हरिभूमि
इस्पात भूमि
रायपुर, रविवार 5 जुलाई 2026

तापमान
अधिकतम 32.2 डिग्री
न्यूनतम 24.4 डिग्री

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

14 बारिश के इंतजार का सूखा खत्म, किसानों की...

15 कार्यकर्ताओं को फेक न्यूज से निपटने के गुर सिखाए...

अब तक पांच आरोपी पुलिस पकड़ में, सुपेला पुलिस की कार्रवाई

आईपीएल सट्टा और म्यूल अकाउंट चलाने वाले को पुलिस ने पकड़ा

हरिभूमि न्यूज ▶▶| भिलाई

आईपीएल सट्टा, म्यूल अकाउंट का कारोबार करने वाले को पुलिस ने गिरफ्तार किया है। मुखबिर की सूचना पर पुलिस ने जगदलपुर निवासी कुछ लोग सुपेला क्षेत्र में आईपीएल सट्टा,म्युल अकाउंट का उपयोग कर बैंक खाते, पासबुक, एटीएम कार्ड अन्य दस्तावेज बेचने यहां पहुंचे थे। सूचना पर पुलिस ने पांच रास्ता ओवरब्रिज के पास घेराबंदी कर तीन को गिरफ्तार किया। पूछताछ में आरोपियों ने स्वयं व अन्य व्यक्तियों के बैंक खातों व्यवसायिक खातों को सुपेला निवासी विशाल गुप्ता समेत अन्य व्यक्तियों को आईपीएल सट्टा, म्युल अकाउंट संचालन के लिए बेचने की जानकारी दी थी। मामले में पूर्व में चार आरोपियों को न्यायिक रिमाण्ड पर भेजा गया था। विवेचना के दौरान फरार पांचवा आरोपी आदर्श नगर, उतई निवासी

दुलेश्वर कुमार को गिरफ्तार कर न्यायालय प्रस्तुत किया। जहां से उसे न्यायिक रिमाण्ड पर भेजा गया है। आरोपी के पास से पुलिस ने कई दस्तावेज जब्त किया है। पुलिस आम नागरिकों से अपील करती है कि किसी भी व्यक्ति को अपना बैंक खाता, एटीएम कार्ड, पासबुक अथवा बैंकिंग दस्तावेज उपयोग के लिए उपलब्ध न कराएं। इस प्रकार की गतिविधियां साइबर अपराध, ऑनलाइन सट्टा संचालन में उपयोग होती हैं। क्या होता है म्यूल अकाउंट जाने पुलिस की माने तो डिजिटल ठगी की कुछ ज्यादा ही खबर आ रही है। इस तरह की रिपोर्ट आई है कि हर रोज करीब 800 डिजिटल ठगी की खबर पुलिस तक पहुंचती है। ढेरों ऐसे मामले भी होते हैं, जिसकी रिपोर्टिंग पुलिस तक नहीं होती है। इस तरह के अपराध में जालसाज अपने बैंक खाते का इस्तेमाल नहीं करते। वे इसके लिए किराये पर किसी दूसरे व्यक्ति का बैंक खाता लेते हैं। इसे ही 'म्यूल अकाउंट' कहते हैं। अकाउंट ऐसे बैंक अकाउंट होते हैं जिनका इस्तेमाल जालसाज अपराध से मिले पैसे को ठिकाने लगाने के लिए करते हैं।

आजकल, बड़ी संख्या में नकद रखने या इस्तेमाल करने के लिए बहुत सख्त कानून हैं। इसलिए, अगर वे अपने खुद के अकाउंट का इस्तेमाल करते हैं, तो केवाईसी नियमों की वजह से उन्हें पकड़ना आसान होता है। वे तुरंत पकड़े जा सकते हैं। इस समस्या से बचने के लिए अपराधी किसी तीसरे व्यक्ति के बैंक अकाउंट का इस्तेमाल करते हैं।

दशगात्र में शामिल होने गए परिवार के मकान का ताला टूटा

भिलाई। दशगात्र में शामिल होने गए परिवार के मकान का ताला तोड़कर सोना चांदी के जेवरात को पार करने का मामला सामने आया है। पदमनाभपुर पुलिस ने बताया कि सनत देशमुख परिवार समेत ग्राम भेडसर (कौडियाडीह) दशगात्र कार्यक्रम में शामिल होने गए थे। दूसरे दिन अपने घर वार्ड 52 न्यू सुन्दर नगर बोरसी दुर्ग लौटने पर लोहे के गेट का ताला टूटा पड़ा मिला। मकान के भीतर का सारा सामान बिखरा पडा मिला। मकान से अज्ञात ने 1 नग सोने का गुलबंद सेट, सोने का पुराना खिनवा, चांदी का कमरबंद, दस जोडी चांदी का बिछिया, 4 जोडी चांदी का पायल समेत अन्य जेवरात गायब मिला। नगदी रकम 13 हजार भी गायब था। आसपास खोजबीन करने पर जानकारी मिलने से तुरंत पुलिस थाने में शिकायत दर्ज कराई गई।

गांजा बेचने वाली महिला गिरफ्तार, भेजा जेल

भिलाई। अवैध रुप से गांजा बेचने वाली महिला को पुलिस ने गिरफ्तार किया है। कुम्हारी पुलिस ने बताया कि मुखबिर की सूचना पर राम नगर कुम्हारी निवासी कोचिं देवार को पकड़कर उसके पास से 1.570 किलो ग्राम गांजा जब्त किया है। जिसकी कीमत 78 हजार 500 रुपए आंकी गई है।

खबर संक्षेप

सीएम का महतारी वंदन को लेकर जताया आभार

दुर्ग। मुख्यमंत्री विष्णु देव साय से दुर्ग जिले के वरिष्ठ भाजपा नेता मनीष सिंह भंडारी ने मुलाक़ात की। सिविल लाइन्स रायपुर स्थित उनके निवास में पहुंचकर दुर्ग जिले के राजनीतिक घटनाक्रम से अवगत कराया। साथ ही महतारी वंदन योजना के अंतर्गत हर महीने महिलाओं को मिलने वाली एक हजार की राशि को लेकर आभार व्यक्त किया। इस दौरान उन्होंने मुख्यमंत्री के नेतृत्व में राज्य सरकार द्वारा जनहित में किए जा रहे विकास कार्यों की प्रशंसा की। तेजी से निर्मित हो रहे प्रधानमंत्री आवास को लेकर भी आभार व्यक्त किया।

गांजा बेचने वाले को पुलिस ने पकड़ा

भिलाई। गांजा बेचने वाले को पुलिस ने गिरफ्तार किया है। कुम्हारी पुलिस ने बताया कि सब्जी मंडी कुम्हारी के पास युवक गांजा बेचने के लिए ग्राहक की तलाश कर रहा था। मुखबिर की सूचना पर दबिश देकर रामनगर कुम्हारी निवासी बीर देवार को गिरफ्तार किया है। उसके पास से पुलिस ने 2.520 कि.ग्राम गांजा 1.26 लाख रुपए, मोबाइल बरामद हुआ है। दुर्ग पुलिस आम नागरिकों से अपील करती है कि अवैध शराब एवं अन्य नशीले पदार्थों की बिक्री , परिवहन,संग्रहण जैसी गतिविधियों से दूर रहें। इस प्रकार की अवैध गतिविधियों में शामिल पाए जाने वालो के खिलाफ पुलिस कार्रवाई करेगी।

बीजेपी मीडिया प्रभारी बनीं पिंकी सिन्हा

भिलाई। भाजपा के आर्थिक प्रकोष्ठ की भिलाई जिला कार्यकारिणी की घोषणा की गई है।

भिलाई जिला भाजपा जिलाध्यक्ष पुरुषोत्तम देवांगन के अनुमोदन से जिला पदाधिकारियों और जिला कार्यकारिणी की सूची जारी की गई। इस नई कार्यकारिणी में पिंकी सिन्हा को भिलाई जिला मीडिया प्रभारी की महत्वपूर्ण जिम्मेदारी सौंपी गई है। संगठन ने उनके अनुभव, सक्रियता और संगठनात्मक कार्यों में योगदान को देखते हुए यह दायित्व सौंपा है।

डॉ. मेश्राम के इस्तीफा देने की चर्चा के बीच उनके सहित 30 संविदा कर्मियों की सेवा बढ़ी

हरिभूमि न्यूज ▶▶भिलाई

दुर्ग जिले के स्वास्थ्य विभाग में कार्यरत 30 संविदा अधिकारियों और कर्मचारियों के लिए राहत भरी खबर है। मुख्य चिकित्सा एवं स्वास्थ्य अधिकारी सीएमएचओ दुर्ग ने जिला खनिज न्यास डीएमएफ मद के अंतर्गत कार्यरत संविदा कर्मचारियों की सेवा अवधि में तीन महीने की वृद्धि का आदेश जारी किया है। इसमें जेपी मेश्राम को एमडी पैथोलॉजिस्ट की जिम्मेदारी दी गई है। बता दें कि डॉ. मेश्राम के पिछले दिनों इस्तीफा देने और अन्यत्र दूसरी जगह ज्वानिंग लिए जाने की चर्चा है। इस बीच सीएमएचओ डॉ. मनोज दानी ने यह आदेश जारी किया है, जिसमें उनकी सेवा आगामी तीन महीनों के लिए बढ़ा दी गई है।

जानकारी के अनुसार जिन कर्मचारियों की संविदा अवधि 30 जून को समाप्त हो चुकी थी, उन्हें अब 1 जुलाई से 30 सितंबर तक सेवा विस्तार दिया गया है। यह निर्णय कलेक्टर एवं जिला खनिज न्यास प्रबंधन समिति के अनुमोदन के बाद लिया गया है। जारी आदेश में जिला अस्पताल दुर्ग, सिविल अस्पताल सुपेला, सामुदायिक स्वास्थ्य केंद्र पाटन, धमधा, निकुम, प्राथमिक स्वास्थ्य केंद्र बटरेल, पुरैना तथा शासकीय चंदूलाल चंद्राकर स्मृति चिकित्सा महाविद्यालय सहित विभिन्न स्वास्थ्य संस्थानों में पदस्थ विशेषज्ञ चिकित्सक, स्टाफ नर्स, लैब टेक्नीशियन, ओटी टेक्नीशियन, डाटा एंट्री ऑपरेटर और स्वीपर को सेवा वृद्धि का लाभ दिया गया है। सूची में पैथोलॉजिस्ट, एनेस्थेटिस्ट, सर्जन, चाइल्ड स्पेशलिस्ट, मेडिसिन स्पेशलिस्ट और मनोरोग विशेषज्ञ जैसे विशेषज्ञ डॉक्टर भी शामिल हैं। आदेश में यह भी स्पष्ट किया गया है कि संविदा कर्मचारियों को पूर्व निर्धारित मानदेय पर ही सेवाएं देनी होंगी और किसी प्रकार का अतिरिक्त भत्ता देय नहीं होगा।

डीएमएफ मद से डॉक्टर, स्टाफ नर्स, लैब टेक्नीशियन को दी गई नियुक्ति

3 महीने का सेवा विस्तार, 7 दिन में जॉइनिंग जरूरी, सीएमएचओ ने जारी किया आदेश

सीएमएचओ कार्यालय ने निर्देश दिया है कि सभी कर्मचारी आदेश जारी होने की तारीख से सात दिनों के भीतर अपनी-अपनी पदस्थापना वाले संस्थानों में कार्यभार ग्रहण करेंगे। निर्धारित समय में जॉइन नहीं करने पर सेवा वृद्धि का आदेश स्वतः निरस्त माना जाएगा। आदेश में यह भी उल्लेख किया गया है कि यह सेवा विस्तार पूरी तरह अस्थायी व्यवस्था है। डीएमएफ मद में बजट उपलब्धता और जिला प्रशासन की आवश्यकता के आधार पर ही आगे सेवा वृद्धि पर विचार किया जाएगा। यदि संबंधित पदों पर नियमित नियुक्ति हो जाती है, तो संविदा नियुक्ति स्वतः समाप्त कर दी जाएगी।

इन लोगों की बढ़ी सेवा

तीन माह के लिए जिन लोगों की सेवा बढ़ाई गई है उसमें डॉ. जय प्रकाश मेश्राम एमडी पैथोलॉजिस्ट जिला अस्पताल दुर्ग, डॉ. वाई किरण कुमार बाल रोग विशेषज्ञ जिला अस्पताल दुर्ग, डॉ. प्रशांत अग्रवाल एमडी मनोचिकित्सा जिला अस्पताल दुर्ग, डॉ. विभा साहू एमडी एनेस्थेटिस्ट जिला अस्पताल दुर्ग, डॉ. दीपक कश्यप एमएस सर्जरी सीएचसी पाटन, डॉ. मोहित राम सोनी बाल रोग विशेषज्ञ सिविल हॉस्पिटल सुपेला, डॉ. पीयूष देवांगन मेडिसिन स्पेशलिस्ट सिविल हॉस्पिटल सुपेला, डॉ. शीतल यादव एनेस्थेटिस्ट सीएच सुपेला, सीएचसी कुम्हारी, धमधा और बोरी, स्टाफ नर्स सीएचसी पाटन रोशनी देवांगन और चन्द्रकला साहू, लैब टैक्नेशियन सीएचसी निकुम गार्गी चन्द्राकर और संजना देशमुख, सीएचसी पाटन दिपिका देवांगन, महेश कुमार साहू, एम पूजा, चीएससी बटरेल निंद कुमार साहू, पीएचसी पुरेना धर्मराज साहू, सीएससी धमधा रिषब साहू, प्रेमलता साहू, भूपेश कुमार और सुनिता, ओटी टेक्नीशियन जिला अस्पताल दुर्ग लता खुटे, दुर्गेश कुमार और मोतिम साहू आदि शामिल हैं।

दिनभर छाए रहे बादल, आखिरकार शाम को जमकर बरसे

बारिश के इंतजार का सूखा खत्म, किसानों की जगी उम्मीद, जिले में आज भी गिरेगा पानी

हरिभूमि न्यूज ▶▶भिलाई

मानसूनी बारिश का कई दिनों से हो रहे इंतजार का सूखा शनिवार की शाम को खत्म सा हो गया। बादल जमकर बरसे। यह किसानों की उम्मीदों की बारिश है। तीन दिन से किसान बादल छाए होने की वजह से बारिश का इंतजार कर रहे थे। जून महीना पूरा सूखा गया। मानसूनी सीजन की शुरूआत में केवल एक-दो बार ही बारिश हुई लेकिन वह भी कुछ-कुछ क्षेत्रों में। मानसून छत्तीसगढ़ में आया और लौट गया। मानसून की इस बेरूखी से किसा काफी चिंतित रहे। जिले की खेती-किसानी पिछले साल से 60 प्रतिशत पिछड़ गई है। इस बारिश से खेती-किसानी में काफी तेजी लाई जा सकेगी। लोगों को भी इस बारिश ने अच्छी राहत दी है। तापमान 32. 2 डिग्री सेल्सियस पहुंच गया है। पिछले दो दिनों में 3 डिग्री सेल्सियस पारा चढ़ा है।

इन दिनों बारिश भी खंडों में हो रही है। शनिवार की दोपहर 2 बजे बोरसी क्षेत्र में जमकर बारिश हुई। भिलाई क्षेत्र में बारिश का नामोनिशान नहीं था। इसी तरह शहर में बारिश हो रही है तो गांव में नहीं। लेकिन शाम को हुई बारिश कई गांवों में भी दर्ज हुई है। इसलिए किसानों को खेती-किसानी के लिए उपयुक्त बारिश मिल गया है।

खंड वर्षा भी हो रही, किसानी कार्य में आई तेजी

दो दिनों में भारी बारिश की चेतावनी

मौसम विभाग के मुताबिक अगले दो दिनों में मध्य और रक्षिण छत्तीसगढ़ के एक दो स्थानों पर भारी से बहुत भारी वर्षा होने की संभावना है। उत्तर-पश्चिम बंगाल की खाड़ी और उससे सटे उत्तरी ओडिशा-पश्चिम बंगाल तटों पर बने सुस्पष्ट कम स्वाब के क्षेत्र के प्रभाव से अगले 3 दिनों तक पूरे प्रदेश में विस्तृत वर्षा की गतिविधि जारी रहने की संभावना है।

खुर्सीपार रेलवे फाटक के पास निर्माणाधीन अंडर ब्रिज में भरा पानी।

इस तरह चल रहा सिनोष्टिक सिस्टम

मौसम विभाग के मुताबिक उत्तर- पश्चिम बंगाल की खाड़ी और उससे सटे उत्तरी ओडिशा-पश्चिम बंगाल तटों पर समुद्र तल में कम रखाव का क्षेत्र में बना हुआ है। इससे जुडा चक्रवाती परिसंचरण ममुद्र तल से 9.4 किमी की ऊंचाई तक फैला है और उसके के साथ दक्षिण-पश्चिम की ओर बढ़ रहा है। इसके अगले 3 दिनों के दौरान उत्तर ओडिशा और उत्तर छत्तीसगढ़ में होते हुए पश्चिम उत्तर-पक्षिम दिशा में बढ़ने की बहुत संभावना है। समुद्र तल पर मौसमी द्रोणिका अब दक्षिण-पश्चिम राजस्थान से मध्य प्रदेश, उत्तर छत्तीसगढ़ और उत्तर ओडिशा होते हुए उत्तर पश्चिम बंगाल की खाड़ी और उसके सटे उत्तरी ओडिशा-पश्चिम बंगाल तटों पर कम दवाब का क्षेत्र के केंद्र तक जा रही है तथा समुद्र तल में 1.5 किमी की ऊंचाई तक फैली हुई है।

नकटी के पीड़ितों के समर्थन में कांग्रेस ने किया प्रदर्शन पटेल चौक में फूंका पुतला

हरिभूमि न्यूज ▶▶दुर्ग

रायपुर जिले के धरसीवा के ग्राम नकटी में अतिक्रमण हटाने की कार्रवाई के दौरान गरीब एवं ग्रामीण परिवारों के मकान तोड़े जाने के विरोध में ग्रामीण जिला और दुर्ग शहर जिला कांग्रेस के संयुक्त तत्वावधान में पटेल चौक में मुख्यमंत्री विष्णुदेव साय का पुतला दहन कर भाजपा सरकार के खिलाफ प्रदर्शन किया गया। अध्यक्ष राकेश ठाकुर एवं धीरज बाकलीवाल के नेतृत्व में यह प्रदर्शन किया गया। बड़ी संख्या में कांग्रेस पदाधिकारी, कार्यकर्ता, युवा कांग्रेस, महिला कांग्रेस, एनएसयूआई एवं विभिन्न प्रकोष्ठों के प्रतिनिधि शामिल हुए। प्रदर्शन के दौरान कांग्रेस कार्यकर्ताओं ने भाजपा सरकार के खिलाफ जमकर नारेबाजी करते हुए गरीब परिवारों के साथ हुई कार्रवाई को अन्यायपूर्ण, अमानवीय एवं जनविरोधी बताया। जिलाध्यक्ष राकेश ठाकुर ने कहा कि भाजपा सरकार गरीबों को न्याय देने के बजाय उनके सिर से छत छीनने का काम कर रही है। नकटी गांव में जिन परिवारों के मकान तोड़े गए, वे वर्षों से वहीं निवास कर रहे थे। उन्हें बिजली, पानी, सड़क, राशन, प्रधानमंत्री आवास सहित अनेक सरकारी योजनाओं का लाभ मिलता रहा। यदि भूमि वास्तव में शासकीय थी तो प्रशासन इतने वर्षों तक मौन क्यों रहा? चुनावी वादों में गरीबों के हितों की बात करने वाली भाजपा सरकार आज उन्हीं गरीबों को बेघर कर रही है। बाकलीवाल ने कहा कि भाजपा सरकार जनहित के मुद्दों से पूरी तरह भटक चुकी है। गरीबों, किसानों और मजदूरों की आवाज को दबाने का प्रयास किया जा रहा है, लेकिन कांग्रेस पार्टी अन्याय के खिलाफ हमेशा मजबूती से खड़ी रहेगी। पूर्व विधायक अरुण वोरा ने कहा कि नकटी में हुई कार्रवाई केवल मकानों पर नहीं, बल्कि गरीब परिवारों के सम्मान और उनके जीवन पर बुलडोजर चलाने जैसी है। किसी भी लोकतांत्रिक सरकार का दायित्व होता है कि वह पहले प्रभावित परिवारों के पुनर्वास की व्यवस्था करे। उसके बाद ही कोई प्रशासनिक कार्रवाई करे। इस दौरान प्रभारी महामंत्री राजीव गुप्ता, पुकेश चंद्रकार, निरंजन राजपूत आदि मौजूद थे।

मानसून का मौसम अपने साथ सिर्फ ठंडी फुहारें और हरियाली ही नहीं लाता, बल्कि बाजारों में खरीदारी के बेहतरीन अवसर भी लेकर आता है। इस दौरान व्यापारियों द्वारा ग्राहकों को आकर्षित करने के लिए विशेष छूट, आकर्षक ऑफर, उपहार योजनाएं और कॉम्बो पैकेज उपलब्ध कराए जाते हैं। यदि ग्राहक अपनी जरूरतों के अनुसार सोच-समझकर खरीदारी करें, तो अच्छी गुणवत्ता वाले उत्पाद कम कीमत में प्राप्त किए जा सकते हैं। मानसून का यह समय परिवार की आवश्यक वस्तुओं से लेकर फैशन, गृह उपयोगी सामान और बरसाती उत्पादों की खरीदारी के लिए उपयुक्त माना जाता है।

मानसून ऑफर क्यों होते हैं खास?

बरसात के मौसम में बाजारों में ग्राहकों की आवाजाही बनाए रखने के लिए व्यापारी कई तरह के विशेष ऑफर लेकर आते हैं। कई दुकानों पर निश्चित राशि की खरीदारी पर अतिरिक्त छूट, उपहार या विशेष योजनाओं का लाभ दिया जाता है। इससे ग्राहकों को कम खर्च में अधिक सामान खरीदने का अवसर मिलता है।

जरूरत के सामान की खरीदारी का सही समय

मानसून के दौरान रेनकोट, छाते, वाटरप्रूफ फुटवियर, प्लास्टिक के घरेलू सामान, स्टोरेज कंटेनर, किचन उपयोगी वस्तुएं, गर्म कपड़े, बेडशीट, पर्दे और अन्य दैनिक उपयोग की वस्तुओं पर विशेष ऑफर देखने को मिलते हैं। यदि इनकी जरूरत पहले से है तो इस मौसम में खरीदारी करना फायदे का सौदा हो सकता है।

खबर संक्षेप

सहकारी समिति ढौर में हुआ वृक्षारोपण

सेलूद। सहकारिता मंत्रालय के स्थापना के पाँच वर्ष पूर्ण होने के उपलक्ष्य में मनाए जा रहे सहकारिता सप्ताह (29 जून से 6 जुलाई) के अंतर्गत शनिवार को सेवा सहकारी समिति मर्या. ढौर शाखा सेलुद में वृक्षारोपण किया गया। वृक्षारोपण पर्यावरण के महत्व तथा संरक्षण के बारे में बताया गया। इस अवसर पर रानी केशव बंछोर मंडल अध्यक्ष मध्य पाटन, दिव्या कलिहारी प्रदेश कार्यकारिणी सदस्य, लक्ष्मीनारायण चंद्राकर प्राधिकृत अधिकारी समिति ढौर, हरप्रसाद आडिल पूर्व जनपद सदस्य, रामाधार यादव, राजकुमार मिश्रा, मनोज कलिहारी, भानुप्रताप साहू, समिति कर्मचारीगण रोमन दास वैष्णव, जीतेन्द्र साहू, हरिशंकर एवं किसान भाईयों ने वृक्षारोपण किया। प्राधिकृत अधिकारी लक्ष्मीनारायण ने बताया कि कर्मचारियों ने पौधों की सुरक्षा व्यवस्था के लिए जाली तार लगाया व सुरक्षा हेतु संकल्प लिया।

गोढ़ी में मना प्रवेशोत्सव

ओखरा (मुरमुन्दा)। शासकीय उच्चतर माध्यमिक विद्यालय गोढ़ी में प्रवेश उत्सव मनाया गया। जहां नए प्रवेसी बच्चों का गुलाल टीका नए गणवेश नई किताब और साथ में खीर खिला कर उनका स्वागत किया गया। नए प्रवेसी बच्चों के उत्साह को देखते हुए,जनपद सभा पति महिला बाल विकास एकता साहू ने बच्चों को चॉकलेट खिला कर उनका स्कूल में प्रवेश कराया। इस प्रवेश उत्सव में संस्था की प्राचार्य अनिता मरकाम,डॉ जी आर वर्मा,सुरेन्द्र साहू,संकुल प्रभारी राजेंद्र साहू,अन्नपूर्णा साहू, जय प्रकाश साहू ,भोजराज साहू,चेला राम साहू,देवेंद्र साहू,पूरन साहू, कीर्ति साहू, गोपी साहू, पालक गण एवं समस्त शिक्षक गण उपस्थित हुए।

भाजपा डिजिटल लर्निंग प्लेटफार्म की बैठक उतई में

कार्यकर्ताओं को फेक न्यूज से निपटने के गुर सिखाए, सोशल मीडिया का प्रशिक्षण भी दिया

हरिभूमि न्यूज ▸▸| उतई

भारतीय जनता पार्टी उतई मंडल द्वारा पंडित दीनदयाल उपाध्याय प्रशिक्षण महाभियान 2026 के तहत डिजिटल लर्निंग प्लेटफार्म की बैठक उतई रेस्ट हाउस में संपन्न हुई। बैठक की अध्यक्षता मंडल अध्यक्ष एवं संचालन महामंत्री प्रवीण कुमार यदु ने किया आभार नगर भाजपा अध्यक्ष लक्ष्मी नारायण साहू ने किया।

बैठक को संबोधित करते हुए दुर्ग मुख्य वक्त मंडल के बैठक प्रभारी जिला सहकारी केंद्री बैंक अध्यक्ष प्रीतपाल बेलचंदन ने कहा, पंडित दीनदयाल उपाध्याय का 'एकात्म मानववाद' और 'अंत्योदय' का विचार ही भाजपा की आत्मा है। प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी के 'डिजिटल इंडिया' विजन को बूथ स्तर तक ले जाने के लिए हर कार्यकर्ता का तकनीकी रूप से दक्ष होना जरूरी है।

नमो एप और सरल एप का दिया गया प्रशिक्षण

बैठक में उतई मंडल के कार्यकर्ताओं को 'नमो एप',सरल एप' एवं संगठन के अन्य डिजिटल प्लेटफार्म की बारीकियां समझाई गईं। कार्यकर्ताओं को सोशल मीडिया के सकारात्मक उपयोग,केंद्र व राज्य सरकार की योजनाओं को जनता तक पहुंचाने और फेक न्यूज से निपटने के गुर सिखाए गए। मेरा बूथ, सबसे मजबूत₹ पर जोर बैठक में दुर्ग ग्रामीण विधायक ललित चंद्राकर ने कहा कि मेरा बूथ सबसे मजबूत'अभियान की समीक्षा किया गया। तय किया गया कि प्रत्येक बूथ पर 10 सदस्यीय डिजिटल टीम बनाई जाएगी। यह टीम व्हाट्सएप ग्रुप के माध्यम से पन्ना प्रमुखों से जुड़कर सरकार की योजनाओं का प्रचार-प्रसार करेगी। साथ ही सदस्यता अभियान को गति देने पर भी जोर दिया गया। ललित चंद्राकर ने कहा, 2026 का प्रशिक्षण महाभियान चुनावी साल की तैयारी है। अगर बूथ जीता तो चुनाव जीता। और बूथ जीतने के लिए कार्यकर्ता का वैचारिक और तकनीकी रूप से मजबूत होना जरूरी है। इस अवसर पर मंडल महामंत्री चंदू देवांगन,उतई नगर पंचायत अध्यक्ष सरस्वती साहू,नगर पंचायत उपाध्यक्ष शिवनारायण देशमुख, फत्तेलाल वर्मा,विमला कामड़े,सोनू राजपूत, सतीश चंद्राकर, लता सोनवानी, अनिता गढ़े,रंजना चंद्राकर,मंजू वर्मा, पूजा चंद्राकर,दुलारी देशलहरे,करण सेन, शुभम वर्मा,हर्ष चंदेल,घनश्याम चंद्राकर,राकेश देवांगन,वैभव देवांगन,योगेश साहू,फलेंद्र सिंह राजपूत,गिरीश शर्मा,जितेंद्रसोनी,शुभम सोनी,नेमन साहू,देवेंद्र भारती,दनेश्वर यादव,दौलत यादव,हरीश यादव,शशिकांत वर्मा,भीमसेन सिन्हा,रूपेश पारख, भूपेंद्र साहू, यश देशमुख,डीकेश वर्मा,दनेश्वरी देशमुख,दीपक यादव,सहित बड़ी संख्या में कार्यकर्तागण उपस्थित रहें।

नवनियुक्त एल्डरमेनो ने सांसद विजय बघेल से की मुलाकात, जताया आभार

कुम्हारी। नगर पालिका परिषद कुम्हारी में मनोनीत एल्डरमैन ने सांसद विजय बघेल से मिल कर आभार जताया। इनमें प्रणव श्रीवास्तव (बॉबी), अवधेश शुक्ला, गोल्डी गोस्वामी, श्रीमती सुनीता कुर्रे एवं मनहरण साहू सांसद बघेल से औपचारिक मुलाकात की। इनकी नियुक्ति पर नगर के समस्त भाजपा कार्यकर्ताओं में खुशी का माहौल है। नवनियुक्त एल्डरमेनो को बधाई देने वालों में श्रीमती मीना वर्मा पालिका अध्यक्ष, राजू निषाद सांसद प्रतिनिधि,धर्मेंद्र सिन्हा मंडल अध्यक्ष, डिकेश पटेल पार्षद, उमाकांत साहू पार्षद, अश्वनी देशलहरे पार्षद, लोकेश साहू पार्षद, ओंकार मार्कण्डेय पार्षद, प्रवीण राव पार्षद, मिथिलेश यादव सांसद प्रतिनिधि, सुजीत यादव सांसद प्रतिनिधि, गिरीश सोनी, सूरज यादव, पंकज वर्मा, दीपक बैस, गोविंद बघेल,अन्य साथी कार्यकर्ता मित्रगण शामिल हैं। सभी ने भाजपा के शीर्ष नेतृत्व का आभार व्यक्त किया एवं दुर्ग लोकसभा के सांसद विजय बघेल, एवं दुर्ग जिलाध्यक्ष सुरेंद्र कौशिक, वरिष्ठ भाजपा नेता शशिकांत बघेल एवं संजय बघेल से मुलाकात कर आभार जताया।

नि:शुल्क का होम्योपैथिक स्वास्थ्य शिविर आज

निकुम। ग्राम निकुम भाटा पारा में हनुमान मंदिर श्री राम लैब में एक दिवसीय नि:शुल्क होम्योपैथिक स्वास्थ्य शिविर 5 जुलाई को सुबह 8 बजे से आयोजित है। जिसमें होम्योपैथिक सलाहकार डॉ. सोनिया हिरवानी अपनी सेवाएं देंगी। यह जानकारी आयोजक टिकेंद्र हिरवानी ने दी।

निधन

मनहरण लाल हिरवानी

दुर्ग। पद्मनाभपुर जनता क्वार्टर एच /2 निवासी मनहरण लाल हिरवानी का 4 जुलाई को निधन हो गया। उनका अंतिम यात्रा 5 जुलाई को 12 बजे शिवनाथ नदी मुक्तिधाम को निकलेगी। वे राजेश व राजकुमार हिरवानी के पिता थे।

पुरदा सरकारी स्कूल के 6 बच्चों को मिलेगी एक-एक हजार की छात्रवृत्ति

दुर्ग। दुर्ग जिले के धमधा ब्लॉक के अंतर्गत स्थित शासकीय हाई स्कूल पुरदा के 6 बच्चों का चयन इस वर्ष राष्ट्रीय सह साधन छात्रवृत्ति परीक्षा में हुआ है। इन चयनित बच्चों में पूनम साहू, देवनारायण साहू, मेघा पटेल, पूजा साहू, जानवी पटेल तथा गोदावरी यादव के माता-पिता मुख्य रूप से कृषि मजदूरी करते हैं। इन चयनित विद्यार्थियों को 12वीं तक प्रतिमाह 1000 छात्रवृत्ति मिलेगी। शाला के प्रधान पाठक भावना पवार के नेतृत्व में स्कूल के शिक्षक चिंतामणि देशमुख, बसंत कुमार नेताम, संतोषी सिरमौर तथा स्वयं सेवी शिक्षक मोहित कुमार हिरवानी ने लगातार शाला में इस परीक्षा की तैयारी कराते रहे। साथ ही इस विद्यालय से इस वर्ष 3 बच्चों नूपुर साहू, घनश्याम पटेल तथा धवल साहू का जवाहर नवोदय विद्यालय बोरई के लिए चयन हुआ है, जिसमें प्राथमिक शाला के शिक्षक हेमंत साहू, शिवकुमार साहू, चंद्रशेखर कौशिक, जेएल ठाकुर तथा नंदलाल देवांगन ने शाला में निरंतर परीक्षा की तैयारी कराई। बच्चों ने शिक्षकों के मार्गदर्शन में अथक मेहनत कर परीक्षा में अपना लोहा मनवाया है। ज्ञात हो कि इस विद्यालय से अभी तक इस छात्रवृत्ति परीक्षा में कुल 51 तथा नवोदय विद्यालय में 35 बच्चों का चयन हो चुका है, जिसे हाई स्कूल पुरदा की प्राचार्य मीनाक्षी एंड्रूज ने शाला एवं समाज को गौरवान्वित करने वाला पल बताया और बच्चों को हार्दिक शुभकामनाओं के साथ उनके उज्जवल भविष्य की कामना की है। इस सफलता के पीछे जिला शिक्षा अधिकारी दुर्ग अरविंद मिश्रा, विकासखंड शिक्षा अधिकारी धमधा अथर्व शर्मा, सहायक शिक्षा अधिकारी शिक्षा अधिकारी धमधा कैलाश साहू, संगीता देवांगन एवं बीआरसी केशव पटेल का विशेष मार्गदर्शन रहा।

अंचल की खबरें

प्रबंधन समिति का गठन, प्रवेशोत्सव भी मना

अंडा। शासकीय पूर्व माध्यमिक शाला अंडा में 1 जुलाई को शाला प्रबंधन समिति का गठन एवं प्रवेशोत्सव हर्षोल्लास के साथ संपन्न हुआ। कार्यक्रम प्रधान पाठक विजय लक्ष्मी राव के मार्गदर्शन में पालकों की सर्वसम्मति से करुणा चौहान को अध्यक्ष तथा संजय कन्नौजे को उपाध्यक्ष चुना गया। समिति के पालक सदस्यों में धात्रिका चंद्राकर, थनीसा सार्वा, इन्द्राणी कन्नौजे, दुर्गा साहू, हेमीन सिन्हा, साधना सूर्यवंशी, संतोष कुमार बघेल, योगेश्वर प्रसाद, सरपंच दिग्विजय सिन्हा एवं शिक्षाविद् डी.पी. चंद्राकर को शामिल किया गया। गठन के दौरान सभी नवनिर्वाचित सदस्यों को एक-एक फलदार पौधा भेंट कर सम्मानित किया गया। वहीं भूतपूर्व अध्यक्ष खोरबाहरा राम निर्मलकर एवं उपाध्यक्ष रमेश सेन को भी पौधा भेंट कर विदाई दी गई। शाला परिवार की ओर से नवगठित समिति को शुभकामनाएं दी गईं। कार्यक्रम में शिक्षक सुरेंद्र कुमार सेन ने शाला प्रबंधन समिति के गठन से संबंधित महत्वपूर्ण बिंदुओं पर प्रकाश डालते हुए समिति की जिम्मेदारियों और शाला विकास में उनकी भूमिका के बारे में जानकारी दी। इस अवसर पर प्राचार्य एस. जांबुलकर, प्रधान पाठक विजय लक्ष्मी राव, शिक्षिका नीलिमा वर्मा, अनुरमा शुक्ला, तामेश्वर राम साहू, भीमेश्वरी चंद्राकर सहित पालकगण उपस्थित रहे। कार्यक्रम के अंत में विद्यार्थियों के लिए विशेष नेवता भोज का आयोजन किया गया, जिसमें बच्चों ने खीर, पुड़ी, दाल-चावल का आनंद लिया। सभी सदस्यों ने शाला और बच्चों के सर्वांगीण विकास में सहयोग देने का संकल्प लिया।

भरर समिति ने किया वृक्षारोपण

जामगांव (आर)। सहकारिता मंत्रालय के स्थापना के पाँच वर्ष पूर्ण होने के उपलक्ष्य में मनाए जा रहे सहकारिता सप्ताह (29 जून से 6 जुलाई) के अंतर्गत सेवा सहकारी समिति मर्यादित भरर शाखा जामगांव (आर) में वृक्षारोपण किया गया। अखिल विश्व गायत्री परिवार के नारद साहू ने विधि विधान से मंत्र उच्चारण के साथ वृक्षारोपण कराया तथा पर्यावरण के महत्व तथा संरक्षण के बारे में बताया। शाखा प्रबंधक महेंद्र कुमार मढरिया, पर्यवेक्षक वीरेंद्र देशमुख, समिति प्रबंधक दानेश्वर साहू, लेमेंद्र चापले, विनोद साहू, संतराम यादव, नोमेश कौशिक, दिनेश यादव, टिकेंद्र बामड़े, पीयूष एवं किसानों ने वृक्षारोपण किया। आम अमरूद बेल हरसिंगार आदि के पौधे लगाया गया। समिति के प्राधिकृत अधिकारी राजेश बंछोर ने वृक्षारोपण पर बधाई दी। समिति के कर्मचारियों ने पौधों की सुरक्षा व्यवस्था हेतु जालीतार लगाया व सुरक्षा हेतु संकल्प लिया।

बिजनेस साइट

भिलाई में बिना ऑपरेशन एक घंटे में हेयर रिप्लेसमेंट की सुविधा शुरू

भिलाई। गंजेपन और बालों की समस्या से परेशान लोगों के लिए राहत की खबर है। भिलाई में नियाज हेयर सॉल्यूशन ने बिना ऑपरेशन, दवाई और बिना दर्द के कम समय में हेयर रिप्लेसमेंट की सुविधा शुरू की है। संस्थान के अनुसार आज के समय में बालों का झड़ना एक आम समस्या बन गई है। कई तरह के उपाय करने के बाद भी जिन लोगों को समाधान नहीं मिल पाता, उनके लिए हेयर रिप्लेसमेंट तकनीक एक बेहतर विकल्प साबित हो सकती है। नियाज हेयर सॉल्यूशन के प्रतिनिधि ने बताया कि यहां 3999 रुपए से शुरू होकर 30,000 रुपए तक के हेयर रिप्लेसमेंट विकल्प उपलब्ध हैं। असली बालों से तैयार किए गए हेयर सिस्टम को ग्राहक की जरूरत और पसंद के अनुसार तैयार किया जाता है। इसमें किसी तरह के ऑपरेशन की आवश्यकता नहीं होती और ग्राहक को लगभग 1 घंटे में नया लुक मिल सकता है। पहले से विग या हेयर सिस्टम इस्तेमाल करने वालों के लिए भी विशेष कवर सर्विस और स्पेशल ऑफर उपलब्ध हैं।

ओम ज्वेलर्स में आकर्षक उपहार एवं डिस्काउंट

दुर्ग। दुर्ग ओम ज्वैलर्स शहर के हृदय स्थल में स्थित इंदिरा मार्केट दुर्ग शॉप नंबर 64 b प्रिया सिंगर सदन के सामने ओम ज्वैलर्स अपने भाव शोरूम के लिए जाना माना है। जहां आपको अनगिनत डिजाइन देखने को मिलता है। श्री सोनी ने बताया सोने की बढ़ती हुई महंगाई को देखते हुए मासिक ई योजना चालू किए हैं जिसमें 1000 से लेकर आपके बजट तक हर महीना का किस्त जमा कर सकते हैं। 12 महीने की रेगुलर किस्त जमा होने पर आपको एक महीने की किस्त ज्वेलर्स के द्वारा दी जाती है। सोनी ने बताया कि पैसा लाने ले जाने का जोखिम को देखते हुए घर पहुंच सेवा उपलब्ध किया गया है जिसमें अपनी पसंद की डिजाइन को खरीद कर पेमेंट आप घर से भी कर सकते हैं। इसके अलावा टोटल ऑनलाइन, चेक, एटीएम, डेबिट कार्ड एक्सेप्ट किया जाता है। सोनी ने बताया कि पुराने गहने को बिल्कुल नया बनाये वो भी बिना वजन घटे। ज्वेलरी की रिपेयरिंग की तत्काल सुविधा उपलब्ध है आगे दिवाली, त्यौहार सीजन को देखते हुए नई-नई डिजाइनों की विस्तार रेंज उपलब्ध है जिसमें ग्राहक अपने मनपसंद डिजाइन बुकिंग कर पसंद की जेवर शुभ मुहूर्त पर ले जाएं। ओम ज्वेलर्स के संचालक ने बताया कि हमारे यहां टोटल 916 (22 कैरेट)833 (20कैरेट)एवं 750(18कैरेट) के टोटल हॉलमार्क गहने उपलब्ध है। जिसमें भारत सरकार के द्वारा 6 अंकों का डिजिट कोड एच यू आईडी अंकित किया मिलेगा पूरे शहर में सबसे कम दाम पर उपलब्ध हैं जिसमें 0% चांदी की मेकिंग चार्ज एवं सोने पर जितना सोना उतना चांदी फ्री एवं न्यूनतम मजदूरी दर के साथ ग्राहकों को उपलब्ध किया जाता है। शादी के गहने की खरीदी पर दूल्हा एवं दुल्हन को स्पेशल टूरिस्ट बैग, इंपॉर्टेंट वॉच, जीतना सोना उतना चांदी फ्री ओम ज्वेलर्स की तरफ से प्रदान किया जाता है।

संकुल स्तरीय शाला प्रवेशोत्सव मना

अण्डा। शासकीय पूर्व माध्यमिक विद्यालय चंदखुरी में नवीन शैक्षणिक सत्र 2026-27 के अवसर पर संकुल स्तरीय शाला प्रवेशोत्सव का आयोजन किया गया। कार्यक्रम में कक्षा पहली, छठवीं एवं नवमी के नवप्रवेशी विद्यार्थियों का मुख्य अतिथियों ने गुलाल का तिलक लगाकर, मिठाई एवं चॉकलेट खिलाकर आत्मीय स्वागत किया। साथ ही बच्चों को निःशुल्क शाला गणवेश एवं पाठ्यपुस्तकों का वितरण कर नए सत्र की शुभकामनाएं दी गईं। कार्यक्रम में मुख्य अतिथि के रूप में सरपंच कविता ठाकुर, शाला प्रबंधन समिति की अध्यक्ष संतोषी देवांगन, पूर्व अध्यक्ष भूपेन्द्र साहू, शिक्षाविद दुष्यंत चंद्राकर, पूर्व प्रधान पाठक बाबूराय साहू, प्रधान पाठिका सुनीता पारलकर, संकुल समन्वयक त्रिभुवन देशमुख, प्रधान पाठिका बेला निषाद, जयश्री यादव, दानेश्वरी चंद्राकर (पीसेगांव), प्रधान पाठक प्रवेश देवांगन (कोनारी), जयंती अधिकारी, योगेश्वरी हरमुख, गुलाब देवांगन, विजयालक्ष्मी पाटिल, पुष्पा गजेन्द्र, संतोष शर्मा, संध्या सिंह सहित अन्य शिक्षक-शिक्षिकाएं एवं बड़ी संख्या में पालक उपस्थित रहे।

अपने संबोधन में अतिथियों ने विद्यार्थियों को नियमित रूप से विद्यालय आने, मन लगाकर अध्ययन करने, विद्यालय परिसर में स्वच्छता बनाए रखने तथा अनुशासित जीवन अपनाने के लिए प्रेरित किया। उन्होंने कहा कि विद्यार्थी अपने परिश्रम एवं संस्कारों से अपने माता-पिता, विद्यालय, गांव, जिले और प्रदेश का नाम रोशन करें।

हेल्थ केयर पाठ्यक्रमों में चयन हेतु आवेदन आमंत्रित है

सत्र 2026-27

निम्न तालिका अनुसार छ.ग. के विभिन्न जिलों में 12वीं के प्राप्तांकों के अनुसार व्यावसायिक प्रशिक्षण संस्थानों में विभिन्न पाठ्यक्रमों में प्रवेश हेतु आवेदन आमंत्रित हैं।

उपलब्ध प्रशिक्षण केन्द्र	DMLT डिप्लोमा इन मेडिकल लैब	BMLT बैचलर इन (मेडिकल लैब)	DMRT डिप्लोमा X-RAY	BMRT बैचलर X-RAY	COT सर्टिफिकेट इन ऑपरेशन थियेटर	BPT बैचलर इन फिजियोथेरेपी	HM हॉस्पिटल मैनेजमेंट
रायपुर	80 सीटें	60 सीटें	80 सीटें	60 सीटें	80 सीटें	60 सीटें	60 सीटें
जगदलपुर	80 सीटें	60 सीटें	80 सीटें	60 सीटें	80 सीटें	60 सीटें	60 सीटें
बिलासपुर	80 सीटें	60 सीटें	80 सीटें	60 सीटें	80 सीटें	60 सीटें	60 सीटें
अंबिकापुर	80 सीटें	60 सीटें	80 सीटें	60 सीटें	80 सीटें	60 सीटें	60 सीटें

आवेदन हेतु :- 12 वीं कक्षा विज्ञान संकाय में न्यूनतम प्रतिशत, अनु. जनजाति 40 प्रतिशत, अनु. जाति 42 प्रतिशत, सामान्य 50 प्रतिशत या अधिक, दिव्यांगजन/सैनिक, स्वतंत्रता संग्राम सेनानी वर्ग के उम्मीदवारों हेतु निर्धारित सीटें आरक्षित हैं।

नोट:-
1. आवेदन निम्न दिये गये आवेदन पत्र के प्रारूप को कम्प्युटर द्वारा टाईप कराकर अपना पूर्ण विवरण स्पष्ट रूप से भरे । साथ ही 10X4 साईज का लिफाफा जिसमें आवेदक का पूर्ण पता लिखकर कार्यालय के पते पर पोस्ट द्वारा नियत तिथि तक भेजें।
2. चयनित आवेदक को कॉल लेटर फोन मैसेज / व्हाट्सअप मैसेज द्वारा सूचित किया जायेगा।
3. छ.ग. के किसी भी जिले के आवेदक किसी भी जिले के लिए आवेदन कर सकते हैं।
4. जो विद्यार्थी सत्र 2025-26 में उत्तीर्ण हुए हैं, वे 12 वीं का रिजल्ट ऑनलाईन कॉपी लगार आवेदन कर सकते हैं।

आवेदन की अंतिम तिथि 25 जुलाई 2026

कार्यालय का पता : समता फेस-2, सुयश हॉस्पिटल के पीछे, पानी टंकी के सामने,
कोटा, रायपुर, छत्तीसगढ़ - 492010
8839189302, 7777887992

आवेदन पत्र भेजने का प्रारूप

फोटो

प्रति,
संचालक
व्यावसायिक प्रशिक्षण संस्थान, रायपुर (छ.ग.)

महोदय,
................................(पाठ्यक्रम का नाम) में चयन हेतु मैं अपना आवेदन प्रस्तुत कर रहा / रही हूं।
1. आवेदक का नाम.................................. 2. पिता/पति का नाम..................................
3. जन्मतिथि......................4.वर्ग- अनु. जनजाति ☐ अनु. जाति ☐ अन्य पिछड़ा वर्ग ☐ सामान्य ☐
5. पत्र व्यवहार का पताः ग्राम.....................पो........................तहसील.....................
जिला............................
पिन कोड..................................मोबाईल नं. 1.....................2.....................व्हाट्सअप नं.....................
6. केंन्द्र का नाम (जहाँ चयन पश्चात प्रवेश लेना चाहते हैं)..................................
7. शैक्षणिक योगयता:-

क्र.	उत्तीर्ण परीक्षा का नाम	उत्तीर्ण वर्ष	कुल अंक	प्राप्तांक	प्रतिशत

विज्ञापन हेतु संपर्क करें : 0771-4242213, 7987119756, 9303508130

लड़की का वीडियो फोटो किया वायरल, पुलिस को देख आरोपी ने पीया जहर

हरिभूमि न्यूज ▶▶| भिलाई

भिलाई में एक चौकाने वाला मामला सामने आया है। बिलासपुर निवासी एक लड़के ने भिलाई की लड़की से शादी नहीं हो पाने पर उसका फोटो वीडियो सोशल साइट में वायरल कर दिया। लड़की ने जामुल थाने लिखित शिकायत भी की, लेकिन उसकी एफआईआर दर्ज नहीं की गई। लड़की से फोन में बात करवाकर लड़के को भिलाई बुलवाया गया और जैसे ही लड़का छावनी चौक पहुंचा पुलिस को देख उसने वहीं जहर पी लिया। पुलिस ने उसे गंभीर हालत में अस्पताल पहुंचाया जहां उसकी हालत गंभीर बनी हुई है।

पीड़िता ने हरिभूमि से हुई विशेष बातचीत में बताया कि उसकी शादी के लिए मां के कहने पर उसने अपना बायोडाटा साहू समाज के इंस्टा पेज में डाला था।उसके बाद आनंद साहू नाम के लड़के लड़की की मां को फोन किया और बताया कि वो बिलासपुर में रेलवे कर्मचारी है। उसे लड़की पसंद है और उससे शादी करना चाहता है। लड़की की मां ने लड़के को भिलाई घर पर मिलने के लिए बुलाया। जब लड़के से उसके माता पिता और घर परिवार के बारे में पूछा तो आनंद ने कहा कि वो अनाथ है। बिलासपुर में रहता है और रेलवे जॉब करता है। इस पर लड़की की मां ने कहा जब तक उसके किसी रिश्तेदार से बात नहीं होती वो शादी नहीं तय कर सकती हैं, क्योंकि लड़का साहू समाज से है या नहीं यह पता करना पड़ेगा।

इसके बाद लड़का चला गया और कुछ दिन बाद फिर लड़की की मां को फोन किया को रेलवे में बर्ती निकली है 25 हजार रुपए लगेंगे। वो उनकी लड़की की जॉब लगवा सकता है। इस पर लड़की की मां ने अपनी दोनो बेटियों की नौकरी लगाने की बात की। उसने लड़की और उसकी बहन का फार्म भरा और रेलवे से जुड़े सील मुहर वाले कुछ डाकूमेंट्स में साइन करवाए। इसके बाद लड़की की मां ने आनंद को भिलाई घर में बुलाकर 25 हजार रुपए दिए। आनंद ने लड़की की मां से घर में पड़ा एक पुराना एंड्रॉयड फोन मांगा और उसने बनवाकर देखा तो उसमें लड़की काफी फोटो वीडियो उसे मिल गईं। इसके बाद आनंद ने लड़की को फोन करके धमकी दी की यदि वो उससे शादी नहीं करेगी तो वो उसकी फोटो वीडियो वायरल कर देगा। लड़की के मना करने पर उसने उसकी फोटो वीडियो को एआई के जरिए एडिट करके अशील कंटेंट में बदला और फिर वायर लकर दिया। जब समाज के लोगों और लड़की ने उसे देखा तो जामुल थाने में मामले की लिखित शिकायत दी।

अस्पताल में उपचार जारी, आरोपी की हालत गंभीर

चार दिन बाद लड़का गंभीर हालत में गिरफ्तार

जामुल पुलिस ने 1 जुलाई 2026 को लड़की से आवेदन लेकर जांच शुरू की। इस दौरान लड़का लड़की को जान से मारने की धमकी भी दिया, लेकिन पुलिस ने एफआईआर दर्ज नहीं किया। पुलिस वालों ने लड़की व उसकी मां से फोन करवाकर लड़के को किसी तरह शनिवार 4 जुलाई को भिलाई बुलाया। लड़का जैसे ही छावनी चौक पहुंचा जामुल की पेट्रोलिंग टीम वहां उसे पकड़ने के लिए खड़ी थी। लड़के ने पुलिस को देखते ही पास रखी कीटनाशक की बोतल को निकाला और पी लिया। इससे लड़के की हालत गंभीर हो गई। पुलिस आनन फानन में उसे सीएम मेडिकल कॉलेज लेकर गई। वहां उसे गंभीर हालत में भर्ती कराया गया है। पुलिस उस लड़के के साथ उसके एक साथी को भी गिरफ्तार किया है, जिससे पूछताछ जारी है।

मामले की जांच जारी है

मामले की शिकायत के आधार पर जांच की जा रही है। आरोपी को पूछताछ के लिए बुलाया गया था, उसने कीटनाशक सेवन कर लिया जिससे उसका इलाज चल रहा है। आगे की कार्रवाई जारी है।

-रामेंद्र सिंह, टीआई जामुल

रेलवे की फर्जी आईडी दिखाकर दिया धोखा

आनंद साहू ने लड़की व उसकी मां को बताया कि वो बिलासपुर रेलवे में है। उसने उन्हें एक आईडी कार्ड भी दिखाया, जो भारत सरकार रेल मंत्रालय रेलवे बोर्ड द्वारा जारी था। उसमें कर्मचारी का नाम आनंद की जगह नंद कुमार था। पद एलेक्ट्रीशियन और हेड क्वार्टर बिलासपुर है। जामुल पुलिस का कहना है उसे मां और बेटी की धोखा देने के लिए जाली रेलवे कर्मचारी का कार्ड बनाया था। पुलिस का कहना है आरोपी के ठीक होने के बाद वो उससे पूछताछ करेगी। फिलहाल खबर लिखे जाने तक एफआईआर दर्ज नहीं हुई है।

खबर संक्षेप

संयंत्रकर्मी शाबाश पुरस्कार से सम्मानित

भिलाई। सेल-भिलाई इस्पात संयंत्र के मानव संसाधन–ज्ञानार्जन एवं विकास विभाग द्वारा एचआरडी सेंटर में सेल 'शाबाश' योजना के अंतर्गत सम्मान समारोह हुआ। आयोजन किया गया। महाप्रबंधक प्रभारी संजीव कुमार श्रीवास्तव ने विभागीय कर्मियों को पुरस्कृत किया। इस अवसर पर सेक्शन ऑफिसर विकास सरीन, सेक्शन एसोसिएट के. देवराजु, सेक्शन एसोसिएट एसआर सिन्हा तथा सेक्शन एसोसिएट प्रकाश राव को विभागीय कार्यों में उत्कृष्ट योगदान के लिए सेल 'शाबाश' योजना के अंतर्गत सम्मानित किया गया। पूर्व सेक्शन एसोसिएट धरम दास को भी विशेष रूप से सम्मानित किया गया।

राजहरा माइंस अस्पताल के मेगा मेडिकल कैंप शिविर

भिलाई। बीएसपी के राजहरा माइंस अस्पताल में 1 जुलाई को मेगा मेडिकल कैंप का सफल आयोजन किया गया। इस शिविर में विभिन्न विशेषज्ञ चिकित्सकों की बहु-विषयक टीम द्वारा स्थानीय नागरिकों को व्यापक स्वास्थ्य सेवाएं प्रदान की गईं। शिविर में विभिन्न चिकित्सा विशेषज्ञताओं के 710 मरीजों का परामर्श एवं उपचार किया गया मरीजों को हृदय रोग, मेडिसिन, नेत्र, अस्थि रोग, शिशु रोग, ईएनटी, प्रसूति एवं स्त्री रोग, सामान्य शल्य चिकित्सा, त्वचा रोग तथा दर्द प्रबंधन सहित विभिन्न विशेषज्ञताओं में परामर्श, चिकित्सकीय परीक्षण, उपचार एवं आवश्यक स्वास्थ्य मार्गदर्शन प्रदान किया गया। हृदय रोग विशेषज्ञ डॉ. चंदन दास, मेडिसिन विशेषज्ञ डॉ. प्रमोद बिनायके, नेत्र रोग विशेषज्ञ डॉ. अशोक कुमार, अस्थि रोग विशेषज्ञ डॉ. इमैनुएल मैसी, शिशु रोग विशेषज्ञ डॉ. कौशिक किशोर, ईएनटी विशेषज्ञ डॉ. अश्विन अशोक जायसवाल, स्त्री एवं प्रसूति रोग विशेषज्ञ डॉ. हिमानी गुप्ता, सामान्य शल्य चिकित्सक डॉ. धीरज शर्मा, त्वचा रोग विशेषज्ञ डॉ. शशांक अग्रवाल तथा दर्द प्रबंधन विशेषज्ञ डॉ. निलेश चंद्र ने अपनी विशेषज्ञ सेवाएं प्रदान कीं।

86 बीएसपी कर्मियों ने ली स्वैच्छिक सेवानिवृत्ति

भिलाई। बीएसपी की सेवा से जून माह में 86 कर्मचारियों ने स्वैच्छिक सेवानिवृत्ति लिया। खदान क्षेत्र के 5 व संयंत्र के 81 गैर-कार्यपालक शामिल हैं। 4 जुलाई को भिलाई निवास के समारोह में संयंत्र के गैर-कार्यपालकों को भावभीनी विदाई दी गई। इस अवसर पर महाप्रबंधक प्रभारी जेएन ठाकुर, संजय द्विवेदी, उप महाप्रबंधक मनीष पंत और राजेंद्र प्रसाद ने कार्मिकों को सेवानिवृत्ति आदेश प्रदान किया। कार्यक्रम का संचालन सुप्रियो सेन ने किया।

संभागीय सम्मेलन आज

भिलाई। छत्तीसगढ़ प्रदेश स्वास्थ्य कर्मचारी संघ का संभागीय सम्मेलन 5 जुलाई को ठगड़ा बांध दुर्ग में दोपहर 12 बजे तक आयोजित है। प्रदेश महामंत्री व प्रदेश प्रवक्ता सैय्यद असलम ने बताया कि मुख्य अतिथि राष्ट्रीय उपाध्यक्ष ओपी शर्मा होंगे। इस दौरान नियमित पदों का निजीकरण सहित अन्य समस्याओं पर चर्चा की जाएगी।

भिलाई स्टील प्लांट में हुए लोहा चोरी मामले की जांच में बड़ा अपडेट

जानें कैसे होती थी बीएसपी से लोहा चोरी - वैध परिवहन की आड़ में प्रीमियम स्क्रैप की लोडिंग

हरिभूमि न्यूज ▶▶| भिलाई

भिलाई स्टील प्लांट (बीएसपी) के एसएमएस-3 (स्टील मेल्टिंग शॉप-3) यूनिट से करोड़ों रुपये का प्रीमियम स्क्रैप और लोहा चोरी करने के लिए कबाड़ माफियाओं और ट्रांसपोर्टर्स ने एक बेहद शातिर और संगठित सिंडिकेट बना रखा था। दुर्ग पुलिस और सीआईएसएफ की जांच में इस पूरे खेल का जो खुलासा हुआ है, उसके मुताबिक कई चौकाने वाली सच्चाई सामने आई है। दुर्ग पुलिस ने अपनी जांच के लिए मशीन लोडिंग ऑपरेटर और ट्रांसपोर्टर व ट्रक चालकों को गिरफ्तार कर उनको स्पॉट में लेजाकर सीन रिक्रएशन कराया। इसके आधार पर एक मैप तैयार किया गया कि किस तरह ये शातिर लोग एक सिंडीकेट बनाकर काम करते थे और बहुत ही शातिराना तरीके से काम करके रात के अंधेरे में ट्रकों में बीएसपी का प्रीमियम स्क्रैप लोडकर उसे पार कर देते थे।

दुर्ग पुलिस और सीआईएसएफ की जांच में तथ्य आए सामने

फ्लू डस्ट (राख) परिवहन की आड़ होती थी चोरी

बीएसपी में चोरी की शुरुआत वैध तरीके से होती थी। ट्रांसपोर्टर अपने ट्रकों को बीएसपी के अंदर फ्लू डस्ट या फ्लाई ऐश लोड करने के लिए प्रवेश कराते थे। सभी ट्रक पहले वेट ब्रिज में खाली गाड़ी की तौल कराते थे, उसके बाद ढाई किलोमीटर चलकर सीधे डंप यार्ड पहुंचते थे। इसके बाद डस्ट लोडकर वापस वेट ब्रिज में आते और तौल कराकर थोड़ी दूर पर एक पेड़ के पास गाड़ियों को खराब होने के बहाने खड़ा कर देते थे। इसके बाद यहां पर उन गाड़ियों का जीपीएस निकाल दिया जाता था। फिर रात में आपसी सेटिंग करके दूसरा ड्राइवर ट्रक लेकर वेट ब्रिज के बगल से निकालकर सीधे फ्लू डस्ट (मॉक डंप) यार्ड पहुंचता था वहां राखड़ को खाली करता और 1.2 किलोमीटर दूरी पर स्थित एसएमएस 3 के स्क्रैप यार्ड पहुंचता था। वहां क्रेन ऑपरेटर ट्रक में होले का प्रीमियम स्क्रैप लोड करता। फिर ट्रक फ्लू डस्ट प्वाइंट जाकर स्क्रैक के ऊपर डस्ट लोड कराता और ट्रक को वेट ब्रिज के बगल से निकालकर रोलिंग मिल गेट से प्लांट के बाहर हो जाती थीं। संजय सिंह की सभी गाड़ियां चोरी का लोहा लोडकर इसी रोलिंग मिल गेट से ही एग्जिट करती थीं।

जीपीएस, नंबर प्लेट और टायर बदलने का खेल

प्लांट के भीतर ही गाड़ियों के जीपीएस ट्रैकर और नंबर प्लेट बदल दिए जाते थे ताकि उनके रूट पर नजर न रखी जा सके। कुछ बड़े 18-चक्का ट्रकों से प्लांट के अंदर एंट्री के बाद 2 या 4 भारी टायर (लगभग 400 किलो वजन) खोलकर रख दिए जाते थे। इसके बाद तौल का संतुलन बराबर रखने के लिए उतने ही वजन का कीमती स्क्रैप लोहा गाड़ी में अतिरिक्त लोड कर लिया जाता था।

बिना दोबारा तौल के क्लीन एग्जिट बड़ी भूल

बीएसपी की सबसे बड़ी चूक यहां पर थी कि ट्रकों का वजन फ्लू डस्ट के नाम पर पहले ही तौलकांटे पर दर्ज होता था, इसलिए गेट से बाहर निकलते समय उनकी दोबारा तौल नहीं की जाती थी। सुरक्षाकर्मियों की कथित मिलीभगत और प्रभावी चेकिंग न होने के कारण ये ट्रक आसानी से मुख्य गेट पार कर बाहर कबाड़ गोदामों तक पहुंच जाते थे।

ब्रेकडाउन का बहाना और नो-कैमरा जोन का फायदा

वजन होने के बाद ट्रकों को सीधे गेट से बाहर निकल जाना चाहिए था, लेकिन ड्राइवर गाड़ी में तकनीकी खराबी (ब्रेकडाउन) या नो-एंट्री टाइमिंग का बहाना बनाकर ट्रक को प्लांट के भीतर ही रोक लेते थे। इसके बाद इन ट्रकों को एसएमएस-3 के उस सुरक्षित यार्ड में ले जाया जाता था जहां सीसीटीवी काम नहीं करते और सुरक्षाकर्मियों की नियमित तैनाती नहीं थी।

मैग्नेटिक क्रेन से लोहा छिपाना

एसएमएस-3 क्षेत्र में मौजूद ठेका कंपनी के कर्मचारियों की मिलीभगत से वहां मौजूद मैग्नेटिक क्रेन की मदद से ट्रकों के भीतर भारी-भरकम लोहे की प्लेटें, बीम कटिंग और कीमती स्क्रैप नीचे डाल दिया जाता था। इसके बाद सुरक्षा एजेंसियों की आंखों में धूल झोंकने के लिए उस लोहे के ऊपर दोबारा फ्लू डस्ट की मोटी परत बिछा दी जाती थी, ताकि ऊपर से देखने पर सिर्फ राख ही नजर आए।

ननि आयुक्त का जोन-5 में निरीक्षण, उद्यान से टेनिस कोर्ट तक व्यवस्थाओं का लिया जायजा

हरिभूमि न्यूज ▶▶| भिलाई

नगर पालिक निगम भिलाई के आयुक्त राजीव कुमार पाण्डेय ने जोन-5 क्षेत्र का व्यापक निरीक्षण कर नागरिक सुविधाओं का जायजा लिया। निरीक्षण के दौरान उन्होंने उद्यान, क्रिकेट कोर्ट, पेवर ब्लॉक, सफाई व्यवस्था, यात्री प्रतीक्षालय और टेनिस कोर्ट की स्थिति का बारीकी से अवलोकन किया तथा संबंधित अधिकारियों को आवश्यक मरम्मत एवं संधारण कार्य शीघ्र पूरा करने के निर्देश दिए।

निगम आयुक्त ने सेक्टर-10 स्थित उद्यान का निरीक्षण करते हुए साफ-सफाई और पेवर ब्लॉक की स्थिति देखी। उन्होंने पार्क की सुंदरता और सुविधाओं को बेहतर बनाए रखने के लिए आवश्यक सुधार कार्य कराने के निर्देश दिए। वहीं समीप स्थित क्रिकेट कोर्ट का निरीक्षण कर जाली और नेट की मरम्मत जल्द कराने को कहा। निरीक्षण के दौरान सड़क क्रमांक-5 पर रोड किनारे लगे पेवर ब्लॉकों की स्थिति भी देखी गई। लंबे समय से उपयोग में होने के कारण कई स्थानों पर पेवर ब्लॉक उखड़ गए हैं, जिससे बारिश के दौरान जलभराव की समस्या उत्पन्न हो रही है। आयुक्त ने संबंधित एजेंसी के माध्यम से इनका तत्काल संधारण कराने के निर्देश दिए।

जोनल मार्केट के पास स्थित कचरा डंपिंग प्वाइंट का निरीक्षण करते हुए उन्होंने पाया कि पिछले कुछ दिनों से कचरा नहीं उठाया गया है। आयुक्त ने कचरे का तत्काल उठाव सुनिश्चित करने के निर्देश दिए, ताकि क्षेत्रवासियों को स्वच्छ और स्वस्थ वातावरण मिल सके। इसके अलावा सड़क क्रमांक-11 स्थित दुर्गा पूजा मैदान के पास बने यात्री प्रतीक्षालय का निरीक्षण कर वहां लगी कुर्सियों की मरम्मत कराने के निर्देश दिए। सड़क क्रमांक-13 और 14 के समीप स्थित टेनिस कोर्ट का भी निरीक्षण किया गया, जहां आवश्यक संधारण कार्य शीघ्र पूरा करने के निर्देश अधिकारियों को दिए गए। निरीक्षण के दौरान जोन आयुक्त अजय गौर, स्थानीय पार्षद अभय सोनी, सहायक अभियंता श्वेता महेश्वर, उप अभियंता शंकर सुमन मरकाम, सहायक राजस्व अधिकारी अनिल मेश्राम, जोन स्वास्थ्य अधिकारी सागर दुबे सहित अन्य अधिकारी उपस्थित रहे।

सोशल मीडिया पर वायरल आपत्तिजनक धार्मिक पोस्ट के विरोध में यूनाइटेड क्रिश्चियन काउंसिल ने सौंपा ज्ञापन

भिलाई। सोशल मीडिया पर वायरल एक कथित एआई जनरेटेड धार्मिक पोस्ट को लेकर यूनाइटेड क्रिश्चियन काउंसिल, दुर्ग ने जिला प्रशासन और पुलिस प्रशासन को ज्ञापन सौंपकर मामले की निष्पक्ष जांच एवं दोषियों के विरुद्ध कड़ी कानूनी कार्रवाई की मांग की है। काउंसिल ने कहा कि वायरल पोस्ट में ईसाई एवं हिंदू धर्म से जुड़े आराध्य स्वरूपों के संबंध में आपत्तिजनक सामग्री प्रदर्शित की गई है, जिससे दोनों समुदायों की धार्मिक भावनाएं आहत होने तथा सामाजिक सौहार्द प्रभावित होने की आशंका है। काउंसिल ने प्रशासन से मांग की कि वायरल पोस्ट की गहन जांच कर दोषियों की पहचान की जाए तथा उनके विरुद्ध विधि सम्मत सख्त कार्रवाई की जाए। काउंसिल ने यह भी स्पष्ट किया कि यदि जांच में किसी भी समुदाय, यहां तक कि ईसाई समुदाय के व्यक्ति की संलिप्तता सामने आती है, तो उसके विरुद्ध भी समान रूप से कानूनी कार्रवाई की जानी चाहिए। इसके साथ ही भविष्य में सोशल मीडिया पर इस प्रकार की भड़काऊ एवं आपत्तिजनक सामग्री के प्रसार पर प्रभावी रोक लगाने तथा जिले में सभी धर्मों और समुदायों के बीच शांति, सद्भाव एवं आपसी सम्मान बनाए रखने के लिए आवश्यक कदम उठाने की भी मांग की गई है।

अवैध शराब के साथ गिरफ्तार

भिलाई। अवैध शराब बेचने वाले को पुलिस ने गिरफ्तार किया है। पदमनाभपुर पुलिस ने बताया कि तीन अलग-अलग मामलों में शराब बेचने वाले तीन लोगों को पुलिस ने पकड़ा है। जिसमें रुआंबाधा बजरंग चौक, भिलाई नगर निवासी अकाश सिंह, देवबलोदा, चरोदा उत्तरा बाई टंडन, फोकटपारा, कसारीडीह ललन झा उर्फ बऊवा है। इनके पास से पुलिस ने 100 पौवा देशी मसाला शराब और नगद, 28 पौवा देशी मसाला शेरा शराब, 32 पौवा देशी मसाला शराब (5.760 बल्क लीटर), 40 पौवा देशी मसाला शराब बरामद किया गया।

हथियार लहराकर धमकाने वाला पकड़ाया

भिलाई। लोहे का हथियार लेकर धमकाने वाले को पुलिस ने पकड़ा है। सुपेला पुलिस ने बताया कि चंद्रा-मौर्या चौक के पास हथियार लहराने वाले कॉन्ट्रेक्टर कॉलोनी सुपेला निवासी राम सुखम पाल को पकड़ा गया। उसके पास से लोहे का हथियार जब्त किया है। जिसकी कीमत 500 रुपए आंकी गई है। आरोपी के खिलाफ आर्म्स एक्ट के तहत कार्रवाई किया है।

बीएसपी में अब पर्क्स चयन में नहीं होगी परेशानी, पोर्टल 20 जुलाई तक खुला

हरिभूमि न्यूज ▶▶| भिलाई

- सीटू की मांग पर प्रबंधन ने लिया निर्णय

बीएसपी कर्मियों और अधिकारियों को अब पर्क्स चयन आदि करने में असुविधा नहीं होगी। अधिकारियों और कर्मचारियों के हित में पर्क्स चयन पोर्टल को पुनः खोलने की सीटू की मांग पूरी हो गई है। 2 जुलाई को बीएसपी के महाप्रबंधक प्रभारी को ज्ञापन सौंपा गया। चर्चा के दौरान प्रबंधन ने आश्वासन दिया था। 4 जुलाई से 20 जुलाई तक पर्क्स चयन पोर्टल पुनः खोल दिया गया है। यूनियन के मुताबिक अनेक कर्मचारी एवं अधिकारी जानकारी के अभाव, पर्याप्त मार्गदर्शन नहीं मिलने अथवा समय-सीमा के भीतर आवेदन नहीं कर पाने के कारण पर्क्स का सही चयन नहीं कर सके थे। इसके चलते उन्हें आयकर में उपलब्ध वैधानिक छूट का पूरा लाभ नहीं मिल रहा था और आर्थिक नुकसान उठाना पड़ रहा था।

सोच-समझकर करें पर्क्स का चयन

सीटू ने सभी कर्मचारियों एवं अधिकारियों से सीटू का आग्रह है कि इस अवसर का पूरा लाभ उठाएं। पर्क्स का चयन जल्दबाजी में न करें। अपने वेतन ढांचे, आयकर देयता, पारिवारिक आवश्यकताओं तथा भविष्य की वित्तीय योजना को ध्यान में रखते हुए ही विकल्प चुनें। पर्क्स चयन पोर्टल केवल 4 जुलाई से 20 जुलाई 2026 तक खुला रहेगा। इसलिए सभी अधिकारी एवं कर्मचारी अंतिम तारीख का इंतजार न करें और समय रहते चयन पूरा कर लें।

बीएसपी से मांगी एक्शन टेकन रिपोर्ट, सुनवाई में ठेकेदार गैरहाजिर

वर्षों तक सहते रहे शोषण, अब ठेका मजदूरों ने उठाई आवाज

हरिभूमि न्यूज ▶▶| भिलाई

- मजदूरों से वेतन वसूली मामले में केंद्रीय श्रम विभाग सख्त

भिलाई इस्पात संयंत्र में ठेका मजदूरों को वेतन देने के बाद कथित रूप से रकम वापस लेने के मामले में केंद्रीय श्रम विभाग की कार्रवाई तेज हो गई है। ठेका मजदूर वर्षों तक शोषण सहते रहे, अब उन्होंने एकजुटता का परिचय देते हुए आवाज उठाई है। उप मुख्य श्रमायुक्त (केंद्रीय) कार्यालय, रायपुर में हुई सुनवाई के दौरान शिकायतकर्ताओं ने अपने आरोपों के समर्थन में बैंक लेनदेन से जुड़े दस्तावेज प्रस्तुत किए। इस सुनवाई में बीएसपी प्रबंधन का प्रतिनिधि उपस्थित हुए लेकिन संबंधित ठेका कंपनी का ठेकेदार या कोई प्रतिनिधि सुनवाई में उपस्थित नहीं हुआ।

उप मुख्य श्रमायुक्त (केंद्रीय) कार्यालय, रायपुर में हुई सुनवाई में श्रमिक संघ और ठेका मजदूरों ने आरोप लगाया कि ठेका कंपनी जीआर एंटरप्राइजेस के माध्यम से कार्यरत मजदूरों का आर्थिक शोषण किया जा रहा है। संघ ने दावा किया कि मजदूरों को वेतन का भुगतान करने के बाद उनसे राशि वापस ली जाती थी। शिकायत के समर्थन में प्रभावित मजदूरों और सुपरवाइजर के बीच हुए बैंक ट्रांजैक्शन से जुड़े दस्तावेज भी केंद्रीय श्रम विभाग के समक्ष प्रस्तुत किए गए। जानकारी के अनुसार सुनवाई में बीएसपी प्रबंधन की ओर से सहायक प्रबंधक एचआर-आईआर एंड सीएलसी हरीश बैतुले उपस्थित हुए। उन्होंने श्रमिक संघ द्वारा उठाए गए मुद्दों को गंभीर बताया, लेकिन कार्यवाही के दौरान कोई लिखित जवाब या दस्तावेज प्रस्तुत नहीं किया। वहीं, शिकायत के केंद्र में रही ठेका कंपनी जीआर एंटरप्राइजेज का कोई प्रतिनिधि सुनवाई में उपस्थित नहीं हुआ। इसे गंभीरता से लेते हुए केंद्रीय श्रम विभाग ने बीएसपी प्रबंधन को निर्देश दिया कि वह अपने ठेकेदार के श्रम कानूनों के पालन की तत्काल जांच करे और अगली सुनवाई में एक्शन टेकन रिपोर्ट

10 जुलाई को अगली सुनावाई

मामले की अगली सुनवाई 10 जुलाई 2026 को दोपहर 3 बजे निर्धारित की गई है। सभी संबंधित पक्षों को आवश्यक दस्तावेजों के साथ उपस्थित होने के निर्देश दिए गए हैं। श्रम विभाग ने यह भी निर्देशित किया कि बीएसपी प्रबंधन ठेकेदार को अगली सुनवाई में अनिवार्य रूप से उपस्थित होने के लिए निर्देशित करे। साथ ही ठेकेदार को कथित श्रम कानून उल्लंघन और वित्तीय अनियमितताओं के संबंध में विस्तृत लिखित जवाब एवं सभी आवश्यक दस्तावेज प्रस्तुत करने के आदेश दिए गए हैं।

जुल्म बढ़ा तो एकजुट हुए मजदूर वसूली के खिलाफ खोला मोर्चा

संघर्षशील इंजीनियरिंग श्रमिक संघ के महासचिव भीमराव बागड़े ने बताया कि बीएसपी में लंबे समय से कार्यरत ठेका कर्मचारियों से कथित रूप से वसूली का खेल चलता रहा है। नौकरी छिन जाने के डर से अधिकांश मजदूर वर्षों तक खामोश रहे। हालांकि, जब कथित उत्पीड़न और वसूली का दबाव बढ़ने लगा तो पीड़ित मजदूर संगठित हुए और पूरे मामले की शिकायत उप मुख्य श्रमायुक्त (केंद्रीय) कार्यालय, रायपुर तथा दुर्ग पुलिस अधीक्षक से की। मजदूरों ने शिकायत में निष्पक्ष जांच कर दोषियों के खिलाफ कड़ी कार्रवाई करने की मांग की है।

ठेकेदार मेरी कंपनी में काम नहीं करता

मजदूरों ने जिस ठेकेदार पर गंभीर आरोप लगाए हैं वो हमारे कंपनी में काम नहीं करते। मुझे कोई जानकारी नहीं है।
-राजेश अग्रवाल, पार्टनर, जीआर इंटरप्राइजेस

हरिभूमि लाइव

रायपुर, रविवार 5 जुलाई 2026

Email id- haribhoomibhilai@gmail.com

0788- 4091720, Message at 7747020002, 9755819129

02

दिमागी कौशल बढ़ाने का सशक्त ...

लाइव इवेंट

गणवेश-पुस्तक वितरण, सांस्कृतिक कार्यक्रम से बना उत्सवी माहौल

भिलाई। नए शैक्षणिक सत्र की शुरुआत के साथ शासकीय हाईस्कूल कृष्णा नगर में संकुल स्तरीय एवं शाला स्तरीय प्रवेशोत्सव कार्यक्रम का आयोजन उत्साह के वातावरण में किया गया। यह आयोजन नए विद्यार्थियों का स्वागत कर उन्हें विद्यालय से जोड़ने और शिक्षा के प्रति सकारात्मक माहौल तैयार करने के लिए आयोजित किया गया था। प्रवेशोत्सव के दौरान कक्षा पहली, कक्षा छठवीं और कक्षा नवमी में नवप्रवेश लेने वाले विद्यार्थियों का विशेष स्वागत किया गया। विद्यालय परिवार ने बच्चों का तिलक लगाकर, मुंह मीठा कराकर एवं पुष्प अर्पित कर आत्मीय अभिनंदन किया। शिक्षकों ने बच्चों को नियमित रूप से विद्यालय आने और मन लगाकर पढ़ाई करने के लिए प्रेरित किया। कार्यक्रम में बच्चों द्वारा सांस्कृतिक प्रस्तुतियां भी दी गईं। गीत, नृत्य और स्वागत गान से पूरा विद्यालय परिसर उत्सव जैसा दिखाई दिया। प्रवेशोत्सव के दौरान विद्यार्थियों को निःशुल्क गणवेश और पाठ्यपुस्तकों का वितरण भी किया गया। इससे अभिभावकों को बड़ी राहत मिली और नए सत्र की शुरुआत बिना किसी कठिनाई के हो सकी। अभिभावकों ने इस पहल की सराहना की और बच्चों की नियमित उपस्थिति एवं गुणवत्तापूर्ण शिक्षा के लिए सहयोग का भरोसा दिलाया। कार्यक्रम में शासकीय हाई स्कूल कृष्ण नगर अध्यक्ष शंकर लाल देवांगन, अध्यक्ष मदन सेन, उपाध्यक्ष महावीर वर्मा एवं शाला प्रबंधन समिति के सदस्य और पालक उपस्थित थे। विद्यालय की प्राचार्य डॉ. शिखा तिवारी, संकुल समन्वयक रामकुमार चंद्राकर, पूर्व माध्यमिक प्रधान पाठक शुभ्रा भट्टाचार्जी, प्राथमिक प्रधान पाठक प्रशांत देशपांडे सहित सभी व्याख्याता, शिक्षक और छात्र-छात्राएं कार्यक्रम में शामिल हुए। कार्यक्रम के अंत में सभी अतिथियों, अभिभावकों और शिक्षकों ने विद्यार्थियों के उज्ज्वल भविष्य की कामना की। प्राचार्य डॉ. शिखा तिवारी ने कहा कि प्रवेशोत्सव सिर्फ स्वागत का कार्यक्रम नहीं, बल्कि बच्चों को विद्यालय से जोड़ने और उनमें शिक्षा के प्रति रुचि जगाने का माध्यम है। संकुल समन्वयक रामकुमार चंद्राकर ने भी सभी को नए सत्र के लिए शुभकामनाएं दीं।

लाइव इवेंट

हरित क्रांति की मुहिम, बादाम-अशोक-मधुकामिनी और रॉयल पाम के लगाए पौधे

भिलाई। पर्यावरण संरक्षण और हरित क्रांति के उद्देश्य से लायंस क्लब भिलाई द्वारा प्रयास मूक बधिर शाला में वृहद वृक्षारोपण कार्यक्रम का आयोजन किया गया। हर साल की तरह इस साल भी क्लब ने हरियाली बढ़ाने और जलवायु परिवर्तन के प्रभावों को कम करने के लिए पौधरोपण की पहल की। शाला परिसर में आम, जामुन, बादाम, अशोक, मधुकामिनी एवं रॉयल पाम सहित विभिन्न प्रजातियों के पौधे लगाए गए। क्लब की सभी सदस्याओं ने बच्चों के साथ मिलकर पौधे लगाए और उनकी देखभाल का संकल्प लिया। कार्यक्रम के दौरान वक्ताओं ने बताया कि वृक्षारोपण पर्यावरण संतुलन बनाए रखने, शुद्ध हवा उपलब्ध कराने और जलवायु परिवर्तन के प्रभावों को कम करने का सबसे प्रभावी प्राकृतिक उपाय है। पेड़ लगाने की यह प्रक्रिया आने वाली पीढ़ियों के लिए स्वस्थ पारिस्थितिकी तंत्र और सुरक्षित भविष्य का निर्माण करती है। पेड़ पृथ्वी का तापमान नियंत्रित रखने में भी महत्वपूर्ण भूमिका निभाते हैं।

बच्चों को दिया गया पर्यावरण संरक्षण का संदेश

इस अवसर पर क्लब की सदस्याओं ने मूक बधिर बच्चों को पर्यावरण संरक्षण का महत्व समझाया। उन्हें बताया गया कि एक पेड़ जीवन है और हम सभी की जिम्मेदारी है कि धरती को हरा-भरा रखें। बच्चों ने भी उत्साह के साथ पौधरोपण में भाग लिया। कार्यक्रम में क्लब की अध्यक्ष कल्पना श्रीवास्तव, सचिव मनीषा सिन्हा, कोषाध्यक्ष डॉ. मंजू तिवारी सहित प्रिया रस्तोगी, तृप्ता कैंबो, नूतन गंधोक, गीता मिश्रा, अमिता सारस्वत, करुणा बंसल, नीता गुप्ता, अरुणा लिंगला, स्नेहा शर्मा, पूनम आहूजा, सुषमा रंधावा, संगीता कौरा, सिम्मी छाजेड़ सहित सभी सदस्याएं उपस्थित थीं। सभी ने मिलकर शाला परिसर को हरा-भरा बनाने का संकल्प लिया। अध्यक्ष कल्पना श्रीवास्तव ने कहा कि लायंस क्लब भिलाई समाज सेवा के साथ-साथ पर्यावरण संरक्षण को भी अपनी प्राथमिकता में रखता है।

- उमस भरी गर्मी में 'ठंडा-ठंडा, कूल-कूल की धूम, संयुक्त महिला समिति का मासिक आयोजन

जामुन, लस्सी से सत्तू तक 20 फ्लेवर के वेलकम ड्रिंक ने जीता सबका दिल, बताया फ्रेश और पौष्टिकता से भरपूर

उमस भरी गर्मी के बीच राहत भरा और सांस्कृतिक रंगों से भरा एक अनोखा आयोजन शनिवार को प्रगति नगर रिसाली में आयोजित किया गया। संयुक्त महिला समिति प्रगति नगर रिसाली द्वारा मासिक कार्यक्रम के तहत ठंडे-ठंडे वेलकम ड्रिंक प्रतियोगिता का आयोजन किया गया। गर्मी से बचाव और घरेलू पेय पदार्थों को प्रोत्साहन देने के उद्देश्य से रखी गई इस प्रतियोगिता में समिति की सदस्याओं ने बढ़-चढ़कर भाग लिया। प्रतियोगिता में जामुन व आम का ड्रिंक, सेहत से भरपूर बादाम-काजू का ड्रिंक, बिहार-यूपी की पहचान सत्तू का पेय और अमरूद सहित सभी मौसमी फलों के फ्रेश व पौष्टिक ड्रिंक को जजेस के सामने शानदार प्रजेंटेशन दिया। 20 से ज्यादा विभिन्न प्रकार के ड्रिंक टेबल पर रंग और स्वाद में सभी आकर्षित किया।

भिलाई। कार्यक्रम की शुरुआत अतिथियों द्वारा दीप प्रज्ज्वलन के साथ की गई। दीप की रोशनी के साथ ही माहौल में उत्साह और सकारात्मकता घुल गई। इसके बाद अनीता गुप्ता ने सरस्वती वंदना प्रस्तुत कर कार्यक्रम की शुरुआत को भक्तिमय बना दिया। वंदना के स्वर गूंजते ही पूरा पंडाल तालियों से गूंज उठा।

प्रतियोगिता में दिखी रचनात्मकता की झलक

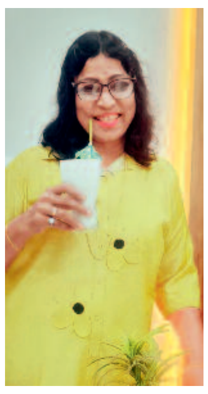
आयोजक अनुजा अग्रवाल ने बताया कि आज की भागदौड़ भरी जिंदगी में जहां पैकेट बंद पेय का चलन बढ़ गया है, वहीं समिति ने घर के बने पारंपरिक और पौष्टिक पेय को वापस लाने की पहल की। यही वजह रही कि सदस्याओं ने भी पूरे जोश के साथ हिस्सा लिया। किसी ने ठंडे-ठंडे जामुन का ड्रिंक तैयार किया तो किसी ने जामुन की लस्सी बनाकर सबको चौंका दिया। गर्मी में लोकप्रिय आम का ड्रिंक, सेहत से भरपूर बादाम-काजू का ड्रिंक, बिहार-यूपी की पहचान सत्तू का पेय और अमरूद का फ्रेश ड्रिंक भी प्रतियोगिता की शान बने। इसके अलावा कई सदस्याओं ने नींबू-पुदीना, बेल, खरबूजा और अन्य मौसमी फलों से भी पेय बनाकर परोसे। कुल मिलाकर 20 से ज्यादा तरह के ड्रिंक टेबल पर सजे थे। रंग, स्वाद और प्रस्तुति में हर एक ड्रिंक दूसरे से अलग था। इतनी विविधता देखकर जज की कुर्सी पर बैठी संगीता श्रीवास्तव और मधु गुप्ता को भी निर्णय लेने में काफी पसीना बहाना पड़ा। दोनों ने स्वाद, सुगंध, पोषण और प्रस्तुति के आधार पर मूल्यांकन किया।

नृत्य और गीतों से महका मंच

प्रतियोगिता के साथ-साथ सांस्कृतिक कार्यक्रमों ने भी चार चांद लगा दिए। सावित्री दास एवं सपना गौर की जोड़ी ने बहुत ही सुंदर नृत्य प्रस्तुत किया। उनके स्टेप्स और एक्सप्रेशन पर दर्शक तालियां बजाते नजर आए। संगीत की महफिल शिप्रा मंडल, सविता पांडे एवं मंजीता भारद्वाज ने सजाई। तीनों ने एक-एक कर बेहद मधुर गीत गाए जिन्हें सुनकर माहौल और भी सुहाना हो गया। कार्यक्रम का संचालन सविता पांडे ने अपने कुशल अंदाज में किया। उनके संवादों ने कार्यक्रम में जान फूंक दी।

नृत्य और गीतों से महका मंच

प्रतियोगिता के साथ-साथ सांस्कृतिक कार्यक्रमों ने भी चार चांद लगा दिए। सावित्री दास एवं सपना गौर की जोड़ी ने बहुत ही सुंदर नृत्य प्रस्तुत किया। उनके स्टेप्स और एक्सप्रेशन पर दर्शक तालियां बजाते नजर आए। संगीत की महफिल शिप्रा मंडल, सविता पांडे एवं मंजीता भारद्वाज ने सजाई। तीनों ने एक-एक कर बेहद मधुर गीत गाए जिन्हें सुनकर माहौल और भी सुहाना हो गया। कार्यक्रम का संचालन सविता पांडे ने अपने कुशल अंदाज में किया। उनके संवादों ने कार्यक्रम में जान फूंक दी।



विजेताओं को को किया पुरस्कृत: फ्रेश कोल्ड ड्रिंक प्रतियोगिता में कड़ी टक्कर के बाद परिणाम घोषित किए गए। जिसमें प्रथम स्थान शिप्रा राय, द्वितीय तसनीम, तृतीय सावित्री दास, सांत्वना पुरस्कार सरिता सिंह, सुष्मिता रथ, सुषमा तिवारी, सुरेखा निर्गोसकर को दिया गया। सभी विजेताओं को समिति की ओर से प्रतीक चिन्ह देकर सम्मानित किया गया। कार्यक्रम में पदाधिकारियों और सदस्यों की उपस्थिति रही। समिति की अध्यक्ष अनुजा अग्रवाल, महासचिव लतिका राजन, सचिव ममता श्रीवास्तव, सहसचिव नैन्सी डैनियल, कोषाध्यक्ष सरस्वती गुप्ता, सलाहकार शारदीनी नायडू और करतार कौर विशेष रूप से उपस्थित रहीं। इसके अलावा कमेटी की लीना दास, मधुमिता भौमिक, ऋतु मित्तल, नीरा लखेरा, संजू शुक्ला और सदस्याएं माला, सपना, वंदना, कविता, वीना सहित बड़ी संख्या में महिलाएं शामिल हुईं। कार्यक्रम के दौरान समिति की अध्यक्ष अनुजा अग्रवाल ने कहा कि इस तरह के आयोजन महिलाओं को अपनी प्रतिभा दिखाने का मौका देते हैं। घरेलू पेय न सिर्फ गर्मी में राहत देते हैं, बल्कि हमारी संस्कृति का भी हिस्सा हैं। महासचिव लतिका राजन ने कहा कि समिति आगे भी ऐसे रचनात्मक कार्यक्रम करती रहेगी ।

डॉक्टरों को किया गया शॉल-स्मृति चिह्न से सम्मानित

भिलाई। राष्ट्रीय डॉक्टर्स डे के अवसर पर लायंस क्लब भिलाई पिनेकल द्वारा पिनेकल कार्यालय में एक विशेष सम्मान समारोह एवं सामान्य सभा का आयोजन किया गया। कार्यक्रम का उद्देश्य चिकित्सा क्षेत्र में समाज के लिए निस्वार्थ सेवा देने वाले डॉक्टरों के प्रति आभार व्यक्त करना था।

समारोह में चिकित्सा क्षेत्र में उत्कृष्ट सेवाएं प्रदान करने वाली 5 प्रतिष्ठित महिला चिकित्सकों को सम्मानित किया गया। जिसमें प्रमुख रुप से डॉ. वैशाली भगत, डॉ. रीना बनर्जी, डॉ. वनीता राठौड़, डॉ. अनीता भट्टाचार्य एवं डॉ. दीक्षाली इंदूरकर को शॉल एवं स्मृति-चिह्न भेंट कर ॉ उनके योगदान को सराहा गया। सभी डॉक्टरों ने समाज के स्वास्थ्य के लिए किए जा रहे अपने कार्यों को और बेहतर बनाने का संकल्प

लिया। यह आयोजन क्लब की चार्टर अध्यक्ष विभा भूटानी, पूर्व अध्यक्ष रेविका बेदी, अध्यक्ष शालिनी सोनी तथा कोषाध्यक्ष शुभ्रता नागपाल के नेतृत्व में संपन्न हुआ। सामान्य सभा में क्लब की आगामी सेवा परियोजनाओं एवं सामाजिक गतिविधियों पर विस्तृत चर्चा की गई। सदस्यों ने आगामी

महीनों में हेल्थ कैंप, रक्तदान और नारी सशक्तिकरण से जुड़े कार्यक्रम करने पर सहमति जताई। सम्मान समारोह के बाद माहौल को खुशनुमा बनाने के लिए विभिन्न मनोरंजक खेलों एवं हाउजी का आयोजन किया गया।

सभी सदस्याओं ने बढ़-चढ़कर हिस्सा लिया। डॉक्टर्स डे के के लिए केक काटकर उत्सव मनाया गया। कार्यक्रम के दौरान व्यवस्था में सदस्याएं उर्मिला ताओरी, ममता मुंदड़ा, नंदिनी हिवासे एवं प्रिया रस्तोगी द्वारा की गई थी। कार्यक्रम में शोभा डोगरा, मंजू अग्रवाल, रश्मि गेडाम, प्राशी तिवारी, उषा चक्रवर्ती, शीना शेखर एवं अर्चना झा सहित क्लब की सभी सदस्याओं ने उपस्थित होकर सभी डॉक्टर्स के कार्यो और उनके संघर्षो के कहानियों की चर्चा की।

स्वतंत्रता सेनानी अल्लूरी सीता राम राजू की मनाई गई जन्म जयंती

भिलाई। बालाजी नगर खुर्सीपार में तेलुगु युक्ता समाज द्वारा स्वतंत्रता सेनानी अल्लूरी सीता राम राजू की जन्म जयंती मनाई गई। कार्यक्रम में मुख्य अतिथि एमवी राव, पार्षद श्याम सुंदर राव सहित बड़ी संख्या में समाज के लोग उपस्थित थे। अतिथियों ने अपने संबोधन में स्वतंत्रता सेनानियों के आदर्शों को नई पीढ़ी तक पहुंचाने की बात कही। साथ ही स्वतंत्रता सेनानी अल्लूरी सीता राम राजू के बलिदान को याद किया गया।

सीए सप्ताह 2026, सेवा, स्वास्थ्य एवं जनजागरूकता के विविध कार्यक्रमों का हुआ आयोजन

कार्नर न्यूज

भिलाई। द इंस्टीट्यूट ऑफ चार्टर्ड अकाउंटेंट्स ऑफ इंडिया आईसीएआई के 78वें स्थापना दिवस के अवसर पर भिलाई शाखा द्वारा सीए सप्ताह 2026 का आयोजन किया गया। 27 जून से शुरु होकर सप्ताह भर चले इस आयोजन में उद्यमिता प्रोत्साहन, स्वास्थ्य जागरूकता, रक्तदान, वित्तीय साक्षरता, करियर मार्गदर्शन, खेलकूद एवं सामाजिक सेवा से जुड़े विविध कार्यक्रम आयोजित किए गए, जिनमें चार्टर्ड अकाउंटेंट्स, सीए विद्यार्थियों एवं नागरिकों ने उत्साहपूर्वक सहभागिता निभाई।

27 जून को आयोजित महोत्सव के माध्यम से सूक्ष्म, लघु एवं मध्यम उद्यमों को सशक्त बनाने के उद्देश्य से एक विशेष संगोष्ठी आयोजित की गई। कार्यक्रम में सीए दिनेश अडानी, एस.के. सिंह महाप्रबंधक, डीटीआईसी, प्रतिपाल वहाने उप महाप्रबंधक, एमएसएमई टेक्नोलाजी सेंटर और विवेक राय चीफ मैनेजर एसबीआई ने उद्यम स्थापना, वित्तीय सहायता, बैंकिंग, सरकारी योजनाओं, तकनीकी नवाचार एवं व्यवसाय विकास जैसे महत्वपूर्ण विषयों पर मार्गदर्शन प्रदान किया। इसमें लगभग 50 प्रतिभागियों ने भाग लिया।

78वें सीए दिवस पर रक्तदान और पौधरोपण कर दिया जागरूकता का संदेश, तकनीकी नवाचार और व्यवसाय विकास की दी जानकारी

स्वस्थ जीवनशैली का दिया संदेश...

सप्ताह भर आयोजित वेलनेस केयर एंड फन कार्निवाल के अंतर्गत भिलाई शाखा के पदाधिकारियों, चार्टर्ड अकाउंटेंट्स एवं विद्यार्थियों की उपस्थिति में वॉकाथॉन का आयोजन किया गया, जिसमें लगभग 50 से 60 प्रतिभागियों ने स्वस्थ जीवनशैली का संदेश दिया। इसके पश्चात जीटी डायग्नोस्टिक और टाइटन आई के सहयोग से निःशुल्क स्वास्थ्य परीक्षण शिविर आयोजित किया गया, जिसमें लगभग 40 से 50 लोगों का स्वास्थ्य परीक्षण किया गया। इस दौरान जिला चिकित्सालय, भिलाई के सहयोग से आयोजित रक्तदान शिविर में 30 यूनिट रक्त एकत्रित किया गया। साथ ही शतरंज, कैरम एवं चाइनीज़ चेकर्स जैसी प्रतियोगिताओं का आयोजन भी किया गया, जिनमें लगभग 40 से 50 प्रतिभागियों ने उत्साहपूर्वक भाग लिया।

30 जून को राष्ट्रीय वित्तीय साक्षरता अभियान के अंतर्गत गांधी विद्यापीठ, भिलाई में विद्यार्थियों को वित्तीय अनुशासन, बचत, निवेश, डिजिटल भुगतान एवं कर जागरूकता विषयों पर जानकारी प्रदान की गई।

इस कार्यक्रम में सीए प्रभजीत सिंह और सीए प्रतीक अग्रवाल ने विद्यार्थियों को वित्तीय साक्षरता के महत्व से अवगत कराया।

1 जुलाई को 78वें सीए दिवस के अवसर पर भिलाई शाखा परिसर में शाखा के पदाधिकारियों एवं चार्टर्ड अकाउंटेंट्स की उपस्थिति में ध्वजारोहण समारोह आयोजित किया गया। इसके बाद वृक्षारोपण अभियान, स्वच्छता अभियान तथा ब्लाइंड स्कूल में सेवा गतिविधि आयोजित कर समाज के प्रति चार्टर्ड अकाउंटेंट्स की सामाजिक प्रतिबद्धता का संदेश दिया गया। सीए सप्ताह 2026 का संचालन सीए अमित राय और सीए अरविंद सुराना के दवरा किया गया।

विभिन्न कार्यक्रमों के समन्वय की जिम्मेदारी सीए अनिल झावर, सीए अमित कोचर, सीए आनंद दीक्षित, सीए आनंद जिमनानी, सीए दिनेश अंदानी एवं सीए राम स्वरूप और सीए राकेश धोबे ने निभाई।

इस अवसर पर ब्रांच चेयरमैन सुखदेव राठी, सचिव प्रतीक अग्रवाल, प्रभजीत सिंग पूर्व चेयरमैन एक्सयूकुटिव मेम्बर सीए राजेश कुमार बाफना तथा चैयरमैन तलविंदर ने सभी प्रतिभागियों, अतिथियों, सहयोगी संस्थाओं एवं आयोजन समिति का आभार व्यक्त करते हुए कहा कि सीए सप्ताह का उद्देश्य केवल चार्टर्ड अकाउंटेंसी पेशे का उत्सव मनाना नहीं, बल्कि समाज सेवा, जनजागरूकता एवं राष्ट्र निर्माण में अपनी सक्रिय भागीदारी सुनिश्चित करना भी है।

सिटी इवेंट

नांद मंजरी स्पर्धा में गीतांजलि संगीत कॉलेज के विद्यार्थियों का बेहतर प्रदर्शन

दुर्ग । न्यूज़ हब डिस्टेंस केयर फाउंडेशन द्वारा आयोजित अखिल भारतीय नांद मंजरी गायन, नृत्य एवं वादन प्रतियोगिता में गीतांजली संगीत महाविद्यालय कसारीडीह दुर्ग के छात्र-छात्राओं ने उत्कृष्ट प्रदर्शन करते हुए कई पुरस्कार अपने नाम किए। प्रतियोगिता में गायन विधा में गुरु पूर्वा ब्रम्हभट्ट के मार्गदर्शन में आर. रिशान और भावना टंडन ने जूनियर एकल वर्ग में द्वितीय स्थान प्राप्त किया, जबकि डॉ. आशुतोष तिवारी ने सीनियर एकल वर्ग में द्वितीय स्थान हासिल किया। कत्थक नृत्य में गुरु विधि इंगले के निर्देशन में नविष्ठा ठाकुर ने जूनियर एकल वर्ग में द्वितीय तथा हिया ठाकुर ने तृतीय स्थान प्राप्त कर महाविद्यालय का नाम रोशन किया। वहीं फोक डांस (जूनियर ग्रुप) प्रतियोगिता में छवि साहू, याशी साहू, युक्तिका साहू एवं नव्या महोबिया की टीम ने प्रथम स्थान प्राप्त कर शानदार सफलता अर्जित की। प्रतियोगिता के दौरान नांद मंजरी संस्था द्वारा कत्थक गुरु विधि इंगले को उनके उल्लेखनीय योगदान के लिए गुरु सम्मान से सम्मानित किया गया। विद्यार्थियों की इस उल्लेखनीय उपलब्धि पर गीतांजली संगीत महाविद्यालय के प्राचार्य व्हीएन भोले ने सभी विजेता छात्र-छात्राओं, उनके गुरुजनों एवं अभिभावकों को बधाई देते हुए उज्ज्वल भविष्य की शुभव शुभकामनाएँ दीं। उन्होंने कहा कि विद्यार्थियों की यह सफलता महाविद्यालय के गुणवत्तापूर्ण प्रशिक्षण, गुरुजनों के समर्पण और विद्यार्थियों की मेहनत का परिणाम है, जिस पर पूरा संस्थान गर्व महसूस करता है।

इवेंट लाइव

हृदय रोग से बचाव के लिए सीपीआर कर दिखाया डेमो

■ सेक्टर 9 अस्पताल में सीपीसीआर कार्यशाला

भिलाई। बीएसपी के सेक्टर 9 अस्पताल में सेव अ लाइफ पहल के अंतर्गत मासिक 'हैंड्स-ओनली सीपीसीआर (कार्डियो पल्मोनरी सेरेब्रल रिससिटेशन) प्रशिक्षण कार्यशाला हुई। आपातकालीन हृदयाघात की स्थिति में त्वरित जीवनरक्षक सहायता प्रदान करने के प्रति जागरूकता किया गया। मुख्य चिकित्सा अधिकारी डॉ. कौशलेन्द्र ठाकुर, डॉ. उदय कुमार ने सपीसीआर के प्रति जानकारी के टिप्स दिए । डॉ. तनुजा आनंद, डॉ. अमित अग्रवाल एवं डॉ. प्रिया पंकज ने बताया कि एनेस्थीसियोलॉजी सीपीसीआर केवल एक चिकित्सकीय तकनीक नहीं, बल्कि किसी भी व्यक्ति के लिए जीवन बचाने का प्रभावी माध्यम बन सकती है। कार्यक्रम में विभिन्न आयु वर्ग के लोग उपस्थित थे। प्रशिक्षण मैनिकिन पर सीपीसीआर का अभ्यास किया। एनेस्थीसियोलॉजी विभाग के विशेषज्ञ चिकित्सकों एवं डीएनबी रेजिडेंट्स ने प्रत्येक प्रतिभागी को सही तकनीक, शरीर की उचित स्थिति तथा प्रभावी चेस्ट कंप्रेशन की विधि का व्यावहारिक प्रशिक्षण दिया।

समाज इवेंट

वीबी-जी-रामजी का प्रशिक्षण कार्यक्रम

पाटन। जनपद पंचायत सभागार में विकसित भारत गारंटी फॉर रोजगार एवं आजीविका मिशन (वीबी-जी-रामजी) अधिनियम-2025 के अंतर्गत प्रशिक्षण एवं उन्मुखीकरण कार्यक्रम का आयोजन किया गया। प्रशिक्षण के दौरान वीबी-जी-रामजी की कार्ययोजना, उद्देश्य एवं ग्राम स्तर पर किए जाने वाले विकास कार्यों की विस्तृत जानकारी दी गई। साथ ही बताया गया कि यह मिशन ग्रामीण क्षेत्रों में रोजगार सृजन, आजीविका संवर्धन, कौशल विकास, महिला स्व-सहायता समूहों के सशक्तिकरण तथा समावेशी विकास को गति प्रदान करते हुए विकसित भारत-2047 के संकल्प को साकार करने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाएगा। मुख्य कार्यपालन अधिकारी महेंद्र कुमार जांगड़े ने आह्वान किया कि शासन की इस महत्वाकांक्षी योजना का प्रभावी क्रियान्वयन सुनिश्चित करते हुए प्रत्येक पात्र हितग्राही तक इसका लाभ पहुँचाएं तथा ग्राम पंचायत स्तर पर व्यापक जनभागीदारी के साथ कार्ययोजना तैयार कर मिशन को सफल बनाएं। अध्यक्ष कीर्ति नायक ने सभी जनप्रतिनिधियों से शासन की योजनाओं का प्रभावी क्रियान्वयन सुनिश्चित करते हुए पात्र हितग्राहियों तक उनका लाभ पहुँचाने तथा ग्रामीण विकास में सक्रिय सहभागिता निभाने का आह्वान किया। कार्यक्रम के अंत में सभी प्रतिभागियों ने ग्रामीण विकास, रोजगार सृजन, आत्मनिर्भर आजीविका, महिला सशक्तिकरण एवं समृद्ध ग्रामों के निर्माण के माध्यम से विकसित भारत-2047 के लक्ष्य को साकार करने हेतु पूर्ण प्रतिबद्धता के साथ कार्य करने का संकल्प लिया।

● चयनित खिलाड़ी राज्य शतरंज चैंपियनशिप में जिले का करेंगे प्रतिनिधित्व

दिमागी कौशल बढ़ाने का सशक्त माध्यम है शतरंज चैंपियनशिप में 84 खिलाड़ी दिखाएंगे खेल के दांव-पेंच

भिलाई। दिमागी खेल शतरंज को बढ़ावा देने के लिए जिला शतरंज संघ दुर्ग द्वारा स्वामी विवेकानंद भवन स्मृति नगर में आयोजित दो दिवसीय जिला स्तरीय अंडर 19 एवं अंडर 13 शतरंज चैंपियनशिप का शुभारंभ शनिवार को हुआ। कार्यक्रम का उद्घाटन मुख्य अतिथि भिलाई महापौर नीरज पाल ने शतरंज की पहली चाल चलकर किया। कार्यक्रम की अध्यक्षता स्मृति गृह निर्माण सहकारी संस्था मर्यादित के अध्यक्ष राजीव चौबे ने की। छत्तीसगढ़ प्रदेश शतरंज संघ के निर्देशन में और स्मृति गृह निर्माण सहकारी संस्था के सहयोग से आयोजित इस स्पर्धा में जिले के 84 खिलाड़ियों ने भाग लिया है।

84 खिलाड़ियों ने दिखाया दिमागी दांव-पेंच

जिला शतरंज संघ दुर्ग के अध्यक्ष ईश्वर सिंह राजपूत एवं सचिव तुलसी सोनी ने बताया कि दोनों वर्गों में कुल 84 खिलाड़ी मैदान में उतरे हैं। अंडर 19 वर्ग में 4 बालक एवं 4 बालिकाओं का चयन तथा अंडर 13 वर्ग में 2 बालक एवं 2 बालिकाओं का चयन राज्य शतरंज चैंपियनशिप के लिए किया जाएगा। चयनित खिलाड़ी आगे जाकर जिले का प्रतिनिधित्व करेंगे। स्पर्धा के मुख्य निर्णायक इंटरनेशनल आर्बिटर रॉकी देवांगन हैं। सहायक के रूप में फीडे आर्बिटर अनिल शर्मा, आशुतोष चावरे एवं चंदन विश्वकर्मा खिलाड़ियों के खेल की बारिकियों को समझा।

शतरंज से बढ़ता है दिमागी कौशल - महापौर

कार्यक्रम को संबोधित करते हुए मुख्य अतिथि महापौर नीरज पाल ने खिलाड़ियों को शुभकामनाएं देते हुए कहा कि शतरंज सिर्फ एक खेल नहीं, बल्कि दिमागी कौशल बढ़ाने का सबसे सशक्त माध्यम है। इस खेल से बच्चों में एकाग्रता, धैर्य और रणनीति बनाने की क्षमता विकसित होती है।महापौर ने सभी खिलाड़ियों से आह्वान किया कि वे अच्छा प्रदर्शन करें और जिले का नाम राष्ट्रीय एवं अंतरराष्ट्रीय स्तर पर रोशन करें। उन्होंने स्मृति गृह निर्माण सहकारी संस्था एवं अध्यक्ष राजीव चौबे को कहा कि उनकी संस्था खेलों को बढ़ावा देने में सराहनीय काम कर रही है।

समर कैंप से निखरती है प्रतिभा - राजीव चौबे

कार्यक्रम के अध्यक्ष राजीव चौबे ने बताया कि स्मृति गृह निर्माण सहकारी संस्था द्वारा समय-समय पर सभी खेलों के आयोजन किए जाते हैं। हर साल ग्रीष्मकाल में संस्था द्वारा सभी खेलों का निःशुल्क समर कैंप भी लगाया जाता है। इससे बच्चों को खेल की बारीकियां सीखने का मौका मिलता है।उन्होंने सभी खिलाड़ियों को शुभकामनाएं देते हुए जिला शतरंज संघ दुर्ग की सराहना की और आयोजन के लिए हर संभव सहयोग का आश्वासन दिया।

समाजसेवियों ने की आयोजन की सराहना

विशिष्ट अतिथि प्रसिद्ध समाजसेवी कैलाश जैन बरमेचा ने कहा कि इस तरह के आयोजन से ही छिपी हुई प्रतिभा सामने आती है। उन्होंने जिले में शतरंज को बढ़ावा देने के लिए संघ के काम की सराहना की और हर संभव मदद का भरोसा दिलाया। इस अवसर पर रीता तिवारी, आरती अरोरा, दीप चटर्जी, संजय मदनाल, अमित देशमुख, देवव्रत चौधरी, इंटरनेशनल आर्बिटर अलंकार भिवगड़े एवं शतरंज प्रशिक्षक सुरेंद्र बल्लेवार भी उपस्थित थे।स्वागत और सम्मान कार्यक्रम की शुरुआत में अतिथियों का स्वागत जिला शतरंज संघ दुर्ग के अध्यक्ष ईश्वर सिंह राजपूत, अनिल शर्मा, दिनेश जैन, गुलाब चौहान, जयंता दास, दिव्यांशु उपाध्याय एवं अन्य पदाधिकारियों ने किया। कार्यक्रम के अंत में महापौर नीरज पाल एवं अन्य अतिथियों को जिला शतरंज संघ दुर्ग की ओर से स्मृति चिन्ह भेंट कर सम्मानित किया गया। कार्यक्रम का संचालन ईश्वर सिंह राजपूत और आभार प्रदर्शन सचिव तुलसी सोनी ने किया।

कूर्मि समाज का आयोजन

महापुरुषों के आदर्शों को अपनाकर ही सशक्त समाज का निर्माण होगा संभव

भिलाई। कूर्मि भवन सेक्टर 7 भिलाई में आयोजित रघुवर सिंह चंद्राकर जयंती समारोह कार्यक्रम में मुख्य अतिथि छत्तीसगढ़ कर्मचारी-अधिकारी फेडरेशन के प्रांतीय संयोजक कमल वर्मा थे। उन्होंने छत्तीसगढ़ कुर्मी समाज के गौरव, महान समाजसेवी एवं प्रेरणास्त्रोत स्वर्गीय रघुवर सिंह चंद्राकर के व्यक्तित्व एवं कृतित्व पर प्रकाश डालते हुए कहा कि उनका संपूर्ण जीवन त्याग, संघर्ष, सेवा और समाज के प्रति समर्पण का अनुपम उदाहरण रहा है। उन्होंने कहा कि स्वर्गीय रघुवर सिंह चंद्राकर ने अपने कर्मों से सिद्ध किया कि समाज का वास्तविक विकास केवल विचारों से नहीं, बल्कि संगठन, निरंतर प्रयास और सेवा-भावना से संभव होता है। उन्होंने शिक्षा, सामाजिक जागरूकता, एकता एवं समाज सुधार के क्षेत्र में उल्लेखनीय कार्य करते हुए नई पीढ़ी को संस्कारित, शिक्षित और जिम्मेदार नागरिक बनने की प्रेरणा दी। वर्मा ने कहा कि रघुवर सिंह चंद्राकर ने कुर्मी समाज की गौरवशाली परंपराओं, संस्कृति और सामाजिक मूल्यों को सुदृढ़ करने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाई। उन्होंने समाज को संगठित रहने, परस्पर सहयोग की भावना विकसित करने तथा शिक्षा को सर्वोच्च प्राथमिकता देने का संदेश दिया। मुख्य अतिथि श्री कमल वर्मा ने कहा कि स्वर्गीय चंद्राकर का व्यक्तित्व सादगी, विनम्रता, दूरदर्शिता और प्रभावी नेतृत्व का अद्भुत संगम था। उन्होंने कठिन परिस्थितियों में भी समाज हित को सर्वोपरि रखते हुए जो कार्य किए, वे आज भी समाज के लिए प्रेरणास्त्रोत हैं। उन्होंने उपस्थित जनसमुदाय से आह्वान किया कि सभी लोग स्वर्गीय रघुवर सिंह चंद्राकर के आदर्शों को अपने जीवन में आत्मसात करें तथा शिक्षा, संस्कार, सामाजिक एकता और सेवा के मार्ग पर चलकर एक सशक्त एवं समृद्ध समाज के निर्माण में अपना योगदान दें। अपने उद्बोधन के समापन पर श्री वर्मा ने कहा, /"महापुरुष कभी समाप्त नहीं होते, उनके विचार और आदर्श सदैव समाज को नई दिशा देते रहते हैं। शिक्षा के क्षेत्र में विशेष सहयोग के लिए डॉ. पुष्पलता अजय चंद्राकर एवं लीना अखिलेश चंद्राकर को सम्मानित किया गया। इस अवसर पर अयोध्या चंद्राकर, राधेश्याम चंद्राकर, राम प्रताप चंद्राकर, योगेश्वर चंद्राकर को सामाजिक क्षेत्र में विशेष सहयोग के लिए समाज गौरव सम्मान से सम्मानित किया गया।

समारोह

दुर्ग में शासकीय अभिभाषक का सेवानिवृत्ति पर किया गया सम्मान

दुर्ग। शासकीय अभिभाषक एवं लोक अभियोजक के पद पर पदस्थ मेघेश्वर कुमार दिल्लीवार की सेवानिवृत्ति पर उन्हें सम्मानित किया गया। उनके सम्मान में अधिवक्ताओं ने सम्मान समारोह का आयोजन किया।

अब से वे न्यायालय में शासन, अभियोजन पक्ष की पैरवीकार्य नहीं करेंगे किन्तु उनके स्थान पर नए जीपी की नियुक्ति होने तक प्रशासनिक कार्य करते हुए बगैर मानदेय के जीपी के पद पर बने रहेंगे, सेवा देते रहेंगे। इस अवसर पर शासकीय अभिभाषक संजय सिंग, सूरज शर्मा, राकेश कुमार यादव, पंकज बेल चंदन, द्रोण ताम्रकार, अरविंद चंदेल, रूप वर्षा दिल्लीवार, लक्ष्मी साहू, नंदनी चंद्रवंशी, रमेश साहू, मनोरमा कसार, साधना शुक्ला, भावेश कटारे, अशोक वर्मा, प्रकाश शर्मा, संजय शुक्ला एवं उत्तम देवांगन, चांदनी राजपूत, जगमोहन इत्यादि उपस्थित थे।

भिलाई के साई झूलेलाल धाम में शुरू हुआ शुकराना महोत्सव

सुखमनी साहिब के पाठ और भजनों से माहौल हुआ भक्तिमय, 40 शुक्रवार तक होगा आयोजन

कार्नर न्यूज

भिलाई। झूलेलाल मंदिरों में पहली बार शुकराना महोत्सव की शुरुआत साईं झूलेलाल धाम 32 एकड़ हाउसिंग बोर्ड भिलाई में हुई। आदर्श सिंध ब्रादर मंडल एवं साईं झूलेलाल धाम महिला मंडल के संयुक्त तत्वावधान में आयोजित इस महोत्सव का पहला शुकराना शुक्रवार को शाम 5 बजे से 6.30 बजे तक संपन्न हुआ। कार्यक्रम की शुरुआत सुखमनी साहिब के पाठ से हुई। इसके बाद भागवत के एक पाठ का वाचन किया गया। साईं झूलेलाल की आरती, अरदास एवं पल्लव के साथ प्रभु का स्मरण किया गया। भजनों से पूरा माहौल भक्तिमय हो गया। श्रद्धालुओं ने प्रभु के दिव्य आशीर्वाद से जीवन को प्रभुमय बनाकर सुख, शांति एवं समृद्धि की प्रार्थना की। सिंधी समाज के कुल देवता भगवान साईं झूलेलाल द्वारा दी गई रहमतों, बक्शीशों और पावन आशीर्वाद से मिले सुखमय मानव जीवन के प्रति कृतज्ञता प्रकट की गई। जिसके बाद विश्व कल्याण के लिए अरदास की गई।

मानव जीवन के लिए लिया परोपकार का संकल्प

समाज के अध्यक्ष डॉ. धर्मेंद्र कृष्णानी एवं महिला अध्यक्ष लक्ष्मी नागदेव ने समापन पर पहला शुकराना 84 लाख योनियों के बाद मिले अमोलक मानव जीवन के लिए साईं झूलेलाल को अर्पित किया। इस अवसर पर उपस्थित सभी श्रद्धालुओं को संकल्प दिलाया गया कि इस अमोलक मानव जीवन का सदुपयोग परोपकारी जीवन जीने में किया जाएगा। किसी के प्रति भेदभाव नहीं किया जाएगा। सृष्टि के हर जीव की सेवा कर परोपकार किया जाएगा। जरूरतमंदों की मुश्किल समय में हर संभव मदद की जाएगी और समाज की एकता-अखंडता बनाए रखी जाएगी।

40 शुक्रवार तक चलेगा महोत्सव

यह महोत्सव लगातार 40 शुक्रवार तक चलेगा। हर शुक्रवार एक शुकराना साईं झूलेलाल को अर्पित किया जाएगा। इसका समापन 2 अप्रैल 2027 को झूलेलाल जयंती पर होगा। आने वाले शुक्रवार 10 जुलाई को दूसरा शुकराना समाज की शिक्षा के क्षेत्र में सफल बेटियों के लिए अर्पित किया जाएगा। इस दिन बालिका शिक्षा को अनिवार्य बनाने का संकल्प समाज के श्रद्धालुओं के साथ स्थानीय नागरिकों को दिलाया जाएगा। कार्यक्रम में समाज के श्रद्धालुओं के साथ बड़ी संख्या में स्थानीय नागरिक शामिल हुए। समापन पर सभी श्रद्धालुओं में भोग-प्रसाद एवं स्वल्पाहार का वितरण किया गया।

हेल्थ टिप्स

एब्स रोलर का इस्तेमाल करते समय इन बातों का भी रखें ध्यान

एब्स रोलर का इस्तेमाल पेट की मसल्स को मजबूत और टोन करने के लिए किया जाता है। हालांकि, जब आप इसका इस्तेमाल कर रहे हैं तो आपको कुछ छोटी-छोटी बातों का खास ख्याल रखना चाहिए। अपने वर्कआउट के दौरान हम सभी कई तरह के इक्विपमेंट्स का इस्तेमाल करते हैं। ये इक्विपमेंट या प्रॉप्स हमारे वर्कआउट को और भी अधिक बेहतर बनाने में मदद करते हैं। इन्हीं में से एक है एब्स रोलर। अमूमन इन्हें एक्सरसाइज व्हील्स भी कहा जाता है। जब भी आप कोर वर्कआउट करते हैं तो उसमें एब्स रोलर का इस्तेमाल किया जाता है। ये होम व जिम वर्कआउट दोनों के लिए बेहतर ऑप्शन हैं।

एब्स रोलर सिर्फ पेट या कोर की मसल्स को ही मजबूत या टोन नहीं करते हैं, बल्कि इनकी मदद से आपकी पीठ व बाजुओं पर भी अच्छा असर पड़ता है। इतना ही नहीं, ये आपकी बॉडी की ओवर ऑल स्ट्रेंथ को इंप्रूव करते हैं और बॉडी बैलेंसिंग व स्टेबिलिटी को भी बेहतर बनाते हैं। एब्स रोलर से वर्कआउट करना यकीनन एक अच्छा विचार है। लेकिन एक बिगनर के रूप में आपके लिए सही तरह से एब्स रोलर का इस्तेमाल करना थोड़ा कठिन हो सकता है। यह भी संभव है कि इसका इस्तेमाल करते समय आप खुद को चोटिल कर लें। तो चलिए आज इस लेख में हम आपको ऐसे ही कुछ छोटे-छोटे टिप्स के बारे में बता रहे हैं, जिन्हें आपको एब्स रोलर का इस्तेमाल करते समय अवश्य ध्यान रखना चाहिए-

एब्स रोलर क्या होते हैं?

एब्स रोलर को सही तरह से इस्तेमाल करने से पहले आपको इनके बारे में जान लेना चाहिए। एब्स रोलर का इस्तेमाल आमतौर पर कोर वर्कआउट के दौरान किया जाता है। इस पर एक छोटा पहिया और दो हैंडल बने होते हैं। इन हैंडल को पकड़कर ही व्यक्ति खुद को आगे-पीछे करता है। इस दौरान पेट की मसल्स पर जोर पड़ता है। साथ ही साथ, व्यक्ति को खुद को बैलेंस भी करना हेता है।

पहले करें वार्मअप

अगर आप कोर वर्कआउट के दौरान एब्स

रोलर का इस्तेमाल करने का मन बना रहे हैं तो यह बेहद जरूरी है कि आप इससे पहले अच्छी तरह वार्म अप करें। साथ ही साथ, अपनी कोर की मसल्स को स्ट्रेच करें। इससे आपकी बॉडी वर्कआउट के लिए तैयार होती है। साथ ही साथ, आपको चोट लगने की संभावना भी काफी हद तक कम हो जाती है।

एक्सपर्ट की लें मदद

एब्स रोलर का इस्तेमाल करना देखने में काफी आसान लगता है। लेकिन एक बिगनर के लिए खुद को इस दौरान बैलेंस करने में काफी परेशानी होती है। कभी-कभी एब्स रोलर से वर्कआउट करते हुए चोट भी लग जाती है। ऐसे में सबसे अच्छा तरीका होता है कि आप किसी फिटनेस एक्सपर्ट की देख-रेख में ही यह वर्कआउट करें। उनकी मदद से सही बॉडी फॉर्म, पोश्चर व टेक्निक का इस्तेमाल करने से आपको यकीनन काफी लाभ मिलेगा।

धीरे-धीरे करें एक्सरसाइज

कई बार यह देखने में आता है कि जब एब्स रोलर का इस्तेमाल करते हैं तो एकदम से बहुत तेजी से आगे बढ़ जाते हैं और इस दौरान अपनी पीठ को अधिक झुका लेते हैं। ऐसा करने से उनका बैलेंस बिगड़ जाता है और उन्हें चोट लग जाती है। इसलिए, हमेशा एब्स रोलर का इस्तेमाल करते हुए अपनी गति को नियंत्रण में रखें और उसे धीरे-धीरे ही आगे की ओर बढ़ाएं। इस दौरान आपकी पीठ एकदम सीधी होनी चाहिए। साथ ही, यह भी ध्यान रखें कि आप रोलर को बहुत अधिक आगे तक ना लेकर जाएं। इससे आपके लिए वापिस आना और अपनी बॉडी को बैलेंस करना मुश्किल होगा। हमेशा शुरुआत में छोटी दूरी तक रोल करें। जब आप धीरे-धीरे इसमें कंफर्टेबल होते जाएं, तभी आप दूरी को बढ़ाते जाएं।

कोर मसल्स को भी करें एंगेज

एब्स रोलर मुख्यतः कोर वर्कआउट के

दौरान इस्तेमाल किया जाता है। इसलिए जब भी आप एब्स रोलर से एक्सरसाइज करें तो अपनी कोर की मसल्स को टाइट रखें। इससे चोट लगने की संभावना काफी कम हो जाती है। साथ ही साथ, आपकी पीठ को भी सपोर्ट मिलता है।

डिनी फेलियर की तरफ इशारा हो सकते हैं ये लक्षण

किडनी में हो रही परेशानी तो दिख जाते हैं इसके लक्षण, तुरंत सम्हल जाएं और शुरू करें उपचार

आजकल की भागदौड़ भरी जिंदगी, अनियमित खानपान और बढ़ते स्ट्रेस ने हमारे शरीर के कई अंगों पर असर डाला, इसका सबसे ज्यादा नुकसान झेल रही हैं किडनियां। हाल के वर्षो में जिन गंभीर बीमारियों के कारण स्वास्थ्य सेवाओं पर अतिरिक्त दबाव बढ़ा है, किडनी की समस्याएं उनमें से एक हैं। अब ये सिर्फ उम्र बढ़ने के साथ होने वाली बीमारी नहीं रही है बल्कि कम उम्र के लोग भी किडनी की बीमारियों का शिकार हो रहे हैं।

आजकल की भागदौड़ भरी जिंदगी, अनियमित खानपान और बढ़ते स्ट्रेस ने हमारे शरीर के कई अंगों पर असर डाला, इसका सबसे ज्यादा नुकसान झेल रही हैं किडनियां। 20 से कम उम्र के लोगों में भी ये समस्या बढ़ती देखी गई है। कहीं आप भी तो इसका शिकार नहीं हैं?

किडनी से संबंधित समस्याओं का बढ़ता खतरा

किडनी यानी गुर्दे, हमारे शरीर के नेचुरल फिल्टर होते हैं। ये खून साफ करते हैं और शरीर से टॉक्सिन्स और अतिरिक्त पानी निकालते हैं। ब्लड प्रेशर कंट्रोल रखने में भी किडनी का स्वस्थ रहना जरूरी माना जाता है। यानी अगर किडनी में किसी तरह की समस्या हो जाए तो इसका असर संपूर्ण स्वास्थ्य पर हो सकता है। विश्व स्वास्थ्य संगठन

(डब्ल्यूएओ) के अनुसार, भारत में किडनी फेलियर के दो सबसे बड़े कारण हाई ब्लड प्रेशर और हाई शुगर के बढ़ते मरीज हैं। डायबिटीज से किडनी की नसें डैमेज हो जाती हैं और ब्लड प्रेशर से किडनी के फिल्टर पर दबाव बढ़ता है।

क्यों बढ़ रही हैं किडनी की दिक्कतें?

स्वास्थ्य विशेषज्ञ कहते हैं, हमारे दिनचर्या की कई गड़बड़ आदतें किडनी की समस्याएं बढ़ाने वाली हो सकती हैं, जिसको लेकर सभी लोगों को सावधानी बरतते रहने की आवश्यकता है। अगर आप अक्सर ओवर-द-काउंटर दवाओं, पेनकिलर का सेवन करते हैं तो इससे किडनी की कोशिकाओं को नुकसान पहुंच सकता है। कम पानी पीने, ज्यादा नमक और प्रोसेस्ड फूड के सेवन के कारण भी किडनी की दिक्कतें बढ़ जाती हैं।

कहीं आपकी किडनी तो नहीं हो रही है खराब

किडनी की सेहत को लेकर ध्यान देते रहना जरूरी है। डॉक्टर बताते हैं, किडनी खराब होने के शुरुआती लक्षणों के बारे में जानना भी जरूरी है, अगर समय पर इसकी पहचान कर इलाज करा लिया जाए तो गंभीर समस्याओं से बचाव किया जा सकता है। बार-बार या बहुत कम पेशाब आना,चेहरे, पैरों या टखनों में अक्सर सूजन रहना,हर समय थकावट महसूस होना,रात को बार-बार उठकर पेशाब जाना,पेशाब में झाग या खून आना, मतली,

उल्टी या भूख न लगना और त्वचा पर खुजली या मांसपेशियों में ऐंठन होना शामिल है।

आप किडनी को स्वस्थ रखने के लिए क्या करें?

डॉक्टर कहते हैं, किडनी की बीमारी 'साइलेंट किलर' की तरह होती है, जब तक लक्षण सामने आते हैं, तब तक बहुत देर हो चुकी होती है। इसलिए जरूरी है कि हम इसके कारण, लक्षण और बचाव के तरीकों को जानें और वक्त रहते एक्शन लें। आप कम उम्र से ही कुछ बातों का ध्यान रखकर किडनी को स्वस्थ रख सकते हैं।

किडनी को स्वस्थ रखने के लिए दिन में 2-3 लीटर पानी जरूर पिएं। इसके अलावा नमक और प्रोसेस्ड फूड का सेवन कम करें। डायबिटीज और बीपी को कंट्रोल में रखना, शारीरिक रूप से सक्रिय रहना भी किडनी को स्वस्थ रखने के लिए जरूरी है।

यह भी जानिए

चावल का माड़ क्यों पीते थे बुजुर्ग?

चावल का पानी या माड़ सदियों से घरों में इस्तेमाल किया जाता रहा है। अक्सर लोग मनाते हैं कि चावल के पानी या स्टार्च में कई पोषक तत्व मौजूद होते हैं, जो पाचन, स्किन हेल्थ और भी कई चीजों में फायदेमंद होते हैं। यही वजह है कि पहले के लोग अक्सर चावल बनाते हुए उसका गाढ़ा सफेद पानी फेंकते नहीं थे, बल्कि उसमें जरा सा नमक और काली मिर्च डालकर तसल्ली से पीते थे। इन दिनों भी सोशल मीडिया पर ऐसे पुराने हेल्थ ट्रेंड वापस रिपीट हो रहे हैं और कई लोग चावल का पानी पीने की सलाह दे रहे हैं। ऐसे में सवाल उठता है कि क्या वाकई ये पारंपरिक ड्रिंक हेल्दी है या फिर इसके फायदे बढ़ा-चढ़ाकर बताए जा रहे हैं? आइए जानते हैं इसपर हेल्थ एक्सपर्ट्स की क्या राय है।

चावल का पानी या राइस स्टार्च क्या होता है?

जब चावल को पतीले या किसी खुले बर्तन में उबाला जाता है, तब एक गाढ़ा सा पानी बचता है। इस पानी में चावल के कार्बोहाइड्रेट, विटामिन्स और कुछ मिनरल्स आ जाते हैं। इसे ही चावल का पानी या स्टार्च कहा जाता है। चूंकि इसमें कार्बोहाइड्रेट की मात्रा सबसे ज्यादा होती है, इसलिए ये शरीर को तुरंत एनर्जी देने का काम करता है। हेल्थ एक्सपर्ट्स की मानें तो इसे यदि फर्मेंट करने के बाद कंज्यूम किया जाए, तो फायदा और भी बढ़ जाता है।

पारंपरिक रूप से चावल का पानी फायदेमंद क्यों माना जाता है?

बहुत ही पुराने टाइम से लोग चावल के पानी या माड़ को अपनी डाइट में शामिल करते आ रहे हैं। ऐसा माना जाता है कि यदि किसी को कमजोरी हो, दस्त या पेट खराब होने की शिकायत हो या भूख ठीक से ना लगती हो तो चावल का माड़ पिलाना फायदेमंद होता है। जो लोग बीमारी से उबर रहे हों या तबियत खराब होने पर कुछ हल्का और आसानी से पचने वाला खाना हो, तो चावल का पानी अच्छा विकल्प हो सकता है। यही नहीं, इसे स्किन के लिए भी काफी फायदेमंद माना जाता है। खासकर कोरियन स्किन केयर रूटीन में आज भी राइस स्टार्च एक बहुत जरूरी हिस्सा है।

क्या वाकई चावल का पानी पीना फायदेमंद है?

हेल्थ एक्सपर्ट्स की मानें तो चावल का पानी कोई सुपरफूड नहीं है, लेकिन हां, अगर सीमित मात्रा में पीया जाए तो इसके कुछ हेल्थ बेनिफिट्स हो सकते हैं। खासकर पेट खराब होने पर या डायरिया से रिकवरी के दौरान, इसका सेवन फायदेमंद हो सकता है। गर्मियों में शरीर को डिहाइड्रेशन से बचाने के लिए भी ये अच्छी ड्रिंक है। इसके अलावा ये शरीर को तुरंत ऊर्जा देने का काम करता है, जिससे कमजोरी में काफी राहत मिलती है।

हर किसी के लिए फायदेमंद नहीं है चावल का पानी

डॉक्टर्स की मानें तो चावल का पानी हर किसी के लिए फायदेमंद नहीं होता है। खासकर जिन लोगों को डायबिटीज की समस्या है, उन्हें बिना डॉक्टर की सलाह के इसका सेवन नहीं करना चाहिए। क्योंकि ये ब्लड शुगर लेवल को प्रभावित कर सकता है। इसके अलावा जरूरत से ज्यादा पीने पर कुछ लोगों में पेट फूलना या पाचन संबंधी दिक्कतें हो सकती हैं।

हेल्थ एक्सपर्ट्स कहते हैं कि चावल के पानी को आप पोषण से भरपूर भोजन का विकल्प नहीं मान सकते हैं। ये कभी-कभी थोड़ी मात्रा में लिया जा सकता है।

कितना और कैसे पीना है सही?

डॉक्टर्स के मुताबिक चावल के पानी को रोज-रोज पीना सही नहीं है। कभी-कभार और कम मात्रा में इसका सेवन करना बेहतर माना जाता है। अगर आप इसे फर्मेंट कर रहे हैं, तो बहुत ज्यादा दिनों तक स्टोर ना करें। वरना इसके हानिकारक बैक्टीरिया पनप सकते हैं।

फ्रिज में रखी हरी मिर्च जल्दी हो जाती है लाल तो करें ये उपाय

हरी मिर्च का तीखा स्वाद हर डिश में एक नई जान डालने का काम करता है। इसलिए महिलाएं खाने को चटपटा और तीखा बनाने के लिए बाजार से सब्जी खरीदने के दौरान ढेर सारी हरी मिर्च खरीदकर इन्हें फ्रिज में स्टोर कर देती हैं। लेकिन, हरी मिर्च को फ्रिज में रखने के दौरान ये कुछ समय बाद लाल हो जाती हैं, साथ ही, ये अपनी ताजगी भी खो देती हैं। इस वजह से जहां आपको कई बार ये मिर्ची फेंकनी पड़ती है, तो वहीं आपका काफी नुकसान भी होता है।

हरी मिर्च के लाल होने के कई सारे कारण हैं, और इस आर्टिकल में हम आपको कुछ ट्रिक्स बता रहे हैं जिनकी मदद से आप हरी मिर्च को लंबे समय तक हरा-भरा और ताजा बनाए रखने के लिए फॉलो कर सकती हैं।

पेपर टॉवल का करें इस्तेमाल

हरी मिर्च को नमी और हवा दोनों से बचाना जरूरी है, ताकि ये लाल न हों। इसके लिए आप इन्हें एयरटाइट कंटेनर में पेपर टॉवल पर रखकर स्टोर करें। पेपर टॉवल अतिरिक्त नमी को सोखता है, साथ ही, बाहरी हवा और फ्रिज की ठंड से बचाता है। एयरटाइट कंटेनर में आप एक पेपर टॉवल रखें और इसके बाद इसमें बिनाडंठल वालीमिर्च रखें और ऊपर से भी एक पेपर टॉवल रखें और इसके बाद कंटेनर को कसकर बंद करके फ्रिज में रख लें।

जिप-लॉक बैग का करें इस्तेमाल

मिर्च को हरा और फ्रेश रखने के लिए आपजिप-लॉक बैग का भी इस्तेमाल कर सकती हैं। जिप-लॉक बैग में आप थोड़ा सा पेपर टॉवल डाल दें और इसके बाद इसमें मिर्च रखकर इस बैग को अच्छी तरह से बंद कर लें और इस बैग की हवा निकालकर इसे फ्रिज में स्टोर कर लें।

इन बातों का भी रखें ध्यान

अगर आपकी हरी मिर्चों के साथ कुछ पीली या लाल मिर्च भी हैं तो इन्हें अलग कर लें, ताकि वे बाकी मिर्चों को खराब न करें।मिर्च हरी और ताजी रहे, इसके लिए फ्रिज का सही तापमान होना भी जरूरी है। ऐसा इसलिए क्योंकि कम तापमान की वजह से मिर्च खराब हो सकती हैं और ज्यादा तापमान होने से मिर्च जमने की वजह से खराब हो सकती है। इन आसान ट्रिक्स की मदद से आप हरी मिर्चों को लंबे समय तक ताज़ा और हरा बनाए रख सकती हैं।

सावन में दान करने से पहले जान लें इनका प्रभाव

इस साल सावन का पवित्र महीना 30 जुलाई (गुरुवार) से शुरू हो रहा है और इसका समापन 28 अगस्त (शुक्रवार) को होगा। सावन का महीना भगवान शिव को समर्पित होता है और इस दौरान पूजा-पाठ के साथ दान का भी विशेष महत्व होता है। मान्यता है कि सावन में दान करने से पुण्य की प्राप्ति होती है और महादेव प्रसन्न होकर भक्तों की मनोकामनाएं पूरी करते हैं। लेकिन क्या आप जानते हैं कि सावन के महीने में कुछ ऐसी चीजें भी होती हैं जिनका दान भूलकर भी नहीं करना चाहिए? अगर आप ऐसा करते हैं तो यह आपके लिए आर्थिक नुकसान का कारण बन सकता है और घर में दरिद्रता आ सकती है। अब ऐसे में इस दौरान किन चीजों का दान करने से बचना चाहिए। ज्योतिषाचार्य पंडित अरविंद त्रिपाठी इस बारे में विस्तार से बता रहे हैं।

सावन माह में न करें लोहे का सामान दान

धार्मिक मान्यताओं के अनुसार, सावन के महीने में लोहे का दान करने से शनि के अशुभ प्रभाव देखने को मिल सकते हैं। उनका नकारात्मक प्रभाव बढ़ सकता हैं। ऐसा माना जाता है कि लोहा दान करने से घर में दरिद्रता आ सकती है और आर्थिक स्थिति कमजोर हो सकती है। इस माह में अगर लोहे का दान किया जाए तो व्यक्ति के जीवन में समस्याएं बढ़ सकती है और अशुभता आ सकती है। इसलिए आप सावन माह में लोहे का सामान दान न करें।

सावन माह में न करें धारदार वस्तुओं का दान

सावन का महीना प्रेम, सौहार्द और सकारात्मकता का प्रतीक है। इस दौरान किए गए दान का सीधा प्रभाव हमारे जीवन और रिश्तों पर पड़ता है। धारदार चीजों का दान करने से शिवजी अप्रसन्न हो सकते हैं। ऐसी मान्यता है कि इससे घर में नकारात्मक ऊर्जा का संचार होता है और परिवार के सदस्यों के बीच दूरियां बढ़ सकती हैं। ज्योतिष शास्त्र के अनुसार, काला रंग शनि और राहु ग्रह का प्रतिनिधित्व करता है। जहां एक ओर शनि न्याय और कर्मफल के देवता हैं, वहीं राहु एक छाया ग्रह है जिसके नकारात्मक प्रभाव माने जाते हैं। सावन का महीना भगवान शिव की उपासना का होता है।

कार्नर न्यूज

रात का खाना तय करता है आपकी सेहत

रात में देर से डिनर करना सेहत के लिए है हानिकारक, जानें इसका सही समय

अक्सर कुछ लोगों को लेट नाइट खाने की आदत होती है। रात में देर से खाने से कई समस्याओं का सामना करना पड़ता है। बहुत से लोग इस गलती को बहुत हल्के में लेते हैं। इसलिए आइए इस लेख में इसी के बारे में विस्तार से जानते हैं।

आधुनिक जीवनशैली में देर रात तक काम करना और देर से डिनर करना आम हो गया है। लेकिन क्या आप जानते हैं कि रात में देर से खाना खाने की आदत आपकी सेहत को गंभीर नुकसान पहुंचा सकती है? यह आदत मोटापा, डायबिटीज, और हृदय रोग जैसी समस्याओं का कारण बन सकती है।

हमारे शरीर की जैविक घड़ी (सर्केडियन रिदम) रात में मेटाबॉलिज्म को धीमा कर देती है, जिसके कारण देर से खाया गया भोजन ठीक से पच नहीं पाता। इससे पाचन तंत्र से लेकर मानसिक स्वास्थ्य तक प्रभावित होता है। आइए जानते हैं कि देर रात डिनर सेहत के लिए कितना हानिकारक हो सकता है और क्यों? साथ ही ये भी जानेंगे कि रात का खाना खाने का सही समय क्या है?

देर से डिनर के स्वास्थ्य पर प्रभाव

रात में देर से डिनर करने से मेटाबॉलिज्म धीमा हो जाता है, क्योंकि शरीर रात को आराम करता है। देर से खाया गया भोजन कैलोरी के रूप में जमा होने लगता है, जिससे मोटापा बढ़ता है। यह इंसुलिन सेंसिटिविटी को भी प्रभावित करता है, जिससे टाइप-2 डायबिटीज का जोखिम बढ़ जाता है। इसके अलावा, देर रात भारी भोजन करने से पाचन तंत्र पर दबाव पड़ता है, जिससे एसिड रिफ्लक्स, गैस, और अपच जैसी समस्याएं हो सकती हैं। यह नींद की गुणवत्ता को भी खराब करता है, जिससे थकान और तनाव बढ़ता है।

हृदय स्वास्थ्य पर असर

देर रात डिनर करने से हृदय स्वास्थ्य पर भी बुरा असर पड़ता है। रात में भारी या तला-भुना खाना खाने से बैड कोलेस्ट्रॉल का लेवल बढ़ सकता है, जो हृदय रोग का कारण बनता है। नींद की कमी और तनाव के कारण कॉर्टिसोल हार्मोन बढ़ता है, जो रक्तचाप और हृदय की समस्याओं को बढ़ावा देता है। इसका असर मानसिक स्वास्थ्य पर भी पड़ता है, देर रात खाने से नींद में खलल पड़ता है, जिससे चिड़चिड़ापन, चिंता, और एकाग्रता में कमी जैसी समस्याएं हो सकती हैं।

डिनर का सही समय

स्वास्थ्य विशेषज्ञों के अनुसार, डिनर को सोने से कम से कम 2-3 घंटे पहले, यानी रात 7 से 8 बजे के बीच करना चाहिए। इससे भोजन को पचने का पर्याप्त समय मिलता है। डिनर में हल्का और संतुलित आहार लें, जैसे सूप, सब्जियां, दाल, और साबुत अनाज।

सावधानियां

तला-भुना, मसालेदार या ज्यादा मीठा भोजन रात में खाने से बचें। खाने के बाद 10-15 मिनट थोड़ी देर जरूर टहलें, जिससे आपका पाचन और बेहतर बन जाता है। रात में कम से कम 7-8 घंटे की नींद जरूर लें।

फिल्म इवेंट

हॉलीवुड

पैरा क्रिकेटर आमिर पर बनेगी बायोपिक, निशिल करेंगे निर्देशन

आमिर हुसैन लोन, दोनों हाथ नहीं होने के बावजूद बेहतरीन क्रिकेट खेलते हैं। हर जगह उनकी काफी चर्चा है। अब उन पर एक फिल्म बनने जा रही है। जम्मू-कश्मीर पैरा क्रिकेट टीम के कप्तान आमिर हुसैन लोन अपनी जबरदस्त काबिलियत के लिए जाने जाते हैं। वह उन युवाओं के लिए प्रेरणा हैं जो छोटी-छोटी बातों पर मायूस हो जाते हैं। आमिर के दोनों हाथ नहीं हैं। वह गर्दन और कंधे में बैट फंसा कर बैटिंग करते हैं। वह पैरों से गेंदबाजी करते हैं। उनकी जिंदगी पर एक फीचर फिल्म बनने वाली है। कान फिल्म फेस्टिवल में इसका ऐलान हुआ है। इस अपकमिंग फिल्म का निर्देशन निशिल शेठ करेंगे। वह भारतीय लेखक और निर्देशक हैं। उनकी पहली फीचर फिल्म 'भस्मासुर' का प्रीमियर अंतरराष्ट्रीय फेस्टिवल सर्किट में हुआ था। इस फिल्म को कई प्रतियोगिताओं में पुरस्कार मिले थे। इस फिल्म का मकसद लोन की जिंदगी, उनके संघर्षों और क्रिकेट के मैदान में उनकी उपलब्धियों को सबके सामने लाना है। इस प्रोजेक्ट के बारे में बात करते हुए, निशिल शेठ ने कहा, 'आमिर हुसैन लोन की कहानी सिर्फ क्रिकेट या दिव्यांगता के बारे में नहीं है। यह मानवीय भावना के बारे में है। जिस बात ने मुझे सबसे ज्यादा प्रभावित किया, वह यह है कि उनकी सोच है कि वे अपनी सीमाओं तक महदूद नहीं रहेंगे। इस फिल्म के जरिए, हम दर्शकों के सामने साहस, गरिमा और दृढ़ता की एक प्रेरणादायक कहानी पेश करेंगे।' फिल्म के एलान पर लोन ने कहा 'मैंने कभी सोचा भी नहीं था कि एक दिन मेरी जिंदगी की कहानी बड़े पर्दे पर दिखाई जाएगी। अगर मेरा यह सफर किसी एक शख्स को भी प्रेरित कर पाता है, तो मैं खुद को सचमुच किस्मत वाला समझूंगा।

टॉलीवुड

सुकुमारन ने साझा किया 'वाराणसी' के सेट का अनुभव

अभिनेता पृथ्वीराज सुकुमारन ने 'वाराणसी' फिल्म के अपने शूटिंग अनुभव को साझा किया।

जानिए राजामौली को लेकर उन्होंने क्या कुछ कहा

पृथ्वीराज सुकुमारन इन दिनों एसएस राजामौली की आगामी फिल्म 'वाराणसी' को लेकर उत्साहित हैं। वो फिल्म में निगेटिव रोल में नजर आएंगे। इस फिल्म में महेश बाबू और प्रियंका चोपड़ा भी प्रमुख भूमिकाओं में दिखाई देंगे। फैंस इस फिल्म का बेसब्री से इंतजार कर रहे हैं। अब पृथ्वीराज सुकुमारन ने 'वाराणसी' के सेट पर काम करने के कड़े तरीकों के बारे में बात की है। पृथ्वीराज ने एसएस राजामौली के परफेक्शनिस्ट रवैये के बारे में बात की। उन्होंने महेश बाबू के साथ शूट किए गए एक सीन को याद किया, जिसमें पूरा दिन लग गया था क्योंकि राजामौली उससे संतुष्ट नहीं थे। उस अनुभव को याद करते हुए एक्टर ने कहा कि यह कोई बढ़ा-चढ़ाकर कही गई बात नहीं है। फिल्म के एक खास शॉट के लिए महेश बाबू और मैंने सुबह शूटिंग शुरू की थी। मुझे पक्का याद नहीं कि वह 94वां टेक था या 97वां। कई घंटों की शूटिंग के बाद टीम लंच ब्रेक पर गई, लेकिन यह ब्रेक ज्यादा देर तक नहीं चला। जब हमें लगा कि हम बस खाने का दूसरा निवाला ही लेने वाले हैं, तभी उन्होंने हमें वापस सेट पर बुला लिया। शूटिंग शाम करीब 6.30 या 7 बजे तक चलती रही। इसके बाद भी राजामौली संतुष्ट नहीं थे और एक्टर्स से कहा गया कि वे अगले दिन आकर उस सीन को फिर से शूट करें।

पृथ्वीराज फिल्म में व्हीलचेयर पर रहने वाले खतरनाक विलेन 'कुंभा' का रोल निभा रहे हैं। उन्होंने राजामौली को अब तक के अपने काम के दौरान मिले सबसे ज्यादा मेहनत करने वाले डायरेक्टर के तौर पर बताया।

भोजपुरी

पवन और नीलम ने उड़ाया गर्दा फैंस बोले- बवाल मचा दिया

भोजपुरी के पावर स्टार पवन सिंह के नए गाने 'देवरा निहारे छतिया' ने गर्दा उड़ा दिया है। इस गाने को सवा करोड़ से ज्यादा व्यूज मिल चुके हैं। गाने में नीलम गिरी हैं, जिनके साथ पवन सिंह की केमिस्ट्री खूब पसंद की जा रही है। जब भी भोजपुरी के गानों की बात आती है तो 'पावर स्टार' पवन सिंह का कोई जवाब नहीं। उनके गाने रिलीज होते ही छा जाते हैं और कई दिनों तक यूट्यूब पर ट्रेंड भी करते रहते हैं। अभी तक पवन सिंह के कई ब्लॉकबस्टर और रिकॉर्डतोड़ गाने आ चुके हैं और अब एक और गाना छाया हुआ है। इस गाने के बोल हैं 'देवरा निहारे छतिया', जो यूट्यूब पर 12वें नंबर पर ट्रेंड कर रहा है और रिलीज हुए एक हफ्ता हो चुका है। इस गाने को यूट्यूब पर अभी तक 13 मिलियन से अधिक व्यूज मिल चुके हैं।

'देवरा निहारे छतिया' में पवन सिंह की जोड़ी भोजपुरी सिनेमा की खूबसूरत हसीना नीलम गिरी के साथ है। नीलम की अदाएं एकदम कातिलाना हैं और गाने में पवन सिंह भी उनसे बच नहीं पाते। दोनों के बीच की तड़कती-भड़कती केमिस्ट्री और आग पर्दे पर आ लगा रही है। फैंस भी ताबड़तोड़ कमेंट्स कर रहे हैं और इस जोड़ी पर प्यार लुटा रहे हैं।

एक फैन ने लिखा है, 'ऐसे ही गाने का इंतजार था पवन भैया आपसे।' एक का कमेंट है, 'पूरा ब्लास्ट हो गया। पवन भैया असली टीआरपी किंग हैं।' एक और ने लिखा, 'गाना ऐसा बनाओ की आरा से अमेरिका तक हिल जाए।

मौसम का तकाजा

लंबे स्कर्ट आम तौर पर गर्म इलाकों या गर्म मौसम में कई लोगों के वॉर्डरोब का अहम हिस्सा रहे हैं। डिजाइनर भी मानते हैं कि अगर कोई स्टाइल आपको सच में अपना सा लगता है, तो उसे पहनते रहिए, भले ही वह उस समय का सबसे पॉपुलर ट्रेंड हो या न हो। हालाँकि, लंबे स्कर्ट को लोग मॉडर्न फैशन का हिस्सा मानते हैं, जिससे यह पुराना फैशन न लगे।

लाइफ

बालों में भिंडी लगाने के हैं कई फायदे,जरूर इस्तेमाल करें

लब-घन और मजबूत बालों की चाहत तो हर किसी को होती है, लेकिन प्रदूषण और खराब खान-पान की वजह से ऐसा होना संभव नहीं हो पाता। ऐसे में लोग बालों को मजबूत बनाने के लिए महंगे-महंगे हेयर केयर प्रोडक्ट इस्तेमाल करते हैं, और हेयर ट्रीटमेंट लेते हैं।

यदि आप भी उन लोगों में से जो लंबे बाल तो पाना चाहते हैं, लेकिन पैसा ज्यादा खर्च नहीं करना तो इस लेख को अंत तक पढ़ें। यहां हम आपको न सिर्फ बालों में भिंडी लगाने का तरीका बताएंगे, बल्कि इसके फायदे भी गिनाएंगे, ताकि आप बिना पैसे खर्च किए भी अपने बालों को खूबसूरत बना सकें।

ऐसे करें इस्तेमाल

सबसे पहले भिंडी को बालों पर इस्तेमाल करने का सबसे आसान तरीका जान लें। इसके लिए आपको सबसे पहले भिंडी के टुकड़ों को पानी में उबालना है। इसके बाद इस पानी को ठंडा कर लें और बालों को धोने के बाद इस पानी से बालों पर अप्लाई करें। इसके बाद सिर्फ पानी से बालों को धो

लें और इसका असर देखें। यहां हम आपको इसके फायदे भी बताने जा रहे हैं।

बालों में होगी ग्रोथ

यदि आप भिंडी को बालों पर इस्तेमाल करेंगे तो इससे बालों की लंबाई में इजाफा होगा। दरअसल, बालों में विटामिन ए, सी, और के होता है, जो बालों को जड़ से मजबूत बनाता है। इसकी वजह से ही नये बाल भी निकलते हैं, इसलिए भिंडी का इस्तेमाल बालों में करते रहें।

रूखापन होगा कम

अगर आपके बाल काफी ज्यादा ऑयली हैं तो भी अपने बालों में भिंडी का इस्तेमाल करें। इसमें पाए जाने वाले मॉइश्चराइजिंग गुणों की वजह से बाल धीरे-धीरे मुलायम होने लगते हैं। इससे उन लोगों को काफी लाभ मिलता है, जिनके बाल देखने में बेजान लगते हैं।

स्कैल्प के लिए फायदेमंद

भिंडी के नियमित इस्तेमाल से आपको स्कैल्प में काफी फायदा मिलने वाला है। दरअसल, इसमें पाए जाने वाले एंटी-बैक्टीरियल और एंटी-इन्फ्लेमेटरी गुण सिर की त्वचा को साफ करते हैं, जिससे खुजली, रूसी और कई अन्य दिक्कतों से राहत मिलती है।

बालों बनेंगे शाइनी

भिंडी के बालों में नियमित इस्तेमाल से बाल धीरे-धीरे शाइनी बनने लगेंगे। दरअसल, विटामिन C के साथ-साथ एंटीऑक्सिडेंट्स तत्व भी होते हैं।

मानसून में ट्राई करें कॉटन श्रग, दिखेंगी खूबसूरत

इस साल मानसून में कुछ नया ट्राई करने का सोच रही है, तो आपको कुछ ऐसे कॉटन श्रग के डिजाइन के बारे में जानना चाहिए, जिन्हें ट्राई कर आप अपनी खूबसूरती को और बढ़ा सकती हैं। बरसात का मौसम शुरू हो गया है और ऐसे मौसम में अधिकतर लड़कियां आरामदायक कपड़े पहनना पसंद करती हैं। अगर आप भी इस साल मानसून में कुछ नया ट्राई करने का सोच रही है, तो कॉटन श्रग जरूर अपनाएं।

क्वाटर स्लीव शिफॉन ओपन फ्रंट श्रग

अपनी खूबसूरती में चार चांद लगाने के लिए और भीड़ से हटकर दिखने के लिए आप इस मानसून के सीजन में इस तरह के खूबसूरत क्वाटर स्लीव शिफॉन ओपन फ्रंट श्रग को पहनकर अपने लुक को स्टाइलिश और एलिगेंट टच दे सकती हैं। इस तरह का श्रग आपको ऑनलाइन और ऑफलाइन दोनों जगह मिल जाएगा। इन्हें आप स्लीवलेस टॉप के साथ शामिल कर अपने लुक को गॉर्जियस बना सकती हैं।

व्हाइट एंड पिंक प्रिंटेड लॉन्गलाइन टाई-अप श्रग

अगर आप मानसून से मौसम में अपने लुक से सभी का दिल जीतना चाहती हैं, तो अब एक जैसे आउटफिट पहनने के बजाय आप इस तरह के खूबसूरत व्हाइट एंड पिंक प्रिंटेड लॉन्गलाइन टाई-अप श्रग को ट्राई कर सकती हैं। ऐसे श्रग न सिर्फ आपको स्टाइलिश लुक देंगे, बल्कि इसे पहनकर आप कम्फर्टेबल रहेंगी। इस तरह के श्रग आपको ऑनलाइन और ऑफलाइन दोनों जगह मिल सकते हैं।

मल्टी कलर स्ट्रिप लॉन्ग कॉटन श्रग

अगर आप भीड़ से हटके लुक क्रिएट करना चाहती हैं और इस बरसात के मौसम में कहीं घूमने का प्लान कर रही हैं, तो ट्रिप पर जाने से पहले आप इस तरह के खूबसूरत मल्टीकलर स्ट्रिप लॉन्ग कॉटन श्रग को अपने सूटकेस में रख सकती हैं।

बर्फ के इस्तेमाल से डार्क सर्कल गायब होने की जानिए सच्चाई

नींद की कमी, थकान, खराब खान-पान और हमेशा मोबाइल-लैपटॉप के इस्तेमाल का असर अब लोगों के शरीर पर दिखने लगा है। दरअसल, इन सभी की वजह से अब लोगों का न सिर्फ स्वास्थ्य खराब हो रहा है, बल्कि इसकी वजह से आंखों के नीचे काले घेरे भी आने लगे हैं, जिनकी वजह से चेहरा काफी अजीब दिखने लगता है।

अगर शुरुआती दिनों में इन डार्क सर्कल का इस्तेमाल न किया जाए तो ये दिन ब दिन और गहरे होते जाते हैं, जिस कारण चेहरा अजीब लगता है। कई लोगों को आपने ये कहते सुना होगा कि इन काले घेरों को आइस क्यूब खत्म कर सकता है। इस बात में कितनी सच्चाई है, हम आज इसी बारे में बात करेंगे। यहां हम आपको न सिर्फ ये सच्चाई बताएंगे, बल्कि इसके इस्तेमाल का तरीका भी समझाएंगे।

ये कितना है असरदार ?

सबसे पहले जानते हैं कि क्या बर्फ का असर काले घेरों पर होता है ? तो इसका जवाब है कि हां आइस थेरेपी से काले घेरे काफी हद तक

कम हो सकते हैं। ये नहीं कहा जा सकता है कि इससे डार्क सर्कल एकदम खत्म हो जाएंगे, लेकिन हां इसका असर होता है।

ये कितना है असरदार ?

ऐसा इसलिए क्योंकि काले घेरों पर आइस क्यूब लगाने से ब्लड सर्कुलेशन बेहतर होता है, जिससे स्किन टोन सुधरती है। इसके इस्तेमाल से आंखों की पफीनेस भी कम होती है, जिससे आंखें खूबसूरत दिखती हैं। अब जानते हैं कि आइस क्यूब को किन तरीकों से डार्क सर्कल पर इस्तेमाल किया जा सकता है।

सावन शुरू होते ही पहनें ये डेली वियर पायल के नए डिजाइन

सावन का महीना जल्द आने वाला है। पंचांग के अनुसार 30 जुलाई (गुरुवार) से शुरू होकर 28 अगस्त (शुक्रवार) तक सावन का महीना चलेगा। यह मास भगवान शिव की आराधना और जलाभिषेक के लिए बेहद शुभ माना जाता है। और इस महीने में अधिकतर महिलाएं अपनी खूबसूरती से सभी का दिल जीतने के लिए कई प्रयास करती हैं। वे आउटफिट से लेकर एक्सेसरीज तक हर एक चीज मैच कर पहनना पसंद करती हैं। ऐसे में अगर आप भी इस साल सावन के महीने में अपने लुक को डिफरेंट और एलिगेंट बनाना चाहती है, तो यह खबर आपके लिए बेस्ट हो सकती है। आज हम आपको कुछ ऐसे पायल डिजाइन बताएंगे, जिन्हें आप सावन के महीने में पहनकर अपने पैरों की खूबसूरती को बढ़ा सकती है।

रोडियम प्लेटेड पायल

सावन के महीने में अगर आप डेली वियर में पहनने के लिए पायल डिजाइन तलाश रही है, तो आप इस खूबसूरत रोडियम प्लेटेड पायल को अपने पैरों में पहनकर अपने पैरों की खूबसूरत में चार चांद लगा

सकती हैं। इस तरह के पायल को आप चांदी में सुनार के यहां बनवा सकती हैं या ऑनलाइन भी खरीद सकते हैं। इसे आप ट्रेडिशनल से लेकर एथनिक आउटफिट तक किसी भी ऑउटफिट के साथ पहन सकती हैं।

सिल्वर प्लेटेड एंकलेट

सावन के महीने में अगर आप सोलह श्रृंगार करती हैं, तो अपने श्रृंगार में इस खूबसूरत सिल्वर प्लेटेड एंकलेट डिजाइन को भी शामिल कर सकती हैं। ऐसे पायल इन दिनों बेहद चर्चा में है।

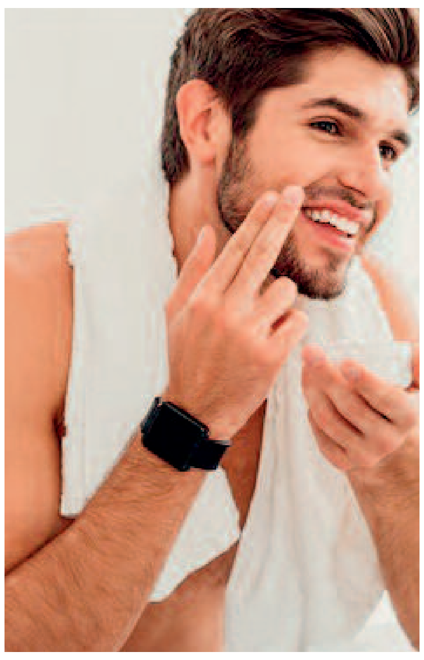
कार्नर न्यूज

हेल्दी स्किन के लिए मेंस फैशन में मौजूद है कई विकल्प

त्वचा से जुड़ी बहुत सी दिक्कतों को इग्नोर कर देते हैं ज्यादातर लड़के, इन उपायों पर दीजिए ध्यान

जिस तरह से लंबे जीवन के लिए अच्छा स्वास्थ्य होना जरूरी है, ठीक उसी तरह से खूबसूरत और ग्लोइंग त्वचा के लिए हेल्दी स्किन होना बेहद आवश्यक है। ऐसे में लोग ग्लोइंग त्वचा पाने के लिए तमाम स्किन केयर प्रोडक्ट इस्तेमाल करते हैं और तरह-तरह के स्किन केयर ट्रीटमेंट लेते हैं। अपनी त्वचा का खास ध्यान लड़कियां तो खूब अच्छे से रख लेती हैं, लेकिन लड़के इस मामले में थोड़ा आलसी माने जाते हैं। इसी के चलते ज्यादातर लड़के न तो स्किन केयर करते हैं, बल्कि वो तो त्वचा संबंधी दिक्कतों को इग्नोर भी कर देते हैं। यहां हम आपको कुछ ऐसी ही दिक्कतों के बारे में बताने जा रहे हैं, जिन्हें ज्यादातर लड़के पूरी तरह से इग्नोर कर देते हैं।

मुंहासे : गंदगी की वजह से अक्सर चेहरे पर मुंहासे निकल जाते हैं, जिनस सही समय पर इलाज करना बेहद जरूरी है। अगर इनका सही से इलाज न किया जाए तो ये फैलन जाते हैं और चेहरे पर दाग छोड़ जाते हैं। ऐसे में अगर आपके चेहरे पर एक भी मुंहासा दिख रहा है तो



तत्काल प्रभाव से उसका इलाज करें, ताकि आकी दिक्कत ज्यादा न बढ़ जाए।

ड्राई स्किन: जब मौसम बदलता है तो स्किन में कुछ बदलाव अवश्य आता है। खासतौर पर ज्यादातर लोगों की स्किन बदलते मौसम में रूखी हो जाती है। जब त्वचा फटने लगती है तो इसपर खुजली होती है। नेचुरल ऑयल की कमी से स्किन जल्दी बूढ़ी दिखने लगती है। इसलिए मौसम बदलने की शुरुआत होते ही स्किन पर अच्छा मॉइश्चराइजर का इस्तेमाल करना शुरू करें। इससे आपकी स्किन की नमी बरकरार रहेगी।

टैनिंग: लड़कियां तो बार-बार सनस्क्रीन का इस्तेमाल कर लेती हैं, लेकिन लड़कों को इसमें बड़ा आलस आता है। दरअसल, धूप में निकलने से स्किन जल जाती है या काली पड़ जाती है। अगर इस दिक्कत से बचना चाहते हैं तो कम से कम 50 एसपीएफ की सनस्क्रीन का इस्तेमाल करें, ताकि आपकी त्वचा का रूखापन आपको परेशान न करें।

डार्क सर्कल्स: अक्सर लोगों को लगता है कि डार्क सर्कल्स सिर्फ थकान की वजह से होते हैं, जबकि ऐसा नहीं है। ये कई कारणों से होते हैं। ऐसे में शुरुआती दिनों में ही इसका ध्यान रखें। आजकल बाजार में तमाम तरह

की अंडर आई क्रीम आती हैं जो त्वचा के लिए काफी लाभयादक रहती हैं।

डैंड्रफ: सिर की त्वचा पर जब रूखापन बढ़ जाता है तो डैंड्रफ की समस्या सामने आती है। ऐसे में या तो रूसी हटाने वाले शैंपू का इस्तेमाल करें। अगर ये नहीं है तो घरेलू नुस्खों का इस्तेमाल कर सकते हैं। जैसे कि दही रूसी हटाने में काफ़ी कारगर माना जाता है।