

खबर संक्षेप

65 दंपतियों को मिलेगा

प्रोत्साहन राशि

दुर्ग। छत्तीसगढ़ शासन के आदिम जाति तथा अनुसूचित जाति विकास विभाग द्वारा संचालित अस्पृश्यता निवारणार्थ अंतर्जातीय विवाह प्रोत्साहन योजना के अंतर्गत कुल 65 पात्र दम्पतियों को योजना का लाभ प्रदान करने हेतु स्वीकृति दी गई है। सहायक आयुक्त आदिवासी विकास विभाग से प्राप्त जानकारी के अनुसार योजना के तहत अंतर्जातीय विवाह करने वाले दम्पतियों को प्रोत्साहन राशि प्रदान की जाती है। छत्तीसगढ़ अस्पृश्यता निवारणार्थ अंतर्जातीय विवाह प्रोत्साहन योजना नियम 1978 संशोधित 2019 के प्रावधानों के अनुसार प्रोत्साहन राशि के भुगतान से पूर्व सभी पात्र दम्पतियों से 10 रुपये के नॉन-ज्यूडिशियल स्टाम्प पेपर पर राशि प्राप्ति संबंधी शपथ प्राप्त प्राप्ति किया जाना अनिवार्य है। सभी पात्र दम्पतियों से कहा गया है कि वे कार्यालयीन समय में सहायक आयुक्त, आदिवासी विकास विभाग, दुर्ग कार्यालय में उपस्थित होकर निर्धारित शपथ पत्र प्रस्तुत करें। आवंटन की उपलब्धता के अनुसार शपथ पत्र प्राप्ति के क्रम में प्रोत्साहन राशि का भुगतान सीधे लाभार्थियों के बैंक खातों में किया जाएगा।

जिले में मत्स्याखेट 15

अगस्त तक प्रतिबंधित

दुर्ग। वर्षा ऋतु में मछलियों की वश वृद्धि को दृष्टिगत रखते हुये उन्हें संरक्षण देने हेतु राज्य में छत्तीसगढ़ नदीय मत्स्योद्योग अधिनियम-1972 की धारा-3 उपधारा-2 के तहत 15 अगस्त तक की अवधि को बंद ऋतु क्लोज सीजन के रूप में घोषित किया गया है।उप संचालक मत्स्य सीमा चन्द्रवंशी से मिली जानकारी अनुसार जिले के सभी तालाबों एवं जल स्रोतों में जिनका संबंध नदी नालों से नहीं है। इसके अतिरिक्त जलाशयों में किये जा रहे केज कल्चर को छोड़कर, सभी प्रकार के जल संसाधनों में 15 अगस्त 2026 तक मत्स्याखेट कार्य पूर्णतः निषिद्ध रहेगा।

श्रद्धांजलि सभा आज

दुर्ग। तीर्थंश्रुत देवी निकुंभला जय शक्ति आश्रम निकुम के संस्थापक संत श्री माताजी के देवलोक गमन के बाद श्रद्धांजलि सभा 29 जून को सुबह 10 बजे रखी गई है।

मिलाई जिला भाजपा के कार्यकर्ताओं ने सुनी

मन की बात, सांसद बघेल भी हुए शामिल



हरिभूमि न्यूज ►►मिलाई

भारतीय जनता पार्टी भिलाई जिला के प्रभारी रामजी भारती और भाजपा जिलाध्यक्ष पुरुषोत्तम देवांगन के मार्गदर्शन में वार्ड 18, बुध क्रमांक 94 स्थित श्री शिव मंदिर परिसर, कॉन्ट्रैक्ट कॉलोनी में रविवार को प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी के रेडियो कार्यक्रम मन की बात के 135वें एपिसोड का सामूहिक श्रवण आयोजित किया गया। कार्यक्रम का नेतृत्व वार्ड 17 के पार्षद और निगम में नेता प्रतिपक्ष भोजराज सिन्हा ने किया। इस अवसर पर लगभग 500

दुर्ग जिले में 81% बच्चों ने पिया

पोलियो ड्रॉप, आज छूटे बच्चों को

पिलाएंगे

हरिभूमि न्यूज ►►दुर्ग

राष्ट्रीय सघन पल्स पोलियो अभियान के प्रथम दिवस शनिवार को दुर्ग जिले में करीब 81 प्रतिशत बच्चों को पोलियो ड्रॉप पिलाई गई। इस दौरान पालकों में खासा उत्साह देखने को मिला। कार्यक्रम में कलेक्टर, जनप्रतिनिधि व अधिकारियों की भागीदारी देखने मिली।

नगर निगम क्षेत्र दुर्ग अंतर्गत वार्ड पार्षद हिरौंदी चंदनिया, दुर्ग के मंडल अध्यक्ष कुशल साहू द्वारा सीएमएचओ डॉ. मनोज दानी, जिला टीकाकरण अधिकारी डॉ. दिव्या श्रीवास्तव, जिला कार्यक्रम प्रबंधक डॉ. भूमिका वर्मा की उपस्थिति में शहरी प्राथमिक स्वास्थ्य केन्द्र

पोर्टियाकला दुर्ग में पोलियो ड्रॉप पिलाकर अभियान का जिला स्तरीय शुभारंभ किया गया। शहरी क्षेत्र भिलाई अंतर्गत लाल बहादुर शास्त्री सिविल अस्पताल सुपेला भिलाई में विधायक रिकेश सेन, विकासखंड पाटन अंतर्गत सामुदायिक स्वास्थ्य केन्द्र के पोलियो बुध में योगेश भाले अध्यक्ष नगर पंचायत पाटन, विकासखंड धमधा अंतर्गत सामुदायिक स्वास्थ्य केन्द्र के पोलियो बुध में बृजेन्द्र दानी उपाध्यक्ष नगर पंचायत धमधा, पार्षद लक्ष्मीनारायण, विकासखंड निकुम अंतर्गत पुरानी बस्ती जीडी नगर निकुम में भागवत पटेल सरपंच द्वारा टीकाकरण बुधों में उपस्थित होकर पोलियो ड्रॉप पिलाया गया।

पांच महीने से नहीं मिला है पीडीएस वितरण

दुर्ग जिले के 514 पीडीएस दुकानों में राशन बांटने

वालों को ही राशन के लाले, जिम्मेदार हैं खामोश

हरिभूमि न्यूज ►►मिलाई

जिले में राशन दुकानें	
ब्लॉक	राशन दुकान
दुर्ग	92
पाटन	118
धमधा	96
भिलाई तैंन	64
उतई क्षेत्र-	38
नलि शहरी क्षेत्र-	106
कुल	- 514

183497 सदस्यों का ई-

केवाईसी करवाने का जिल्ला

जिले में 1 लाख 83 हजार 497 राशनकार्ड सदस्यों की ई-केवाईसी नहीं हो पाया है। जिला खाद्य विभाग ने ई-केवाईसी के लिए राशन दुकान संचालकों को ही जिम्मेदारी सौंपी है। दुकान संचालन की गतिविधियों से जुड़े कमी ई-केवाईसी नहीं करवाने वाले लोगों को फोन कर रहे हैं और उन्हें ई-केवाईसी करने के लिए प्रेरित कर विभाग का टारगेट पूरा करने में पूरी मदद कर रहे हैं। अपने दब को मुलाकर कमी करने में जुटे हुए हैं।

4.98 लाख हिताग्राही परिवारों को राशन बांटने की निमाते आ रहे हैं जिन्मेदारी



कई दुकानों में वर्षों से

लंबित है भुगतान

राशन दुकान संचालकों का कहना है कि केवल मासिक राशन वितरण का कमीशन ही नहीं, बल्कि वर्ष 2022 से पूरक पोषण आहार, आंगनवाड़ी केंद्रों को चावल वितरण, मध्याह्न भोजन योजना के लिए चावल वितरण तथा अमृत नमक वितरण से संबंधित कमीशन का भुगतान भी अब तक नहीं किया गया है। ब्लॉक की लगभग एक दर्जन दुकानों में स्थिति और गंभीर बताई जा रही है, जहां वर्षों से विभिन्न मदों का भुगतान लंबित है।

शासन का दबाव, लेकिन भुगतान पर ध्यान नहीं

दुकान संचालकों का कहना है कि शासन-प्रशासन की ओर से राशन वितरण में किसी भी प्रकार की लापरवाही बर्दाश्त नहीं की जाती। समय पर खाद्यान्न वितरण, स्टॉक का सही रखरखाव, ऑनलाइन पट्टी, कार्डधारियों की ई-केवाईसी, शिकायतों का निराकरण और अन्य व्यवस्थाओं को लेकर लगातार दबाव रहता है। अधिकारियों द्वारा नियमित समीक्षा और निरीक्षण भी किए जाते हैं। संचालकों का कहना है कि वे सभी जिम्मेदारियों का निर्वहन कर रहे हैं, लेकिन उनके मेहनताने और कमीशन के भुगतान को लेकर कोई गंभीरता नहीं दिखाई जा रही है। इससे समूहों की आर्थिक स्थिति प्रभावित हो रही है और कई जगहों पर सेल्समैनो को भुगतान करना भी मुश्किल हो गया है।

परिवार चलाना हो

रहा मुश्किल

कमीशन नहीं मिलने के कारण कई राशन दुकान संचालकों और सेल्समैनो के सामने रोजमर्रा के खर्चों का संकट खड़ा हो गया है। उनका कहना है कि राशन दुकान से मिलने वाले कमीशन पर ही उनकी आजीविका निर्भर है। लगातार भुगतान लंबित रहने से कर्ज लेने की ज़बत आ गई है। बच्चों की पढ़ाई लिखाई के खर्च से लेकर परिवार चलाने में दिक्कत आ रही है।



राज्य शासन से दुकान संचालकों व उनसे जुड़े कर्मियों के पैसे का भुगतान जल्द हो जाएगा। बजट आ गया है और उसे हमने ट्रेंजरी में भेज दिया है। यहां से उनके खाते में भुगतान चला जाएगा।

-अनुराग सिंह भट्टारिया, जिला खाद्य अधिकारी

पीएम आवास को यदि किराये पर

दिया तो होगी सख्त कार्रवाई

हरिभूमि न्यूज ►►दुर्ग

प्रधानमंत्री आवास योजना के अंतर्गत सरस्वती नगर, मां कर्मा बोरसी एवं गोकुल नगर में एएचपी घटक के तहत निर्मित आवासों के आवंटन की प्रक्रिया की गई। आकर्षक एवं किफायती दरों पर

15 हितग्राहियों को लॉटरी

से मिला अपना घर

निर्मित इन आवासों को लेकर नागरिकों में उत्साह देखा जा रहा है तथा बड़ी संख्या में आवेदन प्राप्त हो रहे हैं। निगम द्वारा प्रत्येक माह प्राप्त आवेदनों के आधार पर लॉटरी के माध्यम से पारदर्शी एवं निष्पक्ष तरीके से आवासों का आवंटन किया जा रहा है। इसी क्रम में गोकुल नगर के 1, सरस्वती नगर के 9 तथा मां कर्मा बोरसी के 5 आवासों के लिए प्राप्त कुल 15 आवेदनों का लॉटरी के

दुर्ग जिले में 81% बच्चों ने पिया

पोलियो ड्रॉप, आज छूटे बच्चों को

पिलाएंगे

पल्स पोलियो अभियान का प्रथम दिवस कलेक्टर, जनप्रतिनिधि व अधिकारियों ने दी भागीदारी

आज और कल 3.5 लाख घरों में देंगे दस्तक अभियान के द्वितीय व तृतीय दिवस 29 व 30 जून को टीकाकरण दलों जिनमें स्वास्थ्य विभाग के कर्मचारी, आंगनवाड़ी कार्यकर्ता, मितागिन, कोटवार आदि द्वारा जिले के लगभग 3.5 लाख घरों का भ्रमण कर छूटे हुए बच्चों को पोलियो ड्रॉप पिलाया जाएगा। सिविल सर्जन डॉ. आशीषन कुमार मिंज ने बताया गया कि रविवार को जिला अस्पताल दुर्ग में जन्म लिए 9 नवजात शिशुओं को पोलियो ड्रॉप पिलाया गया तथा सेक्टर 9 बीएसपी अस्पताल, निजी नर्सिंग होम में नवजात बच्चों को पोलियो ड्रॉप पिलाया गया। इसके अलावा शहरी क्षेत्र दुर्ग व भिलाई के रेलेवे स्टेशन, बस स्टैंड, टेम्पो स्टैंड में ट्रांजिट टीम व ओवर ब्रिज के आसपास के झुग्गी झोपड़ी में मोबाईल टीम में विशेष रूप से भ्रमण किया। ग्रामीण क्षेत्रों के प्रचलन स्थलों, इंटर मट्टी व फैक्ट्री क्षेत्र के आसपास, बाड़ी, नदी के किनारे की बसाहट में टीकाकरण दल द्वारा भ्रमण कर पोलियो शुरूक पिलाई गई।

भिलाई-3 चरोदा में 9145

बच्चों को पिलाई गई दवा



हरिभूमि न्यूज ►►मिलाई

प्राथमिक स्वास्थ्य केंद्र भिलाई 3 चरोदा अंतर्गत डबरा पारा में राष्ट्रीय पल्स पोलियो अभियान का शुभारंभ अहिंसा विधायक डोमन लाल कोसेवाड़ा, विधायक प्रतिनिधि सतीश साहू, पार्षद तुलसी ध्व्न की उपस्थिति में हुआ। प्रथम दिन 9145 बच्चों को पोलियो की खुराक दी गई।

जन प्रतिनिधियों ने प्राथमिक स्वास्थ्य केंद्र भिलाई 3 में भी बच्चों को दवा पिलाई। जिला टीकाकरण अधिकारी

■ डबरापारा में विधायक दिव्या श्रीवास्तव

डोमनलाल ने किया शुभारंभ और जिला

आर एम ए सी एच कंसल्टेंट डॉ. रश्मि भोसले ने निरीक्षण किया। इस दौरान उन्होंने आज जन्म लिए नवजात शिशुओं को पोलियो दवा पिलाकर पोलियो के नियमित टीकाकरण अभियान मे भी वैक्सीनेशन करने अपील की। प्राथमिक विद्यालय, प्राथमिक स्वास्थ्य केंद्र, ग्रूपीएचसी चरोदा और समस्त आंगनवाड़ी केंद्र, स्वास्थ्य सुविधा केंद्र, रेलवे स्टेशन, बस स्टैंड पर पोलियो बुध बनाए गए थे। बीईटीओ सैय्यद असलम ने कहा कि अभियान तीन दिन चलेगा। पीएचसी प्रभारी डॉ. शिखर अग्रवाल ने कहा कि कुल 10541 नवजात शिशुओं को पोलियो दवा पिलाने का लक्ष्य रखा गया है। प्रथम दिन 9145 बच्चों ने दवा दी गई। इस दौरान पार्षद फिरोज फारूखी, पूर्व पार्षद व विधायक प्रतिनिधि दिलीप पटेल, रवि नाहर आदि मौजूद थे।

संवाद कार्यक्रम में केबिनेट मंत्री यादव ने युवाओं से किया संवाद

समाज और राष्ट्र निर्माण की सबसे महत्वपूर्ण शक्ति है युवा

हरिभूमि न्यूज ►►दुर्ग

दुर्ग विधानसभा क्षेत्र के भारतीय जनता पार्टी महिला मोर्चा और युवा मोर्चा के मंडल पदाधिकारियों और कार्यकर्ताओं के साथ रविवार को सेवा सदन में संवाद कार्यक्रम आयोजित किया गया। मंत्री गजेन्द्र यादव ने युवाओं से संगठन को और अधिक सशक्त व प्रभावी बनाने, शहर के विकास, सरकार की ज न क ल या ण का री योजनाओं तथा विभिन्न समसामयिक तथा राजनीतिक विषयों पर चर्चा की। इस दौरान युवाओं ने भी अपने विचार, सुझाव और अनुभव साझा किए।

मंत्री यादव ने कहा कि युवा समाज और राष्ट्र निर्माण की सबसे महत्वपूर्ण शक्ति हैं। संवाद के दौरान युवाओं के सुझावों, अपेक्षाओं एवं प्रश्नों को गंभीरता से सुना तथा सरकार के कार्यों, नीतियों और जनकल्याणकारी योजनाओं की विस्तृत जानकारी देते हुए उनके प्रश्नों का उत्तर दिया।



संगठन में भी

भागीदारी निभाएं युवा

केबिनेट मंत्री यादव ने कहा कि मुख्यमंत्री विष्णुदेव साय के नेतृत्व में संचालित सुशासन सरकार की जनहितैषी योजनाओं और विकास कार्यों की जानकारी साझा करते हुए युवाओं से आह्वान किया कि वे शासन की योजनाओं को समालोचन के अंतिम व्यक्ति तक पहुंचाने में सक्रिय भागीदारी निभाएं। साथ ही उन्होंने युवाओं से संगठन की मजबूती, सामाजिक दायित्वों के निर्वहन तथा विकास, समृद्ध एवं आत्मनिर्भर छत्तीसगढ़ के निर्माण में अपनी सकरात्मक भूमिका निभाने का आग्रह किया। उन्होंने कहा कि युवा और महिलाएं समाज में जागरूकता के सबसे प्रभावी माध्यम हैं।

जिले में 4 विकास कार्यों के लिए 33

लाख रुपए की प्रशासकीय स्वीकृति



सांख्यिकी कार्यालय से प्राप्त जानकारी के अनुसार, इसके तहत ग्रामीण यांत्रिकी सेवा संभाग दुर्ग द्वारा 28 लाख रुपए की लागत से 3 विकास कार्य कराए जाएंगे, जिसमें सिविल लाइन दक्षिण जलाराम सांस्कृतिक भवन के पास भवन निर्माण हेतु 10 लाख रुपए, वार्ड 52 गणपति विहार कॉलोनी माता कमला देवी उद्यान बोरसी पश्चिम में मंच निर्माण हेतु 10 लाख रुपए तथा पोर्टियाकला में शिवाजी मूर्ति के पास भवन निर्माण कार्य के लिए 8 लाख रुपए की स्वीकृति दी गई है। इसी प्रकार, जनपद पंचायत पाटन के अंतर्गत ग्राम रूही में प्रतीक्षालय शेड निर्माण कार्य हेतु 5 लाख रुपए की प्रशासकीय स्वीकृति प्रदान की गई है, जिसका क्रियान्वयन मुख्य कार्यपालन अधिकारी जनपद पंचायत पाटन द्वारा किया जाएगा।

सेक्टर 9 हास्पिटल के निजीकरण के खिलाफ अब बड़े जनांदोलन का ऐलान

हरिभूमि न्यूज ►► मिलाई

संयुक्त ट्रेड यूनियन द्वारा भिलाई इस्पात संयंत्र के सेक्टर 9अस्पताल को निजीकरण के खिलाफ व्यापक जनांदोलन करने का निर्णय लिया गया है। इसके लिए जनता को जागरूक करने के लिए सोमवार से जनसंपर्क अभियान शुरू किया जाएगा। इस दौरान शहरवासियों को जनहित में इस अस्पताल का निजीकरण के खिलाफ आंदोलन में साथ देने की अपील की जाएगी।

संयुक्त ट्रेड यूनियनों इंटक, एटक, ऐक्टू, सीटू, एचएमएस, लोईमू एवं स्टील वर्कर्स यूनियन की हुई महती बैठक में बीएसपी प्रबंधन के निजीकरण के कदम को जनविरोध बताया गया। बैठक में

आज से जनसंपर्क अभियान शुरू, संयुक्त ट्रेड यूनियन की अहम बैठक में निर्णय, कहा- कार्पोरेट के हाथों सौंपने से हो जाएगा महंगा इलाज

जनता के स्वास्थ्य पर हमला

संयुक्त ट्रेड यूनियनों ने कहा कि बीएसपी के अस्पताल वर्षों से कर्मचारियों, सेवानिवृत्त कर्मियों और आम नागरिकों को गुणवत्तापूर्ण चिकित्सा सेवाएं प्रदान करता रहा है। यदि इसका संचालन निजी या कॉर्पोरेट हाथों में सौंपा गया तो इलाज महंगा होगा, कर्मचारियों और पेशेवरों की स्वास्थ्य सुरक्षा प्रभावित होगी तथा सार्वजनिक स्वास्थ्य सेवाओं का चरित्र कमजोर पड़ेगा। यूनियनों ने अस्पताल के निजीकरण, लीज अथवा कॉर्पोरेट प्रबंधन को सौंपने की किसी भी प्रक्रिया का



14 जुलाई को विशाल प्रदर्शन का आह्वान

बैठक में निर्णय लिया गया कि 14 जुलाई को सेक्टर-9 अस्पताल के मुख्य द्वार पर संयुक्त ट्रेड यूनियनों के नेतृत्व में विशाल प्रदर्शन किया जाएगा। प्रदर्शन में कर्मचारियों, सेवानिवृत्त कर्मियों, उनके परिवारों, सामाजिक संगठनों एवं आम नागरिकों से बड़ी संख्या में भाग लेने की अपील की गई। यूनियनों ने सभी नागरिकों से आह्वान किया कि वे निजीकरण के खिलाफ इस संघर्ष का हिस्सा बनें और सार्वजनिक स्वास्थ्य सेवाओं की रक्षा के लिए आगे आए।

अस्पताल को सार्वजनिक क्षेत्र में बनाए रखने के लिए व्यापक जनआंदोलन चलाने का निर्णय लिया गया। यूनियनों ने कहा कि यह संघर्ष केवल कर्मचारियों का नहीं, बल्कि लाखों नागरिकों के स्वास्थ्य और जनहित की रक्षा का संघर्ष है। जनांदोलन को सफला बनाने विभिन्न विभागों, टाउनशिप, सेवानिवृत्त कर्मचारियों की बस्तियों तथा आम जनता के बीच व्यापक जनसंपर्क अभियान चलाया जाएगा। अभियान के दौरान पच्चे वितरित किए जाएंगे, सभाएं आयोजित होंगी तथा लोगों को अस्पताल के निजीकरण के संभावित दुष्परिणामों से अवगत कराया जाएगा।

खबर संक्षेप

आज बंद रहेंगे सभी मांस दुकानें और पशु वध गृह

सोमवार 29 जून को कबीर जयंती के अवसर पर नगर निगम दुर्ग सीमा क्षेत्र के अंतर्गत संचालित सभी पशु वध गृह और मांस विक्रय की दुकानों को पूर्णतः बंद रखने के निर्देश जारी किए गए हैं। नगर निगम प्रशासन ने स्पष्ट किया है कि शासन के निर्देशों के अनुरूप उक्त दिवस पर किसी भी प्रकार का पशु वध अथवा मांस विक्रय की अनुमति नहीं होगी। यदि कोई संचालक आदेश का उल्लंघन करते हुए पाया जाता है तो उसके विरुद्ध कार्रवाई की जाएगी।

रेल व स्ट्रक्चरल मिल में नया लैंडिंग प्लेटफॉर्म लोकार्पित

भिलाई। बीएसपी की रेल एवं स्ट्रक्चरल मिल (आरएसएम) में कार्यस्थल सुरक्षा और परिचालन सुविधा को सुदृढ़ करने की दिशा में एक महत्वपूर्ण पहल के तहत बीसी बे, हॉट साई पल्लिट नं.-9 के समीप क्रेन ऑपरेटरों के लिए नए लैंडिंग प्लेटफॉर्म का लोकार्पण किया गया। मुख्य अतिथि मुख्य महाप्रबंधक बीएसपी के सीजीएम तीर्थंकर दस्तदार थे। जीएम महाप्रबंधक अरविंद टंडन, एनके खरे, प्रशांत खोंड, महाप्रबंधक प्रशांत लाखे, आरके राजधर, डीजीएम आरके पवार, विक्रम वर्मा, एजीएम (मैकेनिकल) आलोक श्रीवास्तव आदि उपस्थित थे। पूर्व में इस स्थान पर स्थापित लैंडिंग प्लेटफॉर्म क्षतिग्रस्त एवं अनुपयोगी हो चुका था, जिसके कारण क्रेन तक सुरक्षित पहुंच संभव नहीं थी। क्रेन की बार-बार री-पोजिशनिंग करनी पड़ती थी। इससे परिचालन के दौरान सुरक्षा संबंधी चुनौतियां उत्पन्न होती थीं। समस्या की पहचान रेल एवं स्ट्रक्चरल मिल के यांत्रिक विभाग द्वारा की गई।

पेट्रोल, डीजल और रसोई गैस की कीमतों को कम करने की मांग को लेकर माकपा ने किया प्रदर्शन

हरिभूमि न्यूज ►► मिलाई

पेट्रोल, डीजल और रसोई गैस की कीमतों में कमी की मांग को लेकर भारत की कम्युनिस्ट पार्टी (माक्सवादी) की दुर्ग जिला सांगठनिक समिति द्वारा सेल परिवार चौक, सिविक सेंटर में प्रदर्शन किया गया। ऊर्जा बाजार में कच्चे तेल की कीमतों में जारी गिरावट को देखते हुए माकपा ने केंद्र सरकार से मांग की है कि पेट्रोल, डीजल और रसोई गैस की बढ़ी हुई कीमतों में तत्काल कमी की जाए। साथ ही किसानों को उर्वरकों, विशेषकर यूरिया, की पर्याप्त एवं समय पर उपलब्धता सुनिश्चित करने के लिए भी सरकार आवश्यक कदम उठाए। माकपा ने कहा कि आम जनता पर महंगाई का बोझ डालने और उसका भार तेल विपणन कंपनियों को हस्तांतरित करने के बजाय, यदि सरकार को किसी राजस्व हानि की भ्रांतिएं करनी है तो वह प्रतिभूति लेनदेन कर, पूंजीगत लाभ कर तथा अन्य वित्तीय उपायों के माध्यम से संसाधन जुटा सकती है। शोयर बाजार में हाल के उतार-चढ़ाव को देखते हुए ऐसे कदम आवश्यक हैं। सामाजिक योजनाओं के लिए संसाधन जुटाने का बोझ आम जनता पर डालने के बजाय, बाजार में हेरफेर कर

आप ने उठाए सवाल, विधायक को गवाह बनाने व दस्तावेज पुलिस को सौंपने की मांग

हरिभूमि न्यूज ►► मिलाई

बीएसपी लोहा चोरी मामले में आम आदमी पार्टी ने वैशाली नगर विधायक द्वारा किए जा रहे खुलासों को लेकर सरकार और पुलिस प्रशासन से बड़ी मांग की है। पार्टी के जिला अध्यक्ष जसप्रीत सिंह ने कहा है कि विधायक यदि इस मामले को 10 हजार करोड़ रुपये से अधिक का महाघोटाला बता रहे हैं और उनके पास इससे जुड़े दस्तावेज हैं, तो उन दस्तावेजों को दुर्ग पुलिस को भी उपलब्ध कराया जाना चाहिए। जसप्रीत सिंह ने जारी बयान में कहा कि वैशाली नगर विधायक पिछले कई दिनों से सोशल मीडिया के माध्यम से बीएसपी लोहा चोरी मामले में लगातार नए खुलासे कर रहे हैं। विधायक द्वारा इस पूरे मामले को एक सुनियोजित और बड़े

बीएसपी लोहा चोरी का मामला

आर्थिक घोटाले के रूप में प्रस्तुत किया गया है। साथ ही यह भी जानकारी सामने आई है कि उन्होंने संबंधित दस्तावेजों की प्रतियां मुख्यमंत्री को सौंपी हैं। आम आदमी पार्टी का कहना है कि जब दुर्ग पुलिस इस मामले की जांच कर रही है, तब विधायक के पास मौजूद दस्तावेज और जानकारी जांच एजेंसी तक पहुंचना जरूरी है। इससे जांच को दिशा मिलेगी और मामले की सच्चाई सामने आने में मदद मिलेगी। पार्टी ने मांग की है कि विधायक द्वारा मुख्यमंत्री को दिए गए सभी दस्तावेजों की प्रतियां तत्काल दुर्ग पुलिस को उपलब्ध कराई जाएं। इसके अलावा विधायक को इस मामले में प्रमुख गवाह के रूप में शामिल कर उनके बयान दर्ज हो।

अनुभवी एजेंसी के नाम पर ठेका, काम कर रहे अनुभवहीन ठेकेदार घटिया निर्माण और लापरवाही की भेंट चढ़ रहा पांच करोड़ का स्वीमिंग पूल

हरिभूमि न्यूज ►► मिलाई



बना दिया गलत दिशा में स्वीमिंग पूल, तैराकों को होगी परेशानी

मानकों का नहीं हो रहा पालन

बन रहे स्वीमिंग पूल के निर्माण की गुणवत्ता पर सवाल खड़े होने के साथ ही इसकी दिशा को लेकर भी कई सवाल खड़े हो रहे हैं। स्विमिंग एक्सपर्ट्स की माने तो खुले स्विमिंग पूल उत्तर-दक्षिण दिशा में बनाए जाते हैं। इस व्यवस्था से सुबह-शाम सूर्य की किरणें सीधे तैराकों की आंखों पर नहीं पड़ती। प्रियदर्शिनी परिसर में जो पूल बन रहा है वो पूर्व-पश्चिम दिशा में बनया जा रहा है, जिससे खिलाड़ियों को प्रैक्टिस करने और यहां तक की आयोजन के समय भी दिक्कत हो सकती है। एक्सपर्ट्स के अनुसार प्रोजेक्ट में मानकों का पालन जरूरी है। दिशा में कमी भविष्य में खिलाड़ियों की प्रैक्टिस और प्रदर्शन को प्रभावित कर सकती है। गलत दिशा में बने पूल में न तो सही ढंग से अस्थाय हो सकेगा, न ही नेशनल स्तर की प्रतियोगिताएं आयोजित हो पाएंगी।

डुबान क्षेत्र में निर्माण होने से होगी बड़ी समस्या

प्रियदर्शिनी परिसर के जिस भाग में स्वीमिंग पूल बनया जा रहा है वो डुब क्षेत्र में आता है। स्थानीय लोगों का कहना है कि बारिश के मौसम में यहां अक्सर पानी भर जाता है। स्थानीय लोगों का कहना है कि बिना मुरुज या डस्ट फिलिंग किए सीधे खुदाई कर निर्माण कार्य शुरू कर दिया गया है। अगर पहले जमीन की ऊंचाई नहीं बढ़ाई गई, तो बारिश के दौरान यह पूरा क्षेत्र तालाब जैसी स्थिति में बदल सकता है, जिससे निर्माण कार्य और उपयोग दोनों प्रभावित होंगे।

जिम्मेदारों के खिलाफ करेंगे शिकायत

करीब पांच करोड़ रुपये की लागत से बनाए जा रहे इस पूल में भारी अनियमितता और लापरवाही सामने आई है। कोच से बात करने पर पता चला कि पहले तो पूल का डिजाइन ही गलत बना है। यह मानकों के विपरीत है। यदि इसी तरह मनमाने तरीके से निर्माण जारी रहा तो शासन के 5 करोड़ रुपये पानी में डुबकर रह जाने वाले हैं। -भोजराज सिन्हा, नेता प्रतिपक्ष मिलाई नगर निगम

निगम के इंजीनियर भी इस ओर ध्यान नहीं दे रहे हैं।

निगम के नेता प्रतिपक्ष भेजराज सिन्हा का कहना है कि राज्य सरकार दुर्ग भिलाई सहित पूरे राज्य में विकास के लिए संवेदनशील है,

लेकिन अधिकारी सरकार के द्वारा दिए जा रहे पैसों का दुरुपयोग कर रहे हैं।

अधिकारियों को चाहिए कि वो निर्माण की गुणवत्ता की मॉनीटरिंग करें, लेकिन उनके द्वारा कार्य को देखने का समय ही नहीं

है। ठेकेदार मनमाने तरीके से सीमेंट और लोहे की चोरी करते हुए काम कर रहे हैं। इसका खामियाजा यह दिख रहा है कि जो भी निर्माण हो रहे हैं वो कुछ दिन बाद ही खराब हो रहे हैं।

विधायक नहीं पहुंचे तो नहीं पिलाई पोलियो की दवा, डॉक्टर को फटकार

हरिभूमि न्यूज ►► मिलाई

राष्ट्रीय टीकाकरण दिवस एनआईडी के तहत जिले में रविवार से पल्स पोलियो अभियान की शुरुआत हुई है। सुपेला स्थित लाल बहादुर शास्त्री अस्पताल सुपेला में बच्चों को पोलियो ड्रॉप पिलाया गया। यहां वैशाली नगर विधायक रिकेश सेन ने अभियान की शुरुआत करने की सहमति दी थी। उन्होंने सिविल सर्जन से कहा कि वो 12 बजे वहां पहुंचेंगे, लेकिन किसी कारण से वो 40 मिनट देरी से पहुंचे। इस बीच विधायक जी नाराज न हो जाएं यह सोचकर सिविल सर्जन डॉ. पीयाम सिंह ने बच्चों और उनकी माताओं व परिजनों को को पोलियो की दवा के लिए इंतजार करा दिया। जब विधायक रिकेश सेन वहां पहुंचे और बच्चों की भीड़ देखी तो डॉ. पीयाम सिंह पर नाराजगी जताई और कहा कि इतने बच्चों को क्यों रोककर रखा। एक बच्चे को भी वो पोलियो ड्रॉप पिलाते वहीं पर्याप्त है।

जानकारी के अनुसार सुबह से अस्पताल



में शून्य से पांच वर्ष तक के बच्चों को पोलियो की दवा पिलाई जा रही थी। बड़ी संख्या में माता-पिता अपने बच्चों को लेकर अस्पताल पहुंचे थे। इस अभियान के शुभारंभ कार्यक्रम में विधायक रिकेश सेन को शामिल होना था। उन्होंने दोपहर 12 बजे पहुंचने की सूचना दी थी। अस्पताल प्रबंधन ने जनप्रतिनिधि के हाथों बच्चों को पोलियो की खुराक पिलाने की योजना बनाई थी। विधायक 40 मिनट देरी से पहुंचे तो अस्पताल में बच्चों को 40 मिनट तक दवा ही नहीं पिलाई गई। बच्चों व उनके परिजनों को इंतजार करने के लिए कहा गया।



विलंब की नहीं थी जानकारी

जनप्रतिनिधि ने दोपहर 12 बजे पहुंचने का समय दिया था और उन्हें इस बात का अंदाजा नहीं था कि उनके आने में इतना विलंब हो जाएगा। कार्यक्रम की तैयारी उसी निर्धारित समय को ध्यान में रखकर की गई थी।

पीयाम सिंह, प्रभारी सिविल अस्पताल सुपेला भिलाई

जनप्रतिनिधि ने भी नाराजगी व्यक्त की। इस दौरान अस्पताल प्रभारी पीयाम सिंह, जिला टीकाकरण अधिकारी दिव्या श्रीवास्तव सहित बड़ी संख्या में स्टाफ मौजूद थे।

मजबूत घरों के साथ बढ़ेगा महिलाओं का आत्मविश्वास, आर्थिक स्थिति भी

महिला राजमिस्त्री बनकर गढ़ रही अपने सपनों का भविष्य

हरिभूमि न्यूज ►► दुर्ग

कलेक्टर अभिजीत सिंह के मार्गदर्शन में ग्रामीण महिलाओं को कौशल आधारित प्रशिक्षण देकर

■ बटेना में आयोजित प्रशिक्षण में 35 महिलाएं भाग ले रही

आत्मनिर्भर बनाने और प्रधानमंत्री आवास योजना ग्रामीण के अंतर्गत गुणवत्तापूर्ण आवास निर्माण को बढ़ावा देने की दिशा में ग्राम बटेना, जनपद पंचायत पाटन में प्रेरणादायक पहल की जा रही है। बैंक ऑफ बड़ौदा ग्रामीण स्वरोजगार प्रशिक्षण संस्थान आरसेटी, दुर्ग द्वारा संचालित 30

दिवसीय रूरल मेसन राजमिस्त्री प्रशिक्षण कार्यक्रम ग्रामीण महिलाओं के लिए रोजगार और स्वरोजगार के नए अवसरों के द्वार खोल रहा है।

ग्राम बटेना में आयोजित इस प्रशिक्षण में 35 महिलाएं भाग ले रही हैं। यह प्रशिक्षण केवल भवन निर्माण की तकनीक सिखाने तक सीमित नहीं है, बल्कि महिलाओं को आत्मनिर्भरता, आत्मविश्वास और आर्थिक सशक्तिकरण की नई राह भी दिखा रहा है। जो महिलाएं कभी निर्माण कार्य को पुरुषों का क्षेत्र मानती थीं, वे आज राजमिस्त्री बनने का प्रशिक्षण लेकर अपने सपनों को नई उड़ान दे रही हैं।

गुणवत्ता नियंत्रण पर विशेष जोर

प्रशिक्षण के दौरान प्रतिभागियों को नींव निर्माण, दीवार निर्माण की वैज्ञानिक तकनीक, छत ढलाई, प्लास्टर, प्लोरिंग, फिनिशिंग तथा निर्माण सामग्री के सही अनुपात और उपयोग की विस्तृत जानकारी दी जा रही है। आधुनिक निर्माण तकनीकों के साथ सुरक्षा मानकों और गुणवत्ता नियंत्रण पर भी विशेष जोर दिया जा रहा है। इससे न केवल बेहतर निर्माण कार्य सुनिश्चित होगा, बल्कि सामग्री की अनावश्यक बर्बादी को भी रोका जा सकेगा। इस प्रशिक्षण में मास्टर ट्रेनर सुश्री अमिता चारमे प्रतिभागियों को तकनीकी एवं व्यवहारिक प्रशिक्षण प्रदान कर रही हैं। प्रशिक्षार्थियों को नि:शुल्क ड्रेस, टूल किट एवं भोजन की सुविधा भी उपलब्ध कराई जा रही है।



रोजगार के साथ बनेंगी सशक्त

मुख्य कार्यपालन अधिकारी जिला पंचायत दुर्ग बजरंग कुमार दुबे ने बताया कि प्रधानमंत्री आवास योजना ग्रामीण के अंतर्गत गुणवत्तापूर्ण एवं टिकाऊ आवास निर्माण सुनिश्चित करने में प्रशिक्षित राजमिस्त्रियों की महत्वपूर्ण भूमिका होती है। उन्होंने कहा कि इस प्रकार के कौशल प्रशिक्षण कार्यक्रम ग्रामीण महिलाओं को रोजगार एवं स्वरोजगार से जोड़ने के साथ-साथ उन्हें आर्थिक रूप से सशक्त बनाने का कार्य भी कर रहे हैं। कौशल विकास के माध्यम से महिलाएं आत्मनिर्भर बनेंगी और स्थानीय स्तर पर आजीविका के नए अवसर प्राप्त कर सकेंगी। यह प्रशिक्षण कार्यक्रम महिला सशक्तिकरण, ग्रामीण विकास और रोजगार सृजन का एक प्रभावी माध्यम बनकर उभर रहा है। एक ओर जहां प्रशिक्षित महिला राजमिस्त्री प्रधानमंत्री आवास योजना के तहत बनने वाले घरों को अधिक मजबूत, सुरक्षित और टिकाऊ बनाने में योगदान देंगी, वहीं दूसरी ओर उनके आत्मविश्वास और सामाजिक भागीदारी में भी वृद्धि होगी।

लिली और कोचिया की सबसे अधिक मांग

सिटी इवेंट

भारत-यूके आर्थिक साझेदारी को मजबूत करने सुझावों का आदान-प्रदान



भिलाई। भारत सरकार और एफआईसीसीआई के संयुक्त तत्वावधान में आयोजित भारत-यूके बिजनेस डेलिगेशन कार्यक्रम का दो दिवसीय आयोजन लंदन में संपन्न हुआ। कार्यक्रम में भारत सरकार के केंद्रीय वाणिज्य और उद्योग मंत्री पीयूष गोयल के नेतृत्व में भारत के विभिन्न राज्यों से आए उद्योगपतियों, उद्यमियों, स्टार्टअप प्रतिनिधियों, निर्यातकों व एमएसएमई क्षेत्र के प्रतिनिधियों ने भाग लिया।

छत्तीसगढ़ से डॉ. जितेंद्र प्रसाद गुप्ता अध्यक्ष उद्योग चेम्बर भिलाई, छत्तीसगढ़ चेम्बर ऑफ कॉमर्स एंड इंडस्ट्रीज और सीईओ, जेपी इंजीनियरिंग भिलाई ने प्रतिनिधि के रूप में सहभागिता करते हुए कार्यक्रम के विभिन्न सत्रों में सक्रिय भागीदारी निभाई। कार्यक्रम के अंतर्गत आयोजित बिजनेस प्लेनरी और एमएसएमई संवाद सत्र में मंत्री पीयूष गोयल ने प्रतिनिधियों के साथ विस्तृत चर्चा की तथा भारत सरकार की उद्योग, निवेश, निर्यात संवर्धन एवं एमएसएमई विकास संबंधी नीतियों की जानकारी साझा की। उन्होंने आश्वासित किया कि भारत सरकार एमएसएमई क्षेत्र को वैश्विक बाजारों से जोड़ने, निर्यात क्षमता बढ़ाने तथा अंतरराष्ट्रीय सहयोग को सशक्त बनाने के लिए निरंतर कार्य कर रही है। इस संवाद सत्र के दौरान सभी प्रतिनिधियों को अपना परिचय देने और अपने-अपने उद्योग, व्यवसाय व कार्यक्षेत्र के बारे में जानकारी प्रस्तुत करने का अवसर प्रदान किया गया। प्रतिनिधियों ने अपने अनुभव साझा किए तथा भारत और यूनाइटेड किंगडम के मध्य व्यापार, निवेश, तकनीकी सहयोग, उन्नत विनिर्माण, हरित ऊर्जा, लॉजिस्टिक्स, स्वास्थ्य, शिक्षा एवं नवाचार के क्षेत्रों में संभावनाओं पर विचार-विमर्श किया।

डॉ. जितेंद्र प्रसाद गुप्ता ने कहा कि यह यात्रा केवल एक प्रतिनिधिमंडल कार्यक्रम नहीं, बल्कि भारतीय उद्योगों विशेषकर छत्तीसगढ़ के एमएसएमई और विनिर्माण क्षेत्र के लिए वैश्विक अवसरों के द्वार खोलने वाला महत्वपूर्ण मंच सिद्ध हुई है। इस दौरान स्थापित हुए संपर्क, प्राप्त अनुभव और व्यावसायिक अवसर प्रदेश के औद्योगिक विकास में सहायक होंगे। डॉ. गुप्ता ने भारत सरकार, एफआईसीसीआई, मंत्री पीयूष गोयल, छत्तीसगढ़ चेम्बर ऑफ कॉमर्स एंड इंडस्ट्रीज तथा सभी सहयोगियों के प्रति आभार व्यक्त किया है।

सिटी लाइव

वाद-विवाद, काव्य पाठ और एक्सटेम्पोर में विद्यार्थियों ने दिखाई प्रतिभा



भिलाई। विद्यार्थियों की भाषाई दक्षता, अभिव्यक्ति क्षमता और रचनात्मकता को प्रोत्साहित करने के उद्देश्य से नंदिनी माईस में विभिन्न साहित्यिक प्रतियोगिताओं का आयोजन किया गया। कार्यक्रम का संचालन सीसीए प्रभारी रानू खंडूजा और मंच संचालन पूनम द्वारा किया गया। कार्यक्रम के अंतर्गत कक्षा तीसरी से पांचवी के विद्यार्थियों के लिए अंग्रेजी काव्य-पाठ, कक्षा छठवीं से आठवीं के लिए हिंदी एक्सटेम्पोर और कक्षा नवमी से बारहवीं के लिए वाद-विवाद प्रतियोगिता का आयोजन किया गया। कक्षा तीसरी से पांचवी के विद्यार्थियों ने पर्यावरण विषय पर अंग्रेजी कविताओं का प्रभावशाली प्रस्तुतीकरण कर अपनी प्रतिभा का परिचय दिया। कक्षा छठवीं से आठवीं के विद्यार्थियों ने हिंदी एक्सटेम्पोर में तात्कालिक भाषण दिया। वहीं कक्षा नवमी से बारहवीं के मध्य आयोजित वाद-विवाद प्रतियोगिता में प्रतिभागियों ने परीक्षा प्रणाली में निरंतर बदलाव, शिक्षा में प्रगति या अस्थिरता? इस विषय पर पक्ष एवं विपक्ष में अपने तर्क प्रस्तुत कर श्रोताओं को प्रभावित किया। अंग्रेजी काव्य पाठ एवं हिंदी एक्सटेम्पोर प्रतियोगिता के निर्णायक के रूप में उमाशंकर साहू एवं सोमनाथ साहू ने भूमिका निभाई। हिंदी एक्सटेम्पोर के लिए बप्पा दिव्यबाग और सोमनाथ साहू निर्णायक रहे। वाद-विवाद प्रतियोगिता के निर्णायक मंडल में वरिष्ठ शिक्षक दिनेश जाधव एवं रमेश प्रसाद मिश्रा उपस्थित रहे। अंग्रेजी काव्य पाठ में अगिण सदन की अश्विका साहू प्रथम, मान्यता वर्मा द्वितीय तथा वायु सदन की आरोही बन्धोर तृतीय रहीं। हिंदी एक्सटेम्पोर में अगिण सदन की पूषा सिंह प्रथम, अंगीरा सदन की सावी दुबे द्वितीय तथा आदित्य सदन की गुंजन कुरें तृतीय रहीं। वाद-विवाद में पक्ष की श्रेणी में वायु सदन की दिव्या पटेल प्रथम, अगिण सदन की अनोखी कोचर द्वितीय रहीं। विपक्ष में वायु सदन की निकिता प्रजापति प्रथम तथा अंगीरा सदन की अनुष्का शर्मा द्वितीय रहीं। कार्यक्रम के अंत में सीसीए प्रभारी रानू खंडूजा ने सभी प्रतिभागियों व विजेताओं की सराहना करते हुए उन्हें भविष्य में भी इसी उत्साह एवं आत्मविश्वास के साथ सहभागिता करने के लिए प्रेरित किया। इस आयोजन ने विद्यार्थियों के व्यक्तित्व विकास, आत्मविश्वास तथा अभिव्यक्ति कौशल को निखारने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाई।

बाबा धाम समिति दस वर्षों से बिखेर रही हरियाली निकुम। पर्यावरण बचाने के संकल्प को लेकर दुर्ग जिले के ग्राम निकुम के प्रकृति प्रेमी युवा दिलीप ठाकुर व बाबा धाम निकुम भाटापारा के युवा बीते एक दशक से पर्यावरण में हरियाली बिखरने का कार्य कर रहे हैं। दिल्ली ठाकुर सुबह गांव गांव ई रिश्ता से फेरी लगाकर समान बेचते हैं, वही कार्य के बाद रोज समय देकर पेड़ पौधों के लिए समय निकालकर पेड़ लगाने का संदेश दे रहे हैं। रविवार को भी संत श्रीमाता निकुम को श्रद्धंजलि स्वरूप 25 पेड़ सहित एक पेड़ मां के नाम 111 पेड़ छायादार आम, नीलगिरी, जामुन, शो पीस सहित कई प्रकार के पौधे तालाब में लगाकर किसानों को भी हर खेल में एक पौधा लगाने का संकल्प किया। इस समिति में सैकड़ों युवा सहयोग कर रहे हैं।

वैदिक सत्संग में विवाह, युवा और समाज पर रखे बेबाक विचार

कुंडली नहीं समझदारी मिलाइए, वाई-फाई है लेकिन रिश्तों का नेटवर्क कहां, पारिवारिक व वैदिक जीवन-दृष्टि पर मंथन

मिलाई। आज हर घर में वाई-फाई का नेटवर्क फुल है, लेकिन परिवार के भीतर संवाद का नेटवर्क लगातार कमजोर हो रहा है। मोबाइल की बैटरी खत्म होने पर बेचेनी होती है, लेकिन रिश्तों की बैटरी कब खत्म हो जाती है, इसका एहसास भी नहीं होता। वर्तमान में परिवारों की हकीकत पर प्रकाश डालते हुए यह बातें आचार्य अजय आर्य ने कहा। आर्य समाज मंदिर सेक्टर-6 मिलाई में रविवार को आयोजित वैदिक सत्संग एवं समसामयिक चर्चा में आधुनिक समाज की विसंगतियों, टूटते पारिवारिक मूल्यों और वैदिक जीवन-दृष्टि पर गहरा मंथन हुआ। कार्यक्रम की अध्यक्षता आर्य समाज के प्रधान अवनी मूषण पुरंग ने की तथा संचालन मंत्री प्रवीण गुप्ता ने किया। वैदिक मंत्रोच्चार एवं यज्ञ का संचालन अंकित शर्मा शास्त्री के निर्देशन में संपन्न हुआ। इस अवसर पर सौम्य देशमुख, ऋचा तिवारी एवं समाजसेवी मनोज ठाकुर का आर्यसमाज ने स्वागत किया। मुख्य वक्ता आचार्य डॉ. अजय आर्य ने स्वामी दयानंद सरस्वती के विचारों का उल्लेख करते हुए आचार्य ने कहा कि डेढ़ सौ वर्ष पूर्व ही उन्होंने स्पष्ट कर दिया था कि विवाह का आधार जन्मपत्री नहीं, बल्कि गुण, कर्म और स्वभाव होना चाहिए। आज स्थिति यह है कि जो बाते कुंडली में नहीं दिखतीं, वे फेसबुक और इंस्टाग्राम पर दिखने लगी हैं। उन्होंने समाज से आह्वान किया कि जाति, उपजाति और दिखावे से ऊपर उठकर व्यक्तित्व, संस्कार और चरित्र को महत्व देना होगा।



अरेंज मैरिज गारंटी नहीं

महाराष्ट्र के चर्चित सिया एवं केतन, लोहागढ़ प्रकरण का उल्लेख करते हुए आचार्य ने कहा कि केवल अरेंज मैरिज कर देना सफल वैवाहिक जीवन की गारंटी नहीं है। यदि विवाह से पहले दो व्यक्तियों के विचार, स्वभाव, जीवन-दृष्टि और अपेक्षाओं को समझने का अवसर ही न मिले, तो केवल सामाजिक औपचारिकताएं परिवार को नहीं बचा सकतीं। उन्होंने कहा कि आधुनिक होने का दावा करने वाला समाज आज भी अनेक मामलों में रूढ़ियों की बेड़ियों में जकड़ा हुआ है।

युवा सेवा से बदलेगी तस्वीर

आचार्य ने युवाओं से समाज सेवा के लिए आगे आने का आह्वान करते हुए कहा कि जैसा समाज हम बनाएंगे, वैसा ही हमारा भविष्य होगा। सेवा ही राष्ट्र और समाज निर्माण का सबसे प्रभावी माध्यम है। इस अवसर पर समाज सेवा के क्षेत्र में उल्लेखनीय योगदान के लिए ऋचा तिवारी का सम्मान किया गया। कार्यक्रम में नंदलाल आर्य ने भावपूर्ण मजन एक झोले में फूल भरे हैं, एक झोली में कांटे कोई कारण होगा। प्रस्तुत कर वातावरण को भवितव्य बना दिया। अंत में पारिवारिक चर्चा आयोजित की गई, जिसमें उपस्थित समाजसेवियों ने आर्य समाज द्वारा संचालित जलबान महाअभियान तथा विभिन्न सेवा कार्यों की सराहना की।

विवाह संस्कार है, समझौता नहीं

आचार्य डॉ. अजय आर्य ने जोर देकर कहा कि सफल विवाह दो व्यक्तियों का नहीं, बल्कि दो संस्कारों और दो परिवारों का मिलन होता है। उन्होंने अभिभावकों और युवाओं को संबोधित करते हुए कहा सबसे पहले मन मिलाइए, फिर विवाह कराइए। केवल नौकरी, वेतन, रूप, जाति या कुंडली देखकर निर्णय न लें, बल्कि यह भी समझें कि दोनों एक-दूसरे के विचारों, स्वभाव और जीवन के उद्देश्यों के साथ चल पाएंगे या नहीं। उन्होंने माता-पिता से अपील करते हुए कहा कि बच्चों की बात सुनें, केवल अपनी बात न सुनाएं। अनुभव का लाभ दें, लेकिन निर्णय न थोपें। संवाद का वातावरण रहेगा तो बच्चे भी जीवन के महत्वपूर्ण निर्णय विश्वास के साथ साझा करेंगे। बच्चों को बचपन से ही निर्णय लेने, नेतृत्व करने और जिम्मेदारी निभाने का अवसर देना चाहिए। हर सुविधा उपलब्ध करा देना अच्छा पालन-पोषण नहीं है, बल्कि उन्हें संघर्ष और आत्मनिर्भरता के लिए तैयार करना ही सच्चा संस्कार है। बच्चों को यह भ्रम कभी नहीं होना चाहिए कि माता-पिता का सामर्थ्य ही उनका भविष्य है, उन्हें यह विश्वास होना चाहिए कि उनका सबसे बड़ा सहारा उनका पुरुषार्थ और कर्म है। उन्होंने युवाओं को चेताया कि विवाह से पहले यह भी सीखें कि हर निर्णय का परिणाम होता है। क्षणिक आकर्षण जीवनमर का पश्चाताप न बन जाए, इसलिए किसी भी निर्णय से पहले उसके अच्छे और बुरे दोनों पक्षों पर गंभीरता से विचार करना आवश्यक है। आज शादी का कार्ड चुनने में जितना समय लग जाता है, उतना समय कई परिवार जीवनसाथी को समझने में भी नहीं लगाते। फोटो सुंदर आ जाती है, लेकिन कई बार भविष्य धुंधला रह जाता है।

स्टील हाफ मैराथन में दिया योगदान

बीएसपी के 42 कार्मिक शाबाश अवार्ड से किए गए सम्मानित



भिलाई। भिलाई इस्पात संयंत्र द्वारा आयोजित प्रथम भिलाई स्टील हाफ मैराथन के आयोजन एवं विकास, टाउन सर्विसेज एवं चिकित्सा एवं स्वास्थ्य सेवाएं विभाग के 42 अधिकारियों एवं कर्मचारियों को शाबाश अवार्ड (श्रेणी-1) से सम्मानित किया गया। पुरस्कार वितरण समारोह में कार्यपालक निदेशक पवन कुमार ने चर्यनित अधिकारियों व कर्मचारियों को प्रशस्ति-पत्र प्रदान किया। सीएमओ डॉ. विनीता द्विवेदी, डॉ. कौशलेन्द्र ठाकुर, जीएम प्रभारी जेएन ठाकुर ओए के अध्यक्ष नरेन्द्र बंधोर भी उपस्थित थे।

सम्मानित अधिकारियों एवं कर्मचारियों का

संबंध चिकित्सा एवं स्वास्थ्य सेवाएं, संपर्क प्रशासन एवं जनसंपर्क, मानव संसाधन, ज्ञानार्जन एवं विकास, टाउन सर्विसेज तथा स्पोर्ट्स, कचहरा एवं सविक एमर्जेन्सी विभागों से था। इन सभी ने प्रथम भिलाई स्टील हाफ मैराथन के सफल आयोजन में विभिन्न स्तरों पर महत्वपूर्ण दायित्वों का निर्वहन किया। श्री ठाकुर ने कहा कि मैराथन टीम भावना से सफल हुआ। मुख्य अतिथि पवन कुमार ने प्रथम मैराथन विभिन्न विभागों और ओए आदि के सामूहिक प्रयासों का परिणाम है। कार्यक्रम का संचालन वरिष्ठ प्रबंधक निशा बाउल ने किया।

हरे कृष्णा मूवमेंट भिलाई में धूमधाम से मना पानीहाटी दही चिड़ा महोत्सव

फलों और सुगंधित फूलों से सजा राधा-कृष्ण दरबार, निताई गौरांग को कराया नौकायान

कार्न न्यूज



भिलाई। सेक्टर-6 स्थित अक्षय पात्र प्रांगण के हरे कृष्णा मूवमेंट मंदिर में पानीहाटी दही चिड़ा महोत्सव का भव्य आयोजन किया गया। इस अवसर पर मंदिर प्रांगण को आम, केला, अनानस, अंगूर, संतरा सहित सभी ऋतु फलों और खुबसूरत रंग-बिरंगे सुगंधित फूलों से सजाया गया था। इस अवसर पर राधा-कृष्ण के विवाह को भी आकर्षक ढंग से दिव्य श्रृंगार किया और भगवान निताई गौरांग को नौकायान कराया गया। जो मुख्य आकर्षण का केंद्र रहा। यह उत्सव ब्रह्म-मध्व गौड़ीय सम्प्रदाय के श्रेष्ठ आचार्य रघुनाथ दास गोस्वामी के संन्यास गहन की स्मरण तिथि के रूप में मनाया जाता है। श्री रघुनाथ दास गोस्वामी भगवान चैतन्य महाप्रभु के अनन्य शिष्य थे जिन्होंने अत्यंत धनी परिवार में जन्म के बावजूद कठोर वैराग्य का पालन कर संन्यास धर्म निभाया।



फलों से मिश्रित दही-चिड़ा प्रसाद का वितरण

उत्सव का मुख्य आकर्षण जल क्रीड़ा उत्सव रहा जिसमें भगवान निताई गौरांग को सुसज्जित नाव में विराजमान कर नौकायन कराया गया। इस दौरान उपस्थित सभी भक्तगणों को विभिन्न फलों से मिश्रित दही-चिड़ा प्रसाद का वितरण किया गया। जिसके बाद भगवान की महाआरती हुई एवं श्री श्री निताई गौरांग का दिव्य पालकी उत्सव का आयोजन किया गया। पालकी उत्सव में भक्तों ने उत्साहपूर्वक भाग लिया। कार्यक्रम के अंत में सभी श्रद्धालुओं को भगवान का महाप्रसाद वितरित किया गया।

हरिनाम संकीर्तन के साथ मनाया उत्सव

महोत्सव के दौरान मंदिर में भगवान राधा-कृष्ण का दिव्य अलंकार किया गया। संपूर्ण मंदिर परिसर को विभिन्न प्रकार के आम, फलों एवं रंग-बिरंगे पुष्पों से भव्य रूप से सुसज्जित किया गया था। शाम 6.45 बजे संध्या आरती एवं हरिनाम कीर्तन के साथ उत्सव का शुभारंभ हुआ। भगवान के नाम के दिव्य मंत्रोच्चार से संपूर्ण वातावरण भक्तिमय हो गया। हरे कृष्ण मंदिर मिलाई के अध्यक्ष व्योमनाथ दास ने बताया कि पानीहाटी महोत्सव भक्तों को सेवा और समर्पण की प्रेरणा देता है।

हेल्थ टिप्स

आपके तलवे की बनावट में छिपा है किस्मत का राज



ज्योतिष शास्त्र में हाथों और पैरों की लकीरों में भी हमारी किस्मत और भविष्य से जुड़ी कुछ बातें छिपी होती हैं। आपने अक्सर लोगों को ये कहते हुए सुना होगा कि हाथों की लकीरें आपकी तकदीर बदल सकती हैं, लेकिन सिर्फ हाथ ही नहीं बल्कि आपके तलवे में भी कुछ लकीरें होती हैं जो आपके आने वाले समय और आपकी पर्सनेलिटी का पता चलता है। ज्योतिष में ही एक है समुद्र शास्त्र जिससे आपके आने वाले समय के बारे में जानकारी आपके शरीर के कुछ हिस्सों को देखकर बताई जाती है। इसी में एक होती है फुट रीडिंग यानी कि हाथों के साथ पैरों की रेखाओं से भविष्य बताना।

फुट रीडिंग भारत और चीन में एक प्राचीन अवधारणा है और इसमें एक व्यक्ति को अपने पैर की उंगलियों या अपने तलवों की रेखाओं के बारे में जानकारी लेना शामिल है। यह व्यापक रूप से माना जाता है कि तलवे अपने पैरों के शीर्ष की तुलना में किसी व्यक्ति के बारे में अधिक बताते हैं और आपके भविष्य की जानकारी भी देते हैं।

क्या कहता है फुट रीडिंग का विज्ञान

यह रिफ्लेक्सोलॉजी का एक विस्तार है और माना जाता है कि यह स्वास्थ्य के मुद्दों, भावनात्मक कल्याण और व्यक्तिगत प्रकार को प्रकट करता है। फुट रीडिंग विशेषज्ञों का मानना ​​है कि प्रत्येक व्यक्ति के पास एक पुरुष और एक महिला के पैर होते हैं, जिसमें दायां एक पुरुष के रूप में कार्य करता है और बाएं एक महिला के रूप में माना जाता है।

पैर की बनावट बताती है स्वभाव



शीतल जी बताती हैं कि आपके पैरों के तलवों से आप किसी भी व्यक्ति के स्वभाव के बारे में जान सकते हैं। इसमें कुछ खास बातें ध्यान देनी चाहिए। आइए जानें क्या हैं वो बातें यदि आप अपने तलवे की गद्दी के बीच खड़ी रेखाएं देखते हैं तो आप शायद आत्म-सम्मान में कम महसूस कर सकते हैं। पैरों के तलवे की रेखाएं यदि तिरछी हैं तो ये आपके अनिर्णय को दर्शाती हैं। ऐसे लोग किसी भी बात के लिए दृढ़ नहीं हो पाते हैं और अपने निर्णय लेने में देरी करते हैं।

नेरो हील्स का मतलब है कि आपको ज्यादा सुरक्षा की जरूरत है और आप कई बातों के लिए दूसरों पर निर्भर हैं। यदि आपके पैर के उत्तर से दक्षिण तक लंबी लाइन है तो आप अपने आप पर बहुत अधिक दबाव डाल रहे हैं। वास्तव में यदि आप किसी चीज़ के बारे में अनिर्णायक हैं या अपने जीवन के किसी पहलू में संघर्ष कर रहे हैं, तो एक फुट रीडिंग आपकी दुविधा को दूर कर सकती है।

पैरों की रेखाओं में छिपी है आपकी किस्मत

फुट रीडिंग में तलवे में कुछ ऐसी रेखाएं



होती हैं जो पैर के तलवों की बनावट और उनमें बने निशान के आधार पर भविष्य के बारे में बताते हैं। ऐसा माना जाता है कि जिन लोगों के तलवे दिखने में नरम होते हैं और इसमें कम रेखाएं दिखती हैं वो ज्यादा भाग्यशाली होते हैं। ऐसे लोगों पर लक्ष्मी की कृपा ज्यादा होती है। जिन लोगों के तलवे में गिरछी रेखाएं होती हैं और अस्त व्यस्त नजर आती हैं उनके जीवन में समस्याएं ज्यादा होती हैं। जिन लोगों के तलवे सपाट होते हैं वो मेहनती होते हैं और विचारों से खुले होते हैं। ऐसे लोग दूसरों की हमेशा मदद करते हैं इसलिए लोगों के बीच में प्रसिद्धि पाते हैं। यदि पैर के तलवे में चक्र, कमल के फूल या शंख नजर आए तो आप जीवन में बहुत ज्यादा प्रसिद्धि पाएंगे और कुछ बड़े स्थानों में कार्यरत होंगे।

ब्लड प्रेशर को लेकर आज जागरूकता जरूरी

भ्रमित करते हैं ब्लड प्रेशर से जुड़े कई मिथक आप भी ऐसा मानते हैं तो बढ़ सकती हैं मुश्किलें

विशेषज्ञों के अनुसार हाई ब्लड प्रेशर कई कारणों से हो सकता है, जिनमें आनुवंशिकता, बढ़ती उम्र, मोटापा, तनाव, शारीरिक निष्क्रियता, अत्यधिक नमक का सेवन, धूम्रपान, शराब और अन्य स्वास्थ्य समस्याएं शामिल हैं। कहीं आप भी तो इस समस्या का शिकार नहीं हैं?

कई अध्ययनों से ये स्पष्ट हो चुका है कि हाइपरटेंशन यानी हाई ब्लड प्रेशर साइलेंट किलर है, यानी ये स्थिति शरीर को अंदर ही अंदर खोखला करती जाती है। कम उम्र वालों में भी ये दिक्कत तेजी से बढ़ती जा रही है। हाई ब्लड प्रेशर को हृदय रोग और हार्ट अटैक का प्रमुख कारण माना जाता रहा है। हालांकि ब्लड प्रेशर के मामले में चिंता की बात ये रही है कि कई बार व्यक्ति को वषों तक कोई स्पष्ट लक्षण महसूस नहीं होते। बीपी के लक्षण न दिखने की वजह से इसका समय रहते इलाज नहीं हो पाता और बीमारी अंदर ही अंदर आपके दिल, दिमाग, किडनी और आंखों की रक्त वाहिकाओं को नुकसान पहुंचाती रहती है।

विशेषज्ञों के अनुसार हाई ब्लड प्रेशर कई कारणों से हो सकता है, जिनमें आनुवंशिकता, बढ़ती उम्र, मोटापा, तनाव, शारीरिक निष्क्रियता, अत्यधिक नमक का सेवन, धूम्रपान, शराब और अन्य स्वास्थ्य समस्याएं



शामिल हैं। भारत समेत पूरी दुनिया में करोड़ों लोग हाई ब्लड प्रेशर से जूझ रहे हैं, लेकिन चिंता की बात यह है कि बड़ी संख्या में लोग या तो अपनी बीमारी से अनजान हैं या फिर इससे जुड़े कई मिथकों पर भरोसा कर लेते हैं।

गलत जानकारी के कारण कई मरीज समय पर जांच नहीं करवाते या डॉक्टर की सलाह के बिना दवाएं बंद कर देते हैं। ये गंभीर खतरे को कारण बन सकती है। आइए बीपी को लेकर फैले ऐसे ही कुछ आम मिथ्स और उनके पीछे छिपे वैज्ञानिक सच को जान लेते हैं।

मिथ: सिर्फ बुजुर्गों को ही होता है हाई ब्लड प्रेशर।

हाई ब्लड प्रेशर को अक्सर बढ़ती उम्र की बीमारी मान लिया जाता है, लेकिन अब कम उम्र के लोग भी इसका शिकार होते जा रहे हैं।

ब द ल ती जीवनशैली, मोटापा, तनाव, जंक फूड्स और शारीरिक निष्क्रियता के कारण कम उम्र के युवाओं में भी हाई बीपी की समस्या तेजी से बढ़ रही है। 20-30 की आयु में भी युवाओं में हाइपरटेंशन के मामले सामने आ रहे हैं। यदि आपके परिवार में हाई बीपी की हिस्ट्री रही है, तो आपमें जोखिम और बढ़ जाता है।



अर्जुन, कवीश, समृद्ध, समाया और प्रिशा बने टेबल टेनिस के विजेता

रायपुर। राजधानी टेबल टेनिस संघ, जिला रायपुर द्वारा सप्रे शाला टेबल टेनिस हॉल, रायपुर में 26 जून से शुरू स्व. श्रीमती रमाबाई काले एवं स्व. श्री रामराव काले स्मृति रायपुर जिला मानसून लीग टेबल टेनिस प्रतियोगिता (यूथ/सब जूनियर/होप्स)र रविवार को संपन्न हुयी। आयोजन सचिव विनय बैसवाड़े ने बताया कि तीन दिनों तक खेली गयी उक्त प्रतियोगिता में खेले गये सभी वर्गों के अंतिम सुपर लीग मुकाबले में यूथ अंडर-19 (यूथ) एकल वर्ग में अर्जुन मल्होत्रा, यूथ अंडर-19 (यूथ) एकल वर्ग में समाया पांडे, यूथ अंडर-15 (सब जूनियर) बालक एकल वर्ग में कवीश काला, यूथ अंडर-15 (सब जूनियर) बालिका एकल वर्ग में समाया पांडे एवं यूथ अंडर-11 (होप्स) बालक एकल वर्ग में समुद्ध मिश्रा, यूथ अंडर-11 (होप्स) बालिका वर्ग में प्रिशा पाटिल विजेता बने। प्रतियोगिता के समापन अवसर पर मुख्य अतिथि राष्ट्रीय मास्टर्स टेबल टेनिस खिलाड़ी राजीव काले थे। अध्यक्षता छत्तीसगढ़ स्टेट पावर जेनरेशन कंपनी लिमिटेड रायपुर के रिटायर्ड चीफ इंजीनियर सिविल सुरेश दुबे ने की। इस अवसर पर छत्तीसगढ़ टेबल टेनिस संघ के उपाध्यक्ष प्रदीप जोशी, विनय बैसवाड़े, मुख्य निर्णायक अजीत बनर्जी एवं प्रवीण निरापुर उपस्थित थे। संघ संचालन पी.एन. मजुमदार ने किया। प्रतियोगिता के मुख्य निर्णायक अजीत बनर्जी एवं सहायक निर्णायक गीता पंडित व पी.एन. मजुमदार थे। इस अवसर पर प्रिवेक पांडे, परिवेश मिश्रा, हेमराज डेकाटे, एनआईएस कोच युवराज



सिंह, राष्ट्रीय खिलाड़ी रामजी कुमार, आदेश जैन, ईंसी पांडे, सुनील पाटिल, राष्ट्रीय अंपायर प्रिया चावड़ा, अनिल डेंगवानी, सदस्यगण, खिलाड़ीगण, प्रशिक्षकगण, पालकगण उपस्थित थे।

सभी वर्गों के सुपर लीग के अंतिम परिणाम

यूथ अंडर-19 (यूथ) बालक वर्ग में विजेता- अर्जुन मल्होत्रा, उपविजेता- यशवंत डेकाटे 3-0 तृतीय-कवीश काला, यूथ अंडर-19 (यूथ) बालिका वर्ग में विजेता-समाया पांडे, उपविजेता-आरना खोटेले 3-1 तृतीय- वेदी कछवाहा,यूथ अंडर-15 (सब जूनियर) बालक वर्ग में विजेता-कवीश काला, उपविजेता-विवान बैसवाड़े 3-0,तृतीय-आरुष नथानी,यूथ अंडर-15 (सब जूनियर) बालिका वर्ग में विजेता-समाया पांडे,उपविजेता-वेदी कछवाहा 3-1 तृतीय- आरना ठाकुर,यूथ अंडर-11 (होप्स) बालक वर्ग में विजेता-समुद्ध मिश्रा, उप विजेता-विराज शर्मा 3-0 तृतीय- धैर्य चंद्राकर यूथ अंडर-11 (होप्स) बालिका वर्ग में विजेता- प्रिशा पाटिल, उपविजेता- पूजस कौर विरदी 3-0 रहे।

कार्नर न्यूज

कुम्हारी। टर्मिनेटर इंटरनेशनल क्रिकेट एकेडमी द्वारा आयोजित इंटर हाउस अंडर-17 क्रिकेट प्रतियोगिता सीजन-4 का सफल आयोजन हुआ। प्रतियोगिता में टर्मिनेटर इंटरनेशनल क्रिकेट एकेडमी के 17 वर्ष आयु वर्ग के 114 खिलाड़ियों की कुल 8 टीमें बनाई गई थीं। 17 जून से शुरू हुई प्रतियोगिता में टर्मिनेटर कुम्हारी कैपिटल्स, टर्मिनेटर रंगटा टाइटन्स, टर्मिनेटर रॉयल्स, टर्मिनेटर महासमुंद्र इंडियंस, टर्मिनेटर सुपर किंग्स, टर्मिनेटर नाइट राइडर्स,टर्मिनेटर रॉयल चैलेंजर्स एवं टर्मिनेटर किंग्स की टीम शामिल रहीं।

लीग मुकाबलों के बाद टर्मिनेटर नाइट राइडर्स, टर्मिनेटर रंगटा टाइटन्स, टर्मिनेटर किंग्स एवं टर्मिनेटर महासमुंद्र इंडियंस ने सेमीफाइनल में प्रवेश किया।

सेमीफाइनल मुकाबलों में टर्मिनेटर नाइट राइडर्स और टर्मिनेटर किंग्स ने जीत दर्ज कर फाइनल में अपनी जगह बनाई।

फाइनल मुकाबले में टर्मिनेटर किंग्स ने टॉस जीतकर पहले फील्डिंग करने का निर्णय लिया और टर्मिनेटर नाइट राइडर्स को बल्लेबाजी के लिए आमंत्रित किया। पहले बल्लेबाजी करते हुए नाइट राइडर्स ने 25 ओवर के मैच में शानदार प्रदर्शन करते हुए 256 रन बनाए। टीम की ओर से आर्यन दुबे ने 68 रन और गणेश



नागवानी ने 62 रन और कप्तान काव्य साहू ने 54 रन की शानदार पारियां खेलीं। वहीं टर्मिनेटर किंग्स की ओर से लावण्य ठाकुर ने बेहतरीन गेंदबाजी करते हुए 4 विकेट हासिल किए।

257 रनों के लक्ष्य का पीछा करने उतरी टर्मिनेटर किंग्स की टीम ने अच्छा संघर्ष किया। टीम की ओर से मनोज पटेल ने शानदार 91 रन बनाए, जबकि लावण्य ठाकुर ने 31 रन का योगदान दिया इसके बावजूद भी टर्मिनेटर किंग्स की टीम निर्धारित ओवरों में 219 रन ही बना सकी।

मिथ: शुरुआत में ही लक्षणों से हो सकती है पहचान।

हाई ब्लड प्रेशर को साइलेंट किलर इसलिए कहा जाता है क्योंकि अधिकांश लोगों में लंबे समय तक कोई स्पष्ट लक्षण नहीं होते। कई मरीजों में इसका पता ही तब चल पता चलता है जब नियमित जांच में बीपी बढ़ा हुआ मिलता है। कई लोगों को इसका पता ही तब चल पाता है जब हार्ट अटैक, स्ट्रोक या किडनी की समस्या जैसी जटिलताएं सामने आती हैं। हाई ब्लड प्रेशर में सिरदर्द, चक्कर, धुंधला दिखना या सांस फूलने जैसे लक्षण हो सकते हैं, लेकिन इन लक्षणों का न होना सामान्य ब्लड प्रेशर की गारंटी नहीं है।



मिथ: बीपी सामान्य हो जाए तो दवा बंद कर देनी चाहिए।

ब्लड प्रेशर की दवाएं बीमारी को नियंत्रित करती हैं, उसे पूरी तरह खत्म नहीं करतीं। दवा लेने से बीपी सामान्य रहता है, लेकिन डॉक्टर की सलाह के बिना दवा बंद करने पर यह दोबारा बढ़ सकता है और हार्ट अटैक या स्ट्रोक का खतरा बढ़ सकता है।

मिथ: नमक कम खा रहे हैं, तो हाई बीपी नहीं होगा।

नमक का अधिक सेवन हाई ब्लड प्रेशर का एक महत्वपूर्ण जोखिम कारक है, लेकिन यह अकेला कारण नहीं है। आनुवंशिकता, मोटापा, तनाव, किडनी की बीमारी, शारीरिक निष्क्रियता और हार्मोन संबंधी समस्याएं भी हाई बीपी का कारण बन सकती हैं। इसके अलावा कई पैकेज्ड और प्रोसेस्ड फूड में छिपा हुआ सोडियम भी काफी मात्रा में होता है। ये चीजें भी बीपी बढ़ाने वाली हो सकती हैं।

बगैर तंदूर के भी बनाई जा सकती है नान

अगर आप तंदूरी खाने के शौकीन हैं, तो आपके लिए ऐसा जुगाड़ है जिनकी मदद



से घर पर परफेक्ट तंदूर तैयार किया जा सकता है।

घर पर कैसे बनाएं तंदूर ?

वैसे तो आप लकड़ी और मिट्टी दोनों तरीके से तंदूर तैयार कर सकते हैं। हालांकि, इन दोनों ही तंदूर को बनाने के लिए काफी मेहनत की जरूरत होती है। वैसे तो हमारा जुगाड़ ऐसा है कि आप कुछ ही मिनट में घर पर तंदूर तैयार कर सकते हैं। जी हाँ, आपको बस खाली पड़ा गमला चाहिए होगा। सबसे पहले गमले को अच्छी तरह से साफ करें। फिर अच्छी तरह से धोकर गमले को सूखने के लिए रख दें। अब मिट्टी वाली जगह पर गमले को रखें। इसके अंदर आग जलाने के लिए लकड़ी या फिर कोयले का इस्तेमाल किया जा सकता है।

डेक वुड का कर सकते हैं इस्तेमाल

आप तंदूर में आग लगाने के लिए डेक वुड का भी इस्तेमाल कर सकते हैं। जब तंदूर में इस लकड़ी को डालकर खाना पकाया जाता है तब इसका स्वाद ही नहीं बल्कि महक भी खाने में आ जाती है और इस वजह से खाने का जायका बदल जाता है। लोगों को तंदूरी चिकन या पनीर का स्वाद यहां इसलिए अलग लगता है और अपनी तरफ खींच लाता है। ऐसा इसलिए क्योंकि यहां का तंदूरी खाना डेक वुड में बनता है। अब आप अगर घर पर तंदूर में खाना पकाते हैं तो फिर आप अब से इस खास लकड़ी में ही खाना पकाएं, क्योंकि इसका स्वाद खाने को और भी ज्यादा अच्छा बना देगा।

समाज इवेंट

बैडमिंटन चैंपियनशिप में पहले दिन एएआई एलआईसी और इंडिया पोस्ट की बड़ी जीत



रायपुर। एयरपोर्टर्स अथॉरिटी ऑफ इंडिया के तत्वावधान में आयोजित 'योनैक्स-सनराइज ऑल इंडिया इंटर इंस्टीट्यूशनल बैडमिंटन टीम चैंपियनशिप-2026' का रविवार को रायपुर के मोवा स्थित आईस्पोर्ट्स बैडमिंटन एरीना में भव्य शुभारंभ हुआ। इस प्रतिष्ठित खेल आयोजन का उद्घाटन नवा रायपुर अटल नगर विकास प्राधिकरण के सीईओ चंदन कुमार ने मुख्य अतिथि के रूप में किया। इस अवसर पर रायपुर के एयरपोर्ट डायरेक्टर श्री योगेश नगाइच भी विशेष रूप से उपस्थित रहे। प्रतियोगिता के पहले दिन पुरुष और महिला टीम वर्ग में बेहद रोमांचक और संघर्षपूर्ण मुकाबले खेले गए, जहां विभिन्न संस्थानों के खिलाड़ियों ने अपने बेहतरीन खेल कौशल का प्रदर्शन कर दर्शकों को रोमांचित कर दिया। पुरुष टीम वर्ग के मुकाबलों में भारतीय जीवन बीमा निगम ने शानदार खेल दिखाते हुए भारतीय वायु सेना को 3-0 के अंतर से करारी शिकस्त देकर अपने अभियान की विजयी शुरुआत की। एक अन्य एकतरफा मुकाबले में इंडिया पोस्ट की टीम ने भारतीय खाद्य निगम को 3-0 से हराकर अपनी प्रभावशाली जीत दर्ज की। वहीं, मेजबान टीम एयरपोर्टर्स अथॉरिटी ऑफ इंडिया ने भी अपना दबदबा कायम रखते हुए कर्मचारी राज्य बीमा निगम को 3-0 से मात दी। महिला वर्ग को बात करें तो, यहां भी एएआई का जलवा रहा। महिला टीम वर्ग के एक बेहद अहम और कड़े मुकाबले में एएआई ने एलआईसी को 3-1 से हराकर एक महत्वपूर्ण जीत अपने नाम की। इस मैच में दोनों ही टीमों ने उच्च स्तरीय खेल का प्रदर्शन किया, लेकिन एएआई ने अपने बेहतर तालमेल से बाजी मार ली। इस राष्ट्रीय स्तर की प्रतियोगिता में देश के सात प्रमुख संस्थान हिस्सा ले रहे हैं, जिनमें एएआई, एलआईसी, आरबीआई, भारतीय वायु सेना, ईएसआईसी, एफसीआई और इंडिया पोस्ट शामिल हैं। इस टूर्नामेंट का आकर्षण इसलिए भी बढ़ गया है, क्योंकि इसमें किरन जॉर्ज, प्रियांशु राजावत और मालविका बनसोड जैसे अंतरराष्ट्रीय स्तर के मशहूर खिलाड़ी भी अपना दमखम दिखा रहे हैं। इस रोमांचक प्रतियोगिता के सेमीफाइनल मुकाबले सोमवार को खेले जाएंगे।



मल्लम और सावी ने जीता राज्य अंडर-11

फिडे शतरंज चैंपियनशिप का खिताब

रायपुर। छत्तीसगढ़ प्रदेश शतरंज संघ के तत्वावधान में आयोजित छत्तीसगढ़ राज्य अंडर-11 फिडे रेटेड शतरंज चैंपियनशिप 2026 का सफल समापन बलबीर सिंह जुनेजा इंडोर स्टेडियम, बूढ़ा तालाब, रायपुर में हुआ। प्रतियोगिता के ओपन वर्ग में रायपुर के भव्यम झावर ने शानदार खेल का प्रदर्शन करते हुए 7 अंक अर्जित कर चैंपियन बनने का गौरव प्राप्त किया। दुर्गा के वी. विराट अय्यर 6 अंकों के साथ उपविजेता रहे, जबकि रायपुर के निशांत साहू भी 6 अंक अर्जित कर तृतीय स्थान पर रहे। दुर्गा के चनवीर सिंह (6 अंक) चौथे, रायपुर के राजवीर अजवानी (6 अंक) पांचवें तथा दुर्गा के सर्वेश लिलहारे (6 अंक) छठे स्थान पर रहे।

बालिका वर्ग में रायपुर की सावी गौरी ने 7 अंक के साथ शानदार प्रदर्शन करते हुए चैंपियनशिप का खिताब अपने नाम किया। रायगढ़ की अनिरुधि अनंत 6 अंक के साथ द्वितीय एवं रायपुर की अनिका रेड्डी गोलुपुरी 6 अंक के साथ तृतीय स्थान पर रहीं। रायगढ़ की स्वरा बोरखाड़े (5 अंक) चौथे, बिलासपुर की संबोधी सिंह (5 अंक) पांचवें तथा बिलासपुर की समायरा उभरानी (5 अंक) छठे स्थान पर रहीं।

प्रतियोगिता के परिणामों के आधार पर ओपन वर्ग से भव्यम झावर एवं वी. विराट अय्यर तथा बालिका वर्ग से सावी गौरी एवं अनिरुधि अनंत का चयन आगामी माह कर्नाटक में आयोजित होने वाली राष्ट्रीय अंडर-11 शतरंज चैंपियनशिप के लिए हुआ, जहाँ वे छत्तीसगढ़ राज्य का प्रतिनिधित्व करेंगे।

यह अंतरराष्ट्रीय स्तर (फिडे रेटेड) की प्रतियोगिता थी, जिसमें प्रदेश के 15 जिलों से आए 105 खिलाड़ियों ने भाग लिया। इनमें 78 बालक एवं 27 बालिकाएं शामिल थीं।

114 खिलाड़ियों की कुल 8 टीमों ने लिया हिस्सा

टर्मिनेटर नाइट राइडर्स बनी इंटर हाउस अंडर-17 क्रिकेट सीजन 4 की विजेता



नाइट राइडर्स की ओर से गेंदबाजी में युवराज ने शानदार प्रदर्शन करते हुए 4 विकेट झटके, जबकि शिवम ने 2 विकेट प्राप्त किए। इस बेहतरीन प्रदर्शन के लिए युवराज केवट को मैन ऑफ द मैच चुना गया। टर्मिनेटर नाइट राइडर्स ने यह मुकाबला 37 रनों से जीतकर इंटर हाउस अंडर-17 क्रिकेट प्रतियोगिता सीजन-4 का खिताब अपने नाम किया। तृतीय स्थान का मुकाबला टर्मिनेटर रंगटा टाइटन्स ने जीता। प्रतियोगिता का मैन ऑफ द मैच सीरीज का खिताब मनोज पटेल को मिला।

कोचों, अभिभावकों, अंपायरों एवं आयोजन समिति का आभार व्यक्त करते हुए कहा कि इस प्रकार की इंटर हाउस क्रिकेट प्रतियोगिताएं खिलाड़ियों को प्रतिस्पर्धात्मक माहौल, मैच अनुभव, नेतृत्व क्षमता तथा मानसिक मजबूती प्रदान करती हैं, जिससे भविष्य में वे राज्य एवं राष्ट्रीय स्तर पर उत्कृष्ट प्रदर्शन करने के लिए तैयार होते हैं।

फिल्म इवेंट

हॉलीवुड

‘स्ट्रेंजर थिंग्स’की ब्राउन और हार्बर फिर साथ करेंगे नई सीरीज

‘स्ट्रेंजर थिंग्स’ सीरीज में बॉबी ब्राउन और डेविड हार्बर ने पिता और बेटी का किरदार निभाया था। यह दोनों एक्टर्स अब एक बार फिर से साथ नजर आएंगे। एक नई सीरीज में बॉबी ब्राउन और डेविड हार्बर ने पिता और बेटी का किरदार निभाया था। एक बार फिर से ये दोनों साथ अभिनय करने वाले हैं। ‘स्ट्रेंजर थिंग्स’ की एक्ट्रेस मिली बॉबी ब्राउन और एक्टर डेविड हार्बर को दर्शकों ने खूब प्यार दिया था। इस सीरीज में मिली बॉबी ने ‘इलेवन’ और डेविड हार्बर ने ‘जिम हॉपर’ का रोल निभाया था। एक बार फिर से ये दोनों साथ अभिनय करने वाले हैं। एक नई स्पाई ड्रामा सीरीज का हिस्सा बॉबी ब्राउन और एक्टर डेविड हार्बर बन रहे हैं। जानिए, इस नई सीरीज में इनके किरदार क्या होने वाले हैं। यह स्पाई ड्रामा नेटफ्लिक्स पर आएगी, यह पॉल वॉनर के पहले उपन्यास ‘ए स्पाई इन द ब्लड’ से इंस्पायर है। इस सीरीज में डेविड हार्बर, मैट वुल्फ के किरदार में नजर आएंगे, जो एफबीआई के एक पूर्व एजेंट थे और अब सिक्योरिटी कंसल्टेंट बन गए हैं। उन्हें वापस एफबीआई में जाना पड़ जाएगा। वहीं सीरीज में उनकी बेटी रेबेका का किरदार मिली बॉबी ब्राउन निभाएंगी, वह भी एक एफबीआई एजेंट है। पिता और बेटी के रिश्ते अच्छे नहीं हैं। लेकिन अचानक बेटी गायब हो जाती है, इसके बाद पिता को अपने जासूसी के काम पर लौटना पड़ता है। बता दें की हार्बर और मिली बॉबी के बीच मनमुटाव की खबरें भी सामने आई थीं। दरअसल, ऐसी अटकलें लगी थीं कि हार्बर ने मिली ब्राउन को परेशान किया और उनके साथ बुरा बर्ताव किया। बाद में इन खबरों पर हार्बर ने कहा था, ‘आप जिन लोगों के साथ 10 साल तक समय बिताते हैं, कभी-कभी उनसे बहस या असहमति हो जाती है। परिवारों में भी तो ऐसा होता है।

टॉलीवुड

मोहनलाल ने जर्मनी में बिखेरा जलवा, धनुष के गाने ‘मेघम करुकथा’ पर किया जबरदस्त डांस

साउथ के सुपरस्टार मोहनलाल ने जर्मनी में हुए एक खास इवेंट को यादगार बना दिया। इस दौरान उन्होंने अपने शानदार डांस और सिंगिंग से फैंस का दिल जीत लिया। जर्मनी में हुए इस इवेंट के कई वीडियो सोशल मीडिया पर तेजी से वायरल हो रहे हैं। इस स्टार-स्टडेड इवेंट में मोहनलाल ने कई पॉपुलर गानों पर परफॉर्म किया, जिनमें धनुष का सुपरहिट गाना ‘मेघम करुकथा’ भी शामिल था। इस गाने पर उन्होंने एक्ट्रेस सानिया अक्यप्पन के साथ जबरदस्त डांस किया, जिसे दर्शकों ने खूब पसंद किया। ‘मेघम करुकथा’ गाना फिल्म ‘थिरुचित्रम्बलम’ का है, जिसमें धनुष और नित्या मेनन नजर आए थे। इस गाने को नेशनल अवॉर्ड भी मिल चुका है, और जब मोहनलाल ने इसे स्टेज पर रीक्रिएट किया तो लोगों ने जोरदार तालियां बजाईं इसके अलावा मोहनलाल ने सानिया अक्यप्पन और स्वासिका के साथ ‘इल्लुमिनाटी’ और ‘कालापक्कारा’ जैसे गानों पर भी डांस किया। इन परफॉर्मेंस के वीडियो अब सोशल मीडिया पर छापे हुए हैं और फैंस उनके एनर्जी की जमकर तारीफ कर रहे हैं। इवेंट का एक और खास पल तब आया जब मोहनलाल ने मशहूर सिंगर केएस चित्रा के साथ स्टेज शेयर किया। दोनों ने साथ में गाना गाया, जिसे दर्शकों ने खूब सराहा। यह खास इवेंट ‘द कम्प्लीट एक्टर मोहनलाल लाइव इन जर्मनी: बियोड द स्क्रीन’ का हिस्सा था, जो 26 जून को जर्मनी के ओबरहाउजेन में आयोजित हुआ। इस इवेंट में कई भारतीय कलाकार शामिल हुए और भारतीय सिनेमा का जश्न मनाया गया। इवेंट के बाद सानिया अक्यप्पन ने अपने इंस्टाग्राम पर मोहनलाल के साथ तस्वीरें और वीडियो शेयर किए। उन्होंने प्यार से उन्हें ‘पूकी लालेट्टन’ भी कहा।

भोजपुरी

अरविंद अकेला ने नए गाने 'राउंड राउंड' से लूट ली महफिल

अरविंद अकेला कल्लू अपने नए गाने 'राउंड राउंड' को लेकर सुर्खियों में हैं। इसे शिल्पी राज ने अपनी खूबसूरत आवाज से सजाया है। गाना काफी पसंद किया जा रहा है। भोजपुरी इंडस्ट्री कमाल कर रही है। फिल्म में हों या गाने...इनका अलग रुतबा है। फिलहाल, भोजपुरी गानों में दिलचस्पी लेने वालों को एक और तोहफा मिला है। अरविंद अकेला कल्लू का गाना 'राउंड राउंड' रिलीज हुआ है। इसमें कल्लू अलग ही अंदाज में नजर आ रहे हैं। पा रा म्यूजिक ने अपने नए भोजपुरी म्यूजिक वर्टिकल 'भोजपुरी धूम' का आगाज किया है। इसे वाराणसी में भव्य तरीके से लॉन्च किया गया। 'राउंड राउंड' इसका डेब्यू गाना है। इसे अरविंद अकेला कल्लू और शिल्पी राज ने गाया है। गाना कल्लू और एंजेल लीजा पर फिल्माया गया है। कल्लू जहां स्टायलिश लुक में छा गए हैं। वहीं, एंजेल ने ग्लैमर का तड़का लगाया है। यह गाना कल 10 जून को रिलीज हुआ था। 'राउंड राउंड गाना' पैरा भोजपुरी धूम के यूट्यूब चैनल पर रिलीज हुआ है। खबर लिखे जाने तक इसे 4.80 लाख से ज्यादा व्यूज मिल चुके हैं। अपने अंदाज से अरविंद अकेला कल्लू भोजपुरी इंडस्ट्री के सुपरस्टार खेसारी लाल यादव और पावर स्टार पवन सिंह को कड़ी टक्कर देते दिख रहे हैं। कल्लू का स्टायल तो गजब लग ही रहा है, साथ ही डांस भी काफी धमाकेदार है। 'राउंड राउंड' एक जबरदस्त एनर्जी वाला डांस ट्रैक है, जो एंटरटेनमेंट और शानदार विजुअल्स का मिश्रण है।

दिव्यांगता का रंग



दुनिया भर में दिव्यांग लोगों को बेहद सम्मान की नजर से देखा जाता है। इनके लिए फैशन शो आयोजित होते हैं। ये फैशन शो दिव्यांग लोगों के लिए समावेश, सुलभता और स्टाइल को दिखाते हैं। तमन्ना फ्रेंशन शो नई दिल्ली, एबिलिटीज एक्सपोज़ फ्रेंशन शो शिकागो, न्यूयॉर्क फ्रेंशन वीक इन्व्लूजून शो, मेक्सिको सिटी इन्क्लूसिव फ्रेंशन इवेंट सोमाया म्यूजियम और नारायण सेवा संस्थान दिव्यांग फ्रेंशन शो जैसे ढेर सारे आयोजन हैं जो साल भर चलते रहते हैं।

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

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

बालों में चावल का पानी लगाने के फायदे

बालों को स्ट्रेट करने के लिए आप चावल के पानी का इस्तेमाल किया जा सकता है। चावल के पानी में विटामिन ए, सी, ई,



फ्लेबोनोइड्स और फेनोलिक कंपाउंड पाए जाते हैं। ये सभी तत्व बालों को टेक्सचर को बेहतर बनाने का काम करते हैं। कोरियन स्किन और हेयर केयर में चावल का पानी एक अहम हिस्सा है। चावल के पानी के उपयोग से बाल शाइनी, स्ट्रेट और लंबे होने लगते हैं। सबसे पहले चावल को पानी से अच्छे से धो लें, ताकि धूल-गंदगी साफ हो जाए। अब चावल में साफ पानी डालें और भीगने के लिए

बैकहैंड पर लगाएं ये खूबसूरत और आसान मेहंदी डिजाइन

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



चेन मेहंदी डिजाइन

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

कार्न न्यूज

कभी आउट ऑफ फैशन नहीं होते स्ट्राइप्स प्रिंट्स, जरूर अपनाएं

स्ट्राइप्स आउटफिट को कैरी करते समय छोटे-छोटे टिप्स को करें फॉलो, निखर जाएगी खूबसूरती



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

अलग-अलग स्ट्राइप्स को करें स्टाइल

अगर आप स्ट्राइप्स में भी स्टायलिश दिखना चाहती हैं तो इसका एक अच्छा तरीका है कि आप अलग-अलग स्ट्राइप्स को एक साथ स्टाइल करें। मसलन, आप थिन स्ट्राइप्स और थick स्ट्राइप्स को एक साथ पहन सकती हैं। अगर आप साड़ी पहन रही

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

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



मैक्सी स्कर्ट के टॉप चुनने याद रखें जरूरी टिप्स



मैक्सी स्कर्ट को स्टाइल करने के लिए टी-शर्ट, फिटेड शर्ट, पेपलम टॉप, वेस्टकोट और असिमेट्रिक टॉप सबसे अच्छे विकल्प माने जाते हैं। सही टॉप का चुनाव स्कर्ट की फिटिंग, फैब्रिक और मौके के अनुसार करें। इससे आपका लुक ज्यादा बैलेंस्ड, स्टायलिश और आकर्षक दिखाई देगा।

फैशन की दुनिया में कुछ कपड़े ऐसे होते हैं जो कभी आउट ऑफ ट्रेंड नहीं होते और मैक्सी स्कर्ट उनमें से एक है। आरामदायक होने के साथ-साथ यह बेहद एलिंगेंट और वर्सेटाइल भी होती है। चाहे कॉलेज जाना हो, ऑफिस मीटिंग हो, दोस्तों के साथ कॉफी डेट हो या किसी पार्टी में शामिल होना हो, मैक्सी स्कर्ट हर मौके पर आपको स्टायलिश दिखा सकती है। हालांकि कई महिलाएं मैक्सी स्कर्ट खरीद तो लेती हैं, लेकिन अक्सर यह समझ नहीं पाती कि इसके साथ कौन-सा टॉप पहना जाए। गलत टॉप चुनने पर पूरा लुक बिगड़ सकता है, जबकि सही कॉम्बिनेशन आपके व्यक्तित्व को निखार सकता है। फैशन एक्सपर्ट्स के अनुसार मैक्सी स्कर्ट के साथ हमेशा ऐसा टॉप चुनना चाहिए जो शरीर के ऊपरी हिस्से को संतुलित करे और कमर को बेहतर तरीके से डिफाइन करे। आजकल सोशल मीडिया और स्ट्रीट फैशन में मैक्सी स्कर्ट के साथ फिटेड शर्ट, बेसिक टी-शर्ट, पेपलम टॉप, वेस्टकोट और ऑफ-शोल्डर टॉप काफी ट्रेंड में हैं। यदि आप भी अपनी मैक्सी स्कर्ट को नए और स्टायलिश अंदाज में पहनना चाहती हैं, तो यह फैशन गाइड आपके लिए बेहद उपयोगी साबित होगी।



फैशन की दुनिया में कुछ कपड़े ऐसे होते हैं जो कभी आउट ऑफ ट्रेंड नहीं होते और मैक्सी स्कर्ट उनमें से एक है। आरामदायक होने के साथ-साथ यह बेहद एलिंगेंट और वर्सेटाइल भी होती है। चाहे कॉलेज जाना हो, ऑफिस मीटिंग हो, दोस्तों के साथ कॉफी डेट हो या किसी पार्टी में शामिल होना हो, मैक्सी स्कर्ट हर मौके पर आपको स्टायलिश दिखा सकती है। हालांकि कई महिलाएं मैक्सी स्कर्ट खरीद तो लेती हैं, लेकिन अक्सर यह समझ नहीं पाती कि इसके साथ कौन-सा टॉप पहना जाए। गलत टॉप चुनने पर पूरा लुक बिगड़ सकता है, जबकि सही कॉम्बिनेशन आपके व्यक्तित्व को निखार सकता है। फैशन एक्सपर्ट्स के अनुसार मैक्सी स्कर्ट के साथ हमेशा ऐसा टॉप चुनना चाहिए जो शरीर के ऊपरी हिस्से को संतुलित करे और कमर को बेहतर तरीके से डिफाइन करे। आजकल सोशल मीडिया और स्ट्रीट फैशन में मैक्सी स्कर्ट के साथ फिटेड शर्ट, बेसिक टी-शर्ट, पेपलम टॉप, वेस्टकोट और ऑफ-शोल्डर टॉप काफी ट्रेंड में हैं। यदि आप भी अपनी मैक्सी स्कर्ट को नए और स्टायलिश अंदाज में पहनना चाहती हैं, तो यह फैशन गाइड आपके लिए बेहद उपयोगी साबित होगी।

बेसिक टी-शर्ट के साथ प्लोई मैक्सी स्कर्ट

अगर आपके पास प्लोई मैक्सी शर्ट है तो आप इसे गर्मियों के मौसम में बेहद ही स्टायलिश और सहज तरीके से कैरी कर सकती हैं। कॉलेज, कॉफी डेट, सफर या वीकेंड आउटिंग के लिए इस तरह की स्कर्ट परफेक्ट हो सकती है। लेकिन इस स्कर्ट के साथ कैसा

सिंपल चूड़ियों की सेलिब्रिटी स्टाइल में करें सेटिंग

महिलाओं का श्रृंगार चूड़ियों के बिना अधूरा है। एक अच्छी और फैंसी लुक वाली चूड़ी आपके सिंपल-सोबर लुक में चार-चांद लगा देती है। बाजार में भी आपको तरह-तरह के पैटर्न और डिजाइन में चूड़ियां मिल जाएंगी। मगर सबसे ज्यादा मुश्किल होता है कि चूड़ियों की मैचिंग या सेटिंग को नया अंदाज देना। आज हम आपको कुछ सेलिब्रिटीज द्वारा की गई चूड़ियों की सेटिंग स्टाइल दिखाएंगे, जिन्हें देख कर आप भी उन्हें रीक्रिएट कर सकती हैं।

दो रंग की चूड़ियों को मिक्स-मैच करें-

आजकल बाजार में आपको हर रंग की चूड़ियां मिल जाएंगी। अगर आपके आउटफिर में 1 से अधिक रंग हैं तो 2 सबसे अधिक नजर आने वाले रंगों की चूड़ियों को आप मिक्स-मैच करके पहन सकती हैं। मिक्स-मैच करने के लिए आप सिंपल और एक जैसे पैटर्न की चूड़ियां खरीदे और उन्हें बंध में एक हाथ में पहन लें। टिप्स: हाथों में अगर आप 2 रंग की चूड़ियां पहन रही हैं, तो आधा दर्जन एक रंग की और आधा दर्जन दूसरे रंग की चूड़ी पहनें। बाजार में आपको बहुत से पैटर्न की चूड़ियां मिल जाएंगी मगर इस तरह से अगर आप चूड़ियों की सेटिंग कर रही हैं तो आपको वेल्वेट, थ्रेंड वर्क या मेटल की चूड़ियां ही खरीदनी चाहिए।



हरे रंग की चूड़ियों को इस तरह करें सेट

हरे रंग की चूड़ियों का फैशन कभी भी पुराना नहीं होता है और आप इन्हें किसी भी ट्रेंडशनल आउटफिट और किसी भी रंग के साथ पहन सकती हैं। खासतौर पर किसी त्योहार या फिर शादी के फंक्शन में आप हरे रंग की चूड़ियों को स्टायलिश अंदाज में पहनना चाहती हैं, तो आपको गोल्ड न मेटल या कांच की चूड़ियों के साथ उन्हें सेट करके पहनना चाहिए। आप चाहें तो सोने की चूड़ियों के साथ भी हरे रंग की कांच की चूड़ियां पहन सकती हैं। टिप्स- कांच की चूड़ियों के साथ लाख के कड़े को भी आप सेट कर सकती हैं। अगर आपको मोती वर्क पसंद है तो बाजार से मोती वर्क वाले कड़े खरीद लें और हरे रंग की चूड़ियों के साथ पहनें।