक्षा क्रमांकन एवं अभिलेखीकरण अत्यंत आवश्यक है।

- जनपद सदस्य ईश्वरी निर्मल ने वन विभाग को लिखा पत्र

पाठशाला के नन्हे श्रावकों में पूजन अभिषेक से गढ़े जा रहे हैं जैन संस्कार

हरिभूमि न्यूज ⏭दुर्ग

दुर्ग-भिलाई के समस्त दिगंबर जैन मंदिर में संचालित होने वाली पाठशाला के लगभग 200 बच्चों ने श्री महावीर दिगंबर जैन मंदिर स्टेशन रोड में भगवान महावीर स्वामी का अभिषेक, शांति धारा और पूजन कर न केवल धर्म-लाभ कमाया, बल्कि यह भी सिद्ध कर दिया कि जिनशासन की पताका आगे भी इन्हीं छोटे हाथों से लहराएगी। स्टेशन रोड दिगंबर जैन समाज के सहयोग से आयोजित कार्यक्रम समाज के लोग जुटे। आचार्य विद्यासागर की शिष्या 105 शैलमती एवं अदूरमाती के सानिध्य में कार्यक्रम संपन्न हुआ। संचालन अनेकांत ने किया। श्री जी को विराजमान अंकित बाकलीवाल ने किया। शांति धारा अजय कुमार अनुपम जैन ने किया। इस अवसर पर नेमीचंद, हेमंत कुमार, कमल कुमार, विमलेश, राजू जैन, प्रमोद कुमार, संतोष कुमार, पुष्पेंद्र, पदमचंद जी बज, अनिल जैन, धर्मेंद्र जैन, चौधरी मनीष जैन, सतीश जैन, भरत जैन, आशीष जैन, वैभव पटोरिया, सौरभ जैन, हिमालय जैन, श्रीमती अंजू जैन एवं प्रज्ञा जैन का योगदान रहा।

- श्री महावीर दिगंबर जैन मंदिर, स्टेशन रोड दुर्ग में हुआ आयोजन

गजानन नगर और मोहन नगर में होगा सड़कों का सीमेंटीकरण और नाली निर्माण

हरिभूमि न्यूज ⏭दुर्ग

नगर पालिक निगम दुर्ग क्षेत्र में आधारभूत सुविधाओं के विस्तार एवं नागरिकों को बेहतर आवागमन सुविधा उपलब्ध कराने के उद्देश्य से आज महापौर अलका बाघमार ने विभिन्न विकास कार्यों का भूमिपूजन किया। इस दौरान लोक कर्म प्रभारी देव नारायण चन्द्राकर,शेखर चन्द्राकर, वार्ड पार्षद एवं नेता प्रतिपक्ष संजय कोहले, अजीत वैध,रंजीता पाटिल तथा बड़ी संख्या में वार्डवासी उपस्थित रहे। महापौर ने वार्ड 13 गजानन नगर में सड़क सीमेंटीकरण कार्य, मोहन नगर में नाली निर्माण कार्य तथा वार्ड 13 के अन्य क्षेत्रों में सड़क सीमेंटीकरण कार्य का भूमिपूजन किया। इसके साथ ही वार्ड 12 में प्रस्तावित सड़क सीमेंटीकरण कार्य का भी विधिवत भूमिपूजन कर निर्माण एजेंसियों एवं संबंधित अधिकारियों को कार्य शीघ्र प्रारंभ करने के निर्देश दिए। इस अवसर पर महापौर अलका बाघमार ने कहा कि नगर निगम द्वारा विभिन्न वार्डों में लगातार विकास कार्य कराए जा रहे हैं, ताकि नागरिकों को मूलभूत सुविधाओं का लाभ मिल सके। उन्होंने कहा कि सड़क एवं नाली निर्माण कार्य पूर्ण होने से क्षेत्रवासियों को आवागमन में सुविधा मिलेगी तथा बरसात के दौरान जलभराव जैसी समस्याओं से राहत प्राप्त होगी। अच्छी सड़कें और सुव्यवस्थित जल निकासी व्यवस्था किसी भी क्षेत्र के समग्र विकास की आधारशिला होती हैं। महापौर ने संबंधित अधिकारियों एवं निर्माण एजेंसियों को निर्देशित करते हुए कहा कि वर्षा ऋतु प्रारंभ हो चुकी है, इसलिए अधिक बारिश होने से पूर्व सभी निर्माण कार्यों को प्राथमिकता के आधार पर पूर्ण किया जाए। उन्होंने गुणवत्ता से किसी प्रकार का समझौता नहीं करने तथा निर्धारित समय-सीमा में कार्य पूर्ण करने के निर्देश भी दिए। कार्यक्रम के दौरान वार्ड पार्षदों एवं स्थानीय नागरिकों ने क्षेत्र में विकास कार्यों की स्वीकृति एवं शीघ्र प्रारंभ किए जाने पर महापौर का आभार व्यक्त किया।

अधिकारी-कर्मचारी कल्याण संघ ने आयुक्त सुमित अग्रवाल से की चर्चा

हर महीने तय तारीख को मिले वेतन, जीपीएफ, सीपीएफ हो जमा

हरिभूमि न्यूज ⏭दुर्ग

नगर पालिक निगम दुर्ग के अधिकारियों एवं कर्मचारियों की वर्षों से लंबित समस्याओं के निराकरण सोमवार को कर्मचारियों का प्रतिनिधि मंडल आयुक्त सुमित अग्रवाल से मिला। इस दौरान आयुक्त कक्ष में परामर्शदात्री समिति की बैठक आयोजित की गई। बैठक में नवनियुक्त अधिकारी, कर्मचारी कल्याण संघ द्वारा कर्मचारियों एवं अधिकारियों से जुड़े विभिन्न ज्वलंत मुद्दों को प्रमुखता से उठाया गया तथा उनके त्वरित एवं न्यायसंगत समाधान की मांग की गई। संघ ने स्पष्ट रूप से कहा कि किसी भी संस्थान की प्रगति उसके कर्मचारियों के मनोबल, सुरक्षा एवं सम्मान पर निर्भर करती है। यदि कर्मचारियों की मूलभूत समस्याओं का समयबद्ध समाधान हो तो कार्यक्षमता एवं जनसेवा दोनों में उल्लेखनीय सुधार संभव है। बैठक में संघ द्वारा प्रत्येक माह की निर्धारित तिथि पर वेतन भुगतान सुनिश्चित करने, पुरानी पेंशन योजना बहाल करने, कर्मचारियों के वेतन से काटी जाने वाली जीपीएफ, सीपीएफ एवं परिवार कल्याण निधि की राशि नियमित रूप से जमा करने, लंबित छठवें एवं सातवें वेतनमान के एरियर्स का भुगतान करने सहित कई महत्वपूर्ण विषयों को विस्तार से रखा गया।

- परामर्शदात्री समिति की बैठक में हुई चर्चा

कर्मचारियों की आंशदान राशि नियमित नहीं हो रही जमा

संघ ने बताया कि समय पर वेतन नहीं मिलने तथा कर्मचारियों के अंशदान की राशि संबंधित खातों में जमा नहीं होने से कर्मचारियों को आर्थिक एवं मानसिक कठिनाइयों का सामना करना पड़ता है। वहीं सेवानिवृत्ति के बाद सुरक्षित भविष्य के लिए पुरानी पेंशन योजना की मांग भी कर्मचारियों की प्रमुख अपेक्षाओं में शामिल है। बैठक के दौरान कर्मचारियों के हितों से जुड़े मुद्दों पर गंभीर चर्चा हुई तथा प्रशासनिक स्तर पर सकारात्मक पहल का आश्वासन प्राप्त हुआ। संघ ने उम्मीद व्यक्त की कि निगम प्रशासन कर्मचारियों की समस्याओं को संवेदनशीलता से लेते हुए शीघ्र ठोस निर्णय करेगा। संघ के पदाधिकारियों ने कहा कि उनका उद्देश्य केवल समस्याएं उठाना नहीं, बल्कि निगम प्रशासन एवं कर्मचारियों के बीच समन्वय स्थापित कर ऐसा सकारात्मक वातावरण बनाना है जिससे कर्मचारी सम्मानपूर्वक कार्य कर सकें और नगरवासियों को बेहतर सेवाएं प्राप्त हों।

समिति सदस्यों ने एकजुटता पर दिया जोर

संघ ने सभी अधिकारियों एवं कर्मचारियों से संगठन को और अधिक मजबूत बनाने तथा कर्मचारियों के सामूहिक हितों की रक्षा के लिए एकजुट रहने का आह्वान किया। साथ ही यह भी कहा कि कर्मचारी हितों से जुड़े प्रत्येक मुद्दे को लोकतांत्रिक एवं संवैधानिक तरीके से मजबूती के साथ उठाया जाता रहेगा। मजबूत संगठन ही कर्मचारियों के अधिकारों की सबसे बड़ी ताकत है, और कर्मचारी हितों की रक्षा के लिए संघ सदैव प्रतिबद्ध रहेगा। अध्यक्ष राजू चंद्राकर ने कहा कि नियमित रूप से कर्मचारियों के हितों को लेकर प्रयास किया जा रहा है। नए सदस्य भी बनाए जा रहे हैं। पुरानी लंबित मांगों के निराकरण को लेकर लगातार उच्च अधिकारियों से चर्चा भी की जा रही है। जल्द ही सार्थक निर्णय सामने आएंगे।

कार्रवाई की मांग को लेकर मसीह समाज ने किया प्रदर्शन

दुर्ग। मसीह समाज के लोगों ने सोमवार को पद्मनाभपुर थाना के बाहर प्रदर्शन किया। प्रदर्शन के दौरान थाने के सामने बैरिकेडिंग की गई और सुरक्षा व्यवस्था बनाए रखने के लिए बड़ी संख्या में पुलिस बल तैनात रहा। मसीह समाज आपत्तिजनक टिप्पणी को लेकर किसी संगठन विशेष के कार्यकर्ता पर कार्रवाई की मांग कर रहे थे। पुलिस अधिकारियों ने प्रदर्शनकारियों को बताया कि संबंधित मामले में अपराध दर्ज किया जा चुका है और इसकी जानकारी स्थानीय मसीह समाज के पदाधिकारियों को पहले ही दे दी गई थी। संयुक्त मसीह समाज छत्तीसगढ़ के अध्यक्ष प्रदीप दुबे ने कहा कि जब किसी समुदाय के अधिकारों पर सवाल उठाए जाते हैं और उसे बार-बार निशाना बनाया जाता है, तब लोकतांत्रिक और संवैधानिक तरीके से अपनी बात रखना उनका अधिकार और कर्तव्य दोनों है। उन्होंने कहा कि धार्मिक स्वतंत्रता, समानता और न्याय की मांग को लेकर पद्मनाभपुर थाना के सामने शांतिपूर्ण धरना प्रदर्शन आयोजित किया गया। उनका कहना था कि समाज केवल निष्पक्ष कार्रवाई और संवैधानिक अधिकारों के संरक्षण की मांग कर रहा है।

व्यावसायिक परिसर भ्रष्टाचार की भेंट चढ़ा, तीन साल से बंद पड़ा कांप्लेक्स

हरिभूमि न्यूज ▶▶| पाटन

विकास कार्यों के नाम पर लाखों रुपये खर्च कर बनाए गए कांप्लेक्स की उपयोगिता को लेकर एक बार फिर सवाल खड़े हो रहे हैं। पाटन क्षेत्र के ग्राम खम्हरिया में लगभग 8.96 लाख रुपये की लागत से निर्मित व्यावसायिक परिसर पिछले तीन वर्षों से बंद पड़ा हुआ है। उपयोग के अभाव में यह भवन अब धीरे-धीरे जर्जर होता जा रहा है, जिससे ग्रामीणों में नाराजगी बढ़ती जा रही है।

जानकारी के अनुसार, इस व्यावसायिक परिसर का निर्माण पूर्व मुख्यमंत्री भूपेश बघेल के कार्यकाल में छत्तीसगढ़ राज्य प्राधिकरण के माध्यम से कराया गया था। कांप्लेक्स का निर्माण कार्य 5 जनवरी 2023 को पूर्ण हो चुका था। निर्माण के समय ग्रामीणों को उम्मीद थी कि इस परिसर के शुरू होने से स्थानीय व्यापार को बढ़ावा मिलेगा, छोटे व्यापारियों को दुकानें उपलब्ध होंगी और रोजगार के नए अवसर सृजित होंगे। लेकिन निर्माण पूरा होने के बाद से ही यह परिसर उपयोग के इंतजार में बंद पड़ा है। खंडहर होते नजर आ रही है।

ग्राम खम्हरिया मोड़ के पास स्थित इस कांप्लेक्स की स्थिति अब खराब होती जा रही है। परिसर के आसपास लगाई गई टाइलें उखड़ने लगी हैं, जबकि कई स्थानों पर दीवारों में दरारें भी दिखाई देने लगी हैं। रखरखाव के अभाव में लाखों रुपये की लागत से तैयार यह कांप्लेक्स अपनी उपयोगिता खोता नजर आ रहा है।

ग्रामीणों ने उठाए सवाल, शीघ्र शुरू करने प्रशासन से की गई मांग

ग्रामीणों का कहना है कि यदि निर्माण के बाद समय पर परिसर का संचालन शुरू कर दिया जाता, तो इसका सीधा लाभ क्षेत्र के लोगों को मिलता। स्थानीय युवाओं को रोजगार के अवसर मिलते और छोटे व्यापारियों को व्यवसाय के लिए बेहतर स्थान उपलब्ध होता। लेकिन जिम्मेदार विभागों की उदासीनता के कारण यह कांप्लेक्स आज केवल एक शोपीस बनकर रह गया है।

ग्रामीणों ने सवाल उठाया है कि आखिर लाखों रुपये खर्च कर बनाए गए इस व्यावसायिक परिसर का संचालन अब तक क्यों शुरू नहीं किया गया। निर्माण के बाद इसकी जिम्मेदारी किस विभाग की है और इसके उपयोग को लेकर कोई योजना क्यों नहीं बनाई गई। लोगों का आरोप है कि सरकारी धन से बने इस कांप्लेक्स की अनदेखी कर जनता के पैसों का नुकसान किया जा रहा है।

ग्रामीणों ने प्रशासन से मांग की है कि पूरे मामले की जांच कर जिम्मेदार अधिकारियों की जवाबदेही तय की जाए तथा व्यावसायिक परिसर को शीघ्र शुरू कर स्थानीय लोगों के हित में उपयोग में लाया जाए, ताकि करोड़ों रुपये की लागत से तैयार इस कांप्लेक्स का उद्देश्य पूरा हो सके। और ग्रामीणों को लाभ मिल सके।

आवंटन जनपद से होगा

“ सरपंच का कहना है कि मैं जनपद पचायत में चार बार आवेदन दे चुका हूं लेकिन पंचायत से आबंटन नहीं होना है। ये जनपद से होगा कहकर तीन शाल से खंडहर पड़ हुआ है।

डोने साहू,
सरपंच ग्राम खम्हरिया

जानकारी नहीं

“ इसके बारे में मुझे अभी जानकारी नहीं है, मैं नया आया हूं जानकारी लेकर कार्रवाई करूंगा।

महेंद्र कुमार जांगड़े,
सीईओ जनपद पंचायत पाटन

खबर संक्षेप

रवेली स्कूल में मनाया शाला प्रवेश उत्सव

सेलूद। प्राथमिक शाला रवेली में शाला प्रवेश उत्सव धूमधाम के साथ मनाया गया। मुख्य अतिथि जनपद पंचायत पाटन के सभापति प्रणव शर्मा ने बच्चों को नियमि तौर पर स्कूल आने प्रोत्साहित किया। अध्यक्षता ग्राम पंचायत रवेली के सरपंच लता ताराचंद वर्मा ने की। वहीं शाला प्रबंधन समिति के अध्यक्ष टिकेंद्र वर्मा मुख्य अतिथि थे। नवप्रवेशी सभी बच्चों को गुलाल लगाकर एवं मिठाई खिलाकर स्वागत किया । वहीं कक्षा पहली से लेकर पांचवीं तक सभी छात्र छात्रों को पुस्तक एवं गणवेश वितरण किया गया।

सेलूद शक्ति केन्द्र में हुई बैठक

सेलूद। आत्मनिर्भर भारत के अंतर्गत शक्ति केंद्र सेलूद की बैठक रविवार को स्थानीय विश्राम गृह में आयोजित की गई। बैठक में संगठन की मजबूती, केंद्र एवं राज्य सरकार की जनकल्याणकारी योजनाओं के प्रचार-प्रसार तथा आगामी कार्यक्रमों की रूपरेखा पर चर्चा की गई। बैठक में नगर पंचायत पाटन अध्यक्ष योगेश निक्की भाले मुख्य रूप से उपस्थित रहे। कार्यक्रम में प्रभारी दिव्या कलिहारी, पूर्व मंडल अध्यक्ष खेमलाल साहू, शक्ति केंद्र संयोजक महेश्वर बन्छोर, प्राधिकारी अधिकारी टामन साहू, रमेश देवांगन सहित अनेक पदाधिकारी एवं कार्यकर्ता शामिल हुए। इसके अलावा बूथ अध्यक्ष जयंत साहू, उमेश सिन्हा, अशोक यादव, पूर्व सरपंच खेमिन साहू, चंचल यादव, जय प्रकाश साहू, अनुपमा देवांगन, सुनीता ठाकुर, पार्वती ठाकुर, उषा यादव, युवा मोर्चा के नवनियुक्त उपाध्यक्ष नितीश यादव, किरण सोनवानी, लक्ष्मण वर्मा, दिनेश बरहरे, प्रकाश साहू, ललिता वर्मा, संत राम यादव, कृष्ण कुमार साहू, राजू देवांगन सहित बड़ी संख्या में वरिष्ठ कार्यकर्ता उपस्थित रहे।

सिरसिदा स्कूल में हुआ योगाभ्यास का आयोजन

अण्डा। अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस के अवसर पर पी एम श्री स्कूल प्रांगण सिरसिदा में विशेष योगाभ्यास कार्यक्रम का आयोजन किया गया। इस अवसर पर प्राथमिक एवं माध्यमिक विद्यालय के शिक्षक-शिक्षिकाओं की मौजूदगी में सरपंच सरस्वती चंद्राकर एवं गणमान्य नागरिकों की उपस्थिति में स्कूली बच्चों सहित सभी उपस्थित लोगों को योग अभ्यास कराया गया। कार्यक्रम के दौरान योग के विभिन्न आसनों का अभ्यास कराया गया और योग के महत्व पर विस्तार से प्रकाश डाला गया। शिक्षकों ने बताया कि योग न केवल शरीर को स्वस्थ रखने में सहायक है, बल्कि मानसिक शांति, एकाग्रता और सकारात्मक ऊर्जा प्रदान करने में भी महत्वपूर्ण भूमिका निभाता है। इस दौरान बच्चों और ग्रामीणों को दैनिक जीवन में योग को अपनाने के लिए प्रेरित किया गया।

दो बार आदेश के बावजूद कार्रवाई नहीं, कलेक्टर से शिकायत

बेदखली वारंट के बाद भी नहीं हटा अतिक्रमण धमधा तहसीलदार की कार्यप्रणाली पर उठे सवाल

हरिभूमि न्यूज ▶▶|धमधा

धमधा तहसील के ग्राम मोहलई में अतिक्रमण हटाने को लेकर राजस्व प्रशासन की कार्यप्रणाली पर गंभीर सवाल खड़े हो गए हैं। राजस्व न्यायालय द्वारा अतिक्रमण सिद्ध पाए जाने, बेदखली वारंट जारी होने तथा दो बार कार्रवाई की तिथि निर्धारित किए जाने के बावजूद आज तक अतिक्रमण नहीं हटाए जाने का मामला अब कलेक्टर कार्यालय तक पहुंच गया है। ग्राम मोहलई निवासी जीरा बाई साहू ने जिला कलेक्टर से शिकायत कर तहसीलदार धमधा एवं संबंधित राजस्व अधिकारियों की भूमिका की उच्चस्तरीय जांच की मांग की है।

शिकायत के अनुसार विवादित भूमि एवं मार्ग पर किए गए अतिक्रमण के संबंध में लंबे समय से शिकायतें की जा रही थीं। जांच के बाद तहसीलदार न्यायालय धमधा ने 26 दिसंबर 2025 को बेदखली वारंट जारी करते हुए 9 जनवरी 2026 तक अतिक्रमण हटाने का आदेश दिया था। आदेश की प्रतिलिपि थाना प्रभारी, पटवारी, ग्राम पंचायत, कोटवार तथा अन्य संबंधित अधिकारियों को भी भेजी गई थी, ताकि निर्धारित तिथि पर कार्रवाई सुनिश्चित की जा सके।

इसके बावजूद निर्धारित तिथि पर अतिक्रमण नहीं हटाया गया। बाद में राजस्व

संरक्षण देने के आरोपों से राजस्व अमले में हलचल

प्रशासन द्वारा 15 जून 2026 को पुनः अतिक्रमण हटाने के निर्देश जारी किए गए, लेकिन दूसरी बार भी आदेश का पालन नहीं कराया गया और अतिक्रमण यथावत बना हुआ है। शिकायत में कहा गया है कि जब राजस्व न्यायालय अतिक्रमण सिद्ध कर चुका है और बेदखली वारंट जारी हो चुका है, तब भी कार्रवाई नहीं होना प्रशासनिक उदासीनता को दर्शाता है। शिकायतकर्ता ने यह भी आरोप लगाया है कि संबंधित अतिक्रमणकर्ता को तहसील स्तर पर संरक्षण दिया जा रहा है अथवा जानबूझकर कार्रवाई को लंबित रखा जा रहा है। हालांकि इन आरोपों पर प्रशासन की ओर से कोई आधिकारिक प्रतिक्रिया सामने नहीं आई है।

उल्लेखनीय है कि मामले में पंचायत स्तर पर जांच एवं प्रस्ताव पारित किया जा चुका है। पटवारी द्वारा स्थल निरीक्षण कर जांच प्रतिवेदन एवं पंचनामा तैयार किया गया है और एसडीएम कार्यालय में भी शिकायत प्रस्तुत की जा चुकी है। इसके बावजूद बेदखली आदेश का क्रियान्वयन नहीं होने से राजस्व विभाग की कार्यप्रणाली पर प्रश्नचिह्न लग रहे हैं।

शिकायतकर्ता ने कलेक्टर से पूरे प्रकरण की निष्पक्ष जांच, संबंधित अधिकारियों की जवाबदेही तय करने, अतिक्रमण को तत्काल हटाने तथा लापरवाही बरतने वाले अधिकारियों के विरुद्ध अनुशासनात्मक कार्रवाई की मांग की है।

अब देखना यह होगा कि कलेक्टर स्तर पर इस मामले में क्या कार्रवाई होती है और न्यायालय के आदेश का पालन कब तक सुनिश्चित किया जाता है। फिलहाल इस प्रकरण ने धमधा राजस्व प्रशासन की कार्यशैली को लेकर कई गंभीर सवाल खड़े कर दिए हैं।

आदेश जारी करने के बाद भी अतिक्रमण नहीं तोड़ा गया

“ हमारे द्वारा शिकायत किए जाने के बाद सभी जांचों में अतिक्रमण पाया गया है। इसके बावजूद तहसीलदार मीना साहू द्वारा दो बार बेदखली आदेश जारी करने के बाद भी अतिक्रमण नहीं तोड़ा गया। अब आगामी 29 जून को पुनः बेदखली के लिए पत्र जारी किया गया है।

जीरा बाई साहू, शिकायतकर्ता

पुनः कार्रवाई के लिए पत्र जारी किया गया है

“ अवैध कार्य करने वालों को किसी प्रकार का संरक्षण नहीं दिया जाएगा। उनके अनुसार 15 जून को राजस्व विभाग की टीम अतिक्रमण हटाने के लिए मौके पर पहुंची थी, लेकिन विवाद की स्थिति निर्मित होने के कारण टीम को वापस लौटना पड़ा। अब 29 जून को पुनः कार्रवाई के लिए पत्र जारी किया गया है और निर्धारित तिथि पर राजस्व एवं प्रशासनिक अमले की उपस्थिति में अतिक्रमण हटाने की कार्रवाई की जाएगी।

मीना साहू,
तहसीलदार धमधा

जेडी दुर्ग से मिला छतीसगढ़ सहायक शिक्षक समग्र शिक्षक फेडरेशन के प्रतिनिधिमंडल

हरिभूमि न्यूज ▶▶|सेलूद

सहायक शिक्षक फेडरेशन के एक उच्च स्तरीय प्रतिनिधिमंडल ने प्रांतीय उपाध्यक्ष देवेंद्र हरमुख की अगुवाई में के.व्ही. राव (संयुक्त संचालक) दुर्ग से सौजन्य मुलाकात की। इस दौरान संगठन के पदाधिकारियों ने शिक्षकों की लंबे समय से लंबित विभिन्न समस्याओं और माँगों को लेकर विस्तृत चर्चा की तथा एक ज्ञापन सौंपा। इस दौरान मांग की गई कि शिक्षकों की आगामी विभागीय प्रक्रियाओं के लिए वरिष्ठता सूची जल्द से जल्द प्रकाशित की जाए।शिक्षकों की पदोन्नति (प्रमोशन) की प्रक्रिया को गति देते हुए इसे जल्द संपन्न कराया जाए। मिडिल स्कूल प्रधानाध्यापक पदोन्नति मिडिल स्कूल के प्रधानाध्यापक (हेडमास्टर) के पदों पर रुकी हुई पदोन्नति को अविलंब शुरू किया जाए। जो शिक्षक अपनी उच्च शिक्षा पूरी करना चाहते हैं, उन्हें नियमानुसार शीघ्र अनुमति प्रदान की जाए। टीईटी उत्तीर्ण शिक्षकों का सर्विस बुक संधारण टीईटी (शिक्षक पात्रता परीक्षा) उत्तीर्ण कर चुके शिक्षकों के सेवा पुस्तिका में इसका संधारण (इन्ट्री) जल्द से जल्द सुनिश्चित किया जाए।

- वरिष्ठता सूची और पदोन्नति सहित विभिन्न लंबित माँगों को लेकर सौंपा ज्ञापन

जेडी दुर्ग ने प्रतिनिधिमंडल की सभी माँगों को ध्यानपूर्वक सुना और इन पर सहानुभूतिपूर्वक विचार करते हुए जल्द से जल्द उचित कार्रवाई का आश्वासन दिया। इस दौरान प्रांतीय उपाध्यक्ष देवेन्द्र हरमुख, दुर्ग जिलाध्यक्ष कृष्णा वर्मा, खैरागढ़ जिलाध्यक्ष राम लाल साहू, छुईखदान ब्लॉक अध्यक्ष टीका देशमुख, दुर्ग ब्लॉक अध्यक्ष सतीश चंद्राकर, धमधा ब्लॉक अध्यक्ष उत्तम ठाकुर, सहित राहुल सोनटेके, आलोक नायक, चेमन साहू, लक्ष्मीनारायण साहू, सुधीर नायक, तारण धुर्वे, हब्बू कंवर, तोरण साहू एवं संगठन के अन्य वरिष्ठ पदाधिकारी विशेष रूप से उपस्थित रहे।

विधायक ललित ने किया योग दिलाई नशामुक्ति की शपथ

भिलाई। प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी के आह्वान पर जिला प्रशासन द्वारा स्वामी आत्मानंद उत्कृष्ट हिन्दी/इंग्लिश मीडियम कन्या शाला परिसर खैरागढ़-छुईखदान-गंडई में आयोजित 12वें अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस कार्यक्रम में दुर्ग ग्रामीण विधायक ललित चंद्राकर शामिल हुए। इस दौरान उन्होंने हजारों नागरिकों, विद्यार्थियों एवं गणमान्यजनों के साथ सामूहिक योगाभ्यास किया और सभी को नियमित योगाभ्यास करने तथा नशामुक्त समाज के निर्माण हेतु शपथ दिलाई। कार्यक्रम में जिला पंचायत उपाध्यक्ष विक्रांत सिंह, जिला रेडक्रॉस सोसायटी उपाध्यक्ष भागवत शरण सिंह, जिला भाजपा अध्यक्ष डॉ. बिशेसर साहू, तिरथ चंदेल, सभापति बम्मन साहू, नगर पालिका अध्यक्ष गिरजा चंद्राकर, विवेक गुप्ता, विनय देवांगन आदि मौजूद थे।

योग हमारे जीवन का हिस्सा : मीना वर्मा

कुम्हारी। अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस के अवसर पर नगर में जगह-जगह योग दिवस मनाया गया। पीएमश्री सेजेस विद्यालय में नगरपालिका कुम्हारी के अध्यक्ष मीना वर्मा, नगर पालिका अधिकारी नेतराम चंद्राकर, सांसद प्रतिनिधि मिथलेश यादव, पार्षद रितिका यादव, ओंकार मार्कण्डेय सहित जनप्रतिनिधि, अधिकारी एवं कर्मचारियों ने योग शिक्षक कावेरी एवं साहू के निर्देशन में योग किया। इस अवसर पर पालिकाध्यक्ष मीना वर्मा ने कहा कि योग हमारे जीवन का हिस्सा है अगर शरीर स्वस्थ्य रहेगा तभी हम समाज और देश हित मे कार्य कर सकते हैं इसलिए सभी से यही कहना है कि करो योग रहो निरोग। भाजपा कुम्हारी मंडल द्वारा अटल परिसर गार्डन वार्ड क्रमांक 15 में योग दिवस का आयोजन किया गया। इस आयोजन में वरिष्ठ भाजपा नेता राकेश पांडेय, मंडल अध्यक्ष धर्मेंद्र सिन्हा, महामंत्री दीपक चतुर्वेदी, नारायण सोनकर, गोल्डी गोस्वामी किसान मोर्चा प्रदेश कार्यसमिति सदस्य, फिंगेश्वर साहू मंडल उपाध्यक्ष, राजू निषाद सांसद प्रतिनिधि, आयुषी पाण्डेय आदि उपस्थित थे।

बिजनेस साइट

18 वर्षीय युवक का सफल हिप रीप्लेसमेंट

भिलाई। हाईटेक सुपरस्पेशालिटी हॉस्पिटल में एक 18 वर्षीय युवक का हिप रीप्लेसमेंट कूल्हा प्रत्योरपण की सर्जरी की गई। आम तौर पर यह समस्या 50 से ऊपर के रोगियों में होती है। पर इस युवक की समस्या कुछ और थी। छत्तीसगढ़ के एक खास वर्ग में सिकल सेल एनीमिया (सिकलिंग) पाई जाती है। सिंकलिंग के मरीजों में कूल्हा, घुटना तथा कुछ मामलों में कंधे के जोड़ों को भी प्रभावित कर सकती है। हाईटेक के अस्थि रोग विशेषज्ञ डॉ. दीपक कुमार सिन्हा ने बताया कि सिकलिंग से पीड़ित लोगों में बचपन या किशोरावस्था से ही जोड़ों की समस्याएं और गंभीर दर्द हो सकता है। इसका मुख्य कारण रक्त प्रवाह में रुकावट और हड्डियों का डैमेज होना है। असामान्य कोशिकाएं छोटी रक्त वाहिकाओं को ब्लॉक कर देती हैं, जिससे जोड़ों और हड्डियों तक ऑक्सीजन और पोषण नहीं पहुंच पाता। इसके चलते एवैस्कुलर नेक्रोसिस, सिकल सेल क्राइसिस या डैक्टिलाइटिस जैसी समस्याएं सामने आ सकती हैं। डॉ. सिन्हा ने बताया कि सूजन को कम करने के लिए दवाएं दी जाती हैं, जो क्राइसिस की आवृत्ति को कम करती हैं। रोगा को रोजाना 10 से 15 गिलास पानी पीना चाहिए ताकि खून गाढ़ा न हो और नसों में रुकावट कम हो। अंतिम स्थिति में एवैस्कुलर नेक्रोसिस के गंभीर मामलों में, जहां हड्डी गलने लगती है, वहां कोर डिकंप्रेशन या एडवांस स्टेज में जॉइंट रिप्लेसमेंट सर्जरी की आवश्यकता पड़ सकती है। डॉ. दीपक कुमार सिन्हा ने बताया कि उन्होंने अब तक घुटना और कूल्हा प्रत्यारोपण के करीब 500 सर्जरियां की हैं जिसमें प्रत्यारोपण के नतीजे शत प्रतिशत रहे हैं। इनमें 18 से 75 वर्ष तक के मरीज शामिल हैं। हालांकि अधिकांश मरीजों की उम्र 50 वर्ष से अधिक रही है। पर सिकल सेल के मरीजों में कम उम्र के मरीज भी शामिल हो सकते हैं।

अंचल की खबरें

विनायकपुर स्कूल में अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस मनाया

अंडा। पीएम श्री शासकीय प्राथमिक शाला व शासकीय उच्चतर माध्यमिक शाला विनायकपुर के प्रांगण में अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस सच्ची भावना एवं उत्साह से मनाया गया। ग्राम मुखिया योगेंद्र दिल्लीवार व शाला समिति अध्यक्ष मोतीलाल मारकंडे ने बच्चों को योग की जानकारी दी, साथ में बच्चों के सेहत को देखते हुए उन्हे पौष्टिक नाश्ता दिया गया। इस अवसर पर शाला से प्राथमिक शाला के प्रधान पाठक टिकेन्द्र चंद्राकर, व्याख्याता बी के गंगारले, एस उमरे, आरके देशमुख, एसके साहू, एम साहू, पी कोसले, यु ठाकुर, एल जोशी, प्रेमलता योगी, जीके चंद्रकार, संकुल समन्वयक उषा सिंहा, रामेश्वरी रायते, भावना तिवारी, विजेता सूर्यवंशी, चमेली ठाकुर, दीपमाला चंद्राकर, दिनेश देशमुख सात्विक देवांगन, यशवंत साहू, रीतू, पिंकी, शशि एवं कुल 100विद्यार्थी उपस्थित रहे।

शैलदेवी महाविद्यालय में अंतरराष्ट्रीय योग दिवस

अंडा। अंतरराष्ट्रीय योग दिवस के अवसर पर शैलदेवी महाविद्यालय में भव्य एवं प्रेरणादायक योग कार्यक्रम का आयोजन किया गया। महाविद्यालय के अध्यक्ष राजन दूबे के नेतृत्व में सभी ने योग किया। योग प्रशिक्षकों के मार्गदर्शन में विद्यार्थियों एवं प्राध्यापकों ने विभिन्न योगासन, प्राणायाम एवं ध्यान का अभ्यास किया।

मंत्रोच्चारण के साथ किया योगाभ्यास

उतई। केंद्रीय विद्यालय, सीआईएसएफ भिलाई उतई में 12वें अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस का आयोजन किया गया। शुभारंभ मंत्रोच्चारण के साथ हुआ। इसके पश्चात विद्यालय के क्रीड़ा शिक्षक विनोद कुमार टैबुन्ना एवं योग शिक्षिका ऋतु कुंभकार के कुशल मार्गदर्शन में कॉमन योग प्रोटोकॉल के अनुसार योगाभ्यास कराया गया। इस अवसर पर विद्यालय की प्राचार्या भुबनेश्वरी ने भी संबोधित किया।

योग के विभिन्न आसनों का किया अभ्यास

अण्डा। अंतरराष्ट्रीय योग दिवस के अवसर पर सेजस विद्यालय चंदखुरी में विशेष योगाभ्यास कार्यक्रम का आयोजन किया गया। कार्यक्रम में विद्यालय की प्राचार्य शिखा मिश्रा, अध्यक्ष राजेन्द्र प्रसाद चंद्राकर, पूर्व पंच व सदस्य भूपेन्द्र साहू, बीआर जोशी, रश्मि पाठक (व्याख्याता), रमा दिल्लीवार, तुलसी पटेल सहित अन्य शिक्षक-शिक्षिकाएं एवं बड़ी संख्या में छात्र-छात्राएं उपस्थित रहे। इस अवसर पर सभी ने योग के विभिन्न आसनों और प्राणायाम का अभ्यास किया तथा योग से जुड़े महत्वपूर्ण टिप्स की जानकारी प्राप्त की। प्राचार्य शिखा मिश्रा एवं जनभागीदारी समिति के पदाधिकारियों ने विद्यार्थियों को संबोधित करते हुए कहा कि योग केवल एक दिन का कार्यक्रम नहीं है, बल्कि इसे अपने दैनिक जीवन का हिस्सा बनाना आवश्यक है।

आलबरस स्कूल में मनाया योग दिवस

निकुम। शासकीय पूर्व माध्यमिक शाला आलबरस में अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस मनाया गया। इस अवसर पर ग्राम सरपंच सैनिक भुवन लाल देशमुख, शाला प्रबंधन समिति अध्यक्ष भीम सिंह पारकर, समाज सेवी रामरतन निषाद, शिक्षाविद शैलेंद्र कुमार देशमुख, प्रधान पाठक गुमीता साहू, सीएसी जनार्दन साहू, शिक्षक मोहिनी देशमुख, गीता कौशिक लक्ष्मी नारायण साहू, विनोद कुमार साहू, सुरेखा ठाकुर, सफाई कर्मचारी वासुदेव चेलक, भेषज चन्देल और कक्षा पहली से आठवी तक के छात्र-छात्राएं उपस्थित थे।

टाउनशिप की बिजली और सफाई व्यवस्था चरमराने से लोगों की बढ़ी परेशानी

हरिभूमि न्यूज ⏭ भिलाई

रहवासियों के राहत के लिए लगे नए ट्रांसफार्मर व शुरू हो मच्छर उन्मूलन, इंटक यूनियन ने बीएसपी से की मांग

कार्यकारिणी बैठक यूनियन कार्यालय में आयोजित की गई, जिसमें बीएसपी की टाउनशिप की बिगड़ती बिजली व्यवस्था और सफाई व्यवस्था को दुरुस्त कर मच्छूर उन्मूलन की मांग की है।

यूनियन की कार्यकारिणी की बैठक में टाउनशिप की लगातार बिजली गुल होने, मच्छर व अस्वच्छता बढ़ने से होने वाली परेशानी पर असंतोष जताया गया। बताया कि टाउनशिप के विभिन्न सेक्टरों में लगातार बिजली गुल होने की समस्या बनी हुई है, जिससे कर्मचारियों एवं उनके परिवारों को भारी परेशानियों का सामना करना पड़ रहा है। दिन और रात दोनों समय कई घंटों तक बिजली बाधित रहने से टाउनशिप रहवासियोंकी दिक्कतें बढ़ रही हैं। बिजली आपूर्ति एवं रखरखाव कार्य के आउटसोर्स होने तथा पर्याप्त मैनपावर की कमी के कारण प्री-मानसून तैयारी के तहत पेड़ों की छंटाई सही ढंग से नहीं हो पाई है। इसके परिणामस्वरूप आंधी-तूफान के दौरान पेड़ों की शाखाएं बिजली लाइनों पर गिरने से बार-बार बिजली बाधित हो रही है। साथ ही स्ट्रीट लाइटों की मरम्मत भी समय पर नहीं हो पा रही है।

गर्मी के मौसम में बिजली की खपत बढ़ने से ट्रांसफार्मरों पर अतिरिक्त भार पड़ रहा है, जिसके कारण बार-बार विद्युत आपूर्ति प्रभावित हो रही है। यूनियन ने मांग की कि टाउनशिप में अधिक क्षमता वाले ट्रांसफार्मर लगाए जाएं तथा रखरखाव कार्य के लिए पर्याप्त मैनपावर उपलब्ध कराया जाए।

बैकलेन की हो सफाई और जल्द हो फॉगिंग

इंटक यूनियन ने टाउनशिप के आवासों के पीछे स्थित बैक लाइन क्षेत्रों में नियमित सफाई नहीं होने पर चिंता व्यक्त की। सदस्यों ने बताया कि कई स्थानों पर कचरा, झाड़ियां एवं अवांछित वनस्पतियां उग आई हैं, जिससे बरसात के मौसम में स्थिति और गंभीर हो सकती है। इसके अलावा मच्छरों की बढ़ती संख्या को देखते हुए फॉगिंग मशीन से नियमित धुआं छिड़काव करने की मांग भी की गई। महासचिव संजय कुमार साहू ने कहा कि यूनियन प्रबंधन के साथ चर्चा कर इन समस्याओं के शीघ्र समाधान का प्रयास करेगी। बैठक में जी.आर. सुमन, विश्वनाथ सिंह साहू, जीके. सूर्यवंशी, एसबी. सिंह, ताम्रध्वज सिन्हा, गुरुदेव साहू, गोविंद राठौर, भवानी देवांगन, आनंद खालरकर सहित कार्यकारिणी के सदस्य उपस्थित थे।

खबर संक्षेप

बीएसपी में स्क्रैप चोरी की हो जांच : शर्मा

भिलाई। जन अधिकार अभियान समिति के अध्यक्ष आरपी शर्मा ने बीएसपी में स्क्रैप चोरी के मामलों की जांच की मांग की है। जारी मेल में उन्होंने आरोप लगाया है कि सीआईएसएफ व कुछ प्रभावशाली ठेकेदारों द्वारा संयंत्र में चोरी हो रही है।आउटसोर्सिंग के माध्यम से भिलाई स्टील प्लांट में जो कार्य कराए जा रहे हैं उसकी और स्क्रैप चोरी मामले की जांच केवल निचले स्तर तक सीमित न रहकर पूरे सिंडिकेट तक पहुंचनी चाहिए। उन्होंने मांग की कि पिछले लंबे समय से बीएसपी में स्क्रैप चोरी की घटनाएं लगातार बढ़ रही हैं। इसमें ठेकेदारों, चोरों और सीआईएसएफ व पुलिस की भूमिका की भी जांच होनी चाहिए।

बाल कृष्ण का चयन कौन बनेगा करोड़पति में

भिलाई। मरोदा सेक्टर जे पॉकेट निवासी व सेक्टर कांग्रेस के कमेटी कार्यकारिणी सदस्य और गोंडवाना समृद्धि समिति महिला प्रभाग की कनिष्ठ उपाध्यक्ष पुष्पा ध्रुव के पति बाल कृष्ण ध्रुव का सोनी टीवी चैनल पर प्रकाशित कौन बनेगा करोड़पति पर चयन हुआ है। इस पर लोगों ने उन्हें बधाई दी। बधाई देने वालों में निगम रिसाली के सभापति केशव बंछोर, वार्ड पार्षद व महापौर परिषद के सदस्य सनीर साहू, योगाचार्य प्रवीण चोपड़ा, बबीता चौधरी, गजाधर नेताम आदि ने हर्ष जताया है।

रिटेंशन किराया वृद्धि वापस नहीं होने से बढ़ रहा असंतोष, लाइसेंसी भी परेशान

बीएसपी की आवासीय योजनाएं बंद होने से हजारों सेवानिवृत्तों को बेघर होने की चिंता

हरिभूमि न्यूज ⏭ भिलाई

सेल चेयरमेन से यूनियनों ने की जल्द राहत की मांग, दी आंदोलन तेज करने की चेतावनी

भिलाई इस्पात संयंत्र द्वारा एक एक कर आवासीय सुविधाओं और योजनाओं को बंद किए जाने का खामियाजा हजारों बीएसपी कर्मचारियों और सेवानिवृत्त कर्मियो को भी भुगतना पड़ रहा है। आंदोलन के बाद भी अब तक प्रबंधन द्वारा राहत नहीं दिए जाने से आवासधारियों को बेघर होने की चिंता के साथ असंतोष बढ़ रहा है। यूनियनों ने सेल चेयरमेन के साथ इस्पात मंत्री से मनमानारिटेंशन किराया वृद्धि जल्द कम करने और योजनाओं को यथावत रखे जाने की मांग की है। ऐसा नहीं किए जाने पर आंदोलन तेज करने के लिए मजबूर होने की चेतावनी दी है।

उल्लेखनीय है कि बीएसपी प्रबंधन द्वारा वर्षों से अपने कर्मियों और रिटायर कर्मियों सहित नान बीएसपी कर्मियों को दी जा रही आधा दर्जन आवास आवंटन योजनाओं को बंद कर दिया जा रहा है । इसके पूर्व कुछ के रेंट भी बढ़ा दिए हैं। इससे आवासधारियों के सड़क पर आने की नौबत आ गई है।

यूनियनें और जन प्रतिनिधि पिछले पांच महीने से बीएसपी प्रबंधन से मांग के साथ धरना प्रदर्शन भी कर चुके हैं। लेकिन अब तक राहत नहीं मिलने से चिंता और असंतोष बढ़ रहा है। यूनियनों के मुताबिक वर्ष 2009 से लागू सेवानिवृत्त बीएसपी कर्मियों के लिए रिटेंशन योजना का दिसंबर में पहले 32 गुना किराया बढ़ाया गया फिर इस योजना को ही बंद कर दिया गया। रिटायरों के लिए लायसेंसी आवास व थर्ड पार्टी आवास आवंटन योजना को भी बंद कर दिया गया है। वहीं बीएसपी कर्मियों के लिए वर्षों से लागू सब्जेक्ट टू वेकेशन स्कीम भी बंद हो चुकी है। प्रभावित यूनियनों के मुताबिक आवासीय सुविधाओं को बंद कर दिए जाने से हजारों रिटायरों के साथ कर्मियों को भारी परेशानी हो रही है। सबसे ज्यादा परेशानी रिटेंशनधारी और लायसेंसी आवासधारियों को हो रही है।

जनप्रतिनिधियों पर दबाव बनाने की बनी रणनीति

रिटेंशनधारियों को राहत के लिए यूनियनें एकजुट करने के साथ आंदोलनात्मक रणनीति में भी जुटी हैं। बीसपी सेवानिवृत्त कल्याण संघ और लोइम सहित अन्य यूनियनों द्वारा लगातार बीएसपी प्रबंधन पर रिटेंशन किराया वृद्धि वापस लेने और रिटेंशन योजना को यथावत रखे जाने की प्रबंधन से मांग के साथ कई बार धरना प्रदर्शन भी किया जा चुका है। अब रविवार को हुई यूनियनों की हुई बैठक में बीएसप परबंधन के साथ सेल चेयरमेन व इस्पात मंत्री से जल्द 32 गुना किराया वृद्धि वापस लेने मांग की गई । ऐसा नहीं किए जाने पर आंदोलन तेज किए जाने की चेतावनी दी गई है। साथ ही सांसद व विधायक से भी दिल्ली स्तर पर आश्वासन से हटकर जमीनी दबाव बनाने की मांग की गाई।

प्रबंधन दे रहा नोटिस

बीएसपी प्रबंधन द्वारा रिटायर कर्मियों के लिए वर्षों से लागू लायसेंसी आवास योजना को भी बंद कर दिया गया है। इतना ही नहीं आवासधारियों नोटिस जारी कर हिसाब किताब पूरा कर आवास हैंडओवर करने कहा जा रहा है। इससे आवासधारियों को बारिश के मौसम में बेघर होने की चिंता सता रही है। आवासधारियों ने बताया कि रिटेंशन की तरह एकमुश्त राशि जमा कर लगातार किराया बीएसपी में जमा कर रहे हैं। इससे बीएसपी को रेवेन्यू के साथ बीएसपी क्वार्टरों को कब्जे व अराजक व आपराधिक तत्वों बचाकर भी रखे हुए हैं। बीएसपी का मेंटेनेंस बजट भी बच रहा है। इसके बाद भी लायसेंसी आवास योजना को बंद करना समझ से परे है।

पान ठेले का ताला तोड़कर चोरी करने वाला गिरफ्तार

हरिभूमि न्यूज ⏭ भिलाई

नेवई थाना पुलिस ने पान ठेले में हुई चोरी की वारदात का 24 घंटे के भीतर खुलासा करते हुए एक नाबालिग सहित दो आरोपी को गिरफ्तार किया है। आरोपी के कब्जे से चोरी की नकदी और बिक्री का सामान बरामद किया गया है। जब्त संपत्ति की कुल कीमत करीब 53 हजार रुपये बताई गई है।

- नाबालिग के साथ दिया था घटना को अंजाम
- 53 हजार का सामान बरामद

पुलिस के अनुसार 20 जून की रात पान ठेला संचालक दुकान बंद कर घर चला गया था। अगले दिन सुबह जब वह ठेले पर पहुंचा तो ताला टूटा हुआ मिला। गल्ले में रखी नकदी और दुकान में रखे सिगरेट, गुटखा, माचिस, कोलड्रिंक सहित अन्य सामग्री चोरी हो चुकी थी। मामले की जांच के दौरान पुलिस को सूचना मिली कि एक युवक और एक विधि-विरुद्ध बालक मोटरसाइकिल से घूम-घूमकर सिगरेट, गुटखा और कोलड्रिंक बेच रहे हैं। सूचना के आधार पर पुलिस ने घेराबंदी कर दोनों को पकड़ लिया। पूछताछ में आरोपी ने अपने नाबालिग साथी के साथ मिलकर पान ठेले का ताला तोड़कर चोरी करना स्वीकार कर लिया। इसके बाद पुलिस ने उसे विधिवत गिरफ्तार कर लिया। पुलिस ने आरोपी के कब्जे से चोरी की नकदी, सिगरेट, गुटखा, माचिस, कोलड्रिंक और अन्य सामग्री बरामद की है। बरामद सामान की कुल कीमत लगभग 53 हजार रुपये आंकी गई है। आरोपी की पहचान कार्तिक नाग उर्फ करन (21 वर्ष) निवासी रिसाली भाठा, मोहन किराना के पास, भिलाई थाना नेवई के रूप में हुई है। नेवई थाना में आरोपी के खिलाफ बीएनएस की धाराओं के तहत मामला दर्ज कर वैधानिक कार्रवाई की गई। न्यायालय में पेश करने के बाद आरोपी को केंद्रीय जेल दुर्ग भेज दिया गया।

सेक्टर 9 हास्पिटल के कर्मी कर्म शिरोमणि से सम्मानित

हरिभूमि न्यूज ⏭ भिलाई

बीएसपी के जेएलएन सेक्टर 9 हास्पिटल मे कर्म शिरोमणि पुरस्कार वितरण कार्यक्रम हुआ। उत्कृष्ट योगदान के लिए कार्मिकों को सम्मानित किया गया। ऑपरेटिव कम टेक्नीशियन संतोष कुमार, रेडियोलॉजी विभाग के हॉस्पिटल अटेंडेंट मोहम्मद अख्तर, स्टाफ नर्स शैलेन्द्र दिनेश ग्वाल तथा मिथला कौशल को कर्म शिरोमणि पुरस्कार दिया गया। मुख्य चिकित्सा अधिकारी डॉ. कौशलेन्द्र ठाकुर, डॉ. उदय कुमार, महाप्रबंधक प्रभारी जेएन ठाकुर तथा महाप्रबंधक शाहिद अहमद द्वारा सम्मानित किया गया। अधिकारियों ने योगदान देने के लिए प्रोत्साहित किया। कार्यक्रम में अतिरिक्त मुख्य चिकित्सा अधिकारी डॉ. शील कमल ठाकुर, उप मुख्य चिकित्सा अधिकारी डॉ. धीरज कुमार गुप्ता, एजीएम जया राय, उप प्रबंधक शैला अब्राहम, सहायक प्रबंधक शिबा थॉमस आदि उपस्थित थे।

बारिश में टाउनशिप के ब्लैक स्पॉट बनेंगे दुर्घटना का कारण

हरिभूमि न्यूज ⏭ भिलाई

टाउनशिप में बरसात के मौसम के पूर्व ही प्री मानसून की बारिश ने जर्जर सड़कों और ट्रैफिक की समस्या बढ़ा दी है। कई मुख्य सड़कों के अलावा क्रास स्ट्रीटों के गड्ढों व ब्लैक स्पांटों से दुर्घटना का अंदेशा बना हुआ है। रहवासियों ने प्रबंधन से जल्द सभी जर्जर सड़कों की मरम्मत करवाने की मांग की है। बरसात के मौसम के दस्तक देते ही पिछले हफ्ते दस दिन के दौरान बारिश हो रही है। इससे टाउनशिप की कई सड़कों के गड्ठों में पानी भर जाने से आवागमन तकलीफदेह होने के साथ दुर्घटना की आशंका भी बड़ गई है। आज सोमवार को भी पौन घंटा तक तेज बारिश हुई। तीन दिनों पूर्व भी आधा घंटा वर्षा से कई जर्जर सहायक व क्रास स्ट्रीटों पर ट्रैफिक दुरुह हो गया था।

टाउनशिप कई प्रमुख सड़कों के साथ विभिन्न सेक्टरों की सहायक व क्रास स्ट्रीटों के गड्ठों में पानी भर गया। क्षेत्रवासियों ने बताया कि अभी से घंटे आधे घंटे की वर्षा होने पर सड़कों की यह हालत है तो फिर चार महीने बारिश के मौसम में वाहनचालकों व राहगीरों को कितनी परेशानी होगी इसका सहज अंदाज लगाया जा सकता है। लिहाजा बीएसपी को बारिश के पूर्व सभी सड़कों की मरम्मत किए जाने की जरुरत है।

ट्रैफिक की परेशानी के साथ दुर्घटना का भी अंदेशा

टाउनशिप में 32 बंगला से सेक्टर 1 चौक जाने वाली सड़क रेलवे एवेन्यू, सेक्टर 1 बीएसएनएल रोड, सेक्टर 6 ए मार्केट रोड, सेक्टर 7 बी मार्केट होते हुए प्रियदर्शिनी अंडरब्रिज चौक सहित दर्जनभर से अधिक सड़कों पर जगह जगह बड़े और गहरे गड्ढठे हैं। गैराज रोड पर कई जगह तारकोल उखड़ने से आए दिन दुर्घटना हो रही है। इसी तरह सेक्टर 7 महाराणा प्रताप रोड और सेक्टर 1 सड़क आदि भी कई जगह जर्जर है, जहां आम दिनों में भी दोपहिया चालकों को गाड़ी चलाना मुश्किल होता है। कई ब्लैक स्पांट दुर्घटना के कारण बने हुए हैं। महाराणा प्रताप चौक सेक्टर 7 तिराहे रोड के बाजू में क्रास स्ट्रीट पर ई मार्केट के निकट तीन साल से पास पास दो बड़े गड्ढे ब्लैक स्पांट हैं। रहवासियों ने बताया कि आज हुई बारिश में यहां दो दोपहिया चालक दुर्घटनाग्रस्त हो चोटिल हुए। आए दिन दुर्घटना हो रही है।

खेलो इंडिया अस्मिता साइक्लिंग लीग में महिला प्रतिभागियों ने लिया भाग

हरिभूमि न्यूज ⏭ भिलाई

भारतीय खेल प्राधिकरण भारत सरकार एवं साइक्लिंग फेडरेशन ऑफ इंडिया के निर्देशन में साइक्लिंग एसोसिएशन ऑफ छत्तीसगढ़, साइक्लिंग एसोसिएशन ऑफ दुर्ग डिस्ट्रिक्ट एवं बीएसपी साइक्लिंग क्लब के संयुक्त तत्वावधान में सिविकसेंटर में अस्मिता साइक्लिंग लीग जिला स्तर का आयोजन किया गया। मुख्य अतिथि संरक्षक सांसद विजय बघेल, विशिष्ट अतिथि महापौर नीरज बघेल व पूर्व विधायक व संरक्षक साइक्लिंग एसोसिएशन के संरक्षक और ओए के अध्यक्ष नरेंद्र कुमार बंछोर,पूर्व महासचिव परविंदर सिंह, डॉ रमेश श्रीवास्तव और विनय चन्नावार आदि उपस्थित थे। आयोजन में 328 महिला-बालिका प्रतिभागियों ने भाग लिया। यह प्रतियोगिता 3 वर्गों में आयोजित की गई सब जूनियर बालिका (16 वर्ष से कम) में प्रथम शीतल द्वितीय वंदना एवं तृतीय साक्षी सलामे रहीं, जूनियर बालिका (17 एवं 18 वर्ष आयु वर्ग) में प्रथम इशिता सिन्हा, द्वितीय मेघा साहू व तृतीय पुष्पांजलि रही वही सीनियर महिला (18 वर्ष से ऊपर) में प्रथम हीना द्वितीय प्रभा एवं तृतीय स्थान पर बबीता मलिक रहीं। पड़ा विजेता खिलाड़ियों को मेडल तथा समस्त प्रतिभागियों को सहभागिता प्रमाण पत्र प्रदान किया गया। कोषाध्यक्ष, भारतीय साइकिल पोलो महासंघ के कोषाध्यक्ष तोषण वर्मा सहि सुनील उपाध्याय, अभिषेक मिश्रा, शशिकांत पांडे, मोहित कुमार, जावेद कुरैशी, नीरज मिश्रा, आकांक्षा मिश्रा, भेषिका वर्मा, विद्या नायर, डॉ मेजर सिंह हरभजन सिंह आदि उपस्थित थे।

पार्सल बुकिंग से पहले आधार कार्ड, पता और मोबाइल नंबर लेना होगा अनिवार्य

कूरियर के जरिए नशे और हथियारों की सप्लाई पर सख्ती, जारी किए नए निर्देश

हरिभूमि न्यूज ⏭ भिलाई

कूरियर और ई-कॉमर्स सेवाओं के जरिए प्रतिबंधित नशीली सामग्री, मादक पदार्थ और घातक हथियारों की आपूर्ति रोकने के लिए दुर्ग पुलिस और खाद्य एवं औषधि प्रशासन ने संयुक्त पहल शुरू की है। इसी कड़ी में सोमवार को कंट्रोल रूम सेक्टर-6 दुर्ग में कूरियर कंपनियों और ई-कॉमर्स प्रतिनिधियों की बैठक आयोजित की गई।

बैठक में कूरियर संचालकों को स्पष्ट निर्देश दिए गए कि किसी भी पार्सल की बुकिंग के दौरान प्रेषक और प्राप्तकर्ता का पूरा विवरण अनिवार्य रूप से दर्ज किया जाए। इसके लिए नाम, पता, मोबाइल नंबर और आधार कार्ड की प्रति लेना आवश्यक होगा। पुलिस ने निर्देश दिया कि यदि किसी पार्सल में प्रतिबंधित नशीली दवा, मादक पदार्थ या अन्य अवैध सामग्री होने की आशंका हो तो इसकी जानकारी तत्काल संबंधित थाना और खाद्य एवं औषधि प्रशासन विभाग को दी जाए। बैठक में सभी पार्सल बुकिंग केंद्रों पर सीसीटीवी कैमरे लगाने और कम से कम एक माह तक फुटेज सुरक्षित रखने के निर्देश दिए गए। अधिकारियों का कहना है कि इससे संदिग्ध गतिविधियों की जांच में मदद मिलेगी। बैठक में नगर पुलिस अधीक्षक भिलाई नगर सत्य प्रकाश तिवारी, खाद्य एवं औषधि प्रशासन विभाग के सहायक संचालक संजय सिंह, औषधि निरीक्षक विष्णु प्रसाद साहू, गायत्री पटेल, जागेश्वरी साहू सहित विभिन्न कूरियर कंपनियों के प्रतिनिधि मौजूद थे।

दवाइयों के पार्सल का अलग रिकॉर्ड रखने के निर्देश

औषधियों से संबंधित पार्सलों के लिए अलग रजिस्टर संधारित करने को कहा गया है। इसमें भेजने वाले और प्राप्तकर्ता का पूरा विवरण दर्ज करना होगा। साथ ही दवाइयों से जुड़े पार्सलों में नकद भुगतान की जगह ऑनलाइन भुगतान को प्राथमिकता देने पर जोर दिया गया।

अवैध गतिविधियों पर लगाम लगाने की पहल

बैठक में कूरियर सेवाओं के माध्यम से होने वाली संभावित अवैध गतिविधियों की रोकथाम, सुरक्षा उपायों और वैधानिक जिम्मेदारियों पर भी विस्तार से चर्चा की गई। अधिकारियों ने कहा कि कूरियर नेटवर्क का दुरुपयोग कर नशे और अन्य प्रतिबंधित सामग्री की सप्लाई को रोकना प्राथमिकता है।

जिले में खरीफ के लिए बीज भंडारण व वितरण की तैयारियां

हरिभूमि न्यूज ⏭ दुर्ग

खरीफ सीजन 2026 के मद्देनजर जिले में किसानों को उन्नत बीज उपलब्ध कराने और कृषि योजनाओं के बेहतर क्रियान्वयन के लिए प्रशासन द्वारा व्यापक तैयारियां की गई हैं। इस संबंध में रुआबांधा, जिला-दुर्ग के बीज प्रबंधक श्री एस. के. बेहरा से मिली जानकारी के अनुसार, जिले में खरीफ वर्ष 2026 के लिए धान की 29,500 क्विंटल की मांग के विरुद्ध वर्तमान में 29,235 क्विंटल बीज उपलब्ध है, और इसी सप्ताह के अंत तक लगभग 950 क्विंटल अतिरिक्त बीज प्राप्त होने से यह उपलब्धता लगभग 102 प्रतिशत संभावित है। 27,418 क्विंटल धान का बीज किसानों को उपलब्ध कराया जा चुका है तथा शेष बीजों का भंडारण एवं प्रक्रिया केंद्र रुआबांधा से नगद वितरण कार्य सुचारू रूप से जारी है। इस बार समितियों में विशेष रूप से पिछले 10 वर्षों के भीतर प्रसारित धान की उन्नत किस्मों का भंडारण कराया जा रहा है, जिनमें 120-125 दिनों की अवधि वाली सूखा रोधी व कीट प्रतिरोधी किस्म 'विक्रम टी.सी.आर' उपज 60-70 क्विंटल/हेक्टेयर, 155-160 दिनों की लंबी अवधि वाली व बाजार में अच्छे दाम दिलाने वाली एमटीयू-1318 उपज 40-45 क्विंटल/हेक्टेयर, और राज्य की प्रसिद्ध खुशबूदार व अर्ध-बौने पौधों वाली किस्म 'छ.ग. देवभोग' 40-45 क्विंटल/हेक्टेयर शामिल हैं।

हरिभूमि

रायपुर, मंगलवार 23 जून 2026

लाइव

Email id- haribhoomibhilai@gmail.com

7747020002, Message at - 9755819129

लाइव इवेंट

परीक्षार्थियों की सेवा में आगे आये युवा से लेकर बुजुर्ग, बांटे पानी और नमकीन

भिलाई। आर्य समाज भिलाई ने अपने मूल आदर्श संसार का उपकार करना को चरितार्थ करते हुए नीट परीक्षा के विभिन्न केंद्रों पर परीक्षार्थियों एवं उनके अभिभावकों के लिए निःस्वार्थ सेवा अभियान संचालित किया। जून के महीने में भी पड़ रही भीषण गर्मी को देखते हुए ठंडे मिनरल वाटर, बिस्किट एवं नमकीन का निःशुल्क वितरण किया गया। सेवा कार्य केंद्रीय विद्यालय दुर्ग, स्वामी आत्मानंद विद्यालय दीपक नगर, साइंस कॉलेज, बीएसपी विद्यालय सेक्टर-7, बीएसपी विद्यालय सेक्टर-10 तथा स्वामी आत्मानंद विद्यालय सेक्टर-6 सहित विभिन्न परीक्षा केंद्रों में संपन्न हुआ। इस अभियान में नामित क्षत्रिय, पतिराम साहू, प्रीति भट्ट, ओमप्रकाश गुप्ता, वसंत आर्य, लक्ष्मी दवे, रेखा पंड्या, प्रतीक पंड्या, धीरज आर्य, मृत्युंजय शर्मा तथा नंदलाल आर्य ने सक्रिय भूमिका रही। इस अभियान की विशेष बात यह रही कि लगभग 10 वर्ष के बच्चों से लेकर 67 वर्ष के वरिष्ठ नागरिकों तक सभी ने पूरे उत्साह और समर्पण के साथ सेवा कार्य में सहभागिता निभाई। संस्कृत मित्र मंडल की वरिष्ठ सदस्य रेखा पंड्या अपने पुत्र प्रतीक पंड्या के साथ स्वयंसेवा के लिए उपस्थित रहीं। वंदना सिंह ने भी पूरे समर्पण से सहयोग किया। वसंत आर्य ने अपने 57वें जन्मदिवस को व्यक्तिगत उत्सव के स्थान पर समाज सेवा को समर्पित किया। उन्होंने कहा कि मेरे लिए जन्मदिन मनाने का सर्वोत्तम माध्यम समाज सेवा है। धीरज आर्य, प्रीति भट्ट, मृत्युंजय शर्मा, वंदना सिंह ने कहा कि सेवा का कोई अवसर छोटा नहीं होता। छोटा प्रयास भी किसी के जीवन में बड़ी राहत ला सकता है। निःस्वार्थ सेवा को सबसे बड़ी साधना कहा। प्रतीक पंड्या ने युवाओं से समाज सेवा में बढ़-चढ़कर भाग लेने का आह्वान किया। कार्यक्रम के अंत में भविष्य में भी ऐसे जनहितकारी सेवा अभियानों को निरंतर संचालित करने का संकल्प लिया गया।

- नीट परीक्षार्थियों की सेवा में आर्य समाज ने पेश की मानवता की मिसाल

● नृत्याति कलाक्षेत्रम का 40वां वार्षिकोत्सव में छह घंटे चला शास्त्रीय नृत्य का महाकुंभ

आंखों की भाव भंगिमाओं व मुद्राओं से नटराज के दिव्य स्वरूप व सृष्टि के शाश्वत चक्र का कराया साक्षात्कार, दर्शक हुए मंत्रमुग्ध

भिलाई। शास्त्रीय नृत्य भरतनाट्यम में आंखो की भाव-भंगिमाओं, हाथों की विभिन्न मद्राओं और तबले की ताल के संग पैरों की थाप से भगवान शिव द्वारा सृष्टि, स्थिति, संहार, तिरोभाव और अनुग्रह का अद्भुत व आध्यात्मिक मंचन देखकर दर्शक मंत्रमुग्ध हो गए और तालियों की गड़गड़ाहट से कलाकारों को उत्साह वर्धन किया। अवसर था नृत्याति कलाक्षेत्रम के 40वें वार्षिकोत्सव समारोह का। जिसमें विभिन्न राज्यों से आए 220 कला साधकों ने 28 नृत्यों और संस्था के डायरेक्टर जी रतीश बाबू ने भरतनाट्यम नृत्य-नाटिका पंचकृत्य की शानदार प्रस्तुति दी। ट्विनसिटी की शास्त्रीय नृत्य संस्था नृत्याति कलाक्षेत्रम का 40वां वार्षिकोत्सव अयप्पा मंदिर ऑडिटोरियम, सेक्टर-2 में से मनाया गया। दोपहर 2 बजे से रात 9 बजे तक चले इस सांस्कृतिक समारोह में देश-विदेश के विभिन्न केंद्रों से आए लगभग 220 बच्चों ने भरतनाट्यम एवं कुचिपुड़ी की 28 मनमोहक प्रस्तुतियों से दर्शकों को मंत्रमुग्ध कर दिया।

शास्त्रीय नृत्य की समृद्ध परंपरा की प्रस्तुती

कार्यक्रम में विभिन्न केंद्रों से आए कलाकारों ने एकल, युगल और समूह नृत्य द्वारा भारतीय शास्त्रीय नृत्य की समृद्ध परंपरा, सौंदर्य एवं आध्यात्मिकता की प्रस्तुती देकर दर्शकों को मंत्रमुग्ध कर दिया। कार्यक्रम में संस्था के सदस्य वीके मोहम्मद, पीटी उल्लास और नृत्य गुरु राखी राय विशेष रूप से उपस्थित रहे। नगर के बड़ी संख्या में कलाप्रेमियों ने इस सांस्कृतिक आयोजन का आनंद लिया। कार्यक्रम का शुभारंभ संस्था के संस्थापक एवं निदेशक, वरिष्ठ भरतनाट्यम आचार्य डॉ. जी. रतीश बाबू के मार्गदर्शन में हुआ। छह घंटे तक चले इस आयोजन ने संस्था की चार दशकों की गौरवशाली सांस्कृतिक यात्रा का उत्सव मनाया। मंच पर एकल, युगल एवं समूह नृत्य के माध्यम से भारतीय शास्त्रीय नृत्य की समृद्ध परंपरा, सौंदर्य एवं आध्यात्मिकता का जीवंत चित्रण हुआ।

कला, संस्कृति और अध्यात्म को दिखाया

समारोह का मुख्य आकर्षण डॉ. जी. रतीश बाबू द्वारा परिकल्पित एवं नृत्य-निर्देशित भव्य भरतनाट्यम नृत्य-नाटिका 'पंचकृत्य' रही। इस विशेष प्रस्तुति में डॉ. रतीश बाबू ने अपने शिष्यों के साथ भगवान शिव के पांच दिव्य ब्रह्मांडीय कार्यों सृष्टि, स्थिति, संहार, तिरोभाव तथा अनुग्रह का अद्भुत एवं आध्यात्मिक मंचन किया। 'पंचकृत्य' भारतीय दर्शन, अध्यात्म और शास्त्रीय नृत्य का अनुपम संगम साबित हुआ, जिसने दर्शकों को भगवान नटराज के दिव्य स्वरूप तथा सृष्टि के शाश्वत चक्र का साक्षात्कार कराया। यह प्रस्तुति कला, संस्कृति और अध्यात्म का अविस्मरणीय अनुभव बनी। जानकारी देते हुए डॉ. जी. रतीश बाबू के सहायक यशवर्धन ने बताया कि नृत्याति कलाक्षेत्रम ने विगत 40 वर्षों में हजारों विद्यार्थियों को शास्त्रीय नृत्य का प्रशिक्षण देकर भारतीय संस्कृति एवं कला के संरक्षण व संवर्धन में महत्वपूर्ण योगदान दिया है। संस्था के केंद्र भारत के साथ विदेशों में भी संचालित हैं।

सिटी इवेंट

नव-नियुक्त पदाधिकारियों को प्रदान किए गए नियुक्ति पत्र

दुर्ग । श्री लोहाणा महापरिषद जोन-13 की संगठनात्मक बैठक रायपुर में हुई। बैठक में जोन-13 के नव-नियुक्त पदाधिकारियों को नियुक्ति पत्र प्रदान कर उनके सफल कार्यकाल और समाज के प्रति समर्पित सेवा के लिए शुभकामनाएं दी गईं। बैठक में छत्तीसगढ़ के विभिन्न शहरों दुर्ग,रायपुर, बिलासपुर,राजनांदगांव एवं धमतरी से आए पदाधिकारियों और समाजजनों की उपस्थिति रही। इस अवसर पर संगठन को और अधिक सशक्त बनाने, समाज के प्रत्येक परिवार तक महापरिषद की गतिविधियों को पहुंचाने तथा युवा पीढ़ी और महिलाओं की भागीदारी बढ़ाने पर विशेष चर्चा की गई। बैठक के दौरान श्री लोहाणा महापरिषद द्वारा संचालित विभिन्न सेवा और जनकल्याणकारी योजनाओं की विस्तृत जानकारी प्रदान की गई। इस अवसर पर श्री लोहाणा महापरिषद के राष्ट्रीय ट्रस्टी किशनभाई मिरानी, जोन-13 अध्यक्ष प्रकाशभाई दावड़ा, जोन प्रभारी ललित भाई पुजारा, उपाध्यक्ष भरतभाई ठक्कर, सचिव ललित भाई जोबनपुत्रा, छत्तीसगढ़ राज्य अध्यक्ष शैलेष भाई कारिया, महिला विंग की संरक्षिका प्रफुल्लाबेन मिरानी, महिला विंग से प्रगति बेन मिरानी तथा युवा विंग से दीप्ति बेन मिरानी विशेष रूप से उपस्थित रहे। अंतरराष्ट्रीय अध्यक्ष सतीश भाई विठलानी स्विट्जरलैंड से वीडियो कॉल के माध्यम से बैठक से जुड़े।

प्रथम सूची के विद्यार्थियों ने लिया प्रवेश, द्वितीय मेरिट सूची आएगी आज

भिलाई। शासकीय विश्वनाथ यादव तामस्कर स्नातकोत्तर स्वशासी महाविद्यालय, दुर्ग में स्नातक प्रथम सेमेस्टर के बीए, बी.कॉम, बीएससी, बी.सी.ए. आदि पाठ्यक्रमों में प्रवेश के लिए विद्यार्थियों की प्रथम मेरिट सूची में से लगभग दो तिहाई विद्यार्थियों ने प्रवेश ले लिया है। शेष बची सीटों के लिये विभिन्न पाठ्यक्रमों की प्रवेश समितियां द्वारा 23 जून को द्वितीय मेरिट प्रवेश सूची जारी की जायेगी। यह जानकारी देते हुए महाविद्यालय के प्राचार्य डॉ. अजय कुमार सिंह ने बताया कि इन विद्यार्थियों को एक सप्ताह का समय प्रवेश के लिए दिया जायेगा। डॉ. सिंह ने बताया कि अनेक विद्यालयों द्वारा विद्यार्थियों को कक्षा 12वीं की मूल अंकसूची तथा स्थानांतरण प्रमाण पत्र प्रदान नही किए जाने के कारण विद्यार्थी महाविद्यालय में प्रवेश लेने में कठिनाई का सामना कर रहे है। डॉ. सिंह ने सभी विद्यालयों के प्राचार्यों से आग्रह किया है, कि वे अपने विद्यार्थियों को 12वीं की मूल अंकसूची तथा स्थानांतरण प्रमाण पत्र शीघ्र उपलब्ध करायें। महाविद्यालय के मीडिया प्रभारी डॉ. प्रशांत श्रीवास्तव ने बताया कि सोमवार तक

महाविद्यालय में प्रवेशित विद्यार्थियों के विवरण के अनुसार बी.ए. प्रथम सेमेस्टर में 158, बी. कॉम प्रथम सेमेस्टर में 216, बी. सी.ए. में 16, बी.एससी प्रथम वर्ष गणित समूह में 77, कम्प्यूटर साईंस समूह 40, तथा आईटी तथा जियोलॉजी में 15 तथा बी.एससी प्रथम वर्ष बायोलॉजी समूह में 125 विद्यार्थियों ने प्रवेश लिया है।महाविद्यालय के स्वशासी परीक्षा प्रकोष्ठ की प्रभारी डॉ. जगजीत कौर सलूजा ने बताया कि महाविद्यालय के स्वशासी प्रणाली के अंतर्गत समस्त स्नातकोत्तर कक्षाओं के परीक्षा परिणाम जारी किये जा चुके हैं तथा सभी संकायों में स्नातकोत्तर तृतीय सेमेस्टर का प्रवेश 23 जून से 30 जून तक किया जायेगा।

राज्यपाल ने आंध्र साहित्य समिति के सचिव पीएस राव को किया सम्मानित

भिलाई । सेक्टर 5 बालाजी मंदिर के सचिव पीएस राव को राज्यपाल रमेन डेका द्वारा सम्मानित किया गया। रायपुर के लोकभवन में 'एक भारत श्रेष्ठ भारत' कार्यक्रम के तहत पश्चिम बंगाल, गोवा और तेलंगाना राज्यों का स्थापना दिवस मनाया गया। इस अवसर पर सेक्टर 5 स्थित बालाजी मंदिर का प्रशासनिक कार्य देखने वाली आंध्र साहित्य समिति के सचिव पीएस राव को राज्यपाल रमेन डेका ने राजकीय गमछा और स्मृति चिन्ह देकर सम्मानित किया। तेलंगाना के पीएस राव पिछले लंबे समय से छत्तीसगढ़ में रहते हुए बालाजी मंदिर के प्रशासनिक कार्यों में महत्वपूर्ण भूमिका निभाते आ रहे हैं। आंध्र साहित्य समिति के अध्यक्ष पीवी राव, कोषाध्यक्ष टीवीएन शंकर, सह कोषाध्यक्ष एनएस राव तथा संयुक्त सचिव एस रवि ने समिति की ओर से राज्यपाल को स्मृति चिन्ह भेंट कर सम्मानित भी किया। सचिव राव ने समारोह को संबोधित भी किया।मुख्य अतिथि की आसंदी से राज्यपाल रमेन डेका ने अपने संबोधन में कहा कि जब हम एक-दूसरे की भाषा, कला, संस्कृति और

जीवन-शैली से एकाकार होते हैं, तो राष्ट्र की एकता और अखंडता और मजबूत होती है। कार्यक्रम का उद्देश्य था एक-दूसरे राज्य की संस्कृति, परंपरा और विशेषताओं का आदान- प्रदान करना। इस मौके पर कलाकारों ने अपने-अपने राज्यों की सांस्कृतिक प्रस्तुतियां भी दीं। यह समारोह उनके लिए आयोजित किया गया था, जिन्होंने विभिन्न राज्यों की संस्कृति के आदान- प्रदान में उत्कृष्ट योगदान दिया। राज्यपाल के आमंत्रण पर आंध्र एसोसिएशन, रायपुर के अध्यक्ष जी स्वामी, सचिव टी श्रीनिवास रेड्डी और कोषाध्यक्ष मोहन नायडु की अगुवाई में आंध्र साहित्य समिति की टीम लोकभवन में पहुंची थी।

एकेएस आर्ट एवं वीव का कला, हस्तशिल्प और रचनात्मकता का उत्सव 4 जुलाई से

भिलाई। कला एवं संस्कृति को बढ़ावा देने के उद्देश्य से ए के एस आर्ट एवं वीव्स प्रदर्शनी 2026 का आयोजन 4 एवं 5 जुलाई को होटल ग्रैंड ढिल्लन, भिलाई में किया जा रहा है। सुबह 11 बजे से यह प्रदर्शनी कलाकारों, शिल्पकारों और वस्त्र डिजाइनरों को अपनी प्रतिभा प्रदर्शित करने तथा कला प्रेमियों से जुड़ने का एक उत्कृष्ट मंच प्रदान करेगी। कला प्रेमी अदिति बहादुर एवं जूली द्वारा आयोजित इस प्रदर्शनी का उद्देश्य छत्तीसगढ़ तथा देशभर के कलाकारों को अपनी कला को प्रदर्शित करने और पहचान बनाने का अवसर उपलब्ध कराना है। प्रदर्शनी में चित्रकला, स्केचिंग, मूर्तिकला, हस्तनिर्मित कलाकृतियों, वस्त्र एवं हस्तशिल्प का आकर्षक संग्रह देखने को मिलेगा। आगंतुकों को कलाकारों से सीधे संवाद करने तथा उनकी रचनात्मक यात्रा को समझने का अवसर भी प्राप्त होगा। प्रदर्शनी में उत्कृष्ट चित्रकला के लिए राष्ट्रपति पुरस्कार से सम्मानित प्रतिष्ठित कलाकार माधवी अप्पिनी के साथ-साथ श्रद्धा देवांगन, ममता तमोटिया, डॉ. मनेका अग्रवाल एवं अर्शिया जैसे प्रतिभाशाली कलाकार अपनी कृतियों का प्रदर्शन करेंगे। इसके अतिरिक्त, प्रसिद्ध वस्त्र एवं हस्तकरघा ब्रांड गांधियन फैब, बंधाबी कोलकाता तथा ठकुरायन भी अपने विशिष्ट संग्रह के साथ सहभागिता करेंगे, जो भारतीय वस्त्र परंपरा और हस्तकला की समृद्ध विरासत को प्रदर्शित करेंगे। जाने माने एथनिक मोनाली ठाकुर हैं जिन्हें संगीत और अभिनय के क्षेत्र में अपने योगदान के लिए राष्ट्रीय पुरस्कार मिला है।

कार्नर न्यूज

● समाजसेवी सतपथी की स्मृति में सेक्टर 6 मंदिर में हुए मंगलिक अनुष्ठान

ओडिशा से आए अरुण स्तंभ की जगन्नाथ मंदिर में हुई स्थापना, दिलीप की स्मृति को किया गया चिरस्थायी

भिलाई। ओड़िशा के पुरी स्थित जगन्नाथ मंदिर के सिंह द्वार के सामने स्थापित अरुण स्तंभ का जगन्नाथ संस्कृति में उच्च धार्मिक महत्व है। जिसे समाज की आने वाली पीढ़ी को अवगत कराने के उद्देश्य से सेक्टर 6 जगन्नाथ मंदिर के सहयोगी रहे स्व. दिलीप की स्मृति में स्थापित किया गया। उत्कल समाज के समाजसेवी, शिक्षाविद और महाप्रभु जगन्नाथ स्वामी के भक्त दिवंगत स्व. दिलीप सतपथी की पावन स्मृति में सोमवार को सेक्टर- 6 स्थित श्री जगन्नाथ मंदिर परिसर में भव्य अरुण स्तंभ की स्थापना की गई। जगन्नाथ संस्कृति और समाज सेवा के प्रति उनके अद्वितीय समर्पण को जीवंत रखने के लिए उनकी धर्मपत्नी अदिति सतपथी द्वारा इस स्तंभ की स्थापना का संकल्प लिया गया था, जो आज विधि-विधान के साथ पूर्ण हुआ।

स्व. सतपथी का योगदान

स्व. दिलीप सतपथी उत्कल समाज के एक ऐसे प्रकाश स्तंभ थे, जिन्होंने न केवल जगन्नाथ संस्कृति के उन्नयन और प्रचार-प्रसार में अपना जीवन समर्पित किया, बल्कि शिक्षा के क्षेत्र में भी अद्वितीय मिसाल कायम की। उन्होंने समाज के गरीब और मेधावी बच्चों के लिए निःशुल्क शिक्षा की व्यवस्था करने जैसे कई अनुकरणीय प्रयास किए। उनकी इसी जन-कल्याणकारी सोच और महाप्रभु के प्रति उनकी अगाध आस्था को अक्षुण्ण रखने के लिए उनकी धर्मपत्नी द्वारा यह सराहनीय पहल की गई है। उनकी पत्नी अदिति सतपथी ने इस अवसर पर कहा कि महाप्रभु जगन्नाथ के प्रति स्व. दिलीप समर्पण अटूट था। यह अरुण स्तंभ न केवल उनकी पावन स्मृति को संजोए रखेगा, बल्कि आने वाली पीढ़ियों को भी जगन्नाथ संस्कृति और जनसेवा से जुड़ने की प्रेरणा देगा।

धार्मिक एवं सांस्कृतिक अनुष्ठान

सोमवार को आयोजित इस कार्यक्रम में मुख्य पुरोहित पंडित तुषार महापात्र द्वारा वैदिक मंत्रोच्चार और संपूर्ण विधि-विधान के साथ अरुण स्तंभ की स्थापना व पूजा-अर्चना संपन्न कराई गई। इस मांगलिक अनुष्ठान में सीमांचल बेहेरा एवं ज्योत्सना बेहेरा ने मुख्य यजमान के रूप में उपस्थित रहकर सभी धार्मिक कार्यों को श्रद्धापूर्वक पूर्ण किया। इस अरुण स्तंभ को उड़ीसा के मयूरभंज जिले के खिचिंग से मंगाया गया है। इस अवसर पर जगन्नाथ समाज के गणमान्य नागरिक और श्रद्धालु बड़ी संख्या में उपस्थित थे।

पंडितों ने बताया- क्या है अरुण स्तंभ और इसका महत्व

अरुण स्तंभ का महत्व बताते हुए पंडितों ने बताया कि मूल रूप से ओड़िशा के पुरी स्थित जगन्नाथ मंदिर के सिंहद्वार के सामने स्थापित अरुण स्तंभ का जगन्नाथ संस्कृति में अत्यंत उच्च धार्मिक महत्व है। यह 16 कोणों वाला एक भव्य एकश्म स्तंभ है, जिसके शीर्ष पर सूर्य के सारथी 'अरुण' विराजमान हैं। मान्यता है कि मंदिर में प्रवेश करने से पहले इस स्तंभ के दर्शन और स्पर्श से श्रद्धालु के सभी पाप नष्ट हो जाते हैं। सेक्टर-6 जगन्नाथ मंदिर में इसकी प्रतिकृति की स्थापना से स्थानीय श्रद्धालुओं को अब यहीं पुरी धाम की दिव्यता का अनुभव हो सकेगा।

सिटी इवेंट

साईं कालेज में अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस मनाया गया

भिलाई। श्री साईं ग्रुप ऑफ इंस्टीट्यूशंस, नंदिनी में अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस मनाया गया। विज्ञान प्रसार नेटवर्क के तहत पंजीकृत श्री साईं कॉलेज विज्ञान क्लब की विशेष भागीदारी रही। साथ ही फार्मेसी विभाग व आईटीआई विभाग के प्रशिक्षार्थियों ने भी हिस्सा लिया। इस वर्ष अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस की थीम योग फॉर हेल्दी एजिंग रही, जिसका उद्देश्य सभी आयु वर्ग के लोगों को स्वस्थ, सक्रिय एवं संतुलित जीवन के लिए योग अपनाने हेतु प्रेरित करना है। कार्यक्रम में संस्थान के सभी विद्यार्थियों एवं शिक्षकगणों ने बढ़-चढ़कर भाग लिया। योग प्रशिक्षक भुनेश्वर यादव ने विद्यार्थियों एवं शिक्षकों को विभिन्न योगासन, प्राणायाम तथा ध्यान का अभ्यास कराया तथा योग के शारीरिक, मानसिक एवं आध्यात्मिक लाभों की विस्तृत जानकारी दी। इस अवसर पर प्रमिला चौहान, केके प्रसाद, मोहन विश्वकर्मा, रितु, सुकमल, दुर्गेश एवं रितेश कुमार सहित समस्त शिक्षकगण उपस्थित रहे। संस्थान के निदेशक डॉ. पी विश्वकर्मा ने कहा कि योग भारतीय संस्कृति की अमूल्य धरोहर है, जो व्यक्ति को स्वस्थ शरीर, शांत मन और सकारात्मक सोच प्रदान करता है।

स्वस्थ शरीर के लिए करे योगभ्यास

भिलाई। छत्तीसगढ़ चेंबर ऑफ कॉमर्स एंड इंडस्ट्रीज, महिला चेंबर एवं राष्ट्रीय स्वयंसेवक संघ, प्रभात शाखा सुपेला के संयुक्त तत्वावधान में अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस के अवसर पर सुपेला में भव्य योग शिविर का आयोजन किया गया। कार्यक्रम का शुभारंभ संगठन गीत से हुआ। योग शिविर में पंडित राजकुमार तिवारी, जगन्नाथ वर्मा एवं चंदन निर्मलकर ने योगाभ्यास कराया। इस दौरान सूर्य नमस्कार, कपालभाति, अनुलोम-विलोम, भस्त्रिका, ताड़ासन, त्रिकोणासन, वक्रासन, वज्रासन, मंडुकासन, मकरासन, भुजंगासन, बालासन, मर्कटासन के साथ सिंहासन, हास्यासन एवं शांति पाठ जैसे लाभप्रद आसनों का अभ्यास कराया गया। पंडित राजकुमार तिवारी, महिला चेंबर अध्यक्ष सुमन कन्नौजे, महिला चेंबर महामंत्री सविता शर्मा, कोषाध्यक्ष हरप्रीत कौर बग्गा, रश्मि वर्मा, सुनीता सोनी, पुष्पलता कर एवं लक्ष्मी शाह ने भी संबोधित किया। शिविर का समापन शांति पाठ से हुआ। इस अवसर पर शंकर लाल दिवांगन, संतराम दिवांगन, अभय वणनेकर, केवल शर्मा, पुष्पा सैनी, शकुंतला सिंह, विकास पांडे, कृष्णानंद वैद्य, आयुष सिंह, दिलीप शर्मा, देवानंद लोधी, गणेश सोनी सहित काफी संख्या में महिला-पुरुष उपस्थित थे।

● ब्रह्माकुमारीज द्वारा भव्य योग महोत्सव का सफल आयोजन

श्रेष्ठ संकल्प बाह्य विषम परिस्थितियों को भी बदलने की रखता है ताकत, योग से यह संभव

भिलाई। अंतरराष्ट्रीय योग दिवस के अवसर पर ट्विनसिटी के सभी संस्थानों, शालाओं और गार्डन में योग का आयोजन किया गया, लोगो ने सामूहिक योग कर स्वस्थ रहने का संदेश दिया। 12वें विश्व योग दिवस थीम योग फॉर हेल्दी एजिंग का महत्व भी बताया गया। ब्रह्माकुमारीज भिलाई सेक्टर 7 स्थित मुख्य सेवाकेंद्र राजयोग भवन द्वारा स्व. राजेश पटेल स्पोर्ट्स कॉम्प्लेक्स, सेक्टर-2 विशाल परिसर में योग महोत्सव का आयोजन किया गया। सुबह 5 बजे से ही श्वेत वस्त्रधारी ब्रह्मावत्सों के साथ विभिन्न आसनों के अभ्यास से योग महोत्सव की शुरुआत हुई। वरिष्ठ राजयोग शिक्षिका ब्रह्माकुमारी प्राची ने राजयोग मेडिटेशन के बारे में बताया की बाह्य संसार की बातें मेरे अंदर की शक्तिशाली सकारात्मक दुनियां को डिस्टर्ब न करे। मेरा श्रेष्ठ चिंतन हर संकल्प बाह्य विषम परिस्थितियों को भी बदलने की ताकत रखता है। इन्हीं श्रेष्ठ संकल्पों के साथ सभी ने संगठित राजयोग मेडिटेशन द्वारा स्वयं को, प्रकृति के पांचों तत्वों को चारों दिशाओं में शांति फैलाए। भिलाई सेवाकेंद्रों की निदेशिका राजयोगिनी ब्रह्माकुमारी आशा दीदी ने कहा कि आज योग की महत्ता को सारे विश्व ने अंगीकार किया है हमें भी सिर्फ एक दिन नहीं बल्कि प्रतिदिन कुछ समय स्वयं के लिए निकाल कर अपने आत्मा रूपी बैटरी को चार्ज करना है।प्रतिदिन राजयोग मेडिटेशन का अभ्यास करने वाले डिवाइन ग्रुप के बच्चों ने विभिन्न आसनों से युक्त सर्वे भवन्तु सुखिनः, छोड़ तनिक दुनियां का शोर...गीतों के माध्यम से सुंदर सांस्कृतिक प्रस्तुति दी। विशेष योग महोत्सव आयोजन स्थल पर निशुल्क बी पी,शुगर जैसे टेस्ट की सुविधा थी, जिसे योग महोत्सव में शामिल प्रतिभागियों ने योग के पूर्व तथा योग के बाद टेस्ट करवाएं,प्राप्त परिणामों से सभी को योग की शक्ति और लाभ का प्रत्यक्ष अनुभव हुआ।

सूर्योदय के साथ नवकार का का जाप, इसके बाद योग

दुर्ग। श्री उवसग्गहरं पार्श्व तीर्थ परिसर में संचालित प्राकृतिक-योगोपचार संस्थान आरोग्यम् नगपुरा में अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस धूमधाम से मनाया गया। प्रातः सूर्योदय के साथ ही नवकार महामंत्र की जाप के साथ कार्यक्रम का शुभारंभ हुआ। संस्थान के सभागृह में मुम्बई के प्रख्यात आर्युवेदाचार्य डॉ. मिलिंद जैन, डॉ. भारती रमन ने दीप प्रज्वलित कर योगोत्सव का शुभारंभ किया। मुख्य चिकित्सा अधिकारी डॉ. दानेश्वर टंडन ने कहा कि योग एक प्राचीन भारतीय पद्धति है जो शारीरिक, मानसिक और आध्यात्मिक स्वास्थ्य के बीच संतुलन बनाती है। चिकित्सा अधिकारी डॉ. आदित्य उपाध्याय ने कहा कि दैनिक आहार-आचार-विचार और दिनचर्या को संतुलित रखकर हम बहुत कम समय में स्वास्थ्य लाभ प्राप्त कर सकते हैं। इस अवसर पर डॉ. दिव्या रात्रे, डॉ. दीपा शिखा देशमुख, टुमन बंजारे, जागृति गुप्ता, राहूल लोहिया, सुनीता प्रीतमानी, रश्मि चैमानी, संगीता ठाकुर आदि मौजूद थे।

स्वस्थ रहने नियमित योगाभ्यास आवश्यक : सांसद

दुर्ग। 12वें अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस भाजपा के सभी 17 मंडलों में योग शिविरों का आयोजन किया गया। इसी क्रम में वार्ड -7 स्थित शिक्षक नगर गार्डन में भव्य योग दिवस कार्यक्रम आयोजित किया गया। कार्यक्रम का आयोजन चंडी शीतला मंडल भाजपा, आर्थिक प्रकोष्ठ जिला दुर्ग, चैम्बर ऑफ कॉमर्स एवं शिक्षक नगर गार्डन समिति के संयुक्त सहयोग से किया गया। सांसद विजय बघेल ने कहा कि अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस केवल एक आयोजन नहीं, बल्कि स्वस्थ, संतुलित और अनुशासित जीवन जीने का संकल्प है। योग भारत की प्राचीन सांस्कृतिक धरोहर है, जिसे आज पूरी दुनिया ने अपनाया है। इस अवसर पर जितेंद्र वर्मा, शिव चंद्राकर, जिला सहकारी बैंक के अध्यक्ष प्रीतपाल बेलचंदन सहित अन्य मौजूद थे।

भिलाई-चरोदा में स्वस्थ जीवनशैली अपनाने का दिया संदेश

भिलाई। अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस के अवसर पर नगर निगम भिलाई-चरोदा द्वारा मंगल भवन परिसर में स्वस्थ आयु के लिए योग विषय पर भव्य योग शिविर का आयोजन किया गया। कार्यक्रम में जनप्रतिनिधियों, अधिकारियों, कर्मचारियों, सामाजिक संगठनों के प्रतिनिधियों और बड़ी संख्या में नागरिकों ने भाग लेकर योगाभ्यास किया। शिविर में प्रशिक्षकों ने प्रतिभागियों को विभिन्न योगासन, प्राणायाम और ध्यान की विधियां सिखाईं। इस अवसर पर विधायक प्रतिनिधि सतीश साहू, दिलीप पटेल, परिषद में नेता प्रतिपक्ष खिलावन वर्मा, वरिष्ठ पार्षद फिरोज फारुकी सहित कई जनप्रतिनिधि उपस्थित रहे। एसडीएम महेश सिंह राजपूत, निगम आयुक्त डीएस राजपूत सहित निगम के अधिकारी और कर्मचारी भी कार्यक्रम में शामिल हुए।

एमजीएम स्कूल में योगाभ्यास

भिलाई। एमजीएम सीनियर सेकेंडरी स्कूल, सेक्टर-6, भिलाई में अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस मनाया गया। कार्यक्रम का आयोजन प्राचार्य रेव्ह फादर जेम्स गी वर्गीस, प्रधानाध्यापिका सोमी सजीव, शैक्षणिक प्रभारी मीनू जैकब थॉमस और एस जीना के मार्गदर्शन में किया गया। कक्षा 12वीं मानविकी की छात्रा वाणी ठाकुर ने योग के महत्व पर प्रभावशाली भाषण दिया तथा दैनिक जीवन में योग को अपनाने के लाभों पर प्रकाश डाला। योग सत्र का संचालन योग शिक्षिकाएं चारू तालु, रुक्मणी और अर्पणा जॉन के निर्देशन में किया गया। कार्यक्रम में कारेस्पोंडेंट सुरेश जेकब और स्कूल प्रबंधन समिति की महती भूमिका रही। इस अवसर पर विद्यार्थियों और शिक्षकों ने विभिन्न योगासनों तथा सूर्य नमस्कार का अभ्यास किया। योग दिवस का मुख्य आकर्षण विभिन्न आसनों का प्रदर्शन एवं सूर्य नमस्कार रहा।

लीनेस क्लब ने किया सामूहिक योग

भिलाई। लीनेस क्लब भिलाई द्वारा आज विश्व योग दिवस पर स्टील कॉलोनी में शिव मंदिर के प्रांगण में योग का सामुहिक आयोजन किया गया। जिसमें कि योग शिक्षक पतंजली राम देव बाबा के शिष्यों के निर्देशन में कराया गया। खास बात यह है कि कुछ लोग 80 वर्ष के भी योग के लिए आए थे योग आज जन मानस में काफी प्रसिद्ध हो गया है तथा इस के प्रति लोग जागरूक हो चुके हैं और लगातार जुड़ते जा रहे हैं जो स्वास्थ्य के लिए भी बहुत ही लाभदायक है। इस अवसर पर स्टील कॉलोनी के पार्षद, पूर्व पार्षद और लीनेस क्लब के सदस्य भाव सिंघा, करुणा बंसल, अर्चना मिश्रा, अध्यक्ष कल्पना श्रीवास्तव, सचिव मनीषा सिन्हा, कोषाध्यक्ष डॉ मंजू तिवारी, पुष्पा सिंह, लता गायकवाड, स्नेहा शर्मा, सुषमा रंधावा सहित कई सदस्य उपस्थित थे।

5 दिवसीय निशुल्क योग शिविर का समापन

भिलाई। लोकांगन, वैशाली नगर, भिलाई में पतंजलि योग समिति दुर्ग, पतंजलि युवा भारत एवं भारत स्वाभिमान न्यास के संयुक्त तत्वावधान में आयोजित पांच दिवसीय निशुल्क योग स्वास्थ्य शिविर का समापन रविवार को हुआ। पिछले पांच दिनों से चल रहे इस शिविर में सैकड़ों नागरिकों ने योग, प्राणायाम, प्राकृतिक चिकित्सा एवं स्वास्थ्य परामर्श का लाभ प्राप्त किया। उद्घाटन सत्र में वैशाली नगर विधायक रिकेश सेन, भारत स्वाभिमान न्यास छत्तीसगढ़ के राज्य प्रभारी अनूप बंसल तथा पतंजलि युवा भारत छत्तीसगढ़ के राज्य प्रभारी एवं योगासन स्पोर्ट्स एसोसिएशन छत्तीसगढ़ के अध्यक्ष जयंत भारती की गरिमामयी उपस्थिति रही। सभी अतिथियों ने योग को स्वस्थ एवं समृद्ध समाज के निर्माण का प्रभावी माध्यम बताते हुए इसे जन-जन तक पहुंचाने का आह्वान किया।

सीसीईटी भिलाई में अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस

भिलाई। क्रिश्चियन कॉलेज ऑफ इंजीनियरिंग एंड टेक्नोलॉजी सीसीईटी भिलाई में अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस मनाया गया। कार्यक्रम का आयोजन कार्यकारी उपाध्यक्ष फादर डॉ. पीएस वर्गीज और प्राचार्य डॉ. जीतेंद्र तिवारी के मार्गदर्शन में किया गया।इस अवसर पर विद्यार्थियों, प्राध्यापकों एवं कर्मचारियों ने योगाभ्यास में सक्रिय सहभागिता की। मैकेनिकल इंजीनियरिंग विभाग के डॉ. उत्तम कुमार कर ने विभिन्न योगासन और प्राणायाम का अभ्यास कराया। कार्यक्रम का संचालन एनएसएस समन्वयक सुश्री प्रीति गुप्ता एवं श्री दोमन कुंभकार द्वारा किया गया। कार्यक्रम में योग के माध्यम से स्वस्थ एवं संतुलित जीवनशैली का संदेश दिया गया।

योग लंगर परिसर में योग दिवस पर जुटे लोग

भिलाई । नगर पालिक निगम रिसाली एवं योग लंगर समिति द्वारा 12वे अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस का अवसर पर योगाभ्यास कर लोगों को योग के महत्व की जानकारी योग गुरुओं ने। योग परिसर रिसाली में आयोजित योग अभ्यास में समिति के अध्यक्ष अशोक माहेश्वरी के अलावा रिसाली निगम की महापौर शशि सिन्हा, आयुक्त मोनिका वर्मा, समिति के कार्यकारी अध्यक्ष विजय शंकर राम, अंगेश्वरी, मनोरमा, यशोदा, सुनंदा, मधुमिता, अंजू, श्वेता, माला एवं स्वीटी सहित अन्य मौजूद थे। अंत में सुधाकर रेड्डी द्वारा शिव तांडव नृत्य प्रस्तुत किया गया।

सेक्टर 9 हास्पिटल में कार्मिकों ने किया योगाभ्यास

भिलाई। अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस बीएसपी के सेक्टर नौ हास्पिटल में कार्यक्रम हुआ। मुख्य चिकित्सा अधिकारी प्रभारी (डॉ. विनीता द्विवेदी व डॉ. कौशलेन्द्र ठाकुर तथा मुख्य चिकित्सा अधिकारी (चिकित्सा एवं स्वास्थ्य सेवाएं) डॉ. उदय भी उपस्थित थे। ओपीडी परिसर में योगाभ्यास एवं विभिन्न योग क्रियाओं का प्रदर्शन किया गया। संचालन योग प्रशिक्षक सुश्री बबीता व प्रीति ने किया गया। प्रतिभागियों को विभिन्न योगासन, प्राणायाम एवं स्वास्थ्यवर्धक अभ्यासों का प्रशिक्षण प्रदान किया। योग गतिविधियों को बढ़ावा देने मनीष कुमार एवं उनकी टीम को सम्मानित भी किया गया। संचालन योग प्रशिक्षक जितेन्द्र शुक्ला और गजानंद पवार ने किया।

महिला और युवा वर्ग सभी ने उठाया शिविर का लाभ

दुर्ग। अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस के अवसर पर अग्रवाल समाज दुर्ग द्वारा अग्रसेन भवन में सुबह 6.30 से 9 बजे तक योग शिविर आयोजित किया गया। इस अवसर समाज के संरक्षक राधेश्याम अग्रवाल, कैलाश रुंगटा के कहा कि आज की भागती दौड़ती जिंदगी में अनियमित दिनचर्या के कारण स्वस्थ रहने के लिए योग अत्यंत आवश्यक है। समाज के अध्यक्ष ललित सेक्सरिया एवं महासचिव प्रहलाद रुंगटा ने बताया कि योग शिविर जैसा आयोजन फ अच्छा स्वास्थ्य प्रदान करता है।

भारती विश्वविद्यालय दुर्ग में योग दिवस

दुर्ग। भारती विश्वविद्यालय दुर्ग में एक्यूएसी, भारती आयुर्वेद मेडिकल कॉलेज और हॉस्पिटल के संयुक्त तत्वावधान में योग दिवस का आयोजन किया गया। कार्यक्रम भारतीय आयुर्वेद महाविद्यालय के प्रिंसिपल डॉ. मानस रंजन होता के मार्गदर्शन मे संपन्न हुआ। उप प्राचार्य डॉ. अमीय भोंसले की उपस्थिति में स्वस्थवृत्त और योग विभाग की प्रोफेसर डॉ. महिमा श्रीवास्तव, एसोसिएट प्रोफेसर डॉ. रामेश्वर थवाईत तथा असिस्टेंट प्रोफेसर डॉ. भूमिका गुप्ता ने विद्यार्थियों, संकाय सदस्यो एवं कर्मचारियों को विभिन्न योगासन, प्राणायाम एवं ध्यान का अभ्यास कराया तथा उनके सकारात्मक प्रभाव की विस्तृत जानकारी दी। डॉ. मानस रंजन होता ने कहा कि योग भारत की प्राचीन सांस्कृतिक विरासत है, जो व्यक्ति के शरीर, मन और आत्मा के समग्र विकास का जरिया है।

स्माइल योगा अकादमी ने स्वीमिंग पूल में किया योग

भिलाई। अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस के अवसर पर स्माइल योगा अकादमी द्वारा योग दिवस मनाया गया। सुबह 5 बजे से 8.30 बजे तक उत्साह, ऊर्जा और सकारात्मक वातावरण देखने को मिला। कार्यक्रम की शुरुआत ध्यान से हुई, जिसके पश्चात योगा, जुम्बा स्वीमिंग जैसी विभिन्न गतिविधियां आयोजित की गईं। इस विशेष आयोजन में अकादमी के सदस्यों के साथ-साथ उनके परिवारजन और मित्रों ने भी बढ़-चढ़कर भाग लिया। स्माइल योगा अकादमी के डायरेक्टर पंकज यादव ने सभी सदस्यों को अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस की शुभकामनाएं। कार्यक्रम में आलोक, अभिषेक, खुशी, नेहा, श्रीकांत जागेन्द्र साहू आदि मौजूद थे।

ओम की उच्चारण ध्वनि से दिया स्वास्थ्य-संतुलन का संदेश

भिलाई। स्वस्थ तन, स्वस्थ मन के संकल्प के साथ शासकीय पूर्व माध्यमिक शाला नेवई में अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस पर योगाभ्यास कार्यक्रम का आयोजन उत्साह एवं अनुशासन के साथ किया गया। कार्यक्रम में विद्यार्थियों, शिक्षकों, कर्मचारियों और अतिथियों ने सहभागिता कर योग के महत्व को आत्मसात किया। सामूहिक प्रार्थना एवं मंत्रोच्चार से पूरा शाला परिसर योग की ऊर्जा से गुंजायमान हो उठा। योग प्रशिक्षक वीणा बंछोर और ज्योति वर्मा ने सूक्ष्म व्यायाम के साथ भद्रासन, ताड़ासन, वृक्षासन, भुजंगासन, अर्धचक्रासन आदि आसनों का अभ्यास कराया। डॉ. नीलांजना जैन ने बताया कि योग केवल व्यायाम नहीं, बल्कि जीवन जीने की एक वैज्ञानिक एवं अनुशासित पद्धति है। नियमित योगाभ्यास व्यक्ति को स्वस्थ, ऊर्जावान और सकारात्मक बनाता है। उन्होंने कहा कि करे योग, रहे निरोग, स्वस्थ जीवन का यही संयोग। कार्यक्रम में परमेश्वर, भूपेंद्र वेलचंदन, यादव, धनकर और प्रधानपाठक दीप्तिरानी खोब्रागडे, वरिष्ठ शिक्षिका शशिकला वर्मा, उषाकिरण कौशिक, अमृता यादव, तृप्ति भारती, अनिता ठाकुर, रेखा साहू, ज्ञानेश्वर मरकाम, आकाश बंजारे, तक्षक बरेठ सहित अन्य गणमान्य नागरिक उपस्थित रहे। वक्ताओं ने कहा कि योग भारत की प्राचीन एवं अमूल्य धरोहर है, जिसे आज संपूर्ण विश्व अपनाकर स्वस्थ जीवन की ओर अग्रसर हो रहा है। तन-मन में भर दे नई ऊर्जा अपार, योग अपनाएं, जीवन बने सुखद साकार का संदेश दिया गया। अंत में उपस्थितजनों ने स्वस्थ, संतुलित और जागरूक जीवनशैली अपनाने का संकल्प लिया तथा विश्वकल्याण की कामना के साथ कार्यक्रम का समापन किया गया।

ब्रह्मर्षि भूमिहार महिला समाज ने दिया योग का संदेश

भिलाई। अंतरराष्ट्रीय योग दिवस पर ब्रह्मर्षि भूमिहार महिला समाज की महिलाओं ने परशुराम भवन सेक्टर 2 पर योग दिवस मनाया। योग शिक्षिका अमलेश राय व रानी राय ने महिला सदस्यों को योगाभ्यास कराया। इंदू राय अंजू शुक्ला, रीता सिन्हा, संगीता सिन्हा, अनीता शर्मा, मंजू सिंह, अंजू राय नूतन ठाकुर,नीतू शुक्ला, अंजू शुक्ला, प्रभा शर्मा, कंचन सिन्हा व संगीता ठाकुर। योग शिक्षिका अमलेश राय रानी राय। मिक्की सिन्हा आशा राय आदि महिला सदस्यों ने योग कर स्वस्थ व खुहाल जीवन का संदेश दिया।

पायोनियर कान्वेंट स्कूल उतई में योग दिवस

भिलाई। अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस के मौके पर पायोनियर कॉन्वेंट स्कूल उतई में योग दिवस का आयोजन किया गया। इस अवसर पर स्कूल के डायरेक्टर अमित कुमार मिश्रा सहित स्कूल स्टाफ तथा सभी विद्यार्थी उपस्थित थे। स्कूल के डायरेक्टर अमित कुमार मिश्रा ने विद्यार्थियों को योग की विशेषताएं तथा उसके महत्व को बताया और दैनिक जीवन में योग को अपनाने को कहा।

डोकरी दाई की भूमिका पर हास्य प्रस्तुति

भिलाई। छत्तीसगगढ़ में प्रचलित लोरिक चंदा की कथा की प्रस्तुति ग्राम कंदई विकास खंड बेरला में की गई। लोरिक और चंदा की प्रेम गाथा में डोकरी दाई की भूमिका पर हास्य प्रस्तुति से दर्शक प्रभावित हुए। लोकमया कुम्हारी के अध्यक्ष महेश वर्मा ने स्वागत भाषण देते हुए संस्कृति विभाग और ग्रामीणों के प्रति आभार माना। ग्राम कुसमी के कलाकारों ने मंच पर गायन नर्तन वादन से मंच पर लोरिक कथा प्रस्तुत किया। स्थानीय कला दलों को भी प्रोत्साहन के लिए मंच पर अवसर दिया। कलाकारों एवं अतिथियों का सम्मान शॉल और श्रीफल से किया गया। दूरदर्शन के कृषि कार्यक्रम के उद्घोषक कलाकार महेश वर्मा ने कार्यक्रम संचालन किया। राजेन्द्र साहू ने आभार व्यक्त किया।

ज्योतिष

शनि की साढ़ेसाती और ढैय्या झेल रही राशियों के लिए ऐसे रहेंगे अगले 6 महीने

शनि इस वक्त मीन राशि में गोचर कर रहे हैं और साल के आने वाले अगले 6 महीने भी शनि की यही स्थिति रहने वाली है। शनि के मीन राशि में होने के कारण मेष, कुंभ और मीन राशि वालों पर शनि की साढ़ेसाती चल रही है जबकि सिंह और धनु राशि वालों पर शनि की ढैय्या का प्रभाव जारी है। साल 2026 के लगभग छह महीने पूरे हो चुके हैं और अब अगले छह महीने बाकी हैं। आइए जानते हैं कि अगले छह महीने पर शनि की साढ़ेसाती और ढैय्या पर इसका कैसा प्रभाव रहने वाला है।यों पर इसका प्रभाव अभी भी बना हुआ है.

शनि की साढ़ेसाती

मेष राशि : मेष राशि वालों पर इस समय शनि की साढ़ेसाती का पहला चरण चल रहा है। साल 2026 के बाकी महीनों में कार्यक्षेत्र में कई तरह की चुनौतियों का सामना करना पड़ सकता है। काम में रुकावटें आ सकती हैं और मन में दुविधा बनी रह सकती है। इस दौरान किसी भी निर्णय में जल्दबाजी से बचना और हर कदम सोच-समझकर उठाना आपके लिए बेहतर रहेगा।

कुंभ राशि : कुंभ राशि वालों पर शनि की साढ़ेसाती का अंतिम चरण जारी है। ऐसे में साल के बाकी महीनों में धीरे-धीरे राहत मिलने के संकेत हैं। समय के साथ कार्यों में सफलता मिलने की संभावना बढ़ सकती है। हालांकि खर्चों पर नियंत्रण रखना जरूरी रहेगा। साथ ही किसी भी बड़े फैसले को पूरी समझदारी के साथ लेना आपके लिए लाभदायक हो सकता है।

मीन राशि : मीन राशि वालों पर शनि की साढ़ेसाती का दूसरा चरण चल रहा है। आने वाले महीनों में कामकाज से जुड़ी चुनौतियां सामने आ सकती हैं। किसी भी फैसले को जल्दबाजी में लेने से बचना होगा। लेन-देन के मामलों में सतर्कता जरूरी रहेगी। आर्थिक मामलों में संयम रखना उचित रहेगा।

शनि की ढैय्या

सिंह राशि : सिंह राशि वालों पर इस समय शनि की ढैय्या का प्रभाव है। साल 2026 के बाकी महीनों में निवेश से जुड़े मामलों में अतिरिक्त सावधानी बरतनी होगी। बिना पूरी जानकारी के कोई बड़ा आर्थिक निर्णय लेना नुकसानदेह हो सकता है। धैर्य और संतुलित सोच के साथ आगे बढ़ना आपके लिए बेहतर रहेगा।

धनु राशि : धनु राशि वालों पर भी शनि की ढैय्या जारी है। वर्ष 2026 के शेष महीनों में धैर्य और संयम बनाए रखना आवश्यक होगा। कार्यक्षेत्र में जल्दबाजी करने से बचना चाहिए। सोच-समझकर लिए गए निर्णय भविष्य में बेहतर परिणाम दे सकते हैं। इस दौरान संतुलित दृष्टिकोण अपनाना आपके लिए लाभदायक साबित हो सकता है।

राहु-बुध के प्रभाव में सूर्य-शुक्र से इन 3 राशियों में बनेगा धन योग

सोमवार 22 जून को सूर्य और शुक्र दोनों ग्रहों का एकसाथ नक्षत्र परिवर्तन करना एक दुर्लभ संयोग है। सूर्य ने आर्द्रा नक्षत्र में प्रवेश किया और शुक्र अश्लेषा नक्षत्र में गोचर करेंगे। ज्योतिष में सूर्य को जहां साहस, पिता और राजनीति का कारक माना जाता है। वहीं, शुक्र का संबंध धन, वैभव, व्यापार और रोजगार से होता है। आइए जानते हैं कि यह दुर्लभ संयोग किन तीन राशियों के लिए शुभ माना जा रहा है।

तुला राशि : तुला राशि के जातकों के लिए आकस्मिक धन लाभ के योग बनेंगे। साहस और पराक्रम में वृद्धि देखने को मिल सकती है। अपनों का सहयोग मिलने से महत्वपूर्ण कार्यों में सफलता मिलने की संभावना है। व्यापार से जुड़े लोगों के लिए भी यह समय सकारात्मक माना गया है। हालांकि किसी भी निर्णय में जल्दबाजी से बचने की सलाह दी गई है।

मकर राशि : मकर राशि वालों के लिए सूर्य-शुक्र का यह नक्षत्र परिवर्तन कई मामलों में राहत देने वाला हो सकता है। धन की स्थिति पहले से बेहतर रहने के संकेत हैं। कारोबार को आगे बढ़ाने के लिए निवेशकों का सहयोग भी प्राप्त हो सकता है। अविवाहित जातकों के जीवन में किसी खास व्यक्ति के आने की संभावना जताई गई है।

कुंभ राशि : कुंभ राशि के जातकों के लिए यह समय आकर्षण और प्रगति लेकर आ सकता है। व्यक्तित्व में निखार आने से लोग आपकी ओर प्रभावित हो सकते हैं। रोजगार और करियर के क्षेत्र में आगे बढ़ने के अवसर मिल सकते हैं। नौकरी की तलाश कर रहे लोगों को शुभ समाचार प्राप्त होने की संभावना है।

लाइफ इतनी ज्यादा बिजी रहती है, कि नाश्ता, लंच, डिनर का समय ठीक से मिलता ही नहीं

सुबह ब्रेकफास्ट सही समय पर करने से शरीर में बनी रहेगी एनर्जी, पाचन भी रहेगा एकदम दुरुस्त

आज की भागदौड़ भरी जिंदगी में लोग अपनी फिटनेस का ठीक से ध्यान नहीं रख पाते हैं, जिस कारण कई बीमारियों के शिकार भी हो जाते हैं। कुछ लोगों की लाइफ इतनी ज्यादा बिजी रहती है, कि नाश्ता, लंच, डिनर का समय ठीक से मिलता ही नहीं है। कुछ लोग ऐसे होते हैं, जो कभी भी खाने को खा लेते हैं, लेकिन ऐसा करने से अच्छा आपको एक समय बांध लेना चाहिए और उसी के हिसाब से आपको खाने को खाना चाहिए, जिससे आपकी हेल्थ एकदम फिट रहती है। ब्रेकफास्ट को लेकर लोगों के मन में अक्सर कई तरह-तरह के सवाल आते हैं, जिनमें से एक है कि आखिर सुबह ब्रेकफास्ट करने का सही समय क्या है?

सुबह ब्रेकफास्ट करने का क्या है सही समय?

आपको बता दें 7 से 8 बजे के बीच नाश्ता करना बेस्ट है अगर आप 7 बजे उठ रहे हैं, तो आपको 8 से 9 बजे तक नाश्ता करना बेहतर रहेगा। ये आपकी हेल्थ को फिट रखने का काम करता है, लेकिन इससे लेट आपको बिल्कुल भी नहीं करना चाहिए। समय पर अगर आप नाश्ता करते हैं, तो शरीर को आवश्यक पोषण मिलता है और मेटाबॉलिज्म भी एकदम फिट रहता है।

ब्लड शुगर में उतार-चढ़ाव

अगर आप भी नाश्ता नहीं करते हैं या स्किप कर देते हैं, तो आपके लिए काफी ज्यादा नुकसानदायी हो सकता है। ब्लड शुगर में उतार-चढ़ाव भी आपको काफी ज्यादा देखने के लिए मिल सकता है।

देर से नाश्ता करने के नुकसान

अगर आप देर से नाश्ता करते हैं, तो शरीर में कई तरह के नुकसान और बदलाव देखने के लिए मिल जाएंगे, इसलिए आपको ऐसी गलतियां भूलकर भी नहीं करनी चाहिए।

वजन बढ़ने का खतरा

अगर आप लेट नाश्ता करते हैं, तो कैलोरी का सेवन बढ़ जाता है और वजन बढ़ने की संभावना भी काफी ज्यादा हो जाती है, क्योंकि आपका पेट एकदम भूखा रहता है।

पाचन से जुड़ी समस्या

कई सारे लोगों को लेट नाश्ता करने से पाचन से जुड़ी दिक्कतें काफी ज्यादा होने लगती है। अनियमित समय पर भोजन करने से गैस, एसिडिटी और अपच जैसी समस्याएं काफी हद तक बढ़ जाएगी।

समय पर नाश्ता करने के फायदे...

अगर आप समय पर नाश्ता करते हैं, तो आपको कई सारे फायदे देखने के लिए मिल जाएंगे और साथ ही बीमारियां भी कोसों दूर रहेंगी.

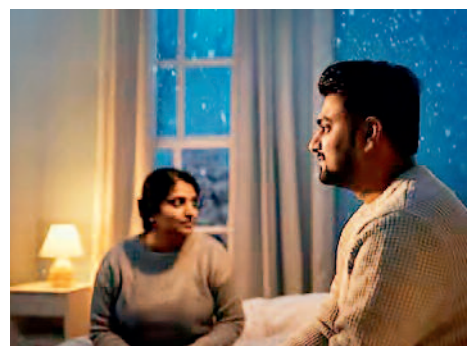
पूरे दिन एनर्जी, मेटाबॉलिज्म बेहतर

समय पर नाश्ता करने से आपका शरीर एकदम फिट रहता है और पूरे दिन शरीर में एक अलग सी ही एनर्जी रहती है। ब्रेकफास्ट अगर आप रोजाना करते हैं, तो मेटाबॉलिज्म बेहतर होता है और पेट भी आपका एकदम बेस्ट रहता है। ऐसा करने से जिससे कैलोरी बर्न होती है।

पाचनतंत्र करेगा ठीक काम

समय पर नाश्ता करने से पाचन से जुड़ी दिक्कतें काफी हद तक दूर हो जाएगी और आपको गजब के फायदे भी देखने के लिए मिल सकते हैं।

रातभर गर्म रहता है आपका बेडरूम तो इस ट्रिक्स से करें ठंडा



गर्मियों के दिनों में बाहर निकलना ही नहीं, बल्कि घर के अंदर रहना भी मुश्किल हो जाता है। दरअसल, कॉन्क्रीट से बने घर पूरे दिन सूरज की किरणों की तपिश को सोखते हैं, जिसकी वजह से रात के वक्त भी घर का हर एक कमरा आग उगलता रहता है। रात के समय भी कमरे का तापमान कम होने का नाम नहीं लेता है। ऐसे में गर्मियों में सुकून की नींद पाना लोगों के लिए बहुत मुश्किल हो जाता है। अगर आपके बेडरूम में भी रात को बहुत गर्मी रहती है, तो कुछ आसान से बदलाव करके आप कमरे को काफी हद तक ठंडा बना सकते हैं। अच्छी बात ये है कि इसके लिए हमेशा एसी चलाना जरूरी नहीं होता। चलिए जानते हैं बिना एसी चलाए रात में बेडरूम को ठंडा रखने के ट्रिक्स।

दिन में पर्दे बंद रखें : अगर आपके बेडरूम में दिनभर सीधी धूप आती है, तो कमरे का तापमान तेजी से बढ़ सकता है। ऐसे में सुबह से ही खिड़कियों के पर्दे बंद रखें। इससे सूरज की गर्मी कमरे के अंदर कम पहुंचेगी और रात में कमरे में ठंडक बनी रहेगी।

सही समय पर खिड़कियां खोलें : अगर आप सोचते हैं दिन में खिड़कियां खोलकर आप घर का वेंटिलेशन सही बना रहेगा तो आप गलत है। दिन के समय बाहर की गर्म हवा कमरे को और गर्म कर सकती है इसलिए दिन में खिड़कियां बंद रखना सही होता है। वहीं शाम या रात को जब बाहर का तापमान कम हो जाए, तब खिड़कियां खोल दें ताकि ठंडी हवा कमरे में आ सके।

बेडिंग और चादरों का रखें ध्यान : गर्मियों में मोटे कंबल, भारी रजाई या सिंथेटिक कपड़ों की बजाय सूती चादरें और हल्के फैब्रिक के क्विल्ट्स का इस्तेमाल करें। कॉटन का कपड़ा हवा को बेहतर तरीके से गुजरने देता है और शरीर को ठंडक महसूस कराने में मदद करता है।

कमरे में इलेक्ट्रॉनिक गैजेट्स कम रखें : टीवी, कंप्यूटर, गेमिंग कंसोल और अन्य इलेक्ट्रॉनिक डिवाइस इस्तेमाल के दौरान गर्मी पैदा करते हैं। अगर इनमें से कुछ भी आपके बेडरूम में लगा है, तो सोने से कम से कम 2 घंटे पहले उसे बंद कर दें। इससे कमरे में एक्स्ट्रा गर्मी नहीं बढ़ेगी।

बेडरूम में हल्की रोशनी का करें इस्तेमाल

अगर कमरे में लगा बल्ब बहुत पुराना है या लाइटिंग बहुत तेज रोशनी वाली है, तो वो गर्मी पैदा कर सकते हैं। ऐसे में एलईडी बल्ब का इस्तेमाल करना बढ़िया ऑप्शन हो सकता है। ये कम बिजली खर्च करते हैं और कम गर्मी भी छोड़ते हैं।

घर के पौधे भी कर सकते हैं मदद: आप अपने बेडरूम में इंडोर प्लांट्स भी लगा सकते हैं। ये कमरे के वातावरण को फ्रेश रखने में मदद करते हैं। हालांकि ये कमरे का तापमान बहुत ज्यादा नहीं घटाते, लेकिन वातावरण को थोड़ा कंफर्टेबल बनाते हैं।

सोने से पहले कमरे को करें तैयार: सोने से करीब आधा घंटा पहले पंखा, कूलर या एसी चलाकर कमरे को ठंडा कर लें। इसके साथ ही बिना वजह लाइट और गैजेट्स बंद कर दें। इससे कमरे का माहौल आरामदायक रहेगा और नींद भी बेहतर आएगी।

प्लास्टिक की बोतल में पानी पीने से खड़ी हो सकती हैं सेहत के लिए कई परेशानियां

आजकल घर, ऑफिस, जिम और यात्रा के दौरान ज्यादातर लोग प्लास्टिक की बोतलों का इस्तेमाल करते हैं। हल्की और आसानी से उपलब्ध होने के कारण ये लोगों की पहली पसंद बन चुकी हैं। लेकिन एक्सपर्ट्स के मुताबिक बार-बार प्लास्टिक की बोतलों का इस्तेमाल सेहत के लिए नुकसानदायक साबित हो सकता है। खासतौर पर गर्मी के मौसम में जब प्लास्टिक की बोतल धूप और ज्यादा तापमान के संपर्क में आती है, तब इसमें मौजूद हानिकारक केमिकल पानी में घुलने लगते हैं, जो शरीर को गंभीर नुकसान पहुंचा सकते हैं।

पानी में घुल सकते हैं खतरनाक केमिकल : विशेषज्ञों के अनुसार, प्लास्टिक की बोतलों में बीपीए और माइक्रोप्लास्टिक जैसे तत्व पाए जाते हैं। तेज गर्मी या धूप में रहने पर ये केमिकल पानी में मिल सकते हैं। लंबे समय तक ऐसे पानी का सेवन करने से शरीर में टॉक्सिक तत्व जमा होने लगते हैं, जिससे कई स्वास्थ्य समस्याओं का खतरा बढ़ सकता है।

हार्मोनल असंतुलन का बढ़ सकता है खतरा : एक्सपर्ट्स का कहना है कि बीपीए शरीर के हार्मोन सिस्टम को प्रभावित कर सकता है। यह एस्ट्रोजन जैसे हार्मोन की नकल करता है, जिससे हार्मोनल असंतुलन की समस्या हो सकती है। इसका असर महिलाओं, बच्चों और गर्भवती महिलाओं पर ज्यादा पड़ने की आशंका रहती है।

बार-बार इस्तेमाल करना हो सकता है खतरनाक : जो प्लास्टिक बोतलें एक बार इस्तेमाल के लिए बनाई जाती हैं, उन्हें बार-बार उपयोग करना सुरक्षित नहीं माना जाता। बार-बार इस्तेमाल से बोतल की सतह पर छोटे-छोटे क्रैक बनने लगते हैं, जिनमें बैक्टीरिया पनप सकते हैं। सही सफाई न होने पर इससे पेट दर्द, संक्रमण और पाचन संबंधी समस्याएं हो सकती हैं।

इम्यूनिटी पर भी पड़ सकता है असर : विशेषज्ञों के मुताबिक लगातार प्लास्टिक की बोतलों में रखा पानी पीने से शरीर की रोग प्रतिरोधक क्षमता कमजोर हो सकती है। माइक्रोप्लास्टिक और केमिकल्स धीरे-धीरे शरीर में जमा होकर कोशिकाओं को प्रभावित करते हैं, जिससे शरीर संक्रमण से लड़ने में कमजोर पड़ सकता है।

शरीर को फिट रखने घर पर बनाएं 'एबीसी अचार', दिनभर मिलेगी भरपूर एनर्जी

खाने के स्वाद को दोगुना बढ़ाने के लिए लोग अचार को अपनी थाली में जरूर शामिल करते हैं। अधिकतर लोगों को खाने के साथ अचार खाना बड़ा ही पसंद होता है और कई तरह-तरह के अचार को भी लाते हैं या कुछ लोग घर पर ही बनाते हैं। अगर आप अपनी थाली में कुछ हेल्दी और अलग सा बनाकर खाना चाहते हैं, तो आप घर पर ही एबीसी अचार को बनाकर खा सकते हैं। ये खाने में काफी ज्यादा टेस्टी होता है और साथ ही साथ ये हेल्दी भी होता है। ये तीन सुपरफूड्स चीजों से तैयार किया जाता है। स्वाद के साथ-साथ शरीर को कई जरूरी विटामिन भी इसको खाने से मिलते हैं। आइए आपको इसको बनाने की आसान रेसिपी बताते हैं।

एबीसी अचार बनाने के लिए जरूरी सामग्री : एबीसी अचार को बनाने के लिए आपको कुछ जरूरी चीजों की जरूरत होती है जैसे- सेब, चुकंदर, गाजर, सरसों का तेल, राई, सौंफ, मेथी दाना, हल्दी पाउडर, लाल मिर्च पाउडर, नमक, सिरका, हींग ये चीजें आपको आसानी से घर पर ही मिल जाएंगी।

एबीसी अचार बनाने की विधि : आपको सबसे पहले सेब, चुकंदर और गाजर लेना है और अच्छे से इनको आपको धो देना है और फिर इन्हें छीलकर छोटे-छोटे पतले टुकड़ों में कट कर लेना है। अब आपको एक साफ सा बर्तन में कटे हुए सेब, चुकंदर और गाजर को भी आपको डाल देना है। इसमें हल्दी और नमक को भी आपको अच्छे से मिला देना है और फिर 30 मिनट के लिए इसको ऐसी छोड़ देना है। इसके बाद अब आपको एक पैन लेना है और फिर उसमें सरसों का तेल डालकर गर्म कर लेना है। तेल गर्म करने के बाद उसमें राई, मेथी दाना, सौंफ और हींग को भी डालकर भून लेना है। गैस बंद करके इसको थोड़ा सा आपको ठंडा होने के लिए रख देना है। इसमें लाल मिर्च पाउडर और सिरका को भी मिला देना है। मसाले को सब्जियों और सेब में आपको अच्छे तरीके से डालकर मिक्स कर लें। अब इसको एक साफ और सूखे कांच के जार भर लेना है और फिर 2 से 3 दिन तक इसे धूप में रखकर सूखा लेना है। कुछ दिनों के बाद आपका एबीसी अचार बनकर तैयार हो जाएगा।

कार्नर न्यूज

ताजी सब्जियां खाने को मिलेगी और साथ ही बाजार से खरीदने की भी जरूरत नहीं होगी

मानसून में अपने गमले में जरूर उगाएं ये सब्जियां बाजार से खरीदने की नहीं होगी जरूरत

बारिश का मौसम आते ही पेड़-पौधे सब हरे-भरे और खिले-खिले हो जाते हैं। इस मौसम में मिट्टी में पर्याप्त नमी बनी रहती है, जिससे पौधे तेजी से बढ़ जाते हैं। अगर आपको भी अपने बगीचे में सब्जियों को लगाना बड़ा ही पसंद है, तो आपको घर की बालकनी, छत या आंगन में गमलों में कई तरह की मानसूनी सब्जियों को उगाना चाहिए। ऐसा करने से आपको ताजी सब्जियां खाने को मिलेगी और साथ ही बाजार से खरीदने की भी जरूरत नहीं होगी आइए आपको बताते हैं।

लौकी

आपको बरसात के मौसम में अपने बगीचे में लौकी को जरूर उगाना चाहिए। ये खाने में तो टेस्टी होती ही है साथ ही साथ आपके शरीर को भी फिट रखने का काम करती है। मानसून में लौकी की बेल तेजी से बढ़ती है, लेकिन इसको थोड़ा ठीक सी जगह देने की जरूरत होती है। इसे बड़े गमले में ही आपको उगाना चाहिए। कम से कम 14 से 16 इंच का गमला आपके पास होना ही चाहिए इसको अच्छे से लगाने के

भिंडी

भिंडी खाना बच्चों से लेकर बड़ों तक को खूब पसंद होता है। बाहर से महंगी-महंगी आने की बजाय आप इसको घर पर ही आसानी से उगा सकते हैं। बारिश की नमी वाले मौसम में भिंडी का पौधा बहुत अच्छी तरह से बढ़ता चला जाता है। साथ ही धूप भी जरूरी है। बुवाई के 50-60 दिनों में पौधे में आपको भिंडी दिख जाएगी।

करेला

करेला कड़वा होने की वजह से अधिकतर लोगों को बिल्कुल भी खाना पसंद नहीं है लेकिन ये आपको हेल्थ के लिए काफी ज्यादा फायदेमंद होती है। आप इसे अपने होम गार्डन में ही उगा लें। मॉनसून में करेले आसानी से बढ़ते हैं, बाजार से लाने के बजाय आप घर पर ही इसको तरोताजा उगा सकते हैं। करेला एक बेल वाला पौधा है, इसलिए इसे प्रॉपर सहारे की जरूरत होती है आपको खास तरीके से उगाना है।

तोरी

अगर आपको तोरी खाना बड़ा ही पसंद है, तो आपको इसको घर पर उगा लेना चाहिए। ये बेहद पौष्टिक और स्वादिष्ट सब्जी है। इसे बारिश के सीजन में जरूर लगाएं। इसको उगाना भी आसान है। बाहर से महंगी-महंगी केमिकल वाली चीजों को खाने के बजाय आप घर पर ही उगाकर खा सकते हैं।

हरी मिर्च

खाने के साथ हरी मिर्च स्वाद को कई गुना तक बढ़ा देती है। बारिश के सीजन में आप अपने किचन गार्डन में इसको आसानी से उगा सकते हैं। नमी वाले मौसम में हरी मिर्च का पौधा काफी तेजी से बढ़ता है। कभी-कभी कुछ घंटे के अंतराल में भी धूप में आप इसको रख सकते हैं।

बैंगन

बरसात के मौसम में आप अपने बगीचे में बैंगन को उगा सकते हैं। बैंगन के पौधे नमी वाले मौसम में काफी तेजी से बढ़ जाते हैं। आप 12-14 इंच के गमले में इसको उगा सकते हैं। बाहर से महंगी-महंगी खरीदने की जगह पर आप इसको घर पर ही आसानी से उगा सकते हैं।

फिल्म इवेंट

हॉलीवुड

विद्युत जैसा कोई नहीं! जेसन ने जमकर की तारीफ

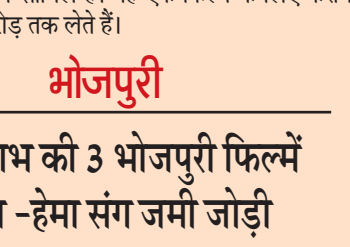
एक्टर विद्युत जामवाल की बेहद तगड़ी फैन फॉलोइंग है। फिटनेस और एक्शन के कारण विद्युत बच्चों से लेकर युवाओं के बीच बेहद पॉपुलर हैं। वह बिना

किसी स्टंटमैन के अपने सारे खतरनाक स्टंट खुद करते हैं और यही खूबी उन्हें सबसे अलग बनाती है। यही नहीं, साल 2018 में विद्युत जामवाल को दुनिया के 6 सबसे बेहतरीन मार्शल आर्टिस्ट्स की फेहरिस्त में शुमार किया गया था। विद्युत जामवाल की पॉपुलैरिटी खूब तेजी से बढ़ रही है और अब हॉलीवुड सुपरस्टार जेसन मोमोआ भी उनके मुरीद बन गए हैं। उन्होंने विद्युत को सबसे खूबसूरत इंसानों में से एक बताया है। बता दें कि जेसन मोमोआ ने विद्युत जामवाल संग हॉलीवुड फिल्म 'स्ट्रीट फाइटर' में काम किया है, जो अक्टूबर 2026 में रिलीज होगी। इस फिल्म से विद्युत जामवाल हॉलीवुड में डेब्यू कर रहे हैं। एक इंटरव्यू में जेसन मोमोआ ने विद्युत जामवाल के हुनर, करिश्मा और मार्शल आर्ट्स में महारत हासिल करने की काबिलियत की तारीफ की। साथ ही उनके मार्शल आर्ट्स के टैलेंट को अविश्वसनीय बताया। वह बोले, 'वह सबसे खूबसूरत इंसानों में से एक हैं। वह बहुत टैलेंटेड और अविश्वसनीय हैं।' जेसन मोमोआ ने फिर मजाक में कहा कि विद्युत जामवाल को उन्हें भारतीय सिनेमा में ब्रेक दिलवाने में मदद करनी चाहिए। अगर वो साथ काम करेंगे, तो और मजा आएगा। साथ ही उन्होंने एक दिन भारत आने की भी इच्छा जाहिर की।

टॉलीवुड

तमिल सिनेमा में विजय के नाम यह बड़ा रिकॉर्ड

तमिल सिनेमा में इन दिनों स्टार्स की फीस को लेकर बड़ा बदलाव देखने को मिल रहा है। अब एक्टर्स सिर्फ फिक्स फीस नहीं लेते, बल्कि फिल्म के मुनाफे में भी हिस्सा लेते हैं।

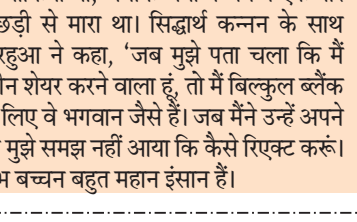


यही वजह है कि उनकी कमाई लगातार बढ़ रही है। विजय 2025 में तमिल सिनेमा के सबसे ज्यादा फीस लेने वाले एक्टर बने हुए हैं। रिपोर्ट्स के मुताबिक, वह एक फिल्म के लिए करीब 200 से 250 करोड़ तक चार्ज करते हैं। उनकी जबरदस्त फैन फॉलोइंग, लगातार हिट फिल्में और फ्रेंचाइज़ फिल्मों की सफलता उन्हें इंडस्ट्री में सबसे आगे रखती है। उनकी फिल्म 'द ग्रेटेस्ट ऑफ ऑल टाइम ने उनकी पोजिशन और मजबूत कर दी है। इसके अलावा तमिल इंडस्ट्री में सबसे ज्यादा 200 करोड़ से ज्यादा कमाई वाली फिल्में देने वाले तमिल एक्टर्स में विजय थलापति टॉप पर हैं। सुपरस्टार रजनीकांत आज भी इंडस्ट्री पर राज कर रहे हैं। 2025 में वह एक प्रोजेक्ट के लिए करीब 110 से 210 करोड़ तक कमा रहे हैं। उनकी कमाई में फिक्स फीस के साथ-साथ प्रॉफिट-शेयरिंग भी शामिल होती है। फिल्म 'जेलर' से उनकी कमाई ने दिखा दिया कि बैकएंड डील्स कितनी फायदेमंद हो सकती हैं। कमल हासन की फीस में भी जबरदस्त बढ़ोतरी हुई है। फिल्म 'विक्रम' की बड़ी सफलता के बाद वह अब एक फिल्म के लिए करीब 100 से 150 करोड़ तक चार्ज कर रहे हैं। वह अपने अलग अंदाज और दमदार एक्टिंग के लिए जाने जाते हैं। अजित कुमार भी इंडस्ट्री के टॉप एक्टर्स में शामिल हैं। वह एक फिल्म के लिए करीब 105 से 120 करोड़ तक लेते हैं।

भोजपुरी

अमिताभ की 3 भोजपुरी फिल्में जया -हेमा संग जमी जोड़ी

बहुत कम लोग जानते हैं कि अमिताभ बच्चन ने कभी भोजपुरी सिनेमा में भी कदम रखा था और हेमा मालिनी व जया बच्चन के साथ तीन



फिल्मों में काम किया था, जो यह दिखाता है कि उनका सफर सिर्फ बॉलीवुड तक ही सीमित नहीं है। अमिताभ बच्चन को किसी खास परिचय की जरूरत नहीं है। बॉलीवुड के इस दिग्गज सुपरस्टार ने ऐसी फिल्मों के जरिए अपनी एक अलग पहचान बनाई है, जो एक अभिनेता के तौर पर उनकी अद्भुत रेंज को दिखाती हैं। 2006 में रिलीज हुई फिल्म 'गंगा' से बॉलीवुड के दिग्गज अमिताभ बच्चन ने भोजपुरी सिनेमा में कदम रखा। यह फिल्म भोजपुरी इंडस्ट्री के लिए एक अहम पड़ाव साबित हुई और इसने मुख्यधारा का काफी ध्यान अपनी ओर खींचा। अमिताभ बच्चन के अलावा, इस फिल्म में हेमा मालिनी, मनोज तिवारी, रवि किशन और नगमा भी शामिल थे। 'गंगोत्री' 2007 में अभिषेक चड्ढा की निर्देशित भारतीय भोजपुरी भाषा की फिल्म है। 2006 की फिल्म 'गंगा' के अगले पार्ट में अमिताभ बच्चन, हेमा मालिनी, मनोज तिवारी, भूमिका चावला और संभावना सेठ हैं। 2012 में रिलीज हुई फिल्म 'गंगा देवी' में अमिताभ बच्चन, जया बच्चन और दिनेश लाल यादव (निरहुआ) जैसे जाने-माने कलाकार लीड रोल्स में हैं। यह भोजपुरी फिल्म एक ऐसी युवा महिला की कहानी है जो पॉलिटिकल साइंस में डिग्री लेने के बाद एक समाजसेवी की पत्नी बनती है और भारतीय राजनीति की जटिलताओं के बीच काम करती है। उस मशहूर जोड़ी के साथ काम करने के दिनों को याद करते हुए निरहुआ ने बताया कि सेट पर अमिताभ बच्चन का व्यवहार बहुत दोस्ताना और मजाकिया था, जबकि जया बच्चन ने एक बार सचमुच उन्हें छड़ी से मारा था। सिद्धार्थ कन्नन के साथ बातचीत में निरहुआ ने कहा, 'जब मुझे पता चला कि मैं उनके साथ स्क्रीन शेयर करने वाला हूं, तो मैं बिल्कुल ब्लैंक हो गया था। मेरे लिए वे भगवान जैसे हैं। जब मैंने उन्हें अपने सामने देखा, तो मुझे समझ नहीं आया कि कैसे रिएक्ट करूं। लेकिन अमिताभ बच्चन बहुत महान इंसान हैं।

एक्ट्रेस शुभांगी अत्रे ने साड़ी पहन मराठी मुलगी की तरह सज- धजकर अपनी दिलकश अदाओं का जादू चलाया। साड़ी के साथ लुक में थोड़ा ड्रामा ऐड करने के लिए उन्होंने वेलवेट का सेम कलर ब्लाउज पिक किया। स्लीव्स के बॉर्डर को सेक्विन से फ्लोरल मोटिफ्स जैसे डिटेल बनाकर हैवी टच दिया, तो बाकी के पूरे ब्लाउज पर बूटियां बनाई। जिसने साड़ी को खूबसूरती से कॉम्प्लिमेंट किया और शुभांगी की अदाएं छा गईं।

साड़ी में शुभांगी लगीं सुंदर लाइफ स्टाइल

बारिश के मौसम में पहनें ये कंफर्टेबल और ट्रेंडी कपड़े

फैशन

देश के अधिकांश हिस्सों में मानसून की दस्तक बस होने की है। वैसे भी बारिश का मौसम काफी सुहावना होता है। ऐसे में अपने पार्टनर के साथ खूबसूरत बनकर घूमने की प्लानिंग जरूर करें। फिल्मों से लेकर असल जिंदगी तक में बारिश का काफी महत्व होता है। जैसे ही बारिश का ये मौसम शुरू होता है, वैसे ही आस-पास हरियाली दिखने लगती है। मन भी काफी खुशनुमा सा हो जाता है। ऐसे में लोग इस मौसम में अपने अपनों के साथ समय व्यतीत करना पसंद करते हैं। यदि आप भी बारिश के मौसम में अपने पार्टनर के साथ डेट पर जाने वाली हैं तो अपने कपड़ों का खास ध्यान रखें। यहां हम आपको कुछ ऐसे ही आउटफिट्स का कलेक्शन दिखाने जा रहे हैं, जिसे पहनने के बाद आप बारिश में लगेंगी भी बेहद प्यारी और इन कपड़ों को पहनकर आपका लुक सजह रहेगा।

डेनिम शॉर्ट्स और टॉप : यदि आप कॉटन शॉर्ट्स नहीं पहनना चाहती हैं तो डेनिम शॉर्ट्स को प्राथमिकता दें। इसके साथ टैंक टॉप पहनकर आप अपने लुक को ग्लैमरस बना सकती हैं। इसके साथ पैरों में साधारण चप्पल पहनने की बजाए जूते कैरी करें। बालों को खुला रखेंगी तो आपका लुक ज्यादा खूबसूरत दिखेगा।

फ्लोरल मिडी : बरिश के मौसम में आस-पास काफी हरियाली होती है। इसलिए ऐसी फ्लोरल मिडी भी आप कैरी कर सकती हैं। मिडी पहन रही हैं तो उसके साथ स्लीपर पहनें। बारिश के मौसम में हील्स आपको परेशान कर सकती हैं। ऐसी ड्रेस के साथ बालों को कर्ल करके खुला रखें। इस खूबसूरत से मौसम में यदि आप ब्लू रंग की बॉडीकॉन ड्रेस पहनेंगी तो आपका पार्टनर आप पर से अपनी नजरें नहीं हटा पाएगा। ऐसे में अपने लिए एक ऐसी ड्रेस अवश्य खरीद लें। इसके साथ चाहें तो हल्की हील पहनें, क्योंकि ऐसी ड्रेस के साथ हील्स ही अच्छी लगेंगी। साथ ही में अपने बालों को कर्ल करें।

को-ऑर्ड सेट : कूल दिखना पसंद है तो फ्लोरल प्रिंट वाला ऐसा को-ऑर्ड सेट पहनें। ऐसा आउटफिट आपके लुक को पूरी तरह से बदलने का काम करेगा। इससे साथ आप पैरों में जूते भी कैरी कर सकती हैं। खासतौर पर स्नीकर्स इसके साथ अच्छे लगेंगे।

हेयर स्ट्रेटनर इस्तेमाल करते समय न करें ऐसी गलतियां जिनसे बालों को हो नुकसान

बालों को सीधा करने के लिए हेयर स्ट्रेटनर का इस्तेमाल करना आम बात है, लेकिन इसके गलत इस्तेमाल से बालों को काफी नुकसान पहुंच सकता है। हेयर स्ट्रेटनर से बालों की प्राकृतिक नमी चली जाती है और वे रूखे और बेजान दिखने लगते हैं। इसके अलावा इससे बालों की चमक भी खो जाती है। आइए आज हम आपको ऐसी गलतियों के बारे में बताते हैं, जो हेयर स्ट्रेटनर का इस्तेमाल करते समय नहीं करनी चाहिए।

तापमान पर ध्यान न देना : हेयर स्ट्रेटनर का तापमान बहुत जरूरी होता है। अगर आप इसे बहुत ज्यादा गर्म रखते हैं तो इससे आपके बाल जल सकते हैं और उनकी चमक खो सकती है। इससे बाल कमजोर हो जाते हैं और टूटने लगते हैं। इसलिए, हमेशा मध्यम तापमान पर ही हेयर स्ट्रेटनर का इस्तेमाल करें। इससे आपके बाल सुरक्षित रहेंगे और उनकी प्राकृतिक चमक बनी रहेगी। इसके लिए आप पहले थोड़े से बालों

पर टेस्ट करें, ताकि आपको सही तापमान का पता चल सके।

गर्मी से बचाव न करना : हेयर स्ट्रेटनर का इस्तेमाल करने से पहले गर्मी से बचाव करना बहुत जरूरी होता है। इसके लिए उन पर एक अच्छी गुणवत्ता वाला हीट प्रोटेक्टेंट लगाएं, जो सुरक्षा प्रदान करेगा। यह आपके बालों की नमी बनाए रखता है और उन्हें जलने से बचाता है। गर्मी से बचाव करने से आपके बाल मजबूत और स्वस्थ रहते हैं। इसलिए, हर बार हेयर स्ट्रेटनर का उपयोग करने से पहले गर्मी से बचाव जरूर करें।

बार-बार स्ट्रेटनर का इस्तेमाल करना

बार-बार हेयर स्ट्रेटनर का इस्तेमाल करने से आपके बाल कमजोर हो जाते हैं और उनकी चमक खो जाती है। इससे बाल टूटने लगते हैं और उनका प्राकृतिक रूप खराब हो जाता है। इसलिए, हफ्ते में एक या 2 बार ही हेयर स्ट्रेटनर का उपयोग करें। इससे आपके बाल सुरक्षित रहेंगे और उनकी प्राकृतिक चमक बनी रहेगी। हेयर स्ट्रेटनर का सही तरीके से उपयोग करने से आपके बाल मजबूत और स्वस्थ रहते हैं, जिससे वे अधिक आकर्षक दिखेंगे।

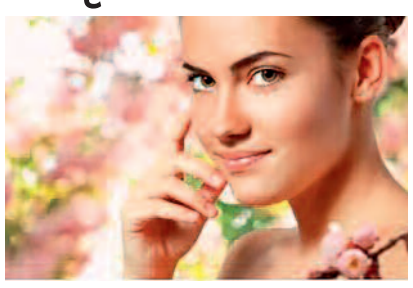
सही देखभाल न करना

हेयर स्ट्रेटनर का उपयोग करने के बाद बालों की देखभाल करना भी जरूरी होता है। कई लोग सिर्फ स्ट्रेटनर पर ध्यान देते हैं, लेकिन बाद में बालों की देखभाल करना भूल जाते हैं, जैसे कि मॉइस्चराइजिंग और कंडीशनिंग आदि। इसलिए, हमेशा हेयर स्ट्रेटनर का सही उपयोग करें, ताकि आपके बाल सुरक्षित रहें और उनकी प्राकृतिक चमक बनी रहे। इन गलतियों से बचकर आप अपने बालों को स्वस्थ रख सकते हैं और उन्हें आकर्षक बना सकते हैं।

बदलते मौसम में चेहरे को ग्लो बनाए रखने अपनाएं प्राकृतिक उपाय

बदलते मौसम में त्वचा का प्राकृतिक निखार कम हो जाता है, जिससे आप सुस्त और थकी हुई लगने लगती हैं। ऐसे में सही देखभाल करना बेहद जरूरी है। यदि आप अपने चेहरे के ग्लो को बनाए रखना चाहती हैं, तो इसके लिए आप घर पर ये उपाय कर सकती है। इसके लिए टमाटर और शहद का प्रयोग करें। टमाटर में प्राकृतिक एंटीऑक्सीडेंट, विटामिन होते हैं जो उसे हाइड्रेट भी रखते हैं। वहीं, शहद एक प्राकृतिक मॉइस्चराइजर है, जिसमें एंटीबैक्टीरियल गुण होते हैं। यह आपकी त्वचा को नर्म और मुलायम बनाता है।

ऐसे बनाएं टमाटर और शहद का पेस्ट : टमाटर को पीस लें टमाटर को अच्छे से पीसकर एक पेस्ट बना लें। इसे कटोरी में डालें पेस्ट को एक कटोरी में डालें। शहद मिलाएं उसमें 2 चम्मच शहद डालकर अच्छी तरह मिलाएं। फेस मास्क लगाएं इस पेस्ट को अपने चेहरे पर लगाएं। 10 मिनट बाद अपने चेहरे को ताजे पानी से धो लें। चेहरे को धोने के बाद उसे अच्छे से मॉइस्चराइज करें।



कुछ महत्वपूर्ण बातें

पैच टेस्ट करें किसी भी घरेलू नुस्खे को आजमाने से पहले हमेशा पैच टेस्ट करें। इससे यह सुनिश्चित होगा कि आपकी त्वचा पर कोई नकारात्मक प्रतिक्रिया नहीं होगी। रोजाना साफ करें अपनी त्वचा को रोजाना अच्छे से साफ करें और नमी बनाए रखें। इसके अलावा इन ट्रिक्स को भी आजमाएं।

संतुलित आहार स्वस्थ त्वचा के लिए अपने आहार में फल, सब्जियां और हेल्दी फैट्स शामिल करें। ये आपकी त्वचा को पोषण देते हैं।

हाइड्रेटेड रहें पर्याप्त मात्रा में पानी पीना न भूलें। यह त्वचा को हाइड्रेटेड रखने में मदद करता है।

नियमित स्किनकेयर रूटीन एक नियमित स्किनकेयर रूटीन का पालन करें जिसमें क्लेंजर, टोनर और मॉइस्चराइजर शामिल हो।

आजकल फैशन में चल रहा जेली लिप्स ट्रेंड जिसे बढ़-चढ़कर अपना रहीं महिलाएं

जेली लिप्स एक नया मेकअप ट्रेंड है, जो सोशल मीडिया पर काफी लोकप्रिय हो रहा है। यह ट्रेंड खासकर युवाओं के बीच तेजी से फैल रहा है। इसमें होंठों पर पारदर्शी और चमकदार लिप ग्लॉस लगाया जाता है, जिससे होंठ जेली या पानी जैसे दिखते हैं। इस ट्रेंड ने कई मेकअप करने वालों और महिलाओं का ध्यान खींचा है और वे इसे अपने वीडियो और तस्वीरों में शामिल कर रहे हैं। आइए इसके बारे में विस्तार से जानते हैं।

कैसे वायरल हुआ जेली लिप्स ट्रेंड : जेली लिप्स ट्रेंड की शुरुआत वीडियो शेयरिंग ऐप पर हुई थी, जहां उपयोगकर्ताओं ने अपने होंठों पर पारदर्शी लिप ग्लॉस लगाने की वीडियो साझा की थीं। इन वीडियो में दिखाया गया था कि कैसे पारदर्शी लिप ग्लॉस लगाने से होंठ जेली

जैसे दिखते हैं, जिससे चेहरे पर ताजगी और निखार आता है। इस ट्रेंड ने युवाओं के बीच तेजी से लोकप्रियता हासिल की और अब यह सोशल मीडिया प्लेटफॉर्म्स पर हर तरफ देखा जा सकता है।

जेली लिप्स पाने का तरीका : जेली लिप्स पाने के लिए सबसे पहले अपने होंठों को अच्छे से साफ करें। अब अपनी पसंद का न्यूड रंग वाला लिप लाइनर लेकर होंठों को लाइन कर लें। इसके बाद अपने पसंदीदा पारदर्शी लिप ग्लॉस को अपने होंठों पर लगाएं और ध्यान रखें कि यह पूरी तरह से आपके होंठों को ढक ले। इस तरह आपके होंठ बिल्कुल पानी जैसे दिखेंगे और चेहरे पर एक ताजगी भरा निखार आएगा।

इन उत्पादों का करें इस्तेमाल : जेली लिप्स के लिए हमेशा अच्छे गुणवत्ता वाले उत्पादों का ही चयन करें। बाजार में कई ब्रांड के पारदर्शी लिप ग्लॉस उपलब्ध हैं।हालांकि, उनमें से केवल उस विकल्प का चयन करें, जो आपकी त्वचा के प्रकार और जरूरतों के अनुसार सही हो। इसके अलावा प्राकृतिक सामग्री वाले उत्पादों का ही चयन करें, जो आपके होंठों की देखभाल भी करें और उन्हें नमी प्रदान करें।

कार्नर न्यूज

हील्स से हो रहे पैरों के दर्द से राहत कैसे पाएं ?

हील्स पहनने पर पैरों में होता है खतरनाक दर्द तो इन हैक्स को फॉलो कर घंटों आराम से चलें

हाई हील्स पहनना कई महिलाओं को खूब पसंद आता है। ऑफिस हो या शादी-पार्टी कहीं भी जाने के लिए हील्स जरूर पहनती हैं। इसको पहनने के बाद आपका लुक काफी ज्यादा निखार कर आता है। किसी खास मौके पर स्टाइलिश दिखने के लिए भी महिलाएं हील्स का चुनाव करती हैं। खूबसूरत दिखने की चाहत कई बार पैरों के दर्द भी वजह बन जाती हैं। कई बार ऐसा होता है कि लंबे समय तक हील्स पहनने से पैरों के तलवों, एड़ियों, टखनों और यहां तक कि घुटनों में भी दर्द काफी ज्यादा होती है, जिसको सहन करना काफी ज्यादा मुश्किल होता है। आइए आपको बताते हैं ऐसी ट्रिक्स जिसके कारण आम हाई हील्स पहनकर भी घंटों चल सकती हैं।

जेल पैड या कुशन

अगर हाई हील्स पहनने के बाद आपके पैरों में काफी ज्यादा दर्द होता है और आप इससे परेशान हैं, तो आपको पैरों में पहनने और हील्स पर लगाने के लिए जेल पैड या कुशन का इस्तेमाल कर लेना चाहिए। ये पहनने के बाद काफी ज्यादा आरामदायक होता है।

सही हील का चुनाव

कुछ महिलाएं ऐसी हील्स का चुनाव कर लेती हैं, जो पैरों में काफी ज्यादा दर्द पैदा करती है। आपको हमेशा सही साइज की हील्स का ही चुनाव करना चाहिए। बहुत टाइट या बहुत ढीली हील्स आपके पैरों को खराब कर देगी।

पैरों और उंगलियों की स्ट्रेचिंग

अगर आप हील्स पहनने से पहले और बाद में पैरों की स्ट्रेचिंग करते हैं, तो आपको काफी ज्यादा आराम लगेगा और उंगलियों को हल्का स्ट्रेच भी आप कर सकते हैं। मांसपेशियों में अकड़न कम होती है।

पैरों पर मॉइस्चराइजर

अगर आप हील्स को पहनते हैं और उससे काफी ज्यादा दर्द होता है, तो आपको सबसे पहले पैरों पर मॉइस्चराइजर को लगाना है और फिर एड़ियों को अच्छी तरह हाइड्रेट रखता है। एंटी-ब्लिस्टर टेप का भी आप इस्तेमाल कर सकते हैं। पैरों के नाखूनों को भी सही तरीके से कट कर लें।

बीच-बीच में पैरों को आराम

अगर आप पूरे दिन हील्स को पहनकर रखती हैं, तो आपको बीच-बीच में आराम देने की काफी ज्यादा जरूरत होती हैं। हर 1-2 घंटे में कुछ मिनट के लिए आपको उतारकर बैठना चाहिए। आपको काफी ज्यादा आराम महसूस होगा।