15-JAN-JSP-BHOOMI-pg-1_Layout 1 1/15/2024 7:53 PM Page 1

हरिभूमि

जशपुर-रायगढ़ भूमि

बिलासपुर, मंगलवार, 16 जनवरी 2024

पत्थलगांव | कुनकुरी | बगीचा | फरसाबहार | कांसाबेल | दुलदुला | मनोरा

तापमान

अधिकतम 14.2 डिग्री

न्यूनतम 10.2 डिग्री

3 किचेन गार्डन में ऐसे उगाएं पौष्टिक ब्रोकली

स्वामी विवेकानंद विश्वविद्यालय सागर (म.प्र.)

प्रवेश प्राप्त करने का अंतिम अवसर

B.Ed D.Ed

नोट: शासकीय तथा अशासकीय टीचर जो जॉब में रहकर Part Time (Distance) B.Ed करने का सुनहरा अवसर

सम्पर्क : ज्ञानदीप एकेडमी अम्बिकापुर

पुराना बस स्टैण्ड के पास

मोबा.- 8839281593, 9174881569

बगीचा में प्रधानमंत्री जनमन योजना कार्यक्रम में मुख्यमंत्री

प्रधानमंत्री की योजनाओं का प्रभावी क्रियान्वयन: साय

हरिभूमि न्यूज ⏭ जशपुरनगर

प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी जरूरतमंद परिवारों के लिए जो योजनाएं तैयार करते हैं, उसका प्रभावी क्रियान्वयन भी सुनिश्चित करते हैं। सबका साथ, सबका विकास, सबका विश्वास के साथ सबके प्रयास को शामिल करते हुए आगे बढ़ते हैं। उन्होंने विशेष पिछड़ी जनजाति को आगे बढ़ाने के लिए प्रधानमंत्री जनमन योजना लाई है।

इसके माध्यम से हम इस वर्ग के समग्र विकास के लिए कार्य करेंगे। यह बात मुख्यमंत्री विष्णु देव साय ने प्रधानमंत्री जनमन योजना अंतर्गत तहसील बगीचा के कार्यक्रम को संबोधित करते हुए कही। मुख्यमंत्री श्री साय ने जशपुर जिले में पीएम जनमन योजनाओं के क्रियान्वयन तथा अन्य जानकारी साझा करते हुए बताया कि यहां पहाड़ी कोरवा के 288 बसाहटों में 3761 परिवार और 16 हजार 629 जनसंख्या निवासरत है। इसी तरह जशपुर जिले में बिरहोर जनजाति 12 बसाहटों में 177 परिवारों और 565 जनसंख्या के साथ निवासरत है। उन्होंने बताया कि भगवान बिरसा मुंडा जी की जयंती दिवस 25 नवम्बर 2022 को पीएम जनमन योजना लागू की गई है। 3 साल तक लक्ष्य बनाकर प्रारंभ की गई इस योजनाओं से पिछड़ी जनजाति परिवारों को विकास के मुख्य धारा में जोड़ा जाएगा। उन्होंने कहा कि जशपुर जिले में इन जनजातियों के हित में कार्य करते हुए उनका आयुष्मान कार्ड, आधार कार्ड, किसान क्रेडिट कार्ड, प्रधानमंत्री सुरक्षा बीमा योजना, जनधन खाते, गैस कनेक्शन आदि से लाभान्वित किया जा रहा है। इनके बसाहटों तक सड़क भी पहुंचाई जा रही है। पीएम आवास का लाभ दिया जा रहा है। आंगनबाड़ी केंद्र, वन धन केंद्र, हॉस्टल, बिजली कनेक्शन, मोबाइल मेडिकल यूनिट पहुँचाई जा रही है। मुख्यमंत्री श्री साय ने कहा कि छत्तीसगढ़ में सरकार बनते ही मोदी की गारंटी के तहत संकल्पों पर काम शुरू हुआ। 13 दिसम्बर को शपथ लेने के पश्चात 14 को कैबिनेट की बैठक में 18 लाख पीएम आवास बनाने का निर्णय लिया गया। पूर्व प्रधानमंत्री स्वर्गीय श्री अटल विहारी वाजपेयी के जन्मदिन सुशासन दिवस को किसानों के खाते में 2 साल का धान का बकाया बोनस दिया गया। पीएससी 2021 की गड़बड़ियों की जांच सीबीआई से कराने का निर्णय लेने के साथ ही विवाहित महिलाओं के खाते में महतारी वंदन योजना के तहत साल में 12 हजार रुपए देने अनुपूरक बजट भी पास किया गया। उन्होंने कहा कि राज्य में बैकलॉग के रिक्त पदों को भरने और भूमिहीन मजदूरों को राशि प्रदान करने के साथ तेंदूपत्ता संग्राहकों को बोनस और मानक बोरा में वृद्धि का निर्णय भी लिया गया है। मुख्यमंत्री ने प्रधानमंत्री श्री मोदी के साथ पूर्व में 5 साल तक केंद्रीय राज्य मंत्री के रूप में किए कार्यों और अनुभव को भी साझा किया और बताया कि संसद पहुचने के साथ ही श्री मोदी ने अपनी सरकार को गरीबों के लिए समर्पित करते हुए कल्याणकारी योजनाएं बनाई। उन्होंने देश के प्रधानमंत्री से बगीचा तहसील के अंतर्गत सलखाडाण्ड गांव की पहाड़ी कोरवा महिला श्रीमती मनकुंवारी बाई द्वारा निर्भीक और बेझिझक वार्तालाप पर उन्हें बधाई दी। मुख्यमंत्री ने यहां खुड़िया रानी की पावन धरती को नमन करते हुए मकर संक्रांति, पोंगल, लोहड़ी पर्व की भी सभी को शुभकामनाएं दीं।

हितग्राहियों को प्रमाण पत्र वितरित करते मुख्यमंत्री।

विशेष पिछड़ी जनजाति परिवारों को मिला योजनाओं का लाभ

पीएम जनमन कार्यक्रम के तहत बगीचा में आयोजित विशेष पिछड़ी जनजातियों के हितग्राहियों से प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी के संवाद कार्यक्रम में मुख्यमंत्री विष्णुदेव साय शामिल हुए। उन्होंने विशेष पिछड़ी जनजाति पहाड़ी कोरवा, बिरहोर समुदाय के हितग्राहियों को छत्तीसगढ़ शासन के विभिन्न योजनाओं से लाभान्वित किया।

मुख्यमंत्री श्री साय ने पीवीटीजी के 10-10 हितग्राहियों को प्रधानमंत्री उज्जवला कनेक्शन, पीएम किसान सम्मान निधि का प्रमाण पत्र, राशन कार्ड, आयुष्मान कार्ड, मातृ वंदना योजना, मनरेगा जॉब कार्ड, किसान क्रेडिट कार्ड, प्रधानमंत्री आवास, जाति प्रमाणपत्र, जनधन बैंक खाता,आधार कार्ड, वनधन केंद्र से जुड़ी योजनाओं से लाभान्वित किया। इस दौरान जशपुर विधायक श्रीमती रायमुनी भगत, पत्थलगांव विधायक श्रीमती गोमती साय, सरगुजा कमिश्नर जीआर चुरेन्द्र, आईजी अंकित गर्ग, सचिव महिला एवं बाल विकास श्रीमती शम्मी आबिदी, कलेक्टर डॉ रवि मित्तल, एसपी डी रविशंकर सहित अन्य जनप्रतिनिधि, अधिकारीगण और बड़ी संख्या में आमनागरिक उपस्थित थे।

खबर संक्षेप

मोटर सायकिलों में टक्कर दोनों सवार घायल

पत्थलगांव। कुमकेला जाने वाली मार्ग में दो मोटर सायकिलों में जबरदस्त टक्कर हुई। मोटर सायकिलों में सवार घायलों में से एक की हालत गंभीर बताई गई है। टक्कर इतनी जबरदस्त थी,कि दोनों दूर जा गिरे। गनीमत यह रही कि कोई जन हानि नहींहुई। घटना के तुरंत बाद लोगों ने 108 एम्बुलेंस को फोन कर दोनों घायलों को अस्पताल में भर्ती कराया। घायलों में से एक की हालत गंभीर बताई गई है। लोगों का कहना था,कि पास में ही शराब की दुकान है। शराब दुकान से शराब खरीद कर पीने के बाद तेज रफ्तार गाड़ी चलाने की वजह से इस सड़क पर आए दिन सड़क दुर्घटनाएं होती है।

पहाड़ी कोरवा अशेश्वर राम को मिला ट्रायसिकल

जशपुरनगर। ग्राम जुरूडाण्ड तहसील बगीचा के दिव्यांग पहाड़ी कोरवा अशेश्वर राम को मुख्यमंत्री विष्णु देव साय ने बैटरी चलित ट्रायसिकल प्रदान किया।

कस्टम मिलिंग की बैठक 18 को

अंबिकापुर। धान उठाव एवं कस्टम मीलिंग के महत्वपूर्ण मुद्दों पर 18 जनवरी को अपरान्ह 3.30 बजे वीडियो कांफ्रेंस के माध्यम से संभागायुक्त जीआर चुरेन्द्र संभाग के सभी जिलों के कलेक्टर की बैठक लेकर समीक्षा करेंगे। बैठक में एजेंडा अनुसार खरीदी केन्द्रो में शेष दिनों में धान आवक की स्थिति, खरीदी केंद्रों से धान का उठाव, अवैध धान आवक पर निगरानी जिसमें सीमावर्ती राज्यों एवं कोचियों-बिचौलियों के माध्यम से, खरीदी केंद्रों का साप्ताहिक भौतिक सत्यापन-धान एवं बारदाना स्टॉक, धान विक्रय करने वाले किसानों द्वारा रकबा समर्पण की स्थिति, बारदाना की उपलब्धता की स्थिति, नागरिक आपूर्ति निगम एवं भारतीय खाद्य निगम में कस्टम मिलिंग चावल जमा की प्रगति, जिले में कृषि उपज मंडी समितियों की व्यवस्था को बेहतर बनाने के संबंध में चर्चा की जाएगी। उन्होंने सभी को संबंधित विभागों के अधिकारियों सहित निर्धारित तिथि एवं समय पर एनआईसी कक्ष से वीडियो कॉन्फ्रेंसिंग के माध्यम से उपस्थित होने कहा है।

महोत्सव के दौरान एनएच 343 पर किया मार्ग परिवर्तित

अंबिकापुर। तातापानी में मकर संक्रांति के अवसर पर 16 जनवरी तक आयोजित महोत्सव के दौरान होने वाली भीड़ को देखते हुए पुलिस प्रशासन द्वारा सुरक्षा के कड़े इंतजाम किए गए है। आवागमन व सुरक्षा की दृष्टि से एसपी डॉ. लाल उमेद सिंह के निर्देश पर कानून सुरक्षा, व्यवस्था हेतु पुलिस बल तैनात किया गया है तथा आम जनता, श्रद्धालु के सुगम एवं निर्बाध आवागमन हेतु सुविधा अनुसार वीआईपी पार्किंग आम जनता पार्किंग प्वाइंट एवं डायवर्सन की व्यवस्था की गई है। मुख्य मार्ग एन एच 343 में बलरामपुर से रामानुजगंज की ओर जाने हेतु ग्राम तातापानी के लुरघुट्टा चौक से धान मंडी तक डायवर्सन की व्यवस्था किया गया है। इसी प्रकार आम जनता व श्रद्धालु जनों हेतु पार्किंग पॉइंट लुरघुटा चौक के पास, पावर हाउस के पास, धान मंडी, किरण वस्त्रालय के पास सुनिश्चित है।

दो गांवों की पेयजल आपूर्ति बहाल

हरिभूमि न्यूज ⏭ जशपुरनगर

मुख्यमंत्री की पहल के बाद दो गांव में पेयजल आपूर्ति बहाल कर दी गई है। कुनकुरी विधानसभा क्षेत्र के लोटापानी व गड़ाकटा गांव में 80 कोरवा परिवार निवास करते हैं। इन कोरवाओं ने शनिवार 13 जनवरी को बगिया स्थित सीएम निवास पहुंच कर गांव में जल संकट की समस्या से अवगत कराया था। ग्रामीणों का कहना था कि बस्ती में कुंआ और तालाब की स्थिति सही नहीं है। जल जीवन मिशन के अंतर्गत स्थापित पानी टंकी से भी पानी की आपूर्ति शुरू नहीं हो पाई है। इससे ग्रामीणों को एक-एक बाल्टी पानी के लिए भटकना पड़ रहा है। साथ ही ग्रामीणों ने गर्मी के दिनों में पानी की समस्या और गहराने की आशंका जताई थी। कोरवाओं की समस्या को गंभीरता से लेते हुए सीएम निवास बगिया ने कलेक्टर डॉ रवि मित्तल को तत्काल लोटापानी व गड़ाकटा गांव की समस्या को दूर करने का निर्देश दिए। निर्देश पर कलेक्टर डॉ मित्तल ने लोटापानी व गड़ाकटा गांव में बंद पड़े पानी टंकी को चालू कराया। पानी की समस्या सुलझने से ग्रामीणों ने राहत की सांस ली।

अमडीहा की समस्या भी हुई दूर

मुख्यमंत्री विष्णुदेव साय के पहल के बाद अमडीहा के ग्रामीणों को भी पानी समस्या से मुक्ति मिल गई है। यहां के पंप हाउस के मोटर में तकनीकी खराबी से लम्बे अरसे से पानी की समस्या से ग्रामीण जूझ रहे थे। ग्रामीणों ने इसकी शिकायत सीएम निवास बगिया से करते हुए, मोटर को सुधरवाने की गुहार लगाए थे। सीएम निवास के निर्देश पर, प्रशासन ने मोटर की तकनीकी गड़बड़ी को सुधार कर पानी आपूर्ति करा दिया है।

मोबाइल दुकान में चोरी के दो आरोपी गिरफ्तार

अंबिकापुर। गांधीनगर पुलिस ने मोबाइल दुकान में चोरी करने के मामले में पुलिस ने दो युवकों को गिरफ्तार करने में सफलता हासिल की है। पुलिस ने आरोपियों के पास से चोरी का सामान बरामद किया है। पुलिस के अनुसार थाना अंतर्गत फुंदुरडिहारी शांतिपारा निवासी 23 वर्षीय विकास विश्वकर्मा आ. सुनील विश्वकर्मा की बनारस रोड में चठिरमा बैरियर के पास मोबाइल दुकान है। युवक 11 जनवरी की शाम दुकान बंद कर घर चला गया था और अगली सुबह जब वह दुकान पहुंचा तो दुकान के ऊपर का शीट टूटा हुआ था और दुकान से मोबाइल एसेसरीज स्पीकर, नेकबैंड, इयरफोन, चार्जर सहित अन्य बनने आए हुए मोबाइल समेत 15 हजार का सामान गायब था। युवक ने मामले की शिकायत पुलिस से की थी।

34 वां सड़क सुरक्षा माह का शुभारंभ

हरिभूमि न्यूज ⏭ जशपुरनगर

15 जनवरी से 15 फरवरी तक चलने वाली 34 वां राष्ट्रीय सड़क सुरक्षा माह 2024 का शुभारंभ उमनि एवं वरिष्ठ पुलिस अधीक्षक डी रविशंकर के दिशा-निर्देश किया गया। कार्यक्रम में विभिन्न स्कूलों के छात्र-छात्राएं आमजन व शिक्षक उपस्थित थे।

कार्यक्रम में उपस्थित उप पुलिस अधीक्षक चंद्रषेखर परमा ने कहा कि सड़क दुर्घटनाओं में मौतों के मुख्य कारण दो पहिया वाहन चालकों द्वारा हेलमेट धारण न करना, दो पहिया वाहन में तीन सवारी बैठाना, तेज रफ्तार से वाहन चलाना, नशे की हालत में वाहन चलाना, वाहन चलाते समय मोबाइल का प्रयोग करना, चार पहिया वाहन चालकों द्वारा सीट बेल्ट न लगाना सड़क दुर्घटनाओं में मौत के कारण है। साथ ही सड़क दुर्घटनाओं में घायल व्यक्तियों को दी जाने वाली आर्थिक सहायता राशि एवं गुडसेमेरिटन योजना के तहत घायल व्यक्तियों की मदद करने एवं सहयोग करने हेतु कहा गया। प्रतिदिन सायबर अपराध की वृद्धि को देखते हुये विधार्थियों को साईबर क्राईम, पाक्सो एक्ट, नशे के दुष्प्रभाव, अभिव्यक्ति एप्प एवं गुड-टच, बैड-टच की जानकारी दिया गया। कार्यक्रम में उप पुलिस अधीक्षक चंद्रशेखर परमा, निरीक्षक लव कुमार कंवर, व्याख्याता टुमनू गोसाई, शिक्षक स्वर्णकार एवं अन्य अन्य शिक्षकगण उपस्थित थे।

कार्यक्रम को संबोधित करते डीएसपी चंद्रशेखर परमा।

मिक्सचर मशीन लोड ट्रक ने ट्रैक्टर को मारी टक्कर

अम्बिकापुर। मिक्चर मशीन लोड ट्रक के चालक ने ईंट लोड ट्रैक्टर को टक्कर मार दिया। ट्रक की टक्कर से ट्रैक्टर अनियंत्रित होकर पुलिया से नीचे पलट गया जबकि ट्रक भी उस ट्रैक्टर के ऊपर पलट गया। इस घटना में ट्रैक्टर टुकड़ों में बंट गया है। इस हादसे में ट्रैक्टर चालक व अन्य ग्रामीणों को चोट आई है जिन्हे उपचार के लिए अस्पताल में भर्ती कराया गया है। ग्रामीणों ने ट्रक चालक पर जानबूझकर टक्कर मारने का आरोप लगाया है। ट्रैक्टर चालक बहादुर, मजदूर रंजन, राम साय व हीरासाय के साथ ईंट लोडकर बेलढाब से बासेन की ओर जा रहा था। इस दौरान बासेन पुलिया के समीप पीछे से आ रहे मिक्चर मशीन लोड ट्रक के चालक ने तेज व लापरवाही पूर्वक वाहन चलाते हुए ट्रैक्टर को पीछे से टक्कर मार दिया। टक्कर के बाद चालक ने वाहन से नियंत्रण खो दिया और ट्रैक्टर पुलिया से नीचे गिर गया जबकि टक्कर के बाद ट्रक भी पुलिया से नीचे पलट गया। ट्रक दुर्घटनाग्रस्त ट्रैक्टर पर गिरा जिसके बाद ट्रैक्टर तीन टुकड़ों में बंट गया। इस घटना में चालक व मजदूरों को चोट आई है जिन्हे उपचार के लिए अस्पताल में भर्ती कराया गया।

मिलर ने की 1.59 करोड़ के 9522 क्विंटल धान की हेराफेरी

अम्बिकापुर। राइस मिल की आड़ में सरगुजा में शासकीय धान की कालाबाजारी का मामला सामने आया है। राइस मिलर ने कस्टम मिलिंग के लिए उठाए हुए डेढ़ करोड़ से अधिक के धान का गबन कर दिया। इस मामले का खुलासा प्रशासन की छापामार कार्रवाई से हुआ है। बड़ी बात यह है कि इससे पहले भी एक राइस मिल में धान की अफरा तफरी के मामले में छापेमारी की गई थी और राइस मिल से लाखों रुपए का धान गायब मिला था। वहीं अब इस मामले में पुलिस ने राइस मिलर पर कार्रवाई करते हुए 1.58 करोड़ रुपए का 3385 क्विंटल चावल व 1152 क्विंटल धान जब्त कर लिया है। इसके साथ ही प्रशासन द्वारा मामले की जांच की जा रही है। बता दें कि धान खरीदी के दौरान कोचिए अवैध रूप से अपना धान खपाने का लगातार प्रयास कर रहे है। अवैध धान को खपने से रोकने के लिए जिले की समितियों में कड़ाई की गई है और बड़े पैमाने पर अवैध धान जब्त भी किया गया है। यही वजह है कि अब कोचिए राइस मिलकर के साथ मिलकर धान की हेराफेरी करने में जुट गए है। ऐसे ही एक मामले का खुलासा शनिवार की देर रात प्रशासन द्वारा की गई कार्रवाई से हुआ है। कलेक्टर भोस्कर विलास संदिपान के निर्देश पर बीती रात खाद्य विभाग, मंडी व स्टेट वेयरहाउसिंग की टीम ने मुखबिर से मिली सूचना के आधार पर लुंड्रा विकासखंड के ग्राम पंचायत चोरकीडीह स्थित मेसर्स बनभौरी राइस इंडस्ट्रीज में छापामार कार्रवाई की। कार्रवाई के दौरान यह बात सामने आई कि मिलर द्वारा कस्टम मिलिंग के लिए 17 हजार 20 क्विंटल धान का उठाव किया गया था लेकिन मिलिंग के बाद उसके द्वारा महज 867 क्विंटल ही चावल जमा किया गया। भौतिक सत्यापन के दौरान शेष 9 हजार 522 क्विंटल धान कम पाया गया।

27.83 लाख रुपए का धान मिलर व कोचियों से जब्त

हरिभूमि न्यूज ⏭ सूरजपुर

जिले में धान खरीदी के साथ ही बिचौलियों व अफरा तफरी करने वाले राइस मिलर पर कार्रवाई का सिलसिला जारी है। प्रशासनिक टीम द्वारा पुनः कार्रवाई करते हुए 1274 क्विंटल धान जब्त किया है जिसकी कीमत 27.83 लाख रुपए आंकी गई है। कलेक्टर रोहित व्यास के निर्देश पर खाद्य विभाग एवं मंडी की संयुक्त टीम द्वारा शनिवार शाम तक मंडी अधिनियम के तहत 1274 क्विंटल धान की जब्ती की गयी है। टीम द्वारा थोक व्यापारी पूनम चंद कोयल के यहां 26 क्विंटल, सुशील कुमार अग्रवाल के यहां 21 क्विंटल, ओम राईस प्रोडक्ट्स में 240 क्विंटल, जिंदल एग्रो प्रोडक्ट में 224 क्विंटल, कृष्णा एग्रो प्रोडक्ट्स 280 क्विंटल एवं एग्रो राइस मिल में 483 क्विंटल के धान की जब्ती की गई। प्रशासन की कार्रवाई से धान की अवैध खरीदी बिक्री करने वाले कोचिये व बिचौलियों में हड़कंप मचा हुआ है। जिला प्रशासन द्वारा अवैध धान के परिवहन और अफरा-तफरी करने वाले कोचिये व बिचौलियों पर सख्ती करने के साथ ही जिले के सभी धान खरीदी केंद्रों में लगातार कड़ी मॉनिटरिंग करने के लिए सभी जिला नोडल अधिकारियों की बैठक लेकर निर्देश दिया गया है।

पीएम के साथ संवाद से पहाड़ी कोरवा के मन में जागा आत्मविश्वास

मनकुंवारी का मन, प्रधानमंत्री ने जाना कैसे बदल गया जीवन

जशपुरनगर। दूर घने जंगलों में रहकर कभी घासफूस के आशियानों में कभी बारिश तो कभी तूफानों को सहने वाले कभी अंधेरों में सांप बिच्छू के साये में दहशत से रात काटने वाले और कभी स्वच्छ पानी सहित बीमारियों में गरीबी की वजह से उपचार के लिए तरसने वाले और जंगली जानवरों के बीच संघर्ष करने वाले पहाड़ी कोरवाओं का जीवन सदैव विषम परिस्थितियों के बीच गुजरा है। ऐसी ही संघर्ष और चुनौतियों के साथ जीवनयापन करती आई पहाड़ी कोरवा महिला मनकुंवारी बाई ने कभी सोचा भी नहीं था कि एक दिन रस्सी खींचने, अनगिनत बोझ उठाने वाले उनके परिश्रमी हाथों-सिर पर वह माइक-माइक्रोफोन भी आएगी जिससे वह देश के प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी से संवाद स्थापित कर अपनी जिंदगी के कठिन सफर को सरल बनने और जीवनशैली में आएं बदलाव को बयां कर पाएगी। जिले के बगीचा तहसील अंतर्गत ग्राम सलखाडाण्ड की रहने वाली विशेष पिछड़ी जनजाति पहाड़ी कोरवा मनकुंवारी बाई को जब प्रधानमंत्री से बात करने का मौका मिला तो उन्होंने बेझिझक अपनी बातें रखी। प्रधानमंत्री जनमन योजना से मिले लाभ को बताने के साथ ही उन्होंने अपने हाव भाव से उस दर्द को भी अहसास करवाया जो कभी उनकी असलियत थी। इससे पहले मनकुंवारी का नाम पीएम से संवाद के लिए आते ही सबके चेहरे में मुस्कान के साथ तालियों की गड़गड़ाहट गूंज उठी। मनकुंवारी बाई ने बताया कि पीएम से बात करके उनका आत्मविश्वास बढ़ा है और खुशी महसूस होने के साथ समाज को और आगे बढ़ाने के लिए प्रेरणा भी मिली। कार्यक्रम में मुख्यमंत्री विष्णुदेव साय, विधायक श्रीमती रायमुनी भगत और श्रीमती गोमती साय भी उपस्थित थी।

वीडियों कॉन्फ्रेस के माध्यम से बात करते पीएम।

दोना-पत्तल बनाने का काम करते हैं

प्रधानमंत्री ने पूछा कि आपका स्वयं सहायता समूह किस तरह का काम करता है। क्या इसे किस तरह का प्रशिक्षण मिला है। मनकुंवारी ने बताया कि उनका 12 सदस्यों का एक समूह है। हम लोगों को प्रधानमंत्री वनधन केंद्र में दोना पत्तल का प्रशिक्षण मिला है। हम दोना पत्तल बनाने का काम करते हैं और इसे बेचते हैं।

लोगों को किस तरह से जानकारी देती है

प्रधानमंत्री ने पूछा कि आप जनमन संगी है, बताइए लोगों को किस तरह से योजनाओं की जानकारी देती हैं। श्रीमती मनकुंवारी ने बताया कि मैं लोगों के घर-घर जाती हूं। आधार कार्ड, राशन कार्ड, आयुष्मान कार्ड आदि बनवाती हूं। इन्हें शिविर में ले जाती हूं। जो काम 75 वर्ष में नहीं हुआ, वो 25 दिनों में पीएम जनमन योजना के माध्यम से पूरा हो गया। मैं आपको धन्यवाद देती हूं। प्रधानमंत्री ने कहा कि इस धन्यवाद के जवाब में मैं भी आपको धन्यवाद देता हूं। प्रधानमंत्री ने बच्चों से कहा कि आप लोग खेलकूद में भी खूब ध्यान लगाइये। पढ़ाई के साथ खेलकूद से भी नाता होना चाहिए। आजकल खेलकूद में जो अवार्ड मिलते हैं। उनमें आदिवासी क्षेत्र के बच्चे अधिक होते हैं।

BHARTI VISHWAVIDYALAYA

Established under C.G. Private University (Establishment and Operation) Act, 2005 recognized u/s 2(f) UGC Act 1956

Email : registrar@bhartiuniversity.org , bhartiuniversity.in@gmail.com

Applications are invited for the position of

VICE-CHANCELLOR

A distinguished academician, with experience as a professor in a reputed organization and proof of demonstrated academic leadership.

Professor, Associate Professor, Asst. Professor

Applications are invited for the following departments:- Pharmacy, ME, CSE, CE, EE, ET&T, Commerce, Mgnt, Hotel Mgt, Education, Chemistry, Physics, Botany, Sanskrit, Zoology, Forensic Science, Sociology, Microbiology, Law, Maths, Biotech, History, Economics, Geography, Hindi, English, Psychology, Political Sc, Computer Science & IT, Library, Journalism & Mass Comm. and Non Teaching Staff on Regular and Adhoc Basis.

Interested candidates may send their resume with all testimonials within 10 days to bhartiuniversity.in@gmail.com

Eligibility & pay scale : As per UGC/ Statutory norms.

Registrar

Website : www.bhartiuniversity.org

15-JAN-JSP-BHOOMI-pg-2-sahili_Layout 1 1/15/2024 7:58 PM Page 1

छत्तीसगढ़, दिल्ली, हरियाणा और मध्यप्रदेश से एक साथ प्रकाशित
haribhoomi.com

हरिभूमि

मंगलवार
16 जनवरी 2024

सहेली

हममें से अधिकतर लोग उन वस्तुओं और उपलब्धियों को लेकर खुशी महसूस नहीं करते, जो हमारे पास होती हैं, लेकिन उन अभावों से दुखी रहते हैं, जो दूसरों के पास होती हैं। हर स्थिति में खुश-संतुष्ट रहने का तरीका यही है कि हम अपना सही आकलन करते हुए मानसिकता को बदलें और दूसरों से तुलना के बजाय अपनी उपलब्धियों का आनंद लें।

ज्यादा का इरादा खुशियों को करे आधा

कवर स्टोरी / शिखर चंद जैन

आज के दौर में अगर अवसाद, उदासी और चिंता की कोई सबसे बड़ी वजह है तो वह है असुरक्षा की भावना और खुद के पास दूसरों की तुलना में कम संसाधन होने की चिंता। संसाधन का अर्थ यहां कुछ भी हो सकता है, जैसे संपत्ति, धन-दौलत, मकान, गहने और भी बहुत कुछ। आइए, इन कारणों को जानते-समझते हैं, ताकि हम कभी अवसाद, उदासी और चिंता के शिकार ना हों।

गलत ढंग से दूसरे से अपनी तुलना

हम अपनी तुलना अकसर उन लोगों के साथ करते हैं, जो अलग-अलग मामलों में हमसे बेहतर होते हैं। यानी बहुत सारे संपन्न लोगों की तुलना में हम अकेले साधन संपन्न होना चाहते हैं। ज्यादातर मामलों में दुखी व्यक्ति को अपनी मूलभूत जरूरतें पूरी ना होने की शिकायत नहीं रहती बल्कि अपनी अनंत इच्छाओं के अधूरा होने का दुख होता है। उसे अपने किसी रिश्तेदार, मित्र या पड़ोसी के पास खुद से ज्यादा सुविधाएं होने का दर्द सताता है। हमारा अवचेतन मन अकसर इस उधेड़बुन में लगा रहता है कि हमारी जिंदगी में कुछ ऐसा है, जो अपूर्ण है। हमें हमेशा यही लगता है कि दूसरे हमसे ज्यादा प्रसन्न, ज्यादा स्वस्थ, ज्यादा संपन्न और ज्यादा लोकप्रिय हैं। अनजाने में ही हम स्वयं को कमजोर महसूस करते हैं और आत्मग्लानि या तुलनात्मक हीनता के शिकार हो जाते हैं।

उपलब्धियों से ऊर्जा प्राप्त करें

जब हम एक लक्ष्य को साध लेते हैं तो हममें दूसरे लक्ष्य को हासिल करने की ललक और ऊर्जा दोगुनी हो जाती है। हम निरंतर आगे बढ़ते चले जाते हैं। कई बार लोग कहते हैं, क्या करें, हमें तो अवसर ही नहीं मिलता। जबकि फलां की किस्मत अच्छी है, तभी तो उसे इतनी तरक्की के चांस मिल जाते हैं। इस संदर्भ में जाने-माने दार्शनिक नेपोलियन हिल ने कहा है, 'यह दुनिया उन लोगों के लिए अच्छी है, जो जानते हैं कि वास्तव में उन्हें अपनी जिंदगी से चाहिए क्या और उन्हें किस चीज को हासिल करने में अपना समय और ऊर्जा लगानी चाहिए। कहने का आशय है, जो लोग अवसर को पहचानने की क्षमता रखते हैं और मौका मिलने पर उससे चूकते नहीं और उसके पीछे-पीछे चलते रहते हैं, वे सदैव आगे बढ़ते रहते हैं, सफलता पाते हैं।

संतुष्टि और कृतज्ञता का भाव है जरूरी

असंतुष्टि और तुलनात्मक हीनता से उबरने का एक और फायदा यह है कि हमारे दूसरों के साथ संबंध भी मधुर होने लगते हैं। इतना ही नहीं, ईर्ष्या भाव से उबरने पर लोगों में हमारी छवि भी निखरती है। हम दयालु, परोपकारी और मददगार बनने लगते हैं, इससे हमें दुआएं मिलती हैं, साथ ही अपार खुशी और आत्मसंतुष्टि मिलती है। जहां पहले हम हमेशा कुढ़न-चिढ़न के शिकार रहते थे, हर वक्त अपनी तकदीर को कोसते थे, वहीं इस स्थिति में हम प्रकृति, ईश्वर और इस ब्रह्मांड के प्रति कृतज्ञता का भाव रखने लगते हैं। जब भी हमारा मन यह सोचकर बेचैन हो कि हम जमाने से पिछड़ गए हैं या हमारे पास वह नहीं है, जो हमारे परिचितों के पास है, तो हम झुग्गी-झोपड़ी और फुटपाथ पर रहने वाले दृष्टिहीनों, अपाहिजों की ओर देखें। हम जरा याद करें कि दुनिया में करोड़ों लोगों को दो वक्त का भोजन भी नहीं मिलता, तब यह समझ में आ जाएगा कि हमें कितना कुछ मिला हुआ है।

खुद पर रखें भरोसा

जब हम हमेशा खुद में कमियां ढूंढ़ते हैं, दुखी रहते हैं। हमें अवसर नहीं, समस्याएं ज्यादा दिखने लगती हैं तो हमारा पिछड़ना स्वाभाविक है। वहीं हम अपनी आत्मशक्ति, प्रतिभा और चातुर्य पर भरोसा करने लगते हैं तो हमारा मन आपदा में भी अवसर ढूंढ़ने लगता है, यहीं से शुरू होती है हमारी तरक्की का सिलसिला। अवसर कोई हलवाई की दुकान पर बिकने वाली मिठाई नहीं है, जो कोई हमारे हाथ में पकड़ा देगा और हम उसे गटक लेंगे। यह तो अपने हाथों से तैयार करने वाली होममेड मिठाई है, जिसके विभिन्न घटकों को एकत्रित करके हमें अपनी ऊर्जा की ऊष्मा से, विश्वास के तेल में पकाकर, अपनी मेहनत की चाशनी से मीठा करके इसका स्वाद चखना होता है।

जरूरी है अपना सटीक आकलन

सच तो यह है कि हम स्वयं अपना आकलन कभी सही तरीके से नहीं करते हैं। यकीन मानिए, जैसा हम दूसरों के बारे में सोचते हैं, ठीक वैसा ही दूसरे भी हमारे बारे में सोचते हैं। हमारी सीमित या संकुचित सोच ही हमारी ज्यादातर दुर्बलताओं, तुलनात्मक हीनता और चिंता का कारण होती है। असंतोष का भाव और अंतहीन कामनाओं का दासत्व स्वीकार करना ही हमारी उदासी, झुंझलाहट और अवसाद की वजह है। हम अनजाने में ही दूसरों से बेवजह प्रतिद्वंद्विता करने लगते हैं, जबकि इसकी कोई आवश्यकता नहीं होती। वास्तव में हमारी आवश्यकता अपने परिवार और खुद की जरूरतों को पूरा करने की होनी चाहिए। अपने जीवन की प्राथमिकता निर्धारित लक्ष्य हासिल करने की होना चाहिए, ना कि दूसरों जैसा बनने की। अगर हम अपनी जरूरतों को पूरा करने तक सीमित रहें और अपनी बेहतरी के लिए निर्धारित लक्ष्य को साधने में जुट जाएं तो हमें अनावश्यक तुलना और ईर्ष्या के लिए वक्त नहीं मिलेगा। हमारा चिंतन भी सार्थक कार्यों की ओर होने लगेगा, जो हमें आंतरिक खुशी और सुकून देगा।

बदलते दौर में पैरेंट्स समझें

बच्चों का भी होता है अपना व्यक्तित्व

भले ही पिछली सदी की तुलना में अब हम सबकी जीवनशैली कई स्तरों पर बदल चुकी है, लेकिन अधिकांश पैरेंट्स आज भी अपने बच्चों के स्वतंत्र व्यक्तित्व को नहीं स्वीकारते हैं। बच्चों के बेहतर विकास के लिए सभी पैरेंट्स को अपनी मानसिकता बदलनी चाहिए।

पैरेंटिंग / नीलम अरोड़ा

बच्चों का भी अपना व्यक्तित्व होता है। सेमिनारों में, बौद्धिक विमर्शों में भले माता-पिता इस बात को स्वीकार करते हों, लेकिन रोजमर्रा की जिंदगी में 99 फीसदी से ज्यादा माता-पिता को यही लगता है कि उनके बच्चे कुछ नहीं जानते या उनके बच्चों की कोई समझ नहीं है, क्योंकि वे मन से स्वीकार ही नहीं कर पाते कि बच्चों का भी अपना व्यक्तित्व होता है। यही वजह है कि 99 फीसदी से ज्यादा माता-पिता अपने बच्चों को उनकी छोटी उम्र में हमेशा सिर्फ सिखाते रहते हैं, कभी गंभीरता से किसी भी मसले पर उनकी राय जानने की कोशिश नहीं करते। ऐसा नहीं है कि माता-पिता अपने बच्चों का भला नहीं चाहते या उन्हें खुश होते हुए नहीं देखना चाहते। ऐसा सब कुछ है, लेकिन फिर भी माता-पिता सहजता से इस बात को स्वीकार नहीं कर पाते कि उनके बच्चों का भी अपना व्यक्तित्व है।

कम उम्र में हो रहा बच्चों के व्यक्तित्व का निर्माण: समाजशास्त्रियों का आकलन है कि इन दिनों बच्चों के व्यक्तित्व का विकास या उनके व्यक्तित्व का निर्माण बहुत कम उम्र में हो रहा है। दरअसल, सूचना क्रांति ने अनुमान से भी कहीं ज्यादा उनके लिए एक्सपोजर पैदा किया है। इसलिए पहले जो बच्चे 15-16 साल की उम्र में व्यावहारिक जिंदगी के तौर-तरीके सीखते थे, आज वैसे तौर-तरीके बच्चे 7 से 8 साल की उम्र में ही सीख जाते हैं। सोशल मीडिया ने और सोशल मीडिया तक पहुंच बनाने वाले स्मार्टफोन ने बच्चों को पिछली सदी के मुकाबले कम से कम एक हजार फीसदी तेज रफ्तार से उनकी विभिन्न चीजों के प्रति जानकारी पैदा की है और अपनी राय बनाने में भूमिका निभाई है। इसलिए आज बच्चों के पारंपरिक विकास की रफ्तार बहुत तेज हो गई है। लेकिन ज्यादातर माता-पिता इसे नहीं मानते हैं।

गूगल ज्ञान की प्राप्ति : एक जमाना था जब किसी भी बच्चे की जानकारियों के दो मुख्य स्रोत होते थे। घर में आमतौर पर पिता और घर के बाहर स्कूल के अध्यापक। यही कारण है कि तब लंबे समय तक हर बच्चे को लगता था कि उनके पिता दुनिया के सबसे ज्यादा जानकार व्यक्ति हैं। लेकिन यह मनोविज्ञान आज की पीढ़ी में नहीं है। आज की पीढ़ी के बच्चे किसी भी चीज की जानकारी पाने के लिए या अपनी किसी भी सहज जिज्ञासा के लिए गूगल का दरवाजा खटखटाते हैं, जहां उन्हें ज्यादातर सवालों के न्यूनतम बुनियादी जवाब मिल ही जाते हैं। इसलिए वह बड़ों की तरह गूगल ज्ञान पर मीनमेख नहीं निकालते बल्कि अपने स्तर पर उन्हें यह ऐसा गुरु मिल गया है, जिनके साथ बच्चे सबसे ज्यादा सहज हैं। दूसरी तरफ, मां-बाप आज भी इस उम्मीद में हैं कि उनके बच्चे उनसे ही दुनिया के बारे में ज्यादा से ज्यादा जानें और उनकी सोच और कल्पना के मुताबिक ही अपना व्यक्तित्व ढालें। वास्तव में सबसे बड़ा संकट यही है।

ताजा परिदृश्य : माता-पिता अपने बच्चों को सिखाने और बताने के लिए लालायित हैं, लेकिन बच्चे इस सब पर बहुत रुचि नहीं ले रहे, क्योंकि उन्हें भी लगता है कि उनके माता-पिता जानकारियां कम उपदेश ज्यादा देते हैं। इसलिए बच्चे उनसे दूरी बनाते हुए आज वर्चुअल दुनिया के साथ ज्यादा सहज हैं और मां-बाप को लगता है कि उन्हें दीन-दुनिया की कोई खबर ही नहीं है। इस विरोधाभासी सोच में संतुलन के लिए जरूरी है कि पैरेंट्स, अपनी मानसिकता को नए दौर के अनुसार बदलें। तभी बच्चों का बेहतर विकास होगा और उनके साथ आपकी बॉन्डिंग भी स्ट्रॉन्ग बनेगी।

अहम भूमिका निभा रहा आभासी समाज

अगर बच्चों और माता-पिता के बीच में भरोसे का जबरदस्त अभाव है, तो इसमें एक बड़ा कारण यही है कि माता-पिता इस बात को समझ ही नहीं पा रहे कि व्यक्तित्व गठन के मामले में उनकी जो रफ्तार थी, आज के बच्चों की रफ्तार उससे कई गुना ज्यादा तेज हो चुकी है। दूसरी बात, कम से कम मौजूदा और उसके पहले की पीढ़ी के माता-पिता भी यह समझने में ठीक-ठीक तालमेल नहीं बैठा पा रहे कि पहले की तरह अब बच्चों की जानकारियां और समझदारियां विकसित होने का स्रोत केवल माता-पिता स्कूल, कॉलेज या इर्द-गिर्द का समाज भर नहीं है बल्कि अब इन सबसे मिलकर भी कई गुना बड़ा एक आभासी समाज पैदा हो गया है, जो खासकर बच्चों को ना सिर्फ तेजी से प्रभावित कर रहा है बल्कि उनके व्यक्तित्व के निर्माण में सबसे बड़ी भूमिका अदा कर रहा है।

एडवाइस / अंजू जैन

ऐसे सीखें आर्ट ऑफ पब्लिक स्पीकिंग

आज के दौर में लोगों को जब अपना ज्यादातर काम सोशल मीडिया प्लेटफॉर्म पर करने की जरूरत पड़ती है, यू-ट्यूब, वीलॉग या फेसबुक लाइव पर अकसर बोलना होता है, इस तरह लगभग हर प्रोफेशनल व्यक्ति के लिए पब्लिक स्पीकिंग का हुनर होना जरूरी हो गया है। आपके लाइव सेशन या वीडियो लोगों को आकर्षित करें और उपयोगी साबित हों, इसके लिए आपको कुछ बातों पर ध्यान देना होगा-

श्रोताओं से जुड़ें : अपने श्रोताओं से संवाद जरूर स्थापित करें। अपनी कही गई बातों से जुड़े प्रश्न जरूर पूछें और संभव हो तो उन्हें भी प्रश्न पूछने का मौका दें। इससे श्रोता आपकी ओर आकर्षित होंगे। श्रोताओं से जुड़ने के लिए उनकी समझदारी या उनके गुणों की सराहना करें।

आराम से बोलें

समझा यही जाता कि जोर-जोर से या धाराप्रवाह बोलना अच्छा वक्ता बनने के लिए जरूरी है, लेकिन मंझे हुए वक्ताओं की मानें तो कुछ वाक्य बोलने के बाद बीच में एक पल रुकना जरूरी है। इससे लोग आपकी बात ज्यादा एकाग्रचित्त होकर सुनेंगे।

श्रोताओं की पसंद समझें : श्रोताओं की पसंद-नापसंद उनकी जरूरत और प्राथमिकताएं जान लेना आपके लिए काफी फायदेमंद होगा। इसके लिए पर्याप्त रिसर्च और होमवर्क करना जरूरी है।

नए तथ्य रखें : श्रोताओं के सामने नए और चौंकाने वाले तथ्य जरूर पेश करें। अपने वक्तव्य में कुछ ऐसी बातें या तथ्य रखने की कोशिश करें, जो श्रोताओं के लिए काफी उपयोगी और दिलचस्प हों, लेकिन उन्होंने कभी इन्हें सुना ना हो। वक्तव्य भाषण के दौरान छोटे-छोटे किस्से-कहानियों, रोचक घटनाओं या कहावतों का इस्तेमाल करें, इससे श्रोता आपकी ओर आकर्षित रहेंगे। माहौल हल्का-फुल्का रखेंगी तो श्रोताओं को आपके भाषण के दौरान बोरियत नहीं होगी।

नोट्स बनाएं : जब भी आप फेसबुक पर लाइव हों या वीलॉग बनाना हो तो अपनी स्पीच की तैयारी पहले से कर लें। स्पीच के दौरान आपको जिस टॉपिक पर बोलना है, उससे जुड़े नोट्स अपने सामने रखें, ताकि किसी प्रकार की भूल-चूक ना हो। एकाध बार अपने स्पीच को रिकॉर्ड कर सुनकर अपनी खामियां दूर कर लें।

15-JAN-JSP-BHOOMI-pg-3-sahili_Layout 1 1/15/2024 7:59 PM Page 1

आज से इस साल के वेडिंग सीजन शुरू हो रहे हैं। इन कंपकंपाती सर्दियों में अगर आपकी मैरिज होने वाली है या फैमिली, रिलेटिव या फ्रेंड के घर मैरिज ऑकेजन में आपको शामिल होना है तो इस दौरान अपनी ड्रेसअप का खास ध्यान रखें। किस तरह की ड्रेसेस से आप वार्म ही नहीं अट्रैक्टिव वेडिंग लुक भी पा सकती हैं, बता रहे हैं आपको।

कूल-कूल वेडिंग सीजन में पाएं वार्म-अट्रैक्टिव लुक

ड्रेसअप / संध्या सिंह

शादी चाहे अपने घर, परिवार में हो या फ्रेंड की, उस ऑकेजन में सभी खूब एंज्वॉय करना चाहते हैं। लेकिन मैरिज ऑकेजन अगर कड़कड़ाती सर्दी में हो तो शरीर को गर्म रखने के लिए सिर्फ शादी के उल्लास और खुशियों भर से काम नहीं चलता, अच्छे वार्म ड्रेसेस की भी जरूरत होती है। इसलिए सर्दियों में होने वाली शादी के दौरान, पहने जाने वाली ड्रेसेस को बहुत समझदारी से चुनें, वरना शादी के मंडप में जब आपकी सहेलियां और दूल्हे के दोस्त आपके चेहरे पर शादी की खुशियों का ग्लो देखना चाहेंगे, तब उन्हें सर्दी की कंपकंपाहट ही दिखेगी। आप बिल्कुल भी नहीं चाहेंगी कि ऐसा आपके साथ हो। इसलिए आपकी मैरिज हो या आपके किसी अपने की, उस ऑकेजन पर वियर की जाने वाली ड्रेस सोच-समझकर चुनें।

सीजन सुटेबल हो ब्राइडल ड्रेस

अगर आपकी शादी इन सर्दियों में होने वाली है तो कुछ बातों को पहले ही समझ लें। अगर सर्दी के दिनों की शादियों में दुल्हन को ठंड लग रही हो तो वह कितना ही छिपाए, उसके चेहरे पर ठंड से उपजे तनाव की रेखाएं दिख ही जाती हैं। इसलिए इन दिनों, ब्राइडल ड्रेस विंटर सीजन के अकॉर्डिंग वार्म फैब्रिक की और कंफर्टेबल ही चुनें।

चुनें वार्म फैब्रिक

अगर जनवरी से लेकर आने वाली फरवरी के बीच कभी भी आपकी मैरिज होने वाली हो और सारी रस्में रात में होनी हों, तो इस बात का पूरी तरह ध्यान रखें कि अपने वेडिंग ड्रेसेस वार्म फैब्रिक की ही चुनें। वैसे यह समझदारी सिर्फ अपनी शादी तक ही सीमित ना रखें, अगर इन दिनों अपने फ्रेंड या रिलेटिव की शादी फंक्शन में शरीक होना हो और देर रात तक वहां रुकना हो, तो ऐसे मौके पर भी वार्म फैब्रिक ड्रेसेस ही पहनें। रात में होने वाली रस्मों में देर तक अकसर खुले आसमान के नीचे बने मंडप में या हल्की सी छांव में बैठना होता है, इसलिए इस मौके के लिए जो स्पेशल वेडिंग ड्रेस बनवाएं, कोशिश करें वो सिल्क, वेलवेट या वुलेन मिक्स कॉटन की हो। इन फैब्रिक में हर तरह के डिजाइन खूबसूरती से उभरती हैं और ये सर्दी की रातों में आपको वार्म फीलिंग देंगी।

गार्जियस लुक के लिए कैरी करें वूलेन स्टॉल

मैचिंग बूटीज से मिलेगा कंप्लीट लुक

लहंगा हो ऐसा

आज भी अधिकतर युवतियां और महिलाएं लहंगे को ही शादी के लिए परफेक्ट ड्रेस मानती हैं। अगर आप भी बिना लहंगे के वेडिंग ड्रेस को कंप्लीट नहीं मानती हैं तो शौक से लहंगा पहनें। लेकिन उसमें आपको सर्दी ना लगे, इसके लिए लहंगे के नीचे न्यूड व्हाइट या ब्लैक कलर की फ्लीस टाइट्स जरूर पहनें। इसकी लंबाई थाई तक और आजकल तो उससे भी नीचे तक होती है और यह इस कदर शरीर से चिपकी होती है कि कुछ देर के बाद पहनने वाले को भी याद नहीं रहता कि उसने नीचे ऐसी कोई लेयर पहन रखी है। इससे मूवमेंट में भी किसी तरह की मुश्किल नहीं होती और सर्दी से भी भरपूर बचाव होता है। इसके साथ ही सर्दी के मौसम में होने वाली शादियों के लिए जब भी लहंगा खरीदने जाएं तो वुलेन या वेलवेट को ही चुनें। इन दोनों ही फैब्रिक में एक से बढ़कर एक शानदार लहंगे आपको बाजार में मिल जाएंगे। इन फैब्रिक से बना लहंगा, आपका खूबसूरत परी जैसा रूप तो निखारता ही है, आपको अंदर से गर्म भी रखता है। इस वजह से आपके चेहरे पर ठंड की कंपकंपाहट के बजाय गरमाइश की चमक बनी रहती है।

पहनें फुल स्लीव्स ब्लाउज

हालांकि इन दिनों फिर से फुल स्लीव्स ब्लाउज का फैशन जोर-शोर से लौट आया है, लेकिन फैशन को फॉलो ना करें तो भी जब सर्दियों में शादी हो रही हो, तो आप स्लीवलेस या हाफ स्लीव्स के बजाय, फुल स्लीव्स ब्लाउज को ही चुनें। इससे सर्दी से भरपूर बचाव होगा। यह दिखने में भी बहुत अच्छे लगते हैं। हाल के सालों में कियारा आडवाणी जैसी न्यू जेनरेशन

ठंड से बचाने में हेल्पफुल फुल स्लीव्स ब्लाउज

बॉलीवुड एक्ट्रेस ने फिर से मैरिज फंक्शंस के लिए फुल स्लीव्स ब्लाउज को पहली पसंद बना दिया है। अगर ब्लाउज पहनने को लेकर आप मॉडर्न लुक फील नहीं करती हैं तो उसकी जगह आप जैकेट भी आजमा सकती हैं। यह आपके लुक को मॉडर्न ट्विस्ट देगा। इस तरह ट्रेडिशनल लुक के साथ आप ठंड से भी बचेंगी।

बूटीज और स्टॉल

जब कड़ाके की सर्दियों में आप दुल्हन बन रही हों तो दो बातों का जरूर ख्याल रखें, पहला दुपट्टे को कैरी ना करें और दूसरा हाई हील फुटवियर से भी दूर रहें। दुपट्टे की जगह हैवी वेलवेट या कश्मीरी वुलेन का हाथ से बुना हुआ स्टॉल कैरी करें। यह दिखने में तो चार चांद लगाएगा ही, आपको गरमाइश भी देगा। इसी तरह हाई हील्स की बजाय बूटीज का चयन करें। एक तो इससे आपके लहंगे को कंप्लीट लुक मिलेगा, साथ ही यह आपके ब्राइडल लुक को एक्स्ट्रा ग्रेस देगी। इस तरह अगर आप यहां बताई गई बातों का ध्यान रखेंगी तो इन सर्दियों में होने वाले वेडिंग फंक्शन में आप वार्म फील के साथ एक्स्ट्रा गार्जियस भी दिखेंगी।

सजेशन / ललिता गोयल

जब करवाना हो नेल एक्सटेंशन

अगर आपके नेल्स, नेचुरली लंबे और खूबसूरत नहीं हैं तो आप नेल एक्सटेंशन के जरिए इन्हें अट्रैक्टिव बना सकती हैं। लेकिन ऐसा करवाने से पहले आपको कुछ बातों का ध्यान रखना होगा, ताकि आपके नेचुरल नेल्स को कोई नुकसान ना हो।

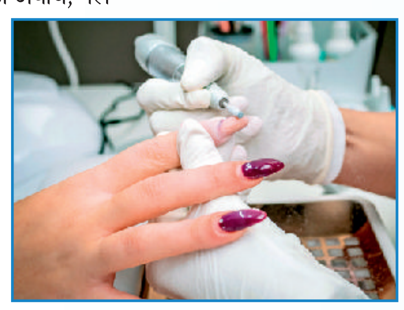
मजबूत, लंबे और आकर्षक नाखून हथेलियों की खूबसूरती को निखारने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाते हैं। यही वजह है कि फैशनेबल और अट्रैक्टिव दिखने के इस दौर में नेल एक्सटेंशन द्वारा नेल्स को खूबसूरत दिखाने का ट्रेंड काफी बढ़ गया है। लेकिन नेल एक्सटेंशन कराते समय इस बात का खास ध्यान रखें कि जिस तरीके से आप अपनी स्किन केयर करती हैं, वैसे ही नेल्स की भी प्रॉपर केयर करना जरूरी होता है।

नेल एक्सटेंशन प्रोसेस

नेल एक्सटेंशन में सबसे पहले आपके असली नेल्स को फॉइल किया जाता है और उनके साइड्स को साफ किया जाता है। नेल एक्सटेंशन, जैल और एक्रेलिक दो प्रकार के होते हैं। एक्रेलिक नेल एक्सटेंशन में एक आर्टिफिशियल नेल टिप आपके नाखूनों की लंबाई पर चिपका दी जाती है और फिर उस पर लगाने के लिए एक पावडर और लिक्विड मिलाया जाता है। जैल नेल एक्सटेंशन को लगाने के लिए एक रेडिमेड मिक्सचर का उपयोग किया जाता है, जिसे नेचुरल नेल बेड पर लगाया जाता है। छोटे नाखूनों के लिए जैल नेल एक्सटेंशन का इस्तेमाल करना बेहतर माना जाता है।

प्रिकॉशन है जरूरी

अगर आप नेल एक्सटेंशन करवा रही हैं तो ध्यान रखें कि यह पर्मानेंट नहीं होता है। यह केवल 4-6 सप्ताह तक ही बना रहता है। इसकी अवधि, नेल एक्सटेंशन के तरीके और आपके ब्यूटी सैलून पर भी निर्भर करता है। इस बात का भी ध्यान रखें कि नेल एक्सटेंशन करवाने के बाद आप वो सब काम नहीं कर सकती हैं, जो आप अपने नेचुरल नाखूनों के साथ कर सकती हैं जैसे टाइपिंग या घर के साफ-सफाई और रसोई के काम।



लॉन्ग ड्यूरेबल होंगे नेल एक्सटेंशन

नेल एक्सटेंशन लंबे समय तक टिका रहे, इसके लिए आपको कुछ बातों का ध्यान रखना जरूरी है।

- जल्दी-जल्दी या रेग्युलर नेल एक्सटेंशन कराने से नाखून कमजोर हो जाते हैं। ऐसे में नेल एक्सटेंशन कराते समय थोड़ा गैप रखना जरूरी होता है।
- नेल एक्सटेंशन करवाने से पहले नेल्स की मसाज करना जरूरी है। नेल्स की मसाज ऑलिव ऑयल या बादाम के तेल से की जा सकती है। ऐसा करने से नेल्स की सही ग्रोथ होती है, साथ ही नेल्स मजबूत भी बनते हैं।
- नेल एक्सटेंशन कराने से पहले आप अपने नाखूनों को काटना ना भूलें क्योंकि बढ़े हुए नाखूनों पर नेल एक्सटेंशन कराने से नेल बेड टूटने लगते हैं और नेल्स कमजोर हो जाते हैं।
- बारिश के दिनों में नेल एक्सटेंशन कराने से पहले नाखूनों को अच्छी तरह से मॉयश्चराइज कर लें। दरअसल, नेल एक्सटेंशन नेल्स की नमी को कम करने के साथ ही क्यूटिकल्स को भी सख्त बना देता है, जिससे नाखून रफ हो सकते हैं। इसलिए पहले ही नाखूनों को मॉयश्चराइज कर लें।
- आपकी नेल एक्सटेंशन खूबसूरत और मेंटेन रहे, इसके लिए समय-समय पर नेल्स रीफिल कराना ना भूलें। इससे नेल्स मजबूत होंगे। साथ ही उनकी खूबसूरती लंबे समय तक बनी रहेगी।
- नेल एक्सटेंशन खराब ना हो, इसके लिए एक्सटेंशन कराने के बाद भारी वजन ना उठाएं क्योंकि इससे अकसर नाखून टूट जाते हैं या उनमें क्रेक आ जाता है।
- नेल एक्सटेंशन को घर पर ना हटाएं। इससे आपके नेचुरल नाखूनों को नुकसान पहुंच सकता है। नेल एक्सटेंशन को हटाने के लिए नेल टेक्नीशियन के पास जाना ही बेहतर उपाय होता है।

(नेल एक्सटेंशन एक्सपर्ट लतिका खुराना से बातचीत पर आधारित)

गार्डनिंग / अनु आर.

किचेन गार्डन में ऐसे उगाएं पौष्टिक ब्रोकली

अब से कुछ साल पहले तक अपने देश में ब्रोकली इसलिए कम चर्चा में रहती थी, क्योंकि तब यह बहुत महंगी हरी सब्जी होती थी। उन दिनों जब बाकी सब्जियां 5 से 10 रुपए पाव बिकती थीं, तब यह 30-40 रुपए पाव तक मिलती थी। क्योंकि तब ब्रोकली विदेशी सब्जी मानी जाती थी और यह बड़े पैमाने पर बाहर से ही आती थी। लेकिन अब ब्रोकली स्थानीय सब्जी बन चुकी है।

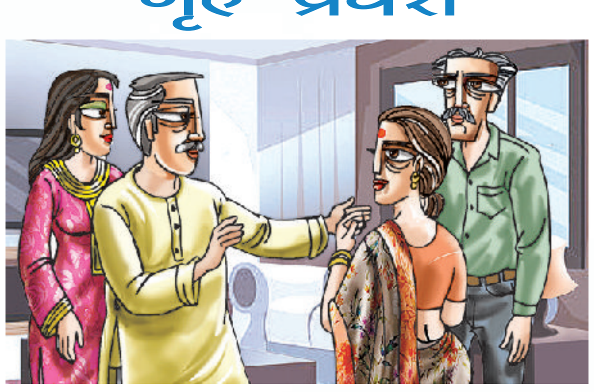
कई गुणों से भरपूर: ब्रोकली इतने गुणों से भरपूर होती है कि पहली नजर में इसके गुणों को जानकर लगता है यह कोई औषधीय सब्जी है। मिसाल के तौर पर ब्रोकली शुगर लेबल को कंट्रोल करती है। यह वजन घटाने में मददगार है। हृदय रोग, कैंसर, आंखों की समस्याओं और कमजोरी में यह फायदेमंद है। इसके खाने से लिवर मजबूत होता है, हड्डियां लचीली और ताकतवर बनती हैं। उच्च रक्तचाप नियंत्रित रहता है, बैड कोलेस्ट्रॉल में कमी आती है, कैंसर का खतरा कम होता है, त्वचा स्वस्थ और चमकदार रहती है। ऑस्टियोपोरोसिस जैसी समस्याओं से बचाव होता है। ब्रोकली अगर इतनी फायदेमंद है तो इसलिए क्योंकि इसमें अनेक पौष्टिक तत्व भरपूर मात्रा में पाए जाते हैं। इसमें जिन पौष्टिक तत्वों की भरमार है, उनमें शामिल हैं- विटामिन सी, बी कॉम्प्लेक्स, विटामिन ए, फोलिक एसिड, कैल्शियम, मैग्नीशियम, पोटैशियम, एंटीइनफ्लेमेटरी, एंटीऑक्सीडेंटिव प्रॉपर्टीज और फाइबर भी पाए जाते हैं। ब्रोकली भले अब विदेशी सब्जी ना होकर स्थानीय सब्जी बन गई हो, लेकिन भरपूर गुणकारी होने की वजह से दूसरी हरी सब्जियों के मुकाबले यह महंगी मिलती है। इसलिए बेहतर है, अपने किचेन गार्डन में ब्रोकली उगाएं, इससे आपको शुद्ध ऑर्गेनिक ब्रोकली का स्वाद मिलेगा।

उगाने के लिए सही है सर्दियां: अब सवाल है, ब्रोकली को अपने किचेन गार्डन में कब और कैसे उगाएं? भारत में सर्दियों का मौसम खासकर दिसंबर, जनवरी का महीना इसके उगाने या नर्सरी के जरिए इसे लगाने का सबसे बढ़िया समय होता है। आमतौर पर यह बहुत आसानी से और कम रख-रखाव में भी किचेन गार्डन की सबसे उपयोगी सब्जी के रूप में फलती-फूलती है।

मिट्टी और धूप: ब्रोकली उगाने के लिए वैसे ही मिट्टी बनानी पड़ती है, जैसे फूलगोभी या पत्तागोभी को उगाने के लिए बनाते हैं। लेकिन ब्रोकली गमले में या जमीन में जहां भी उगाएं इस बात को सुनिश्चित कर लें कि वहां दिन में कम से कम छह घंटे धूप जरूर आती हो। ब्रोकली ऐसी मिट् टी में अच्छी तरह से उगती और विकसित होती है, जो पानी को सोख लेती है। प्राकृतिक खाद से उपजी ब्रोकली में ही इसके सौ फीसदी फायदे मिलते हैं। देसी खाद से भरपूर मिट्टी में इसे क्यारी बनाकर लगाना या चाहिए। गाय के गोबर और कंपोस्ट खाद इसके उगाने और बढ़ने तथा विकसित होने में बहुत कारगर भूमिका निभाते हैं। ब्रोकली को अगर उगा रही हैं तो जब उसके पौध 4 से 6 हफ्ते के हो जाएं तो उन्हें अलग-अलग गमलों में स्थानांतरित कर दें, दो पौधों के बीच की दूरी कम से कम दो इंच रखें। नाइट्रोजन, फास्फोरस और पोटैशियम ब्रोकली के लिए तीन सबसे अच्छे उर्वरक हैं। अगर सही ढंग से आपकी उगायी या लगाई गई ब्रोकली विकसित होती है, तो ब्रोकली का एक पौधा फसल में आपको एक सीजन में कम से कम 10 या 12 बार ब्रोकली का फूल दे सकता है।

कहानी / अशोक जोशी

गृह-प्रवेश



आनंद और महिमा बहुत खुश थे। बेटा शिरीष पहले ही कनाडा में जाकर बस गया था, अब बेटी श्रद्धा का घर भी बहुत अच्छे से बस चुका था। श्रद्धा के पति श्रेय और सास-ससुर का स्वभाव भी बहुत अच्छा था। वे दोनों अब रिटायर होकर सामाजिक कार्यों और पूजा-पाठ में संलग्न रहते थे। उनके नए घर के गृह-प्रवेश के कार्यक्रम में शामिल होने के लिए शिरीष भी खासकर कनाडा से आया हुआ था।

शिरीष ने आनंद से कहा, 'पापा, आप और मम्मी दोनों इस बार मेरे साथ ही कनाडा चलिए। हम वहीं रहेंगे।' आनंद ने कहा, 'नहीं बेटा, हमारा वहां मन नहीं लगता। बरसों से जिस जगह रहे हैं, वह छूटती नहीं है। हां, हम साल-दो साल में वहां घूमने के लिए आते रहेंगे।'

आनंद-महिमा बेटी के गृह-प्रवेश पर पहुंचे। मकान को बाहर से सजा-संवरा देखकर उन्हें और भी ज्यादा खुशी हुई। मुहूर्त काल में गृह-शांति पूजा संपन्न हुई। आनंद और महिमा ने दोनों को उपहार और आशीर्वाद दिया। खाने के लिए मेहमानों को दोपहर को बुलाया था। अभी मेहमानों के आने में देर थी, श्रद्धा के ससुर ने कहा, 'आनंद जी आइए, अपनी बेटी का घर देख लीजिए। घर बनते समय आपसे बहुत कहा था, लेकिन आप नहीं आ पाए थे। पूरी प्लानिंग श्रद्धा और श्रेय की ही है।' उन्होंने बारीकी से ग्राउंड फ्लोर का मुआयना किया। ऊपर जाते समय वह सीढ़ियां चढ़ने लगे, तभी श्रद्धा की सास ने कहा, 'भाई साहब आप लिफ्ट से चलिए। श्रद्धा ने जिद करके लगवाई है।' सुनकर आनंद जी को अटपटा लगा। उन्होंने श्रद्धा को समझाया, 'बेटा, ऐसी जिद अच्छी नहीं है। तीन मंजिल का ही तो मकान है। इसमें लिफ्ट की कोई जरूरत नहीं थी। वैसे ही मकान बनाने में खासा खर्चा आता है, उस पर यह अनावश्यक खर्च करना उचित नहीं था।'

'अरे आनंद जी, आप भी बेकार में श्रद्धा पर गुस्सा कर रहे हैं। हम रिटायर हो चुके हैं। सीढ़ियां चढ़ते-चढ़ते हमारी भी सांस भर जाती है। चलिए, लेकिन अपना गुस्सा ग्राउंड फ्लोर पर ही रख दीजिए।'

ऊपरी मंजिल भी बहुत करीने से बनाई हुई थी, जिसमें हर सुख-सुविधा का ध्यान रखा गया था। आगे चलकर जैसे ही आनंद जी और महिमा एक हॉल में दाखिल होने लगे, श्रद्धा के सास-ससुर ने उन्हें रोकते हुए कहा, 'ठहरिए आनंद जी, आप इसमें ऐसे ही प्रवेश नहीं कर सकते।'

'क्यों, क्या गलती हो गई हमसे?' आनंद जी ने विनम्र स्वर से पूछा। 'अब हम क्या बताएं, श्रेय और श्रद्धा ही आपको बताएंगे।' कहते हुए उन्होंने श्रद्धा को आवाज लगाकर पूछा, 'क्या कर रही हो, अभी तक तैयारी नहीं की?'

'आई पापा जी!' कहते हुए श्रद्धा ने कमरे का दरवाजा खोलते हुए मुख्य द्वार के सामने उसने एक लोटे में चावल भर कर रख दिए। फिर महिमा की तरफ मुखातिब होकर बोली, 'आइए मम्मी, इस लोटे को पैर से हटाते हुए अपने नए रैन बसेरे में प्रवेश कीजिए।'

'क्या कह रही हो, हमारी समझ में कुछ नहीं आ रहा है?' आनंद और महिमा युगल स्वर में बोले।

'मैं समझाता हूं, आपका बेटा शिरीष कनाडा चला गया है। श्रद्धा की भी शादी हो गई है। अब घर में आप दोनों बुजुर्ग दिन भर बोर होते होंगे। इसलिए हमने और श्रेय ने ही शिरीष और श्रद्धा को राजी किया कि अब से आप दोनों भी हमारे साथ रहेंगे। पहले तो दोनों मान नहीं रहे थे। फिर समझाने पर इस शर्त पर तैयार हुए कि इसके बनाने में जो भी खर्च आएगा, वह शिरीष ही देगा। इस उम्र में हम भी अकेले हैं। बेटे-बहू की और हमारी उम्र में एक पीढ़ी का अंतर है। कल को जब हमारे नाती-पोते होंगे तो उनके साथ खेलते हुए, आपके साथ-साथ हमारा समय भी कट जाएगा।' श्रद्धा के ससुर ने अपनी बात पूरी की।

'अरे वाह, आपने तो हमारे कमरे में पूजा का स्थान और स्टडी के लिए टेबल भी लगवा दी है।' आनंद जी ने बड़े से हॉल को करीने से सजा देखकर कहा।

'वह तो ठीक है, लेकिन लंच और डिनर हम साथ ही किया करेंगे। अब तो आपको समझ में आ ही गया होगा कि श्रद्धा ने लिफ्ट लगाने की जिद क्यों की थी?' कहते हुए श्रद्धा के ससुर ने अपनी बात पूरी की।

Online Booking : www.tripuryatra.com माता-पिता व स्वयं तीर्थ यात्रा कर जीवन धन्य करें साथ -साथ पुण्य का लाभ अर्जित करें।

सबसे कम राशि पर

चार धाम यात्रा

स्लीपर मात्र 18,500/-

श्री केदार नाथ, श्री बद्रीनाथ, श्री गंगोत्री, श्री यमुनोत्री, श्री हरिद्वार, श्री ऋषिकेश

रिजर्वेशन कोच (14 दिन)
- 07 मई से 20 मई 2024
- 09 मई से 22 मई 2024
- 11 मई से 24 मई 2024
- 13 मई से 26 मई 2024
- 15 मई से 28 मई 2024
- 17 मई से 30 मई 2024
- 19 मई से 01 जून 2024
- 21 मई से 03 जून 2024
- 23 मई से 05 जून 2024
- 25 मई से 07 जून 2024
- 27 मई से 09 जून 2024
- 29 मई से 11 जून 2024
- 31 मई से 13 जून 2024

चारधाम की विशेष सुविधा
1. रेलवे ट्रेन टिकट आने-जाने की सुविधा हरिद्वार तक।
2. हरिद्वार से 2/2 की 27 सीटर छोटी बस की सुविधा।
3. रात्रि विश्राम के लिए हॉटल/ लॉज में ठहरने की उत्तम सुविधा।
4. सर्वेश्रेष्ठ कुक द्वारा गरमा-गरम ताजा उत्तम नाश्ते व स्वादिष्ट रात्रि भोजन की उत्तम सुविधा व ट्रेन में लंच की व्यवस्था।
5. एक अनुभवी गाईड कम मैनेजर की सुविधा।

चारधाम यात्रा की इन्डीविजुअल (व्यक्तिगत) पैकेज के लिए संपर्क करें-7354411411

नोट : कृपया अंतिम दिनांक से पहले बुकिंग करवालें क्योंकि ट्रेन में वेटिंग लगने पर टिकिट नहीं मिल पाती है।

राशि : स्लीपर 22,500/-, 3 एसी -32,500/-, 2 एसी - 38,500/- ऑफर : स्लीपर 18,500/- 3 एसी-27,500/-, 2 एसी-32,500/- (+5% GST) 25 जनवरी 2024 तक बुकिंग कराने पर

स्पेशल ट्रेन से 12 फरवरी से 18 फरवरी 2024 तक (07 दिन)

सबसे कम राशि पर

द्वारकाधीश धाम यात्रा

स्लीपर मात्र 8,500/-

श्री द्वारकाधीश, श्री द्वारकाभेट, श्री सोमनाथ, श्री नागेश्वर ज्योतिर्लिंग, स्टैच्यू ऑफ यूनिटी

स्पेशल ट्रेन की विशेष सुविधाएं
1. श्रद्धालुओं को ट्रेन बदलनी नहीं रहती, स्पेशल ट्रेन आपको पूरे धार्मिक स्थल का दर्शन करवा वापस आपके गंतव्य स्थल पर छोड़ेगी।
2. स्पेशल ट्रेन में कोई बाहरी यात्री सवार नहीं होते, स्पेशल ट्रेन हमारे श्रद्धालु गण के लिए ही बनी रहती है।
3. श्रद्धालुगण का लगेज ट्रेन पर ही रहती है, खाली हाथ दर्शन को श्रद्धालुगण जाते हैं एवं बार-बार समान उतारना-चढ़ाना नहीं पड़ता।
4. छत्तीसगढ़ के सर्वश्रेष्ठ कुक के टीम से श्रद्धालुओं को घर जैसा स्वादिष्ट, लाजवाब भोजन नाश्ते की व्यवस्था रहती है।
5. अनुभवी मैनेजर/ गाइड पूरे यात्रा में श्रद्धालुओं के साथ रहेंगे।

राशि : 12,500/- रु., 3एसी-20,100/-, 2एसी-25,500/- ऑफर : राशि : स्लीपर 8,500/- 3 एसी-16,500/-, 2 एसी-19,500/- (+5% GST) 25 जनवरी 2024 तक बुकिंग कराने पर

स्पेशल कोच से -02 मार्च से 12 मार्च 2024, 21 सितंबर से 02 अक्टूबर 2024
स्पेशल ट्रेन से - 24 जुलाई से 05 अगस्त 2024, 21 दिसंबर से 31 दिसंबर 2024 (11 दिन)

रामेश्वरम् धाम यात्रा

श्री रामेश्वरम् धाम ज्योतिर्लिंग, श्री तिरूपति बालाजी, श्री मल्लिकार्जुन ज्योतिर्लिंग, श्री कन्याकुमारी, मदुरै श्री मिनाक्षीदेवी

रिजर्वेशन कोच (10 दिन)
- 20 फरवरी 29 फरवरी 2024
- 23 अप्रैल से 02 मई 2024
- 04 जून से 13 जून 2024
- 20 अगस्त से 29 अगस्त 2024
- 15 अक्टूबर से 24 अक्टूबर 2024

ऑफर : राशि स्लीपर रिजर्वेशन कोच 13,500/- स्पेशल कोच / ट्रेन 16,500/- 3 एसी-27,500/-, 2 एसी-30,500/- (+5% GST) 25 जनवरी 2024 तक बुकिंग कराने पर

स्पेशल ट्रेन से 02 मई से 08 मई 2024 तक (07 दिन)

माता वैष्णव देवी

स्लीपर मात्र 8,100/-

माता वैष्णव देवी, हरिद्वार, मथुरा वृंदावन

राशि : 14,500/- रु., 3एसी-21,500/-, 2एसी-27,100/- | ऑफर : राशि : स्लीपर 8,100/- 3 एसी-16,500/-, 2 एसी-21,500/- (+5% GST) 25 जनवरी 2024 तक बुकिंग कराने पर

नेपाल विदेश यात्रा

स्लीपर मात्र 18,500/-

जनकपुर (सीता मईया जन्म स्थल) सीतामणी, वाराणसी (काशी विश्वनाथ), प्रयागराज (त्रिवेणी संगम), अयोध्या (राम जन्मभूमि), गोरखनाथ मंदिर, पशुपतिनाथ, लुम्बिनि (भगवान बुद्ध का जन्म स्थान), माँ मनोकामना देवी, पोखरा (गुप्तेश्वर महादेव, डेविड फाल, विंध्यवासिनी मंदिर, फेवालेक), काठमांडू (भोलेनाथ मंदिर, बुढ़ानिलकंठ, सांघा) काठमांडू दरबार, भक्तपुर

रिजर्वेशन कोच (14 दिन)
- 15 फरवरी से 28 फरवरी 2024
- 04 अप्रैल से 17 अप्रैल 2024
- 07 मार्च से 20 मार्च 2024
- 09 मई से 22 मई 2024
- 23 मई से 05 जून 2024

राशि : 22,500/- रु., 3एसी-30,500/-, 2एसी-35,500/- | ऑफर : राशि : स्लीपर 18,500/- 3 एसी-25,500/-, 2 एसी-30,500/- (+5% GST) 25 जनवरी 2024 तक बुकिंग कराने पर

रिजर्वेशन कोच - 23 फरवरी से 27 फरवरी 2024, 15 अप्रैल से 19 अप्रैल 2024
स्पेशल ट्रेन से 02 जून से 06 जून 2024 तक (05 दिन)

अयोध्या धाम

स्लीपर मात्र 7,500/-

अयोध्या (श्री राम जन्मभूमि), वाराणसी (काशी विश्वनाथ), प्रयागराज (त्रिवेणी संगम)

राशि : 13,500/- रु., 3एसी-21,500/-, 2एसी-23,500/- | ऑफर : राशि : स्लीपर 7,500/- 3 एसी-15,500/-, 2 एसी-17,500/- (+5% GST) 25 जनवरी 2024 तक बुकिंग कराने पर

---

7 ज्योतिर्लिंग यात्रा

स्लीपर मात्र 13,500/-

श्री द्वारिकाधीश, श्री द्वारिकाभेट, श्री शिरडी सांई बाबा, श्री शनि सिंघनापुर, भीमाशंकर ज्योतिर्लिंग, घृष्नेश्वर ज्योतिर्लिंग, त्र्यम्बकेश्वर ज्योतिर्लिंग, नागेश्वर ज्योतिर्लिंग, महाकालेश्वर ज्योतिर्लिंग, ओंकालेश्वर ज्योतिर्लिंग, सोमनाथ ज्योतिर्लिंग

रिजर्वेशन कोच (11 दिन)
- 06 मार्च से 16 मार्च 2024
- 03 अप्रैल से 13 मई 2024
- 08 मई से 18 मई 2024
- 22 मई से 01 जून 2024
- 05 जून से 15 जून 2024
- 24 जुलाई से 03 अगस्त 2024

राशि : 20,500/- रु., 3एसी-28,100/-, 2एसी-32,500/- | ऑफर : राशि : स्लीपर 13,500/- 3 एसी-22,500/-, 2 एसी-28,500/- (+5% GST) 25 जनवरी 2024 तक बुकिंग कराने पर

स्पेशल ट्रेन से 04 मार्च से 09 मार्च 2024 तक (06 दिन)

गंगा सागर यात्रा

स्लीपर मात्र 7,500/-

गंगा सागर, जगन्नाथपुरी, माँ कामाख्या देवी

राशि : 13,500/- रु., 3एसी-21,100/-, 2एसी-26,500/- | ऑफर : राशि : स्लीपर 7,500/- 3 एसी-15,500/-, 2 एसी-20,500/- (+5% GST) 25 जनवरी 2024 तक बुकिंग कराने पर

स्पेशल ऑफर : किसी भी यात्रा में 25 टिकिट की बुकिंग कराने पर 1 टिकिट फ्री* 25 जनवरी 2024 तक बुकिंग कराने पर

सुविधायें : यात्रा के दौरान -1. कफर्म रेल्वे टिकट आने-जाने की सुविधा। 2. स्टेशन से बाहर मंदिर तक जाने के लिए बस की सुविधा। 3. ब्रेकफास्ट व डिनर व ट्रेन में लंच की सुविधा। 4. लॉज व धर्मशाला में रूम में फैमलि वाईस ठहरने की सुविधा। 5. पूरे यात्रा में एक अनुभवी गाईड/ मैनेजर की सुविधा।

नोट : 1. यात्रा के दौरान नास्ते, भोजन व रहने के लिए लॉज/ धर्मशाला व मंदिर तक जाने के लिए नॉन एसी बस की व्यवस्था समिति द्वारा रहेगी। 2. एसी वाले यात्रियों के लिए नॉन एसी होटल व नॉन एसी बस की व्यवस्था रहती है। 3. यात्रा के दौरान ट्रेन से बाहर दोपहर के भोजन का व्यवस्था आपकी स्वयं की रहेगी। 4. केदारनाथ, यमुनोत्री की पालकी घोड़े, खच्चर, हेलिकाप्टर व नेपाल में मनोकामना दर्शन की रोपवे व मंदिर एंट्री फीस व तिरूपति बालाजी जी की व्हीआईपी दर्शन टिकिट फीस आपकी स्वयं की होगी। 5. जो भी भक्तजन तीर्थ यात्रा करना चाहते हैं। वह यात्रा की अंतिम तिथि से पहले अपनी बुकिंग करवा ले, क्योंकि मई माह में चार धाम तीर्थ स्थलों पे होटल व बस की बुकिंग फुल हो जाती है और समिति को आपके नाम से रेलवे ट्रेन में टिकट बनवानी रहती है। तो यदि रेलवे में वेटिंग लग जाती है। तो आप अपना यात्रा करने का उद्देश्य पूरा नहीं कर पाएंगे।

सावधान : जो भी भक्तजन तीर्थ यात्रा में जाना चाहते हैं वह अपनी बुकिंग श्री त्रिपुर यात्रा सेवा समिति के बैंक अकाउंट से ही करवाएं या www.tripuryatra.com पे ऑनलाइन करवाएं किसी भी युवक युवती के बहकावे में आकर पर्सनल नाम के अकाउंट में पैसे ना डालें कुछ युवक-युवती कॉल करके फर्जी तरीके से पर्सनल अकाउंट में पैसे डलवा कर ना यात्रा करवाते हैं और पैसे का गबन भी कर लेते हैं। पैसे लेकर अच्छी सुविधा उपलब्ध नहीं कराते, पूरे यात्रा केवल आपको परेशान करते रहते हैं।

नियम एवं शर्तें : 1. यात्रा कैंसल करने पर यात्रा की 15 दिन पूर्व पूर्ण राशि का निरस्तीकरण प्रभार 20 प्रतिशत लगेगा। यात्रा दिनांक के 15 दिन पूर्व 50 प्रतिशत, 7 दिन पूर्व 75 प्रतिशत पूर्ण राशि में कटौती की जाएगी व यात्रा दिनांक के 2 दिन पूर्व राशि वापसी नहीं हो पाएगी। 2. 20 प्रतिशत यात्रा के पूर्व राशि का रजिस्ट्रेशन राशि किसी परिस्थिति में भी वापसी योग्य नहीं है। 3. 5 वर्ष से 8 वर्ष के बड़ों की हॉफ राशि लगेगी व 8 वर्ष से ऊपर के यात्रियों की पूरी राशि लगेगी, हॉफ राशि वालों को सीट आबंटित नहीं की जाएगी। 4. 20 प्रतिशत रूपए देकर अपना रजिस्ट्रेशन करने के पश्चात शेष राशि यात्रा दिनांक के 1 महीने पूर्व जमा करना अनिवार्य है अयथा आपकी यात्रा कैंसल हो जावेगी। 5. समिति स्पेशल ट्रेन/ कोच के लिए रेलवे में आवेदन करेगी, परंतु किसी कारावश स्पेशल ट्रेन/ कोच रेल्वे से उपलब्ध नहीं हो पाती है तो उस स्थिति अनुसार आपको रिजर्वेशन कोच से यात्रा करनी रहेगी। सहमती पर ही बुकिंग करवायें। 6. एसी वाले भक्त जनों का स्पेशल ट्रेन व कोच में रामेश्वरम् यात्रा 23 दिसंबर के अलावा सभी यात्रा में एसी यात्री कम होने के कारण रिजर्वेशन कोच में ही यात्रा करनी रहती है कृपया अपनी सहमति पर ही बुकिंग करवाएं। 7. कुल राशि पर 5 प्रतिशत जीएसटी अलग से लगेगा। 8. रिफंड करने की प्रक्रिया में 1 महीने का समय लगता है।

अपने शहर/ गांव/ नगर में फ्रेंचाईजी के लिए संपर्क करें- 7035-411411

नोट : 1. कृपया *www.tripuryatra.com* से टूर आईटनरी, नियम व शर्तें को पढ़ने के पश्चात ही अपनी सहमति पर बुकिंग करें। 2. तिरूपति बालाजी की व्हीआईपी टिकिट यात्रियों को स्वयं बुक करनी है।

Jai Mata Di — Shree Tripur Tirth Yatra Samiti

Since-2007

श्री त्रिपुर तीर्थ यात्रा

समिति की उपलब्धियां -
- पूर्व मुख्यमंत्री मा. श्री भूपेश बघेल जी के द्वारा सम्मानित समिति
- पूर्व मुख्यमंत्री मा. श्री डॉ. रमन सिंह जी के द्वारा सम्मानित समिति
- केन्द्र रेल मंत्री माननीय श्री अश्विन वैष्णव जी से सम्मानित समिति
- बंसल न्यूज चैनल द्वारा माननीय राजस्व मंत्री श्री जयसिहं अग्रवाल जी द्वार सम्मानित समिति
- छत्तीसगढ़ राज्यपाल माननीया अनुसुइया उइके जी के द्वारा सम्मानित समिति
- महिला बाल विकास मंत्री माननीया अनीला भेड़िया जी के द्वारा सम्मानित समिति
- जी न्यूज हिन्दुस्तान द्वारा आयोजित कार्यक्रम उड़ान में राष्ट्र स्तर पर मिला सम्मान
- मध्य भारत की सबसे विश्वसनीय सुप्रसिद्ध यात्रा करवाने वाली सेवा समिति
- आई.बी.सी. 24 द्वारा छत्तीसगढ़ के श्रवण कुमार की उपाधि से संबोधित
- न्यूज 18 छत्तीसगढ़ द्वारा बिजनेस एक्सिलेंट अवार्ड से सम्मानित
- सात राज्यों छत्तीसगढ़, मध्यप्रदेश, झारखण्ड, महाराष्ट्र, बिहार, उड़ीसा, दिल्ली में सेवा देने वाली एकमात्र सेवा समिति
- सबसे कम राशि पर तीर्थ यात्रा कराने वाली एक मात्र सेवा समिति

संरक्षक श्री त्रिपुर तीर्थ यात्रा सेवा समिति - श्री राजकिशोर प्रसाद - संरक्षक, महापौर- कोरबा, श्री सुरेन्द्र प्रताप जायसवाल-संरक्षण एवं विधि सलाहकार, श्री राहुल यादव - चेयरपर्सन- श्री त्रिपुर तीर्थ यात्रा सेवा समिति, एम. डी. राहुल ट्रैवल्स, वन वे टैक्सी प्रा.लि., डॉ. साहिल यादव - डायरेक्टर राहुल ट्रैवल्स, वन वे टैक्सी प्रा.लि., श्रीमती रीना राय - कोषाध्यक्ष, श्री त्रिपुर तीर्थ यात्रा सेवा समिति, श्री जयराज मिश्रा (रिलायबल सर्विस), श्री संतोष राठौर (पूर्व सभापति एवं एमआईसी सदस्य न.पा. नि. कोरबा), श्री निरंजन यादव (महासचिव छ.ग. प्रगतिशील यादव महासंघ), श्री जितेंद्र बहादुर यादव (छत्तीसगढ़ अध्यक्ष प्रगतिशील यादव महासंघ), श्री रजनीश भास्कर (एडवोकेट सुप्रीम कोर्ट), (एस.एस. इण्डस्ट्रीज), श्री तेजप्रताप सिंह (भिलाई) श्री कमल यादव (डायरेक्टर प्रतिभा इंस्टीट्यूट ऑफ नर्सिंग नया रायपुर), गणेश कुलदीप (अधिवक्ता)

RAIPUR : D-36 Sector- 4, Kamal Vihar, Near Shree Venkatesh Hospital, KORBA : Shop No - 301, 302, 303 SS Plaza Power House Road, DELHI : Flate No.-217, Ground Floor, Dg-3 (Paryavaran Apartments), Vikaspuri, HARIDWAR : Nagaldham Ke Samne Bhupatwala Haridwar, RANCHI : Room No.- 401, Lod Suthiya Shivpuri Kishna Apartment, PATNA : 3rd Floor Shivam Complex Near Bank Of Baroda Bypass Road Khemnichak, Bhagalpur : Flat No 203 Sandis Compound Gate Above Vishal Mega Mart Bhagalpur, HARYANA: Panghal Travels 65 Improvement Trust Market Bhiwani Haryana Near Hansi gate Bhiwani

संपर्क करें :- 9165-411411 - 7247-411411 Online Booking : www.tripuryatra.com