हरिभूमि
रायपुर भूमि

टिकरापारा थाना क्षेत्र के लक्ष्मीनगर में एक सप्ताह से सक्रिय है साइको चोर

लोगों ने कीमती सामान चोरी होने की दहशत में घरों में सीसीटीवी कैमरे लगवाए

साइको चोर...चाकू लेकर घूम रहा, घरों का तोड़ रहा ताला पर सामान नहीं, सिर्फ अंडर गारमेंट लेकर हो रहा गायब

हरिभूमि न्यूज ▶▶ रायपुर

टिकरापारा थाना क्षेत्र के लक्ष्मीनगर के रहवासी इन दिनों एक ऐसे साइको चोर से परेशान हैं, जो लोगों के घरों से कीमती सामान की जगह महिलाओं के अंडर गारमेंट्स चोरी कर रहा है। घरों के ताला टूटने की घटना सामने आने पर लोगों ने आसपास लगे सीसीटीवी फूटेज की पड़ताल की, तब उसमें एक व्यक्ति लोगों के घरों के ताला तोड़ता दिखा। फूटेज में लोगों के घरों के ताला तोड़ने वाला व्यक्ति कीमती सामान ले जाने के बजाय महिलाओं के अंडरगारमेंट चोरी कर ले जाता दिख रहा है। शिकायत पर पुलिस ने इसकी पड़ताल शुरू कर दी है। ▶▶ शेष पेज 11 पर

चाकू भी साथ रखता है

स्थानीय रहवासियों के मुताबिक अंडरगारमेंट चोरी की घटना को अंजाम देने वाला चोर अपने साथ चाकू रखता है। इसके कारण पकड़े जाने की स्थिति में किसी पर जानलेवा हमला कर सकता है, इससे गंभीर स्थिति निर्मित होने का खतरा है। स्थानीय लोगों ने पुलिस से चोर को जल्द से जल्द गिरफ्तार करने की मांग की है।

कैमरा 1

कैमरा 2

कैमरा 3

दहशत में लोगों ने कैमरे लगवाए

घरों के लगातार ताले टूटे जाने की घटना के बाद स्थानीय लोग अपने घरों से कीमती सामान चोरी होने की आशंका पर दहशत में हैं। क्षेत्र के एक दर्जन से ज्यादा रहवासियों ने इसी दहशत के कारण अपने घरों में सीसीटीवी कैमरे लगवाए हैं। रहवासियों द्वारा लगवाए गए सीसीटीवी कैमरे की मदद से चोर द्वारा अंडरगारमेंट चोरी की करतूत सामने आई है। इस संबंध में पुलिस से संपर्क करने पर पुलिस ने बताया कि चोर को पकड़ने मुखबिर की मदद ली जा रही है। पुलिस के अनुसार चोर की पहचान कर ली गई है। पुलिस ने चोर को जल्द गिरफ्तार करने का दावा किया है।

खबर संक्षेप

सूने मकान में धावा कैश-जेवर पार

रायपुर। पंडरी थाने में एक बिजली मैकेनिक ने अज्ञात के खिलाफ अपने सूने मकान से नकदी 50 हजार समेत दो लाख रुपए से ज्यादा कीमत सोने-चांदी के जेवर चोरी कर ले जाने की रिपोर्ट दर्ज कराई है। मोवा निवासी सुभाष पाल ने चोरी की शिकायत दर्ज कराई है। सुभाष ने पुलिस को बताया कि गुरुवार को वह अपने मकान में ताला लगाकर चाबी खिड़की के पास छोड़ काम पर चला गया था। वापस आने पर सुभाष अपना घर पहुंचा तो उसने देखा, मकान में बाहर से ताला लगा है, लेकिन अंदर आलमारी खुली हुई है। जांच करने पर आलमारी के लॉकर में रखे कैश, जेवर के साथ जमीन के रजिस्ट्री पेपर के साथ महत्वपूर्ण दस्तावेज गायब मिले।

काउंसिलिंग के दौरान डेढ़ सास ने की पिटाई

रायपुर। कोतवाली थाना में एक व्यक्ति ने अपनी पत्नी की बड़ी बहन के खिलाफ पारिवारिक परामर्श केंद्र में काउंसिलिंग के दौरान मारपीट करने की रिपोर्ट दर्ज कराई है। विकास मौर्य ने ज्योति सिंह के खिलाफ मारपीट करने की शिकायत दर्ज कराई है। विकास ने पुलिस को बताया कि पत्नी के साथ विवाद के चलते पारिवारिक परामर्श केंद्र में काउंसिलिंग में वह गया था। बयान दर्ज कराने के दौरान विकास ने अपनी पत्नी की बड़ी बहन के खिलाफ आवेश में आकर मारपीट करने का आरोप लगाया।

आठ किलो गांजा जब्त दो गिरफ्तार

रायपुर। मंदिर हसौद पुलिस ने मुखबिर की सूचना पर 80 हजार रुपए कीमत की आठ किलो गांजा के साथ एक महिला तथा एक पुरुष को गिरफ्तार किया है। गांजा के साथ धर्मेंद्र टंडन उर्फ बबलू तथा गुंजा कटारे को गिरफ्तार किया है। पुलिस ने दोनों आरोपियों को तुलसी बाराडेरा मोड़ के पास गिरफ्तार किया है।

ट्रक बॉडी बनाने वाले के साथ मारपीट

रायपुर। आमानाका थाने में एक गैरेज संचालक ने अपने एक कर्मचारी तथा उसके साथी के खिलाफ मारपीट करने की रिपोर्ट दर्ज कराई है। अटारी रोड में आशीष गैरेज के संचालक घनश्याम कटक ने अपने कर्मचारी गुरमीत सिंह तथा उसका साथी गुरुचरण सिंह के खिलाफ मारपीट करने की शिकायत दर्ज कराई है। घनश्याम ने पुलिस को बताया कि गुरमीत ने काम छोड़ कर जाने की बात कहते हुए घनश्याम को हिसाब करने की बात कहा। इस पर घनश्याम ने गुरमीत को दूसरे दिन हिसाब करने की बात कहा तो इस बात से नाराज होकर गुरमीत तथा गुरुचरण ने घनश्याम के साथ मारपीट की।

थम नहीं रहा रेत का अवैध उत्खनन, जहां हुई थी कार्रवाई, वहीं फिर माउंटेन मशीन जब्त

दिन और रात में जांच के लिए बनी दो टीमें, तीन दिन में रेत और मुरुम से भरी 26 गाड़ियां पकड़ीं

हरिभूमि न्यूज ▶▶ रायपुर

रायपुर जिले में पिछले एक माह से रेत और मुरुम खदानों में लगातार अवैध उत्खनन कर परिवहन किया जा रहा है। हरिभूमि इस खबर को प्रमुखता से लगातार प्रकाशित करते रहा है। इस खबर का असर अब देखा गया है। कलेक्टर के निर्देश पर खनिज विभाग ने अवैध उत्खनन और परिवहन पर लगाम लगाने के लिए दिन और रात जांच के लिए दो टीम का गठन किया है। यह टीम पिछले तीन दिन में खदानों की जांच करते हुए एक चेन माउंटेन मशीन सहित 26 हाईवा गाड़ियों को पकड़ा है। इन गाड़ियों में 22 रेत और 4 मुरुम से भरी हैं। मशीन के साथ सभी गाड़ियों को जब्ती बनाते हुए विभाग ने उनके ▶▶ शेष पेज 11 पर

हरिभूमि लगातार

अवैध रेत भंडारण पर 3 को नोटिस

जांच टीम ने आरंग और अभनपुर क्षेत्र के सोनपैरी, डोमा, छछानपहरी, बेलभाठा, गिरहोला, टोरला गांव में अवैध रूप से जारी मुरुम खदानों में भी कार्रवाई की। इस दौरान ग्राम रटाकट, हरदीडीह में रेत का अवैध भंडारण करने के मामले में 3 लोगों को चिन्हित कर नोटिस जारी कर जवाब मांगा है। नोटिस का ठोस जवाब प्रस्तुत नहीं करने पर संबंधित लोगों के विरुद्ध अर्थदंड की कार्रवाई की जाएगी।

हरदीडीह खदान में पकड़ाई दो चेन माउंटेन मशीन

हरिभूमि न्यूज ▶▶ रायपुर

■ नियम में मजदूरी से कराया जाना है रेत लोडिंग का काम

ज्यादातर खदानों में नियम का पालन नहीं

हरदीडीह खदान से फिर चेन माउंटेन मशीन जब्त

आरंग क्षेत्र की हरदीडीह खदान में लगातार नियमों के विरुद्ध रेत लोडिंग का काम किया जा रहा है। विभागीय अधिकारी के अनुसार खदान को सीआ से एनओसी मिला हुआ है। नियम के अनुसार रेत लोडिंग का काम मजदूरों से कराया जाना है, लेकिन ठेकेदार चेन माउंटेन मशीन से यह काम कराते मिला है। इस खदान के ठेकेदार को इससे पहले भी दो चेन माउंटेन मशीन से रेत लोडिंग कराते पकड़ा गया था, जिस पर कार्रवाई कर विभाग ने जुर्माना भी वसूला था। इसके बाद फिर यहां मशीन से रेत लोडिंग कराया जा रहा था।

पारागांव में रेत का सबसे ज्यादा अवैध भंडारण, अब तक कार्रवाई नहीं

सूत्रों के अनुसार आरंग क्षेत्र के पारागांव, कुरुद, मोहमेला, चिखली, राटाकाट सहित अन्य रेत खदानों के आसपास क्षेत्र में कई जगह पर रेत का अवैध भंडारण किया हुआ है। इन जगहों पर रेत भंडारण करने वालों पर अब तक कार्रवाई नहीं की गई है।

जांच टीम दिन-रात कार्रवाई कर रही

कलेक्टर के निर्देश पर खनिज सामग्री का अवैध उत्खनन-परिवहन व भंडारण रोकने के लिए दो जांच टीम बनाई है। ये दिन-रात लगातार निरीक्षण कर कार्रवाई कर रही है। 3 दिन में 26 गाड़ियां एवं एक चेन माउंटेन मशीन को जब्ती बनाया है।

- केके गोलघाटे, उप संचालक, खनिज विभाग रायपुर

कॉलेजों में प्रवेश के लिए आवेदन 16 से, पहली मेरिट लिस्ट 25 जून के बाद

■ रविवि ने दो पालियों में ली शासकीय और निजी महाविद्यालयों की बैठक

हरिभूमि न्यूज ▶▶ रायपुर

पं.रविशंकर शुक्ल विवि से संबद्ध महाविद्यालयों में प्रवेश के लिए आवेदन 16 जून से प्रारंभ होंगे। पहली मेरिट लिस्ट 25 जून के बाद जारी होने की संभावना है। दूसरी मेरिट लिस्ट जुलाई माह में आएगी। शुक्रवार को रविवि ने शासकीय और निजी महाविद्यालयों की बैठक दो पालियों में ली। ▶▶ शेष पेज 11 पर

रविवि की प्रवेश परीक्षाएं 19 से, समय-सारिणी जारी

रविवि द्वारा अध्ययनशाला में संचालित पाठ्यक्रमों के लिए आयोजित की जाने वाली प्रवेश परीक्षाओं की तिथि घोषित कर दी गई है। ये परीक्षाएं 19 से 21 जून तक चलेंगी। दो पालियों में इनका आयोजन किया जाएगा। परीक्षा ऑनलाइन मोड में होगी। छात्र रविवि की आधिकारिक वेबसाइट से प्रवेशपत्र तथा परीक्षा संबंधित अन्य जानकारियां प्राप्त कर सकते हैं।

सिलेबस अब कहलाएगा करिकूलम

परीक्षा प्रणाली में बदलाव के अतिरिक्त कई अन्य परिवर्तन भी किए गए हैं। महाविद्यालयों के सिलेबस को अब करिकूलम कहा जाएगा। इसमें छात्रों को वर्ष भर पढ़ाए जाने वाले शैक्षणिक सामग्री का जिक्र रहेगा। नया सिलेबस अर्थात करिकूलम जून माह में सार्वजनिक कर दिया जाएगा। गौरतलब है कि उच्च शिक्षा विभाग द्वारा अप्रैल माह में कई कमेटियां गठित की गई थीं। इन कमेटियों द्वारा अपनी रिपोर्ट बीते माह ही पेश कर दी गई थी। तकनीकी बिंदुओं से लेकर अन्य सभी चीजों के लिए पृथक-पृथक कमेटियां बनाई गई थीं।

गर्मी में उबला अंडा, मुर्गियां मर रहीं उत्पादन आधा इसलिए कीमत ज्यादा

हरिभूमि न्यूज ▶▶ रायपुर

प्रदेशभर के पोल्ट्री फार्म में भीषण गर्मी के कारण रोज थोक में हजारों की संख्या में मुर्गियां मर रही हैं। इसी के साथ पानी की भी बहुत कमी के कारण परेशानी हो रही है। ऐसे में अंडों का उत्पादन करीब 40 फीसदी कम कर दिया गया है। सामान्य दिनों में रोज करीब 80 लाख अंडों का उत्पादन होता था, जो इस समय 50 लाख से कम कर दिया गया है। ऐसा होने से गर्मी में पहली बार चिल्हर में अंडों की कीमत साढ़े छह रुपए हो गई है। जहां तक थोक में सवाल है, तो उसमें यह छह रुपए है, जबकि पोल्ट्री फार्म से कारोबारियों को 5.10 रुपए में मिल रहा है। जहां तक डिमांड का सवाल है, तो डिमांड भी कम है। ग्राहक भी कम संख्या में अंडे ले रहे हैं, क्योंकि गर्मी में इनके ज्यादा दिनों तक रखने से खराब होने का खतरा भी रहता है।

हरिभूमि सरोकार

छत्तीसगढ़ का नाम भी ज्यादा अंडा उत्पादन करने वाले राज्यों में शामिल है। यही वजह है कि यहां से दूसरे राज्यों में रोज अंडे जाते हैं। यहां कई बड़े पोल्ट्री फार्म हैं। इनमें लाखों की संख्या में अंडों का उत्पादन रोज होता है। गर्मी में हमेशा से अंडों का उत्पादन प्रभावित होता है। इस बार तो इतनी ज्यादा गर्मी है कि रोज हजारों की संख्या में मुर्गियों की भी मौत हो रही है। इसी के साथ पोल्ट्री फार्म में जितने पानी की जरूरत है, उनकी भी पूर्ति न हो पाने के कारण परेशानी हो रही है। सामान्य दिनों में रोज 80 लाख के आसपास अंडों का उत्पादन होता है। इसमें से 30 से 40 फीसदी दूसरे राज्यों में भेजे जाते हैं, लेकिन इस समय उत्पादन 45 से 50 लाख के आसपास हो रहा है। इसमें से बहुत कम अंडे दूसरे राज्यों में जा रहे हैं। दूसरे राज्यों में भी गर्मी के कारण अंडों का उत्पादन प्रभावित हुआ है और डिमांड भी कम हो गई है। पिछले साल ठंड के समय में अपने राज्य में 80 लाख में से 60 लाख से ज्यादा अंडों की खपत हो रही थी।

थोक में छह और चिल्हर में साढ़े छह रुपए प्रति नग, बिक्री भी घटी

कीमत आसमान पर

गर्मी के समय में अंडे की कीमत आमतौर पर थोक में साढ़े तीन से चार रुपए और चिल्हर में चार से साढ़े रुपए रहती है, लेकिन इस बार गर्मी में कीमत में पहली बार ज्यादा बढ़ोतरी हो गई है। चिल्हर में सब्जी, किराना दुकान, डेली नीड्स वाले इसको साढ़े छह रुपए में बेच रहे हैं। इनको थोक में अंडा दुकान पर पहुंचाकर छह रुपए में मिल रहा है। वैसे पोल्ट्री फार्म में कीमत 5.10 रुपए है। चिकन सेंटरों में थोक में 5.75 रुपए के हिसाब से अंडे मिल रहे हैं। लेकिन यहां पर 30 अंडों का क्रेट लेने पर ही यह कीमत लगती है।

मुर्गियां भी मर रहीं, उत्पादन भी घटाया

गर्मी में भारी संख्या में रोज मुर्गियां भी मर रही हैं। अंडों का उत्पादन भी कम कर दिया गया है, जिसके कारण कीमत भी बढ़ गई है। गर्मी में आमतौर पर कीमत कम रहती है, लेकिन दो साल से कीमत ज्यादा है।

- धनराज बनर्जी
पोल्ट्री फार्म कारोबारी

पाठक सूचना

हरिभूमि के सुधि पाठकों को अखबार की प्रतियां नहीं मिल रही हो या अन्य अखबार दिया जा रहा हो तो हमें निम्न नंबर पर संपर्क करें या वाट्सअप करें

9827555678, 8224868411

8 दिन नहीं चलेगी टिटलागढ़ पैसेंजर इंदौर-पुरी एक्सप्रेस होगी रीशेड्यूल

हरिभूमि न्यूज ▶▶ रायपुर

ईस्ट कोस्ट रेलवे के संबलपुर मंडल में संबलपुर-झारसुगुड़ा सेक्शन में सरला रेलवे स्टेशन पर प्री नॉन इंटर लाकिंग एवं नॉन इंटर लाकिंग का कार्य किया जाएगा। इस वजह से रेलवे ने बिलासपुर- टिटलागढ़ पैसेंजर का परिचालन रद्द कर दिया है। स्टेशन पर प्री नॉन इंटर लोकिंग 7 जून से 9 जून 2024 तक व नॉन इंटर लाकिंग का कार्य 11 जून से 14 जून 2024 तक किया जाएगा। 08264 बिलासपुर टिटलागढ़ पैसेंजर दिनांक 7 से 14 जून 2024 तक रद्द रहेगी। ▶▶ शेष पेज 11 पर

हरिभूमि & inh

Presents

MORNING MOVIE MANIA 2024

KLE Colors CINEMAS

02 जून रविवार- कलर्स सिनेमा
कलर्स मॉल पर सुबह 8.00 बजे

Supported by

SHREE NARAYANA HOSPITAL Quality Health Care for All..
KALINGA UNIVERSITY RAIPUR
Narayana Health | MMI
SINGHANIA BUILDCON GROUP Building lifestyle since 1993
MAGIC PAINTS
SINGHANIA SAROVAR PORTICO raipur A SAROVAR HOTEL
BLUE LINES PIPES & TUBES सबसे ज्यादा भरोसा...
Harshit HSB Singhania Buildcon
J70 #ekatootrishteykasafar एक अटूट रिश्ते का सफर...
mahindra रालास मोटर्स टाटीबंध, जी.ई. रोड, रायपुर
RS राम श्याम ग्लास Fast & Fair ALL TYPE OF AUTOMOBILE GLASS
SHRI SWASTIK GROUP
BULL CONSTRUCTION EQUIPMENT A.N. AUTOMOBILE
GHAR FURNITURE Pandri Raipur 9669919191
TATA MOTORS भसीन मोटर्स मैग्नेटो मॉल के पास, रायपुर मो. 9229330903
मोर HOSPITAL A SUPER SPECIALITY ICU & SURGICAL CARE at Raipur
NEWS PLUS 21 आपके हक की बात
NEW HIRA Bakery Pure Veg, Pure Emotions Since - 1985

सीमित सीटें पहले आयें, पहले पायें - फ्री टिकिट

इस कूपन में अपनी जानकारियां भरकर हरिभूमि कार्यालय पचपेढ़ी नाका, धमतरी रोड, रायपुर में शनिवार सुबह 08.00 बजे से 10.00 बजे तक लायें तथा अपना फ्री टिकट पायें।

नाम : ....
मोबाईल : .... दिनांक : 02.06.2024 फिल्म : मिस्टर एण्ड मिसेस माही
पता : ....

खबर संक्षेप

मंत्रियों के प्रशिक्षण की चुनाव आयोग में कांग्रेस ने की शिकायत

रायपुर। प्रदेश के मंत्रियों के प्रशिक्षण शिविर की कांग्रेस ने चुनाव आयोग में शिकायत की है। कांग्रेस संचार विभाग के अध्यक्ष सुशील आनंद शुक्ला ने कहा, प्रदेश सरकार द्वारा शासन के मंत्रियो का प्रशिक्षण शिविर आईआईएम रायपुर में आयोजित किया गया है। इसका नाम भाजपा सरकार ने चिंतन शिविर रखा है। वर्तमान में छत्तीसगढ़ में एवं पूरे देश में लोकसभा चुनाव के लिए आदर्श आचार संहिता लगी है। ऐसे में कोई भी आयोजन केन्द्र सरकार के संस्थान में तथा राज्य सरकार के मंत्रियों के लिए आयोजित किया जाना आदर्श आचार संहिता का उल्लंघन है।

कांग्रेस एग्जिट पोल के डिबेट में नहीं होगी शामिल

रायपुर। कांग्रेस संचार विभाग अध्यक्ष सुशील आनंद शुक्ला ने कहा, अखिल भारतीय कांग्रेस पार्टी ने ये निर्णय लिया है कि मतदान के बाद होने वाले एग्जिट पोल में कांग्रेस के प्रवक्ता डिबेट में भाग नहीं लेंगे। यह निर्देश पार्टी मुख्यालय से प्राप्त हुआ है। इसका परिपालन प्रदेश में भी किया जाएगा और प्रदेश के प्रवक्ता और कांग्रेस के नेता किसी भी डिबेट में शामिल नहीं होंगे।

बारूद फैक्ट्री हादसे में दोषियों को बचाया जा रहा

रायपुर। प्रदेश कांग्रेस अध्यक्ष दीपक बैज का कहना है बेमेतरा बारूद फैक्ट्री मामले में दोषियों को बचाने का काम किया जा रहा है। इस मामले में जो बड़ी मछलियां हैं, उन पर कार्रवाई नहीं की गई है तथा मामले की लीपापोती के हिसाब से एफआईआर दर्ज की गई है। कर्मचारी पर कार्रवाई की गई, प्रबंधन पर कार्रवाई क्यों नहीं की गई है। श्री बैज ने कहा, पंडरिया के सड़क हादसे में ड्राइवर के साथ वाहन मालिक पर भी कार्रवाई की गई, जबकि वाहन मालिक तो गाड़ी नहीं चला रहा था। बेमेतरा में प्रबंधन को क्यों बख्शा जा रहा है। वहां पर प्रबंधन की लापरवाही से इतने लोगों की जानें गई हैं। श्री बैज ने कहा, घटना में सिर्फ 8 लोगों की शिनाख्त हुई है तथा 8 लोगों को ही मुआवजा दिया गया है।

लेकिन गांव वालों का कहना है, घटना में मरने वालों की संख्या अधिक है। 8 लोग अभी भी लापता हैं, जो लोग लापता हैं, उनको भी मृत मानकर मुआवजा दिया जाना चाहिए।

जनसंपर्क उपसंचालक ललित सेवानिवृत्त

रायपुर। जनसंपर्क संचालनालय रायपुर में पदस्थ रहे उप संचालक ललित चतुर्वेदी को शुक्रवार को उनकी सेवानिवृत्ति के अवसर पर भावभीनी विदाई दी गई। इस मौके पर विभाग के अधिकारियों-कर्मचारियों ने श्री चतुर्वेदी के सुखद एवं स्वस्थ्य जीवन की कामना की। 39 वर्षों से अधिक समय तक जनसंपर्क विभाग को अपनी सेवाएं देने के बाद श्री चतुर्वेदी सेवानिवृत्त हुए हैं। अपर संचालक उमेश मिश्रा एवं विभाग के वरिष्ठ अधिकारियों ने श्री चतुर्वेदी को शॉल एवं श्रीफल भेंट कर सम्मानित किया और उनके सुदीर्घ जीवन के लिए अपनी शुभकामनाएं दीं।

आवासीय संस्कृत प्रशिक्षण शिविर कल से

रायपुर। संस्कृत सेवा में रत संस्कृत भारती नामक संगठन एक अखिल भारतीय संगठन है, जो संस्कृत भाषा के प्रचार प्रसार में कार्यरत है, जो कि आज तक हजारों लोगों को प्रशिक्षण दे चुका है। इस साल विशेष संस्कृत शिविर सरस्वती शिशु मंदिर भाटापारा मे 2 जून से 10 जून तक आयोजित है। जहां रहने, खाने पीने की व्यवस्था प्रशिक्षण स्थल पर ही किया गया है।

जारी रहेगा बैगलेस डे, लेकिन बदलेगी रूपरेखा इस बार एससीईआरटी तय करेगी गतिविधियां

कांग्रेस शासन काल में प्रत्येक शनिवार स्कूलों में रखा गया था बैगलेस डे

व्यवस्था केवल पहली से आठवीं कक्षा तक के विद्यार्थियों के लिए

हरिभूमि न्यूज ▶▶| रायपुर

कांग्रेस शासनकाल में प्रारंभ किया बैगलेस डे नवीन शैक्षणिक सत्र में भी जारी रहेगा। हालांकि इसकी रूपरेखा बदली जाएगी। गौरतलब है कि पहली से आठवीं कक्षा तक के छात्रों के लिए बैगलेस डे का कॉन्सेप्ट लाया गया था।

इसमें छात्रों को सप्ताह के एक दिन शनिवार को बगैर बैग लिए स्कूल आना होता था। इस दिन पढ़ाई के अतिरिक्त अन्य गतिविधियां होती थी। इसमें खेलकूद से लेकर रचनात्मक और साहित्यिक गतिविधियां भी स्कूलों द्वारा संचालित किए जा सकते थे। इसके लिए कोई निश्चित कार्ययोजना नहीं बनाई गई थी। स्कूल अपने स्तर पर स्वतः ही इस संदर्भ में निर्णय ले सकते थे। शैक्षणिक सत्र 2024-25 से बैगलेस डे के कॉन्सेप्ट में बदलाव किया जाएगा। इसके लिए राज्य शैक्षिक अनुसंधान एवं विकास परिषद को जिम्मेदारी दी गई है।

उनके द्वारा एक्टिविटी से संबंधित रूपरेखा बनाई जा रही है। विभाग के मुताबिक, पहले की तुलना में इसके बेहतर स्वरूप में कार्यान्वयन की योजना बनाई जा रही है। नई ड्राफ्टिंग के आधार पर ही इस स्कूलों में लागू किया जाएगा।

अधिकतर स्कूलों में खेल सामग्री ही नहीं

बैगलेस डे में भी बीते सत्रों में छात्र बस्ता लिए स्कूल पहुंचते रहे। इसके पीछे मुख्य वजह स्कूलों में पर्याप्त खेल सामग्री का अभाव रहा। स्कूलों में सीमित मात्रा में ही खेल सामग्री होती है। ऐसे में पहली से आठवीं कक्षा तक सभी छात्रों को एक साथ खेल उपकरण उपलब्ध कराया जाना संभव नहीं होता है। यही कारण है कि अधिकतर स्कूलों द्वारा बच्चों को बस्ते और कॉपी-किताबों के साथ ही स्कूल बुलाया जाता था। शनिवार को भी अन्य रचनात्मक गतिविधियों के स्थान पर केवल अध्ययन-अध्यापन ही किया जाता था। सूत्रों के अनुसार, एससीईआरटी में इसके लिए पृथक टीम गठित कर दी गई है, जो बैगलेस डे के अंतर्गत होने वाली गतिविधियों को अंतिम रूप दे रही है।

जारी रहेगी व्यवस्था

शनिवार को बैगलेस डे की व्यवस्था जारी रहेगी। हम इसके लिए एक्टिविटी तैयार कर रहे हैं। इसे पहले से बेहतर स्वरूप में लागू करने की कोशिश है।

- दिव्या मिश्रा
संचालक, लोक शिक्षण संचालनालय

बैठक : मंत्रालय महानदी भवन में दो दिवसीय प्रशिक्षण

सामान्य प्रशासन के अफसर-कर्मियों ने सीखा नई तकनीक से काम करना

हरिभूमि न्यूज ▶▶| रायपुर

छत्तीसगढ़ में सामान्य प्रसासन विभाग में काम करने वाले अधिकारियों कर्मचारियों को दो दिनों के प्रशिक्षण शिविर में सिखाया गया है कि नई तकनीक के साथ कैसे काम करना है। सामान्य प्रशासन विभाग मंत्रालय महानदी भवन में पदस्थ अधिकारियों (मुख्य सचिव, अपर मुख्य सचिव, प्रमुख सचिव, सचिव, विशेष सचिव, संयुक्त सचिव, उप सचिव, अवर सचिव) की निजी स्थापना में पदस्थ स्टेनो संवर्ग के अधिकारियों एवं कर्मचारियों को एनआईसी ई-मेल का उपयोग करने तथा विभागीय कार्य ऑनलाइन माध्यम से किये जाने तथा सचिवालयीन कार्यप्रणाली एवं नियमावली के संबंध में दो दिवसीय प्रशिक्षण 30-31 मई को मंत्रालय महानदी भवन में आयोजित किया गया।

प्रशिक्षण के दौरान सचिव सामान्य प्रशासन विभाग अन्बलगन पी. ने प्रशिक्षण की आवश्यकता एवं उद्देश्यों के बारे में बताया। अपर मुख्य सचिव, वन एवं पर्यावरण विभाग ऋचा शर्मा ने बताया कि आने वाले समय में छत्तीसगढ़ शासन के कार्यों में किस प्रकार तेजी लाई जा सकती है। इसके लिए ई-ऑफिस एवं डिजिटल सेक्रेटरी, ईमेल, डिजिटल कैलेन्डर के माध्यम से मीटिंग की जानकारी दी। दिन-

प्रतिदिन नई तकनीक की आवश्यकता पर विस्तार पूर्वक जानकारी दी गयी। उन्होंने कहा कि नई तकनीक से अधिकारियों का कार्य आसान हुआ है और उसका प्रयोग आज सभी को आना चाहिए इस पर मार्गदर्शन दिए।

एनआईसी के प्रशिक्षको के द्वारा पोर्टल से संबंधित विषय पर प्रशिक्षण दिया गया कि एनआईसी ईमेल के सभी तथ्य का उपयोग जैसे संबंधित विभाग के एड्रेस बुक अद्यतन रखना आईएस के अंतर्गत अधिकारी का वर्तमान पता, विभाग फोल्डर बना, जिससे सभी प्रासंगिक ईमेल को लिंक किया जा सके जैसे सभी मीटिंग्स, एपीएआर, आईपीआर आदि की जानकारी दी गई।

एसीआर कैसे लिखना है

चिप्स के द्वारा तकनीकी ट्रेनिंग में डिजिटल सेक्रेटरियेट अवकाश के संबंध में एवं एसीआर. लिखने के संबंध में विस्तृत जानकारी दी गयी। डिजिटल कैलेण्डर के माध्यम से किस प्रकार मीटिंग की जानकारी रखी जा सकती है। विभाग का जीमेल आईडी बनाना एवं इसका उपयोग समी बैठकों एवं डिजिटल कैलेण्डर बनाने के संबंध में प्रशिक्षण दिया गया। नियम से संबंधित विषय पर अवर सचिव अन्वेष घृतलहरे अवर सचिव सामान्य प्रशासन विभाग ने भारतीय प्रशासनिक सेवा के अधिकारियों की वरिष्ठता संबंधित जानकारी दी गयी कि किस प्रकार वरियता क्रम में अधिकारियों को पत्राचार किया जाए एवं दूरभाष बातचीत में वरिष्ठता का ध्यान रखा जाए। महेश साकल्ले, मुख्य लेखाधिकारी सामान्य प्रशासन विभाग लेखा शाखा ने चिकित्सा प्रतिपूर्ति नियम, टीए बिल नियम, टेलीफोन बिल के साथ ही अवकाश नियमों की विस्तृत जानकारी दी गयी।

ऑफिस में व्यवहार कैसा हो

पर्सनालिटी डेव्लपमेंट विषय पर अजय कुमार त्रिपाठी, उप सचिव सामान्य प्रशासन विभाग द्वारा डेकोरम-ड्रेस कोड संबंध में विस्तार से ऑफिस में किस प्रकार से कार्य-व्यवहार होना चाहिए, आम जनता से शासकीय सेवकों को विनम्रता पूर्वक व्यवहार करना चाहिए तथा उन्हें हमेशा मदद करना चाहिए। समापन सत्र में अपर मुख्य सचिव गृह विभाग मनोज पिंगुआ ने पर्सनल स्टाफ के कार्यव्यवहार, के संबंध में महत्वपूर्ण जानकारी दी गई। उन्होंने प्रशिक्षणार्थियों को शासकीय कार्य व्यवहार के संबंध में महत्वपूर्ण मार्गदर्शन दिया। अंशिका ऋषि पाण्डेय, अवर सचिव सामान्य प्रशासन विभाग ने सभी उपस्थित अधिकारियों कर्मचारियों को प्रशिक्षण में भाग लेने के लिये, प्रशिक्षकों को विषय से संबंधित प्रशिक्षण देने के लिये धन्यवाद दिया।

कथा स्थल पर स्वास्थ्य विभाग की ओपीडी

अब तक एक हजार का हुआ इलाज

हरिभूमि न्यूज ▶▶| रायपुर

भरी गर्मी में आयोजित शिवमहापुराण सुनने पहुंच रहे लोगों की तबीयत भी बिगड़ रही है। भीड़ को देखते हुए स्वास्थ्य विभाग द्वारा वहां चौबीस घंटे का शिविर लगाया गया है, जहां अब तक एक हजार लोगों का इलाज किया गया है। ज्यादातर लोगों में लू के लक्षण पाए गए थे, इनमें छह की स्थिति गंभीर होने पर उन्हें अन्य अस्पताल रेफर किया गया है।

भारी भीड़ और आपात व्यवस्था को ध्यान में रखते हुए दुर्ग जिले के स्वास्थ्य विभाग की ओर से अमलेश्वर के जनआरोग्य स्वास्थ्य मंदिर को चौबीस घंटे अलर्ट मोड पर रखा गया है। कथा स्थल पर रोटेशन आधार पर चिकित्सकों सहित अन्य 80 स्टाफ की ड्यूटी लगाई गई है। वहां कथा सुनने के लिए भारी उमड़ रही है और तेज गर्मी की वजह से लोग बीमार भी पड़ रहे हैं, जिनका आवश्यकता के हिसाब से वहां इलाज किया जा रहा है। पाटन के ब्लाक मेडिकल आफिसर डॉ. आशीष शर्मा ने बताया कि अब तक वहां 994 लोगों का इलाज किया गया है, जिनमें पेट दर्द, बुखार, शरीर में दर्द, चक्कर जैसे लक्षण थे। इनमें से छह की हालत गंभीर होने पर उन्हें अस्पताल रेफर किया गया था। उन्होंने बताया कि त्वरित उपचार के लिए वहां पांच बेड का इंतजाम भी किया गया है और आवश्यक दवाओं का पर्याप्त स्टाक भी रखा गया है।

ओआरएस और लैब टेस्ट भी

कथा स्थल पर आने वालों में गर्मी की वजह से होने वाले डिहाइड्रेशन की समस्या को देखते हुए वहां निशुल्क ओआरएस की व्यवस्था भी की गई है। इसके साथ आवश्यक होने पर मरीजों के लैब टेस्ट के लिए सैंपल भी लिए जा रहे हैं। अलर्ट के लिए दो एंबुलेंस की तैनाती के साथ मरीजों की जांच और जरूरी उपचार के लिए निजी अस्पताल की मदद भी ली जा रही है।

व्यवस्था की गई

भीड़ और भारी गर्मी को देखते हुए कथा स्थल पर अस्थायी ओपीडी और चौबीस घंटे की आईपीडी का का इंतजाम किया गया है। मरीजों के लिए आवश्यक दवा की व्यवस्था भी की गई है।

- डॉ. जेपी मेश्राम,
सीएमएचओ दुर्ग

गुढ़ियारी में एक करोड़ की लागत से बनेगा शासकीय महाविद्यालय

हरिभूमि न्यूज ▶▶| रायपुर

छत्तीसगढ़ की राजधानी रायपुर को जल्द ही एक नई सौगात मिलने वाली है। पूर्व कैबिनेट मंत्री और भाजपा विधायक राजेश मूणत ने शुक्रवार को बताया, जल्द ही रायपुर शहर के गुढ़ियारी क्षेत्र में एक करोड़ की लागत से शासकीय नवीन महाविद्यालय गुढ़ियारी का नया भवन बनेगा।

उन्होंने बताया, इस महाविद्यालय के निर्माण के लिए सामुदायिक भवन के पास रिक्त शासकीय भूमि का चिन्हांकन कर लिया गया है। अब उसको उच्च शिक्षा विभाग के नाम से आबंटित करने तथा अग्रिम आधिपत्य देने के लिए कलेक्टर रायपुर से चर्चा की जाएगी। अग्रिम आधिपत्य मिलने के बाद उसका प्राक्कलन तैयार करा कर प्रशासकीय स्वीकृति प्राप्त की जाएगी।

दरअसल लम्बे समय से गुढ़ियारी क्षेत्र में शासकीय महाविद्यालय की मांग की जा रही थी। इस विद्यालय के बनने के बाद संपूर्ण गुढ़यिारी क्षेत्र के छात्र-छात्राओं को महाविद्यालय अध्ययन के लिए दूर नहीं जाना पड़ेगा। जहां महाविद्यालय का निर्माण होना है, वह रायपुर पश्चिम विधानसभा क्षेत्र की सीमा में आता है। श्री मूणत ने बताया, उन्होंने मंत्री रहते हुए वर्ष 2018 में शासकीय नवीन महाविद्यालय गुढ़ियारी में आरंभ कराया था, लेकिन कांग्रेस सरकार आने के बाद बाद पूरे 5 साल तक इस महाविद्यालय के भवन निर्माण के लिए ना तो बजट में प्रावधान कराया गया ना ही भूमि की खोज की गई। अब छत्तसगढ़ में दोबारा भाजपा की सरकार हैं, इसलिए रुके हुए विकासकार्य तेज गति से पूरे किए जाएंगे।

दो दर्जन से अधिक निकायों में जीआईएस सर्वे आधारित संपत्तिकर वसूली अगले साल से

हरिभूमि न्यूज ▶▶| रायपुर

छत्तीसगढ़ के दो दर्जन से अधिक नगरीय निकायों में वित्तीय वर्ष 2024-25 से विश्व बैंक परियोजना के अंतर्गत जीआईएस डोर टू डोर सर्वे डाटा के आधार पर संपत्तिकर की वसूली शुरू होगी। बताया गया है कि नए सर्वे के मुताबिक डिमांड ड्राफ्ट जारी करने से संपत्ति कर में 20 प्रतिशत अधिक राजस्व मिलने की संभावना है।

इस संबंध में राज्य शहरी विकास अभिकरण (सूडा) ने संबंधित नगरीय निकायों के लिए आदेश जारी किया है। जिन निकायों में यह लागू किया जा रहा है, उनके नाम इस प्रकार हैं- नगर पालिक निगम धमतरी, नगर पालिका परिषद बलरामपुर, बेमेतरा, बीजापुर, रतनपुर, तखतपुर, बड़े बचेली, दंतेवाड़ा, अहिवारा, गरियाबंद, खैरागढ़, कटघोरा, मुंगेली, नारायणपुर, तिल्दा नेवरा, डोंगरगढ़, अकलतरा, सारंगगढ़, चांपा, शिवपुरचरचा, खरसिया, दल्लीराजहरा, जशपुर नगर, बैकुंठपुर, महासमुंद, बागबहारा, गोबरा नवापारा, और सूरजपुर शामिल हैं।

सूडा ने दिया ये निर्देश

राज्य शहरी विकास अभिकरण सूडा के मुख्य कार्यपालन अधिकारी द्वारा इस संबंध में जारी आदेश में कहा गया है कि संबंधित निकायों में अनुबंधित एजेंसी द्वारा बेस मैप, डोर टू डोर संपत्ति सर्वे, सर्वे का गुणवत्ता परीक्षण एवं संपत्तिकर डिमांड तैयार करने का काम पूरा कर लिया गया है। निकायों से कहा गया है कि विश्व बैंक द्वारा निर्धारित इंडिकेटर्स के लिए निर्धारित समय सीमा के अनुपालन में परियोजना के महत्व को देखते हुए जीआईएस आधारित डोर टू डोर सर्वे डाटा के आधार पर तैयार संपत्तिकर डिमांड को निकाय में संधारित संपत्तिकर डिमांड से मिलान कर वित्तीय वर्ष 2024-25 के लिए संपत्तिकर संग्रहण करें।

मतगणना में मंत्रियों को भी झोंका, राजनांदगांव विजय शर्मा, बिलासपुर का जिम्मा अरुण साव को

हरिभूमि न्यूज ▶▶| रायपुर

लोकसभा चुनाव की मतगणना चार जून को होगी। इसके लिए रणनीति बनाने प्रदेश संगठन की शुक्रवार को कुशाभाऊ ठाकरे परिसर में हुई बैठक में 11 लोकसभाओं की जिम्मेदारी तय की गई है। इसमें मंत्रियों को भी जिम्मेदारी दी गई है। इसके अलावा हर लोकसभाओं में जिलों के लिए भी प्रभारी तय किए गए हैं। इसी के साथ मतगणना के दिन किसी भी तरह की स्थिति से निपटने की भाजपा ने तैयारी की है। बैठक में सबसे अहम सभी मंत्रियों को लोकसभाओं का जिम्मा देना तय किया गया है। इसमें राजनांदगांव का जिम्मा डिप्टी सीएम विजय शर्मा, बिलासपुर का डिप्टी सीएम अरुण साव, सरगुजा का रामविचार नेताम, बस्तर का केदार कश्यप, दुर्ग का टंकराम वर्मा, रायगढ़ का ओपी चौधरी, कोरबा का श्याम बिहारी जायसवाल और लखन लाल देवांगन, रायपुर का सुनील सोनी को दिया गया है।

जीतेंगे सभी 11 सीटें : किरण देव

बैठक में प्रदेश अध्यक्ष किरण सिंह देव ने कहा, हम जन सहयोग से छत्तीसगढ़ की सभी 11 सीटों पर विजय प्राप्त करेंगे, यह तय है। श्री देव ने कहा कि हमारी मेहनत, कार्य कुशलता, प्रबंधन क्षमता अद्भुत है। इसकी चर्चा सभी जगह होती है। यह अन्य राज्यों में प्रचार के लिए जब छत्तीसगढ़ के कार्यकर्ता गए तो झारखंड और ओड़िशा के नेताओं ने सार्वजनिक तौर पर कही। लोकसभा चुनाव प्रबंधन समिति के संयोजक शिवरतन शर्मा ने कहा, भाजपा ने पूरे चुनाव में बहुत मेहनत की है, लेकिन मतगणना भी चुनाव प्रबंधन का ही हिस्सा है। कई बार कुछ नतीजे बहुत नजदीकी होते हैं। हमें स्पष्ट ध्यान रखना है कि कोई तकनीकी गलती न हो। श्री शर्मा ने मतगणना की तैयारी हेतु आवश्यक मार्गदर्शन दिया। भाजपा महामंत्री संगठन पवन साय ने क्लस्टर प्रभारियों से तैयारियों को लेकर समीक्षा की।

ये रहे उपस्थित

बैठक में बस्तर क्लस्टर प्रभारी अजय चंद्राकर, राजनांदगांव क्लस्टर प्रभारी राजेश मूणत, बिलासपुर क्लस्टर प्रभारी अमर अग्रवाल, वरिष्ठ भाजपा नेता नारायण चंदेल, पूर्व विधानसभा अध्यक्ष गौरीशंकर अग्रवाल, लखन लाल साहू, प्रदेश भाजपा उपाध्यक्ष भूपेंद्र सवन्नी, प्रदेश मंत्री किशोर महानंद, रायपुर लोकसभा प्रभारी संदीप शर्मा, विधायक विक्रम उसेंडी, रायपुर ग्रामीण मोतीलाल साहू, पूर्व विधायक सौरभ सिंह, रजनीश सिंह, चंपा देवी पावले, रामकुमार भट्ट सहित जिला अध्यक्ष, लोकसभा संयोजक, प्रभारी बैठक में मौजूद रहे।

इस सीजन में मिलेगा 73 सौ करोड़ का कर्ज

खरीफ फसलों के लिए किसानों ने उठाया 22 सौ करोड़ का कर्ज

हरिभूमि न्यूज ▶▶| रायपुर

छत्तीसगढ़ में गरमी का मौसम समाप्त होने और मानसून आने के पहले राज्य के किसान खरीफ फसलों की तैयारी में जुट गए हैं। प्रदेश के सहकारी क्षेत्र के माध्यम से किसानों को इस साल 7 हजार तीन सौ करोड़ रुपयों का कर्ज देने की व्यवस्था है। अब तक पौने पांच लाख से अधिक किसानों ने 22 सौ करोड़ रुपयों कर्ज लिया है। इसके साथ ही सोसाइटियों के माध्यम से खाद और बीज का वितरण भी तेजी पर आ रहा है।

छत्तीसगढ़ में खरीफ सीजन में सबसे अधिक उपज धान की ली जाती है। इसके अलावा भी कुछ फसलें हैं, लेकिन किसानों का जोर धान की फसल पर ही है। सहकारी बैंकों और उनसे जुड़ी सोसाइटियों के माध्यम में किसानों को खेती करने के लिए कर्ज के रूप में राशि और खाद बीज भी दिए जाते हैं। खास बात ये है कि किसानों को नकद राशि और खाद-बीज दिए जाते हैं, उस पर कोई ब्याज नहीं लगता है। यही नहीं, किसानों के लिए पहले आओ पहले पाओ की व्यवस्था बनाई गई है।

- सोसाइटियों में तेज हुई खाद-बीज की बिक्री
- खाद-बीज का भंडारण है सोसाइटियों में

राज्य में खाद का भंडारण 56 प्रतिशत

सहकारी क्षेत्र के सूत्रों के मुताबिक छत्तीसगढ़ में खरीफ सीजन के लिए 8 लाख 20 हजार टन खाद भंडारण का लक्ष्य सहकारी क्षेत्र के लिए रखा गया है। इस लक्ष्य के मुकाबले अब तक 4 लाख 57 हजार मीट्रिक टन खाद का भंडारण किया जा चुका है। यह लक्ष्य के हिसाब से 56 प्रतिशत के आसपास है। अब तक किसानों ने सोसाइटियों के माध्यम से 2 लाख 29 हजार मीट्रिक टन खाद का उठाव किया है। 2.37 लाख मीट्रिक टन खाद वितरण के लिए शेष है। सोसाइटियों में सात प्रकार की खाद उपलब्ध है। इसमें यूरिया, एनपीके, डीएपी, एनओपी, एसएसपी आदि शामिल है।

किसानों ने उठाया 1 लाख क्विंटल से अधिक बीज

सहकारी समितियों के माध्यम से किसानों को मुख्य रूप से धान व कुछ अन्य फसलों के बीज भी वितरित किए जा रहे हैं। किसानों को उनकी जमीन के रकबे के हिसाब से दी जाने वाली कर्ज की राशि का एक हिस्सा नकद और दूसरा हिस्सा खाद,बीज के रूप में दिया जाता है। सोसायटियों में 3 लाख 43 हजार क्विंटल बीज का भंडारण किया गया है। किसानों ने अब तक 1 लाख 2 हजार क्विंटल बीज का उठाव किया है।

शोक संदेश

स्व. श्री चमरू राम साहू जी
स्वर्गीयतिथि : 23-05-2024
दिन : गुरूवार

विधि के विधान के समक्ष नतमस्तक होते हुए अत्यंत दुःख के साथ सूचित करना पड़ रहा है कि मेरे पूज्य चाचा श्री चमरू राम साहू का आकस्मिक निधन दिनांक 23.05.2024 दिन गुरूवार को हो गया है। जिनका कार्यक्रम निम्नानुसार रखा गया है। अतः उक्त कार्यक्रम में आप सपरिवार सादर आमंत्रित है, तथा दिवंगत आत्मा की शांति हेतु प्रार्थना करें।

दशगात्र कार्यक्रम : दिनांक - 01/06/2024 शनिवार
नोट : तालाब का कार्यक्रम दोपहर 1 बजे तक सम्पन्न होगा।
साथ में चौका आरती होगा

कार्यक्रम स्थल : नया तालाब के सामने, नगर पालिका परिषद, अमलेश्वर डीह (छ.ग.)

शोकाकुल परिवार :-
कौशल साहू, गिरधर, ओंकार, कल्याण
रामनारायण,नरसिंग, लुलेश्वर, कुलेश्वर
भुवन,अरूण, धनेश्वर, टीकेन्द्र, चेलाराम
यशराज, पामेश, वेद प्रकाश
एवं समस्त हिरवानी परिवार।

-: विनीत
नवल किशोर साहू (भतिजा)
लाला राम साहू (भैय्या)
कृष्णा साहू (भैय्या)
मो. 6267614252, 9131662438

नोट : जिस किसी सज्जन को शोक पत्र नहीं मिला है इसे ही आमंत्रण स्वीकार करें।

खबर संक्षेप

महाराष्ट्र मंडल का शिवाजी महाराज राज्याभिषेक समारोह 6 को

रायपुर। महाराष्ट्र मंडल द्वारा 6 जून को तात्यापारा चौक स्थित छत्रपति शिवाजी महाराज की प्रतिमा के समक्ष 351वां राज्याभिषेक समारोह आयोजित किया जा रहा है। कार्यक्रम में मराठा मित्र मंडल, छत्तीसगढ़ प्रदेश कुनबी महासंगठन, मराठा युवा समाज, मराठी स्वर्णकार समाज और मराठी तेली समाज भी साथ होंगे। मंडल के सचिव चेतन दंडवते ने बताया कि छत्रपति शिवाजी महाराज की प्रतिमा का सात नदियों के पानी और दूध से मंत्रोच्चार के बीच अभिषेक किया जाएगा। तत्पश्चात शिवाजी महाराज की महाआरती की जाएगी।

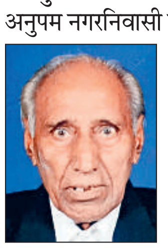
सद्गुरु कबीर साहेब प्रकटोत्सव समारोह 16 से

रायपुर। श्री सद्गुरु कबीर सत्संग समिति एवं आमीन माता महिला मंडली के तत्वावधान में एक दिवसीय सद्गुरु कबीर साहेब प्रकटोत्सव समारोह 16 जून को आयोजित है। गांधी चौक के पास कबीरहा पारा देवपुरी साहू समाज के भवन के सामने कार्यक्रम स्थल तय किया गया है।

निधन

गणेश राम लालवानी

रायपुर। टीवी टॉवर के पीछे अनुपम नगरनिवासी एडवोकेट



गणेश राम लालवानी (97) का 31 मई को निधन हो गया। उनकी अंतिम यात्रा 1 जून सुबह को 9.30 बजे निवास स्थान से देवेंद्र नगर मुक्तिधाम के लिए निकलेगी। वे सुरेश, जयपाल लालवानी के भाई एवं प्रताप राय लालवानी के पिता थे।

ठाकुर दास मनवानी

रायपुर। नहरपारा निवासी ठाकुर

दास मनवानी का निधन हो गया। उनका अंतिम संस्कार देवेंद्र नगर मुक्तिधाम में किया गया। वे घनश्याम दास मनवानी के पुत्र, मोहन लाल मनवानी के भाई एवं रोहित, रोशन के पिता थे।

अनिल थदानी

रायपुर। आसुदाराम भवन के पास

महावीर नगर निवासी अनिल थदानी का 31 मई को निधन हो गया। उनकी अंतिम यात्रा 1 जून सुबह 10 बजे निवास स्थान से तेलीबांधा मुक्तिधाम के लिए निकलेगी। वे आरुष थदानी के पिता थे।

मोहनीश यदु

रायपुर। मोहनीश यदु (38) का 31

मई को निधन हो गया। उनका अंतिम संस्कार सरजूबांधा मुक्तिधाम में किया गया। वे योगेश व आशीष के भाई थे।

शारदा प्रसाद गुप्ता

रायपुर। एमजी रोड निवासी शारदा

प्रसाद गुप्ता (73) का 31 मई को निधन हो गया। उनकी अंतिम यात्रा 1 जून को सुबह 9 बजे निवास स्थान आनंद नगर से देवेंद्र नगर मुक्तिधाम के लिए निकलेगी। वे सुशील, अनिल, अविरल , संजय, आशीष, मनीष के चाचा थे।

मरचुरी का होगा विस्तार, मौत से दुखी परिजनों के लिए बढ़ाई जाएगी सुविधा

हरिभूमि न्यूज ▶▶| रायपुर

बरसों से सीमित स्थान पर संचालित होने वाले आंबेडकर अस्पताल की मरचुरी का विस्तार किया जाएगा। नई मरचुरी में अपने की मृत्यु का शोक मनाने वाले परिजनों के लिए सुविधा का विस्तार किया जाएगा। इसके साथ चिकित्सकों की बैठक और शव रखने का कक्ष पृथक होगा। परिजनों का इंतजार करने वाली डेडी बॉडी को सुरक्षित रखने आठ नए फ्रीजर खरीदने की तैयारी की जा रही है।

आंबेडकर अस्पताल भवन के पिछले हिस्से में बनाए गए पोस्टमार्टम घर के रिनोवेशन का काम पूरा किया जा रहा है। अभी जिस कक्ष में पोस्टमार्टम किया जाता है वहीं एक कोने में चिकित्सक रिपोर्ट तैयार करने का काम करते हैं।

आठ डेड बॉडी फ्रीजर खरीदी का प्रस्ताव, रिनोवेशन जारी

गर्मी में विशेष ख्याल

गर्मी के दिनों में शवों के जल्दी खराब होने की आशंका होती है, इसलिए पुलिस को आवश्यक कार्रवाई पूरी कर तीन दिन के भीतर शवों का अंतिम संस्कार करने पर जोर दिया जाता है। अन्य प्रकरणों को पोस्टमार्टम कर शव उसी दिन परिजनों को सौंप दिया जाता है। आमतौर पर फ्रीजर का उपयोग पोस्टमार्टम के बाद शवों को एक से दो दिन ही सुरक्षित रखने के लिए किया जाता है। फिलहाल आंबेडकर अस्पताल की मरचुरी में लावारिस शव नहीं है।

भविष्य की जरूरतों को ध्यान में रखते हुए मरचुरी के रिनोवेशन का काम कराया जा रहा है। यहां जरूरतों के हिसाब से अन्य सुविधा भी बढ़ाई जाएगी।
- डॉ.एसबीएस नेताम
चिकित्सा अधीक्षक

स्टडी की जरूरतें भी होंगी पूरी : रिनोवेशन के दौरान एनएमसी की गाइडलाइन का भी ध्यान रखा जा रहा है। फॉरेंसिक मेडिसिन की स्टडी के हिसाब से वर्तमान में संचालित मरचुरी काफी छोटी है। नए भवन में अधिक संख्या में चिकित्सा छात्रों को अध्ययन कराया जा सकेगा।

जिला स्तर पर भी खरीदी

जानकारी के अनुसार आंबेडकर अस्पताल के साथ ही विभागीय स्तर पर फ्रीजर की संख्या बढ़ाने के लिए जिला स्तर पर प्रयास किया जा रहा है। स्वास्थ्य विभाग और जिला प्रशासन द्वार जिले में मरचुरी का संचालन करने वाले जिला अस्पताल, सामुदायिक स्वास्थ्य केंद्रों के लिए फ्रीज खरीदी का प्रस्ताव तैयार किया जा रहा है।

बाहर दुखी परिजन धूप, ठंड बारिश में पोस्टमार्टम पूरा होने का इंतजार करते हैं। सूत्रों का कहना है कि जल्दी ही इस परेशानी से निजात मिलने की संभावना है। वहां की मरचुरी का विस्तार किए जाने की योजना पर काम शुरू हो चुका है। बनने वाले नए भवन में शव रखने और चिकित्सकों के बैठने की अलग व्यवस्था होगी। इसके साथ पोस्टमार्टम के बाद तीन दिनों तक शव को रखने के लिए आठ नई डेड बॉडी फ्रीजर की खरीदी की जाएगी। इसकी प्रक्रिया आचार संहिता समाप्ति के बाद सीजीएमएससी द्वारा पूरी की जाएगी। परिजनों के ठहरने के लिए वहां वेंटिग हॉल सहित अन्य मूलभूत सुविधा जुटाई जाएगी। इसके अलावा मरचुरी को आवश्यकता के अनुसार और आधुनिक रूप दिया जाएगा।

हत्या के आरोप में पुलिस ने तीन बदमाशों को गिरफ्तार किया

शराब पीने के दौरान विवाद पर महिला की हत्या कर लाश सीवरेज पाइपलाइन में छिपाई

हरिभूमि न्यूज ▶▶| रायपुर

टिकरापारा थाना क्षेत्र में एक सप्ताह पूर्व अंधे कत्ल की गुत्थी को पुलिस ने सुलझा लिया है। अधेड़ महिला की हत्या के आरोप में पुलिस ने तीन बदमाशों को गिरफ्तार किया है। आरोपियों की पहचान पुलिस ने सीसीटीवी फूटेज तथा स्थानीय मुखबिरों की मदद से की। हत्या की वजह शराब पीने के दौरान विवाद है। बदमाशों ने महिला के सिर पर पत्थर कुचलकर हत्या की थी। हत्या करने के बाद बदमाशों ने महिला की लाश को पुल के नीचे पाइप में छिपा दी थी।

पुलिस के मुताबिक केवरा बाई की हत्या के आरोप में टिकरापारा निवासी रवि निषाद, खूब सिंग सेन तथा गरियाबंद, फिंगेश्वर निवासी तोरण विश्वकर्मा को गिरफ्तार किया गया है। पुलिस के अनुसार केवरा बाई की लाश 23 मई को कमल विहार सेक्टर चार में पुल के नीचे पाइप में मिली थी। महिला की लाश पूरी तरह से सड़ गई थी। इस वजह से महिला की शिनाख्त नहीं हो पाई थी। महिला के मंगलसूत्र, चूड़ी तथा साड़ी के आधार पर केवरा बाई के बेटे ने शिनाख्ती की। केवरा बाई के बेटे ने पुलिस को बताया कि उसकी मां 18 मई से घर से लापता हो गई है, जिसकी गुमशुदगी की रिपोर्ट 21 मई को टिकरापारा थाने में की थी।

ज्यादा शराब पीने की चाहत में विवाद बढ़ा

पुलिस के मुताबिक महिला आदतन शराबी थी। महिला जिस दिन से अपने घर से निकली थी, उस दिन से वह घूम-घूम कर लोगों से मांग कर शराब पी रही थी। पुलिस ने जिन तीन लोगों को हत्या के आरोप में गिरफ्तार किया है, उन लोगों ने पूछताछ में पुलिस को बताया है कि महिला शराब पीने के दौरान तीनों लड़कों को और शराब पिलाने के लिए जिद कर रही थी। इसी बात को लेकर उनके बीच विवाद हुआ और उन्होंने महिला की पत्थर से सिर कुचलकर हत्या कर दी।

भीषण गर्मी में घंटों चली बैठक, ठंडे पानी की भी व्यवस्था नहीं

रविवि की बैठक में उबले प्राचार्य, 6 में से 5 एसी खराब, कुछ की तबीयत खराब

हरिभूमि न्यूज ▶▶| रायपुर

पं.रविशंकर शुक्ल विवि द्वारा शुक्रवार को आयोजित प्राचार्यों की बैठक में गहमा-गहमी का माहौल रहा। भीषण गर्मी में आयोजित इस बैठक में रविवि का एसी काम कर नहीं कर रहा था। इसे लेकर प्राचार्यों ने आक्रोश जताया। यही नहीं, कई प्राचार्य बैठक समाप्त होने से पहले ही हॉल छोड़कर चले गए। रविवि द्वारा विवि अध्ययनशाला के सीवी रमन हॉल में यह बैठक रखी गई थी। इस हॉल में 6 एसी हैं। इनमें से मात्र एक ही कार्य कर रहा था, जबकि हॉल में मौजूद व्यक्तियों की संख्या अत्यधिक थी।

शासकीय महाविद्यालय के प्राचार्यों की बैठक पहली पाली में सुबह 10 बजे से प्रारंभ हुई। इस दौरान तापमान अपेक्षाकृत कम था। इस बैठक में 50 के लगभग प्राचार्य और महाविद्यालय के सहयोगी स्टाफ शामिल हुए। दूसरी पाली की बैठक निजी महाविद्यालयों के प्राचार्यों की थी। इसमें लगभग 80 प्राचार्यों ने हिस्सा लिया। दोपहर 2.30 बजे से यह बैठक शुरू हुई। इस दौरान भीषण गर्मी का सामना प्राचार्यों को करना पड़ा।

ठंडे पानी की भी व्यवस्था नहीं

एसी के अलाव कक्ष में मौजूद प्राचार्यों के लिए पीने के ठंडे पानी की भी व्यवस्था नहीं थी। तमाम व्यवस्थाओं को लेकर प्राचार्यों ने आक्रोश जताया। सूत्रों से प्राप्त जानकारी के अनुसार, कई प्राचार्य इस भीषण गर्मी में स्वयं का असहज महसूस करने लगे। कई की तबियत भी इस दौरान बिगड़ने लगी। इसके बाद बैठक बीच में ही छोड़कर कई प्राचार्य चले गए।

अलग-अलग बुलाए जाने का भी विरोध

शासकीय और निजी महाविद्यालयों के प्राचार्यों की बैठक एक ही विषय को लेकर बुलाई गई थी। इसके बाद भी उन्हें अलग-अलग पालियों में बुलाया गया। आमतौर पर रविवि द्वारा एक ही मुद्दे पर बैठक आयोजित किए जाने पर शासकीय और अशासकीय दोनों ही महाविद्यालयों को सामूहिक रूप से एक साथ आमंत्रित किया जाता है। यह पहली बार है, जब इस तरह उनका विभाजन कर दिया गया।

डेढ़ महीने बाद आरपीएफ ने ट्रेन से चावल चोरी के दो आरोपियों को किया गिरफ्तार

हरिभूमि न्यूज ▶▶| रायपुर

ट्रेनों में लगातार चोरी के बढ़ते मामले पर आरपीएफ अब अभियान चलाकर लगातार कार्रवाई कर रही है। डेढ़ महीने पहले उरकुरा बाईपास में खड़ी गुड्स ट्रेन से 21 बोरी चावल की चोरी हुई थी, जिसके मुख्य आरोपियों को पकड़ने में आरपीएफ को बड़ी मदद मिली है। पोस्ट प्रभारी निरीक्षक एसके दत्ता ने बताया कि घटना के बाद से आरपीएफ ने चोरों को पकड़ने जांच शुरू कर दी थी। शुक्रवार को मुखबिर की मदद से आरपीएफ दोनों चोरों तक पहुंची और गिरफ्तार कर लिया गया। पूछताछ में एक आरोपी ने अपना नाम कमलेश जोशी व दूसरे ने गणेश विश्वकर्मा बताया। दोनों आरोपियों ने चोरी की घटना में शामिल होना स्वीकार किया। आरपीएफ ने बताया कि दोनों आरोपी सूर्या नगर गोगांव के निवासी हैं, जो पहले भी चोरी की घटना को अंजाम दे चुके हैं। लगातार चोरी की घटना के बीच आरपीएफ को लोकल चोरों के गिरोह को पकड़ने में सफलता मिली है। चोरी के इस मामले को रेलवे ने भी गंभीरता से लिया था।

उरकुरा बाईपास में गुड्स ट्रेन से हुई थी चावल की चोरी

6 सौ वर्गफीट सरकारी जमीन पर अतिक्रमण

सरकारी जमीन पर कब्जा कर तान दी 8 दुकानें, डेढ़ साल बाद तोड़ी गईं

हरिभूमि न्यूज ▶▶| रायपुर

रायपुर नगर निगम क्षेत्र में सरकारी जमीन पर अवैध कब्जा करने के मामले लगातार सामने आ रहे हैं। शहर के सोनडोंगरी में मुख्य सड़क से लगी 6 सौ वर्गफीट सरकारी जमीन पर एक व्यक्ति ने कब्जा कर यहां 8 दुकानों का निर्माण करा लिया था। निगम की टीम शुक्रवार को जेसीबी लेकर वहां पहुंची और दुकानों को तोड़कर सरकारी जमीन को कब्जा से मुक्त कराया।

3 बार नोटिस के बाद तोड़ी गई दुकानें

जोन 8 कमिश्नर अरुण ध्रुव के नेतृत्व में टीम कब्जा मुक्त कराने पहुंची थी। इस दौरान टीम ने जेसीबी से सभी दुकानों को तोड़कर जमीन को कब्जा मुक्त कराया। जोन कमिश्नर ने बताया कि कब्जा कर दुकान बनाने वाले को 3 बार नोटिस जारी किया गया था, लेकिन इसका कोई जवाब नहीं आया। इसके बाद कार्रवाई की गई है।

डेढ़ साल हो चुका दुकानों को बने

सूत्रों के अनुसार जिस जमीन को कब्जा मुक्त कराया गया है, वहां दुकानों को बने करीब डेढ़ साल हो चुका है। ताज्जुब की बात यह है कि इतना लंबा समय होने के बाद भी सड़क से लगी इस सरकारी जमीन पर अवैध कब्जा करते और दुकान बनाने के दौरान न ही निगम अधिकारियों की नजरें गईं और न ही क्षेत्र के पटवारी की। इससे पता चलता है कि निगम के अधिकारी और पटवारी अपना काम किस जिम्मेदारी से कर रहे हैं। बहरहाल निगम ने इन दुकानों को तोड़कर सरकारी जमीन को कब्जा मुक्त करा लिया है।

पेज 9 के शेष

साइको चोर...

शहर में चोरी की घटना आम है। ताला तोड़कर कीमती सामान की चोरी करने की कई वारदातें हो चुकी हैं और हो रही हैं, लेकिन लक्ष्मीनगर का मामला अलग तरह का है। यहां चोर पेशेवर अंदाज में ताला तो तोड़ता है, पर उसकी निगाहें कीमती सामान की जगह अंडर गारमेंट्स पर रहती है। यहां कई घरों का वह ताला तोड़ चुका है। ऐसा कहा जा रहा है कि यह साइको चोर आधी रात लक्खीनगर में सक्रिय होता है और वारदात को अंजाम देकर भाग निकलता है। स्थानीय रहवासियों के मुताबिक महिलाएं तथा युवतियों के अंडरगारमेंट चोरी की घटना पिछले एक सप्ताह से अनवरत जारी है।

दिन और रात में...

मालिकों के विरुद्ध कार्रवाई कर लगभग सात लाख रुपये का जुर्माना लगाया है। यह राशि अदा करने के बाद ही गाड़ियों को छोड़ा जाएगा। बारिश का सीजन शुरू होने वाला है। इसे देखते हुए जिले में रेत और मुरुम माफिया भी सक्रिय हो गए हैं। अपने लोगों के माध्यम से वे लोग जिले की कई रेत और मुरुम खदानों में अवैध रूप से उत्खनन करा कर परिवहन कराने के साथ भंडारण भी करा रहे हैं, ताकि बारिश के सीजन में मनमानी दर से रेत और मुरुम बेचकर दोगुना लाभ कमा सकें। जिले में चल रहे इस अवैध कारोबार को लेकर हरिभूमि ने लगातार खबरें प्रकाशित की हैं। इन खबरों के असर से प्रशासन भी जागा है। जिले में हो रहे रेत और मुरुम के अवैध कारोबार को रोकने के लिए कलेक्टर ने खनिज विभाग को दिन और रात के लिए अलग-अलग जांच टीम बनाकर खदानों का लगातार निरीक्षण करने के लिए कहा है। इस निर्देश का पालन करते हुए विभाग ने दिन और रात के लिए दो जांच टीम भी बनाई है। यह टीम पिछले 3 दिन से लगातार दिन और रात में जिले के अलग-अलग क्षेत्रों में खदानों के साथ अवैध भंडारण और परिवहन में सलिप्त गाड़ियों को जब्ती बनाने के साथ जुर्माना वसूल रही हैं। जांच टीम के प्रमुख खनिज प्रभारी निरीक्षक रघुनाथ भारद्वाज ने बताया कि 3 दिन में 26 गाड़ियों को पकड़ा है। इनमें 22 गाड़ियों में रेत और 4 गाड़ी मुरुम की है। इसके अलावा एक चेन माउंटेन मशीन सील कर जब्ती बनाया है।

कॉलेजों में प्रवेश के...

इसमें राष्ट्रीय शिक्षा नीति सहित शैक्षणिक सत्र 2024-25 में प्रवेश के लिए कार्ययोजना पर विचार-विमर्श किश गया। रविवि ने बैठक में स्पष्ट किया है कि सभी शासकीय और निजी महाविद्यालयों में अगले माह से प्रारंभ होने जा रहे नए शैक्षणिक सत्र से ही इसे लागू कर दिया जाएगा। महाविद्यालयों को 6 जून को राष्ट्रीय शिक्षा नीति से संबंधित विस्तृत जानकारी प्रदान कर दी जाएगी। सूत्रों के अनुसार, इस तिथि के पूर्व उच्च शिक्षा विभाग तथा प्रशासन स्तर पर नए दिशा-निर्देशों को अंतिम मंजूरी दे दी जाएगी। इसके पश्चात महाविद्यालयों संग इसे साझा किया जाएगा। राष्ट्रीय शिक्षा नीति के अंतर्गत चार वर्षीय स्नातक पाठ्यक्रम केवल प्रथम वर्ष में ही लागू होगा। द्वितीय और तृतीय वर्ष के छात्र पुरानी पद्धति से पढ़ाई करेंगे। आने वाले सत्रों में क्रमशः इसका विस्तार किया जाएगा।

व्यवहारिक शिक्षा पर जोर : बैठक में रविवि के कुलपति प्रो.सच्चिदानंद शुक्ल ने कहा कि वर्तमान परिवेश में विद्यार्थियों को सैद्धांतिक के साथ व्यवहारिक शिक्षा की भी आवश्यकता है। इसके बगैर शिक्षण व प्रशिक्षण की प्रक्रिया अधूरा ही होता है। राष्ट्रीय शिक्षा नीति शिक्षा में इस अधूरेपन को पूरा करने की कोशिश की गई है। रिसोर्स पर्सन डॉ.जीए घनश्याम ने कहा, विद्यार्थियों के पास अध्ययन के लिए असीमित अवसर एवं व्यापक विषय क्षेत्र उपलब्ध होगा, जिसके माध्यम से विद्यार्थी अपनी प्रतिभाओं का विकास बेहतर तरीके से कर पाएंगे। अन्य रिसोर्स पर्सन ने भी राष्ट्रीय शिक्षा नीति से जुड़े विभिन्न बिंदुओं पर चर्चा की।

8 दिन नहीं चलेगी...

इसके अलावा 08263 टिटलागढ़ -बिलासपुर पैसेंजर 8 से 15 जून 2024 तक रहेगी। 08277 टिटलागढ़ -रायपुर पैसेंजर 7 से 14 जून 2024 तक 08278 रायपुर- टिटलागढ़ पैसेंजर 8 से 15 जून 2024 तक रद्द रहेगी। इसके अलावा 20917 इंदौर पुरी एक्सप्रेस 11 जून 2024 को इंदौर से 1.00 घंटे रीशेड्यूल की जाएगी, यह गाड़ी 15.00 बजे के स्थान पर 16.00 बजे रवाना होगी।

न्यायालय तहसीलदार अभनपुर
मामले की श्रेणी: राजस्व
संदर्भ:- जिला- रायपुर तहसील-अभनपुर प.ह.न.- 00027 बेलभाठा ग्राम के नामांतरण पंजी में पंजीबद्ध प्रकरण क्रमांक- RD202324441630300025

ईश्तहार

तहसील अभनपुर के प.ह.न. 00027 के अंतर्गत ग्राम बेलभाठा के वर्तमान भूमिस्वामी देवनाथ, प्रभुराम, मनहरण, गुलाबचंद, पिता/पति पि झिटु सुंदरीबाई [बेवा] झिटु पता- सा. देह के द्वारा धारित भूमि खसरा क्रमांक 664 (0.2600), 629 (0.0800), 648(0.0900), 651(0.4000), 650(0.1000), 652(0.5400) में प्रस्तावित भूमिस्वामी/ क्रेता गुलाबचंद देवांगन पिता/पति-जीतू (झीटू) देवांगन पता-बैलभाठा तहसील अभनपुर जिला रायपुर छ.ग. के नाम पर पंजीयन/ फ़ौती होने के उपरांत नामांतरण/ अभिलेख दुरुस्ती/ खाता विभाजन के लिए प्रकरण अधोहस्ताक्षरकर्ता के न्यायालय में पंजी विचाराधीन है। इस प्रकरण की सुनवाई दिनांक 21/06/2024 को समय सुबह 11 बजे स्थान न्यायालय न्यायालय तहसीलदार अभनपुर पर की जावेगी। उपरोक्त के संबंध में जिस किसी भी व्यक्ति/ संस्था को कोई दावा आपत्ति हो तो इश्तहार प्रकाशन उपरांत प्रकरण की आगामी सुनवाई के पूर्व या सुनवाई के समय अपना दावा आपति स्वयं /अधिवक्ता/ आममुख्त्यार के माध्यम से पेश कर सकते है। प्रकरण के सुनवाई के लिए निर्धारित तिथि के उपरांत प्राप्त दावा आपत्ति पर कोई विचार नहीं किया जावेगा।

यह ईश्तहार मेरे हस्ताक्षर एवं पदमुद्रा से आज दिनांक 30/05/2024 को जारी किया जाता है।

तहसीलदार: RAMPRASAD BAGHEL
(मुहर) अभनपुर, जि. -रायपुर

Education Time

MODEL ENGLISH HR. SEC. SCHOOL
"Education makes future better"
Special Discount on ADMISSION FEES
ADMISSION OPEN
Nursery to 12th
(Biology, Maths, Commerce)
Register Now at www.mesraipur.com
Highlight
- Spoken English & Personality Development Classes
- Transport & Surveillance Facility
- Monthly Seminar & Discussion
- Personal attention on each students
- Scholarship will be provided for students coming from other schools who score above 90%
Civil lines, Katora Talab Road, Raipur (C.G.) Contact:- 07771-4000123

ROYAL PUBLIC SCHOOL
Play Group Nursery Pre Primary Class I to XII (Science, Commerce, Bio, Arts)
Special Discount on ADMISSION FEES
ADMISSION OPEN
Nursery to 12th
Register Now at www.rpsraipur.com
Silent Features
- Extra curricular activities
- Personal attention to each student Limited student in each class
- Music, Dance, personality development classes
- Yoga
- Scholarship will be provided for students coming from other schools who score above 90%
Mathpurena, Chourasiya Colony, Raipur, (C. G.) Mo.:- 9589085558,9329621221, Email:- rpsraipur123@gmail.com

Contact to Add Your School - 79871-19756

Health Town

मूत्र किडनी एवं प्रोस्टेट

समस्त किडनी रोग गुर्दा, नेफ्रोलाजी किडनी में सुजन दर्द पेशाब कम होना या रूकावट जलन, सिरम क्रियेटिनिन, यूरिक एसिड, यूरिया का बढ़ना पैरो या आंखो में सूजन अगर डायलिसिस में चल रहे हो या किडनी बदलने कि नौबत आ गई हो तो इस चिकित्सा से जीवन बच सकता है, यह चिकित्सा किडनी के नेफ्रान्स सेल को पुनः एक्टीवेट (रिजनरेट) अर्थात् फिर से जीवन प्रदान करता है यूरेथ्रास्ट्रेक्चर (मूत्र नली का सिकुड़न) पेशाब न उतरना, बूंद बूंद टपकना या बन्द होना, आपरेशन कि आवश्यकता नहीं होती एवं पेशाब में जलन, पीला लालिमा रहना या खून या मवाद आना । प्रोस्टेट विकार बार बार पेशाब होना, बूंद-बूंद या रूकना, इसके कारण सेक्स में आई कमजोरी। समय : 11 से 3 बजे तक

जीवन ज्योति क्लीनिक डॉ. आर अग्रवाल (हर्बल मेडिसीन) नया बस स्टैण्ड के अंदर, गोलू पोहा जलेबी होटल के ऊपर शॉप नं. 25 दुर्ग (छ.ग.) स्थायी चिकित्सा परामर्श के लिए मिले मो. 7587099540 (आने से पहले फोन करें)

विज्ञापन हेतु संपर्क करें : 0771- 4242213, 7987119756, 9303508133

खबर संक्षेप

अम्मा चोले वाली का बरसी महोत्सव 7 को

रायपुर। देवपुरी स्थित गोदड़ीवाला धाम में 7 जून को अम्मा चोले वाली का बरसी महोत्सव दरबार की महंत अम्मा मीरा देवी के सानिध्य मे मनाया जाएगा। यह जानकारी दरबार के सेवादारी अमर गिदवानी, सतीश थौरानी, सुशील केशवानी, पवन प्रीतवानी, दिनेश दावानी ने देते हुए बताया कि बरसी महोत्सव में तिल्दा, भाटापारा, चकरभाटा, बिलासपुर, कोरबा, रायगढ़, धमतरी, दल्ली राजहरा, राजनांदगांव, दुर्ग-भिलाई समेत 11 धाम से श्रद्धालु शामिल होंगे। कार्यक्रम में मुख्य रूप से शदाणी दरबार के संत डॉ. युधिष्ठिर लाल उपस्थित रहेंगे। सुबह 11 बजे अखंड धुनी पाठ साहब, आरती, सत्संग, कीर्तन, शाम 5 बजे महिला मंडल सत्संग, 7 बजे से विनोद चावला का विशेष कार्यक्रम आयोजित है। रात 8 को अखंड धुनी पाठ साहब का समापन होगा। उसके बाद भंडारा प्रसाद का आयोजन है।

आज भी प्रासंगिक हैं देवी अहिल्याबाई

रायपुर। राजकीय कोष का बेहतरीन उपयोग कैसे किया जाता है, यह कोई देवी अहिल्याबाई से सीख सकता है। उनकी नियोजन क्षमता, दूरदृष्टि, बहादुरी रोजगारपरक सोच, न्यायप्रियता, हिंदू संस्कृति को बढ़ाने और संरक्षित करने की जिद जैसी कई विशेषताओं के कारण हमारे समाज में आज भी अहिल्याबाई होल्कर प्रासंगिक हैं। उक्ताशय के विचार सुमिता रायजादा ने महाराष्ट्र मंडल में व्यक्त किए। अहिल्याबाई की 300वीं जयंती महाराष्ट्र मंडल के सभी 15 केंद्रों की महिलाओं के मनाई गई। इस अवसर पर आयोजित संगोष्ठी में अंजलि खेर, स्वाति मोड़क , अनुभा जाउलकर, अपर्णा मोघे, वैभवी हिशीकर ने अहिल्याबाई की समूची जीवनी पर विभिन्न घटनाक्रमों को समेटते हुए प्रकाश डाला। सारिका गेडेकर, सुरभि गनोदवाले ने अपने विचार रखे। कार्यक्रम का संचालन महिला प्रमुख विशाखा तोपखानेवाले ने किया। आभार प्रदर्शन रश्मि गोवर्धन और नमिता शेष ने किया। कार्यक्रम में मंडल की कार्यकारिणी सदस्यों के साथ सभी 15 केंद्रों की पदाधिकारी एवं महिलाएं उपस्थित थीं।

कोटा में शनिदेव जन्मोत्सव 6 को

रायपुर। मेनरोड कोटा में नवनिर्मित श्री शनिदेव मंदिर में प्रथम वर्ष शनिदेव जन्मोत्सव 6 जून को धूमधाम से मनाया जाएगा। इस संबंध में शनिदेव मंदिर के पुजारी रोहित शर्मा ने बताया कि सर्वप्रथम सुबह 7.30 बजे आरती, 11 बजे हवन, 11.30 बजे भंडारा, शाम 4 बजे से सुंदरकांड का पाठ एवं रात्रि 7.30 बजे महाआरती ढोल-बाजे एवं आतिशबाजी के साथ की जाएगी। रात्रि 8 बजे भोग प्रसाद का वितरण एवं भजन संध्या 7 बजे से जय किशन एंड पार्टी द्वारा प्रस्तुत की जाएगी। जन्मोत्सव के उपलक्ष्य में असली फूलों से पूरे मंदिर का श्रृंगार किया जाएगा।

12 रेलवे ब्रिज में लगा वाटर मॉनिटरिंग सिस्टम, मोबाइल पर आएगा अलर्ट मैसेज

हरिभूमि न्यूज ▶▶ रायपुर

■ नए सिस्टम से रीडिंग में नहीं होगी त्रुटि

बारिश से पहल रेलवे ने अपनी तैयारी पूरी कर ली है। नदियों का जलस्तर मापने रेलवे ने जोन के महत्वपूर्ण पुलों पर नया सिस्टम लगाया है, जिससे अब चंद सेकंड में वाटर लेवल की जानकारी मिल जाएगी।

इसके अलावा यह सिस्टम बाढ़ की स्थिति निर्मित होने से पहले अलर्ट भी करेगा और नदियों का पानी पटरी में आने से बचाएगा। रेलवे ने जलस्तर मापने के लिए मीटर गेज के स्थान पर नई तकनीक वाटर लेवल मॉनिटरिंग सिस्टम का इस्तेमाल किया है। इस सेंसर युक्त उपकरण से जलस्तर की पूरी जानकारी त्वरित मिल रही है।

नदी में जल का स्तर अचानक बढ़ाने की स्थिति में इस सिस्टम से जुड़े अधिकारियों के मोबाइल पर तुरंत अलर्ट मैसेज भी आयेगा, जिससे समय रहते संरक्षित रेल परिचालन को भी सुनिश्चित करने में मदद मिलेगी। दक्षिण पूर्व मध्य रेलवे के अंतर्गत 12 महत्वपूर्ण रेलवे पुलों पर यह तकनीक स्थापित की गई है।

पारंपरिक गेज पद्धति से वाटर लेवल की तत्काल नहीं मिलती थी सूचना

24 घंटे जलस्तर की निगरानी

पहले पारंपरिक गेज पद्धति से नदियों का जलस्तर पता किया जाता था। इसमें त्वरित सूचनाएं नहीं मिल पाती थीं। वाटर लेवल रीडिंग में भी त्रुटि की संभावना होती थी। रेलवे ट्रैक और पुल पर खतरे का आकलन मुश्किल भरा होता था। कई बार बाढ़ का पानी ट्रैक पर भी आ जाता था, लेकिन इस आधुनिक तकनीक के इस्तेमाल से नदियों पर 24 घंटे जल के स्तर की निगरानी आसान हो रही है।

इस तरह काम करता है सिस्टम

नदियों के जलस्तर को मापने की पारंपरिक गेज पद्धति के स्थान पर आधुनिक वाटर लेवल मॉनिटरिंग सिस्टम लगाया गया है। सेंसर युक्त यह सिस्टम ट्रैक मैनेजमेंट सिस्टम से जुड़ा होता है। इसमें एक चिप लगा हुआ है। उसमें पुल से संबद्ध सहायक मंडल इंजीनियर, कार्य निरीक्षक और रेल पथ निरीक्षक आदि के मोबाइल नंबर दर्ज रहते हैं। पुल पर जलस्तर बताने वाले स्केल को सेंसर सिस्टम रीड करता रहता है। जब जलस्तर खतरे के निशान से बढ़ता या घटता है, तो यह मशीन स्वतः संबंधित इंजीनियरों व अधिकारियों को एसएमएस भेजती है।

राजधानी से सटे निगम के 40 वार्ड में डेढ लाख से ज्यादा आबादी के बीच अटकी सुविधा

9 साल में बिरगांव निगम नहीं बना पाया 5 जोन कार्यालय, हर काम के लिए मुख्यालय की दौड़

हरिभूमि न्यूज ▶▶ रायपुर

हरिभूमि सरोकार

सरकार ने करीब 9 साल पहले एक लाख से ज्यादा की आबादी को देखते हुए बिरगांव पालिका परिषद को नगर निगम का दर्जा दिया, लेकिन लोगों की सुविधा के लिए अभी तक जोन कार्यालय नहीं बना पाए हैं। इसके लिए 7 साल पहले पांच जोन कार्यालय बनाने का प्रस्ताव बनाने के लिए दिशा-निर्देश देने के बाद जिम्मेदार भूल गए। इसका खामियाजा रोज 6 गांव में बनाए गए 40 वार्ड के लोगों को भुगतना पड़ रहा है। इतना ही नहीं, निगम के जिम्मेदारों ने राजस्व वसूली के लिए हर गांव में कार्यालय खोलकर खानापूर्ति की है। इससे 15 सौ से ज्यादा लोगों को हर महीने 3 से 4 किलोमीटर दौड़ लगानी पड़ती है।

औद्योगिक क्षेत्र से घिरे बिरगांव निगम को 2003 में 55 हजार से ज्यादा की आबादी को देखते हुए सरकार ने नगर पालिका परिषद बनाया। इसके बाद 2014 -15 में एक लाख 30 हजार की आबादी के लिहाज से वार्डों को 35 से बढ़ाकर 40 करते हुए नगर निगम बनाया गया। अभी भी उरकुरा, रावांभाठा व उरला-अछोली के लोगों को जहां ढाई से 3 किलोमीटर दूर निगम मुख्यालय में समस्या का समाधान करवाने के लिए चक्कर लगाना पड़ता है। वहीं सरोरा के लोगों को करीब 4 किलोमीटर दूर निगम कार्यालय जाना पड़ता है। इसे देखते हुए लोगों की मांग पर 7 साल पहले इसके लिए शासन को प्रस्ताव भेजने से पहले प्रक्रिया करने के लिए दिशा-निर्देश देने के बाद जिम्मेदार भूल गए, लिहाजा अभी तक प्रस्ताव नहीं बनने से इसको लेकर एमआईसी व सामान्य सभा में चर्चा भी नहीं हुई।

निगम मुख्यालय में ही समाधान

वार्ड पार्षदों ने बताया कि बिरगांव में तीन व बाकि उरला-अछोली, सरोरा, रावांभाठा और उरकुरा में एक-एक राजस्व कार्यालय शुरू करने के बाद जिम्मेदारों ने चुप्पी साध ली है। जबकि उरला में वार्ड क्रमांक 01, 02,03,04 और 05 के साथ अछोली के वार्ड क्रमांक 06,07,08 में रहने वाले लोगों को कई बार मुख्यालय आना-जाना पड़ता है। इस समस्या से रावांभाठा के वार्ड क्रमांक 09,10,11,12,13,14,15 में रहने वाले लोग भी जुझ रहे हैं। जन्म-मृत्यु प्रमाण पत्र, विवाह प्रमाण पत्र, राशन कार्ड बनवाने, नवीनीकरण, पेंशन, नया नल कनेक्शन, नक्शा पास कराने, बिजली कनेक्शन के लिए एनओसी लेने ही नहीं, सफाई व स्ट्रीट लाइट के लिए भी मुख्यालय की दौड़ लगानी पड़ती है। इसके चलते रोजी-मजदूरी करने वालों को काम करवाने के लिए छुट्टी लेनी पड़ती है।

जनहित में बनवाएंगे प्रस्ताव

लोगों की सुविधा के लिए नए सिरे से प्रस्ताव बनवाया जाएगा। लोगों के बीच सुविधा बढ़ाने के लिए जोन कार्यालय बनाने सरकार को प्रस्ताव दिया जाएगा। इसके लिए सामान्य सभा में सहमति बनाने का प्रयास किया जाएगा।

- नंदलाल देवांगन, महापौर नगर निगम, बिरगांव

सुविधा की बेहतरी के लिए जरूरी

आबादी लगातार बढ़ने से जोन कार्यालय की जरूरत महसूस की जा रही है। लोगों को 3 से 4 किलोमीटर दूर निगम मुख्यालय आना-जाना पड़ता है। इससे मुक्ति दिलाने और सुविधा की बेहतरी के लिए जोन कार्यालय जरूरी है।

- ओमप्रकाश साहू, नेता प्रतिपक्ष नगर निगम, बिरगांव

एमआईसी में लाया जाएगा प्रस्ताव

निगम सूत्रों ने बताया कि बिरगांव में ही 17 वार्ड है। यहां निगम मुख्यालय होने से लोगों को ज्यादा परेशानी नहीं होती है। इसके बाद भी दो जोन कार्यालय बिरगांव व उरला, अछोली और सरोरा के वार्डों की जिम्मेदारी एक जोन को देने की तैयारी की गई थी। रावांभाठा और उरकुरा में एक-एक जोन कार्यालय बनाने के लिए विधायक ने भी प्रस्ताव बनाने सहमति दी। इसके बाद विधान सभा चुनाव हुए और नई सरकार ने मामले में कोई विचार नहीं किया। अब जोन कार्यालय को लेकर फिर सुगबुगाहट शुरू हो गई है। एमआईसी सदस्य इकराम अहमद ने मामले में बताया कि आगामी एमआईसी में समस्या का समाधान करने के लिए प्रस्ताव रखने के बाद दोबारा प्रक्रिया शुरू की जाएगी। इससे लोगों को आसानी से सुविधा मिलेगी।

बीड़ी, सिगरेट और गुटखा के सेवन से गंभीर बीमारियों का खतरा

हरिभूमि न्यूज ▶▶ रायपुर

■ डेंटल कालेज में विश्व तंबाकू दिवस पर पुलिस का निजात अभियान

तंबाकू, गुटखा, सिगरेट के उपयोग से कई तरह की गंभीर बीमारियों का खतरा होता है। इससे लोगों को दूर रहने की आवश्यकता है। विश्व तंबाकू निषेध दिवस के अवसर पर दंत चिकित्सा महाविद्यालय में कार्यक्रम का आयोजन किया गया। शासकीय दन्त चिकित्सा महाविद्यालय द्वारा तंबाकू एवं उसके उत्पादों के उपयोग पर रोक लगाने ओर इसके इस्तेमाल को कम करने लोगो को जागरूक करने के लिए 20 मई से 5 जून तक विभिन्न कार्यक्रमों का आयोजन किया जा रहा है। इसमें भाषण प्रतियोगिता, निबंध प्रतियोगिता, फोटोग्राफी प्रतियोगिता का आयोजन किया गया। मौखिक कैंसर जांच शिविर एवं कैंसर से पूर्व होने वाले लक्षणों के बारे में मरीजों को जागरूक करने के लिए पब्लिक हेल्थ डेंटिस्ट्री एवम ओरल मेडिसिन एंड रेडियोलॉजी विभाग द्वारा मुख्य भूमिका निभाई गई 1 मेडिकल कॉलेज, रायपुर के कम्युनिटी मेडिसिन विभाग के डॉ. संदीप अग्रवाल द्वारा तंबाकू निषेध पर कार्यशाला भी आयोजित की गई। इस अवसर पर छात्रों के द्वारा नुक्कड़ नाटक के माध्यम से मरीजों को तंबाकू से होने वाले नुकसान के प्रति सचेत किया एवं नशा मुक्ति के प्रति जागरूक किया गया।

इस दौरान पुलिस अफसरों द्वारा नशा मुक्ति के लिए संचालित निजात अभियान के बारे में जागरूक किया गया। सभी कार्यक्रमों का संचालन महाविद्यालय के प्राचार्य डॉ वीरेंद्र वाढेर के मार्गदर्शन में किया गया।

ओडिशा से राजस्थान गांजा तस्करी, दो इंटर स्टेट तस्कर सहित चार गिरफ्तार

हरिभूमि न्यूज ▶▶ रायपुर

■ कुल्फी सप्लायर की मदद से गांजा तस्करी कर ले जाने की फिराक में थे तस्कर

कबीर नगर थाना क्षेत्र में पुलिस की नारकोटिक्स सेल ने दो इंटर स्टेट सहित चार गांजा तस्करों को गिरफ्तार कर उनके कब्जे से 18 लाख रुपए का 61 किलो गांजा के साथ तस्करी में इस्तेमाल कार जब्त की है। पुलिस ने जिन गांजा तस्करों को गिरफ्तार किया है, वो ओडिशा से गांजा तस्करी कर राजस्थान ले जाने की फिराक में थे।

पुलिस के मुताबिक गांजा तस्करी करने के आरोप में राजस्थान भरतपुर निवासी रूपेंद्र चौहान, कन्हैया गुर्जर के अलावा जरवाय निवासी अजय गौरे उर्फ बॉबी, अदहरुद्दीन कुरैशी को गिरफ्तार किया है। एंटी क्राइम एंड सायबर यूनिट के नारकोटिक्स सेल के मुताबिक मुखबिर की सूचना पर गांजा तस्करों को टाटीबंध से बीएसयूपी कालोनी जाते रास्ते में घेराबंदी कर पकड़ा है। पुलिस के अनुसार अजय स्थानीय लेबल पर कुल्फी सप्लाय का काम करता है। राजस्थान के तस्करों से उसकी पुरानी पहचान है।

राजस्थान के तस्करों के कहने पर पेशे से ई रिक्शा चालक अजहरुद्दीन तथा अजय गांजा लेने ओडिशा गए थे। गांजा लाने के एवज में तस्करों ने अजय तथा अजहरुद्दीन को मोटी रकम कमीशन के रूप में देने का इकरार किया था।

राजधानी में कहर ढा रही गर्मी दस साल का पीछे छूटा रिकार्ड

हरिभूमि न्यूज ▶▶ रायपुर

■ लगातार दूसरे दिन पारा 46 डिग्री के पार

राजधानी में इस बार नवतपा इतना अधिक तपा कि राजधानी में दस साल का रिकार्ड पीछे छूट गया। वर्ष 2015 में शहर का पारा 40.6 तक पहुंचा था। इस बार गुरुवार को 46.8 और शुक्रवार को 46.4 डिग्री तापमान रिकार्ड किया गया। मौसम विज्ञान केंद्र के विशेषज्ञों के मुताबिक राजधानी में लू की स्थिति बहुत कम बार ही होती है, मगर इस बार भारी गर्मी ने इस अनुमान को गलत साबित कर दिया है। शहर में पिछले चार दिनों से गर्मी कहर ढा रही है और तापमान 45 डिग्री के पार होने की वजह से विभाग द्वारा लगातार ग्रीष्मलहर की चेतावनी जारी की जा रही है। गुरुवार की तुलना में शुक्रवार को शहर के तापमान में दशमलव 4 डिग्री की कमी आई, मगर इसका असर गर्मी पर नहीं हुआ और दिन में लोग तेज गर्मी से झुलसते रहे। शुक्रवार को भी शहर की सड़कों में दोपहर के वक्त सन्नाटा कायम रहा और आवाजाही करने वाले इक्के-दुक्के लोग नकाब में पूरी तरह लिपटे नजर आए। मौसम विशेषज्ञों का अनुमान है कि अगले चौबीस घंटे में गर्मी से किसी तरह की राहत मिलने के आसार नहीं है। तापमान मे भले ही थोड़ी कमी आ सकती है, मगर गर्मी से लोग परेशान रहेंगे। शहर का सर्वाधिक तापमान 30 मई 1988 को 47.9 का रिकार्ड है, जो अभी बरकरार है।

इस हफ्ते गर्मी के तेवर

शुक्रवार	46.4
गुरुवार	46.8
बुधवार	45.5
मंगलवार	45.8
सोमवार	43.6

कलेक्टोरेट बिल्डिंग में शराबखोरी जारी, बाज नहीं आ रहे पियक्कड़

हरिभूमि न्यूज ▶▶ रायपुर

■ फर्नीचरों के कबाड़ पर छोड़कर जा रहे खाली बोतलें

राजधानी के कलेक्टोरेट परिसर से लेकर बिल्डिंग में नशाखोरी थमने का नाम नहीं ले रही है। परिसर में जहां कुछ दुकानों में जर्दायुक्त तंबाकू और सिगरेट का खुलेआम धंधा चल रहा है, वहीं दूसरी ओर कलेक्टोरेट बिल्डिंग में भी शराब पीने वाले लोग बाज नहीं आ रहे हैं। इससे पहले बिल्डिंग की सीढ़ियों की दीवारों पर लगी खिड़कियों पर शराब की खाली बोतलें मिली थी, वहीं गुरुवार को यहां कबाड़ हो चुके फर्नीचरों में बोतलें मिली हैं। यह बोतलें बिल्डिंग की तीसरी मंजिल पर मिली हैं। इससे पता चला है कि कुछ लोगों ने ड्यूटी टाइम के बाद बिल्डिंग को शराब पीने का अड्डा बना लिया है।

अपर कलेक्टरों से लेकर कई विभागों के दफ्तर हैं बिल्डिंग में

कलेक्टोरेट की तीन मंजिला बिल्डिंग के ग्राउंड फ्लोर पर अपर कलेक्टरों के दफ्तर व कोर्ट रूम बने हुए हैं। दूसरी मंजिल में खनिज व आबकारी विभाग के दफ्तर तथा तीसरी मंजिल में आदिवासी विकास, योजना एवं सांख्यिकी, समग्र शिक्षा सहित अन्य विभाग के दफ्तर हैं। इस तरह बिल्डिंग के हर दफ्तर में अधिकारी से लेकर बड़ी संख्या में कर्मचारी भी बैठते हैं। इसके बाद भी इस बिल्डिंग में शराबखोरी को रोकने के लिए अब तक कोई प्रयास नहीं किया गया है।

अब तक कार्रवाई या सख्ती नहीं

कलेक्टोरेट के पूरे परिसर में नशा प्रतिबंधित है। इसके बावजूद परिसर से लेकर बिल्डिंग में लोग शराब, जर्दायुक्त गुटखा व सिगरेट का सेवन कर रहे हैं। इस पर लगाम लगाने के लिए अब तक प्रशासन स्तर पर कोई कार्रवाई या सख्ती बरती नहीं गई है। इसके कारण यहां नशाखोरी करने और बेचने वाले दोनों के मनोबल बढ़े हुए हैं।

गंदगी और कबाड़ से कर्मचारी भी परेशान

इस बिल्डिंग में गंदगी और कबाड़ से कर्मचारी भी परेशान हैं। नाम नहीं बताने की शर्त पर तीसरी बिल्डिंग के कुछ कर्मचारियों ने बताया कि इस बिल्डिंग का सबसे बुरा हाल है। नियमित सफाई नहीं होती, वहीं बाथरूम, लिफ्ट व सीढ़ियों पर गढ़ंगी पसरी रहती है। इस गंदगी के बीच अब ड्यूटी टाइम के बाद यहां अज्ञात लोग शराब भी पीने लगे हैं। कर्मचारियों का कहना है कि उन्हें लगता ही नहीं है कि राजधानी के कलेक्टोरेट की बिल्डिंग है, जहां अधिकारियों के साथ विभिन्न विभागों के दफ्तर हैं।

बिजनेस साइट

गॉस मेमोरियल ग्राउंड में फन एंड फिश वर्ल्ड का हुआ शुभारंभ

रायपुर। आकाशवाणी चौक काली मंदिर के पास स्थित गॉस मेमोरियल ग्राउंड में फन एंड फिश वर्ल्ड का शुभारंभ बृजमोहन अग्रवाल के करकमलों से किया गया। इस अवसर पर मेले के संचालकगण के अलावा अन्य गणमान्य उपस्थित थे।

मेले के संचालक ने बताया कि मेले में इस बार का प्रमुख आकर्षण फिश टनल है। इस आयोजन में दुबई फिश टनल पहली बार लाया गया है, जिसमे छोटी-बड़ी, रंगबिरंगी विविध मछलियों से भरे टनल के अलावा कई एक्वेरियम भी हैं, जिसे देखने लोगों की भीड़ पहुंच रही है। एक्वेरियम में 40 प्रकार की हजारों मछलियां हैं। इसके अलावा मेले में बच्चों और युवाओं को आकर्षित करने के लिए नए झूले लगाए गए हैं। इनमे फ्रिस्बी, जाइंट फ्रिस्बी, रेंजर, ब्रेक डांस झूला, कोलंबस झूला, जाइंट व्हील और ड्रैगन झूला समेत एरोप्लेन, मिनी ट्रेन, कार झूला, मिकी माउस आदि प्रमुख हैं।

गरीब बुजुर्गों को पेंशन लाभ दिलाने कलेक्टर से मिले महापौर

हरिभूमि न्यूज ▶▶ रायपुर

नगर निगम महापौर एजाज ढेबर एवं सभापति प्रमोद दुबे ने एमआईसी सदस्य श्रीकुमार मेनन, सुंदरलाल जोगी, पार्षद प्रतिनिधि राधेश्याम विभार, देवेंद्र यादव आदि ने कलेक्टर डॉ. गौरव कुमार सिंह से मिलकर उनसे इंदिरा गांधी राष्ट्रीय पेंशन योजना में एनएसएपी पोर्टल में ऑनलाइन पंजीयन बंद होने से रायपुर निगम क्षेत्र में निवासरत 263 से अधिक योजना में पात्र गरीब बुजुर्ग लोगों के पेंशन के लाभ से वंचित हो जाने एवं नगर निगम रायपुर के माध्यम से इस संबंध में 28 नवंबर एवं 23 दिसंबर 2023 को दिए गए स्मरण पत्र का कोई जवाब नहीं दिए जाने से अवगत कराया एवं एनएसएपी पोर्टल में ऑनलाइन पंजीयन प्रारंभ कराने का आदेश जारी कर पात्र गरीब बुजुर्ग नागरिकों को राष्ट्रीय पेंशन योजना का वांछित पेंशन लाभ शीघ्र दिलाने का अनुरोध किया है, ताकि लगातार नगर निगम एवं शासन के कार्यालय का चक्कर लगाकर अत्यंत परेशान हो रहे पात्र गरीब बुजुर्गों को पेंशन का शीघ्र वांछित लाभ सरकार की योजना के अंतर्गत प्राप्त हो सके।

हरिभूमि लाइव

रायपुर, शनिवार 1 जून 2024

Email id- zindgi.live.hb@gmail.com

0771- 4242222, Message at - 9630172937

04 कोको पाउडर से लाएं चेहरे पर चमक

लाइव इवेंट

शरीर में बनाए रखें कार्बोहाइड्रेट प्रोटीन व फैट का उचित संतुलन

रायपुर। एक निजी चिकित्सालय में बाल मधुमेह के विषय पर दोस्त संस्था द्वारा कार्यशाला का आयोजन किया गया। प्रमुख प्रशिक्षक डॉ. सत्यजीत साहू ने बाल मधुमेह के कारणों बताते हुए उसके इलाज के संबंध में विस्तार से जानकारी दी। उन्होंने बताया कि बचपन से ही यह बीमारी होने के कारण बाल मधुमेह के रोगियों के साथ ही उनके परिवार को भी इस बीमारी को समझने में परेशानी होती है। धैर्य रखकर समझने से परिवारजन इस बीमारी के साथ जीना सीख लेते हैं और तब यह बीमारी एक लाइफस्टाइल का रूप ले लेती है।

आहार प्रशिक्षक साझी सिंह ने खान-पान के बारे में बताया। उन्होंने कैलोरी की मात्रा और कार्बोहाइड्रेट, प्रोटीन और फैट के संतुलन के बारे में बताते हुए फल की जरूरत भी बताई।

पूजा मधुमेह की ब्रांड एंबेसडर

इस मौके पर इक्कीस वर्षीय पूजा सोनी को बाल मधुमेह का ब्रांड एंबेसडर चुना गया। बाल मधुमेह के अभिभावकों संग समाज सेविका लक्ष्मी सोनी ने अपने अनुभव को साझा करते हुए जागरूकता और समझदारी की जरूरत को रेखांकित किया। इंसुलिन टेकनीक को सिस्टर ममता और सिस्टर रिंकी ने समझाया। यौगिक जीवनशैली और कौशिकी नृत्य के लाभ के बारे में छत्तीसगढ़ी महिला समाज की प्रदेशाध्यक्ष मालती परगनिहा ने प्रशिक्षण दिया। कार्यक्रम के संयोजक एडवोकेट संतोष ठाकुर सहित दोस्त संस्था के सूरज दुबे ने भावनात्मक सहयोग की आवश्यकता बताई। इस अवसर पर सुनील शर्मा, टीएस राजपूत, लिली विक्टर, कमलेश चंद, डॉ.शुभम अवस्थी , दुशमंता बघेल, केशवानानी, भूमि , नव्याचंद समेत कई गणमान्य नागरिक शामिल रहे।

● एडवेंचर के शौकीन कम खर्च में पैरा मोटर में उड़ान भरकर अपनी ख्वाहिश कर सकते हैं पूरी

500 फीट ऊंचाई में एडवेंचर, पैराराइड से निहार सकते हैं राजधानी की खूबसूरती, दूसरे राज्यों से पहुंचे ट्रेनर

"पैरामोटर राइड करने के लिए दूसरे राज्यों के पहाड़ों में जाना नहीं पड़ेगा, क्योंकि अब यह सुविधा राजधानी में शुरू हो चुकी है। लोग कम खर्च में पैरा मोटर में उड़ान भरकर अपनी ख्वाहिश पूरी कर सकते हैं। आसमान में पैराग्लाइडिंग एडवेंचर एक्टिविटी लोगों को खूब भा रही है। युवा वर्ग इसे पसंद करता है और इसके लिए ही वे पहाड़ों में जाते हैं।"

रायपुर। हरिभूमि से बातचीत में संचालक प्रणम्य पाण्डेय ने बताया, पैराग्लाइडिंग एक्टिविटी को लेकर लोगों में दिलचस्पी बढ़ी है। 12 दिन पहले ही हमने इसे शुरू किया। एडवेंचर एक्टिविटी को लोगों का रूझान अच्छा मिल रहा है। उन्होंने बताया पैरामोटर इंपोर्टेंट इटालियन का है। 3000 हजार में 500 फीट से अधिक ऊंचाई में लेकर जाते हैं। इतनी ऊंचाई में शहर की खूबसूरती को अच्छे से निहार सकते हैं। विधानसभा रोड स्थित ज्ञान गंगा स्कूल स्थित मैदान में पैरामोटर राइड का आनंद ले सकते हैं।

अच्छा समय अगस्त से लेकर जनवरी तक

पैरामोटर राइड प्रोफेशनल ट्रेनर की निगरानी में की जा रही है। एमपी के ट्रेनर लोगों को आकाश यात्रा करवा रहे हैं। पैराग्लाइडिंग के दौरान वीडियोग्राफी भी कर सकते हैं। इस वजह से युवा बड़ी संख्या में छुट्टी के दिनों में पहुंच रहे हैं। पैराग्लाइडिंग के लिए अच्छा समय अगस्त से लेकर जनवरी तक होता है। तेज गर्मी में अधिक तापमान के कारण लोग इससे बचते हैं। ऐसे में आने वाले महीनों में लोगों के बीच यह एक्टिविटी आकर्षण का केंद्र बनेगी। सुरक्षा दृष्टि से लोगों को राइड से पहले आवश्यक उपकरण दिए जाते हैं। बारिश के दौरान राइड नहीं कराया जाता है।

मैनपाट के बाद रायपुर में सुविधा

पैरामोटर राइड की सुविधा छत्तीसगढ़ में पहले केवल मैनपाट में ही थी, लेकिन अब यह रायपुर में भी मिलने लगी है। बच्चों से लेकर युवा वर्ग स्काई एडवेंचर करते हुए खूब मस्ती कर रहे हैं। यहां सुबह और शाम के समय भी लोगों की चहल-पहल देखने को मिल रही है। संचालक का कहना है कि उत्तराखंड और हिमाचल प्रदेश में पैराग्लाइडिंग की फीस 5 हजार तक है। रायपुर में 3 हजार में यह आकाश यात्रा कर सकेंगे। खास बात यह भी है कि तय शर्तों के अनुसार 10 साल के बच्चे भी इस एक्टिविटी का लुत्फ उठा सकते हैं।

जन्मदिन व वर्षगांठ बना रहे यादगार

कई युवा यहां अपना डर दूर करने के लिए यहां पहुंच रहे हैं। जिन्हें ऊंचाई से डर लगता है, वे विशेष रूप से यहां पहुंच रहे हैं। एडवेंचर एक्टिविटी के दौरान 15 मिनट तक पैरामोटर ऊंचाई में होता है। ज्यादातर लोग जन्मदिन, वर्षगांठ को यादगार बनाने के लिए यह राइड करने पहुंच रहे हैं। शहर के विहंगम दृश्य को देखने और कैमरे में कैद करने लोगों में राइड करने को लेकर उत्साह देखा जा रहा है। बिलासपुर, दुर्ग व भिलाई से बड़ी संख्या में लोग यहां अब पहुंचने लगे हैं।

सिटी इवेंट

कैंप में बनाए क्राफ्ट, विक्रय के लिए लगेंगे चिल्ड्रन स्टॉल

रायपुर। जिला प्रशासन द्वारा जेआर दानी स्कूल में आयोजित समर कैंप का शुक्रवार को समापन हुआ। कलेक्टर डॉ. गौरव सिंह ने प्रशिक्षिकों और प्रतिभागियों को सम्मानित भी किया। कलेक्टर ने कहा, 15 दिवसीय आयोजित समर कैंप में तरह-तरह की विधाओं का बच्चों को प्रशिक्षण मिला। इसका उद्देश्य ग्रीष्मकालीन अवकाश का सदुपयोग करना रहा। इस समय परीक्षाएं हो जाती हैं और बच्चे खाली रहते हैं। ऐसे समर कैंप में बच्चे पेंटिंग, बांसुरी वादन, एआई, नृत्य जैसे तमाम विधाओं को सीखते हैं, जिसका वे निरंतर अभ्यास कर पारंगत हो सकते हैं।

gkkgkgkgkgk kggk

कलेक्टर ने कहा, बच्चों ने जो सीखा है, वे उनका घर जाकर अभ्यास करें। चाहें तो प्रशिक्षिकों का मोबाइल नंबर प्राप्त कर संपर्क कर सकते है। कलेक्टर ने पालकों से अपील की थी कि इस समय भीषण गर्मी है, बच्चों को भीतर रखें और गर्मी कम होने पर शाम को घर से बाहर निकलने दें और जब बाहर निकलें तो कुछ खिलाकर और पानी का इंतजाम कर जाने दें। साथ ही लू से बचाव के सारे उपायों को अपनाते रहें। समर कैंप में बच्चों द्वारा विविध सामग्री का निर्माण किया गया है। दो आयु वर्ग में 4 से 10 वर्ष तक व 10 से 16 वर्ष तक के बच्चों के उत्पादों का स्टॉल लगाकर विक्रय किया जाएगा। ऐसे आयोजन से उनकी अंर्तनिहित प्रतिभा भी सामने आती है। इससे बच्चों में इंटरपिन्योर्शिप की भावना आएगी एवं लोगों से सीधा संवाद करने की विधा वे सीख सकेंगे।

एआई तकनीक से बताया एलियन के बारे में

आधुनिक विकास में एआई तकनीक का इस्तेमाल किया जा रहा है। समर कैंप में बच्चों को एआई तकनीक का इस्तेमाल करना सिखाया गया। बच्चों ने न्यूट्रान में एलियन के बारे में एआई तकनीक से बताया। बच्चों की इस प्रतिभा को खूब सराहा गया। साथ ही रोप जंप में भी बच्चों ने अपनी प्रतिभा दिखाई।

गुजरात से आएगी शनिदेव की पोशाक, 5 जून को संध्या 7.53 पर प्रारंभ होगी अमावस्या तिथि

■ उदयातिथि के आधार पर शनि जयंती 6 को, मंदिरों में फूलों से होगी सजावट

रायपुर। श्री शनिदेव जन्मोत्सव से पूर्व मंदिरों में तैयारी की जा रही है। आने वाले 6 जून को शनिदेव जयंती मनाई जाएगी, जिसके लिए शहर स्थित शनि मंदिरों में रुपरेखा तैयार की गई है। यहां सुबह से देर रात तक निरंतर कार्यक्रम का आयोजन किया गया है। इसके लिए मंदिर प्रांगण को विशेष रूप से फूलों से सजाया जाएगा।

वैदिक पंचांग के अनुसार ज्येष्ठ मास की अमावस्या तिथि की शुरुआत 5 जून को शाम 7 बजकर 53 मिनट पर होगी। अमावस्या तिथि का अंत 6 जून को शाम 6 बजकर 6 मिनट पर होगा। उदया तिथि के अनुसार शनि जयंती 6 जून गुरुवार को मनाई जाएगी। शनि जयंती पर स्नान-दान तथा पूजन का विशेष महत्व होता है। श्रद्धालु शनि मंदिर में तेल चढ़ाने बड़ी संख्या में पहुंचते हैं। इसे देखते हुए खास व्यवस्था की जा रही है।

मंदिर के वरिष्ठ शनि उपासक पं. हजारी लाल शर्मा ने बताया, साल में एक बार जयंती अवसर पर श्रद्धालुओं को भगवान के चल विग्रह पर तेल अर्पित करने का अवसर दिया जाता है।

जयंती अवसर पर श्रद्धालु अपने स्वेच्छानुसार दान कर सकते हैं। शहर के अन्य शनि मंदिरों में भी विशेष पूजन की व्यवस्था की जा रही है। जिन मंदिरों में शनि देव की प्रतिमा है, वहां भी श्रृंगार होगा।

पहली बार सुबह 6 से रात 12 बजे तक महारुद्र अभिषेक

सदरबाजार चुड़ी लाइन स्थित प्राचीन शनिदेव मंदिर में भव्य आयोजन किया जाएगा। मंदिर के शनि उपासक पं.अभिषेक शर्मा ने बताया, इस दिन फूलों का श्रृंगार, झांकी, भजन संध्या सहित रात्रि 7 बजे महाआरती और एक घंटे आतिशबाजी का कार्यक्रम रखा गया है। मंदिर में पहली बार सुबह 6 बजे से रात 12 बजे तक महारुद्र अभिषेक किया जाएगा। साथ ही दोपहर 12 बजे से 1500 से अधिक लोगों के लिए भंडारे की व्यवस्था की गई है। जन्मोत्सव के खास अवसर पर भगवान की प्रतिमा के लिए गुजरात से पोशाक तैयार कराया जा रहा है। पोशाक का ऑर्डर 15 दिन पहले से किया गया है। जिसकी कीमत 10 हजार से अधिक है।

योग के जरिए गर्मी में रह सकते हैं स्वस्थ

रायपुर। नया सवेरा जन कल्याण समिति छत्तीसगढ़ द्वारा 31 मई को ऑक्सीजन जोन मे सुबह 6 बजे से 8 बजे तक निःशुल्क बीपी व शुगर जांच शिविर का आयोजन किया गया। जिसका लाभ वहां योग कैंप के साथ गार्डन में स्वास्थ्य लाभ लेने पहुंचे सदस्यों ने उठाया। उन्होंने अपने बीपी व शुगर की जांच कराई। 125 लोगों ने इस निःशुल्क सेवा का लाभ उठाया। योग गुरू ज्योति साहू ने बताया कि किस तरह से इस भीषण गर्मी में कैसे योग द्वारा स्वस्थ रहा जा सकता है।

अंत में समिति की तरफ से सभी उपस्थित लोगों को कैप में मठा वितरण किया गया। नया सवेरा जनकल्याण समिति के लीना अजय साव, डॉ.बसंत, सुधीर साहू के साथ, भावना बाधेला, विश्वकर्मा, राजेन्द्र साहू, सोनिया साहू सहित अन्य का विशेष सहयोग इस कैंप में रहा। आमजनों ने शिविर की सराहना करते हुए निकट भविष्य में भी इस तरह के कैंप आयोजित करने की बात कही।

अमलेश्वर में जारी शिव महापुराण के पांचवें दिन पं. प्रदीप मिश्रा ने सुनाई कथा

कार्नर न्यूज

यदि आपके पास कोई काम नहीं तो विरान पड़ी जगह पर वृक्ष लगाएं या गौ सेवा करें, ईश्वर ने किसी को व्यर्थ नहीं बनाया

रायपुर। कोई जल्दी तो कोई लेट से बनता है, लेकिन शिवजी को जल चढ़ाने वाला एक दिन सेठ जरुर बनता है। आप लोग जिस दिन समय की कीमत जान लेंगे, भगवान शिव आपका बेड़ा पार कर देंगे। मकान बनाने के लिए गारे की जरुरत पड़ती है। वहीं शिव को घर में बसाने के लिए दिल की जरुरत है। जिस दिन उन्हें दिल में बसा लेंगे, उस दिन से भला होना शुरू हो जाएगा। शिवजी को जब पूजो मन से पूजो, भेदभाव रखोगे तो महादेव नहीं आएंगे। किसी उद्देश्य के लिए भगवान ने हमें पृथ्वी पर भेजा है, इसलिए उनकी अराधना जरुर करना चाहिए।

ये बातें कथावाचक पं. प्रदीप मिश्रा ने अमलेश्वर में शिवमहापुरा के पांचवें दिन कही। शुक्रवार को कथा श्रवण करने के लिए महंत श्याम सुंदर दास, विधायक राजेश मूणत, रोहित साहू , इंद्रकुमार साहू व रमेश ठाकुर पहुंचे हुए थे। इस दौरान महाराज ने आयोजक पवन खंडेलवाल, विशाल खंडेलवाल, मोनू साहू व विशेष सहयोगियों को आशीर्वाद दिया।

मन व विचार में मतभेद न आने दें

आप कभी भी अपने मन और विचार में मतभेद मत आने दें। हमें इस दुनिया में कोई न कोई काम करते रहना चाहिए। कभी भी यह नहीं समझना चाहिए कि मैं किसी काम का नहीं। अगर तुम्हारे पास कोई काम नहीं है, तो विरान पड़े जगह पर वृक्ष लगाएं या गौ माता की सेवा शुरू कर दें। रचना को बनाने वाले शिव है, तो उन्होंने व्यर्थ किसी को नहीं बनाया होगा। एक दिन आपकी यही सेवा कौन सी नौकरी लगा देगा, पता नहीं चलेगा। सेवा करो पर गलत संगत में मत पड़ो। बुजुर्गों को सलाह देते हुए कहा कि खाली समय का सदुपयोग करें व दूसरों को प्रेरित करें। खाली समय में ताश खेलने से बुजुर्गों को परहेज करना चाहिए।

दफनाने व जलाने पर मिलता है स्थान

रुकमणी के 8 बच्चे को जमीन में दफनाया गया था। लेकिन रुकमणी ने एक अच्छा काम किया, वह रोज शिव मंदिर जाती और वहां जले हुए दीयो को एकत्रित करके एक जगह पर रखती थी। आठ पुत्रों के निधन से वह दुखी होकर रोते हुए शिव को वेदना सुना रही थी। आंसू चार प्रकार के होते हैं- विडम्बना, वेदना, विरह और वंदना। तब भगवान शिव प्रकट हुए और रुकमणी से कहा कि जहां आठवें पुत्र को दफनाया हैं वहां फिर से खोदो, आठवां पुत्र मिलेगा। बड़ों को श्मशान घाट में जलाया जाता हैं, जहां शिव रहते हैं। बच्चों को दफनाते हैं। वहां मां पार्वती की गोद होती है, उस स्थान को गौरी भी कहा जाता है।

सिटी लाइव

शुद्ध जल के उपयोग मात्र से नियंत्रित कर सकते हैं बीमारियां

रायपुर। सामुदायिक स्तर पर स्वच्छ जल की उपलब्धता एवं गुणवत्ता के संबंध में मेडिकल कॉलेज के सामुदायिक चिकित्सा विभाग में यूनिसेफ के सहयोग से गुरुवार को एक दिवसीय कार्यशाला जल मंथन 2.0 का आयोजन किया गया। इस कार्यशाला में छत्तीसगढ़ शासन के विभिन्न विभाग जैसे लोक स्वास्थ्य यांत्रिकी, स्वास्थ्य विभाग, चिकित्सा शिक्षा, नगरी प्रशासन, पंचायत इत्यादि के प्रतिनिधि शामिल हुए। कार्यशाला में स्वच्छ पेय जल की गुणवत्ता, जैविक एवं रसायनिक शुद्धता, जल गुणवत्ता परीक्षण एवं दूषित पानी से होने वाले विभिन्न रोगों के संबंध में विस्तृत परिचर्चा की गई। इस परिचर्चा में विभिन्न विभागों के प्रतिभागियों ने इससे संबंधित उनके विभाग में संचालित गतिविधियों एवं अनुभवों को साझा किया तथा भविष्य की कार्ययोजना तैयार कर विभिन्न विभागों में सामंजस्य स्थापित करने पर सहमति बनी।

बताई गई वॉटर टेस्टिंग की तकनीक

पैथोलॉजी विभागाध्यक्ष डॉ. अरविंद नेरल ने कहा, जनसमान्य लोगों में शुद्ध पेयजल की उपलब्धता मात्र से ही अनेक जल जनित रोगों में नियंत्रित किया जा सका है, जो कि जल जीवन मिशन की बड़ी उपलब्धि है। फिर भी इस दिशा में और वैज्ञानिक एवं तकनीकी कार्य करने की आवश्यकता है, जिससे जलजनित बीमारियों को पूर्णतः नियंत्रित किया जा सके। कार्यशाला में जल जीवन मिशन एवं यूनिसेफ द्वारा वॉटर टेस्टिंग की तकनीकों पर प्रकाश डाला गया। सामुदायिक चिकित्सा विभागाध्यक्ष डॉ. निर्मल वर्मा ने जल में पाए जाने वाले जीवाणुओं, उनके होने के संकेत पर प्रकाश डाला एवं रोकथाम के उपायों पर चर्चा की। कार्यशाला में आशा लता गुप्ता, परिमल दत्ता, उमेश साहू, देवी दास, समर्थन, बिरजा, डॉ. चयनिका विशेष रूप से शामिल रहे।

सोशल लाइव

राहत देने ट्रैफिक जवानों को मट्ठा व इलेक्ट्राल वितरित

रायपुर। शहर में इन दिनों पड़ रही भीषण गर्मी, लू से हर कोई हलाकान है। चौक-चौराहों पर यातायात व्यवस्था संभाल रहे यातायात के जवानों को गर्मी से राहत देने गुरूवार से समाज सेवी संस्था वी फोर नेशन ने सेवा अभियान चलाया। संस्था सदस्यों ने वीआइपी चौक श्रीराम मंदिर से इस अभियान का शुभारंभ कर शहर के प्रमुख चौक-चौराहे पर जाकर ड्यूटी कर रहे यातायात जवानो को शीतल पेय, मट्ठा, इलेक्ट्रॉल पॉउडर आदि का वितरण किया। इस सेवा अभियान में संस्था अध्यक्ष सुनील श्रीवास्तव, जेएस ठाकुर, रोहित, चंदू, कृष्णा दास, मिशिका तिवारी, दिव्यांशी शर्मा आदि शामिल रहे।

घर पहुंचाया जाएगा सकोरा और कोटना

वी फोर नेशन संस्था का यह सेवा अभियान गर्मी का असर कम होने तक रोजाना 12 से 5 बजे तक जारी रहेगा। इस अभियान में मूक जानवरों के पीने के लिए पानी, भोजन आदि रखने संस्था की ओर से निःशुल्क कोटना,सकोरों का वितरण भी किया जा रहा है। जिस व्यक्ति को इसकी जरूरत है, वे फोन नंबर 93020-88111 पर काल करके कोटना, सकोरे प्राप्त कर सकते हैं। संस्था की ओर से यह आपके घरों तक पहुंचा कर दिया जाएगा। भविष्य में भी टूट-फूट होने पर संस्था से दोबारा प्राप्त कर सकते हैं। केवल उसमें पानी व भोजन की व्यवस्था पवित्र मन से करनी होगी।

कैंपस इवेंट

उच्च शैक्षणिक गुणवत्ता का केंद्र बिंदु होता है रिचर्स पेपर

रायपुर। मैक में आयोजित पांच दिवसीय फैकेल्टी डेवलपमेंट प्रोग्राम का समापन शुक्रवार को हुआ। कार्यक्रम का मुख्य उद्देश्य महाविद्यालय के सदस्य एवं प्रोफेसर के शैक्षणिक विकास पर जोर देना रहा।

इस दौरान मुख्य वक्ता के रुप में एनआईटी के प्रो.अनुज कुमार शुक्ला शामिल हुए। अंतिम दिन ऑनलाइन माध्यम से कार्यक्रम का संचालन किया गया, जहां वक्ता प्रो.शुक्ला ने विभिन्न विषयों पर चर्चा की। इसमें रिसर्च पेपर के महत्व, विधियां, परिणाम एवं निष्कर्ष के लेखन शैली एवं तैयार करने की जानकारी साझा की गई। उन्होंने कहा, वर्तमान में शैक्षणिक गुणवत्ता का मुख्य बिंदु रिसर्च पेपर होता है।

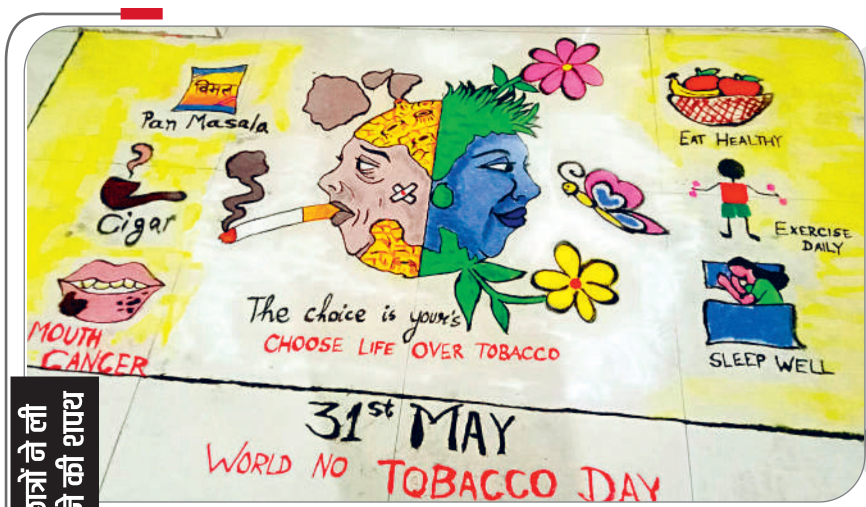
शिक्षकों में जरूरी है नेतृत्व गुण

इसके अलावा वक्ताओं द्वारा राष्ट्रीय शिक्षा नीति तथा आधुनिक शिक्षण तकनीक और डिजिटल टूल्स की जानकारी दी गई। प्रथम और द्वितीय दिवस दिए गए इन व्याख्यान के अलावा तीसरे दिन वक्ता स्वरुप ट्रिपलआईटी के प्रो.अमित अग्रवाल उपस्थित रहे, जिनके द्वारा अनुसंधान पद्धतियों पर चर्चा की गई। चौथे दिन ट्रिपलआईटी के प्रो.केजी श्रीनिवास मौजूद रहे, जिनके व्याख्यान का मुख्य विषय शिक्षकों का नेतृत्व गुण और शैक्षिक प्रबंधन रहा। प्रत्येक वक्ता ने उपस्थित सभी प्रतिभागियों से प्रश्न-उत्तर सत्र में कई प्रश्न पूछे और आवाज के अनुसार कार्य करने की बात कही। कार्यक्रम का संचालन हसन रजा ने किया। संयोजक डॉ.इला दीक्षित रही।

विश्व तंबाकू निषेध दिवस पर राजधानी में हुए विविध आयोजन

शब्दों से लेकर तस्वीरों तक... तंबाकू निषेध का सशक्त संदेश, मेडिकल स्टूडेंट्स रहे अव्वल

रायपुर। विश्व तंबाकू निषेध दिवस के मौके पर शहर में कई आयोजन हुए। इन आयोजनों के माध्यम से लोगों को नशा छोड़कर जिंदगी चुनने की सीख दी गई। कहीं इस विषय पर पोस्टर प्रतियोगिता रखी गई तो कहीं स्लोगन स्पर्धा हुई। इन सभी कार्यों में मेडिकल छात्र सबसे आगे रहे। उनके द्वारा बड़े पैमाने पर तंबाकू से दूरी बनाए रखने संदेश दिए गए और अभियान चलाया गया। सर्वाधिक रोचक उनके द्वारा बनाए गए पोस्टर रहे, जिसमें उन्होंने तंबाकू के दुष्प्रभाव बताए।



मेडिकल छात्रों ने ली तंबाकू छोड़ने की शपथ

मेडिकल कॉलेज में तंबाकू के नशे के विषय में जागरूकता कार्यक्रम के अंतर्गत चित्रकला, रंगोली और स्लोगन प्रतियोगिता रखी गई। समस्त छात्रों को तंबाकू के नशे के विषय में जागरूक किया गया, साथ ही तंबाखू का उपयोग नहीं किए करने शपथ ग्रहण कराया गया। पीली पट्टिका खींच महाविद्यालय को तंबाखू मुक्त किया गया। डॉ.अरविंद निरल, डॉ.निर्मल वर्मा, डॉ.मिनी शर्मा, डॉ.प्रशांत जयसवाल, डॉ.संदीप अग्रवाल, डॉ.शैलेंद्र अग्रवाल सहित अन्य उपस्थित रहे।

नशा त्यागने लगाई गई दानपेटी

विश्व तंबाकू निषेध दिवस के अवसर पर प्रजापिता ब्रह्माकुमारी मेडिकोज द्वारा रायपुर रेलवे स्टेशन गेट नंबर-2 में एकदिवसीय नशा मुक्ति आध्यात्मिक प्रदर्शनी का आयोजन किया गया। उद्घाटन कार्यक्रम में अतिथि के रूप में पूर्व कैबिनेट मंत्री और वरिष्ठ विधायक राजेश मूणत शामिल हुए। इस दौरान मूणत ने कहा कि अगर स्वस्थ जीवन जीना है तो तंबाकू और उससे निर्मित पदार्थों को न कहना सीखना पड़ेगा। अतिथियों ने प्रदर्शनी का अवलोकन किया और वहां उपस्थित लोगों से चर्चा भी की। इस दौरान उन्होंने कहा कि तंबाकू का सेवन स्वास्थ्य के लिए अत्यंत हानिकारक है। नशा छोड़ने के लिए दानपेटी भी लगाई गई, जहां लोगों ने अपनी बुराइयां का दान किया। अंतर्राज्यीय बस स्टैंड भाठागांव में भी इस तरह का आयोजन हुआ।

आर्थिक बोझ साथ लाता है तंबाकू

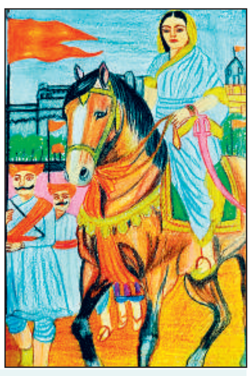
कोलंबिया कॉलेज ऑफ फार्मेसी में विश्व तंबाकू निषेध दिवस पर कार्यक्रम का आयोजन किया गया। कार्यक्रम का मुख्य उद्देश्य तंबाकू के हानिकारक प्रभावों के बारे में लोगों को जागरूक करना रहा, जिससे तंबाकू मुक्त समाज को बढ़ावा मिल सके। कॉलेज के एनएसएस स्वयंसेवकों की भागीदारी कार्यक्रम में देखने को मिली। कॉलेज के प्राचार्य सुरेंद्र सराफ ने स्वस्थ समाज को बढ़ावा देने में शैक्षणिक संस्थानों की भूमिका पर जोर दिया। एनएसएस ऑफिसर डॉ.मनोज वर्मा ने अपने संबोधन में तंबाकू के स्वास्थ्य पर पड़ने वाले प्रतिकूल प्रभाव की जानकारी दी। साथ ही तंबाकू से संबंधित बीमारियों का आर्थिक बोझ और तंबाकू छोड़ने की प्रभावी रणनीतियों सहित कई विषयों पर क्रमबद्ध रुप से जानकारी साझा की। फार्माकोग्नोसी विभागाध्यक्ष डॉ. आशीष ने तंबाकू की लत से निपटने के तरीके पर व्यावहारिक सलाह दी।

कैनवास पर 'नशा मजा नहीं सजा' थीम पर कलाकारों ने उकेरी कृतियां

कैनवास पर 'नशा मजा नहीं सजा' थीम पर कलाकारों ने 28 कृतियां उकेरी। इसे महाकौशल कला परिषद के सहयोग से कला वीथिका की आर्ट गैलरी में सजाया गया। इसमें जीवन में नशा, मौत की सजा की भावना को प्रकट करते हुए प्रदर्शनी सजाई गई। इसका शुभारंभ शुक्रवार को डॉ. अमिताभ बैनर्जी, डॉ. कुंज बिहारी शर्मा ने किया। कला प्रदर्शनी में प्रदेश के वरिष्ठ, युवा व बाल चित्रकार ही नहीं बल्कि महिला कलाकारों की रचनाओं को भी प्रदर्शित किया गया है। इसका अवलोकन लोग शनिवार को शाम 5 से 7 बजे तक, रविवार को सुबह 9 से 11 बजे तक कला वीथिका में कर सकते हैं। नशा मुक्त भारत, नशा और युवा, नशा और विनाश का मंजर, आज का मजा कल की सजा ,योग साधना, संतुलित आहार संयमित जीवन शैली पर केंद्रीत रचनाओं को प्रदर्शनी में शामिल किया गया है।

चित्रों में उकेरा देवी अहिल्या बाई का जीवन अनुभवी चित्रकारों को मात देते आए नजर

रायपुर। संस्कार भारती संस्था द्वारा जिला स्तरीय निःशुल्क चित्रकला प्रतियोगिता का आयोजन किया गया। देवी अहिल्या बाई होल्कर की 300वीं जयंती के अवसर पर प्रतियोगिता का आयोजन शहर स्थित वृंदावन सभागृह में किया गया। कार्यक्रम के अंत में विजेता प्रतिभागियों को पुरस्कार से सम्मानित किया गया। इस दौरान मुख्य अतिथि के रुप में धरसींवा विधायक पद्मश्री अनुज शर्मा और विशिष्ट अतिथि के रूप में मैक के चेयरमेन राजेश अग्रवाल उपस्थित रहे। संस्था द्वारा चित्रकला प्रतियोगिता में अहिल्या बाई के जीवन पर चित्र निर्माण करने का लक्ष्य दिया गया।



ये बने विजेता

ग्रुप ए : प्रथम-आशिका सिंघल, द्वितीय-निशिका पोद्दार, तृतीय-आर्यना अग्रवाल

ग्रुप बी : प्रथम-काव्या मित्तल, द्वितीय-संस्कृति साहू, तृतीय-किरण पालीवाल

ग्रुप सी : प्रथम-नमिता रैदान, द्वितीय-रुद्र प्रताप, तृतीय-रेणुका साहू

ग्रुप डी : प्रथम-राज बघेल, द्वितीय-आलोक आत्माराम, तृतीय-उत्कर्ष पटेल।

120 चित्रकार हुए शामिल

इस दौरान कार्यक्रम के संयोजक भोजराज धनगर ने बताया, आयोजित प्रतियोगिता में लगभग120 प्रतिभागियों ने हिस्सा लिया। कार्यक्रम के दौरान निर्णायक के रुप में अनुभवि चित्रकार मौजूद रहे, इसमें रचना अग्रवाल, अरविंद यदु, राहुल दत्त, अनुष्का चक्रवर्ती, मनहरन देवांगन और सिद्धार्थ सोनी शामिल है। प्रतियोगिता में ग्रुप ए में कक्षा नर्सरी से कक्षा तीसरी तक के बच्चे शामिल हुए, ग्रुप बी में कक्षा चौथी से आठवी तक, ग्रुप सी में कक्षा 9वीं से 12वीं और ग्रुप डी में महाविद्यालय के विद्यार्थियों ने हिस्सा लिया।

जेसीआई के ट्रेनिंग में देशभर से पहुंचे 91 बच्चे

मिलकर बनाई डॉक्यूमेंट्री, दिखाई घर की कहानी

रायपुर। जेसीआई वामा कैपिटल द्वारा तीन दिवसीय ट्रेनिंग प्रोग्राम का आयोजन किया जा रहा है। इस कार्यक्रम में देश के विभिन्न स्थानों से 91 बच्चे शामिल हुए हैं। शुक्रवार से आयोजित कार्यक्रम का समापन 2 जून को किया जाएगा। शहर स्थित सालासार धाम में सुबह से देर रात तक आयोजित किया जा रहा है। ट्रेनिंग प्रोग्राम में मानसिक एवं शारीरिक रुप से एक्टिव और जीवन में संतुलन बनाकर चलने की प्रक्रिया सिखाई जा रही है। इस दौरान विभिन्न एक्टिविटी के माध्यम से बच्चों को सलाह दी जा रही है।

एक-दूसरे से अंजान होने के बाद भी स्कूली बच्चों ने साथ मिलकर डॉक्यूमेंट्री फिल्म की। जिसमें सभी ने अपने घर की छोटी सी कहानी प्रस्तुत की। कार्यक्रम के पहले दिन ही बच्चों में उत्साह देखते ही बन रहा था। ट्रेनिंग के दौरान बच्चों ने अपनी कला का प्रदर्शन किया।

8 ग्रुप में 11-11 बच्चों की भागीदारी

जेसीआई वामा कैपिटल की सदस्य दीया मूलचंदानी ने बताया, तीन दिवसीय ट्रेनिंग सेमिनार के ट्रेनर्स शामिल हुए हैं। जिसमें मुंबई से निशा चांडक, कोलकाता से श्रीजा, लुधियाना से साक्षी महाजन और राजस्थान से सोनिया महेश्वरी उपस्थित रहीं। प्रोग्राम के दौरान सभी ट्रेनर्स द्वारा प्रशिक्षण दिया जाएगा। कार्यक्रम के दौरान डॉक्यूमेंट्री फिल्म, ग्रुप एक्टिविटी, ई-बुक की प्रदर्शनी भी लगाई गई। इस अवसर पर बच्चों का 8 ग्रुप तैयार किया गया है, प्रत्येक समूह में 11-11 सदस्य मौजूद हैं।

प्रोग्राम में को-ऑर्डिनेटर रीना सिन्हा, निर्देशिका प्रकृति श्रीवास्तव, शिखा सिंह, गेस्ट ऑफ ऑनर योगिता जायसवाल, चेयरपर्सन यशस्विनी उपस्थित रहीं।

शरीर को ठंडा रखने ले सकते हैं प्राणायाम और योगासान की मदद

बेल का शरबत दिलाएगा राहत, देशी भाजियां भी बेहतर विकल्प कॉर्न स्प्राउट्स से शरीर को विटामिन के साथ मिलती है तंदुरुस्ती

कार्नर न्यूज

नौतपा की शुरुआत से ही सूरज कहर ढा रहा है, जिसके चलते लोग अपने घरों पर ही रहना पसंद कर रहे हैं। गर्मी की वजह से ऐसे में अधिक मात्रा में भोजन करना लोग पसंद नहीं कर रहे हैं। ऐसे में हेल्दी डाइट मेंटेन करने के लिए चिकित्सक, डाइटिशियन और जिम ट्रेनर की सलाह उनके द्वारा ली जा रही है।

रायपुर। विशेषज्ञों का कहना है कि नारियल पानी को रोजाना अपने डाइट में शामिल करें। इससे स्ट्रेस दूर होने के साथ शरीर का इम्यूनिटी बूस्ट होता है। शहर में तापमान 47 डिग्री के करीब है। इस मौसम में तेज मसालेदार भोजन करने से पाचन संबंधित समस्या हो सकती है। अधिक तेल वाली चीजों से मेटाबॉलिज्म भी स्लो हो जाता है। शरीर को पानी की कमी से बचाने के लिए रोजाना 3 से 4 लीटर पानी जरुर पीएं।

फलों के चुनाव में सावधानी बरतें मरीज

शुगर पेशेंट नींबू पानी, लस्सी, छाछ, नारियल पानी ले सकते हैं। **थायराइड पेशेंट** को सब्जियों और ड्राईफ्रूट के चुनाव में सावधानी बरतने की आवश्यकता है। गोभी, सोया और रागी का सेवन ना करें। गर्मी के दौरान खीचड़ी, नारियल पानी, दही खा सकते है।

छिल्कायुक्त भोजन लें

डाइटिशियन डॉ.निशा गुप्ता ने बताया, इन दिनों भोजन में भाजी का सेवन करना बेहतर होता है। भाजी में पोटेशियम और मैग्नीशियम होता है, जो शरीर के लिए फायदेमंद होता है। शरीर को ठंडक रखने के लिए मट्ठा, नींबू पानी, दही, बेल का शर्बत बेहतर विकल्प है। खीरा, ककड़ी, कीवी खाना जरुरी है। जिन फलों में अधिक मात्रा में रस होता है, उसे डायबिटीज पेशेंट अधिक मात्रा में नहीं खा सकते हैं। खाद्य पदार्थों में कैलोरी की मात्रा कम से कम होना जरुरी है। इसके लिए छिल्कायुक्त भूना हुआ भोजन ही डाइट में लें।

दही के साथ मिलाएं सलाद

डॉ.नवीन बागरेचा ने बताया, गर्मी के दौरान रोजाना नास्ते और खाने में सलाद को शामिल करें। गर्मी के मौसम में कब्ज, उल्टी, पेट दर्द, सर दर्द की समस्या देखने को मिलती है, जिसके लिए सलाद को भोजन में शामिल करें। इसमें खीरा, ककड़ी, प्याज, मूली, टमाटर को बारीक काटकर दही के साथ सेवन करना सही होता है। इससे पेट को ठंडा रखने में मदद मिलती है। कॉर्न स्प्राउट्स का सलाद गर्मी के दिनों में फायदेमंद होता है। इससे विटामिन के साथ शहर में तंदुरुस्ती बनाए रखने में मदद मिलती है।

शीतली और शीतकालीन प्राणायाम

डॉ.प्रेम राजपूत ने बताया, गर्मी के दिनों में अधिक से अधिक मौसमी फलों का सेवन करें। इसमें खरबूज, तरबूज, ककड़ी, खीरा, बेल का शर्बत, आम पना शामिल है। हेल्दी डाइट के साथ शरीर को ठंडा रखने के लिए शीतली और शीतकालीन प्राणायाम रोजाना करें। इसे शुरुआती दिनों में 30 सेकंड से 1 मिनट तक करें, जिसके बाद 5 से 10 मिनट तक रोजाना करें।

ज्योतिष शास्त्र

घर पर घड़ी लगाने का क्या है सही तरीका, किस दिशा में लगाना होता है शुभ

अक्सर हम लोगों को यह कहते हुए सुनते हैं कि 'समय ठीक नहीं चल रहा है' या यह कि 'पलक झपकते ही सब कुछ बदल गया'। इन दोनों वाक्यों से ये अंदाजा लगाना बहुत आसान है कि हमें ईश्वर द्वारा दिया गया 'समय' सबसे बेशकीमती तोहफा है। क्षणभर में ही समय किसी को राजा बना देता है तो किसी को रंक बना देता है। जिस घड़ी में हम समय देखते हैं उसके भी रखरखाव का बहुत महत्व होता है। हिंदू धर्म में कठिन समय से बाहर निकलने के लिए घर पर घड़ी रखने को लेकर कुछ उपाय कर सकते हैं। वास्तु के अनुसार घर में सजावट के समान से लेकर पीतल के बर्तन तक हर एक चीज को सही जगह पर रखने के वास्तु नियम होते हैं। सामान्य तौर पर लोग किसी भी दिशा में घड़ी को घर की दीवारों पर लटका देते हैं। मगर वास्तु वह विज्ञान है जो किसी भी स्थान के पंच तत्वों को नियंत्रित करने में मदद करता है। वास्तु के सिद्धांतों का पालन करके, आप अपने घर और कार्यस्थल में सकारात्मक ऊर्जा का प्रवाह बढ़ा सकते हैं, जिससे आपको सफलता, समृद्धि और खुशी प्राप्त करने में मदद मिल सकती है। वास्तु शास्त्र के अनुसार, घर में दीवार घड़ी लगाने की शुभ दिशाएं उत्तर और पूर्व मानी जाती हैं।

उत्तर दिशा

इस दिशा के देवता कुबेर माने जाते हैं, जो धन के स्वामी हैं। उत्तर दिशा में घड़ी लगाने से घर में धन-दौलत का आगमन होता है और आर्थिक स्थिति मजबूत होती है।

पूर्व दिशा

सूर्य देव की दिशा मानी जाने वाली पूर्व दिशा सकारात्मक ऊर्जा और प्रगति का प्रतीक है। इस दिशा में घड़ी लगाने से घर में सकारात्मक ऊर्जा का संचार बढ़ता है और सभी कार्यों में सफलता मिलती है। जरूरी हो तो आप पश्चिम दिशा में भी घड़ी लगा सकते हैं। पश्चिम दिशा के देवता वरुण माने जाते हैं, जो जल और संतान प्राप्ति का कारक माने जाते हैं। इस दिशा में घड़ी लगाने से घर में सुख-शांति बनी रहती है और संतान प्राप्ति का योग बनता है। इन दिशाओं में भूल से भी न लगाएं घड़ी

दक्षिण दिशा

यम देव की दिशा मानी जाने वाली दक्षिण दिशा में घड़ी लगाना अशुभ माना जाता है। इससे घर में नकारात्मक ऊर्जा का प्रवाह बढ़ सकता है और आर्थिक परेशानियां आ सकती हैं।

ईशान कोण

ईशान कोण को देवताओं का स्थान माना जाता है। यहां घड़ी लगाने से देव-दोष लग सकता है।

दीवार घड़ी की देखभाल

घड़ी को दीवार पर लगाने के बाद इस बात का विशेष ध्यान रखें कि वह हमेशा चालू रहे। अगर बंद हो जाए तो उसे तुरंत चालू कर दें। रुकी हुई घड़ी रखना अशुभ माना जाता है। साथ ही, घड़ी को हमेशा साफ और अच्छी स्थिति में रखना चाहिए। टूटे हुए शीशे में भूल से भी दीवार घड़ी नहीं रखनी चाहिए। साथ ही घड़ी का समय सही होना चाहिए। अगर घड़ी सही समय नहीं बता रही है तो उसे तुरंत ठीक करें या बदल दें। घर में घड़ी लगाते समय इन बातों का भी विशेष ध्यान रखना चाहिए।

कपूर के चमत्कारी टोटके से बदल जाएगी किस्मत आज ही करें ये उपाय

हिंदू धर्म में जितना महत्व पूजा-पाठ का होता है, उतना ही उसमें इस्तेमाल किए जाने वाले सामग्री का भी महत्व होता है। भगवान की भक्ति और आराधना में इस्तेमाल करने वाले हर एक सामग्री का अपने आप में विशेष महत्व होता है। लगभग सभी पूजा पाठ में कपूर का इस्तेमाल तो होता ही है। कुछ खास भगवान की पूजा पाठ में तो कपूर एक आवश्यक सामग्री के तौर पर इस्तेमाल किया जाता है। इन पूजा विधि में अगर कपूर का इस्तेमाल न किया जाए तो पूजा अधूरी मानी जाती है। इन सब के अलावा कपूर का इस्तेमाल वास्तु शास्त्र में नकारात्मक ऊर्जा को दूर करने के लिए भी किया जाता है। वास्तु के अनुसार कपूर की सुगंध नकारात्मक ऊर्जा को दूर करती है और सकारात्मक ऊर्जा का संचार करती है। इसलिए आइए इस लेख में कपूर से जुड़े कुछ टोटकों के बारे में जानते हैं, जो आपकी किस्मत को बदलने में बहुत मदद कर सकते हैं।

धन-समृद्धि के लिए

अगर आपने किसी को ज्यादा पैसा कर्ज दिया है और वो मिल नहीं रहा है या फिर आपका पैसा कहीं फंसा हुआ है तो आप लाल गुलाब के फूल में कपूर का एक टुकड़ा रखें, और कपूर जलाकर मां दुर्गा को अर्पित करें। दूसरी बात ये कि अगर आप फिजूल खर्च से परेशान हैं, तो कपूर का दिया जलाएं और सारे घर में घूमाएं। इन सब के अलावा मान्यता के अनुसार नौकरी पाने के लिए रोजाना सुबह नहाकर कपूर जलाएं और भगवान की प्रार्थना करें।

शांति और समृद्धि के लिए

घर में वास्तु दोष होने के कारण सुकून और शांति भंग होती है, घर में कलह का माहौल होता है। घर या दुकान दोनों ही जगह पर नकारात्मक ऊर्जा का को दूर करने के लिए कपूर की गोलियां रखी जाती हैं। ऐसा करने से नकारात्मक ऊर्जा दूर होती है धन लाभ होता है।

स्वास्थ्य लाभ के लिए

वास्तु शास्त्र के अनुसार पितृ दोष से छुटकारा पाने के लिए पूजा घर में रोज नियमित रूप से कपूर जलाएं। अगर मन में आकस्मिक दुर्घटना की शंका बार-बार आ रही है तो इससे बचने के लिए हनुमान चालीसा का पाठ करें और उसके बाद कपूर में लौंग डालकर आरती करें। अगर कोई बीमारी बहुत दिनों से पीछा नहीं छोड़ रही है तो उसके लिए नहाते समय पानी में कपूर के तेल की 2-3 बूंदें डालकर नहाएं इससे शरीर को सकारात्मक ऊर्जा मिलती है।

एक और खास टोटका

वास्तु के अनुसार अगर आपके कठिन प्रयासों के बाद भी कोई काम बनते-बनते बिगड़ जा रहा है या फिर किसी भी काम को करने में बहुत कठिनाइयों का सामना करना पड़ रहा है तो एक चांदी की कटोरी में नियमित रूप से लौंग और कपूर जलाकर उसे पूरे घर में घुमाएं। इससे बिगड़े काम भी बनने लगेंगे और जीवन में आने वाली बाधाएं दूर होंगी।

आईसीएमआर ने बताया वेट लॉस के लिए हेल्दी ऑप्शं

हर हफ्ते कितना वजन कम करना है सेफ ?

बढ़ते वजन से परेशान लोग इसे कम करने के लिए तरह-तरह के तरीको को अपनाते हैं। इनमें से कुछ तरीके ऐसे हैं जिन्हें अपनाकर वजन तेजी से कम होता है। हालांकि, आईसीएमआर ने लोगों से धीरे-धीरे वजन कम करने का आग्रह किया है। आईसीएमआर ने हाल ही में जारी दिशा-निर्देशों में वजन घटाने वाले लोगों को संतुलित डायट खाने की सिफारिश की और उनसे तेजी से वजन कम न करने या मोटापा-विरोधी

- पर्याप्त सब्जियों के साथ संतुलित डायट लें- हाई फाइबर और पोषक तत्वों वाले खाने से ज्यादा खाने की इच्छा को रोक सकते हैं। ये ज्यादा कैलोरी की जरूरत को कम कर देगा।
- सब्जियों को ज्यादा खाएं- कैलोरी में कम और विटामिन, मिनरल्स और फाइबर से भरपूर सब्जियां वजन कम करने में मदद करेंगे।
- पोर्शन कंट्रोल की प्रेक्टिस करें- पोर्शन का ध्यान रखें और अधिक खाने से बचें।
- स्मार्ट स्नैक- पोषक तत्वों से भरपूर ऑप्शन चुनें जैसे कि मुट्ठी भर मेवे, सादा दही, मसाले के साथ कटी हुई सब्जियां।
- स्वस्थ खाना पकाने के तरीकों का इस्तेमाल- ग्रिलिंग, बेकिंग, स्टीमिंग या सॉसिंग के तरीके से बनी चीजों में कम तेल की जरूरत होती है। तेल से बने खाने में एनर्जी का लेवल कम हो जाता है।
- शक्कर वाली ड्रिंक्स को सीमित करें- सोडा और फलों के रस जैसे शक्कर वाली चीजों को कम खाएं। पानी, हर्बल चाय या बिना चीनी वाले ड्रिंक बेहतर हैं।
- फूड लेबल पढ़ें- कैलोरी, फैट, चीनी और सोडियम की जानकारी के लिए फूड लेबल चेक करें। ऐसे खाने की चीजों को चुनें जिनमें हेल्दी तत्व हों।

एक हफ्ते में कितना वजन कम करें?

आईसीएमआर के मुताबिक वेट लॉस धीरे-धीरे होना चाहिए। ऐसे में वजन कम करने वाली डायटट में रोजाना 1000 कैलोरी होनी चाहिए और इससे सभी पोषक तत्व मिलते हैं। हर हफ्ते में आधा किलो वजन कम करना सेफ माना जाता है। तेजी से वजन घटाने के तरीकों और मोटापा कम करने की दवाओं के इस्तेमाल से बचना चाहिए।

कहीं आप भी तो गलत समय नहीं कर रहे वॉक?

हेल्दी रहने के लिए एक्टिव रहना बेहद जरूरी है और इसका सबसे आसान तरीका माना जाता है वॉकिंग। रोजाना आधे घंटे ब्रिस्क वॉक करके आप शरीर के कई अंगों को स्वस्थ रख सकते हैं। अब सवाल यह उठता है कि वॉक किस वक्त करना बेस्ट है। खासतौर पर शहर में रहने वाले लोगों को बाहर निकलने से पहले इस बात का खास ख्याल रखना चाहिए। कई लोगों को लगता है कि मॉर्निंग वॉक करना ठीक है तो कुछ खाना खाने के बाद रात में टहलते हैं। अगर पलूशन से बचना चाहते हैं तो आपको घर से निकलने में थोड़ा सतर्क रहना चाहिए। जानें किस वक्त वायु प्रदूषण सबसे ज्यादा रहना का खतरा होता है।

कब होता है सबसे ज्यादा प्रदूषण

सुबह के वक्त टहलने के कई फायदे हैं। जैसे आपको पेड़-पौधों की ऑक्सीजन मिलती, सूरज की रोशनी और ताजी हवा भी। लेकिन शहर में रहने वालों को सुबह का वह वक्त पता होना चाहिए जब वहां की हवा में जहर न खुला हो। वैज्ञानिकों के मुताबिक, हवा में पर्टिकुलेट मैटर (जिनसे प्रदूषण होता है) सुबह और रात के वक्त सबसे ज्यादा होते हैं। खासतौर पर सुबह 7 बजे से 10 बजे और रात 9 बजे से 11 बजे हवा में काफी प्रदूषण होता है। दोपहर 3 से 5 बजे के बीच प्रदूषण घट जाता है।

ठहर जाता है प्रदूषण

वजह यह है कि सुबह और रात के वक्त हवा शांत होती है। प्रदूषण बढ़ाने वाले कण हवा में ठहर जाते हैं। शाम को छह बजे के आसपास इनका कंसंट्रेशन कम हो जाता है। उस वक्त हवा में सांस से जुड़े आसान करना बेहतर है।

जरूरत से ज्यादा तरबूज का सेवन पड़ ना जाए सेहत पर भारी

ये होते हैं साइड इफेक्ट्स

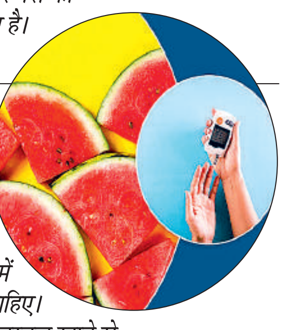
डॉक्टर्स के अनुसार तरबूज का अत्यधिक सेवन शरीर को फायदे की जगह नुकसान पहुंचा सकता है। आइए जानते हैं ऐसे रही कुछ साइड इफेक्ट्स के बारे में। गर्मियों में मिलने वाले कई ऐसे फल हैं जो ना सिर्फ स्वाद में बेहद रसीले और मीठे होते हैं, बल्कि बॉडी को भी कूल और हाइड्रेट बनाए रखते हैं। इन फलों का नियमित सेवन व्यक्ति को कई तरह के रोगों से दूर रखता है। ऐसा ही एक फल तरबूज है। तरबूज में 92 फीसदी पानी की मात्रा के साथ विटामिन-ए, विटामिन-बी6, विटामिन-सी, पोटैशियम और लाइकोपीन और सिट्रुलिन जैसे प्लांट कैमिकल मौजूद होते हैं। जो सेहत के लिए बेहद फायदेमंद होते हैं। बावजूद इसके डॉक्टर्स के अनुसार तरबूज का अत्यधिक सेवन शरीर को फायदे की जगह नुकसान पहुंचा सकता है।

पाचन समस्याएं

तरबूज में पानी की अधिकता होने की वजह से ये पाचन तंत्र में गैस, ब्लोटिंग और दस्त जैसी समस्याएं पैदा कर सकता है। उन लोगों को खासकर जिनका पाचन तंत्र सेंसिटिव है, तरबूज का अधिक सेवन करने से बचना चाहिए।

डायरिया

तरबूज में 90 फीसदी पानी और फाइबर की अधिकता होने की वजह से व्यक्ति को दस्त, सूजन, पेट फूलने जैसी शिकायत हो सकती है। इसके अलावा तरबूज में सॉर्बिटोल नाम का एक शुगर कंपाउंड मौजूद होता है। जो मल के ढीले होने और गैस का कारण बन सकता है।



डायबिटीज

तरबूज में नेचुरल शुगर की मात्रा ज्यादा होती है। डायबिटीज रोगियों को तरबूज का सेवन अधिक मात्रा में करने से बचना चाहिए। जरूरत से ज्यादा तरबूज खाने से उनका ग्लूकोज लेवल बढ़ सकता है, जिससे ब्लड शुगर लेवल भी बढ़ सकता है। शुगर पेशेंट तरबूज का सेवन करने से पहले अपने डॉक्टर की सलाह जरूर लें।

ओवर हाइड्रेशन

जरूरत से ज्यादा तरबूज खाने से व्यक्ति को ओवरहाइड्रेशन की समस्या हो सकती है। ओवर हाइड्रेशन यानी वाटर इंटॉक्सीकेशन एक ऐसी मेडिकल कंडीशन है जिसमें मरीज के शरीर में पानी की मात्रा जरूरत से ज्यादा हो जाती है, जिससे सोडियम की मात्रा कम होने लगती है। नतीजतन, इलेक्ट्रोलाइट संतुलन बिगड़ सकता है। अगर पानी की यह अतिरिक्त मात्रा बाहर नहीं निकलती तो इससे शरीर में खून की मात्रा बढ़ती है और व्यक्ति को पैरों में सूजन, सिरदर्द, मांसपेशियों में कमजोरी और किडनी की समस्या पैदा होने लगती है।

एलर्जी

अगर आपको तरबूज से एलर्जी है तो भी इसका सेवन करने से बचें। एलर्जी होने पर त्वचा पर खुजली, सूजन और सांस लेने में कठिनाई जैसी समस्याएं हो सकती हैं।

शरीर को पानी से लबालब कर देगा ये पहाड़ी फल

इस तरह से करें इनका सेवन

काफल एक पहाड़ी फल है, जो कि इन दिनों आपको पहाड़ों में खूब मिल जाएगा। आजकल बाजारों में भी ये फल मिलने लगा है। दरअसल, गर्मी के इस मौसम में ये फल किसी इलेक्ट्रोलाइट की तरह काम करता है और शरीर को कई प्रकार के मिनरल्स प्रदान करता है। इतना ही नहीं, इस फल का सेवन शरीर को हाइड्रेट करने के साथ कुछ खास एंटीऑक्सीडेंट प्रदान करता है। जिससे मसल्स को एनर्जी मिलती है और फिर गर्मियों में शरीर में अकड़न जैसी समस्याएं नहीं होती हैं। इसके अलावा भी इस फल के सेवन के कई फायदे हैं।

ऐसे बनाएं काफल पन्ना

सामग्री

काफल, पुदीने की पत्तियां, नींबू, काला नमक, नमक,चीनी

काफल बनाने का तरीका

काफल पन्ना बनाने के लिए पहले एक पतीले में काफल डालकर पानी से धो लें। इसके बाद एक उसी पतीले में और पानी डालें, पुदीने की पत्तियां डालें, नमक और चीनी डालकर उबाल लें। इसके बाद एक बड़ी सी छन्नी लें और इस जूस को छान लें। फिर बाकी बचे हुए काफल को हाथ से मैश करें और इसका भी जूस निकाल लें। फिर इसे भी छान लें। अब एक गिलास में 2 आइस क्यूब्स डालें। काफल का जूस डालें और हल्का सा काला नमक और नींबू का रस डालें। अब इस जूस को पिएं।

काफल पन्ना पीने के फायदे

काफल पन्ना पीने से शरीर को कई प्रकार के फायदे मिलते हैं। जैसे कि शरीर में हाइड्रेशन बना रहता है और पानी की कमी नहीं होती। दूसरा, शरीर गर्मियों में पेट से जुड़ी बीमारियों से बचा रहता है। इसके अलावा गर्मियों में लो बीपी, शरीर में अकड़न और कमजोरी जैसी समस्याओं से भी ये पन्ना बचाने में मददगार है। हालांकि, इन सबके अलावा आप काफल से चटनी बनाकर खा सकते हैं। इसी तरह आप इससे शरबत बनाकर पी सकते हैं। इतना ही नहीं, आप यूंही काफल को खा भी सकते हैं। इसके लिए काफल को थोड़ा पानी से धो लें और फिर काला नमक डालकर इसका सेवन करें। इस तरह ये इस मौसम का ये फल आपकी सेहत के लिए हर प्रकार से फायदेमंद होगा।

घर का बना खाना भी बिगाड़ सकता है सेहत

बाहर का खाना हेल्थ के लिए कई लिहाज से अच्छा नहीं होता है। यह बात हम सभी जानते हैं। घर के खाने को हमेशा सुरक्षित और स्वास्थ्यवर्धक माना जाता है। अब इंडियन काउंसिल ऑफ मेडिकल रिसर्च की गाइडलाइन्स आपको सोचने पर मजबूर कर देगी। इसके मुताबिक, घर का बना खाना भी आपको नुकसान पहुंचा सकता है। इसमें बताया गया कि भारत के लोग खाना बनाने में क्या गलतियां कर रहे हैं।

बीमार कर सकता है ये खाना

घर पर बने खाने में अगर फैट और चीनी ज्यादा है या कैलोरी ज्यादा है और विटामिन्स, मिनरल्स और फाइबर्स कम हैं तो ये आपके शरीर को फायदा नहीं पहुंचाएगा। अगर आप रोज पूड़ी, कचौड़ी, खीर, मिठाई, पराठे जैसी डिशेज खा रहे हैं तो मोटापा बढ़ सकता है। साथ ही पोषक तत्वों की कमी भी हो जाती है। ऐसे में घर का बना खाना भी आगे चलकर आपको बीमार बना सकता है।

ऐसी हो डायट

अगर आप घर पर बैलेंस्ड डायट खाना चाहते हैं तो खान-पान के तरीके को बदलना चाहिए। प्लेट में दाल, सब्जी ज्यादा रखें, रोटी और चावल कम। इसके साथ दही, छाछ, हेल्दी फैट्स भी खाएं। कोशिश करें हर मील में प्रोटीन हो और ज्यादा तेल-घी और तड़का लगाने से बचें। आपके खाने में 100 ग्राम होल ग्रेन, 30 ग्राम दालें या मीट (प्रोटीन) 150 ग्राम सब्जियां होनी चाहिए जिसमें 50 ग्राम हरी सब्जी हो। साथ में 20 ग्राम नट्स या ऑइल सीड्स, 150 एमएल दही या पनीर। कुकिंग ऑइल 15 ग्राम और 50 ग्राम फ्रूट्स।

डायट प्लान

आईसीएमआर के डायट प्लान के मुताबिक, जागने के बाद पहला खाना 8-10 के बीच होना चाहिए। इसमें 470 कैलोरी के आसपास लें और ज्यादातर सब्जियां, प्रोटीन, नट्स, होलग्रेन हों। लंच दोपहर 1-2 बजे के बीच। इसकी कैलोरी 750 के करीब हो। शाम को 5 बजे के आसपास कोई दूध, छाछ जैसा कोई ड्रिंक ले सकते हैं, जिसकी कैलोरी 35 से ज्यादा न हो। चौथा मील शाम 7-8 बजे के आसपास लेना चाहिए, जिसकी कैलोरी 415 तक रहे।

5 संकेत बताते हैं कि आपको हो गई है कई विटामिनों की कमी

शरीर को बीमारियों से दूर रखने और कोशिकाओं की वृद्धि के लिए विटामिन की जरूरत होती है। विटामिन का काम शरीर के कई फंक्शन में मदद करना है। एक तरह से विटामिन शरीर के कतरे-कतरे में मौजूद है। किसी भी विटामिन की कमी हो जाए तो इससे शरीर पर बुरा असर पड़ता है। इसलिए विटामिन की कमी को नजरअंदाज नहीं करना चाहिए। लेकिन हकीकत यह है कि अधिकांश लोग अक्सर किसी न किसी विटामिन की कमी से जूझते रहते हैं। अगर किसी में आंखों की रोशनी कम हो रही है तो इसका मतलब यह है कि उसे विटामिन ए की कमी है। अगर किसी को बहुत अधिक थकान और कमजोरी है तो इसका मतलब है कि उसे विटामिन बी 12 की कमी है। इसी तरह विटामिन की कमी होने पर शरीर में कई तरह की बीमारियां लग जाती है। पर यदि आप चौकन्ने हैं तो शरीर में हो रहे बदलाव के आधार पर आप यह पता लगा सकते हैं कि आपको विटामिन की कमी है।

बाल और नाखूनों का कमजोर होना

अक्सर हम बाल और नाखूनों की कमजोरी को नजरअंदाज कर देते हैं, लेकिन समय पर यदि सचेत हो जाएं और समझ जाए कि यह विटामिन की कमी से हो रहा तो इससे बचा जा सकता है। विटामिन बी 7 की कमी से अक्सर नाखून कमजोर होने लगते हैं और बाल गिरने लगते हैं। इसमें बाल बहुत पतले होकर गिरने लगते हैं।

मुंह में छाले

अगर मुंह में अक्सर छाले पड़ जाए या घाव हो जाए तो इसका मतलब है कि आपको कई विटामिंस की कमी हो गई है। विटामिन के अलावा मिनिरल्स की कमी भी इसका कारण हो सकता है। इसके लिए आयरन, विटामिन बी 1, बी2, बी 6 आदि की कमी जिम्मेदार हो सकती है। इसके लिए हरी पत्तीदार सब्जियों, ताजे फल, साबुत अनाज, मछली, डेयरी प्रोडक्ट, बादाम, अखरोट, पिश्ता, चिया सीड्स, पंपकिन सीड्स आदि का सेवन करना चाहिए।

स्किन की दिक्कत

हेल्थलाइन की रिपोर्ट के मुताबिक यदि आप हमेशा स्किन से संबंधित बीमारियों से परेशान रहते हैं, स्किन पर बहुत ज्यादा पैचेज आ गए हैं या पपड़ी दिखने लगी हैं, बालों में डैंड्रफ की समस्या हो गई है तो इसका मतलब है कि आपको कई विटामिनों की कमी हो गई है। इसके लिए जिंक, विटामिन बी 3, विटामिन बी 2, बी 6 आदि की कमी जिम्मेदार है। इसके अलावा कई तरह के मिनिरल्स भी स्किन की समस्याओं के लिए जिम्मेदार है। इसलिए अपनी डाइट में सीफूड, मीट, डेयरी प्रोडक्ट, फलीदार सब्जियां, साबुत अनाज और बादाम का सेवन बढ़ा दें।

मसूड़ों से ब्लीडिंग

अगर आपके मसूड़े भी कमजोर होने लगते हैं, इससे ब्लीडिंग हो रही है, कभी-कभी खुद ही खून निकलने लगता है, ब्रश करने के दौरान अक्सर मसूड़ों से खून निकलता है तो इसका मतलब है कि विटामिन सी की कमी हो गई और इम्यूनिटी कमजोर होने लगी है। विटामिन सी की कमी को पूरा करने के लिए साइट्रस फ्रूट का सेवन करना चाहिए।

रात को कम दिखाई देना

अगर आपको रात में कम दिखाई देने लगा है तो इसका मतलब है कि आपको रतौंधी की बीमारी हो गई है। इसके लिए विटामिन ए की कमी जिम्मेदार होती है। विटामिन ए की कमी हो जाए तो रात में कम दिखाई देता है या बिल्कुल नहीं दिखाई देता है। अगर इसका समय पर इलाज न किया जाए तो नाइट ब्लाइंडनेस की बीमारी हो सकती है और इससे पूरी तरह दिखाई देना बंद हो सकता है।

रायपुर बाजार

Contact For Advertisement
7067183593
6263818152

सोफा कम बेड, बीनबैग
पुराना गद्दा लाये नया ले जाये

6x6 सफेद रुई गद्दा 30 किलो 3500/-
12 किलो 3x6 - 1500/-
15 किलो 4x6 - 1800/-

6x6 रुई गद्दा 30 किलो 2000/-
रुई गद्दा सादा 3x6 - 200/-

MATTRESS 6X6 - 7 इंच मोटा 15630 - MRP लेस 60% नेट रेट 6252/-

MATTRESS 6X6 - 6 इंच मोटा 16205 - MRP लेस 60% नेट रेट 6482/-

MATTRESS 6X6 - 5 इंच मोटा 9545 - MRP लेस 60% नेट रेट 3818/-

तकिया सिर्फ 65, 85, 120, 175, 400 तक
गोल तकिया 150 से 500 तक

गद्दा 3x6 - 8 किलो 450/-
गद्दा 10 किलो 500/-
गद्दा 12 किलो 600/-
गद्दा कव्हर डबल 400/-

प्रोटेक्टर डबल सिर्फ 700/-
EP गद्दा चैनकव्हर लगा 350/-

MATTRESS 6X6 - 4 इंच मोटा 7938 - MRP लेस 65% नेट रेट 2778/-

MATTRESS 3x6 - 4 इंच 1100/- 4x6 - 4 इंच 1500/- 6x6 - 4 इंच 2400/-

पुराना गद्दा लाये नया ले जाये
पुराने गद्दे का पाये 2000/- से 4000/- तक

संजय रुई भंडार
निराकारी फर्नीचर के पीछे, कांच घर गोडाउन के पास, पंडरी रायपुर
9827976266, 7987918262

Mango Air Cooler
आपका भरोसा हमारी पहचान
कूलर हाउस
FRESH ARRIVAL
सिटी कोटवाली, नगर निगम के पास, गांधी चौक, रायपुर
आकाश जैन - 98261-64650, रतन जैन - 98271-29211

फिल्म इवेंट

भोजपुरी

सौतन : दो खूबसूरत हीरोइनों के बीच फंसे बेचारे विक्रांत सिंह

मुंबई। वर्ल्ड वाइड फिल्म प्रोडक्शन के बैनर तले बनने वाली प्रदीप सिंह की भोजपुरी फिल्म 'सौतन' का फर्स्ट लुक आउट हो गया है। इस फिल्म में सुपरस्टार विक्रांत सिंह राजपूत और रितु सिंह के साथ संचिता बनर्जी लीड रोल्स में नजर आने वाली हैं। फिल्म का ट्रेलर 28 मई को रिलीज किया जाएगा। इस फिल्म के निर्देशक अजय कुमार झा है, जबकि फिल्म के निर्माता प्रदीप सिंह, विनय सिंह, मोनिका सिंह और प्रतीक सिंह हैं। इस फिल्म का फर्स्ट लुक बेहद धांसू है और इसमें विक्रांत सिंह राजपूत के साथ रितु सिंह और संचिता बनर्जी केमिस्ट्री कमाल की लग रही है। फिल्म 'सौतन' के फर्स्ट लुक में रितु सिंह और संचिता बनर्जी के बीच विक्रांत सिंह राजपूत फंसे हुए हैं और उनके गले में गमछा डालकर एक एक छोड़ दोनों अभिनेत्री ने पकड़ रखा है। फिल्म का पोस्ट से बात की और इशारा करता है कि यह फिल्म कितनी मजेदार होने वाली है। इसको लेकर निर्माता प्रदीप सिंह ने कहा कि 'सौतन' सामाजिक और पारिवारिक होते हुए भी एक मजेदार सिनेमा है। इसकी पहली झलक फर्स्ट लुक के रूप में सामने आया है और 28 तारीख को ट्रेलर भी आ जाएगा उसको देखकर दर्शकों को भी अंदाजा लग जाएगा कि हमने कितनी बेहतरीन फिल्म बनाई है। उन्होंने कहा कि इस फिल्म के गीत संगीत भी मनोरंजक और लोगों को अपनी ओर आकर्षित करने वाले हैं। यह फिल्म फुल पैसा वसूल होने वाला है।

हालीवुड

फिर अटक गई टॉम क्रूज की 'मिशन इंपॉसिबल 8'

लॉस एंजिलिस। टॉम क्रूज़ की फिल्म मिशन इंपॉसिबल के अगले पार्ट का इंतज़ार कर रहे फैंस को झटका लगा है। एक बार फिर इस फिल्म की शूटिंग रुक गई है। बार-बार शूटिंग रुकने के कारण फिल्म का बजट अब 3300 करोड़ रुपए के पार चला गया है और इस बात से प्रोडक्शन की टीम काफी परेशान है। इस बार फिल्म में देरी की वजह बनी है एक 250 करोड़ रुपए की सबमरीन (पनडुब्बी)। शूटिंग में इस्तेमाल की जा रही है ये सबमरीन अचानक खराब हो गई, जिसके बाद शूटिंग रोक दी गई और अब इसे ठीक करने की शोशिशें जारी हैं। इसकी वजह से फिल्म के बजट में और इज़ाफा हो गया है। गिंबल के ज़रिए 120 फुट के सबमरीन को नीचे उतारा जा रहा था। इस दौरान वो अपने वजन के कारण जाम हो गया। अब इसके मरम्मत की कोशिशें जारी हैं, लेकिन इस घटना की वजह से प्रोडक्शन रुक गया है। रिपेयरिंग की वजह से फिल्म के शेड्यूल को कई हफ्तों का नुकसान हुआ है। बताया जा रहा है कि पहले ही इस फिल्म का बजट आसमान छू रहा था, इस घटना के बाद अब और पैसे खर्च करने पड़ रहे हैं। रिपोर्ट में बताया गया है कि अब फिल्म का टोटल बजट 3324.88 करोड़ रुपए (400 मिलियन डॉलर) तक जा पहुंचा है। टॉम क्रूज की मिशन इंपॉसिबल फ्रेंचाइज का ये आठवां पार्ट है।

टालीवुड

जल्द रिलीज हो सकता है 'देवरा' का दूसरा गाना

मुंबई। जूनियर एनटीआर साउथ फिल्मों के सुपरस्टार हैं। फैंस उनकी बहुप्रतीक्षित फिल्म 'देवरा' का बेसब्री से इंतजार कर रहे हैं। साल 2022 में रिलीज हुई ब्लॉकबस्टर 'आरआरआर' के बाद अभिनेता इस फिल्म से पर्दे पर वापसी कर रहे हैं। फिल्म लगातार सुर्खियों में बनी हुई है। निर्माताओं ने इसे 10 अक्तूबर को बड़े पैमाने पर रिलीज करने की योजना बनाई है। फिल्म से संबंधित हर छोटी-बड़ी अपडेट पर फैंस लगातार नजर बनाए हुए हैं। एक बार फिर फिल्म से जुड़ा एक नया अपडेट सामने आया है। मीडिया रिपोर्ट्स के मुताबिक, निर्माता फिल्म का दूसरा गाना रिलीज करने वाले हैं। हालांकि, इसके रिलीज डेट की सटीक जानकारी अभी जारी नहीं की गई है। मीडिया में आ रही खबरों के अनुसार, निर्माता इस बार एक रोमांटिक नंबर रिलीज़ कर सकते हैं। एनटीआर की यह फिल्म एक एक्शन ड्रामा होगी। इसे दो भागों में रिलीज़ किया जाएगा। फिल्म को और भी भव्य बनाए जाने को लेकर निर्माता लगातार नई योजनाएं बना रहे हैं। हाल में ही फिल्म का एक गाना रिलीज किया गया था। फियर सॉन्ग के नाम से रिलीज किए गए इस गीत ने कई लोगों का ध्यान खींचा है। बता दें कि 'देवरा' से हिंदी फिल्म अभिनेत्री जान्हवी कपूर अपना तेलुगु डेब्यू कर रही हैं। इस बार फिल्म से उनका गाना रिलीज किया जा सकता है। गाने में एनटीआर और जान्हवी रोमांटिक अंदाज में नजर आएंगे। गाने को अनिरुद्ध ने कंपोज किया है।

26 साल पुराने कपड़ों को पहन करीना कपूर ने जीता दिल

इंटरनेशनल लक्जरी ब्रांड बुल्गारी के इवेंट में पहुंची करीना कपूर ने 26 साल पुरानी ड्रेस में पूरी अटेंशन चुरा ली। करीना कपूर का लेटेस्ट लुक काफी तेजी से वायरल हो रहा है। करीना कपूर ने बुल्गारी इवेंट के लिए लक्जरी ब्रांड विवियन वेस्टवुड के कलेक्शन से इस ड्रेस को चुना है। सिल्वर ऑफ शोल्डर गाउन को सबसे पहले 1998 के कलेक्शन में निकाला गया था और अब इसे रीइश्यू किया गया है। इंस्टाग्राम पर शेयर फोटोज में वो काफी सिजलिंग लुक में नजर आ रही हैं। वहीं, इन फोटोज को देखने के बाद फैंस जमकर तारीफ कर रहे हैं और प्यार लुटा रहे हैं। वैसे करीना कपूर के इस लुक की बात की जाए तो ड्रेस से लेकर स्टाइल तक सबकुछ परफेक्ट दिख रहा है।

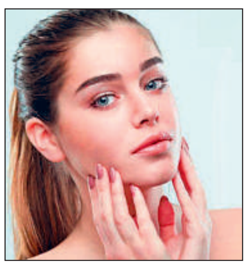
लाइफ स्टाइल

कौन सा सनस्क्रीन लोशन है आपके लिए बेस्ट, खरीदने से पहले जरूर जान लें ये बातें

जब भी सनस्क्रीन खरीदें यह चेक करें कि यूवी ए और यूवी बी से प्रोटेक्टशन देता है या नहीं। आपकी स्किन संसेटिव है तो ऐसा ब्रांड खरीदें जिसमें पैरा-अमिनो बेंजोइक एसिड न हो। गर्मी के मौसम में सनस्क्रीन लोशन त्वचा को प्रोटेक्ट करने के लिए जरूरी माना जाता है। लेकिन, अधिकतर लोगों को ये परेशानी रहती है कि वे अपने सनस्क्रीन से खुश नहीं रहते। या तो ऐसे लोशन उनकी स्किन पर सूट नहीं करता, या पिंपल्स होने का डर रहता है या कुछ और परेशानी। स्किन कैंसर फाउंडेशन के अनुसार, अपने लिए हमेशा ऐसा सनस्क्रीन लोशन चुनें जो आपके लाइफस्टाइल, बजट और आपकी स्किन टाइप के साथ सूट करता हो। लेकिन ऐसा परफेक्ट सनस्क्रीन ढूंढना मुश्किल काम हो सकता है। तो आइए हम बताते हैं कि आप अपने लिए बेस्ट सनस्क्रीन किस तरह चुन सकते हैं।

इन बातों का रखें ख्याल

- जब भी सनस्क्रीन खरीदें तो उसके पैकेट पर चेक करें ये यह यूवी ए और यूवी बी से प्रोटेक्टशन देता है या नहीं। कम से कम 15 एसपीएफ वाला सनस्क्रीन खरीदें।
- अगर आपको बहुत अधिक पसीना आता है या आप स्वीमिंग करने के लिए इसका इस्तेमाल करने वाले हैं तो वाटरप्रूफ लोशन ही लें।
- अगर आपकी स्किन सेंसिटिव है तो आप ऐसा ब्रांड खरीदें जिसमें पैरा-एमिनो बेंजोइक एसिड (पीएबीए) न हो।
- अगर आपका सनस्क्रीन त्वचा पर सूट नहीं कर रहा या अच्छा रिजल्ट नहीं दे रहा तो इस्तेमाल तुरंत बंद करें और सेम कैमिकल वाला सनस्क्रीन का इस्तेमाल ना करें।



- अगर आपकी स्किन ऑयली और पिंपल्स तुरंत हो जाते हैं तो ऑयल बेस्ड की बजाय वाटर बेस्ड प्रोडक्ट का इस्तेमाल करें।
- यह जरूरी नहीं कि महंगा प्रोडक्ट आपकी स्किन पर सूट ही करे, इसलिए हर तरह के प्रोडक्ट पर नजर रखें और जो इंग्रेडिएंट सूट करता हो, उसे ही इस्तेमाल करें।
- इस्तेमाल से पहले एक्सपायरी डेट जरूर चेक कर लें। अगर आप ऐसे कैमिकल का इस्तेमाल कर रहे हैं जो खराब हो चुका है, तो ये स्किन के लिए हानिकारक हो सकता है।
- अगर आपकी स्किन केंसिटिव है तो ऐसे प्रोडक्ट का इस्तेमाल ना करें जिसमें खुशबू हो। ऐसा प्रोडक्ट खरीदें जिसमें जिंक ऑक्साइड या टाइटेनियम डायऑक्साइड हो।

गर्मियों में आरामदायक ट्रेडिशनल ड्रेस पहनने के लिए यहां से लें आइडिया

फैशन

समर सीजन में किसी भी फंक्शन में जाने के लिए ड्रेस चुनना हो तो, हम पहले आराम को प्राथमिकता देते हैं। आइए सोनाक्षी सिन्हा से लेते हैं कुछ फैशन टिप्स और देखते हैं उनका आरामदायक ट्रेडिशनल- कलेक्शन। बॉलीवुड एक्ट्रेस सोनाक्षी सिन्हा को हाल ही में संजय लीला भंसाली की 'हीरामंडी' में देखा गया था और उन्होंने अपनी शानदार अदाओं से सीरीज पर राज किया और अपने शाही आउटफिट से सभी का ध्यान आकर्षित किया। इस तस्वीर में सोनाक्षी ने फॉर्मल और ट्रेडिशनल का एक अनोखा मेल फैंस के सामने पेश किया है। घेरदार गरारे के साथ मिरर वर्क वाले इसे एम्बेलिश्ड कोट के साथ उनका देसी लुक काफी खूबसूरत दिख रहा है। एक्ट्रेस ने इस दौरान एक कम्फी और खूबसूरत काफ्तान पहन रखा है, जो गर्मियों के दिनों के लिए एक बेस्ट विकल्प है। टील ब्लू कलर के इस वेल्वेट सलवार सूट में सोनाक्षी सिन्हा एक कश्मीरी वाइब दे रही हैं। साथ में उन्होंने मैचिंग कलर का ऑर्गेंजा दुपट्टा भी कैरी किया है। अगर घर में कोई फंक्शन है या किसी शादी में गेस्ट बनकर जाना है, तो उसके लिए यह ब्लैक अनारकली सूट और हेवी दुपट्टा परफेक्ट ऑप्शन है। पर्पल कलर के इस काफ्तान कुर्ते और कम्फर्टेबल प्लाजो में सोनाक्षी परफेक्ट समर वाइब दे रही हैं।

समर ड्रेस के साथ हेयर स्टाइलिंग को लेकर हैं कनफ्यूज, तो यह है इसका जवाब

गर्मी के मौसम में स्टाइलिश और कम्फर्टेबल दिखने के लिए हम काफी स्ट्रगल करते हैं। जबकि समर फैशन में जितनी कम चीजें कैरी करें उतना अच्छा होता है। आइए आमना शरीफ से लेते हैं फैशन टिप्स। गर्मी ने अपना कहर बरपाना शुरू कर दिया है। इस मौसम में आरामदायक रहते हुए स्टाइलिश दिखना एक मुश्किल काम हो सकता है। लेकिन आपको परेशान होने की जरूरत नहीं है। एक्ट्रेस आमना शरीफ एक बार फिर अपने स्टाइलिश और कम्फि लुक्स के साथ फैंस को फैशन गोल दे रही हैं। उन्होंने अपने इंस्टा हैंडल से कुछ लेटेस्ट पिक्स की सीरीज शेयर की है। इस दौरान वे सफेद रंग की खूबसूरत फ्लोरल ड्रेस में देखी जा सकती हैं, जिसमें स्ट्रैपी हॉल्टर नेक दिया गया है। वहीं, आउटफिट को कॉम्पलिमेंट करने के लिए आमना ने एक चिक हेयरस्टाइल को कैरी किया। उन्होंने हाफ बाल को बन बनाकर ऊपर टाई किया है, जबकि मिडिल पार्टिंग से आगे की ओर कुछ लटें निकाली हैं।

कोको पाउडर से लाएं चेहरे पर चमक

स्किन की देखभाल में जितना नैचुरल चीजों का इस्तेमाल हो उतना बेहतर। बाजार के प्रोडक्ट्स में मिले केमिकल्स और प्रिजर्वेटिव्स हमारी स्किन पर उलटा प्रभाव डाल सकते हैं। ब्यूटी प्रोडक्ट्स में चॉकलेट का इस्तेमाल काफी समय से चर्चित है। हम सभी जानते हैं कि डार्क चॉकलेट हेल्थ के लिए अच्छी होती है। इसमें पाए जाने वाले एंटीऑक्सिडेंट्स स्किन के लिए भी बेहद फायदेमंद होते हैं। आप घर पर कोको पाउडर का इस्तेमाल कॉफी, चॉकलेट के अलावा फेस पर लगाने के लिए भी कर सकते हैं।

एंटी एजिंग है कोको पाउडर

कोको पाउडर में मात्रा में फ्लेवेनॉयड्स पाए जाते हैं। ये एंटीऑक्सीडेंट्स होते हैं। माना जाता है कि यह चेहरे पर लगाने से इसका ब्लड सर्कुलेशन बढ़ाता है। इतना ही नहीं, यह डेड सेल्स को निकालता है जिससे चेहरे पर चमक आती है और चेहरे की डलनेस कम होती है। कोको पाउडर से झुर्रियां देर से आती हैं, इसे ऐंटी एजिंग भी माना जाता है। कोको पाउडर में मैग्नीशियम, कैल्शियम, जिंक, आयरन और ओमेगा 6 फैटी एसिड्स होते हैं।

दूध वाला फेसपैक

इसे आप चेहरे पर फेसपैक के तौर पर लगा सकते हैं या किसी फेसपैक में मिला भी सकते हैं। कोको पाउडर का फेसपैक बनाने के लिए एक बोल में पाउडर लेकर इसमें कच्चा दूध मिलाएं। इसमें विटामिन ई का कैप्सूल भी डाल सकते हैं।

टैनिंग के लिए फेसपैक

टैनिंग हटाने के लिए दही में बेसन, हल्दी और कोको पाउडर मिलाकर उबटन बना लें। अगर आपकी स्किन ड्राई है तो इसमें नारियल तेल या ऑलिव ऑइल मिला लें।

फ्रूट फेसपैक

फ्रूट्स के साथ भी कोको पाउडर बढ़िया कॉम्बिनेशन है। केला पक गया हो तो इसमें कोको पाउडर मिलाकर फेस पैक की तरह लगा लें। कुछ देर बाद धो डालें। गर्मी के मौसम में आइस कोको पाउडर के आइसक्यूब्स जमाकर भी फेस मसाज कर सकते हैं।

मेहंदी बनवाने के बाद हो रही है जलन और खुजली तो करें ये घरेलू उपाय

कई अवसरों पर हाथों में मेहंदी लगाई जाती है, चाहे वह शादी हो या कोई त्यौहार मेहंदी लगाने का क्रेज लोगों में बढ़ता ही जा रहा है। कुछ लोगों को मेहंदी लगाने पर एलर्जी होने लगती है। एलर्जी के कारण हाथों की त्वचा पर लाल फुंसियां, खुजली और जलन होने लगती है। जिससे अधिकतर लोग परेशान हो जाते हैं। अगर आपको भी मेहंदी लगाने पर किसी प्रकार की एलर्जी होती है, तो ये खबर आपके लिए है। आज हम आपको बताएंगे, ऐसे घरेलू नुस्खों के बारे में, जिन्हें फॉलो कर आप एलर्जी से होने वाली दिक्कतों से बच सकते हैं।

एलोवेरा जेल का इस्तेमाल

आजकल मार्केट में ऐसी मेहंदी मिलने लगी है, जिनमें केमिकल होता है, जिसका इस्तेमाल करने पर आपको नुकसान हो सकता है। अगर मेहंदी लगाने के बाद आपको किसी प्रकार की एलर्जी होती है, तो आप अपने हाथों पर बर्फ से सिकाई कर सकते हैं। इसके अलावा आप एलोवेरा जेल का इस्तेमाल कर सकते हैं, यह त्वचा को शांत करने में मदद करता है। आपको थोड़ा सा एलोवेरा जेल अपने हाथों पर लगाना होगा, 15 से 20 मिनट तक लगा रहने दे फिर ठंडे पानी से धो लें, इससे आपको आराम मिलेगा।

नारियल तेल का इस्तेमाल

मेहंदी से होने वाले रिएक्शन के लिए आप नारियल तेल का इस्तेमाल भी कर सकते हैं, यह खुजली को कम करने में मदद करता है और जलन से राहत दिलाता है। रात में सोने से पहले आप अपने हाथों पर नारियल तेल लगाकर सो सकते हैं। इसके अलावा आप नींबू के रस का इस्तेमाल भी कर सकते हैं या कुछ भी को कम करने में आपकी मदद करेगा आपको एक कपड़े में थोड़े से नींबू के रस को भिगोकर निचोड़ लेना है इस कपड़े को आप 10 मिनट के लिए अपने हाथों पर रखें, इससे त्वचा को ठंडक मिलेगी।

इन बातों का रखें ध्यान

इसके अलावा मेहंदी लगाने से पहले कुछ बातों का ध्यान रखना बहुत जरूरी होता है। हाथों में मेहंदी लगाने से पहले पैच टेस्ट जरूर करें, इसके लिए थोड़ी सी मेहंदी को हथेली पर लगाएं और थोड़ी देर रुके। अगर आपको इससे जलन होती है, तो मेहंदी का इस्तेमाल न करें. अगर आपने मेहंदी लगा ली है और आपको जलन या खुजली होती है, तो तुरंत इसे पानी से धो लें। इन उपायों के बाद भी अगर आपको आराम नहीं मिलता है, तो डॉक्टर की सलाह जरूर लें।

कार्नर न्यूज

ऐसे करें असली-नकली लेदर बैग की पहचान

लेदर बैग खरीदते समय ध्यान रखें ये बातें, वर्ना हो सकता है धोखा

महिला हो या पुरुष, लेदर बैग और पर्स को हर कोई अपने फैशन स्टाइल का हिस्सा बनाना चाहता है। आजकल बाजार में लेदर बैग की कई वैरायटी और डिजाइन देखने को मिल जाते हैं। हो सकता है एक-दो तो आपको पसंद भी आ जाएं। लेकिन इन लेदर बैग्स के साथ समस्या तब होती है, जब असली लेदर बैग के दाम पर आप बाजार से नकली लेदर बैग उठा लाते हैं। अगर आपको भी असली और नकली लेदर बैग के बीच का फर्क नहीं पता है धोखा खाने से बेहतर है फॉलो करें ये टिप्स। जी हां, अगली बार अपने वार्डरोब में एक खूबसूरत लेदर बैग शामिल करने से पहले इन जरूरी बातों पर जरूर ध्यान दें।

गंध

असली लेदर से एक अजीब सी गंध आती है, जो कि नकली लेदर बैग में नहीं होती है। इस बात का ध्यान रखें कि नकली लेदर बैग से आपको प्लास्टिक जैसी गंध महसूस हो सकती है। अगर बैग से इस तरह की गंध आ रही है तो आप आसानी से पहचान जाएंगे कि बैग नकली है।

क्वालिटी

लेदर बैग खरीदते समय उसकी क्वालिटी चेक करने के लिए उसे छूकर जरूर देखें। असली लेदर हमेशा मुलायम और गर्म होता है, जबकि नकली लेदर ठंडा और कठोर होता है।

मोड़कर देखें

लेदर बैग को मोड़ने पर वह आसानी से मुड़ जाएगा। जबकि नकली लेदर बैग को मोड़ने पर उसमें से रेशे निकलने लगेंगे या वह फट सकता है।

ब्रांड भी रखता है मायने

हाई क्वालिटी वाला लेदर बैग खरीदने के लिए आपको सबसे पहले एक अच्छे ब्रांड का चुनाव करना चाहिए। लोकल ब्रांड वाले लेदर बैग नकली हो सकते हैं।

असली लेदर बदलता है रंग

बहुत कम लोग यह बात जानते हैं कि असली लेदर का रंग बदल जाता है। लेदर असली है या नकली, यह जानने के लिए आप लेदर को हल्का सा रगड़िए। अगर वो असली होगा तो रंग लाल होने के साथ उस पर धब्बे भी दिखाई देते हैं।

चमक से ना खाएं धोखा

असली लेदर दिखने में मैट लुक देता है जबकि नकली हैंडबैग में प्लास्टिक और अन्य मेटीरिल की मिलावट होती है, जिसकी चलते वे मुलायम और शाइनी नजर आते हैं।

बैग की जिप चेक करें

लेदर बैग खरीदते समय उसमें लगी जिपर, बकल और दूसरे सामान को अच्छी तरह चेक करें। अगर यह मजबूत, टिकाऊ और अच्छी गुणवत्ता वाले हैं, तो समझ जाइए लेदर बैग अच्छा है।