

कमजोर पड़ा मानसून, स्थानीय प्रभाव से हो रही जिले में खंड वर्षा

हरिभूमि न्यूज ►►मिलाई

इस सीजन का मानसून अब कमजोर पड़ चुका है। उत्तरी अंडमान सागर और उससे सटे पूर्वी-मध्य बंगाल की खाड़ी के ऊपर बना कम दबाव का क्षेत्र पश्चिम-उत्तर-पश्चिम की ओर बढ़ा है। इस तरह मानसून अब पहले जैसा नहीं रहा। जिसकी वजह से अब स्थानीय प्रभाव की सक्रियता बढ़ी है। इस प्रभाव के चलते भिलाई- दुर्ग सहित पूरे जिले में खंड वर्षा के हालात बन गए हैं। रविवार को पूरे दिन धूप,बदली और खंड वर्षा दिखाई दी। दुर्ग के कुछ हिस्से में बारिश हुई बाकी सूखा रहा। यही स्थिति भिलाई में देखी गई। मरोदा सेक्टर में बारिश हुई तो पावरहाउस और सुपेला क्षेत्र में बूंद पानी नहीं गिरा। पूरे जिले के गांवों में इसी तरह की खंड वर्षा हो रही है। जिले में अब तक 770.1 मिमी औसत बारिश हो चुकी है।

तीन तहसील में ही 21.6 मिलीमीटर बारिश

खंड वर्षा की स्थिति यह है कि रविवार को जिले के केवल तीन तहसील में ही 21.6 मिलीमीटर बारिश रिकार्ड की गई है। सबसे ज्यादा पाटन तहसील में बारिश हुई है। यहां 17.4 मिलीमीटर बारिश दर्ज की गई है। दुर्ग तहसील में 2.2 मिलीमीटर और बोरी तहसील में 2.2 मिलीमीटर बारिश हुई है। भिलाई में एक सेक्टर के आधा किलोमीटर में वर्षा हुई तो उससे आगे सूखे की स्थिति रही। जिसकी वजह से इस तहसील में बारिश रिकार्ड ही नहीं हो पाया यही स्थिति अहिंवारा तहसील की भी रही है।



जिले में अब तक 770.1 मिमी औसत बारिश

जिला भू अभिलेख विभाग के मुताबिक जिले में अब तक 770.1 मिमी औसत बारिश हो चुकी है। दुर्ग तहसील में अब तक 935.3 मिमी वर्षा दर्ज की गई है। इसी तरह बोरी तहसील में 649.6 मिमी वर्षा हुई है। पाटन तहसील में अब तक 983.2 मिमी वर्षा रिकार्ड की गई है। भिलाई-3 तहसील में 810.6 मिमी, धमधा में 518.7 मिमी और अहिंवारा तहसील में 588.9 मिमी वर्षा हो चुकी है।

उत्तरी अंडमान सागर के ऊपर कम दबाव का क्षेत्र बना

उत्तरी अंडमान सागर और उससे सटे पूर्वी-मध्य बंगाल की खाड़ी के ऊपर बना कम दबाव का क्षेत्र पश्चिम-उत्तर-पश्चिम की ओर बढ़ा है। रविवार की सुबह आईएसटी पर पूर्वी-मध्य बंगाल की खाड़ी और उससे सटे उत्तरी अंडमान सागर के ऊपर एक 'डिप्रेषन' (अवदाव) और 22 सितंबर को पश्चिमी-मध्य बंगाल की खाड़ी के ऊपर एक 'डीप डिप्रेषन' (गहन अवदाव) में बदलने की बहुत संभावना है। पश्चिम-उत्तर-पश्चिम की ओर बढ़ते हुए, इसके 23 सितंबर की सुबह के आसपास उत्तरी आंध्र प्रदेश - दक्षिणी ओडिशा तटों के पास पश्चिमी-मध्य और उससे सटे उत्तर-पश्चिमी बंगाल की खाड़ी तक पहुंचने की बहुत संभावना है।



खबर संक्षेप

काँपर वायर चोरी करने वाले 2 गिरफ्तार

भिलाई। बीएसपी से काँपर वायर चोरी करने वाले फरार दो आरोपी को पुलिस ने गिरफ्तार किया है। भट्टी पुलिस ने बताया कि प्लांट के जंक्शन-12, कोक ओवन से काँपर वायर चोरी के मामले में पुलिस ने जोरावरदाई, थाना उतई निवासी निखिल साहू, किशन ठाकुर को पकड़ा गया। जो लंबे समय से फरार चल रहे थे। पहले पकड़े गए दो आरोपियों से पुलिस ने 160 किलो काँपर वायर 40 हजार रुपए, एक फोन जब्त किया था। घटना 12 अगस्त की रात की है। ड्यूटी पर तैनात सीआईएसएफ के जवानों ने पहले ही दो युवकों को पकड़कर पुलिस के हवाले किया था।



बिना पंजीयन वाहन खरीदने वाले धरे गए

भिलाई। बिना पंजीयन नंबर के वाहन खरीदी बिक्री करने वाले दो लोगों को पुलिस ने गिरफ्तार किया है। मोहन नगर पुलिस ने बताया कि सिंधिया नगर, दुर्ग निवासी रोहित कुमार कंकरिया, नेहरु नगर अनुप रावलानी को पकड़ा गया। इसे लेकर पूर्व में आरोपी विजय सेन को गिरफ्तार कर न्यायालय में पेश किया गया था। विवेचना के दौरान बिना पंजीयन नंबर वाले वाहन की खरीदी-बिक्री वाहन के पंजीयन नंबर के दुरुपयोग से जुड़े अन्य आरोपियों की भूमिका सामने आई। प्रकरण में फरार चल रहे आरोपियों की लगातार पतासाजी कर पुलिस टीम उक्त दोनों आरोपियों को गिरफ्तार किया है। पंजीयन क्रमांक के दुरुपयोग के कारण वास्तविक वाहन स्वामी को ट्रैफिक चालान, टोल राशि से जुड़ा संदेश मिला था।

उधारी रकम वसूलने की मारपीट, मेजा जेल

भिलाई। उधारी रकम वसूलने महिला और दो पुरुषों ने मिलकर मारपीट करने का मामला प्रकाश में आया है। घटना की शिकायत पर पुलिस ने तीन को गिरफ्तार किया है। भट्टी पुलिस ने बताया कि सुपेला निवासी रेखा तांडी के पति की तबीयत खराब होने के कारण उपचार के लिए सेक्टर-01, सड़क 15, क्वार्टर 10 भी भिलाई निवासी पूजा राव उर्फ वेंकट लक्ष्मी राव से 20 हजार रुपए उधार स्वरूप लिया था। उक्त राशि पर साप्ताहिक ब्याज की डिमांड लगातार पीड़िता से किया जा रहा था। रकम को एक साथ रेखा नहीं दे पा रही थी। पूजा ने उसे उपचार कराने की बात कहकर अपने वाहन से अपने घर लेकर गई। आरोप है कि पूजा राव, चंदन राव, प्रवीण शर्मा ने पीड़िता व उसके पुत्र से गाली-गलौच करते हुए अतिरिक्त रकम का डिमांड करने लगी। रकम नहीं देने पर जान से मारने की धमकी देकर हाथ-मुक्के, डंडे से मारपीट की गई। मामले में पुलिस ने पूजा राव उर्फ वेंकट लक्ष्मी राव, चंदन राव, प्रवीण शर्मा को गिरफ्तार किया है। उनके पास से पुलिस ने एक कोरा कागज और अस्त्र दस्तावेज जब्त किया गया है।

पहले बिल्हा तबादला, फिर पीएचसी भिलाई-3 में मूल पदस्थापना के निर्देश सुपेला चिकित्सा अधीक्षक शासन के आदेश पर भारी, नहीं लौट रहे मूल पदस्थापना पर

हरिभूमि न्यूज ►►मिलाई

लाल बहादुर शास्त्री अस्पताल सुपेला में कई सालों से पदस्थ डॉ. पीयाम सिंह शासन के आदेश को दरकिनार कर पिछले 6 माह से चिकित्साधीक्षक के पद पर जमे हुए हैं। उन्हें उनकी मूल पदस्थापना में क्यों नहीं भेजा जा रहा है, इसका जवाब न तो सीएमएचओ के पास है न सिविल सर्जन और बीएमओ पाटन के पास है। उधर डॉ. पीयाम यह दावा कर रहे हैं कि उन्हें यहां से कोई नहीं हटा सकता है।

सिविल अस्पताल सुपेला के चिकित्सा अधीक्षक डॉ. पीयाम सिंह वर्तमान में लाल बहादुर शास्त्री अस्पताल सुपेला में अधीक्षक के पद पर कार्यरत हैं, जबकि विभागीय आदेश के अनुसार उन्हें अपनी निर्धारित पदस्थापना स्थल पर सेवाएं देनी थीं। दो दो आदेश निकलने के बाद भी वो राज्य शासन के आदेशों की धज्जियां उड़ा रहे हैं। इस पर सीएमएचओ व अन्य अधिकारियों की भूमिका पर सवाल उठ रहे हैं।

जानकारी के अनुसार लोक स्वास्थ्य एवं परिवार कल्याण विभाग, मंत्रालय रायपुर द्वारा जून 2025 में चिकित्सा अधिकारियों की नवीन पदस्थापना सूची जारी की गई थी। इसमें 58 चिकित्सकों के नाम शामिल थे। इस सूची में डॉ. पीयाम सिंह का नाम भी था। आदेश के अनुसार उनका तबादला लाल

छह महीने बीते, कई सीनियर लाइन में, लेकिन डॉ. पीयाम को हटाने में असफल

बहादुर शास्त्री अस्पताल सुपेला, भिलाई से सामुदायिक स्वास्थ्य केंद्र बिल्हा, जिला बिलासपुर किया गया था। डॉ. पीयाम सिंह ने बिल्हा में अपनी उपस्थिति दर्ज नहीं कराई और सुपेला अस्पताल में ही कार्य करते रहे। आ यु क्त - स ह - सं चाल क , स्वास्थ्य सेवाएं, छत्तीसगढ़ शासन द्वारा 12 मार्च 2026 को संचालनालय स्वास्थ्य सेवाओं के अंतर्गत स्वास्थ्य संस्थाओं में मूल पदस्थापना स्थल से अन्यत्र संस्थाओं में संलग्न चिकित्सकों एवं चिकित्सा कर्मियों का संलग्नीकरण समाप्त करते हुए तबादला आदेश जारी किया गया। इस आदेश में नियमित संवर्ग के 61 अधिकारी-कर्मचारियों और राष्ट्रीय स्वास्थ्य मिशन के अंतर्गत कार्यरत 41 कर्मचारियों, यानी कुल 102 लोगों को लेकर आदेश जारी किया गया था। आदेश का उद्देश्य मूल पदस्थापना से अलग स्थानों पर संलग्न चिकित्सकों और कर्मचारियों को उनकी निर्धारित पदस्थापना पर वापस भेजना था। इसी आदेश में डॉ. पीयाम सिंह को उनकी मूल पदस्थापना सीएचसी भिलाई-3 में जाकर सेवाएं देने के निर्देश दिए गए थे, लेकिन करीब छह महीने बीतने के बाद भी वे सीएचसी भिलाई-3 में ड्यूटी नहीं दे रहे हैं और सुपेला अस्पताल में ही अधीक्षक के पद पर कार्यरत हैं।



सुपेला में हाजिरी, पाटन से वेतन

डॉ. पीयाम सिंह को हाजिरी और ड्यूटी लाल बहादुर शास्त्री अस्पताल सुपेला भिलाई में दे रहे हैं, जबकि उनका वेतन पाटन विकासखंड से जारी की जा रहा है। क्योंकि पीएचसी भिलाई-3 पाटन विकासखंड के अंतर्गत आता है। सुपेला अस्पताल में डॉ. पीयाम से भी कई सीनियर डॉक्टर पदस्थ हैं, जिन्हें इस मनमानी के चलते जूनियर के अंडर में काम करना पड़ रहा है। यह जांच का विषय है कि डॉ. पीयाम सिंह की वर्तमान पदस्थापना क्या है, उनका वेतन किस कार्यालय से आहरित हो रहा है और किस आदेश के आधार पर वे सुपेला अस्पताल में चिकित्सा अधीक्षक के रूप में कार्य कर रहे हैं।

दो आदेश, नहीं दी ज्वाइनिंग

जून 2025 के तबादला आदेश के बाद डॉ. पीयाम सिंह ने सीएचसी बिल्हा में ज्वाइन नहीं किया। इसके बाद 12 मार्च 2026 के आदेश में उन्हें मूल पदस्थापना पीएचसी भिलाई-3 में लौटने के निर्देश दिए गए, लेकिन वहां भी उन्होंने ज्वाइन नहीं दी। ऐसे में सवाल उठता है कि आखिर वो किस आधार और किसके निर्देश पर सिविल अस्पताल सुपेला में चिकित्सा अधीक्षक की जिम्मेदारी संभाल रहे हैं।

विभागीय जिम्मेदारी पर भी सवाल

तबादला आदेश जारी होने के बावजूद यदि किसी अधिकारी ने निर्धारित नई या मूल पदस्थापना पर ज्वाइन नहीं किया है, तो संबंधित अधिकारी को रिलीव करने और आदेश का पालन सुनिश्चित कराने की जिम्मेदारी विभागीय अधिकारियों की भी होती है। ऐसे में इस मामले में केवल डॉ. पीयाम सिंह की भूमिका ही नहीं, बल्कि उन्हें सुपेला में कार्य करने की अनुमति देने वाले सीएमएचओ कार्यालय के अधिकारियों की भूमिका भी जांच का विषय बनती है।

बीएसओ ने जानकारी से खड़े किए हाथ

पाटन के बीएमओ डॉ. मुनेश्वर कठौतिया का कहना है कि वो इस बारे में कुछ नहीं कह सकते हैं। डॉ. पीयाम सिविल सर्जन के आदेश पर सुपेला में कार्य कर रहे हैं। इसलिए वह ही जवाब देंगे कि कुछ नहीं बता सकते हैं।

मोबाइल में नहीं दे सकता जानकारी

जब इस बारे में चिकित्साधीक्षक डॉ. पीयाम सिंह से फोन पर बात की गई तो उन्होंने कहा कि वो फोन पर कोई जानकारी नहीं दे सकते हैं। अस्पताल में आकर मिलिए। जब अस्पताल में जाकर पता किया गया तो वो वहां नहीं थे।

भांजे ने मामा के दोस्त की ईट से कुचल कर की हत्या



हरिभूमि न्यूज ►►मिलाई

भिलाई में जामुल थाना अंतर्गत कुरुद गांव में बाजार चौक के पास एक 17 साल के नाबालिग युवक ने शराब पार्टी के दौरान अपने मामा के दोस्त की हत्या कर दी। वो इतने नशे में था कि खून लगे कपड़े में ही सुबह 11 बजे से देर शाम तक घर के पास घूमता रहा। इस दौरान जब लोगों ने उसे इस हालत में देखा तो पुलिस को सूचना दी। पुलिस ने घटना स्थल में पहुंचकर सबसे पहले शव को अपने कब्जे में लिया और मामा और उसके भांडे को हिरासत में लिया। घटना स्थल पर ही नाबालिग आरोपी से बात करने पर उसने बताया कि उसका मामा मनीष बघेल पिता चिंताराम बघेल (45 साल) काशीडीह थाना उतई जिला दुर्ग में रहता है। रविवार सुबह 10 बजे वो अपने दोस्त 40 वर्षीय काशीडीह निवासी पूरण के साथ

उसके घर आया। तीनों ने पार्टी करने का प्लान बनाया। शराब दुकान से शराब लाकर तीनों ने जमकर शराब

■ मामा और उसका दोस्त भांजे के घर कुरुद गए थे शराब पार्टी करने, विवाद के दौरान हुई घटना

पी। शराब पार्टी के दौरान ही पूरण ने अपने दोस्त मनीष को किसी बात को लेकर गाली दे दिया। इस पर भांजा नाराज हो गया और पूरण से झगड़ा करने लगा कि उसने उसके मामा को गाली कैसे दी। दोनों के बीच विवाद और गाली गलौज होने लगा। इसके बाद मामा और भांजे ने मिलकर पूरण को जमीन पर गिरा दिया। भांजे ने पास पड़े ईट को उठाया और पूरण के सिर में कई बार फिरे, जिससे उसकी मौके पर ही मौत हो गई। सूचना पर जामुल थाना बुजे वो अपने दोस्त 40 वर्षीय काशीडीह निवासी पूरण के साथ

पूरा कमरा खून से हुआ लाल

युवक की हत्या इतनी बेरहमी से की गई कि पूरे कमरे में खून ही खून दिख रहा था। जिस कमरे में हत्या की गई वो आम रास्ते से लगा हुआ है। और घर के बाहर ही गांजा और मामला को नशे के हालत में खून लगे कपड़े पहने घूमने पर वहां लोगों को जानकारी हो गई। लोगों ने खिड़की से देखा तो उसके बाद पुलिस को सूचना दी। शाम 5 बजे जामुल पुलिस मौके पर पहुंची इसके बाद दोनों आरोपियों को हिरासत में लिया। शव को पोस्टमॉर्ट के लिए भेज दिया गया है।

स्वाइन फ्लू का एक और मरीज मिला सुपेला अस्पताल में प्रसव के बाद महिला की मौत

हरिभूमि न्यूज ►►मिलाई

दुर्ग जिले में स्वाइन फ्लू का एक नया पॉजिटिव मरीज सामने आया है। स्वास्थ्य विभाग के अनुसार नए मरीज का उपचार निजी अस्पताल में चल रहा है। इसके साथ ही 5 अगस्त से 20 सितंबर तक जिले में स्वाइन फ्लू के कुल 59 पॉजिटिव मामले सामने आ चुके हैं।

स्वास्थ्य विभाग के अनुसार वर्तमान में जिले में 6 एक्टिव मरीज हैं। इनमें 3 मरीज अस्पताल में भर्ती हैं, जबकि 3 मरीज होम आइसोलेशन में रहकर उपचार करा रहे हैं। विभाग के मुताबिक सभी

मरीजों की स्थिति फिलहाल सामान्य है और उनका विभिन्न अस्पतालों में चिकित्सकीय उपचार एवं निगरानी जारी है। जिले में स्वाइन फ्लू के नए पॉजिटिव मामले

■ 3 मरीज अस्पताल में भर्ती और 3 होम आइसोलेशन में, सभी की स्थिति सामान्य

सामने आने के बाद स्वास्थ्य विभाग द्वारा संबंधित मरीजों के संपर्क में आए लोगों की कॉन्टेक्ट ट्रेसिंग की जा रही है। साथ ही संक्रमित मरीजों की नियमित मॉनिटरिंग भी की जा रही है। स्वास्थ्य विभाग द्वारा यह

कार्रवाई दुर्ग कलेक्टर के निर्देश पर मुख्य चिकित्सा एवं स्वास्थ्य अधिकारी डॉ. मनोज दानी, जिला सर्वलेंस अधिकारी डॉ. सीबीएस बंजारे तथा जिला कार्यक्रम प्रबंधक, एनएचएम भूमिका वर्मा के मार्गदर्शन में की जा रही है।

स्वास्थ्य विभाग के आंकड़ों के अनुसार 5 अगस्त से 20 सितंबर के बीच जिले में स्वाइन फ्लू के 59 धनात्मक प्रकरण मिले हैं। इनमें से अधिकांश मरीजों के उपचार और निगरानी की जा रही है, जबकि वर्तमान में 6 मरीज एक्टिव हैं। स्वास्थ्य विभाग नए मामलों पर नजर बनाए हुए है।

परिजनों ने लगाया गलत इलाज व लापरवाही का आरोप, थाने में शिकायत

हरिभूमि न्यूज ►►मिलाई

लाल बहादुर शास्त्री अस्पताल सुपेला में प्रसव के बाद एक महिला की मौत का मामला सामने आया है। मृतका के परिजनों ने अस्पताल प्रबंधन पर इलाज में लापरवाही का आरोप लगाते हुए सुपेला थाने में शिकायत की है।

जानकारी के अनुसार कैप 1 जलेबी चौक पानी टंकी के पास निवासी रितु मौर्य पति विनय मौर्य (23 साल) को प्रसव के लिए लाल बहादुर शास्त्री अस्पताल

सुपेला में भर्ती कराया गया था। परिजनों के मुताबिक 18 सितंबर को महिला का सिजेरियन ऑपरेशन किया और बालक का जन्म हुआ। परिजनों का आरोप है कि ऑपरेशन के बाद से रितु की तबीयत लगातार बिगड़ती जा रही थी। 20 सितंबर की सुबह करीब 4 बजे उसकी हालत अचानक ज्यादा खराब हो गई। इसके बाद उसे बीएम शाह अस्पताल ले जाया गया। वहां डॉक्टरों ने सुबह 6 बजे ईसीजी जांच के बाद महिला को मृत घोषित कर दिया। महिला की मौत के बाद रविवार को लाल बहादुर शास्त्री अस्पताल सुपेला में पोस्टमार्टम कराया गया। पोस्टमार्टम के बाद शव परिजनों को सौंप दिया गया।

परिजनों का आरोप है कि अस्पताल में गलत इलाज के चलते महिला की मौत हुई है। उनका कहना है कि ऑपरेशन के बाद महिला की तबीयत बिगड़ती रही, लेकिन स्थिति को समय रहते नियंत्रित नहीं किया जा सका। मामले को लेकर परिजनों ने सुपेला थाने में शिकायत की है। पुलिस तबीयत और उपलब्ध दस्तावेजों के आधार पर मामले की जांच कर रही है। महिला की मौत का वास्तविक कारण पोस्टमार्टम रिपोर्ट और जांच के बाद ही स्पष्ट हो सकेगा।

एक महिला, दो पुरुष और नाबालिग को पुलिस ने पकड़ा खुर्सीपार बना नशाखोरी का अड्डा, 14.09 लाख कीमत का हेरोइन जब्त

हरिभूमि न्यूज ►►मिलाई

खुर्सीपार नशाखोरी का अड्डा बनते जा रहा है। पुलिस ने खुर्सीपार में जसबीर कौर के मकान से करीब 70.460 ग्राम हेरोइन जब्त किया है। हेरोइन की कीमत 14.09 लाख रुपए आंकी गई है।

यह हेरोइन कहां से आया, भिलाई में कैसे पहुंचा, कौन लेकर आया। अब तक इसका खुलासा नहीं हो पाया है। मामले में पुलिस ने एक महिला, दो पुरुष और दो नाबालिग को पकड़ा है। आरोपियों से पूछताछ की जा रही है। जानकारी के मुताबिक

खुर्सीपार पुलिस ने जोन क्रमांक 3 जोरो स्ट्रीट स्थित मकान से यह हेरोइन जब्त किया है। मादक पदार्थ के साथ बिक्री से प्राप्त नगदी 2,35,100, सोने-चांदी के आभूषण, बर्तन, मोबाइल फोन एवं इलेक्ट्रॉनिक तराजू भी जब्त किए गए। प्रकरण में एक महिला एवं दो पुरुष आरोपियों को विधिवत गिरफ्तार कर न्यायालय में प्रस्तुत किया गया, जबकि दो विधि से संघर्षरत बालकों को किशोर न्याय बोर्ड के समक्ष पेश किया गया। आरोपियों के खिलाफ एनडीपीएस एक्ट की धाराओं में कार्रवाई की गई।



आरोपियों की पूछताछ, जल्द ही बड़े खुलासे की संभावना

जानकारी के मुताबिक पुलिस ने आरोपियों से पूछताछ की है, जिसमें कई बड़े खुलासे की संभावना बताई जा रही है। पकड़े गए आरोपियों में जौरी स्ट्रीट खुर्सीपार निवासी जसबीर कौर उर्फ सोनु उम 25 वर्ष, इंडस्ट्रियल एरिया जामुल निवासी नितेश सोनी उम 32 वर्ष, राजेंद्र प्रसाद नगर खुर्सीपार निवासी तिरुक्केश निषाद उम 21 वर्ष सहित दो नाबालिग शामिल हैं। पुलिस ने मौके से 70.460 ग्राम हेरोइन, 2.35 लाख कैश, सोने-चांदी के आभूषण, 8 मोबाइल, 1 इलेक्ट्रॉनिक तराजू सहित अन्य जब्त किया है।

पुलिस ने की घेराबंदी

19 सितंबर को मुखबिर सूचना के आधार पर थाना खुर्सीपार पुलिस ने जोन 3 जोरी स्ट्रीट स्थित मकान में दौबिश देकर अवैध मादक पदार्थ हेरोइन के विक्रय संबंधी कार्रवाई की गई। जानकारी मिली थी अवैध रूप से मादक पदार्थ हेरोइन का विक्रय किया जा रहा है। सूचना से वरिष्ठ अधिकारियों को अवगत कराते हुए पुलिस टीम द्वारा तत्काल मौके पर पहुंचकर घेराबंदी एवं आवश्यक वैधानिक कार्रवाई की गई। पुलिस टीम को देखकर मौके पर उपस्थित महिला द्वारा मांगने का प्रयास किया गया, जिसे पुलिस टीम द्वारा पकड़ लिया गया। मौके पर उपस्थित अन्य व्यक्तियों को भी हिरासत में लेकर पूछताछ एवं विधिवत तलाशी कार्रवाई की गई। तलाशी के दौरान मादक पदार्थ हेरोइन, नगदी रकम, सोने-चांदी के आभूषण एवं बर्तन, मोबाइल फोन तथा इलेक्ट्रॉनिक तराजू बरामद किए गए। बरामद मादक पदार्थ का कुल वजन 70.460 ग्राम, जिसकी अनुमानित कीमत 14,09,200 है। इसके अतिरिक्त 2,35,100/- नगदी, सोने के 19 नग आभूषण, चांदी के आभूषण एवं बर्तन, 08 नग मोबाइल फोन तथा इलेक्ट्रॉनिक तराजू जब्त किया गया।

सस्ता

न्यू

ओम ज्वेलर्स

शायी ब्राह में दुल्हनों के लिए एक से एक सुंदर वैरायटी के गहने उपलब्ध

जितने ग्राम सोना लेने पर उतने ही ग्राम की चांदी विल्कुल फ्री

916 (22K), 833 (20K), 75 (18K) हॉलमार्क के गहने अब विल्कुल सस्ते दामों पर उपलब्ध आज ही पधारें

सर्टिफाइड राशि रत्न उपलब्ध है

- 100% गारंटी सोना, चांदी, हीरा
- टोटल हॉल मार्क जेवर
- स्पेशल पर्स, वैग फ्री
- रिपेयरिंग फ्री

- जवाहर मार्केट, मेन सर्विस रोड, पावर हाऊस, भिलाई
- शॉप नं.-64 बी, इंदिरा मार्केट, दुर्ग
- बाजार चौक, कुम्हारी

व्यवस्थित डेटा विश्वसनीय और सार्थक शोध निष्कर्षों तक पहुंचने में सहायक

हरिभूमि न्यूज ►►दुर्ग

शासकीय वीवाईटी पीजी स्वशासी महाविद्यालय ने शोध एवं अकादमिक क्षमता विकास की दिशा में एक महत्वपूर्ण पहल करते हुए डेटा विश्लेषण एवं शोध में बौद्धिक संपदा अधिकार संरक्षण विषय पर आयोजित तीन दिवसीय कार्यशाला का सफलतापूर्वक समापन हुआ। जूलाँजी विभाग द्वारा आईक्यूएसी एवं आईआईसी के तत्वावधान तथा रूसा के प्रायोजन में आयोजित इस कार्यशाला में विद्यार्थियों, शोधार्थियों एवं विभिन्न विभागों के प्रतिभागियों को समकालीन शोध की आवश्यकताओं से जुड़े महत्वपूर्ण विषयों पर विशेषज्ञ मार्गदर्शन

प्राप्त हुआ।
 कार्यशाला के अंतिम दिवस डेटा एनालिसिस पर विशेष अकादमिक सत्र आयोजित किया गया। इसमें राष्ट्रीय शिक्षक पुरस्कार-2026 से सम्मानित डॉ. राजीव चौधरी, प्रोफेसर एवं विभागाध्यक्ष, शारीरिक शिक्षा अध्ययनशाला, पं. रविशंकर शुक्ल विश्वविद्यालय, रायपुर रिसोर्स पर्सन के रूप आमंत्रित थे। उन्होंने प्रतिभागियों को डेटा के संगठन, उपयुक्त सांख्यिकीय विधियों के चयन, ग्राफिकल प्रस्तुतीकरण, परिणामों की व्याख्या तथा शोध डेटा की प्रकृति के अनुसार उपयुक्त विश्लेषणात्मक उपकरणों के चयन के बारे में जानकारी दी।

डेटा विश्लेषण एवं शोध में बौद्धिक संपदा अधिकार संरक्षण पर तीन दिवसीय कार्यशाला का समापन

विशेषज्ञों ने रखे विचार, एक मंच पर शोध पद्धतियों पर चर्चा

तकनीकों एवं प्रायोगिक सत्र में प्रतिभागियों को डेटा विश्लेषण के व्यावहारिक पहलुओं तथा विश्लेषणात्मक उपकरणों के उपयोग से अवगत कराया गया। इस व्यावहारिक दृष्टिकोण ने प्रतिभागियों को यह समझने में सहायता की कि सुव्यवस्थित एवं उचित रूप से विश्लेषित डेटा किस प्रकार विश्वसनीय और सार्थक शोध निष्कर्षों तक पहुंचने में सहायक होता है। कार्यशाला की विशेष उपलब्धि यह रही कि इसमें शोध पद्धति, डेटा विश्लेषण और बौद्धिक संपदा अधिकार जैसे परस्पर जुड़े हुए अकादमिक क्षेत्रों को एक ही मंच पर समहित किया गया। इससे प्रतिभागियों को शोध की संपूर्ण प्रक्रिया को अधिक व्यापक दृष्टिकोण से समझने का अवसर मिला। विशेषज्ञों के साथ संवादात्मक सत्रों में प्रतिभागियों ने प्रश्नोत्तर के माध्यम से अपनी शोध संबंधी जिज्ञासाओं का समाधान भी प्राप्त किया।



डिजिटल तकनीकों का जिम्मेदारीपूर्वक उपयोग आवश्यक

कार्यशाला के आयोजन को महाविद्यालय की शोध एवं नवाचार-उन्मुख अकादमिक गतिविधियों को सुदृढ़ करने की दिशा में महत्वपूर्ण कदम माना गया। प्राणी शास्त्र विभाग द्वारा आयोजित यह पहल विद्यार्थियों एवं शोधार्थियों में वैज्ञानिक दृष्टिकोण, शोध-कोशल, डेटा-आधारित निर्णय क्षमता तथा बौद्धिक संपदा के प्रति जागरूकता विकसित करने में सहायक रही। कार्यशाला के दौरान अर्जित ज्ञान एवं कोशल विद्यार्थियों एवं शोधार्थियों को अपने अनुसंधान कार्यों को अधिक व्यवस्थित ढंग से करने, अपने डेटा का वैज्ञानिक तरीके से विश्लेषण करने, अपने नवाचारी विचारों की सुरक्षा करने तथा आधुनिक डिजिटल तकनीकों का जिम्मेदारीपूर्वक उपयोग करने में सहायक सिद्ध होंगे।

समापन सत्र में कार्यशाला का प्रतिवेदन हुआ पेश

कार्यशाला के समापन अवसर पर संयोजक एवं प्राणीशास्त्र विभागाध्यक्ष डॉ. दिव्या के. मिज ने तीन दिवसीय कार्यशाला का प्रतिवेदन प्रस्तुत किया। अंतिम दिवस के सत्र का समन्वय शोधार्थी प्रावी चंद्रकार एवं संस्था सिंह ने किया। सहायक प्रध्यापक डॉ. नीरू अगवाल ने आभार व्यक्त किया। कार्यशाला के सफल आयोजन में जूलाँजी विभाग की डॉ.उषा साहू, डॉ. नीरू अगवाल, डॉ. मौसमी डे, डॉ. अलका मिश्रा, डॉ. संजु खिन्वा, श्री सुदेश साहू, अनुराग मिश्रा, गोपाल राम एवं प्रीति चंद्रकार का महत्वपूर्ण योगदान रहा। महाविद्यालय के प्राचार्य डॉ. अजय कुमार सिंह के मार्गदर्शन में जूलाँजी विभाग की विभागाध्यक्ष एवं कार्यशाला संयोजक डॉ. दिव्या के. मिज तथा विभागीय टीम ने कार्यशाला का सुव्यवस्थित संचालन किया।

खबर संक्षेप

5 बिल्डिंग दुर्गोत्सव समिति की कार्यकारिणी गठित

दुर्ग। पाँच बिल्डिंग दुर्गोत्सव समिति के 34वें वर्ष के आयोजन को लेकर माँ दुर्गा मंच परिसर, पाँच बिल्डिंग कॉलोनी में समिति की बैठक आयोजित की गई। बैठक में आगामी 11 अक्टूबर से प्रारंभ होने वाले क्वॉर नवरात्रि पर्व आयोजित करने को लेकर रूपरेखा पर विचार-विमर्श किया गया। बैठक में नवरात्रि आयोजन की तैयारियों, व्यवस्थाओं एवं कार्यक्रमों को लेकर सदस्यों ने अपने सुझाव रखे। साथ ही समिति द्वारा वर्ष 2025 के आय-व्यय का ब्योरा प्रस्तुत कर उसकी समीक्षा की गई। बैठक के दौरान वर्ष 2026 के लिए पाँच बिल्डिंग दुर्गोत्सव समिति की नई कार्यकारिणी का सर्वसम्मति से पुनर्गठन किया गया। नवगठित कार्यकारिणी में संरक्षक विजय लहरे, अनुरूप साहू एवं बबीता गुड्डु यादव पार्षद को जिम्मेदारी दी गई। प्रमुख सलाहकार जीएस ताम्रकार एवं भानु प्रताप यादव बनाए गए। अध्यक्ष संतोष सिंह ठाकुर, वरिष्ठ उपाध्यक्ष प्रफुल्ल बैस एवं संतोष सिंह राजपूत, महासचिव धर्मेन्द्र देशमुख एवं ऑर्कार देवान्न तथा कोषाध्यक्ष रवि सिंह ठाकुर एवं लाखन सिंह राजपूत नियुक्त किए गए। इसी प्रकार सांस्कृतिक महासचिव गौरीशंकर रावना एवं चन्द्रभान चन्द्राकर तथा सचिव विकास शर्मा, रूपेन्द्र साहू छोटे एवं रवि कहरा को जिम्मेदारी सौंपी गई। नव-नियुक्त पदाधिकारियों ने समिति द्वारा जताए गए विश्वास पर खरा उतरने तथा आगामी क्वॉर नवरात्रि पर्व को धार्मिक आस्था, सामाजिक सहभागिता एवं गरिमामय वातावरण के साथ आयोजित करने का संकल्प लिया।

धन्वंतरि मंदिर का वार्षिकोत्सव 6 व 7 नवंबर को

धमधा। छत्तीसगढ़ राज्य के प्रथम धन्वंतरि मंदिर, धमधागढ़ स्थित सिद्ध मनोकामना भगवान श्री धन्वंतरि मंदिर का पंचम स्थापना वर्ष समारोह आगामी 6 एवं 7 नवंबर को आयोजित किया जाएगा। समारोह की तैयारियों को लेकर बैठक हुई। बैठक में सर्वसम्मति से दो दिवसीय आयोजन के सुचारु संचालन के लिए आयोजन समिति का गठन किया गया। समारोह में शासकीय एवं अशासकीय विद्यालयों, महाविद्यालयों तथा राज्य व केंद्र के शैक्षणिक संस्थानों में अध्ययनरत 15 से 30 वर्ष आयु वर्ग के विद्यार्थियों के लिए संस्कृत मंत्रों एवं श्लोकों की रिकॉर्डिंग पर आधारित समूह नृत्य प्रतियोगिता आयोजित की जाएगी।

अशासकीय कॉलेजों के सेवानिवृत्त प्राध्यापकों की पेंशन बंद करना जनविरोधी

भिलाई। कांग्रेस ने अशासकीय कॉलेजों के सेवानिवृत्त प्राध्यापकों की पेंशन बंद करने के फैसले को जनविरोधी बताया है। जिला कांग्रेस कमेटी भिलाई के अध्यक्ष मुकेश चंद्राकार ने कहा कि प्रदेश सरकार ने 1 सितंबर से एक तुगलकी आदेश जारी कर अनुदानित अशासकीय महाविद्यालयों के 400 से अधिक सेवानिवृत्त प्राध्यापकों तथा तृतीय एवं चतुर्थ श्रेणी कर्मचारियों को पेंशन रोक दी है। यह फैसला साय सरकार के बुजुर्गों के प्रति असंवेदनशील और दमनकारी रवैये को उजागर करता है। 37 वर्षों से इन प्राध्यापकों और कर्मचारियों को निरंतर पेंशन तथा ग्रेच्युटी का लाभ मिल रहा था। यहां तक कि पूर्ववर्ती डॉ. रामन सिंह की भाजपा सरकार ने भी वर्ष 2010 में पांचवें वेतनमान में पेंशन और चौथे वेतनमान में ग्रेच्युटी देने की व्यवस्था को मान्यता दी थी। लेकिन वर्तमान साय सरकार ने बुजुर्ग प्राध्यापकों का हक छीनने का काम किया है, जिससे ये बुजुर्ग इस उम्र में गंभीर आर्थिक तंगी और मानसिक पीड़ा का सामना करने को मजबूर हो गए हैं। उच्च न्यायालय द्वारा बार-बार पेंशन देने के अधिकार को सही ठहराने और राज्य सरकार की याचिकाओं को खारिज किए जाने के बावजूद सरकार का रवैया बेहद हठधर्मिता से भरा रहा है। न्यायालय में हार के बाद भी साय सरकार ने 22 अगस्त को मंत्रिमंडल की बैठक में निर्णय लेकर पेंशन बंद करने का फैसला सुना दिया, जो सीधे तौर पर उच्च न्यायालय के आदेशों का उल्लंघन और जनहित को अनदेखी है। आदेश तुरंत वापस लिया जाए।

ऑनलाइन स्लॉट बुकिंग के लिए भिलाई मित्र पोर्टल भी किया लॉन्च

भिलाई में इस बार गणेश प्रतिमाओं के विसर्जन के लिए 15 तालाबों का चयन

हरिभूमि न्यूज ►►भिलाई

आगामी गणेशोत्सव को देखते हुए नगर पालिक निगम भिलाई के जन स्वास्थ्य विभाग ने गणेश प्रतिमाओं के विसर्जन के लिए शहर के विभिन्न क्षेत्रों में 15 तालाबों को चिन्हित किया है। निगम प्रशासन ने यह सूची जारी करते हुए नागरिकों और गणेशोत्सव समितियों से निर्धारित तालाबों में ही प्रतिमाओं का विसर्जन करने की अपील की है, ताकि व्यवस्था सुचारु बनी रहे और पर्यावरण संरक्षण के मानकों का पालन किया जा सके। इस बार निगम ने ऑनलाइन स्लॉट बुकिंग की व्यवस्था भी शुरू की है। गणेश विसर्जन के दौरान विभिन्न विसर्जन स्थलों पर होने वाली भीड़ एवं असुविधा से बचने के लिए श्रद्धालु अपनी सुविधा के अनुसार ऑनलाइन विसर्जन समय स्लॉट निर्धारित कर सकते हैं। इसके लिए नागरिक भिलाई मित्र पोर्टल पर जाकर उपलब्ध समय के अनुसार अपना स्लॉट बुक कर सकते हैं। विसर्जन हेतु तालाबों को चिह्नित किया गया है, चिह्नित तालाबों में ही मूर्ति विसर्जन किया जाना है। निगम प्रशासन की ओर से अपील है प्रतिबंधित तालाबों में मूर्ति विसर्जन न करें।

असुविधा से बचने के लिए श्रद्धालु ऑनलाइन बुक कर सकते हैं समय स्लॉट



इन तालाबों में विसर्जन की व्यवस्था

निगम द्वारा जारी सूची के अनुसार शहर के अलग-अलग जोगों और वार्डों में स्थित तालाबों को विसर्जन स्थल के रूप में चयनित किया गया है।
जोन-1: के अंतर्गत वार्ड 1 में आला बंध तालाब खमहरिया, वार्ड 2 में स्मृति नगर तालाब, वार्ड 7 में आमा तालाब, वार्ड 11 में लिहा तालाब तथा वार्ड 13 में भेलवा तालाब को शामिल किया गया है।
जोन-2 : में वार्ड 16 का शीतला तालाब सुपेला, वार्ड 22 का शीतला तालाब कुरूद, नकटा तालाब कुरूद तथा शिव शक्ति तालाब घासीदास नगर और वार्ड 26 में मुक्ति धाम के सामने स्थित तालाब को विसर्जन स्थल बनाया गया है।
जोन-3 : के वार्ड 56 में सेक्टर-2 तालाब, जोन-4 के वार्ड 40 में दर्शी तालाब।
जोन-5 : के अंतर्गत वार्ड 64 का जयंती स्टेडियम तालाब, वार्ड 70 का मंगल बाजार के पास स्थित तालाब और महकालेश्वर मंदिर के पास स्थित तालाब को भी सूची में शामिल किया गया है।

विसर्जन स्थलों में कर्मचारी होंगे तैनात

निगम अधिकारियों के अनुसार विसर्जन के दौरान सुरक्षा, साफ-सफाई और यातायात व्यवस्था बनाए रखने के लिए संबंधित विभागों के साथ समन्वय किया जाएगा। प्रमुख विसर्जन स्थलों पर आवश्यक बैरिकेडिंग, प्रकाश व्यवस्था और सफाई कर्मचारियों की तैनाती की जाएगी। प्रशासन ने श्रद्धालुओं से अपील की गई है कि वे निर्धारित स्थलों पर ही प्रतिमाओं का विसर्जन करें तथा प्लास्टर ऑफ पेरिस और अन्य प्रदूषणकारी सामग्री के उपयोग से बचें, जिससे जल स्रोतों की स्वच्छता बनी रहे।

विसर्जन हेतु ऑन लाइन स्टॉल बुक करने की प्रक्रिया इस तरह करें

लोन भिलाई मित्र पोर्टल में जाकर अपनी सुविधा के अनुसार समय का चयन कर सकते हैं कि किस समय विसर्जन करना चाहते हैं। नगरवासियों से अपील की गई है कि वे गणेश प्रतिमा विसर्जन के दौरान प्रशासन एवं नगर निगम द्वारा निर्धारित व्यवस्थाओं का पालन करें तथा जल स्रोतों की स्वच्छता एवं पर्यावरण संरक्षण को ध्यान में रखते हुए पर्यावरण-अनुकूल गणेश उत्सव मनाएं। ‘मूषक मामा का संदेश’ भी नागरिकों को पर्यावरण-अनुकूल गणेश उत्सव के लिए प्रेरित कर रहा है। जनगणगीदारी से ही भिलाई में स्वच्छ, सुरक्षित और व्यवस्थित गणेश विसर्जन को सफल बनाया जा सकता है।

चयनित प्रमुख विसर्जन स्थल

आला बंध तालाब, खमहरिया

स्मृति नगर तालाब

आमा तालाब

शीतला तालाब, सुपेला

शीतला तालाब, कुरूद

नकटा तालाब, कुरूद

शिव शक्ति तालाब, घासीदास नगर

सेक्टर-2 तालाब

जयंती स्टेडियम तालाब

महकालेश्वर मंदिर के पास तालाब

प्रतिबंधित प्लास्टिक के खिलाफ निगम की सख्ती, इंदिरा मार्केट की पांच दुकानों पर कार्रवाई



हरिभूमि न्यूज ►►दुर्ग

शहर को स्वच्छ, सुंदर एवं प्लास्टिक मुक्त बनाने के उद्देश्य से नगर निगम कमिश्नर लीना कोसम के निर्देश पर जनजागरूकता अभियान के साथ-साथ स्वच्छता नियमों का उल्लंघन करने वालों के विरुद्ध लगातार कि कार्रवाई की जा रही है। निगम प्रशासन द्वारा बाजार क्षेत्रों में प्रतिबंधित प्लास्टिक एवं डिस्पोजल के उपयोग, बिक्री और भंडारण पर विशेष निगरानी रखी जा रही है। इसी क्रम में निगम के अतिक्रमण विभाग एवं बाजार विभाग की संयुक्त टीम द्वारा इंदिरा मार्केट बाजार क्षेत्र में दुकानों का निरीक्षण कर प्रतिबंधित प्लास्टिक की जांच की गई। कार्रवाई के दौरान पांच दुकानों में प्रतिबंधित प्लास्टिक पाए जाने पर संबंधित दुकान संचालकों के विरुद्ध चालानी कार्रवाई की गई जांच के दौरान जैन प्लास्टिक से 1,200 रुपये, गोयल डिस्पोजल से 1,000 रुपये, संजय प्लास्टिक से 1,000 रुपये, हरिराम

40 छात्रों ने पहली बार किया रक्तदान

दुर्ग। जिला शिक्षण समिति दुर्ग एवं नवदृष्टि फाउंडेशन द्वारा में सुरुना कॉलेज में रक्तदान शिविर का आयोजन किया गया। शिविर में कॉलेज के 70 छात्रों ने रक्तदान किया, जिनमें लगभग 40 छात्रों ने पहली बार रक्तदान किया। कलेक्टर अभिजीत सिंह ने रक्तदानियों को प्रशस्ति पत्र दे सम्मानित किया।

मेरे सपनों का भारत... स्टूडेंट्स ने उकेरी प्रतिभा

हरिभूमि न्यूज ►►दुर्ग

प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी के 25 वर्षों के सार्वजनिक सेवाकाल के अवसर पर आयोजित सेवा संकल्प अभियान के अंतर्गत नगर पालिक निगम दुर्ग क्षेत्र के विभिन्न शासकीय विद्यालयों में मेरे सपनों का भारत’ विषय पर चित्रकला एवं भाषण

■ स्कूलों में चित्रकला एवं भाषण प्रतियोगिता का आयोजन

प्रतियोगिता का आयोजन किया गया।इस क्रम में शासकीय तिलक कन्या उच्चतर माध्यमिक विद्यालय, आत्मानंद शासकीय बोर्सी स्कूल एवं आदर्श कन्या शाला शासकीय विद्यालय सहित निगम क्षेत्र के



विद्यालयों में आयोजित कार्यक्रमों में विद्यार्थियों ने उत्साहपूर्वक सहभागिता की। कलेक्टर अभिजीत सिंह के निर्देश एवं नगर निगम कमिश्नर लीना कोसम के मार्गदर्शन में शिक्षा विभाग और नगर निगम के

समन्वय से आयोजित प्रतियोगिता में बच्चों ने अपनी कल्पनाओं और रचनात्मक सोच को चित्रों एवं भाषणों के माध्यम से प्रस्तुत किया। विद्यार्थियों की चित्रकारी में विकसित भारत की परिकल्पना की

महिला सफाई कर्मियों को लुगरा देकर किया सम्मानित



भिलाई। रूपाली महामाई गुड़ी बहुउद्देशीय संस्था द्वारा लगातार 11वें वर्ष तीजा पर्व के अवसर पर मरोदा में कार्यरत नगर निगम की महिला सफाई कर्मियों का सम्मान किया गया। संस्था ने तीजा व्रत के दिन भी अपने कर्तव्य पर डटी रहने वाली कर्मठ महिलाओं को छत्तीसगढ़ी पारंपरिक साड़ी लुगरा, फल, चावल, दाल और श्रृंगार सामग्री भेंट कर उनका अभिनंदन किया। यह आयोजन संस्था के संरक्षक एवं भागवत कथा व्यास

पंडित ओमप्रकाश शर्मा सरदा, बेमेरग के द्वरा आयोजित किया गया। उन्होंने अपने संदेश में कहा कि जो बहनें त्योहार के दिन भी शहर को स्वच्छ रखने के लिए समर्पित भाव से सेवा देती हैं, उनका सम्मान करना हम सभी का नैतिक दायित्व है। सामर्थियों के वितरण के दौरान समाजसेवी संगीता शर्मा, संस्था की अध्यक्ष शांता शर्मा, निशा साहू, प्रभा लाडेकर, यमुना, रमन साहू, प्रवीण खिल्लाडी, रमेश देवांगन एवं शिवम शर्मा उपस्थित रहे।



जामगांव आर बस स्टैंड क्षेत्र में विश्वकर्मा जयंती समारोह

जामगांव आर। बस स्टैंड क्षेत्र में भगवान विश्वकर्मा जयंती समारोह का आयोजन हुआ। आयोजक समूह ने यात्रियों, राहगीरों, ग्रामीणों और बच्चों को आमंत्रित कर प्रसाद ग्रहण कराया। आयोजन में जितेंद्र साहू, ओमप्रकाश साहू, परमजीत साहू, लोकेश चंद्राकर, बेनीराम यादव, रूपेंद्र साहू, रोशन चंद्राकर, प्रहलाद धीवर, भूषण साहू और वामन साहू आदि ने सराहनीय सेवा दी।

निकुम सहकारी समिति की आमसभा, 24 लाख रुपए का हुआ शुद्ध लाभ



अंडा। सेवा सहकारी समिति मर्यादित निकुम की वार्षिक आमसभा शुक्रवार को उत्साहजनक वातावरण में हुई। बैठक में बड़ी संख्या में पहुंचे किसानों ने समिति के कार्यों, उपलब्ध सुविधाओं और समस्याओं पर अपने सुझाव रखे। समिति को चालू सत्र में 24.07 लाख का शुद्ध लाभ प्राप्त हुआ है। आमसभा में समिति प्रबंधक किरण साहू, प्राधिकृत अधिकारी रविकांत जगधल्ले, पूर्व अध्यक्ष माधव प्रसाद देशमुख, पूर्व जिला पंचायत सदस्य नंद कुमार साहू, रमेश साहू, कल्याण देशमुख, पुनारद साहू, रूपेश देशमुख, जितेंद्र साहू, उत्तम धनकर और रामचंद्र सहित अनेक किसान उपस्थित रहे।

सेवा संकल्प अभियान के अंतर्गत ‘आशीर्वाद का दीप’ प्रज्वलित



कुम्हारी। पीएम श्री सेजस कुम्हारी में सेवा संकल्प अभियान के अंतर्गत ‘आशीर्वाद का दीप’ प्रज्वलित किया गया। कार्यक्रम का उद्देश्य समाज में सेवा, संस्कार, सहयोग एवं सकारात्मक सोच की भावना को प्रोत्साहित करना रहा। कार्यक्रम में नगर पालिका अध्यक्ष मीना वर्मा, शाला विकास समिति के अध्यक्ष आलोक दुबे सांसद प्रतिनिधि सुजीत यादव एवं विद्यालय की प्राचार्य डॉ. विजया श्रीवास्तव की उपस्थिति रही। अतिथियों द्वारा दीप प्रज्वलित कर सेवा एवं सद्भावना के संकल्प को आगे बढ़ाने का संदेश दिया गया। इस अवसर पर विद्यालय परिवार द्वारा अतिथियों का स्वागत एवं अभिनंदन किया गया। उपस्थित अतिथियों ने सभी को समाज एवं राष्ट्र के प्रति अपने दायित्वों का निर्वहन करने तथा सेवा भावना को अपने जीवन का हिस्सा बनाने के लिए प्रेरित किया। कार्यक्रम का समापन सेवा, सहयोग और सामाजिक उत्तरदायित्व के संकल्प के साथ हुआ।



हरिभूमि न्यूज >>> जामगांव आर

बटरेल निवासी भखारा राल जैन समाज अध्यक्ष गौतम चंद चौरडिया ने तपस्या अनुमोदना के लिए शारदा वाटिका गुण्डरदेही में अनुमोदना बहुमान समारोह का आयोजन किया। समारोह में मनीषा मनीष चौरडिया 18 उपवास, निति मिथुन चौरडिया 9 उपवास, प्रियल अतुल चौरडिया 9 उपवास और डिम्पल चौरडिया 9 उपवास, हर्ष चौरडिया 9 उपवास के तपस्वियों का अनुमोदन एवं सम्मान किया गया। इस अवसर पर तपस्या करने वालों ने महत्व को रेखांकित करते हुए कहा कि ‘तपस्या केवल उपवास नहीं, आत्मा की परमात्मा की ओर ले जाने वाली साधना है। तपस्या जीवन में संयम, श्रद्धा और आत्मबल को अपेक्ष करता है। गौतमचंद, भीष्मचंद, रूपचंद एवं मुकेश कुमार चौरडिया का सराहनीय सहयोग रहा। बहुमान साक्षी बने जामगांव आर, सुपना, बटरेल, ओदरागहन, कोंडागांव, गुंडरदेही, राजनंदगांव, रायपुर, दुर्ग, संबलपुर, जगदलपुर, बालोद, डौंडीलोहरा, रानीतराई, बेलहारी, भखारा, धमधा,

पुस्तकालय के विस्तार और विद्यार्थियों को बेहतर अध्ययन सुविधाएं उपलब्ध कराने पर जोर दानदाताओं के सहयोग से नई उड़ान भरेगा नींव पुस्तकालय, नई संचालन समिति ने ली शपथ

हरिभूमि न्यूज >>> धमधा

शिक्षा और प्रतियोगी परीक्षाओं की तैयारी कर रहे विद्यार्थियों के लिए जनसहयोग से संचालित नींव पुस्तकालय को और अधिक सशक्त एवं सुविधायुक्त बनाने की दिशा में नई पहल शुरू की गई है। सेजेस कन्या धमधा में शनिवार को आयोजित दानदाता मिलन समारोह एवं नई संचालन समिति के शपथ ग्रहण समारोह में पुस्तकालय के विस्तार और आगामी कार्ययोजना को लेकर विस्तार से चर्चा हुई। समारोह में नई संचालन समिति ने विद्यार्थियों के लिए बेहतर अध्ययन वातावरण तैयार करने, आवश्यक संसाधन उपलब्ध कराने और पुस्तकालय का विस्तार करने को प्राथमिकता देने का संकल्प लिया।

कार्यक्रम में पियूष ताम्रकार ने अध्यक्ष, दीपक सोनी ने उपाध्यक्ष तथा सामर्थ्य (साजन) ताम्रकार ने सचिव के रूप में शपथ ग्रहण की। नवनियुक्त अध्यक्ष पियूष ताम्रकार ने दानदाताओं एवं उपस्थित नागरिकों के सामने पुस्तकालय की आगामी कार्ययोजना रखी और इसके विकास के लिए निरंतर जनसहयोग की अपील की।

विद्यार्थियों के लिए जनसहयोग से पुस्तकालय को अधिक सशक्त बनाने की पहल



स्थापना से अब तक की यात्रा पर हुई चर्चा

कार्यक्रम में नींव पुस्तकालय की स्थापना से लेकर अब तक की यात्रा और भविष्य की योजनाओं पर चर्चा हुई। पुस्तकालय के संरक्षक डॉ. बी. रघु ने इसकी स्थापना की पृष्ठभूमि पर प्रकाश डालते हुए कहा कि विद्यार्थियों की जरूरतों के अनुरूप पुस्तकालय को और उपयोगी बनाने के लिए सामूहिक प्रयास जरूरी हैं। उन्होंने आगामी कार्ययोजना दानदाताओं एवं दानवीरों के समक्ष रखी। समारोह में पुस्तकालय में अध्ययनरत मुकेश, तनुजा, थान सिंह एवं ऋतु सोनी ने अपने अनुभव साझा किए। विद्यार्थियों ने पुस्तकालय से मिल रहे लाभों के साथ ही अध्ययन के दौरान सामने आ रही आवश्यकताओं और सुविधाओं को लेकर अपने सुझाव भी रखे। विद्यार्थियों की मांगों और सुझावों से पुस्तकालय के आगामी विस्तार एवं सुविधाओं की दिशा तय करने में महत्वपूर्ण बिंदु सामने आए।

अधिकारियों और जनप्रतिनिधियों ने साझा किए विचार

कार्यक्रम में मौजूद गणमान्य नागरिकों, दानदाताओं, जनप्रतिनिधियों एवं अधिकारियों ने नींव पुस्तकालय की पहल और उसके सामाजिक एवं शैक्षणिक महत्व पर अपने विचार साझा किए। वक्ताओं ने कहा कि विद्यार्थियों को बेहतर अध्ययन का वातावरण उपलब्ध कराने के लिए समाज की सामूहिक भागीदारी महत्वपूर्ण है। समारोह में राज्य शिक्षा आयोग के अध्यक्ष सुधीर गौतम, तहसीलदार धमधा हुलेश्वर नाथ खुटे, जिला शिक्षा अधिकारी जे. धीर, सहायक संचालक अनित घोष तथा सहायक विकासखंड शिक्षा अधिकारी कैलाश साहू सहित स्थानीय वार्डों के पार्षदगण, दानदाता उपस्थित रहे।

कार्यकारिणी के सदस्य भी रहे मौजूद

इस अवसर पर पुस्तकालय की कार्यकारिणी के सदस्य एवं संरक्षक डी.पी. शर्मा, शैलेन्द्र दावी, विमल ताम्रकार, नवीन जैन, बेनीराम वर्मा, विष्णु ताम्रकार, चित्रेण पटेल, राजा खान, जे.डी. मानिकपुरी सहित अन्य सदस्य एवं गणमान्य नागरिक मौजूद रहे। कार्यक्रम का मंच संचालन पवन सिंह ने किया। अंत में संचालन समिति के सचिव सामर्थ्य ताम्रकार ने सभी अतिथियों, दानदाताओं, जनप्रतिनिधियों, अधिकारियों एवं उपस्थित नागरिकों के प्रति आभार व्यक्त किया। समारोह के माध्यम से नींव पुस्तकालय को जनसहयोग से और अधिक सुविधायुक्त बनाने तथा विद्यार्थियों के लिए बेहतर अध्ययन संसाधन उपलब्ध कराने का संकल्प दोहराया गया।

धान में पीलापन और टुंगो वायरस की आशंका दवाइयों के असर को लेकर किसान चिंतित

हरिभूमि न्यूज >>> अंडा

दुर्ग ग्रामीण क्षेत्र में धान की फसल में ऊपरी पत्तियों पर पीलापन दिखाई देने से किसान परेशान हैं। कई खेतों में धान की पत्तियां पीली पड़ने के साथ फसल की बढ़वार प्रभावित

- धान की फसल में बीमारी आने से किसान परेशान



होने के दावे किए जाते हैं, लेकिन किसानों का कहना है कि दवाइयों के उपयोग के बाद भी खेतों में समस्या पूरी तरह नियंत्रित नहीं हो रही है। किसानों का कहना है कि दवाइयों पर खर्च करने के बावजूद यदि फसल में पीलापन और कीट प्रकोप बना रहता है तो उनके सामने आर्थिक नुकसान की चिंता बढ़ जाती है। एक ओर फसल में बीमारी और कीट का प्रकोप है, वहीं दूसरी ओर दवाइयों के असर को लेकर भी

किसान संतुष्ट नजर नहीं आ रहे हैं। ऐसे में किसानों को फसल की वास्तविक बीमारी और कीट की सही पहचान के साथ उचित उपचार की जानकारी मिलने की जरूरत है। कृषि विभाग और संबंधित विशेषज्ञों द्वारा खेतों का निरीक्षण कर किसानों को वैज्ञानिक तरीके से उपचार की जानकारी उपलब्ध कराई जाए, ताकि समय रहते धान की फसल को संभावित नुकसान से बचाया जा सके।

भूपेश के खिलाफ अभद्र टिप्पणी पर नाराजगी

ओखरा/ मुरमुन्दा। सोशल मीडिया पर कांग्रेस के राष्ट्रीय महासचिव, पूर्व मुख्यमंत्री भूपेश बघेल के खिलाफ अभद्र टिप्पणी के विरोध में कांग्रेसजनों



और आरोपी के खिलाफ तत्काल एफआईआर एवं कड़ी कानूनी कार्रवाई की मांग की। इस दौरान कांग्रेस के अहिंसा विधानसभा के ग्रामीण ब्लॉक अध्यक्ष उमेश साहू, अहिंसा नगर ब्लॉक कांग्रेस अध्यक्ष संतोष बाफना, ओपी महिलांग, धरम बरे, उमेश बंजारे, जगदीश, नागमणि अहिंसा नगर मंडल अध्यक्ष एवं बड़ी संख्या में कांग्रेस कार्यकर्ता उपस्थित थे।

विश्वकर्मा भगवान की पूजा-अर्चना कर समृद्धि और कल्याण की कामना

हरिभूमि न्यूज >>> भिलाई

नगर पालिक निगम भिलाई-चरोदा के कार्यालय परिसर में भगवान विश्वकर्मा की पूजा-अर्चना कर निगम क्षेत्र के रहवासियों के सुख, समृद्धि और कल्याण की

- महापौर निरमल कोसरे और आयुक्त डीएस राजपूत ने किया पूजन

कामना की गई। इस अवसर पर महापौर निरमल कोसरे और आयुक्त डीएस राजपूत ने भगवान विश्वकर्मा की विधिवत पूजा-अर्चना की। विश्वकर्मा पूजा के अवसर पर निगम कार्यालय में आयोजित कार्यक्रम में अधिकारियों और

कर्मचारियों ने भगवान विश्वकर्मा का आशीर्वाद लिया। महापौर और आयुक्त ने निगम क्षेत्र की जनता की सुख-समृद्धि और विकास की कामना की। पूजा कार्यक्रम के बाद निगम अमले द्वारा विधि-विधान से भगवान विश्वकर्मा की प्रतिमा का विसर्जन किया गया। इस दौरान हरिश यादव, कन्हैया सोनी, राजेश अचैया, चुम्पन साहू, अविनाश चंद्राकर, अविनाश बैकुंरे, युगल वर्मा, रामचंद्र निषाद, चंद्रकांत और सोनुदास सहित निगम के अन्य कर्मचारी व अधिकारी मौजूद थे।

7.48 करोड़ की एसटीपी परियोजना स्वीकृत

हरिभूमि न्यूज >>> पाटन

नगर पालिका परिषद अमलेश्वर ने शहर के पर्यावरण संरक्षण और समग्र विकास की दिशा में एक बड़ी उपलब्धि हासिल की है। उपमुख्यमंत्री एवं नगरीय प्रशासन मंत्री अरुण साव की मंशा के अनुरूप राज्य शहरी विकास अधिकरण (सूडा) द्वारा 748.36 लाख रुपये की लागत से



- 101 लाख की लागत से एमआरएफ प्लांट का निर्माण भी शुरू, शहर बनेगा ‘जीरो वेस्ट’

अत्याधुनिक सीवेज ट्रीटमेंट प्लांट (एसटीपी) के निर्माण की मंजूरी प्रदान की गई है। इस परियोजना के क्रियान्वयन हेतु निविदाएं भी आमंत्रित कर ली गई हैं। दुर्ग सांसद विजय बघेल के मार्गदर्शन और जिला प्रशासन के सहयोग से खसरा क्रमांक 137/1, 671/2 एवं 530 में कुल 1.05 हेक्टेयर भूमि आवंटित कर दी गई है। इस स्थल पर 1.70 एमएलडी क्षमता वाले 3 एसटीपी

स्थापित होंगे, जिससे गंदे पानी को वैज्ञानिक विधि से शोधित कर पुनः उपयोग में लाया जा सकेगा। नगर

पालिका अध्यक्ष दयानंद सोनकर ने अमलेश्वर के सभी वार्डों को इस योजना से जोड़ने के लिए सर्वे व डीपीआर तैयार कराने में सक्रिय भूमिका निभाई।

एसटीपी के अलावा नगर पालिका ने 101.00 लाख रुपये की लागत से मेटेरियल रिकवरी फैसिलिटी (एमआरएफ) प्लांट का निर्माण शुरू कराया है। इससे कचरे का वैज्ञानिक पृथक्कीकरण और पुनर्चक्रण (रीसायकल) संभव होगा, जिससे प्लास्टिक व जैविक कचरा लैंडफिल तक नहीं पहुंचेगा। नगर

पालिका परिषद ने नागरिकों से अपील की है कि वे घरों से ही गीला व सूखा कचरा अलग-अलग करके दें ताकि अमलेश्वर को ‘जीरो वेस्ट’ शहर बनाया जा सके।

अनुमोदना बहुमान समारोह का आयोजन

तपस्या आत्मा को परम आत्मा बनाने की साधना है : हर्ष

हरिभूमि न्यूज >>> जामगांव आर



धमतरी, भिलाई, कलंगपुर, मर्रा, गातापार, पंदर आदि जैन श्री संघ सदस्य रहे।

तप साधक हर्ष चौरडिया ने कहा कि तन-मन-धन को नियंत्रित कर कुशल दिशा देने की अदभुत शक्ति धर्म में होती है। तपस्वी बहनों ने जो तपस्या किया ये कर्मों की निर्जरा एवं भविष्य के लिए सार्थक है उन्होंने कहा कि जीवन में भटकाव तब आती है जब व्यक्ति जीवन में धर्म से दूरी बना लेता है। चातुर्मास में संत स्वाध्याय्य सत्संग असर जीवन में झलकता है और धर्म आराधना का रिकॉर्ड बनना बड़ा सुकून देता है। उन्होंने बताया कि आत्मा से परम आत्मा की राह धर्म से ही निकलती है।

धर्म संस्कार का उद्गम प्लेटफॉर्म है

भखारा राल जैन समाज के अध्यक्ष गौतम चंद चौरडिया ने कहा कि धर्म संस्कार का उद्गम स्थल है जो प्रतिबंध चातुर्मास के रूप में संतो का भरपूर सान्निध्य उपलब्ध कराता है। तपस्या आराधना की नई-नई विधा आराधकों के मध्य आता है। आराधना का जुगल जब चढ़ता है तो एक दिन भी उपवास नहीं किया। आराधक मासंक्षण करके सबको आश्चर्य चकित कर देता है। जैन धर्म की साधना सूक्ष्म दृष्टि से दया भक्ति आराधना पर दृढ़दृष्टि रखते हुए काम करती है। करंद चौरडिया ने भी अपने विचार रखे।

अंचल में जगह-जगह विराजे गणपति



उत्तई। नवजागरण गणेश उत्सव समिति बस स्टैंड उत्तई डुमरडीह।



उत्तई। नव युवक गणेश उत्सव समिति गांधी चौक उत्तई।



उत्तई। श्री युवा गणेशोत्सव समिति शैलता पारा खोपली।

अंचल की खबरें

सेजस निकुम में दिखी सेवा संकल्प के रंग



निकुम। स्वामी आत्मानंद उत्कृष्ट अंग्रेजी माध्यम विद्यालय, निकुम में सेवा संकल्प अभियान के तहत भाषण, चित्रकला और रंगोली प्रतियोगिताओं का आयोजन किया गया। विद्यार्थियों ने अपनी रचनात्मक कलाकृतियों से देशभक्ति और सामाजिक दायित्वों का संदेश दिया। संस्था की प्राचार्य एस. देवराजन ने विद्यार्थियों के प्रयासों की सराहना करते हुए कहा कि ऐसे आयोजनों से बच्चों में राष्ट्रप्रेम, सेवा भावना और नैतिक मूल्यों की मजबूत नींव पड़ती है। कार्यक्रम में शिक्षक मंजुलता देवांगन, खुशबू पांडे, साक्षी सहानी, डॉ. हिस्वा पवार, निशि चंद्राकर, रिया भोयर, मनदीप कौर, हर्षा सिन्हा, नेहा पिल्ले, ऋषि चंद्रसेन, तिमेश्वरी साहू, दीपक खत्री और पीटीआई महेश्वर साहू सहित समस्त स्टाफ उपस्थित रहा। उत्कृष्ट प्रदर्शन करने वाले विजेताओं को पुरस्कृत भी किया गया।

राष्ट्रगीत के 150 वर्ष पर गुंजेंगे 3 लाख कंठ



जामगांव आर। राष्ट्रगीत ‘वंदे मातरम्’ के 150 वर्ष पूर्ण होने के अवसर पर 25 सितंबर शुक्रवार को सुबह ठीक 11 बजे छत्तीसगढ़ के 1,111 सरस्वती शिशु मंदिरों के 3 लाख विद्यार्थी और 11 हजार शिक्षक एक साथ सामूहिक गायन करेंगे। इस ऐतिहासिक आयोजन को गीनीज बुक ऑफ वर्ल्ड रिकॉर्ड्स में दर्ज कराने की तैयारी की जा रही है। इस संबंध में सरस्वती शिशु मंदिर उच्चतर माध्यमिक विद्यालय, जामगांव आर में समीक्षा बैठक आयोजित की गई। सेवानिवृत्त जिला शिक्षा अधिकारी आशुतोष चावरे और सेवानिवृत्त सहायक संचालक लक्ष्मण राव मगर ने बताया कि अन्य विद्यालय, संस्थाएं या कम से कम 100 व्यक्तियों का समूह भी इसमें भाग ले सकता है। इसके लिए निःशुल्क पंजीयन फ़ॉर्म निकटतम सरस्वती शिशु मंदिर से प्राप्त किया जा सकता है। संभाग समन्वयक हरिश्चंद्र साहू, प्राचार्य पी. एल. बारले तथा विद्या भारती के क्षेत्रीय उपाध्यक्ष जुड़ावन सिंह ठाकुर ने बताया कि 25 सितंबर से 2 अक्टूबर तक स्वदेशी सप्ताह के तहत यह अभियान चलाया जा रहा है, जिसमें संपूर्ण समाज की सहभागिता सुनिश्चित की जा रही है।

विद्यार्थियों ने बनाई 76 अंक की मानव श्रृंखला

जामगांव आर। प्रधानमंत्री नरेंद्र दास मोदी का 76वां जन्मदिवस सरस्वती शिशु मंदिर उच्चतर माध्यमिक विद्यालय, जामगांव आर में हर्षोल्लास के साथ मनाया गया। इस अवसर पर विद्यालय परिवार ने गुलाब के पौधे रोपित कर प्रधानमंत्री के दीर्घायु होने की कामना की। विद्यार्थियों ने '76' की आकृति में मानव श्रृंखला बनाकर पीएम मोदी को शुभकामनाएं प्रेषित कीं। कार्यक्रम के दौरान रंगोली, निबंध और भाषण प्रतियोगिताओं के माध्यम से उनके जीवन और कृतित्व पर प्रकाश डाला गया, वहीं चॉकलेट बाँटकर एक-दूसरे का मुँह मीठा कराया गया। व्यवस्थापक ए.के. जैन ने विचार व्यक्त करते हुए कहा कि देश सेवा की अद्भुत मिसाल पेश करने वाले नरेंद्र मोदी का जन्मदिन मनाना किसी संत के जन्मोत्सव जैसा ही गौरवशाली पल है।



न्यू मातृ स्मृति हॉस्पिटल

→ मेटरनटी, चिल्ड्रन्स एवं सर्जिकल हॉस्पिटल →

प्रत्यक्ष सुविधाएं

- गर्भवती महिलाओं की संपूर्ण जांच व परामर्श
- गर्भल एवं सीजेरियन डिलीवरी
- एवं बच्चेदाती की ऑपरेशन व नलबंदी
- सर्वसुविधायुक्त PICU, NICU, OT

डॉ. सी.पी.सिंह

(एनबीबीएल, एनडी) शिशु एवं बाल्य रोग विशेषज्ञ

डॉ. नीलिमा सिंह

(एनबीबीएल, पी.जी.ओ.) स्त्री एवं प्रसूति रोग विशेषज्ञ

9009553889, 9090204620

एकल जनर, अमेरिका चौक के पास, सुविधाएँ रायपुर शिव + मातृ स्मृति नालन वाकर, मातृकी नॉटिफ के सामने, सुविधाएँ, रायपुर

एडवांस्ड यूरोलॉजी

सेवाएं अब गावरी नर्सिंग होम में

फाफाडी, टिन्बर मार्केट रोड, रायपुर

9827144197, 9827144777

DR. ABHISHEK GAWRI

MBBS, MS (Surgery), DrNB (Urology)

Consultant Urologist Andrologist & Reconstructive Surgery

आयुष्मान कार्ड की सुविधा उपलब्ध

पाइल्स

क्षार सूत्र विशेषज्ञ, 15000 से ऊपर सफल चिकित्सा, देश-विदेशों में भी प्रचलित।

समय : सुबह 9.30 से रात 8.00 बजे तक

राज-राजेश्वरी आयुर्वेदिक चिकित्सा केन्द्र

(25 वर्षों से क्षेत्र में अनुभवी चिकित्सक)

9039050422, 9179455561

१ सरस्वती दाल मिल के सामने, गली नं. 3, अशोक विहार, पंडरी रायपुर। १ मनसा वैम्बर्डी, कल्याण हॉस्पिटल के पीछे, फाफाडी मेन रोड, रायपुर।

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



कभी ये विद्यार्थी, अब बन रहे गुरु...

लाइव इवेंट

नशे के खिलाफ युवाओं ने लिया संकल्प
शपथ के साथ किया हस्ताक्षर अभियान

भिलाई। नशे की गिरफ्त से युवाओं को दूर रखने और स्वस्थ समाज के निर्माण का संदेश लेकर श्री शंकराचार्य महाविद्यालय, जुनवानी में युवाओं ने नशामुक्त भारत के निर्माण का संकल्प लिया। भारत सरकार के युवा कार्यक्रम एवं खेल मंत्रालय तथा राष्ट्रीय सेवा योजना के निर्देशानुसार नशामुक्त युवा फॉर विकसित भारत अभियान के अंतर्गत राष्ट्रीय संकल्प समारोह, युवा शपथ एवं हस्ताक्षर अभियान आयोजित किया गया। कार्यक्रम में विद्यार्थियों ने नशे के दुष्परिणामों को समझने के साथ स्वयं नशे से दूर रहने और दूसरों को भी इसके प्रति जागरूक करने का संकल्प लिया। यह अभियान 100 सप्ताह के नशामुक्त युवा अभियान के तहत चलाया जा रहा है। इसका उद्देश्य युवाओं को नशे के शारीरिक, मानसिक, पारिवारिक और सामाजिक दुष्परिणामों के प्रति जागरूक कर उन्हें स्वस्थ एवं जिम्मेदार नागरिक बनने के लिए प्रेरित करना है।

दुर्ग जिले से महाविद्यालय का चयन गौरव का विषय

राष्ट्रीय सेवा योजना के माध्यम से छत्तीसगढ़ के चयनित जिलों एवं संस्थानों में अभियान से जुड़े कार्यक्रम आयोजित किए जा रहे हैं। प्रदेश के चयनित छह जिलों में दुर्ग जिले से राष्ट्रीय संकल्प समारोह आयोजित करने की जिम्मेदारी श्री शंकराचार्य महाविद्यालय, जुनवानी को मिली। कार्यक्रम की शुरुआत महाविद्यालय की प्राचार्य डॉ. अर्चना झा के स्वागत भाषण से हुई। उन्होंने विद्यार्थियों को नशे से दूर रहने के लिए प्रेरित करते हुए कहा कि युवा स्वस्थ रहेंगे, तभी समाज और देश की प्रगति मजबूत होगी। मुख्य अतिथि डॉ. वैभव तिवारी, रजिस्ट्रार, श्री शंकराचार्य प्रोफेशनल यूनिवर्सिटी ने युवाओं की सामाजिक जिम्मेदारी पर प्रकाश डाला। उन्होंने कहा कि विद्यार्थियों का विकास केवल शिक्षा और रोजगार तक सीमित नहीं है, बल्कि सामाजिक जागरूकता और सकारात्मक सोच के साथ समाज के निर्माण में योगदान देना भी उनकी जिम्मेदारी है।

लाइव इवेंट

400 बच्चों के चेहरे पर आई मुस्कान, भोजन के साथ
टिफिन, वाटर बॉक्स और पढ़ाई की सामग्री बांटी

दुर्ग। राधाष्टमी के पर्व पर जहां शहर में धार्मिक आयोजन हुए, वहीं जन समर्पण सेवा संस्था ने जरूरतमंद बच्चों के बीच सेवा का संदेश पहुंचाया। संस्था ने दुर्ग के तीन स्कूलों के 400 से अधिक बच्चों को भोजन कराया और उन्हें टिफिन बॉक्स, वाटर बॉक्स, पेन-पेंसिल, चॉकलेट सहित शैक्षणिक व दैनिक उपयोग की सामग्री वितरित की। सामग्री पाकर बच्चों के चेहरों पर खुशी नजर आई। संस्था के अर्जित शुक्ला और सुजल शर्मा ने बताया कि राधाष्टमी के अवसर पर शासकीय प्राथमिक शाला पंचशील नगर, सरदार पटेल स्कूल और लाल बहादुर प्राथमिक शाला के बच्चों के लिए सेवा आयोजन किया गया। सरदार पटेल स्कूल और लाल बहादुर स्कूल के 200 से अधिक बच्चों को वाहनों से पंचशील नगर स्थित शासकीय प्राथमिक शाला लाया गया। यहां तीनों स्कूलों के 400 से अधिक बच्चे एकत्रित हुए। सभी बच्चों को भोजन के लिए बैठाया गया। बच्चों ने भोजन मंत्र का पाठ किया और इसके बाद राधा माता के जयकारे लगाए। इसके पश्चात सभी को भोजन कराया गया। भोजन के बाद बच्चों को जरूरत की सामग्री वितरित की गई।

सेवा की प्रतिज्ञा भी ली

संस्था की ओर से पिछले वर्ष की तरह इस वर्ष भी राधाष्टमी के अवसर पर बच्चों से सेवा की प्रतिज्ञा ली गई। आयोजन में स्थानीय जनप्रतिनिधियों और गणमान्य नागरिकों ने भी सहभागिता कर बच्चों का उत्साह बढ़ाया तथा भोजन वितरण में सहयोग किया। कार्यक्रम में संस्था अध्यक्ष योगेंद्र शर्मा बंटी, सुयश तिवारी, राधा भक्त मनीष साहू, पार्षद कुलेश्वर साहू, पार्षद राम भाऊ, गिरधर शर्मा, मनोज गुप्ता लाला, दिनेश शर्मा, अर्जित शुक्ला, ईशान शर्मा, आशीष मेथ्राम, सुजल शर्मा, संजय सेन, शैलेश साहू, विककी राजा साहू, शेर सिंह कुशवाहा, मयंक प्रसाद, सोनू राजपूत, शशांक चंद्राकर, आयुष अग्रवाल, आदित्य भारद्वाज, राजेंद्र ताम्रकार, मंटू गुप्ता सहित स्कूलों के प्रधान पाठक, शिक्षक-शिक्षिकाएं उपस्थित रहे।



● राधारानी के जन्मोत्सव में सजा ब्रज, भक्ति संग बच्चों ने दी मनमोहक प्रस्तुतियां

राधा गोरी-गोरी, बरसाने की छोरी.. भजन व भक्ति संग बच्चों की
मनमोहक प्रस्तुतियों ने बांधा समां, जन्मोत्सव पर सजा ब्रजमंडल

भिलाई। गीताभवन सेक्टर-6 स्थित श्री राधाकृष्ण मंदिर में राधारानी के जन्मोत्सव का उल्लास देखते ही बना। ब्रजमंडल भिलाई के तत्वावधान में आयोजित राधाष्टमी पर्व में राधारानी और भगवान श्रीकृष्ण का विशेष अभिषेक किया गया, महिला समिति ने भजनों से वातावरण भक्तिमय बनाया और बच्चों ने नृत्य-नाटिका व वेशभूषा के जरिए कृष्ण की लीलाओं को जीवंत कर दिया। करीब 25 छोटे-बड़े बच्चों की सांस्कृतिक प्रस्तुतियों ने दर्शकों की खूब वाहवाही बटोरी। राधा-कृष्ण के स्वरूप में सजे बच्चों की वेशभूषा प्रतियोगिता ने भी आकर्षण बढ़ाया। करके ईशारे बुलाए गईं रे, बरसाने की छोरी, राधा गोरी-गोरी गीत पर सभी श्रद्धालु भक्ति भाव के साथ झूमने लगे। पूरे आयोजन में भक्ति, संगीत, नृत्य और बाल प्रतिभाओं का सुंदर संगम देखने को मिला।



पंचामृत से हुआ राधा-कृष्ण का अभिषेक

कार्यक्रम की शुरुआत ब्रजमंडल की अधिष्ठात्री देवी राधारानी के साथ भगवान बालकृष्ण के विशेष अभिषेक से हुई। सूरज मंगला और अनिल कुमार मित्तल ने सपरिवार पूजा-अर्चना की। पंडित सुनील कुमार द्विवेदी के मार्गदर्शन में सुगंधित पदार्थों, पुष्पों और पंचामृत से अभिषेक किया गया। पंचामृत में घी, दूध, दही, शहद और गंगाजल का प्रयोग किया गया। ब्रजमंडल महिला समिति की महिलाओं ने सुमधुर भजनों की प्रस्तुति दी।

नृत्य-नाटिका से दिखाई कृष्ण की जीवन यात्रा

कार्यक्रम के मुख्य अतिथि डॉ. अरुण अरोरा एवं सरोज अरोरा का पुष्पगुच्छ भेंट कर ब्रजमंडल अध्यक्ष गिरीश गुप्ता और उपाध्यक्ष भावना तोमर ने स्वागत किया। दीप प्रज्वलन एवं मंच पूजन के बाद सांस्कृतिक कार्यक्रम शुरू हुआ। शिवशक्ति डांस एकेडमी की निर्देशिका टी.एस. सुनयना के निर्देशन में बच्चों ने गणेश वंदना प्रस्तुत की। इसके बाद करीब 25 छोटे-बड़े बच्चों ने भगवान श्रीकृष्ण के जीवन को चार अलग-अलग चरणों में प्रस्तुत करते हुए नृत्य-नाटिका की। प्रस्तुतियों ने दर्शकों को भावविभोर कर दिया। इस अवसर पर अर्चना बंसल और अनुराधा मंगल ने भी नृत्य एवं भजन की प्रस्तुति देकर खूब तालियां बटोरीं। इसके बाद बेनु नाग के निर्देशन में उनकी टीम ने मनमोहक नृत्य प्रस्तुत किया।

राधा-कृष्ण के स्वरूप में सजे बच्चे

सांस्कृतिक कार्यक्रम के बाद राधा-कृष्ण के परिवेश में सजे बच्चों के लिए वेशभूषा प्रतियोगिता आयोजित की गई। नन्हे प्रतिभागियों ने आकर्षक वेशभूषा में सभी का ध्यान खींचा। विजेता प्रतिभागियों को पुरस्कार देकर सम्मानित किया गया। मुख्य अतिथि डॉ. अरुण अरोरा ने कार्यक्रम में प्रस्तुति देने वाले बच्चों का उत्साहवर्धन करते हुए उन्हें आशीर्वाचन दिए। मुख्य अतिथि ने कहा कि भगवान श्रीकृष्ण का जन्म मध्यरात्रि में हुआ था, जबकि श्रीराधारानी का अवतरण दोपहर 12 बजे माना जाता है। दोनों के जन्मोत्सव अष्टमी तिथि को मनाए जाते हैं। इस अवसर पर सांस्कृतिक कार्यक्रम का संचालन मीना सिंह ने किया। ब्रजमंडल भिलाई संख्या महिला समिति की महिलाओं ने आयोजन की व्यवस्थाओं को संभाला। संस्था के महासचिव सूरज मंगला ने आभार व्यक्त किया। समापन पर श्रद्धालुओं ने भोजन प्रसादी ग्रहण की।

14वें इंडिया इंडस्ट्रियल फेयर 2026
में डॉ. प्रदीप चौधरी सम्मानित

भिलाई। साइंस कॉलेज ग्राउंड में आयोजित 14वें इंडिया इंडस्ट्रियल फेयर 2026 में समाजसेवा एवं जनहित के क्षेत्र में निरंतर किए जा रहे उल्लेखनीय कार्यों के लिए डॉ. प्रदीप चौधरी को सम्मानित किया गया। डॉ. प्रदीप चौधरी द्वारा समाज के विभिन्न वर्गों के लिए स्वास्थ्य एवं जनहित से जुड़े कार्य निरंतर किए जा रहे हैं। साथ ही वे लघु उद्योगों एवं स्मॉल इंडस्ट्रीज की प्रोसेसिंग यूनिट्स को बढ़ावा देने, स्थानीय उद्यमियों को प्रोत्साहित करने तथा रोजगार एवं स्वावलंबन की दिशा में सकारात्मक वातावरण बनाने के प्रयासों से भी जुड़े रहे हैं।

सम्मान प्राप्त करने के बाद डॉ. प्रदीप चौधरी ने आयोजकों, उद्योग जगत से जुड़े प्रतिनिधियों एवं उपस्थित सभी अतिथियों का हृदय से आभार व्यक्त किया। उन्होंने कहा कि यह सम्मान उनके लिए केवल व्यक्तिगत सम्मान नहीं, बल्कि समाज और जनहित के कार्यों को और अधिक समर्पण के साथ आगे बढ़ाने की प्रेरणा है। उन्होंने कहा कि छोटे उद्योग और प्रोसेसिंग यूनिट्स स्थानीय स्तर पर रोजगार, उद्यमिता और आर्थिक विकास को गति देने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाते हैं। ऐसे प्रयासों को प्रोत्साहन मिलना समाज और प्रदेश की प्रगति के लिए आवश्यक है। कार्यक्रम में उद्योग, व्यापार, सामाजिक क्षेत्र एवं विभिन्न संस्थाओं से जुड़े अनेक गणमान्य नागरिकों की गरिमामयी

उपस्थिति रही।

इस अवसर पर लघु उद्योग भारती की प्रांत अध्यक्ष सिंपी दुबे, एमएसएमई के डायरेक्टर परगनिया, उद्योग संचालनालय के डायरेक्टर संजय गजघाटी, दुर्ग लघु उद्योग भारती के अध्यक्ष संजय मिश्रा, ओम प्रकाश रजक, धीरेंद्र कश्यप, राजेश मिश्रा, आर. रूपेश, कृष्ण सिंह, श्वनाथ कुशवाहा, विनोद गुप्ता, मनोज गुप्ता, नंदू गुप्ता, डॉ. सूर्य प्रकाश शुक्ला एवं संजीव करमाकर सहित उद्योग एवं सामाजिक क्षेत्र से जुड़े प्रमुख लोग उपस्थित रहे।



रंगटा इंटरनेशनल स्किल्स यूनिवर्सिटी में अंतरराष्ट्रीय सूक्ष्मजीव दिवस पर क्विज, वाद-विवाद, पोस्टर, रंगोली और किण्वित खाद्य मेले का आयोजन

सूक्ष्मजीव सिर्फ बीमारी नहीं फैलाते, भोजन से
दवा तक व जीवन में हैं इनका बड़ा योगदान

विद्यार्थियों ने अलग-अलग पारंपरिक और किण्वित खाद्य पदार्थ प्रदर्शित किए। इनके जरिए बताया गया कि किण्वन की प्रक्रिया में सूक्ष्मजीव किस तरह महत्वपूर्ण भूमिका निभाते हैं। भोजन के स्वाद, संरक्षण और पोषण में बदलाव से लेकर पारंपरिक खाद्य पदार्थ तैयार करने तक में इनका इस्तेमाल होता है। इस गतिविधि के जरिए विद्यार्थियों ने यह संदेश दिया कि हर सूक्ष्मजीव नुकसानदायक नहीं होता। कई सूक्ष्मजीव मानव जीवन के लिए उपयोगी हैं और खाद्य पदार्थों से लेकर औषधि निर्माण तक कई क्षेत्रों में इनका इस्तेमाल किया जाता है। कार्यक्रम में स्कूल ऑफ लाइफ साइंसेस की डायरेक्टर डॉ. नीमा एस बालन और डीन रिसर्च एंड डेवलपमेंट डॉ. विजय लक्ष्मी घोष का विशेष योगदान रहा।

सवाल-जवाब से लेकर तर्क तक दिखाया
वैज्ञानिक ज्ञान

कार्यक्रम में बीएससी तृतीय सेमेस्टर के विद्यार्थियों के लिए सूक्ष्मजीव विज्ञान पर आधारित प्रश्नोत्तरी प्रतियोगिता आयोजित की गई। इसमें सूक्ष्मजीवों के उपयोग, स्वास्थ्य, भोजन और पर्यावरण से जुड़े सवाल पूछे गए। विद्यार्थियों ने इसमें अपने विषय संबंधी ज्ञान का प्रदर्शन किया। बीएससी के विद्यार्थियों ने वाद-विवाद प्रतियोगिता में हिस्सा लिया। सूक्ष्मजीव विज्ञान और जैव प्रौद्योगिकी से जुड़े विषयों पर विद्यार्थियों ने तर्क और तथ्यों के साथ अपने विचार रखे। इससे उन्हें किसी वैज्ञानिक विषय को समझने के साथ अपनी बात स्पष्ट तरीके से रखने का अवसर भी मिला।



खेती से पर्यावरण तक उपयोग

विद्यार्थियों को बताया गया कि सूक्ष्मजीवों का इस्तेमाल केवल प्रयोगशालाओं तक सीमित नहीं है। खाद्य और किण्वन उद्योग, दवा निर्माण, खेती, जैव उर्वरक, कचरा प्रबंधन, पर्यावरण संरक्षण और आधुनिक जैव प्रौद्योगिकी में इनका उपयोग हो रहा है। सही और सुरक्षित तरीके से इनका इस्तेमाल स्वास्थ्य, खाद्य सुरक्षा और पर्यावरण से जुड़ी कई जरूरतों को पूरा करने में मदद कर सकता है।

सिटी इवेंट

आत्मप्रेरणा से लक्ष्य को प्राप्त करना महत्वपूर्ण, निरंतर प्रयास भी जरूरी



भिलाई। सफलता केवल लक्ष्य निर्धारित करने से नहीं मिलती, बल्कि उसे हासिल करने की दृढ़ इच्छाशक्ति, अनुशासन और निरंतर प्रयास भी जरूरी हैं। व्यक्ति को परिस्थितियों के अनुकूल होने का इंतजार करने के बजाय अपने भीतर से प्रेरणा लेकर लक्ष्य की दिशा में आगे बढ़ना चाहिए। यह बात भिलाई स्टील प्लांट के ब्लास्ट फर्नेस इकाई के महाप्रबंधक विकास नशीने ने शंकराचार्य प्रोफेशनल यूनिवर्सिटी में आयोजित सेमिनार में कही।

श्री शंकराचार्य प्रोफेशनल यूनिवर्सिटी के प्रबंधन एवं वाणिज्य विभाग के तत्वावधान में आत्मप्रेरणा की शक्ति और लक्ष्य प्राप्ति विषय पर सेमिनार का आयोजन किया गया। कुलपति डॉ. स्मिता सेलट के मार्गदर्शन में आयोजित इस कार्यक्रम में प्रबंधन एवं वाणिज्य के विद्यार्थियों ने उत्साहपूर्वक सहभागिता की। मुख्य वक्ता विकास नशीने ने कहा कि बड़े लक्ष्य को छोटे-छोटे कार्यों में बांटकर योजनाबद्ध तरीके से आगे बढ़ने से उसे हासिल करना आसान हो जाता है। आत्मविश्वास, अनुशासन, सकारात्मक सोच और समय का प्रभावी प्रबंधन सफलता के महत्वपूर्ण आधार हैं। उन्होंने विद्यार्थियों को अपने भीतर आत्मप्रेरणा विकसित करने के साथ लगातार सीखते रहने और चुनौतियों से घबराने के बजाय उनसे समाधान खोजने की आदत डालने के लिए प्रेरित किया। उन्होंने नवाचार और उद्यमिता पर जोर देते हुए कहा कि विद्यार्थियों को अपने आसपास की समस्याओं को नए दृष्टिकोण से देखने और उनके रचनात्मक एवं व्यावहारिक समाधान तलाशने चाहिए। केवल अच्छा विचार होना पर्याप्त नहीं है, बल्कि उसे कार्यरूप देकर वास्तविक परिणाम में बदलना जरूरी है। उन्होंने उद्योग जगत के अपने अनुभव साझा करते हुए विद्यार्थियों को प्रश्न पूछने, नए प्रयोग करने और निरंतर अपने कोशल को विकसित करने के लिए प्रोत्साहित किया। कार्यक्रम में विद्यार्थियों ने मुख्य वक्ता से विभिन्न विषयों पर संवाद और प्रश्नोत्तर किए। इसका उद्देश्य विद्यार्थियों में आत्मप्रेरणा, नेतृत्व क्षमता, नवाचार, रचनात्मक सोच, निर्णय लेने की क्षमता और उद्यमशील दृष्टिकोण विकसित करना रहा। कार्यक्रम के आयोजन में डीन डॉ. साकेत जैसवानी, विभागाध्यक्ष डॉ. नेहा सोनी, डॉ. संजु सिंह, फैकल्टी सदस्यों और सिनर्जी क्लब के सदस्यों की महत्वपूर्ण भूमिका रही। अंत में डॉ. एकता मिश्रा ने अतिथि वक्ता के प्रति आभार व्यक्त किया। कार्यक्रम में बड़ी संख्या में विद्यार्थी और प्राध्यापक उपस्थित रहे।

सिटी लाइव

चिकित्सा शिविर और ब्लड डोनेशन कैंप में लोग बढ़ चढ़कर हुए शामिल



दुर्ग। सेवा संकल्प अभियान के तहत भारतीय जनता पार्टी चिकित्सा प्रकोष्ठ, जिला दुर्ग द्वारा जिला भाजपा कार्यालय में विशाल चिकित्सा शिविर और ब्लड डोनेशन कैंप का आयोजन किया गया। कार्यक्रम का आयोजन जिला भाजपा अध्यक्ष सुरेंद्र कौशिक के मार्गदर्शन और चिकित्सा प्रकोष्ठ के जिला संयोजक डॉ. आदर्श त्रिवेदी के नेतृत्व में किया गया। शिविर में बड़ी संख्या में लोग शामिल हुए। कार्यक्रम में जिला भाजपा अध्यक्ष सुरेंद्र कौशिक, जिला महामंत्री दिलीप साहू, जिला उपाध्यक्ष शिवेंद्र परिहार, जिला मंत्री शैलेंद्र शैंदे, चिकित्सा प्रकोष्ठ जिला संयोजक डॉ. आदर्श त्रिवेदी, वरिष्ठ चिकित्सक डॉ. राहुल गुलाटी, सहसंयोजक डॉ. प्रेमलाल साव सहित भाजपा पदाधिकारी, चिकित्सा प्रकोष्ठ के कार्यकर्ता, चिकित्सक और नागरिक उपस्थित थे। सेवा संकल्प अभियान के अंतर्गत 17 सितंबर से 17 अक्टूबर तक विभिन्न सेवा गतिविधियों का आयोजन किया जा रहा है। इसी कड़ी में आयोजित चिकित्सा शिविर में विशेषज्ञ चिकित्सकों द्वारा नागरिकों का स्वास्थ्य परीक्षण कर जरूरत के अनुसार दवाइयां भी उपलब्ध कराईं। शिविर के दौरान बड़ी संख्या में लोगों ने स्वास्थ्य सेवाओं का लाभ लिया। वहीं, ब्लड डोनेशन कैंप में कार्यकर्ताओं एवं नागरिकों ने उत्साहपूर्वक रक्तदान कर जरूरतमंद मरीजों के लिए रक्त उपलब्ध कराने में अपना योगदान दिया। इस अवसर पर जिला भाजपा अध्यक्ष सुरेंद्र कौशिक ने कहा कि मानव सेवा ही माधव सेवा है। चिकित्सा प्रकोष्ठ के जिला संयोजक डॉ. आदर्श त्रिवेदी ने कहा कि स्वस्थ समाज ही सशक्त समाज की नींव है। शिविर में राहुल पंडित, अजय तिवारी, अविनाश राजपूत, कुंदन साहू, डॉ. अंशुल मोदी, डॉ. अजय गजेंद्र, डॉ. बृजलाल सर्वा, डॉ. लक्ष्मण दीक्षित, डॉ. धर्मेन्द्र साहू, डॉ. मुकेश अलमाला, डॉ. मयंक जैन, डॉ. गुशित कौर भाटिया, डॉ. आशुतोष विकी, डॉ. एकता गुप्ता, डॉ. आर्यन राज, डॉ. धर्मेन्द्र आदि उपस्थित थे।

हास्य-व्यंग्य से लेकर प्रेम, संवेदना और राष्ट्रभाव तक दिखे काव्य के कई रंग



दुर्ग। गणपति विहार में आयोजित काव्य संध्या में कविता के विविध रंग देखने को मिले। मंच पर कहीं हास्य-व्यंग्य की फुहार से ठहाके गुंजे तो कहीं प्रेम, सामाजिक सरोकार, राष्ट्रभाव और मानवीय संवेदनाओं ने श्रोताओं को भावुक किया। महिला कवयित्रियों की प्रभावशाली प्रस्तुतियां आयोजन का विशेष आकर्षण रहीं। कवि के.डी. वैष्णव ने बीड़ी और पीढ़ी के माध्यम से बदलते सामाजिक परिवेश पर व्यंग्य किया। हेमलाल कुरेशिया ने जल संरक्षण और राष्ट्रप्रेम को अपनी रचनाओं का विषय बनाया। प्रेम सिंह काव्या ने गुरु महिमा पर भावपूर्ण रचना प्रस्तुत की। उनकी पंक्तियां इस जनम में हमको कितने दान मिल गए, गुरु क्या मिले भगवान मिल गए ने वातावरण को भावुक कर दिया। सीता गुप्ता ने नन्ही चिड़िया के माध्यम से माध्मय से महान और पुरुषार्थ का संदेश दिया। वेणु कुरेशिया ने बदलते बचपन की तस्वीर सामने रखा। सुनीता परगनिहा ने कौन है अपना, कौन परया के भाव के जरिए रिश्तों की संवेदनशीलता बताई। अल्पना त्रिपाठी ने भगवान बुद्ध की कण्ठा और लोककलाकार तीजन बाई को समर्पित रचनाओं के माध्यम से लोकसंस्कृति और मानवीय संवेदना की गहरी छाप छोड़ी। कार्यक्रम के सूत्रधार प्रोफेसर अंबरीश त्रिपाठी और संचालक आचार्य डॉ. अजय आर्य्य रहे। आयोजन में भूषण देवांगन, मन्नुलाल परगनिहा, डॉ. नाथ, प्रवीण पटेल, अनिल सूर, निशिकांत परगनिहा आदि मौजूद रहे।

पूर्व विद्यार्थियों के अनुभव से वर्तमान पीढ़ी को मिल रहा विषय का व्यावहारिक ज्ञान

कभी थे विद्यार्थी, अब बन रहे गुरु, साइंस कॉलेज के एलुमिनी दे रहे नई पीढ़ी को ज्ञान की सीख

दुर्ग। किसी कॉलेज की पहचान सिर्फ उसकी इमारत, कक्षाओं और पाठ्यक्रम से नहीं होती, बल्कि वहां से पढ़कर निकले विद्यार्थियों की उपलब्धियां भी उसकी विरासत बनती हैं। इसी विरासत को वर्तमान विद्यार्थियों से जोड़ने की पहल शासकीय विरवनाथ यादव तामस्कर स्नातकोत्तर स्वाशासी महाविद्यालय, दुर्ग के भूगर्भशास्त्र विभाग ने की है। राष्ट्रीय शिक्षा नीति 2020 के तहत विभाग द्वारा अपने भूतपूर्व विद्यार्थियों को फिर से कॉलेज से जोड़ा जा रहा है, ताकि उनके अनुभव, विशेषज्ञता और कार्यक्षेत्र का ज्ञान वर्तमान विद्यार्थियों तक पहुंच सके। रूसा 2.0 के अंतर्गत आयोजित आमंत्रित व्याख्यानों की इस श्रृंखला में भूविज्ञान के विद्यार्थियों को विषय से जुड़े महत्वपूर्ण और व्यावहारिक पहलुओं को समझने का अवसर मिल रहा है। इस श्रृंखला में पंडित रविशंकर शुक्ल विरवविद्यालय, रायपुर के भूविज्ञान अध्ययनशाला के प्राध्यापक डॉ. के.आर. हरि ने जियोकेमिस्ट्री विषय पर व्याख्यान दिया। उन्होंने उन्होंने स्नातक एवं स्नातकोत्तर विद्यार्थियों को जियोकेमिस्ट्री के पाठ्यक्रम से जुड़े विभिन्न महत्वपूर्ण बिंदुओं की विस्तार से जानकारी दी। डॉ. हरि साईंस कॉलेज, दुर्ग में करीब 25 वर्षों तक सहायक प्राध्यापक के रूप में सेवाएं दे चुके हैं। ऐसे में उनका विद्यार्थियों से दोबारा जुड़ना विभाग के लिए विशेष अनुभव रहा।



खनिज अन्वेषण पर दिया व्याख्यान

भूगर्भशास्त्र विभागाध्यक्ष डॉ. एस.डी. देशमुख ने बताया कि विभाग के 1998 बैच के भूतपूर्व विद्यार्थी एवं वर्तमान में भारतीय भूवैज्ञानिक सर्वेक्षण के रायपुर क्षेत्र के निदेशक अमित सोनी ने खनिज अन्वेषण विषय पर सारगर्भित व्याख्यान दिया। उन्होंने विद्यार्थियों के सवालों के जवाब देते हुए खनिज अन्वेषण से जुड़े विभिन्न पहलुओं को समझाया। वहीं विभाग के एक अन्य एलुमिनी और वर्तमान में पंडित रविशंकर शुक्ल विश्वविद्यालय, रायपुर की भूविज्ञान अध्ययनशाला में सहायक प्राध्यापक डॉ. विकास स्वर्णकार ने स्नातकोत्तर विद्यार्थियों को क्रिस्टलोग्राफी के महत्व तथा क्रिस्टल समुदाय के वर्गीकरण की जानकारी दी। उन्होंने क्रिस्टल समिति, क्रिस्टल रूप और क्रिस्टल यमलन जैसे विषयों को रोचक तरीके से समझाया।



डिजिटल फोटोग्राफी की भी मिली सीख

रूसा 2.0 के अंतर्गत प्राप्त अनुदान से भूगर्भशास्त्र के स्नातक एवं स्नातकोत्तर विद्यार्थियों के लिए डिजिटल फोटोग्राफी पर कार्यशाला भी आयोजित की गई। इसमें उद्यमी प्रणव रॉय ने विद्यार्थियों को भूवैज्ञानिक क्षेत्रीय कार्य और प्रयोगशाला में फोटोग्राफी की उपयोगी तकनीकों की जानकारी दी। उन्होंने मोबाइल से तस्वीर लेते समय बरती जाने वाली सावधानियों और बेहतर तस्वीर के लिए आवश्यक बातों को भी समझाया। महाविद्यालय के प्राचार्य डॉ. अजय कुमार सिंह ने भूगर्भशास्त्र विभाग की इस पहल की सराहना करते हुए कहा कि एलुमिनी को कॉलेज से जोड़ने से दोहरा लाभ मिलता है। पूर्व विद्यार्थी अपने संस्थान से जुड़े रहते हैं और वर्तमान विद्यार्थियों को उनके अनुभव एवं विशेषज्ञता का लाभ मिलता है। कार्यक्रम में भूगर्भशास्त्र के अतिथि प्राध्यापक डॉ. इन्द्रजीत साकेत एवं डॉ. राहुल द्विवेदी उपस्थित थे। आमंत्रित वक्ताओं का स्वागत पर्यावरण संरक्षण का संदेश देते हुए पौधा भेंटकर किया गया।

शिक्षक व विद्यार्थी हुए सम्मानित

सेवानिवृत्त शिक्षकों, स्कूली टॉपर्स और निर्धन मेधावी छात्रों को मिला सम्मान

भिलाई। सेक्टर 7 स्थित कुर्मी भवन में छत्तीसगढ़ शिक्षक सहयोग समिति भिलाई-दुर्ग के तत्वावधान में शिक्षा के क्षेत्र में उल्लेखनीय योगदान देने वाले छत्तीसगढ़ के विभिन्न समारोहों के सेवानिवृत्त शिक्षकों और प्रतिभाशाली विद्यार्थियों के सम्मान में भव्य समारोह आयोजित किया गया। समिति ने जहां सेवानिवृत्त शिक्षकों का शॉल, श्रीफल और स्मृतिचिह्न भेंटकर सम्मान किया, वहीं विभिन्न श्रेणियों में उत्कृष्ट प्रदर्शन करने वाले विद्यार्थियों का स्मृतिचिह्न और प्रशस्तिपत्र प्रदान कर सम्मान किया। इसके अलावा आर्थिक रूप से कमजोर छात्रों को दो-दो हजार रुपए नगद पुरस्कार भी दिए गए। समारोह में राज्य शिक्षा आयोग के अध्यक्ष सुधीर गौतम, संगीतकार एवं फिल्म निर्माता-निर्देशक नवीन कुमार देशमुख तथा कुर्मी क्षत्रिय समाज के अध्यक्ष संतोष पाटनवार का अभिनंदन भी किया गया।

सोलह छात्रों व बीस सेवानिवृत्त शिक्षकों का सम्मान : दसवीं के मेधावी विद्यार्थियों में फगेश्वरी, नुरुर साहू तथा चिराग नागवंशी शामिल हैं। वहीं बारहवीं के अनिकेत, भूमिका तथा हर्षिता वर्मा को सम्मानित किया गया। निर्धन वर्ग के सम्मानित होने वाले मेधावी विद्यार्थियों में



दसवीं से हिना, चेतना, डुमरिका ठाकुर, भाविका यादव एवं खिलेश कुमार साहू शामिल हैं, जबकि बारहवीं के निर्धन वर्ग के मेधावी विद्यार्थियों में सेजल, राकेश साहू, शिवानी साहू, यशस्वी तथा मोनिका जेआर देशमुख, सचिव दिलीप कुमार देशमुख एवं कोषाध्यक्ष घनश्याम पटेल ने बताया कि इस आयोजन का उद्देश्य शिक्षा के क्षेत्र में सेवाएं देने वाले शिक्षकों के प्रति सम्मान व्यक्त करने के साथ विद्यार्थियों की प्रतिभा को प्रोत्साहित करना है। समारोह में संरक्षक ओपी शुक्ला, सेवानिवृत्त व्याख्याता कुबेर राम देशमुख, सलाहकार मंडल के सदस्य डीके निर्मल, एलएस वर्मा, धनऊराम कोसरे, ठाकुर राम यादव, सुरेश कुमार चंद्रकार, बीके दास समेत बड़ी तादाद में लोग मौजूद थे। कार्यक्रम का संचालन कामता साहू, विनोद साहू एवं शीला चंद्रा ने किया।

सेवा कार्यों की हुई सराहना

सामाजिक उत्थान और संस्कृति संरक्षण पर हुआ मंथन



भिलाई। अद्वितीय मानव कल्याण सेवा समिति, मरोदा भिलाई द्वारा समाज के विविध क्षेत्रों में निरंतर उत्कृष्ट योगदान देने वाले समाजसेवियों के सम्मान एवं आगामी कार्ययोजना को लेकर एक विशेष बैठक का आयोजन किया गया। समिति पिछले कई वर्षों से निर्धन कन्या विवाह, पर्यावरण संरक्षण के लिए सघन पौधारोपण, प्राकृतिक आपदा प्रभावित क्षेत्रों में राहत व सहयोग, नशा उन्मूलन, नारी शक्ति जनजागरण, अनाथ व वृद्धजनों की सेवा तथा छत्तीसगढ़ की विलुप्त होती लोक-संस्कृति को संहेतने एवं बढ़ावा देने की दिशा में लगातार सक्रिय भूमिका निभा रही है। इस अवसर पर 3 बार गोल्डन बुक ऑफ वर्ल्ड रिकॉर्ड्स में दर्ज हो चुकी प्रतिष्ठित संस्था रूपाली महतारी गुड़ी बहुउद्देशीय संस्था की सचिव एवं मीडिया प्रभारी के रूप में विगत 12 वर्षों से समर्पित भाव से सेवारत समाजसेवी संगीता शर्मा की उपस्थिति रही। समिति द्वारा उनके उल्लेखनीय सामाजिक योगदान की सराहना करते हुए उन्हें सम्मानित किया गया। उपस्थित वक्ताओं ने कहा कि सामाजिक सरोकारों व रिकॉर्ड स्तर के उत्कृष्ट कार्यों में उनका समर्पण संपूर्ण समाज के लिए प्रेरणादायी है। कार्यक्रम में सूरज साहू, रमन साहू, विक्रम कौशिक, प्रवीण खिलाली, ऋषि कुमार, सुधीर गायकवाड़ एवं सह-संयोजक राम कुमार एवं रूपाली महतारी गुड़ी बहुउद्देशीय संस्था की अध्यक्ष शांता शर्मा भी उपस्थित रहे। सभी पदाधिकारियों ने एकजुट होकर समाज के अंतिम व्यक्ति तक सहायता पहुंचाने, नशामुक्ति, पर्यावरण संवर्धन और छत्तीसगढ़ी संस्कृति के संरक्षण हेतु अभियानों को और अधिक गति देने का संकल्प लिया।

मानव मिलन का 32वां अंतरराष्ट्रीय सम्मेलन जैन संत एवं मानव मिलन समारोह का आयोजन

मानव मिलन सम्मेलन में संत कालिदास मानव रत्न अलंकरण से सम्मानित, नेपाल सहित देशभर से आए प्रतिनिधि हुए शामिल

कार्न न्यूज

दुर्ग। मानव मिलन का 32 वां अंतरराष्ट्रीय सम्मेलन जैन संत एवं मानव मिलन के संस्थापक राष्ट्र संत मणिभद्र मुनि के सानिध्य में जय आनंद मधुकर रतन मवन बांधा तालाब में हथौल्लास एवं आध्यात्मिक वातावरण में संपन्न हुआ। सम्मेलन में नेपाल सहित देश के विभिन्न शहरों से मानव मिलन संस्था से जुड़े प्रतिनिधियों एवं गुरुअवतों ने सहभागिता की। वर्धमान स्थानकवासी जैन श्रावक श्रमण संघ परिवार के बैनर तले आयोजित सम्मेलन में विभिन्न क्षेत्रों से आए प्रतिनिधियों ने अपने-अपने क्षेत्रों में संस्था द्वारा संचालित सामाजिक, धार्मिक, शैक्षणिक एवं सेवा गतिविधियों की जानकारी साझा की। सम्मेलन के दौरान मानव मिलन के सेवा एवं सामाजिक सरोकारों को और व्यापक बनाने को लेकर भी विचार-विमर्श हुआ। आयोजित धर्मसभा में मानव कल्याण, जीव दया एवं सेवा के क्षेत्र में अनुकरणीय योगदान के लिए महामंडलेश्वर संत कालिदास को इस वर्ष के मानव रत्न अलंकरण से सम्मानित किया गया। संत कालिदास विगत 48 वर्षों से अपनी कठोर तप साधना के लिए प्रसिद्ध हैं। वे प्रतिदिन केवल एक बार नारियल पानी गहण करते हैं। चारों नवरात्रि के अवसर पर उनका नौ दिनों का निर्जल व्रत भी उनकी तपस्या का महत्वपूर्ण हिस्सा है।



सामाजिक, शैक्षणिक और सेवा कार्यों की सराहना की गई : सम्मान प्राप्त करने के पश्चात संत कालिदास ने मानव मिलन संस्था द्वारा देशभर में किए जा रहे सामाजिक, शैक्षणिक एवं सेवा कार्यों की सराहना करते हुए कहा कि मानव मिलन के माध्यम से समाज सेवा और मानव कल्याण के लिए किए जा रहे कार्य प्रशंसनीय हैं। उन्होंने नेपाल में आई जल प्रलय के दौरान मानव मिलन संस्था द्वारा किए जा रहे सेवा कार्यों की भी भूरि-भूरि अनुमोदना की। उन्होंने कहा कि संत कालिदास जी द्रुष्ट भी इस पुण्य सेवा कार्य में सहयोगी बनेंगे और मानव मिलन के साथ कंधे से कंधा मिलाकर सेवा कार्य करेंगे। कार्यक्रम में बतौर अतिथि नगर निगम महापौर अलका बाघमार विशेष रूप से उपस्थित रहीं।

जयमल जयंती पर जीवन से प्रेरणा लेने का संदेश : सम्मेलन के अंतर्गत आयोजित श्री जयमल जयंती समारोह में राष्ट्र संत श्री मणिभद्र मुनि जी महाराज ने संत श्री जयमल जी के जीवन एवं उनके आदर्शों का वर्णन करते हुए कहा कि महापुरुषों की जयंती मनाने का वास्तविक उद्देश्य उनके जीवन से प्रेरणा लेकर अपने जीवन में सकारात्मक परिवर्तन लाना है। यदि हम प्रत्येक वर्ष अपने जीवन की एक बुराई का त्याग करने का संकल्प लें और उसे अपने आवरण में उतारें तो हर वर्ष जन्म जयंती महोत्सव मनावना साध्य होगा। मणिभद्र मुनि को चतुर्मास करने हेतु रायपुर और डोडी लोहार के श्रमण संघ परिवार से श्री सद्दस्यों ने अपनी विनती की जिसे गुरु महाराज ने इस विनती को अपनी झोली में रखा और आने वाले दिनों में चतुर्मास की घोषणा की जाएगी।

नेपाल में बनने वाले संत निवास में अंजय सुराणा परिवार का सहयोग रहेगा

सम्मेलन के अवसर पर आयोजित भव्य भक्ति संध्या में मुंबई के ख्यातिनाम भजन गायक श्री मनोरंजन झा एवं भजन गायिका श्रीमती जमुना शर्मा ने अपनी सुमधुर प्रस्तुतियों से श्रद्धालुओं एवं दुर्ग शहरवासियों को मंत्रमुग्ध कर दिया। उनके मजनों पर श्रद्धालु मान-विभोर होकर झूमते नजर आए। सम्मेलन में शामिल अतिथियों के भोजन-प्रासाद की व्यवस्था श्री उत्तम भंडारी परिवार द्वारा की गई। वहीं भक्ति संध्या आयोजन के लाभार्थी परिवार के रूप में श्री धींसुलाल जी पारख परिवार एवं श्री पदम पारख परिवार का सहयोग रहा। कार्यक्रम का संचालन अंतरराष्ट्रीय मानव मिलन के महामंत्री श्री अमर कोटवा एवं श्रमण संघ परिवार से श्री टीकम छाजेड़ ने किया। आयोजन को सफल बनाने में आयोजन समिति के संयोजक श्री निर्मल बाफना, प्रवीण श्रीश्रीमान, धर्मचर्या लोदा, निर्मल रतन बोहरा, राकेश संवेदी, संजय संवेदी, अशोक रतन बोहरा एवं अक्षय सुराणा सहित अनेक कार्यकर्ताओं का विशेष सहयोग रहा।

एडवेंचर टिप्स

दुनिया घूमने की चाह बनाती है बाइकर्स, एडवेंचर के साथ रखें अपनी त्वचा का भी ख्याल.

आजकल के लड़कियों को भी बाइक



चलाने का काफी शौक होता है। लड़कियां तो बाइक से रोड ट्रिप तक पर जाती हैं। ऐसे में बाइक चलाते वक़्त त्वचा का खास ध्यान रखने की जरूरत होती है। दरअसल, ऐसा देखा जाता है कि जो लोग बाइक ज़्यादा चलाते हैं, उनकी त्वचा काफी खराब होने लगती है। सड़कों पर चलने वाली धूल भरी आंधियों का सीधा असर चेहरे पर होता है, जिससे लड़कों के चेहरे पर भी पिंपल्स और एक्ने दिखने लगते हैं।

बाइक चलाने वाली लड़कियों को अपनी त्वचा का खास ध्यान रखना चाहिए। ताकि आपका चेहरा भी बाइक चलाने के बावजूद ग्लो करे और आपको किसी तरह की कोई परेशानी ना होने पाए।

चेहरे को रखें साफ

जब भी बाइक चलाकर आएँ तो सबसे पहले चेहरे को साफ करें। चेहरा धोने के लिए हमेशा एक बढ़िया फेस क्लींजर का ही इस्तेमाल करें। ये आपकी त्वचा को साफ करने में मदद करेगा।

त्वचा को करें एक्सफोलिएट

आपको अपनी त्वचा को एक्सफोलिएट



करने की जरूरत होती है। इसके लिए आपको बस हफ्ते में एक बार त्वचा को स्क्रब करना है। ऐसा करने से बाइक चलाने के बावजूद आपकी त्वचा ग्लो करेगी।

चेहरे को करें मॉइश्चराइज

बाइक चलाने के बाद और बाइक चलाने से पहले भी अपनी त्वचा को मॉइश्चराइज करना ना भूलें। हमेशा अपनी स्किन को सूट करने वाला मॉइश्चराइजर चुनें। आज के समय में तो आप आसानी से जेल बेस्ड मॉइश्चराइजर चुन सकती हैं इससे आपकी त्वचा चिपचिपी नहीं लगेगी।

ख़ूब पीएं पानी

हर मौसम में ख़ूब सारा पानी पीएं। इससे आपकी त्वचा की कई परेशानियां दूर हो सकती हैं। यह अंदर से आपकी स्किन सेल्स को साफ करेगा।



संतुलित आहार ही बेहतर पाचन की कुंजी; फाइबर की अति से आंतों में रुकावट, दस्त और पेट दर्द का खतरा

कब्ज से राहत पाने के लिए अत्यधिक फाइबर का सेवन बन सकता है नई मुसीबत, चेतावनी मान कर अभी से संभल जाएं

पाचन तंत्र सही रहे तो पूरा शरीर स्वस्थ रहता है, क्योंकि खराब पाचन क्रिया कई गंभीर बीमारियों को जन्म देती है। यही कारण है कि लोग पाचन शक्ति को दुरुस्त रखने के लिए अपने आहार में फाइबर (रेशा) युक्त खाद्य पदार्थों को प्रमुखता से शामिल करते हैं। फाइबर पेट के लिए किसी अमृत से कम नहीं है; यह न केवल पाचन तंत्र को मजबूत बनाता है बल्कि शरीर के मेटाबॉलिज्म (उपापचय) को भी दुरुस्त रखता है। शरीर में इसकी कमी से व्यक्ति गंभीर कब्ज की समस्या से जूझने लगता है। परंतु, क्या आप जानते हैं कि आवश्यकता से अधिक फाइबर का सेवन आपको भारी मुसीबत में डाल सकता है? जी हाँ, यदि आप पाचन को बेहतर बनाने के चक्कर में अंधाधुंध 'फाइबर-रिच' (फाइबर युक्त) भोजन ले रहे हैं, तो इसके गंभीर दुष्प्रभावों को जानना भी अत्यंत आवश्यक है।

पुष्पावती सिंघानिया रिसर्च इंस्टीट्यूट (पीएसआरआई) अस्पताल के मुख्य सलाहकार, सर्जिकल गैस्ट्रोएंटेरोलॉजिस्ट (पाचन तंत्र शल्य चिकित्सक) और लिवर ट्रांसप्लांट सर्जन (यकृत प्रत्यारोपण विशेषज्ञ) डॉ. मनोज गुप्ता के अनुसार, वयस्क पुरुषों को प्रतिदिन 38 ग्राम और महिलाओं को लगभग 25 ग्राम फाइबर की ही आवश्यकता होती



है। यदि आप रोजाना इस तय मात्रा से अधिक फाइबर ले रहे हैं, तो आपको कई प्रकार की शारीरिक परेशानियों का सामना करना पड़ सकता है।

अत्यधिक फाइबर सेवन के प्रमुख नुकसान

लूज मोशन (दस्त) की समस्या: ज़्यादा फाइबर युक्त भोजन गैस्ट्रोइंटेस्टाइनल ट्रैक (जठरांत्र मार्ग) से बहुत तेजी से गुजरता है। इस वजह से कुछ लोगों को दस्त या लूज मोशन की शिकायत हो सकती है।

कब्ज और डिहाइड्रेशन (निर्जलीकरण) का बढ़ना: कब्ज दूर करने के लिए यदि आप अत्यधिक फाइबर खा रहे हैं और पर्याप्त मात्रा में पानी नहीं पी रहे हैं, तो स्थिति सुधरने के बजाय और बिगड़ सकती है। फाइबर शरीर में मौजूद पानी को सोखकर मल को सघन (गाढ़ा) बनाता है। घुलने के लिए पानी न मिलने पर यह शरीर का सारा पानी सोख लेता है, जिससे निर्जलीकरण, कमजोरी, अत्यधिक थकान और चक्कर आने जैसी समस्याएं उत्पन्न हो जाती हैं।

पेट दर्द, गैस और ब्लोटिंग (पेट फूलना): फाइबर के अत्यधिक सेवन से आंतों में मौजूद गुड़ बैक्टीरिया (मित्र जीवाणु) मिथेन गैस का उत्पादन बढ़ा देते हैं। इससे पेट में अत्यधिक गैस बनती है, जिससे पेट फूलने, ऐंठन, पेट दर्द और सीने में जलन जैसी शिकायतें होने लगती हैं।



कब्ज और पाचन संबंधी समस्याओं से निजात दिलाएगा सुपरफूड

यदि आपका पाचन तंत्र लगातार गड़बड़ रहता है या आप पुरानी कब्ज से परेशान हैं, तो अपनी दैनिक डाइट (आहार) में गेहूं की जगह राजगिरा के आटे को शामिल करना एक बेहतरीन विकल्प साबित हो सकता है। आजकल स्वास्थ्य के प्रति जागरूक लोगों के बीच इसका चलन तेजी से बढ़ा है। सर्टिफाइड डाइटिशियन और न्यूट्रिशनिस्ट (प्रमाणित आहार विशेषज्ञ) राधिक गोयल के अनुसार, राजगिरा का आटा सेहत के लिए पोषक तत्वों का खजाना है।

क्या है राजगिरा या रामदाना?

राजगिरा को अमरनाथ, रामदाना या फॉक्स नट के नाम से भी जाना जाता है। यह एक अनाज वर्गीय पौधा होता है, जिसे स्थानीय भाषा में 'चौलाई' भी कहा जाता है। इसकी कलियों में छोटे-छोटे रामदाना के बीज पाए जाते हैं। इसमें मौजूद प्रचुर पोषक तत्वों के कारण ही इसे 'सुपरफूड' (उत्कृष्ट आहार) की श्रेणी में रखा गया है।

कब्ज और पाचन में राजगिरा के चमत्कारिक लाभ

पोषक तत्वों का खजाना: राजगिरा का आटा प्रोटीन से भरपूर होता है। इसमें फाइबर, कैल्शियम, मैग्नीशियम, आयरन (लोहतत्व) और फास्फोरस की प्रचुर मात्रा पाई जाती है। इसके साथ ही यह एंटी-ऑक्सीडेंट्स (प्रतिऑक्सीकारक) से भी समृद्ध होता है।

पाचन व बाउल मूवमेंट में सुधार: यह शरीर के मेटाबॉलिज्म (उपापचय) को बूस्ट (तेज) करता है और मल को सख्त होने से रोकता है। इससे बाउल मूवमेंट (आंतों की गतिशीलता) सही होती है और पेट



आसानी से साफ हो जाता है।

अन्य स्वास्थ्य लाभ: यह कब्ज से राहत देने के साथ-साथ शरीर में कोलेस्ट्रॉल लेवल (रक्त वसा स्तर) और इंप्लेमेंशन (सूजन/दाह) को कम करने में भी कारगर है।

आहार में शामिल करने के तरीके

दैनिक आहार: राजगिरा के आटे से स्वादिष्ट रोटी, पूरी, पराठा, चोला, टिक्की या हलवा बनाया जा सकता है। इसे कॉर्न (मक्के) के साथ मिलाकर भाजी बनाई जा सकती है या दूध के साथ मिलाकर स्वादिष्ट दलिया तैयार किया जा सकता है।

पोषक तत्वों के अवशोषण में बाधा: फाइबर एक बाइंडिंग एजेंट (बांधने वाले तत्व) के रूप में कार्य करता है। आहार में इसकी बहुत अधिक मात्रा भोजन में मौजूद आवश्यक पोषक तत्वों को शरीर में अवशोषित होने से पहले ही बाहर निकाल देती है।

आंतों में रुकावट का जोखिम: बहुत दुर्लभ मामलों में, अत्यधिक मात्रा में एकत्र हुआ फाइबर आंतों में जमा होकर रुकावट पैदा कर सकता है, जो एक अत्यंत गंभीर चिकित्सीय स्थिति है।



बचाव और सही उपाय

धीरे-धीरे बढ़ाएं मात्रा: अपने आहार में अचानक फाइबर न बढ़ाएं। इसे धीरे-धीरे शामिल करें ताकि पाचन तंत्र को इसके अनुकूल होने का समय मिल सके।

पर्याप्त पानी पिएं: फाइबर तभी सही ढंग से कार्य करता है जब शरीर में पानी की पर्याप्त मात्रा हो। इसलिए तरल पदार्थों का सेवन बढ़ाएं।

गैस बढ़ाने वाले भोजन से बचें: यदि पेट फूलने की समस्या पहले से है, तो प्याज और कार्बोनेटेड पेयों (गैस युक्त पेय पदार्थों) से परहेज करें।

डॉक्टर से परामर्श: यदि आपको मतली, उल्टी, पेट में तेज दर्द या मलत्याग में अत्यधिक परेशानी जैसे गंभीर लक्षण दिखाई दें, तो तुरंत चिकित्सक से संपर्क करें।

रखें कपूर का एक टुकड़ा, नकारात्मकता होगी दूर और बढ़ेगी समृद्धि

वास्तु शास्त्र एक ऐसा प्राचीन विज्ञान है, जो घर के वातावरण में सुख, समृद्धि और सकारात्मक ऊर्जा को बढ़ावा देता है। हमारे आसपास मौजूद कई छोटी-छोटी वस्तुएं घर के वातावरण को शुद्ध करने के साथ-साथ वास्तु दोषों को समाप्त करने की क्षमता रखती हैं। इन्हीं अचूक वास्तु सामग्रियों में से एक है—कपूर। कपूर में प्राकृतिक शुद्धिकरण के अद्भुत गुण होते हैं, जो जीवन की कई बाधाओं को दूर करते हैं। मान्यता है कि घर में नियमित रूप से कपूर जलाने या विशेष स्थानों पर रखने से नकारात्मक ऊर्जा समाप्त होती है और धन के नए मार्ग खुलते हैं।



पूजा कक्ष (मंदिर) में

पूजा घर पूरे भवन का आध्यात्मिक ऊर्जा केंद्र होता है। इस स्थान पर कपूर रखने से उसकी पवित्र सुगंध पूरे घर में फैलती है। पूजन के समय कपूर जलाने से वातावरण शुद्ध होता है, परिवार के सदस्यों को मानसिक शांति मिलती है और धन के मार्ग प्रशस्त होते हैं।

बेडरूम (शयनकक्ष) में

शयनकक्ष शांति और ताजगी का स्थान माना जाता है। बेडरूम में या तक्तिये के नीचे/बिस्तर के पास कपूर का टुकड़ा रखने से मानसिक तनाव व चिंता दूर होती है और गहरी नींद आती है। शादीशुदा जोड़ों के कमरे में कपूर रखने से आपसी रिश्तों में मधुरता और मजबूती आती है। अनावश्यक धन हानि को रोकने और आर्थिक स्थिति मजबूत करने के लिए तिजोरी या अलमारी में कपूर का एक छोटा टुकड़ा रखें।



इन महत्वपूर्ण विटामिन्स की कमी से बढ़ जाता है हार्ट अटैक का जोखिम

हृदय संबंधी बीमारियां (कार्डियोवैस्कुलर डिजीज) आज वैश्विक स्तर पर मृत्यु के प्रमुख कारणों में से एक बन चुकी हैं। चिंताजनक बात यह है कि पिछले कुछ वर्षों में कम उम्र के युवाओं में भी हृदय रोग, स्ट्रोक और हार्ट अटैक (हृदयाघात) के मामलों में बेतहाशा वृद्धि देखी गई है। स्वास्थ्य विशेषज्ञों के अनुसार, बिगड़ती जीवनशैली, मानसिक तनाव और असंतुलित खानपान इसका मुख्य कारण हैं। प्रतिवर्ष इस माह की 29 तारीख को 'वर्ल्ड हार्ट डे' (विश्व हृदय दिवस) के रूप में मनाया जाता है, जिसका मुख्य उद्देश्य लोगों को हृदय स्वास्थ्य के प्रति जागरूक करना है। हालािया अध्ययनों से यह स्पष्ट हुआ है कि आहार में गड़बड़ी के साथ-साथ शरीर में कुछ खास विटामिन्स की कमी भी हृदय रोगों के जोखिम को कई गुना बढ़ा देती है। किन विटामिन्स की कमी बनती है हृदय के लिए खतरा, आप भी जानिए।

विटामिन-डी की कमी

अध्ययनों से पता चलता है कि शरीर में विटामिन-डी की



कमी होने पर हार्ट अटैक (हृदयाघात), कंजैस्टिव हार्ट फेलियर (हृदय गति रुकना), पेरिफरल आर्टरी डिजीज (धमनीयों की बीमारी) और स्ट्रोक का खतरा काफी बढ़ जाता है। इसके अलावा, इसकी कमी से उच्च रक्तचाप (हाई ब्लड प्रेशर) और मधुमेह (डायाबीटीज) का जोखिम भी बढ़ता है, जो सीधे तौर पर दिल को नुकसान पहुंचाते हैं।

विटामिन बी-12 की कमी

शोधकर्ताओं के अनुसार, रक्त संचार प्रणाली और हृदय की मांसपेशियों को स्वस्थ रखने के लिए विटामिन बी-12 बेहद जरूरी है। इसकी कमी से कोरोनरी आर्टरी डिजीज (धमनी रोग), मायोकार्डियल इन्फार्क्शन और रक्त परिसंचरण संबंधी गंभीर समस्याएं पैदा हो सकती हैं।

फोलेट/विटामिन बी-9 की कमी

शरीर में फोलेट (विटामिन बी-9) की कमी होने से रक्त वाहिकाओं और हृदय से जुड़ी बीमारियों का खतरा बढ़ता है। फोलेट कम होने से शरीर में आयरन (लोहतत्व) का स्तर भी गिरने लगता है, जिससे एनीमिया और हृदय पर अतिरिक्त दबाव की स्थिति उत्पन्न हो जाती है।

हृदय को सेहतमंद रखने के लिए क्या खाएं और किससे बचें?

हार्वर्ड टी.एच. चान स्कूल ऑफ पब्लिक हेल्थ के विशेषज्ञों के अनुसार, दिल की सुरक्षा के लिए आहार की पौष्टिकता पर ध्यान देना सबसे पहला कदम है: क्या खाएं: दैनिक आहार में ताजे फल, हरी सब्जियां, साबुत अनाज, नट्स (मेवे), मछली और पोल्टी (मुर्गी का सीमित संतुलित मांस) शामिल करें। इसके साथ ही सूर्य की धूप से विटामिन-डी और डेयरी उत्पादों/अंकुरित अनाज से बी-विटामिन्स प्राप्त करें। किन चीजों से बचें: रेड मीट (लाल मांस), प्रोसेस्ड मीट (प्रसंस्कृत मांस), अत्यधिक कार्बोहाइड्रेट, एडेड शुगर (ऊपर से मिलाई गई चीनी) और अत्यधिक सोडियम (नमक) वाले खाद्य पदार्थों का सेवन तुरंत कम या बंद कर दें।



कार्नर न्यूज

गंदगी, कड़वी वाणी, सूर्यास्त के समय शयन और किचन के जूठे बर्तन बनते हैं आर्थिक तंगी और दुर्भाग्य का कारण

जीवनशैली से जुड़ी आपकी कुछ अनजानी आदतें घर में लाती हैं दरिद्रता, आज ही छोड़ें



सूर्यास्त के समय सोना

संध्याकाल या सूर्यास्त के समय सोना शास्त्रों में वर्जित माना गया है। इस समय सोने वाले व्यक्ति पर दरिद्रता हावी होती है और स्वास्थ्य पर भी बुरा असर पड़ता है।

आलस्य करना

आलस्य व्यक्ति का सबसे बड़ा शत्रु है। यह व्यक्ति को कार्यक्षेत्र में सफल नहीं होने देता।

जीवन में प्रगति और समृद्धि के लिए आलस्य का त्याग अत्यंत आवश्यक है।

अनुचित और असंयमित व्यय (खर्च)

अपनी आय से अधिक या बिना योजना के बेवजह खर्च करना व्यक्ति को तंगहाली में धकेल देता है। हमेशा अपनी आवश्यकताओं को पहचानकर संयम के साथ बजट बनाकर ही खर्च करें।

किचन में देर तक जूठे बर्तन रखना

भोजन के पश्चात जूठे बर्तनों को रसोई घर में देर तक रखना या रात के बर्तन सुबह धोना अत्यंत अशुभ माना जाता है। इससे घर में नकारात्मक ऊर्जा फैलती है और राहु-केतु का कुप्रभाव बढ़ता है।

बिस्तर पर गंदी या फटी चादर बिछाना

गंदे या फटे हुए बिस्तरों पर सोने से नकारात्मक ऊर्जा व्यक्ति के भाग्य को प्रभावित करती है।



सुबह उठते ही बिस्तर व्यवस्थित करें और चादर को नियमित रूप से धोकर साफ रखें।

पूजा घर को गंदा या धूल-धूसरित रखना

प्रतिदिन पूजा न करने की स्थिति में

भी घर के मंदिर में कभी धूल-मिट्टी जमा न होने दें। गंदा पूजा घर मानसिक तनाव और गृह-क्लेश का कारण बनता है।

जूते-चप्पलों को इधर-उधर फेंकना

घर में या विशेषकर मुख्य द्वार पर जूते-चप्पल बिखेर कर रखने से माता लक्ष्मी का आगमन बाधित होता है। जूतों को हमेशा जूते के रैक (अलमारी) में व्यवस्थित ढंग से रखें।

भोजन की थाली या बर्तन में ही हाथ धोना

भोजन समाप्त करने के बाद उसी बर्तन या थाली में हाथ धोना शास्त्रों में अन्न का अनादर माना गया है। ऐसा करने से व्यक्ति का भाग्य कमजोर होता है, स्वास्थ्य बिगड़ता है और आर्थिक स्थिति बदहाल होने लगती है।

फिल्म इवेंट

हॉलीवुड

पेरिस लूटकांड में अमेरिकी स्टार किम कार्दशियन की बड़ी नैतिक जीत

वर्ष 2016 में फ्रांस की राजधानी पेरिस के एक लक्जरी होटल में अमेरिकी रिपुल्टी टीवी स्टार किम कार्दशियन के साथ हुई बंदूक की नोक पर करोड़ों डॉलर की लूटपाट के मामले में पेरिस की एक अदालत ने अपना फैसला सुनाया है। अदालत ने किम कार्दशियन को 1 यूरो (लगभग 1.15 अमेरिकी डॉलर यानी भारतीय मुद्रा में करीब 110.71) का हर्जाना देने का आदेश दिया है।



किम कार्दशियन के वकीलों के अनुसार, किम इस लंबे मुकदमे के जरिए कोई आर्थिक लाभ नहीं कमाना चाहती थीं। उन्होंने खुद अदालत से सिर्फ 1 यूरो के प्रतीकात्मक हर्जाने की मांग की थी, ताकि आरोपियों की कानूनी जवाबदेही तय हो सके। अक्टूबर 2016 में पेरिस फैशन वीक के दौरान किम कार्दशियन 'होटल डी पोरटल्स' के अपने कमरे में ठहरी हुई थीं। पुलिस की वर्दी में आए दो नकाबपोश हथियारबंद अपराधियों ने कमरे में घुसकर किम को बंधक बना लिया और बंदूक की नोक पर करोड़ों डॉलर के गहने व कीमती सामान लूट लिए। किम ने इस घटना को अपनी जिंदगी का सबसे भयानक अनुभव बताया था। पिछले साल अदालत ने इस डकैती कांड में 8 लोगों को दोषी ठहराया था। अदालत ने किम के अलावा अन्य पीड़ितों के हक में भी मुआवजा राशि तय की है। घटना के समय ड्यूटी पर मौजूद पूर्व रिसेप्शनिस्ट को गहरा मानसिक आघात पहुंचा था। कोर्ट ने उन्हें 1,09,516 यूरो (\$1,26,472) देने का आदेश दिया। होटल डी पोरटल्स को 50,000 यूरो (\$57,741) का हर्जाना मिलेगा। घटना के वक्त कमरे में मौजूद किम की स्टाइलिस्ट सिमोन ब्रेटर को भी उनकी मांग के मुताबिक 1 यूरो का प्रतीकात्मक हर्जाना दिया जाएगा।

टॉलीवुड

ब्रेकअप की खबरों के बीच फिर एक साथ आए रवि और केनिशा

त मि ल अभिनेता रवि मोहन और गा यि का के नि शा फ्रांसिस एक बार फिर सुखियों में हैं।



पिछले कुछ महीनों से दोनों के बीच अलगाव और ब्रेकअप की खबरें लगातार मीडिया में छाई हुई थीं। मई में केनिशा द्वारा साझा किए गए एक भावुक सोशल मीडिया पोस्ट के बाद उनके अलग होने की अटकलों को बल मिला था। हालांकि, अब इन तमाम चर्चाओं को दरकिनार करते हुए दोनों ने एक नई व्यावसायिक शुरुआत की घोषणा की है। रवि मोहन अपनी आगामी तमिल फिल्म 'एन ऑर्डिनरी मैन' के जरिए बतौर निर्देशक डेब्यू करने जा रहे हैं। इस फिल्म का निर्माण उनके अपने प्रोडक्शन हाउस 'रवि मोहन स्टूडियोज' के बैनर तले हो रहा है। खास बात यह है कि इस फिल्म में केनिशा फ्रांसिस बतौर म्यूजिक कंपोजर (संगीतकार) अपना डेब्यू करने जा रही हैं। रवि मोहन ने अपने आधिकारिक स्टूडियो अकाउंट से केनिशा का स्वागत करते हुए लिखा: रसंगीत की दुनिया में एक नई आवाज ने दस्तक दी है। एक नया अध्याय शुरू हुआ है, लेकिन रूह वही है। एक ऐसा कलाकार जिसे आप जानते तो हैं, लेकिन जिसकी आवाज का यह अंदाज आपने पहले कभी नहीं सुना होगा। फिल्म 'एन ऑर्डिनरी मैन' में केनिशा का स्वागत है। इस पोस्ट को री-शेयर करते हुए रवि ने लिखा, रईश्वर की कृपा बनी रहे।। फिल्म 'एन ऑर्डिनरी मैन' में लोकप्रिय कॉमेडियन और अभिनेता योगी बाबू मुख्य भूमिका में नजर आएंगे। ब्रेकअप के बाद दोनों के अचानक इस तरह पेशेवर रूप से साथ आने पर सोशल मीडिया पर नेटिजंस तरह-तरह की प्रतिक्रियाएं दे रहे हैं और उनके फिर से करीब आने के कयास लगा रहे हैं।

भोजपुरी

ग्रैंड फिनाले में निरहुआ को 'पिक्चर परफेक्ट अवॉर्ड' मिला

जियो हॉटस्टार के चर्चित रिपुल्टी शो 'भोजपुरी बवाल' का ग्रैंड फि ना ले शनिवार (5 सितंबर) को बेहद धूमधाम के साथ संपन्न हुआ। शो के दौरान सितारों के बीच देखने को मिले तीखे आरोपों और विवादों के बाद फिनाले में सभी कलाकारों ने पुरानी कड़वाहटों को भुलाकर मंच पर एक से बढ़कर एक प्रस्तुतियां दीं। ग्रैंड फिनाले में स्टार्स को अलग-अलग कैटेगिरी में अवॉर्ड्स दिए गए। दिनेश लाल यादव 'निरहुआ' को 'पिक्चर परफेक्ट अवॉर्ड' से नवाजा गया। इस दौरान अभिनेत्री आम्बपाली दुबे ने निरहुआ की तारीफ करते हुए कहा, रमैंने हमेशा आपको 'जियो निरहुआ' कहा है और जिंदगी भर यही कहूंगी। आपके जैसा ईसान धरती पर दूसरा नहीं है। र भोजपुरी पावरस्टार पवन सिंह ने ग्रैंड फिनाले में अपनी धमाकेदार गायकी से दर्शकों का दिल जीत लिया। उन्होंने 'एक मुलाकात जरूरी है सनम' गाना गाकर समों बांध दिया। मस्ती-मजाक के बीच पवन सिंह ने अपने अकेलेपन पर खुलकर बात की और दर्शकों को शराब व नशीली चीजों से दूर रहने तथा स्वस्थ जीवनशैली अपनाने की सलाह दी। शो के दौरान जब स्टेज पर आम्बपाली दुबे, काजल राघवानी और निरहुआ एक साथ आए, तो निरहुआ ने माहौल को संभालते हुए कहा, रएक ही घर में लड़ाई-झगड़ होते रहते हैं, और जहां लड़ाई न हो वहां प्यार का पता नहीं चलता। र इसी दौरान जब काजल और निरहुआ के बीच बहस छिड़ी तो पवन सिंह ने चुटकी लेते हुए कहा कि 'लड़ते रहिए, तभी काम में निखार आएगा।'



काई श्राइबर का जलवा

न्यूयॉर्क। न्यूयॉर्क में आयोजित प्रतिष्ठित 'न्यूयॉर्क फैशन वीक' के तहत आयोजित 'थॉम ब्राउन स्प्रिंग/समर 2027' प्रेजेंटेशन के दौरान सेलिब्रिटी किड काई श्राइबर ने रनवे पर शानदार वॉक किया। 15 सितंबर को आयोजित इस भव्य फैशन शो में थॉम ब्राउन के नए कलेक्शन को पेश किया गया, जहाँ काई श्राइबर के रैंप वॉक और यूनिक आउटफिट ने सभी का ध्यान अपनी ओर आकर्षित किया। फैशन जगत में उनके इस डेब्यू स्टाइल की जमकर सराहना हो रही है।



दूध, शहद और रोटी के फेस पैक से चेहरे पर लाएं प्राकृतिक निखार

क्या आप भा कामकलयुक्त कास्माटक प्राडक्ट्स का इस्तमाल करक अपनी त्वचा की प्राकृतिक रंगत खो चुकी हैं? अगर हां, तो महंगे प्रोडक्ट्स के बजाय अपने घर की रसोई में मौजूद चीजों से त्वचा का ख्याल रखना शुरू करें। आपको जानकर हैरानी होगी कि रात की बची हुई बासी रोटी आपकी त्वचा को प्राकृतिक चमक देने में बेहद कारगर साबित हो सकती है। आवश्यक सामग्रियों में रात की बची रोटी: 1 पीस, कच्चा दूध: 2 से 4 चम्मच, शहद: 2 चम्मच, सामग्रियों के फायदे: बासी रोटी: त्वचा के बंद पोर्स (Pores) को गहराई से साफ करती है और ज़िदी टैनिंग को दूर हटाती है। कच्चा दूध: इसमें प्रचुर मात्रा में विटामिन-ए होता है, जो त्वचा को गहराई से मॉइस्चराइज और सॉफ्ट बनाता है। शहद: प्राकृतिक एक्सफोलिएंट की तरह काम करता है। यह त्वचा की नमी बनाए रखता है और डेड स्किन को हटाता है। उपयोग करने की विधि रात की बची हुई रोटी के छोटे-छोटे टुकड़े करके उसे मिक्सी में अच्छी तरह बारीक पीस लें। इस पाउडर में 2 से 4 चम्मच कच्चा दूध और 2 चम्मच शहद मिलाकर एक गाढ़ा पेस्ट तैयार करें। चेहरे को धोकर सुखा लें और ब्रश या उंगलियों की मदद से इस पेस्ट को पूरे चेहरे पर लगाएं। हल्के हाथों से सर्कुलर मोशन में 2-3 मिनट मसाज करें। यह आपकी त्वचा पर एक नेचुरल फेस स्क्रब का काम करेगा। इसे 20 मिनट के लिए चेहरे पर लगा रहने दें और फिर सामान्य पानी से धो लें। सप्ताह में 2 से 3 बार इस नुस्खे का इस्तेमाल करने से चेहरे पर निखार आने लगता है। हालांकि, संवेदनशील त्वचा वाले लोग चेहरे पर लगाने से पहले पैच टेस्ट अवश्य करें या स्किन एक्सपर्ट से सलाह लें।



'आइस बाउल फेशियल' से पाएं इंस्टेंट और नेचुरल ग्लो

फ्लॉलेस और दमकती त्वचा के लिए बॉलीवुड अभिनेत्री कटरीना कैफ किसी महंगे पालर ट्रीटमेंट के बजाय एक सिंपल और नेचुरल नुस्खा अपनाती हैं—'आइस बाउल फेशियल'। इस फेशियल की सबसे बड़ी खासियत यह है कि इसमें किसी भी प्रकार के हानिकारक केमिकल या कॉस्मेटिक का इस्तेमाल नहीं होता।



कैसे करें घर पर आइस बाउल फेशियल?

एक बड़ा कटोरा (बाउल) लें, जिसमें आपका पूरा चेहरा आसानी से डूब सके। बाउल में आधी से ज्यादा ट्रे भरकर बर्फ डालें। अब इसमें थोड़ा सा सादा पानी मिलाएं ताकि पानी बहुत ज्यादा ठंडा हो जाए। अपने चेहरे को इस ठंडे पानी के बाउल में 2 से 3 सेकंड के लिए डुबोएं और फिर बाहर निकालें। इस प्रक्रिया को 4 से 5 बार दोहराएं।

आइस बाउल फेशियल के अद्भुत फायदे

सूजन और पफ़ी आइज से राहत: सुबह उठने पर चेहरे या आंखों के नीचे आने वाली सूजन

(Puffiness) तुरंत गायब हो जाती है। डार्क सर्कल्स में कमी: कम नींद या थकान के कारण होने वाले डार्क सर्कल्स को कम करने में यह काफी मददगार है। ब्लाड सर्कुलेशन में सुधार: चेहरे पर बर्फ का पानी लगने से रक्त संचार तेज होता है, जिससे त्वचा की कोशिकाओं को भरपूर ऑक्सीजन मिलती है और नेचुरल ग्लो आता है। ओपन पोर्स और एक्ने का इलाज: बर्फ से त्वचा के ओपन पोर्स छोटे हो जाते हैं, जिससे सीबम का उत्पादन घटता है और पिंपल्स/एक्ने की समस्या खत्म होती है। स्किन टाइटनिंग: यह झुर्रियां और फाइन लाइन्स को कम करके त्वचा में कसाव लाता है।

कार्नर न्यूज

आजकल मुहांसों और दानों की समस्या से छुटकारा पाने के लिए स्किन केयर प्रोडक्ट्स में सैलिसिलिक एसिड का इस्तेमाल काफी बढ़ गया है। हालांकि, यदि आपकी स्किन 'ड्राई' यानी रूखी है, तो इसका बिना सोचे-समझे इस्तेमाल आपकी त्वचा को भारी नुकसान पहुंचा सकता है। प्रसिद्ध डर्मेटोलॉजिस्ट डॉ. (मेजर) गुरवीन वारेच के अनुसार, सैलिसिलिक एसिड हर स्किन टाइप के लिए सही नहीं होता। रूखी त्वचा पर इसका गलत इस्तेमाल इरिटेशन, रेडनेस और स्किन डिहाइड्रेशन का कारण बन सकता है।

क्या है सैलिसिलिक एसिड और यह कैसे काम करता है?

सैलिसिलिक एसिड एक बीटा हाइड्रोक्सी एसिड है। यह ऑयल-सॉल्यूबल (तेल में घुलनशील) होता है, जिसके कारण यह त्वचा के पोर्स के भीतर जाकर जमा ऑयल, सीबम और मृत कोशिकाओं को बाहर निकालता है। यह चेहरे के टी-



जोन (माथा, नाक और ठुड़ी) पर होने वाले मुहांसों को ठीक करने में काफी असरदार माना जाता है।

रूखी त्वचा वाले क्यों न करें इसका इस्तेमाल?

सैलिसिलिक एसिड अत्यधिक सीबम और नेचुरल

एथनिक लुक में चार चांद लगाएगी स्टोन वर्क ज्वेलरी

त्योहारों के इस मौसम में अगर आप पारंपरिक कपड़ों में सबसे अलग और रॉयल दिखना चाहती हैं, तो अपने आउटफ़िट के साथ स्टोन वर्क ज्वेलरी ट्राई करें। यह ज्वेलरी न केवल आपके एथनिक लुक को क्लासी बनाती है, बल्कि यह हर तरह के बजट में आसानी से मिल जाती है।

ब्लू और मल्टीकलर स्टोन वर्क ज्वेलरी

यदि आप साड़ी, अनारकली सूट या इंडो-वेस्टर्न ड्रेस पहन रही हैं, तो रॉयल ब्लू, रेड या पिंक कलर की स्टोन ज्वेलरी पेयर करें। बाजार में यह सेट आपको 200 से 500 की किफायती रेंज में मिल जाएंगे। ब्लैक फ्लोरल वर्क पर्ल ज्वेलरी इंडो-वेस्टर्न साड़ी या वेस्टर्न गाउन के साथ ब्लैक फ्लोरल और पर्ल (मोती) वर्क वाली स्टोन ज्वेलरी बेहद एलिगेंट लगती है। इसे आप व्हाइट, रेड या नेवी ब्लू रंग के कपड़ों के साथ कंट्रास्ट करके पहन सकती हैं। इसकी रेंज 250 से 500 के बीच होती है।

ग्रीन स्टोन इयररिंग्स



सिल्क साड़ी या हेवी लेहंगे के साथ ग्रीन (पन्ना) स्टोन वाले इयररिंग्स या थ्री-लेयर झुमके आपको एकदम महारानी जैसा लुक देते हैं। अगर आप हैवी नेकलेस नहीं पहनना चाहतीं, तो सिर्फ ग्रीन स्टोन स्टड्स या इयररिंग्स ही काफी हैं। प्रीमियम फिनिशिंग वाले इयररिंग्स 1000 से 2000 की रेंज में उपलब्ध होते हैं।

पुराने दुपट्टों से बनाएं ट्रेंडी और फैशनेबल आउटफिट्स



अक्सर ऐसा होता है कि हम किसी खास मौके के लिए महंगा सूट या लहंगा खरीदते हैं, लेकिन बाद में उसका दुपट्टा अलमारी में पड़ा रह जाता है। अगर आपके पास भी ऐसे कई पुराने या हेवी दुपट्टे रखे हैं, तो उन्हें फेंकने या अलमारी में बंद रखने के बजाय आप री-यूज (Reuse) करके अपने लिए फैशनेबल और इंडो-वेस्टर्न आउटफिट्स तैयार करवा सकती हैं।

दुपट्टे से बनाएं स्टाइलिश श्रग

दुपट्टे का इस्तेमाल सिर्फ ओढ़ने के लिए नहीं, बल्कि जींस या टॉप के ऊपर पहनने वाले ट्रेंडी श्रग के रूप में भी किया जा सकता है। दुपट्टे को त्रिकोण शेप में फोल्ड करें। इसके बाद दोनों सिरों को मोड़कर साइड से सिलाई लगा लें। श्रग को और आकर्षक लुक देने के लिए नीचे की तरफ टैसल्स या गोटा-पत्ती की लेस लगा सकती हैं।



दुपट्टे से तैयार करें लॉन्ग कुर्ता

अगर आपके पास हेवी फैब्रिक या वर्क वाले दो एक जैसे दुपट्टे हैं, तो आप उससे एक लॉन्ग कुर्ता सिलवा सकती हैं, इसके लिए अपना नाप लेकर दोनों दुपट्टों को जोड़कर वन-शौल्डर या स्लीवलेस लॉन्ग कुर्ता डिजाइन करवाएं। इसे आप प्लाजो, सिगरेट पैटर्न या जींस के साथ पेयर करके किसी भी फंक्शन में पहन सकती हैं।



री-यूज करते समय ध्यान रखने योग्य बातें

कपड़े की गुणवत्ता: दुपट्टा कहीं से जला, फंसा या गला हुआ न हो। वर्क के अनुसार डिजाइन: यदि दुपट्टे पर भारी एम्ब्रॉयडरी या स्टोन वर्क है, तो उसी हिसाब से सिंपल कटिंग वाला आउटफिट चुनें ताकि लुक संतुलित लगे।

डर्मेटोलॉजिस्ट की चेतावनी को गंभीरता से लें

सैलिसिलिक एसिड का इस्तेमाल करने से पहले हो जाएं सावधान, रूखी और संवेदनशील त्वचा वालों की बढ़ सकती हैं समस्याएं



ऑयल के उत्पादन को रोकता है। ऑयली स्किन वालों के लिए तो यह वरदान है, लेकिन ड्राई स्किन पर इसे लगाने से त्वचा का बचा-कुचा प्राकृतिक मॉइश्चर भी खत्म हो जाता है, जिससे त्वचा अत्यधिक रूखी, बेजान और छिलने जैसी हो

सकती है।

इस्तेमाल करने के नियम

सनस्क्रीन बेहद जरूरी: यदि आप सैलिसिलिक एसिड युक्त क्लीन्जर या सीरम का इस्तेमाल सुबह कर रही हैं, तो इसके बाद एसपीएफ 30+ या एसपीएफ 50+ का ब्रॉड स्पेक्ट्रम सनस्क्रीन लगाना अनिवार्य है। केमिकल एक्सफोलिएशन के बाद त्वचा युवी (यूवी) किरणों के प्रति बेहद संवेदनशील हो जाती है। मॉइश्चराइजर का प्रयोग: सैलिसिलिक एसिड लगाने के बाद त्वचा को हाइड्रेट रखने के लिए एक हैवी मॉइश्चराइजर जरूर लगाएं।

ध्यान रखने योग्य मुख्य बातें

पैच टेस्ट: किसी भी नए सैलिसिलिक एसिड प्रोडक्ट को चेहरे पर लगाने से पहले कोहनी या कान के पीछे पैच टेस्ट जरूर करें। डॉक्टर की सलाह: ड्राई और सेंसिटिव स्किन वाले लोग डर्मेटोलॉजिस्ट की परामर्श के बिना इसका प्रयोग न करें। मेंडिकल हिस्ट्री: यदि आप पहले से ही त्वचा से जुड़ी किसी बीमारी की दवा ले रहे हैं, तो सैलिसिलिक एसिड का प्रयोग करने से बचें।