

► **भीषण गर्मी में प्यास बुझाने की वित्त, दयानगर, डबरीपारा बैरागी बीएसपी का बुरा हाल**

► **खम्हारडीह की सतनाम बस्ती, वृंदावन कालोनी में सूख गये बोर, अंतिम छोर इस्लाम पानी नहीं**

हरिभूमि

रायपुर भूमि

आसमान से आग, जमीन में तपिश पसीने से लथपथ, पानी के लिए जद्दोजहद

हरिभूमि न्यूज ►► रायपुर



नवतपा के आठवें दिन आसमान से आग और जमीन में तपिश के बीच पसीने से लथपथ लोगों को खम्हारडीह की सतनाम बस्ती, वृंदावन कालोनी, एकता चौक खम्हारडीह, कांपा की

नहरपारा बस्ती, दलदल सिक्की के शिवाजी पारा, डबरी पारा, दयानगर, बैरागी बीएसपी कालोनी में एक-एक बाल्टी पानी के लिए जद्दोजहद करने की नौबत आ गई है। नगर निगम के पानी टैंकर के आते ही बच्चे, बुजुर्ग और महिलाएं बाल्टी, गुंडी हाथ में लिये पानी के लिए लपक रहे हैं। ►►शेष पेज 13 पर

40 टैंकर से पेयजल आपूर्ति

शहर के कई इलाकों में बोरेल सूखने की शिकायत आई है। 22 जगहों पर नए बोरेल का खनन कराया गया है। यही नहीं, शहरभर में 40 पानी टैंकर भेजकर जल आपूर्ति कराई जा रही है।
-नरसिंहा करेन, कार्यपालन अभियंता जल विभाग, नगर नगम रायपुर

पानी की दिक्कत इन इलाकों में

- कुशाभाऊ ठाकरे वार्ड के आधा दर्जन से ज्यादा इलाके इस समय पानी के भीषण संकट से जूझ रहे हैं। यहां 8 पानी टैंकर भेजकर लोगों तक पानी पहुंचाया जा रहा है। दलदल सिक्की की शिवाजी बस्ती, डबरीपारा, दयानगर, बैरागी बीएसपी कालोनी, पीएम आवासिय परिसर।
- नेताजी सुभाष चंद्र बोस वार्ड के एकता चौक खम्हारडीह, वृंदावन कालोनी, सतनाम बस्ती, पार्थिव नगर, सोनिया बस्ती, सतनाम चौक, बजरंग चौक में बोरेल सूख गये हैं। टेल हंड एरिया होने के कारण नलों में पानी नहीं पहुंच रहा है। वार्ड पार्सद रोहित साहू ने निगम आयुक्त से 3 जगहों पर नया बोरेल खनन करने की मांग की थी। इसमें से केवल एक जगह बोरेल खनन कराया गया, जहां 400 फीट खुदाई के बाद भी कम पानी मिला। इन इलाकों में रोज 9 ट्रिप पानी टैंकर की खपत है।
- डॉ. भीमराव आंबेडकर वार्ड के कांपा की नहरपारा बस्ती में पानी के लिए भारी दिक्कत है। संकरी गली होने से यहां टैंकर नहीं पहुंच पा रहा। वार्ड पार्सद ज्योती-हेमंत पटेल ने महापौर एजाज देबर से नया बोरेल तत्काल खनन कराने गुहार लगाई है।
- इसी तरह बाल गंगाधर तिलक वार्ड के अशोकनगर इलाके में दर्जनभर बोरेल में पानी का प्रेशर बेहद कम है। यहां 3 नए बोरेल खनन की डिमांड जल विभाग से की गई है।
- यतिशवन लाल वार्ड स्थित भनपुरी के बुनियाद नगर, विजय नगर में पानी टैंकर भेजकर पेयजल आपूर्ति कराई जा रही है।

खबर संक्षेप

अपहरण और लूट के आरोप में दो गिरफ्तार
रायपुर। गोलबाजार थाना क्षेत्र में फल कारोबारी का अपहरण कर मौदहापारा ले जाकर साढ़े 19 हजार रुपए लूटने के आरोप में पुलिस ने दो बदमाशों को गिरफ्तार किया है। पुलिस के मुताबिक गुदियारी निवासी नीरज सोनकर की शिकायत पर डीडीनगर निवासी विनोद पोपतानी तथा उत्तरप्रदेश, हमीरपुर निवासी कमालुद्दीन मौदहापारा में रह रहा है, उसे गिरफ्तार किया है। बदमाशों ने शास्त्री बाजार में फल खरीदने आए नीरज को मल्टीलेवल पार्किंग के पास से धमकी देकर अपनी दोपहिया में बैठाकर मौदहापारा ले गए और उसके साथ माथपीट कर जेब में रखे रुपए लूट लिए।

दो अंतर्राज्यीय गांजा तस्कर गिरफ्तार

रायपुर। गंज थाना क्षेत्र में एंटी क्राइम एंड सायबर यूनिट की टीम ने मुखबिर की सूचना पर उत्तरप्रदेश के दो गांजा तस्करों के कब्जे से डेढ़ लाख रुपए कीमत की सवा 14 किलो गांजा जब्त की है। पुलिस के मुताबिक, गांजा तस्कारी करने के आरोप में सुल्तानपुर निवासी मोहम्मद इत्तेशाम तथा प्रतापगढ़ निवासी मोहम्मद मतीन शेख को गांजा तस्कारी करने के आरोप में गिरफ्तार किया है। बदमाश गांजा तस्कारी कर उत्तरप्रदेश ले जाने की फिराक में थे।

एनडीपीएस एक्ट के तीन हजार से ज्यादा प्रकरण दर्ज

रायपुर। शहर में बढ़ते अपराध पर अंकुश लगाने पुलिस ने मादक पदार्थों की अवैध खरीद-बिक्री करने वाले लोगों के खिलाफ निजात अभियान चलाकर लगातार कार्रवाई कर रही है।

पुलिस ने फरवरी से लेकर मई में एनडीपीएस तथा शराब की अवैध बिक्री करने आरोप में तीन हजार 157 प्रकरण दर्ज कर तीन हजार 241 लोगों को गिरफ्तार किया है। एसएसपी संतोष सिंह के मुताबिक कुल अपराधों में बढ़ोतरी हुई है, जो मुख्यतः एनडीपीएस और आवकरी में बढ़ी कार्रवाई की वजह से है।

मोबाइल कारोबारियों पर कॉपीराइट एक्ट का केस रायपुर

गोलबाजार थाने में एक मोबाइल कंपनी के जांच अधिकारी की शिकायत पर पुलिस ने चार मोबाइल कारोबारियों के खिलाफ एप्पल मोबाइल की नकली एप्सेसरीज बेचने के आरोप में कॉपीराइट एक्ट के अपराध दर्ज किया है। कारोबारियों की दुकान से एक लाख रुपए से ज्यादा कीमत की एप्सेसरीज जब्त की है। पुलिस के अनुसार मुंबई स्थित ग्रीफेन आईपी सर्विसेस प्रा. लि. के जांच अधिकारी संदीप तंवर की शिकायत पर रवि भवन स्थित द्वितीय तल में पूजा मोबाइल, वाहेगुरु डिजिटल वर्ल्ड, कवर वर्ल्ड तथा एसकेआर मोबाइल एप्सेसरीज में छापे की कार्रवाई करते हुए एप्पल कंपनी के नकली एप्सेसरीज जब्त की गई है।

बीएसपी को पानी देना बंद, पेयजल में की जाएगी कटौती

सूखने की कगार पर गंगरेल बांध, दो टीएमसी रह गया पानी, यहीं से बुझती है रायपुर की प्यास

हरिभूमि न्यूज ►► रायपुर

छत्तीसगढ़ में इस साल की भीषण गर्मी के कारण धमती स्थित गंगरेल बांध में दो टीएमसी उपयोगी पानी शेष रह गया है, जो कुल क्षमता से मात्र 8 प्रतिशत ही है। 32.5 टीएमसी क्षमता वाला गंगरेल बांध सूखने की कगार पर है। गंगरेल बांध करीब 12 से 13 साल बाद सूखे की मार झेल रहा है। मानसून समय पर दस्तक नहीं देता है और अच्छी वर्षा नहीं होती है, तो इसका सीधा असर लोगों के जीवन पर पड़ेगा। साथ ही पेयजल आपूर्ति में कटौती की जाएगी। गंगरेल से ही रायपुर के लिए पानी सप्लाई किया जाता है। गंगरेल बांध से राजधानी समेत आसपास के कई जिलों को पानी दिया जाता है। भविष्य में यदि अच्छी वर्षा नहीं होती है, तो इन जिलों की भी परेशानी बढ़ेगी। भीषण गर्मी में प्यास बुझाने गंगरेल बांध में करीब 28.31 अरब लीटर पानी है, जो महज ढाई महीने का पानी है। यही वजह है कि अब गंगरेल बांध प्रबंधन ने भिलाई स्टील प्लांट को पानी देना बंद कर दिया है। भीषण गर्मी के कारण बांधों में इस बार पानी तेजी से घटा, जिससे लेकर विभाग के अफसरों का मानना है कि रिचार्ज, पेयजल और निस्तारी के लिए पानी छोड़े जाने की वजह से यह स्थिति आई है।



900 तालाबों को पहले ही मरा जा चुका

गंगरेल बांध से करीब 900 तालाबों को पहले ही मरा जा चुका है। तालाबों को भरने मई माह के पहले सप्ताह तक पानी छोड़ा गया था। शहर और गांवों के सूखते तालाबों को भरने और गिरते भूजल स्तर में सुधार लाने के लिए धमतरी असेट प्रदेश के चार जिलों के लिए गंगरेल बांध से निस्तारी पानी छोड़ा गया था। तीन चरण में 1 अप्रैल को 700 क्यूसेक, 2 अप्रैल को 1400 क्यूसेक और 3 अप्रैल को 3000 क्यूसेक पानी रूढ़ी बैराज में छोड़ा गया था।

जल जगार उत्सव मनाया जा रहा

गंगरेल को खाली देखकर जिला प्रशासन पहली बार जल जगार उत्सव मना रहा है। जल जगार कार्यक्रम में पहुंची केंद्रीय भूमि जल आयोग की टीम ने भी गंगरेल बांध की स्थिति को लेकर चिंता जाहिर की है और जल संरक्षण की ओर धमती रहित प्रदर्शकों को जागरूक होने की अपील की है।



20 प्रतिशत आई कमी

इस साल पड़ी भीषण गर्मी के कारण प्रदेश के कई जिलों के मध्यम और छोटे बांधों में की स्थिति चिंतनीय है। गत दो वर्षों में मई में जलस्तर के भंडारण का यह निम्न स्तर है। भीषण गर्मी के कारण मई में राज्य के 12 बड़े बांधों में जल भंडारण स्तर में तेजी से गिरावट आई है। प्रदेश के बड़े बांधों में पिछले साल के मुकाबले 22 प्रतिशत की कमी आई है। वर्ष 2023 में जहां 58.22 प्रतिशत पानी था, वहीं वर्तमान में 36.51 जल भराव की क्षमता है। वहीं मध्यम बांधों में वर्ष 2023 में 49.30 प्रतिशत पानी था, वह अब मात्र 33.41 प्रतिशत पानी शेष है।

22 ट्रेनों में कोच लगाने के बाद भी कम नहीं हुई भीड़

ठसाठस भरी बोगियों में महसूस होने लगी घुटन



हरिभूमि न्यूज ►► रायपुर

गर्मी के साथ ट्रेनों में भीड़ भी कम होने का नाम नहीं ले रही है। रेलवे ने जोन की 22 ट्रेनों में दोनों तरफ जनरल कोच लगा दिए, इसके बाद भी ट्रेनों में भीड़ कम नहीं हुई है। लंबी दूरी की ट्रेनों में मेले समान भीड़ रोजाना देखने को मिल रही है। कोच के भीतर उमस भरी गर्मी से यात्रियों की तबीयत खराब हो रही है, तो कई यात्री बेहोश भी होने लगे हैं। रेलवे ने भीड़ कम करने 52 स्पेशल ट्रेन चलाने का फैसला लिया था, लेकिन इससे भी ►►शेष पेज 13 पर

ट्रेनों में भारी भीड़ से यात्रियों को नहीं मिल रही राहत, स्लीपर और जनरल कोच में मेले जैसी भीड़

दरवाजे पर लटकते हुए सफर ट्रेनों में भीड़ इतनी बढ़ गई है कि यात्रियों को दरवाजे पर लटकते हुए सफर करना पड़ रहा है। ट्रेनों में नौ रूम होने से जनरल कोच में तय सीमा से अधिक यात्री सफर कर रहे हैं। यह लापरवाही रेलवे को भारी भीड़ ►►शेष पेज 13 पर

जगदलपुर की दूसरी प्लाइट ट्रेक पर लौटी सप्ताह में दो दिन उड़ेगी

हरिभूमि न्यूज ►► रायपुर

रायपुर-जगदलपुर के बीच उड़ान भरने वाली अलायंस एयर की प्लाइट ट्रेक पर लौटी आई है। सप्ताह में दो दिन संचालित होने वाली इस उड़ान को महीनेभर पहले बंद कर दिया गया था। उड़ान कम होने की वजह से यात्रियों के पास इंडिगो की प्लाइट ही सफर करने का विकल्प रह गया था। जानकारी के अनुसार रायपुर-जगदलपुर-हैदराबाद सेक्टर में दो विमानों का संचालन किया जाता है। इंडिगो सप्ताह में चार दिन और अलायंस एयर दो दिन यात्रियों को लेकर रायपुर से जगदलपुर के बीच उड़ान भरती थी। बताया जाता है कि महीनेभर पहले अलायंस एयर ने अपनी उड़ान पर ब्रेक लगा दिया था। सूत्रों के अनुसार यह प्लाइट अब पुनः संचालित होगी, जिससे यात्रियों को अपनी यात्रा के लिए ►►शेष पेज 13 पर

बारिश में सामान्य यात्री

विमानन सूत्रों के अनुसार बारिश के मौसम में यात्रियों की संख्या सामान्य स्थिति में आने की संभावना बन रही है। गर्मी की छुट्टी में यात्रा करने वालों की संख्या घटाने हजारा तक पहुंच चुकी थी। पिछले तीन-चार दिनों से पड़ रही गर्मी की वजह से यात्रियों की संख्या में थोड़ी कमी आई है।

लिफ्ट लेने खड़े इंड्रवर पर जानलेवा हमला

रायपुर। उरला थाने में टुक इंड्रवर वीरेंद्र द्विवेदी ने दो अज्ञात बदमाशों के खिलाफ पेट में चाकू मारकर जानलेवा हमला करने की रिपोर्ट दर्ज कराई है। वीरेंद्र ने पुलिस को बताया कि वह कन्हैया ओवरब्रिज के पास लिफ्ट लेने के लिए खड़ा था। इसी दौरान दो बदमाश लापरवाही से बाइक चलाते हुए पहुंचे। उन्होंने बाइक

राजधानी में चोरों का आतंक थमने का नाम नहीं ले रहा। इस बार चोरों ने राजेंद्र नगर थाना क्षेत्र में एयर टैफिक कंट्रोल डीजीएम के सूने मकान को निशान बनाते हुए 20 तोला सोने के जेवर चोरी कर ले गए। घटना की जानकारी घर में काम करने वाली बाई के माध्यम से एटीसी के अफसर को मिली। घटना के बाद पुलिस सीसीटीवी कैमरों की पड़ताल कर चोरों के बारे में जानकारी जुटा रही है। गौरतलब है कि राजेंद्र नगर थाना क्षेत्र में तीन माह के भीतर बड़ी चोरी की यह तीसरी वारदात है। हालांकि इसके पूर्व चोरी की घटना को पुलिस ने सुलझा लिया है। पुलिस के मुताबिक अमलीडीह निवासी अब्राहम जॉन के निवास में चोरी की घटना घटित हुई है। अब्राहम ने पुलिस को बताया है कि उनका ►►शेष पेज 13 पर

राजधानी में चोरों का आतंक थमने का नाम नहीं ले रहा। इस बार चोरों ने राजेंद्र नगर थाना क्षेत्र में एयर टैफिक कंट्रोल डीजीएम के सूने मकान को निशान बनाते हुए 20 तोला सोने के जेवर चोरी कर ले गए। घटना की जानकारी घर में काम करने वाली बाई के माध्यम से एटीसी के अफसर को मिली। घटना के बाद पुलिस सीसीटीवी कैमरों की पड़ताल कर चोरों के बारे में जानकारी जुटा रही है। गौरतलब है कि राजेंद्र नगर थाना क्षेत्र में तीन माह के भीतर बड़ी चोरी की यह तीसरी वारदात है। हालांकि इसके पूर्व चोरी की घटना को पुलिस ने सुलझा लिया है। पुलिस के मुताबिक अमलीडीह निवासी अब्राहम जॉन के निवास में चोरी की घटना घटित हुई है। अब्राहम ने पुलिस को बताया है कि उनका ►►शेष पेज 13 पर

हांफने लगा एसी ट्रेन का जनरेटर, 200 लीटर पानी डालकर किया जा रहा ठंडा



हरिभूमि न्यूज ►► रायपुर

भीषण गर्मी के बीच ट्रेन के एसी कोच में ठंडी हवा नहीं मिलने की शिकायत इन दिनों बढ़ने लगी है, जो रेलवे के लिए नई समस्या बन गई है। गर्मी की तेज हवा से ट्रेन के कोच तपने लगे हैं, जिससे एसी फेल हो रहे हैं और कोच यात्रियों के अनुरूप ठंडा नहीं हो पा रहा। एसी के सभी कोच पर बड़ा दबाव गर्मी की तपिश झेल रहे यात्रियों को राहत देने के लिए इन दिनों ट्रेनों को हाई स्पीड में लंबे समय तक एसी चलाया जा रहा है। एसी को रफ्तार कम करने यात्रियों की शिकायत आनी शुरू हो जाती है कि कोच ठंडा नहीं हो रहा है। एसी स्थिति सभी कोच में है, जिस कारण अब एसी के साथ जनरेटर में भी दबाव ►►शेष पेज 13 पर

स्लीपर कोच खाली, एसी कोच पैक

तेज गर्मी को देखते हुए अब ज्यादातर यात्री स्लीपर कोच में सफर करना चाहते हैं। यही वजह है कि मुंबई, दिल्ली, हावड़ा और सूरज जाने वाली ट्रेनों में स्लीपर कोच खाली है जबकि एसी के कोच पैक होने के बाद अब वेडिंग शुरू हो चुकी है। गर्मी से बचने के लिए लोग खड़े होकर एसी में यात्री करने को मजबूर है। ट्रेनों में यही स्थिति जून महीने तक बने रहेगी। लंबी दूरी ट्रेनों के एसी कोच में स्लीपर जैसी भीड़ देखने को मिल रही है। रेलवे को एसी के अतिरिक्त कोच लगाने पड़ रहे हैं।

एयर टैफिक कंट्रोल डीजीएम के सूने मकान में लाखों की चोरी

हरिभूमि न्यूज ►► रायपुर



चोर 20 लाख रुपए से ज्यादा कीमत के सोने के जेवर ले गए

अब्राहम जॉन ने पुलिस को बताया है कि उन्होंने घर में काम करने वाली बाई को साफ सफाई के लिए घर की चाबी दी है। शुक्रवार को काम वाली बाई घर में लगे पैथों को पानी देते आईं, तब उन्होंने देखा कि घर के दरवाजे में लगे ताले टूट हुए हैं। इस पर काम वाली बाई ने घटना की जानकारी अपने मालिक को दी। अब्राहम जॉन का परिवार अपने घर पहुंचा, तो उन लोगों ने देखा, घर का सामान खिखरा पड़ा है और ►►शेष पेज 13 पर

हरिभूमि 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

गर्मी की
छुट्टियों का
आनंद लें

गाँस मेमोरियल मैदान में

शुरू हो
गया अब
रायपुर में!

फन एण्ड फिश वर्ल्ड

हैण्डलूम और हैण्डीक्राफ्ट मेला

अब तक का सबसे बड़ा मेला फिश टनल के साथ ...

रायपुर में पहली बार

दुबई फिश टनल और एक्वेरियम



ORIGINAL DUBAI
FISH TUNNEL



स्थान

गाँस मेमोरियल मैदान

आकाशवाणी, काली मंदिर के सामने, सिविल लाइन्स, रायपुर

खबर संक्षेप

संघ के प्रशिक्षण का समापन आज
रायपुर। राष्ट्रीय स्वयंसेवक संघ छत्तीसगढ़ प्रांत का 15 दिवसीय संघ शिक्षा वर्ग (सामान्य) के प्रशिक्षण का समापन 2 जून को होगा। कार्यक्रम में मुख्य अतिथि प्रसिद्ध समाजसेवी पद्मश्री जागेश्वर बिरहोर होंगे। साथ ही मुख्य वक्ता क्षेत्र संघचालक मध्यक्ष डॉ. पूणेन्दु स्वप्नेना होंगे। कार्यक्रम बूढ़ापारा के छत्रपति शिवाजी आउटडोर स्टेडियम में शाम 5.30 बजे होगा। स्थानीय कृष्णा पब्लिक विद्यालय, कमल विहार, डूण्डा में संघ शिक्षा वर्ग के 15 दिवसीय प्रशिक्षण का आयोजन 18 मई से 3 जून तक किया जा रहा है। प्रशिक्षण शिविर में छत्तीसगढ़ प्रांत के सभी जिलों से 577 शिक्षार्थी शामिल हुए हैं।

उपमोक्ताओं पर महंगी बिजली का बोझ डाल रही सरकार

रायपुर। प्रदेश कांग्रेस संचार विभाग के अध्यक्ष सुशील आनंद शुक्ला ने कहा, राज्य सरकार के प्रस्ताव पर विद्युत नियामक आयोग ने विद्युत दरा में बढ़ोतरी को मंजूरी दे दी है, यह अनुचित है। साथ सरकार नागरिकों को हर तरफ से परेशान करने की नीयत से काम कर रही है। बिजली के दाम बढ़ने से घरेलू के साथ-साथ उद्योगों और व्यावसायिक उपभोक्ताओं को महंगी बिजली खरीदने को मजबूर होना पड़ेगा। भाजपा की नीयत कमीशनखोरी करना है, उसे आम आदमी की सहूलियतों से कुछ लेना-देना नहीं है। उन्होंने कहा, पिछले पांच माह में विद्युत सरप्लस वाला छत्तीसगढ़ राज्य विद्युत कटौती का केंद्र बन गया है।

सिंधु पैलेस में 'कंवर जो मेलो' आज

रायपुर। सिंधी समाज द्वारा शंकर स्थित सिंधु पैलेस में 2 जून को 'कंवर जो मेलो' का भव्य आयोजन किया जाएगा। इसकी सारी तैयारी सेवादारीयों द्वारा की गई है। यह जानकारी अमर दिवानी, अमित जीवन, किशोर आहूजा, पवन प्रीतवानी एवं अमरदास खट्टर ने देते हुए बताया कि इस आयोजन का शुभारंभ शाम 4 बजे पूज्य कंवरधाम अमरावती के प्रमुख साईं राजेश लाल, साईं युधिष्ठिरलाल, गोदड़वाला दरबार की महंत अम्मा मोदी देवी, अमरधाम चकरभाटा के साईं लालदास, छग साधु समाज एवं मसंद सेवाश्रम के प्रमुख साईं जलकुमार मसंद के सानिध्य और सिंधी समाज की उपस्थिति में किया जाएगा।

'लू' से ट्रैफिक जवान की मोत शहीद का दर्जा देने की मांग

रायपुर। लू की चपेट में आकर राजधानी के एक ट्रैफिक आरक्षक जवान भागीरथी कंवर की जान चली गई, जिस पर गहरा दुःख व्यक्त करते हुए जनता कांग्रेस छत्तीसगढ़ (जे) मुख्य प्रवक्ता अधिवक्ता भगवान् नायक ने शासन से मृतक ट्रैफिक जवान को शहीद का दर्जा देने, आश्रित परिजनों को एक करोड़ रुपए मुआवजा और शाक्यकीय नौकरी देने देने की मांग की है। उन्होंने कहा, जानकारी के मुताबिक ट्रैफिक आरक्षक जवान भागीरथी कंवर की मृत्यु ड्यूटी के दौरान हुई है।

कांग्रेस नेता और प्रवक्ता डिबेट में शामिल होंगे

रायपुर। इंडिया गठबंधन के फैसले के अनुरूप कांग्रेस के प्रवक्ता एमिजट पोल के डिबेट में शामिल होंगे। 24 घंटे में कांग्रेस ने अपना फैसला बदला है। कल कांग्रेस ने एमिजट पोल के डिबेट में शामिल न होने का फैसला लिया था। अब इंडिया गठबंधन के अन्य दलों के द्वारा एमिजट पोल के डिबेट में शामिल होने के फैसले के बाद कांग्रेस भी अपने प्रवक्ताओं को इसमें भाग लेने की अनुमति दे दी है। एआईसीसी मीडिया विभाग के प्रमुख पवन खेड़ा ने सोशल मीडिया एक्स में पोस्ट किया कि इंडिया गठबंधन ने यह निर्णय लिया है कि एमिजट पोल संबंधित भाजपा और उसके तंत्र को बेनकाब करना आवश्यक है। एमिजट पोल के डिबेट में भाग लेने के पक्ष और विपक्ष पर चर्चा के बाद यह निर्णय लिया गया कि इंडिया गठबंधन डिबेट में भाग लेगा।

रविवि ने कहा-बैटरी बैकअप के साथ पहुंचें, मोबाइल बंद हुआ तो छात्र जिम्मेदार, एप्पल फोन बैन

हरिभूमि न्यूज़ ►► रायपुर
पं. रविशंकर शुक्ल विवि अध्ययनशाला में संचालित पाठ्यक्रमों के लिए प्रवेश परीक्षाओं की शुरुआत शनिवार को सीबीएस अर्थात सेंटर फॉर बेसिक साइंस के साथ हो गई है। रविवि द्वारा संचालित इस इंटीग्रेटेड पाठ्यक्रम की प्रवेश परीक्षाओं में सर्वाधिक छात्र शामिल होते हैं। यही वजह है कि विश्वविद्यालय द्वारा सबसे पहले इसी विषय की परीक्षाएं ली जाती

सीबीएस की 60 सीटों के लिए 1227 ने दी परीक्षा, शेष के लिए एंट्रेंस टेस्ट 19 से

रविवि देगा वाई-फाई
प्रवेश परीक्षाएं प्रारंभ होते ही रविवि द्वारा को एक लिंक देगा। इसमें क्लिक करने के बाद छात्रों के सम्मुख प्रश्नपत्र प्रदर्शित होगा। इसमें छात्रों को सही विकल्प पर क्लिक करना होगा। परीक्षा केंद्र में जैमर लगाया जाएगा, ताकि छात्र एवजाम के लिए दिए गए लिंक के अलावा गूगल अथवा किसी अन्य माध्यम को खोलकर उत्तर न दे सकें। परीक्षा दो पालियों में होगी। छात्रों को एक घंटे पहले सेंटर पहुंचना होगा। रविवि द्वारा छात्रों को वाई-फाई की सुविधा दी जाएगी। विद्यार्थी चाहें तो इसका इस्तेमाल कर सकते हैं। परीक्षा हिंदी और इंग्लिश में होगी।



माइनुस मार्किंग नहीं
रविवि द्वारा स्पष्ट किया गया है कि परीक्षा में माइनुस मार्किंग नहीं होगी। यह व्यवस्था पहले से ही है। इसे नए स्तर के लिए भी बरकरार रखा गया है। सभी विषयों की प्रवेश परीक्षा में 50-50 सवाल पूरे जाएंगे। प्रत्येक प्रश्न एक नंबर का होगा। इस तरह से प्रवेश परीक्षा 50 अंकों की होगी। प्रवेश परीक्षाओं के परिणाम दिनांकवार जारी किए जाएंगे। इसमें प्राप्त अंकों के आधार पर छात्रों को विवि अध्ययनशाला में संचालित पाठ्यक्रमों में प्रवेश मिलेगा। इसके लिए छात्रों को एक घंटे का समय मिलेगा।

महीनेभर पहले भेजा पत्र, एक भी जगह से रिस्पांस नहीं

शहर में पौधारोपण के लिए जगह का टोटा वार्ड पार्षदों से मांगे सुझाव, पौधों की डिमांड भी

हरिभूमि न्यूज़ ►► रायपुर
रायपुर शहर में पौधारोपण के लिए नगर निगम को खाली जगह नहीं मिल रही। कंक्रीट के नीचल में तब्दील शहर के 70 वार्डों में वार्ड पार्षदों से उद्यानिकी विभाग ने पौधारोपण के लिए जगह सुझाने महीनेभर पहले पत्र भेजकर पौधों की डिमांड मांगी, पर 70 वार्डों में से एक भी वार्डों से अब तक पौधों की डिमांड आई और न ही वार्ड पार्षदों ने अपने वार्डों में पौधा लगाने के लिए खाली जगह बताई। अब निगम मुख्यालय शहर के बीएसयूपी आवासीय कालोनी में पौधारोपण करने की तैयारी में है। वहाँ लम्बाई इलाके में प्रधानमंत्री आवास योजना अंतर्गत निर्मित आदर्श संकल्प सोसाइटी फेज 2 में नगर निगम द्वारा गत वर्ष लगाए गए अलग-अलग प्रजाति के 10 हजार पौधे सुरक्षित हालत में हैं। बारिश से पहले शहर में पौधारोपण



के लिए नगर निगम के पर्यावरण एवं उद्यानिकी विभाग ने नगर निगम के 70 वार्डों के पार्षदों के पास पत्र भेजकर उनके वार्डों में पौधा लगाने खाली जगह की जानकारी मांगी है। साथ ही किन-किन प्रजातियों के पौधा का रोपण करना चाहिए हैं, उन पौधों की संख्या संबंधी सुझाव मांगा है। विभागीय अधिकारियों ने बताया कि महीनाभर पहले निगम मुख्यालय से नगर निगम के दस जोन के 70 वार्डों में पौधारोपण के लिए सुझाव लेने पार्षदों के पास पत्र भेजा गया है, पर अभी तक एक भी वार्ड से बारिश पूर्व पौधारोपण के लिए खाली जगह के सुझाव नहीं आये। विदित हो कि नगर निगम प्रशासन द्वारा शहर में पौधारोपण के लिए सार्वजनिक स्थानों, तालाब, स्कूल परिसर, सामुदायिक भवन सहित वार्डों में खाली जगह की जानकारी वार्ड पार्षद के माध्यम से मंगाई जाती है। पौधों की डिमांड आने पर वन विभाग से इसके लिए अलग-अलग प्रजाति के पौधारोपण करने डिमांड भेजा जाता है।

जून की शुरुआत होने के साथ ही शहर में पौधारोपण के लिए खाली जगह तलाशी जा रही है।

जगह का टोटा बीएसयूपी आवासीय परिसर में फोकस

नगर निगम के अधीक्षण अभियंता राजेश शर्मा का कहना है, शहर में पौधा लगाने के लिए जगह की कमी है। इस बात को ध्यान में रखकर इस बार शहर के बीएसयूपी आवासीय परिसर की खाली जमीन पर वृहद पैमाने में पौधारोपण करने की योजना है। इसके लिए जोनवार जानकारी मंगाई जा रही है।

औद्योगिक समूहों से कराएंगे पौधारोपण

नगर निगम आयुक्त अविनाश मिश्रा ने हाल ही में राजधानी में एक्सप्रेस वे तेलीबांधा, शंकर नगर, देवेन्द्र नगर, पंडरी क्षेत्र का निरीक्षण दौरा शुरू के एमडी दिनेश अग्रवाल के साथ किया। आयुक्त ने एक्सप्रेस वे में पौधा रोपण सहित अन्य कार्य प्रारंभ कराने निर्देश दिये। सीएसआर मद से यह कार्य कराया जायेगा।

आंबेडकर के पुराने भवन में कूलर-पंखे बेअसर, नई बिल्डिंग में होगा सेंट्रलाइज कूलिंग सिस्टम

हरिभूमि न्यूज़ ►► रायपुर
45 डिग्री से अधिक के तापमान में आंबेडकर अस्पताल की पुरानी बिल्डिंग में इलाज के लिए भर्ती मरीज उबल रहे हैं। वहां राहत के लिए लगाए गए कूलर-पंखे भारी गर्मी में बेअसर हो चुके हैं। गर्मी को ध्यान में रखते हुए अस्पताल के नए सात मंजिला भवन में सेंट्रलाइज कूलिंग सिस्टम का प्रावधान किया गया है। आचार संहिता खत्म होने के बाद इस योजना पर काम रफ्तार पकड़ने के आसार हैं। आंबेडकर अस्पताल में सात मंजिला नए भवन को बजट में स्वीकृति दी गई थी। काम शुरू करने के लिए चिकित्सा शिक्षा संचालनालय के माध्यम से वित्त विभाग को राशि स्वीकृति के लिए प्रस्ताव भी प्रेषित किया जा चुका है, जिस पर अंतिम फैसला हो चुका है। सूत्रों के मुताबिक आचार संहिता समाप्त होने के बाद भवन निर्माण की योजना पर काम शुरू किए जाने की संभावना है। सूत्रों के अनुसार नए भवन में मरीजों की सुविधा का ध्यान रखते हुए सेंट्रलाइज कूलिंग सिस्टम का प्रावधान किया गया है। गर्मी के मौसम में हर साल पुराने भवन में संचालित वार्डों में भर्ती मरीजों को हलाकान होना पड़ता है। अस्पताल प्रबंधन द्वारा उन्हें राहत देने के लिए बड़ी संख्या में कूलर और पंखे लगाए गए हैं, मगर इस बार की गर्मी ने उन्हें पूरी तरह बेअसर कर दिया है और मरीजों की परेशानी बढ़ी हुई है। वार्ड के बाहर तो मरीज के परिजन जैसे-तैसे अपना वक्त काट लेते हैं, मगर भीतर मरीजों को हालत बदतर हो जाती है। गर्मी के दिनों में होने वाले इंस कुट्ट अनुभवों को ध्यान में रखते हुए नए भवन को सीसीएस से लैस करने की योजना है।



पुराने भवन में जगह का अभाव

गर्मी के मौसम को ध्यान में रखते हुए आंबेडकर अस्पताल के पुराने भवन में डीके अस्पताल की तरह सेंट्रलाइज कूलिंग सिस्टम लगाने की योजना बनाई गई थी। योजना को स्वीकृति मिल चुकी थी, मगर भवन में इसे स्थापित करने के लिए सही जगह नहीं होने की वजह से योजना को ठंडे बस्ते में बंद दिया गया था। इसका खामियाजा हर साल कूलर की संख्या बढ़ाने के रूप में गुनागुना पड़ता है। वर्तमान में आंबेडकर अस्पताल के मरीजों, चिकित्सकों और अन्य स्टाफ को चार सौ कूलरों की मदद से गर्मी में राहत देने का प्रयास किया जाता है।

पहली किस्त में 85 करोड़

आंबेडकर अस्पताल में उपचार की क्षमता और संसाधन बढ़ाने के लिए 322 करोड़ के खर्च से सात मंजिला और सात सौ बिस्तर की क्षमता वाले भवन का निर्माण किया गया है। इस भवन में आईसीयू, ऑपरेशन थियेटर सहित अन्य सुविधा भी दी जाएगी। योजना को पूरा करने के लिए पहली किस्त में 85 करोड़ रुपए स्वीकृत किए जाने की चर्चा है। इस भवन का निर्माण किए जाने के लिए जगह का चिह्नकार भी किया जा चुका है।

सीएम साय बोले-जीतेंगे छत्तीसगढ़ की सभी 11 सीटें

हरिभूमि न्यूज़ ►► रायपुर
देश में शनिवार को लोकसभा चुनाव का अंतिम चरण का मतदान भी हो गया। इसके बाद देर शाम तक एमिजट पोल के नतीजे भी सामने आ गए हैं। कुल सात चरणों में हुए चुनावों में देश की 542 लोकसभा सीटों पर वोट डाले गए हैं। इसके नतीजे 4 जून को आएंगे। मुख्यमंत्री विष्णु देव साय ने पत्रकारों से चर्चा करते हुए कहा, छत्तीसगढ़ की सभी 11 सीटें भाजपा जीत रही है। सीएम साय ने फिर एक बार मोदी सरकार का दावा किया है। सीएम साय 400 पार के लक्ष्य को प्राप्त करने के लिए पूरी तरह से आश्वस्त है। श्री साय ने कहा, मुख्यमंत्री होने के नाते मेरा छत्तीसगढ़ को अलावा और दूसरे प्रदेशों में जाना हुआ है। मैं ओडिशा, झारखंड, मध्यप्रदेश भी गया। सभी जगह भाजपा के पक्ष में बहुत अच्छा वातावरण है। सभी लोग तीसरी बार नरेंद्र मोदी को प्रधानमंत्री के रूप में देखना चाहते हैं। मेरा पूरा विश्वास है कि छत्तीसगढ़ में हम लोग सभी 11 सीटें भारतीय जनता पार्टी को जीताकर दे रहे हैं।

किरण देव बोले- अबकी बार 400 पार का नारा सही साबित होगा

भारतीय जनता पार्टी के प्रदेश अध्यक्ष किरण सिंह देव ने मतदान के बाद (एकजट पोल) के सामने आए अनुमानों को भाजपा के लिए उत्साहजनक बताते हुए कहा कि ये अनुमान इस बात के प्रमाण हैं कि भाजपा ने भारत और विशेषकर छत्तीसगढ़ की जनता जनघन के निर्णय को धरतल पर रखकर सटीक आंकड़न किया है। भाजपा अपने लक्ष्य अबकी बार 400 पार को हासिल करके प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी के नेतृत्व में लगातार तीसरी बार भाजपा की अगुआई में एक सशक्त सरकार के साथ सत्ता में लौटेंगे। श्री देव ने कहा कि एकजट पोल के ये आंकड़े इस बात की तस्दीक भी कर रहे हैं कि प्रधानमंत्री श्री मोदी के नेतृत्व में केंद्र की सरकार ने सबका साथ, सबका विकास, सबका विश्वास और सबका प्रयास के आगे उद्घोष में बहिष्ठ सेवा, सुशासन और गरीब कल्याण के संकल्प के साथ काम किया है और इजलिफ एंटी इन्फ्लेन्सि जैसे मिथक को प्रो-इन्फ्लेन्सि में तब्दील होते देखना भारतीय राजनीति में एक सुखद संकेत है। श्री देव ने कहा, एकजट पोल के अनुमानों से परे जाकर भाजपा-एनडीए को ऐतिहासिक बहुमत के साथ जनताजनघन सत्ता सौंप रही है, इसमें कोई संदेह नहीं है। इससे पहले पिछले दो लोकसभा चुनावों में भी भाजपा-एनडीए के लिए एकजट पोल के जो आंकड़े सामने दर्शाए गए थे, भाजपा ने उन अनुमानों से परे जाकर न केवल 2014 में अकेले 282 सीटों पर जीत हासिल की थी, अपितु 2019 के चुनाव में एकजट पोल के आंकड़ों को हटोकर 303 सीटों पर जीत दर्ज की थी। उन दोनों चुनावों में एनडीए को क्रमशः 336 और 353 सीटें मिली थीं। 2023 के विधानसभा चुनाव में छत्तीसगढ़ के एकजट पोल के आंकड़ों के विपरीत भाजपा ने ऐतिहासिक जीत दर्ज की थी।

गर्मी में सुरक्षित ट्रेन परिचालन के लिए जोन को लिखा पत्र

हरिभूमि न्यूज़ ►► रायपुर
देश में अत्यधिक गर्मी के बीच ट्रेनों के सुरक्षित परिचालन के लिए रेलवे बोर्ड की अध्यक्ष जया वर्मा सिन्हा ने सभी रेलवे जोन को पत्र लिखकर सावधानी बरतने की सलाह दी है। रेलवे का पत्र जोन में पहुंचने के बाद अफसरों के बीच बैठकों का दौरा शुरू हो गया है। अध्यक्ष ने कहा कि वर्तमान में देश में अत्यधिक गर्म और चरम मौसम की स्थिति है। इस अवधि में सुरक्षित ट्रेन परिचालन के लिए सभी आवश्यक सावधानी बरती जा रही है और इस समय यह आवश्यक है कि सभी संपत्तियों का रखरखाव उच्चतम मानक का हो और इसमें कोई हिलाना नहीं बरती जाए।

गर्भवती महिलाओं के लिए योग प्रशिक्षण

हरिभूमि न्यूज़ ►► रायपुर
गर्भवती महिलाओं की स्वास्थ्य सुरक्षा को ध्यान में रखते हुए अब प्राथमिक स्वास्थ्य केंद्रों में योग प्रशिक्षण की सुविधा शुरू की जा रही है, ताकि वार्ड की गर्भवती महिलाओं को अपने नजदीक योग प्रशिक्षण का लाभ मिल सके। राजधानी रायपुर के खोखो पारा स्थित प्राथमिक स्वास्थ्य केंद्र में शनिवार को एमआईसी सदस्य जितेंद्र अग्रवाल, डॉक्टर स्मृति देवांगन और जोन कमिश्नर विमल गुप्ता की उपस्थिति में कार्यक्रम का आयोजन किया गया। नगर निगम जोन 5 क्षेत्र के महंत लक्ष्मीनारायण दास वार्ड के प्राथमिक स्वास्थ्य केंद्र में गर्भवती महिलाओं के लिए योग प्रशिक्षण का शुभारंभ हुआ। इस मौके पर महिलाओं को योग की खूबियों से अवगत कराया गया। डॉक्टर, मितालिन दीदी और स्वास्थ्य कर्मचारियों की मौजूदगी में हुए



बिजनेस साइट सीटी

कोलंबिया इंस्टिट्यूट ऑफ फार्मसी में बी.फार्म प्रैक्टिस ब्रिज कोर्स

रायपुर। कोलंबिया इंस्टिट्यूट ऑफ फार्मसी में बी.फार्म (प्रैक्टिस) ब्रिज कोर्स लाया गया है। कोलंबिया इंस्टिट्यूट ऑफ फार्मसी के एग्रेसिवेट प्रोफेसर के अनुसार डिप्लोमा पंजीकृत और अतिरिक्त योग्यता और स्नातक डिग्री प्रदान करता है। यह उन फार्मासिस्ट के लिए एक प्रगतिशील योजना है, जो किसी कारण अपनी शैक्षणिक योग्यता को नहीं बढ़ा पाए। ऐसे फार्मासिस्टों के लिए यह योजना लाई गई है। यह बैचलर ऑफ फार्मसी प्रैक्टिस में डिग्री होने का प्रमाणपत्र होगा। फार्मसी अधिनियम 1948 के तहत फार्मासिस्ट के रजिस्ट्रार में दर्ज की जाने वाली अतिरिक्त योग्यता है। बता दें कि इस पाठ्यक्रम की अवधि दो शैक्षणिक वर्ष की है।

एम्पावरिंग टीचर एजुकेटर्स पर नेशनल लेवल फैकल्टी डेवलपमेंट प्रोग्राम

रायपुर। कोलंबिया कॉलेज रायपुर द्वारा 'एम्पावरिंग टीचर एजुकेटर्स फॉर 21 सेंचुरी' विशेष पर छह दिवसीय नेशनल लेवल फैकल्टी डेवलपमेंट प्रोग्राम का आयोजन किया गया, जिसमें पहले दिन मुख्य अतिथि डॉ. रमेश चंद्र काठारी, वीर नर्मद दिक्षिण गुजरात विश्वविद्यालय सूरत गुजरात के पूर्व कुलपति रहे। जन प्रगति एजुकेशन सोसाइटी के सचिव हरजीत सिंह हूरा विशेष अतिथि के रूप में कार्यक्रम में शामिल हुए। प्रथम दिवस की मुख्य वक्ता डॉ. रिया तिवारी, प्राचार्य, ग्रेसिअस कॉलेज ऑफ एजुकेशन अभनपुर रायपुर रहें। उन्होंने 'न्यू ट्रेड्स इन एडू टेक' विषय के बारे में महत्वपूर्ण जानकारी प्रदान की।

RAHUL TRAVELS
One Way Taxi Pvt Ltd
Scan And Book 9926411411

Raipur To	Zest	Crysta	Today Offer
Bilaspur	1999	2999	999
Nagpur / Jabalpur / Ambikapur	4999	7999	2999
Sambalpur / Bargarh / Blangir	3999	7999	1999

online Booking: www.tripuryatra.com
स्लीपर मात्र 8,500/-
सुनहरा अवसर
श्रेष्ठ ट्रेन से 08 जून से 14 जून 2024
सबसे कम राशि पर
माता वैष्णव देवी
हरिद्वार, मथुरा वृंदावन (श्री कृष्ण जन्मभूमि)
राशि: स्लीपर 8500/- 3 एसी 16,500/- 2 एसी 21,500/ (+5% GST)
श्री त्रिपुर तीर्थ यात्रा
संपर्क करें: -7354-411411



ग्रुप बनाकर उद्यानों में ला रहे हरियाली...

लाइव इवेंट

फैकल्टी और स्टाफ को फिट रखने एनआईटी क्रिकेट लीग



रायपुर। राष्ट्रीय प्रौद्योगिकी संस्थान के खेल विभाग द्वारा जून में क्रिकेट प्रीमियर लीग (सीपीएल) का आयोजन किया जा रहा है। फिट इंडिया मूवमेंट के अंतर्गत आयोजित इस रोमांचक आयोजन का उद्देश्य संस्थान की फैकल्टी व स्टाफ के बीच शारीरिक फिटनेस, टीम वर्क और स्वस्थ जीवन शैली को बढ़ावा देना है। लीग की शुरुआत शनिवार सुबह 6 बजे उद्घाटन समारोह के साथ हुई। मार्निंग इंजीनियरिंग के डॉ. मनोज प्रधान अतिथि और फैकल्टी वेलफेयर डीन डॉ.डी.सान्याल विशेष अतिथि रहे। उन्होंने फिट इंडिया मूवमेंट के लिए मार्गदर्शन दिया। लीग में 3 टीम एनआईटी रॉयल्स, एनआईटी लायंस, एनआईटी स्टार्डक्स हिस्सा ले रही है। संस्थान की फैकल्टी, रिसर्च स्कॉलर्स और स्टाफ इन टीम के सदस्य हैं।

10 मैचों की है यह क्रिकेट लीग

सभी टीमों उद्घाटन समारोह में उपस्थित रही। उद्घाटन समारोह के बाद लीग के पहले मैच का शुभारंभ हुआ। 10 मैचों की यह लीग 1 जून से शुरू होकर 28 जून को शीर्ष 2 टीम के बीच निर्णायक मुकाबले के साथ समाप्त होगी। जर्सी अनावरण समारोह का आयोजन भी किया गया, जिसमें सभी टीम और कार्यक्रम के स्पॉन्सर विलक एडवाइजरी के संतोष कुमार बजाज उपस्थित रहे। गौरतलब है कि भारत सरकार द्वारा शुरू किया गया फिट इंडिया मूवमेंट दैनिक जीवन में शारीरिक गतिविधि और खेल के महत्व पर जोर देता है। एनआईटी का कहना है कि क्रिकेट प्रीमियर लीग एक रोमांचक प्रतियोगिता साबित होगी, जो सभी को फिटनेस और खेल भावना को अपनाने के लिए प्रेरित करेगी।

नेशनल एनिमल राइट्स डे आज : बेजुबानों की आवाज बनकर संस्थाएं लड़ रहीं कानूनी लड़ाई न्याय दिलाने वकील बगैर फीस लड़ रहे बेजुबानों का केस बीते तीन वर्षों में 40 से अधिक मामलों में दोषियों को जेल

“ शहर में बेजुबानों के साथ हुए अत्याचार के खिलाफ पशु प्रेमियों की संस्थाएं अब आवाज बन रही हैं। पशुओं को न्याय दिलाने के लिए पुलिस थाने से लेकर कोर्ट तक लड़ाई वे लड़ रहे हैं।

रायपुर। संविधान में बेजुबानों के लिए अधिकार बनाए गए हैं, लेकिन ज्यादातर लोगों को इसकी जानकारी नहीं होती है और अपने स्वार्थ के लिए पशुओं की हत्या या फिर नुकसान पहुंचाने का काम करते हैं। हरिभूमि ने पशुओं से जुड़ी सामाजिक संस्थाओं से बातचीत की। उन्होंने बताया कि हर साल रायपुर में 100 से अधिक बेजुबानों की हत्या कर दी जाती है। इसमें केवल 8 से 10 मामलों में ही उन्हें न्याय मिल पाता है। एनिमल फ्रेंड ग्रुप की नियति शर्मा ने बताया कि जिले में ही 2023 से अभी तक दर्जन मामलों में आरोपी अब भी फरार हैं। समाज का



कुत्तों पर छोड़ी उठाकर उल्टे डराना की पधू कूरता

एक्टिविस्ट आनंदिता बता कहती हैं, यह वह जितना हमारा है उतना ही उनका भी है। एकमात्र समाधान सह-अस्तित्व में है। अपने जागरूकता अभियान में लोगों को बताते हैं कि कुत्ते-बिल्लियों को उनके स्थान से एक अलग क्षेत्र में विस्थापित करना पशु कूरता निवारण की धारा 11 का उल्लंघन है। इसके अतिरिक्त, कुत्तों पर छोड़ी उठाकर, उन्हें डराना या छोड़ी लेकर उनके पीछे दौड़ना, उन पर पत्थर फेंकना पशु कूरता निवारण अधिनियम के अंतर्गत कूरता में परिभाषित है। किसी जानवर की हत्या करना या अपंग बनाना, भारतीय न्याय संहिता (बीएनएस) 2023 की धारा 325 के तहत एक गंभीर अपराध है, जिसमें 5 साल तक की कैद की सजा हो सकती है।



सोशल मीडिया से मिलती है जानकारी

जानवरों की रक्षा करने एनिमल लवर कम्प्युनिटी शहर के साथ ग्रामीण क्षेत्रों में पशुओं के अधिकारों की जानकारी देने जागरूकता अभियान चला रही है। संस्था की आनंदिता बता कहना है कि हमारी संस्था पशुओं की हत्या से मुक्ति चाहती है। फार्म में बेचो जा रही मुर्गियों के लिए कोई न्याय व्यवस्था नहीं है, क्योंकि इसे मारकर खाने का अधिकार लोगों को है। हम लोगों में जागरूकता लाने का प्रयास करते हैं कि वे इन बेजुबानों को न खाएं और उन्हें मुक्ति दें। उनका कहना है कि सोशल मीडिया के जरिए जब भी बेजुबान की बेवजह हत्या और कूरता की शिकायत मिलती है, तो उन्हें न्याय दिलाने के लिए कानूनी लड़ाई भी लड़ते हैं। उसमें हमें सफलता भी मिली है।



एक वर्ग ऐसा भी है, जो केवल मस्ती अथवा मनोरंजन के लिए जानवरों को प्रताड़ित करता है और प्रताड़ना का वीडियो बनाकर सोशल साइट्स पर पोस्ट करते हैं। सोशल साइट्स के माध्यम से भी प्रताड़ना की जानकारी मिलने पर इन सामाजिक संस्थाओं द्वारा स्व-स्फूर्त एक्शन लिया जाता है।

टीम में व्यापारियों सहित अन्य वर्ग के लोग

संस्था सदस्यों के अनुसार, सोशल मीडिया में जैसी ही हमें पशु के साथ कूरता की शिकायत मिलती है हमारी टीम उस जगह पर पहुंचती है और पुलिस में इसकी शिकायत करती है। अभी तक छत्तीसगढ़ के विभिन्न जिलों में तीन सालों में 40 से अधिक मामलों में बेजुबानों को न्याय दिला चुके हैं। इसमें आरोपियों को जेल भी हुई है। उन्होंने बताया कि बेजुबानों को न्याय दिलाने रायपुर, खिलापुर समेत दुर्ग और गिलाई में 14 मामलों पर पुलिस जांच कर रही है। संस्था में 18 लोगों की टीम है, जिसमें वकील, पुलिस, व्यापारी समेत अन्य वर्ग के लोग शामिल हैं।

अपने स्वार्थ के लिए अत्याचार

सामाजिक संस्था एनिमल ऑफ लाइफ 5 सालों से पशुओं के लिए शहर में काम रही है। संस्था से जुड़ी एडवोकेट मुस्कान तिवारी ने बताया कि लोग बेजुबान के लिए अभी आवाज नहीं बनेते हैं। कोर्ट में इंसानों के साथ पशुओं का केस भी लड़ती हैं। हर साल 6 से अधिक मामले आते हैं। ज्यादातर केस में लोग अपने स्वार्थ के लिए बेजुबानों के साथ अत्याचार करते हैं। इस तरह के केस सामाजिक संस्थाओं के लिए जि-शुल्क लड़ती हैं।

सिटी इवेंट

कृषि विवि में तीन दिवसीय राष्ट्रीय आम महोत्सव 12 से



रायपुर। इंदिरा गांधी कृषि विवि में तीन दिवसीय आम महोत्सव की शुरुआत 12 जून से होने जा रही है। कृषि विवि सहित संचालनालय उद्यानिकी एवं प्रक्षेत्र वानिकी, छत्तीसगढ़ शासन तथा प्रकृति की ओर सोसायटी के संयुक्त तत्वाधान में 12, 13 एवं 14 जून को कृषि महाविद्यालय परिसर इस आम महोत्सव का आयोजन किया जाएगा। इस महोत्सव में आम की 150 से अधिक किस्मों व आम से बने 56 व्यंजनों का प्रदर्शन किया जाएगा। महोत्सव में आम की विभिन्न किस्मों की प्रतियोगिता आयोजित की जा रही है, जिसमें छत्तीसगढ़ एवं देश के विभिन्न राज्यों के आम

उत्पादक शामिल होंगे। आयोजन के प्रथम दिवस 12 जून को प्रातः 9 बजे से 12 बजे तक प्रविष्टियों का पंजीयन किया जाएगा। द्वितीय दिवस आम उगाने वाले कृषकों एवं जिज्ञासुओं के लिए 13 जून को 12 बजे से 4 बजे तक त क नी की मार्गदर्शन एवं परिचर्चा का आयोजन किया गया है, जिसमें छत्तीसगढ़ में उच्च गुणवत्ता के आम की विभिन्न किस्मों का उत्पादन, आम के विभिन्न उत्पाद एवं उनके विपणन के साथ ही आम उत्पादन बढ़ाने के लिए छत्तीसगढ़ शासन की योजनाओं की भी जानकारी प्रदान की जाएगी, जिससे नई पीढ़ी के लोग आम उत्पादन की ओर बढ़ सकें।

आम सज्जा : सामान्य नागरिक भी ले सकते हैं हिस्सा

इस अवसर पर आम से बने विभिन्न व्यंजनों की प्रतियोगिता भी आयोजित है। इसके अतिरिक्त आम की सजावट प्रतियोगिता भी आयोजित की जा रही है, जिसमें विद्यालयीय एवं महाविद्यालयीय विद्यार्थी, महिलाएं तथा अन्य सामान्यजन भी पंजीयन कर भागीदारी कर सकते हैं। इस प्रतियोगिता में पंजीयन एवं प्रवेश पूर्णतया नि-शुल्क रहेगा। राष्ट्रीय आम महोत्सव में संस्थागत एवं व्यक्तिगत प्रतियोगिता भी सहभागी हो सकते हैं। इसके पश्चात सामान्यजनों के लिए प्रदर्शनी अवलोकनार्थ रात 9 बजे तक खुली रहेगी। इस प्रदर्शनी में आम की विभिन्न किस्मों के फल, आम के विभिन्न उत्पाद एवं आम के पौधे भी विक्रय के लिए उपलब्ध रहेंगे। अंतिम दिन प्रदर्शनी के अवलोकन के साथ ही प्रतिभागियों के लिए पुरस्कार वितरण एवं सम्मान समारोह का आयोजन भी किया जाएगा।

प्राध्यापकों संग छात्रों ने जाने पाचन तंत्र को योग के जरिए मजबूत रखने मंत्र, स्ट्रेस मैजनेमेंट भी

रायपुर। रविवार को योग आधारित चार दिवसीय कैंप का आयोजन किया जा रहा है। यूजीसी के अंतर्गत आने वाले इंटर यूनिवर्सिटी सेंटर फॉर योगिक साइंसेज के सहयोग से यह कैंप लगाया जा रहा है। एक जून से इसकी शुरुआत हुई। 4 जून को इसका समापन होगा। प्रथम दिवस एक्स के योग थेरेपिस्ट कुंदन कुमार उपस्थित रहे। उन्होंने योग अभ्यास के साथ-साथ स्वस्थ जीवन के लिए टिप्स देते हुए कहा कि एक स्थान पर बैठना भी योग होता है। योग के कई आसन कराए गए। पाचन तंत्र को मजबूत करने वाले विभिन्न आसन जैसे कि गोमुख आसन, ताडसन, मंडूक आसन, बटरफ्लाई, वृक्षासन, त्रिकोणासन, भुजंगासन, मकर आसन, पवन मुक्तासन की जानकारी दी गई। प्राणायाम में अलोम-विलोम, शीतली प्राणायाम व क्षमरी की भी जानकारी दी गई। इस योग शिविर में रविवार के शैक्षणिक तथा गैर शैक्षणिक स्टाफ के साथ विद्यार्थी और शोध छात्र भी हिस्सा ले रहे हैं। जीवन में बढ़ते तनाव को दूर करने विवि प्रबंधन द्वारा अपने छात्रों तथा प्राध्यापकों को योग सौख्यता जा रहा है, ताकि वे अध्ययन-अध्यापन के कार्य में बेहतर प्रदर्शन कर सकें।



रविवार को अपने स्टाफ स्टूडेंट्स के लिए लगाया कैंप, एक्स से आए एक्सपर्ट

जीवन शैली को सुदृढ़ करने में मदद

उद्घाटन सत्र में विश्वविद्यालय के कुलपति प्रो. सचिदानंद शुक्ल, कार्यशाला निर्देशक प्रो. सी.डी. अगाशे, प्रो. रीता वेणुगोपाल, प्रो. राजीव चौधरी सहित अन्य प्राध्यापक शामिल रहे। कार्यशाला की जानकारी देते हुए विशेषज्ञों ने कहा, योग में अनुशासन अति आवश्यक है। यह व्यक्ति को आदर्श के रूप में स्थापित करता है। कुलपति ने कहा, योग भारतीय प्राचीन सभ्यता है जो विश्व में निरंतर जीवन शैली को सुदृढ़ बनाने में मदद कर रहा है। यह कई लाइलाज बीमारियों को पूर्ण रूप से समाप्त करने में सक्षम है। प्रो. राजीव चौधरी ने योग के महत्व को बताते हुए योग को अपने जीवन के दिनचर्या में शामिल करने के लिए प्रेरित किया। योग लाभार्थियों ने पूरी उर्जा के साथ योगाभ्यास किया। प्रथम दिन में 200 से अधिक छात्र-छात्राएं प्रतिभागी के रूप में शामिल हुए।

फिल्म 'मोर बाई हाई फाई' का पहला गाना आज होगा रिलीज

रायपुर। छत्तीसगढ़ी फिल्म 'मोर बाई हाई फाई' का पहला गाना 2 जून को फ्रिडैटव विजन चैनल के यूट्यूब चैनल में जारी किया जाएगा। यह गीत अभिनेता प्रकाश अवस्थी और सृष्टि देवांगन पर फिल्माया गया है। इस गाने को सुनील सोनी और अनुपमा मिश्रा ने अपनी आवाज दी है। गीत व संगीत स्वयं प्रकाश अवस्थी के ही हैं। नृत्य निर्देशन संजू तांडी का है। फिल्म से जुड़े कलाकारों ने बताया, गाने की शूटिंग छग के ही विभिन्न स्थानों पर की गई है। गाने में छत्तीसगढ़ी भाषा की सुंदरता और संस्कृति दिखाई देगी। फिल्म 26 जुलाई को रिलीज होगी। फिल्म का पोस्टर पहले ही जारी किया जा चुका है। प्रकाश अवस्थी और सृष्टि देवांगन के साथ फिल्म में प्रमिला, योगेश अग्रवाल और अनुपम



वर्मा भी नजर आएंगे। फिल्म का निर्देशन नीतेश लहरी ने किया है। फिल्म को लेकर कलाकारों में उत्साह है और उन्होंने इसके अच्छे प्रदर्शन की उम्मीद जताई है।

कथा समापन पर गणेश और रिद्धि-सिद्धी का विवाह

24 घंटे भजन नहीं कर सकते तो कम से कम एक मिनट करें पाप रखने की नहीं होती पेट्टी, शिव को फोन नहीं दिल में रखें

कार्न न्यूज

रायपुर। शिव पूजन करने के लिए किसी सामग्री की जरूरत नहीं है। मानव शरीर मिल जाए और साथ में भगवान शिव की भक्ति हो जाए तो यह बड़ा है। बोले बाबा को सरल, सहज समझ लेना लेकिन अनाड़ी मत समझना। ये बातें अंतिम दिन कथावाचक प्र.पं.दी. मिश्रा ने कही। कथा समापन के दौरान गणेश और रिद्धि-सिद्धी का विवाह संपन्न हुआ। शनिवार को कथा श्रवण करने के लिए पूर्व मुख्यमंत्री भूपेश बघेल, विधायक गजेंद्र यादव व दीनबंधु ठाकुर पहुंचे।



प्रतिदिन होते हैं हमसे पाप

कथा वाचक प्रदीप मिश्रा ने कहा, कपड़ा रखने की पेट्टी होती है, मंदिर में दान रखने की पेट्टी होती है, सामान रखने की पेट्टी होती है लेकिन पाप को रखने के लिए कोई पेट्टी नहीं होती है। मनुष्य से प्रतिदिन पाप जरूर होता है। ऐसा कोई संसार में जन्मा नहीं है, जिससे पाप न हो। बिना सोचे समझे किए गए पाप को महादेव

मोबाइल से डिलीट हो जाएगी फोटो

कथा श्रवण करने आए श्रद्धालुओं से कथा वाचक प्रदीप मिश्रा ने कहा, कथा में आकर हम फोटो खिंचते हैं। सेल्फी तुम भी ले रहे हो हम भी खिंचते हैं। अंतर सिर्फ यह है कि तुम्हारे मोबाइल फोन के मेमोरी से वह फोटो डिलीट हो सकती है, लेकिन मेरे दिल के मेमोरी में बसे मोलेनाथ कर्म डिलीट नहीं हो सकते, इसलिए भगवान शंकर को दिल में बसाकर रखो।

विश्वास पक्का है तो मिलेंगे शिव

पंडित प्रदीप मिश्रा ने कहा कि भरोसा और विश्वास अगर पक्का है तो शिव तुम्हें जरूर मिलेंगे, क्योंकि एक पत्ता भी उसके बगैर नहीं हिल सकता है। बस उसका भजन आपके मन में होना चाहिए। शास्त्र कहता है 24 घंटे भजन करो, या फिर 12 घंटे करो, यह नहीं हो सकता तो 6 घंटे करो, नहीं तो 3 घंटे करो, उड़ घंटे करो, एक घंटा करो, आधा घंटा करो, 15 मिनट करो, 5 मिनट करो। यह भी नहीं हो सकता तो एक मिनट तो करो, लेकिन यह भी नहीं हो सकता तो चुल्हू भर पानी में डूब मरो। 21 हजार 607 सालों हमसे प्रतिदिन निकलती है, अगर भजन नहीं कर सकते तो यह सब बेकार है।

स्वीकार कर लेते हैं

दुनिया का कोई भी व्यक्ति यह कह दे कि मैं पापी नहीं हूँ यह हो ही नहीं सकता। लेकिन शिव महापुराण, श्रीमद् भागवत कथा सुनने जाते हैं और इस दौरान अगर झुककर उन्हें प्रणाम करते हैं तो हमारा पाप धूल जाता है। अगर पापों को समाप्त करना है तो हमारे पास एक और स्थान है वह है देवालय। हमारा पाप धीरे-धीरे समाप्त होता है पर होता जरूर है।

कैंपस इवेंट

रविवार में ऑनलाइन कैंपस प्लेसमेंट 5 छात्रों को 6.5 लाख का पैकेज

रायपुर। पं.रविशंकर शुक्ल विवि में छात्रों के लिए ऑनलाइन कैंपस प्लेसमेंट रखा गया। यह प्लेसमेंट रविवार के एमबीए डिपार्टमेंट के चतुर्थ सेमेस्टर के विद्यार्थियों के लिए रखा गया था। आईटीआई बैंक द्वारा जूनियर असिस्टेंट के पदों के लिए ऑनलाइन साक्षात्कार लिया गया। 18 विद्यार्थी इसमें शामिल हुए। बैंक के नियमों के अनुसार, 5 छात्रों का चयन इसमें किया गया। इन विद्यार्थियों को 6.5 लाख का पैकेज सालाना प्रदान किया जाएगा। छात्रों के प्रदर्शन के आधार पर वेतन में आगे वृद्धि भी हो सकती है। डॉ.जोके और एमबीए डिपार्टमेंट के निदेशक डॉ.एके श्रीवास्तव ने इस प्लेसमेंट का समन्वय किया।



आईआईटी आज उपलब्ध कराएगा जेईई आंसर-की

जेईई एडवांस 2024 परीक्षा में भाग लेने वाले अभ्यर्थियों के लिए महत्वपूर्ण खबर है। भारतीय प्रौद्योगिकी संस्थान (आईआईटी) मद्रास की ओर से जेईई एडवांस 2024 आंसर की कल यानी 2 जून को डाउनलोड के लिए उपलब्ध करवा दी जाएगी। आंसर-की जारी होते ही परीक्षा में भाग लेने वाले अभ्यर्थी आईआईटी मद्रास की ऑफिशियल वेबसाइट jeecad.ac.in पर इसे डाउनलोड कर सकेंगे। उत्तर कुंजी के माध्यम से आप अपने प्रश्न उत्तरों का मिलान करने के साथ ही रिजल्ट का अनुमान बंध लगा सकते हैं। जेईई एडवांस 2024 आंसर की द्वारा प्रश्न उत्तरों के मिलान के दौरान अगर कोई अभ्यर्थी किसी आंसर से संतुष्ट नहीं होता है तो वे तय तिथियों में उस पर आपत्ति दर्ज कर सकेंगे। आंसर-की पर कमेंट या फीडबैक 3 जून तक दर्ज किया जा सकेगा।

पर्यावरण प्रेमी ग्रुप बनाकर संवार रहे गार्डन, एकजुटता की पेश की मिसाल

ग्रुप बनाकर उद्यानों में ला रहे हरियाली, बच्चों संग बुजुर्गों को दे रहे प्राकृतिक माहौल, उठाया सफाई और देखभाल का जिम्मा

पर्यावरण प्रेमी खुद का शौक पूरा करने के साथ ही हर वर्ग के लोगों को उद्यानों से जोड़ने के लिए अलग-अलग ग्रुप बनाकर जनभागीदारी से हरियाली कायम रखने की जिम्मेदारी निभा रहे हैं। यह प्रयास करते हुए वे पॉश कॉलोनी में रहने वालों को प्रकृति के बीच समय बिताने प्रेरित कर रहे हैं।



15 हजार हर महीने खर्च

कटोरा तालाब से सटे पंजाबी कॉलोनी में रहने वाले नागरिक जनभागीदारी से गोपी चंदानी गार्डन को संवारने की जिम्मेदारी विगत 5 साल से निभा रहे हैं। इसे विकसित करने की जिम्मेदारी निभाने वाले नंदू छबलानी, परसराम माखीजा, संजय छाबडिया निभा रहे हैं। निगम ने हर वर्ग के लोगों को सुविधा देने के लिए जरूरी काम करवाने के बाद इसकी जिम्मेदारी संयुक्त रूप से बनाए गए ग्रुप को दे दिया है। इस गार्डन में करीब एक हजार विभिन्न तरह के छोटे-बड़े पेड़, पौधे रोपे गए हैं। हरियाली कायम रहे, इसके लिए माली और सुरक्षा के लिए चौकीदार भी रखा है। इनकी हर महीने करीब 15 हजार रुपए वेतन भी देते हैं। गार्डन में बापू की कुटिया में बुजुर्गों को गीत-संगीत व मनोरंजन की सुविधा देने के लिए जरूरी सामान ग्रुप के लोग उपलब्ध करवा रहे हैं।



15 हजार हर महीने खर्च

आने वाले हर वर्ग को मनोरंजन के लिए माहौल मिल सके। इसमें बच्चों के लिए किसी ने झूले लगवाए तो किसी ग्रुप ने उद्यान में ही नेट प्रैक्टिस के लिए टर्फ क्रिकेट पिच बनवाया है। कई उद्यानों में ओपन स्पेस खेलने के लिए छोड़ा गया है। गार्डन से लोगों का नाता बना रहे, इसलिए लिए आपसी तालमेल से उसे

देवकी बाल उद्यान बचाने श्रमदान

सुभाष नगर के प्रोफेसर कॉलोनी में जहां 25 साल पहले लोग कचरा फेंकते थे। वहीं नरेंद्र कुमार ठोकने, बंटी सिंह, डीएन चौधरी व बसंती खलसिया के प्रयास से निगम ने बाउंड्री करवाने के बाद जरूरी काम करवाया। इसके बाद से कॉलोनी में रहने वाले परिवार के लोग जनभागीदारी व श्रमदान से देवकी बाल उद्यान को संवारने का काम कर रहे हैं। इसमें हरियाली के लिए पाम, बादाम, मुनगा, पीता, नीम जैसे कई पौधे रोपे गए हैं। जो समय के साथ बड़ा रूप ले चुके हैं। गार्डन सांस्कृतिक प्रोग्राम के लिए ओपन स्टेज भी बनाया गया है। इसमें लोग योग और मनिंग वॉक के लिए भी पहुंचते हैं। बच्चों को युवाओं को खेलने की सुविधा देने के लिए ओपन स्पेस भी छोड़ा गया है। जहां बच्चे एवं युवा सुबह-शाम खेलने के लिए भी रोज पहुंचते हैं।

अटल उद्यान में हरियाली व टर्फ पिच

पचपदी नका के पास स्थित एक पॉश कॉलोनी में रहने वाले सुनील पांडेय अपने साथ 25 से 30 लोगों की भागीदारी से अटल उद्यान को संवार रहे हैं। इस गार्डन में ओपन जिम, योग के साथ ही युवाओं को क्रिकेट की नेट प्रैक्टिस के लिए टर्फ व सीमेंटेड पिच भी बनवाया है। इस गार्डन से रोशन होने वाले इस गार्डन में दर्जनों औषधीय पौधे और विभिन्न तरह के फूलों की वयारी भी सजाने की जिम्मेदारी माली को दी गई है। बेहतर रख-रखाव एवं सुरक्षा के लिहाज कैमरे भी लगाए गए हैं। सुनील पांडेय के साथ कॉलोनी में रहने वाले कई कारोबारी, डाक्टर, पुलिस अधिकारी गार्डन में हरियाली बनाए रखने के लिए आर्थिक सहयोग भी करते हैं। इस गार्डन में सुबह व शाम के कॉलोनी में रहने वाले हर वर्ग के लोग सुकून का पल बिताने के लिए आते हैं।

एजुकेशन अपडेट

व्यापम ने जारी किए प्री बीएड पीएटी के प्रवेशपत्र, पर्चे 9 को

रायपुर। व्यावसायिक परीक्षा मंडल द्वारा विभिन्न पाठ्यक्रमों में दाखिले के लिए आयोजित की जाने वाली प्रवेश परीक्षाओं की शुरुआत 9 जून से होगी। इसके पहले एक जून को व्यापम ने प्री एग्नीकल्चर टेस्ट अर्थात पीएटी, पीवीपीटी, प्री बीए-बीएड तथा प्री बीएससी-बीएड के प्रवेशपत्र जारी कर दिए गए हैं। ये परीक्षाएं 9 जून को होंगी। इसके साथ ही व्यापम की प्रवेश परीक्षाओं की शुरुआत हो जाएगी, जो 14 जुलाई तक चलेगी। परीक्षा केंद्र, समय सहित सहित अन्य सभी जानकारी प्रवेशपत्र में अंकित है। परीक्षा प्रारंभ होने के पूर्व तक छात्र इसे डाउनलोड कर सकते हैं। संबंधित अधिसूचना व्यापम ने अपने आधिकारिक वेबसाइट पर अपलोड कर दी है।



1.30 घंटे पहले पहुंचना होगा परीक्षा केंद्र में

अभ्यर्थियों को परीक्षा प्रारंभ होने के डेढ़ घंटे पूर्व केंद्र में पहुंचना होगा। व्यापम ने प्रवेश पत्र अपने दोनों वेबसाइट पर जारी किए हैं। साथ ही चिप्स की वेबसाइट पर भी प्रवेश परीक्षाओं के एडमिशन कार्ड उपलब्ध हैं। व्यापम द्वारा अभ्यर्थियों को उनके रजिस्ट्रेशन मोबाइल नंबर पर एक एसएमएस भी भेजा जाएगा। वे इसमें क्लिक करके अपना प्रवेशपत्र प्राप्त कर सकते हैं। परीक्षा केंद्र अथवा अन्य किसी तरह की समस्या के लिए व्यापम द्वारा हेल्पलाइन नंबर भी जारी किया गया है। छात्र व्यापम की हेल्पलाइन नंबर 0711-2972780 अथवा 82698-01982 पर संपर्क कर सकते हैं।

रायपुर। प्राकृतिक माहौल में बच्चों व युवाओं को खेल का वातावरण देने के साथ ही बुजुर्गों को बापू की कुटिया में गीत-संगीत का माहौल भी दे रहे हैं। उद्यान हरियाली से गुलजार रहे, इसके लिए श्रमदान की साफ-सफाई व देखभाल कर रहे हैं, ताकि लोग उद्यानों की ओर आकर्षित हों। गर्मी में हरियाली के बीच लोग सुकून पा सकें, इसके लिए कई कॉलोनीयों में रहने वाले लोग जनभागीदारी से उद्यानों को संवारने का काम शासन-प्रशासन व निगम के भरोसे छोड़ने की बजाय खुद निभा रहे हैं। इसमें आस-पास रहने वाले लोग छुट्टी के दिन श्रमदान भी करते हैं, ताकि

जमीनी स्तर पर जेंडर समानता ही आदर्श समाज किष्णरों के समक्ष आज भी रोजगार की दिक्कतें

रायपुर। पंडित रविशंकर शुक्ल विवि के महिला अध्ययन केंद्र द्वारा छग मितवा संकल्प समिति के सहयोग से एक दिवसीय संवेदनशीलता कार्यक्रम का आयोजन किया गया। इस कार्यक्रम का मुख्य उद्देश्य ट्रांसजेंडर के प्रति संवेदनशीलता लाना तथा उमर्यादों के अधिकारों के संरक्षण का जून 2019 तथा निगम 2020 के प्रावधानों के प्रति जागरूक करना था। इस कार्यक्रम में समुदाय के व्यक्तियों के साथ-साथ विश्वविद्यालय के प्राध्यापकों द्वारा भी अपने अपने विचार व्यक्त किए गए। समाजकार्य विभाग के प्राध्यापक एलएस गजपाल ने कहा, एक आदर्श समाज का निर्माण तभी हो सकता है, जब वहां पर सही मायने में जेंडर समानता की बात होती है। समाजकार्य विभाग के दो शोधार्थियों ने ट्रांसजेंडर विषय पर पीएचडी की है। मनोविज्ञान विभाग तथा महिला अध्ययन केंद्र डायरेक्टर प्रो.रीता वेणुगोपाल सहित बड़ी संख्या में विश्वविद्यालय के छात्र-छात्राएं, प्राध्यापक तथा तृतीय लिंग समुदाय के व्यक्ति उपस्थित रहे।

महिला अध्ययन केंद्र के तत्वाधान में जुटे बुद्धिजीवी और ट्रांसजेंडर्स



विश्वविद्यालय ने सुरक्षा गार्ड के रूप में की है किष्णरों की नियुक्ति

कुलपति ने बताया कि विश्वविद्यालय द्वारा राष्ट्रीय शिक्षा नीति के तहत ट्रांसजेंडर समुदाय के लोगों को सुलभ शिक्षा का लाभ प्रदान करने की कोशिश की जा रही है। विश्वविद्यालय में तीन ट्रांसजेंडर व्यक्तियों को सिविलीटी गार्ड के रूप में नियुक्ति की गई है तथा भविष्य में ट्रांसजेंडर व्यक्तियों की शिक्षा के लिए अनेक व्यवस्थाएं की जाएगी। आरोही ने ट्रांसजेंडर व्यक्तियों के स्वास्थ्य संबंधित मुद्दों पर बात की। गीतू सोनबेर ने ट्रांसजेंडर व्यक्तियों के वृद्धावस्था की समस्याएं तथा उसके समाधान पर बात की। सुशी धुव ने ट्रांसजेंडर व्यक्तियों के पारिवारिक मुद्दों, समायोजन, धर्म, इंसिया मिनो ने रोजगार से संबंधित समस्याओं पर बात की। किष्णर आवास गरिमा लुह के प्रोग्राम मैनेजर पापी देवनाथ ने ट्रांस व्यक्ति के जीवन से संबंधित चुनौतियों को अपने अनुभवों के साथ साझा किया।

हां किष्णर हूं..

मुख्य वक्ता के रूप में राष्ट्रीय ट्रांसजेंडर परिषद की विशेषज्ञ रवीना बरोहा ने उमर्यादों के प्रति संवेदनशीलता लाने का लक्ष्य रखा। जल्लोसगद मितवा संकल्प समिति की अध्यक्ष विद्या राजपूत ने अपने उद्देश्य अर्थात् कविता हां किष्णर हूं से शुरुआत की। अपने वक्तव्य में विद्या राजपूत ने ट्रांसजीवन के जीवन से संबंधित समस्याओं को अपने जीवन के अनुभव के साथ जोड़कर सामने रखा। उन्होंने बताया कि स्कूल और कॉलेज के पाठ्यक्रम में ट्रांसजेंडर विषय को सम्मिलित करना किटना महत्वपूर्ण है। उन्होंने अनेक केस स्टडी के माध्यम से कार्यशाला में बताया कि ट्रांसजेंडर व्यक्तियों की आजीविका और शिक्षा के संबंध में उचित कदम उठाने की आवश्यकता है।

सभी रूपों में फायदेमंद आम यह आमजनों का खास फल



रायपुर। रायपुर प्रेस क्लब में पत्रकारों के लिए 'द ग्रेट मैगो फेस्टिवल' का आयोजन शनिवार को किया गया। यहां विविध प्रकार के आमों की प्रदर्शनी रखी गई। ना केवल आम बल्कि इससे बने विविध प्रकार के व्यंजन भी इस दौरान रखे गए। बड़ी संख्या में पत्रकारों ने विभिन्न प्रकार के आम के स्वाद का लुफ्त उठाया। मुख्य अतिथि जनसंपर्क विभाग के आयुक्त मयंक श्रीवास्तव रहे। उन्होंने इसे एक अभिनव पहल बताया हुए कहा कि इस तरह के आयोजन होते रहना चाहिए। रायपुर कलेक्टर गौरव सिंह और नगर निगम कमिश्नर अविनाश मिश्रा भी इसमें शामिल हुए। अतिथियों को किताब भेंट की गई।

आकर्षक सजावट ने मोहा

आम उत्सव में दशहरी, लंगड़ा, बैलन फली, कैसर, अलफंजों समेत दर्जनभर प्रकार के आमों आकर्षक तरीके से काटकर स्टॉल में सजाकर उपलब्ध कराया गया। आकर्षक तरीके से की गई सजावट ने सभी का मन मोहा लिया। उपस्थित अतिथियों ने इस दौरान कहा कि आम सभी रूपों में फायदेमंद है। यह आमजनों का सबसे खास फल है। मैगो शेक और आम पना की व्यवस्था भी थी। प्रेस क्लब के महासचिव डॉ. वैभव शिव पांडेय, उपाध्यक्ष संदीप शुक्ला, कोषाध्यक्ष रमन हलवाई, संयुक्त सचिव अरविंद सोनवानी, वृत्ति सोनी सहित कार्यकारिणी सदस्य भी इसका हिस्सा बने।

सिटी इवेंट

बेहतर तकनीकी शिक्षा के लिए अपडेशन आवश्यक



शिक्षा प्रणाली में सुधार पर जोर

रायपुर। महाराजा अमसेन इंटरनेशनल कॉलेज शनिवार को विकसित भारत में शिक्षा का महत्व पर राष्ट्रीय संगोष्ठी का आयोजन किया गया, जिसमें शिक्षकगण, शोधकर्ता और छात्र शामिल हुए। सेमिनार का मुख्य उद्देश्य भारत के विकास के विभिन्न पहलुओं पर विचार-विमर्श रहा। संगोष्ठी में मुख्य अतिथि रविवि के कुलपति प्रो. सच्चिदानंद शुक्ल रहे। मुख्य वक्ता के रूप में एमिटी युनिवर्सिटी के निदेशक प्रो. प्रसाद कोला के साथ रविवि के प्रोफेसर राजीव चौधरी उपस्थित रहे। कॉलेज प्राचार्य डॉ.एमएस मिश्रा ने विकसित भारत में शिक्षा का महत्व परिकल्पना पर अपने विचार प्रस्तुत किए। गुरुकुल प्रणाली अपनाने तथा भारतीय संस्कृति से जुड़े रहने छात्रों को प्रेरित किया गया।

कुलपति ने भारत के आर्थिक, सामाजिक और सांस्कृतिक विकास पर प्रकाश डाला। इसके साथ ही मुख्य वक्ता के रूप में उपस्थित प्रो. प्रसाद कोला ने शिक्षा प्रणाली में सुधार, गुणवत्ता व तकनीकी शिक्षा के बारे में विस्तृत जानकारी दी। द्वितीय सत्र में मुख्य वक्ता के रूप में उपस्थित डॉ. राजीव चौधरी ने शरीर, मन और आत्मा के कार्य तथा उसके महत्व पर उद्देश्यपूर्वक व्याख्यान प्रस्तुत किए। राष्ट्रीय संगोष्ठी के सभी सत्र ऑफलाइन एवं ऑनलाइन दोनों ही मोड पर आयोजित किए गए थे, जिसमें 150 से भी ज्यादा प्रतिभागी जुड़े। इस राष्ट्रीय संगोष्ठी में समस्त विभागाध्यक्ष, शिक्षकगण तथा अन्य महाविद्यालय से आए प्रतिभागी विशेष रूप से उपस्थित रहे। संगोष्ठी का संचालन डॉ. श्वेता तिवारी ने किया।

ज्येष्ठ माह की अमावस्या 6 जून को, शनि जयंती भी इसी दिन

ज्येष्ठ अमावस्या पर निर्मित होगा शिववास योग, इसी दिन रात्रि में धृति योग, स्नान-दान के लिए ये दोनों संयोग अत्यंत फलकारी

कार्न न्यूज
ज्योतिषियों की मानें तो ज्येष्ठ अमावस्या पर दुर्लभ शिववास योग का निर्माण हो रहा है। इस योग में पितरों की पूजा करने से साधक को पितृ दोष से मुक्ति मिलती है। ज्योतिष गणना के अनुसार, 6 जून को ज्येष्ठ अमावस्या है। ज्येष्ठ अमावस्या तिथि की शुरुआत 5 जून को संध्याकाल 7 बजकर 54 मिनट पर होगी और 6 जून की शाम 6 बजकर 7 मिनट पर समाप्त होगी।



देर रात 10.09 पर निर्मित होगा धृति योग

ज्योतिषियों के अनुसार, ज्येष्ठ अमावस्या पर बन रहे दुर्लभ शिववास योग में भगवान शिव का अभिषेक करने से साधक को मनोवांछित फल की प्राप्ति होती है। साथ ही विवाह, किष्णत भी संवर जाती है। इस दिन शिववास योग संध्याकाल 6 बजकर 7 मिनट तक है। इस समय तक भगवान शिव, जगत जननी मां गौरी के साथ कैलाश पर विराजमान रहेंगे। ज्येष्ठ अमावस्या पर धृति योग का भी संयोग बन रहा है। इस योग का निर्माण देर रात 10 बजकर 09 मिनट तक हो रहा है। ज्योतिष धृति योग को भी बेहद शुभ मानते हैं। इस योग में भी दान किए जा सकते हैं।

रायपुर। साधक 6 जून को स्नान-दान कर सकते हैं। प्रत्येक माह की अमावस्या तिथि पर स्नान-दान किया जाता है और सभी का विशेष महत्व होता है। गौरतलब है कि सनातन धर्म में अमावस्या तिथि का विशेष महत्व है। इस दिन स्नान-ध्यान, पूजा, जप-तप और दान किया जाता है। बड़ी संख्या में श्रद्धालु गंगा समेत पवित्र नदियों में आस्था

की डुबकी लगाते हैं। गरुड पुराण में निहित है कि अमावस्या तिथि पर पितरों का तर्पण और पिंडदान करने से पूर्वजों को मोक्ष की प्राप्ति होती है। साथ ही व्यक्ति को पितरों का आशीर्वाद प्राप्त होता है। पितरों के आशीर्वाद से सुख, समृद्धि और वंश में वृद्धि होती है। अतः अमावस्या तिथि पर साधक पितरों की भी पूजा करते हैं।

29 जून को वक्की होंगे शनि
न्याय के देवता शनिदेव व्यक्ति को उनके कर्मों के आधार पर अच्छा या बुरा फल प्रदान करते हैं। शनिदेव किसी भी राशि में धीमी गति से चलते हैं। वह एक राशि में कम से कम 2.5 साल रहते हैं, लेकिन अपने समय पर वह कुछ राशियों में वक्की भी होते हैं। ज्योतिषाचार्यों के मुताबिक, शनिदेव इस समय कुम्भ राशि में विराजमान हैं। इसके साथ ही वह 29 जून को इस राशि में वक्की होने जा रहे हैं। शनि 15 नवंबर तक इसी राशि में उल्टी चाल चलेंगे। शनि की वक्की अवस्था को अशुभ माना जाता है। इस समय कुछ राशियों के जतकों को विनाशिक कलह जैसी कई तरह की समस्याओं का सामना करना पड़ सकता है। शनिदेव की वक्की अवस्था के दौरान भेष, वृषभ, मकर तथा कुंभ राशि के लोगों को सावधान रहना होगा।

पहले ही दिन से शुरू हुआ गोचर का सिलसिला
जून महीने के पहले ही दिन वक्की के सेनापति मंगल एक जून को अपनी राशि परिवर्तन कर मेष राशि में प्रवेश कर चुके हैं। शनिवार दोपहर 03:27 बजे मंगल का मेष राशि में प्रवेश हुआ। 2 जून को शाम 6:10 पर बृह वृषभ राशि में अस्ता हो जाएंगे। 3 जून को 3:21 बजे बृहस्पति वृष राशि में उदय होगा और यह काफी प्रभावशाली होगा। इन सभी गोचर का असर कई राशियों पर पड़ेगा।

सिटी स्पोर्ट्स

राजधानी के हिमांशु ने जंप रोप में बनाया विश्व रिकार्ड



रायपुर। छत्तीसगढ़ जंप रोप एसोसिएशन में राजधानी के अंतर्राष्ट्रीय जंप रोप खिलाड़ी हिमांशु कश्यप ने दिल्ली के जोरावर सिंह का रिकार्ड जो आज से तीन वर्ष पूर्व बना था उसे तोड़ दिया है। जोरावर सिंह ने रोलर स्केटिंग पहनकर जंप करके यह रिकार्ड बनाया था। उस समय दोनों पैर का काउंट करके 132 था जो उन्होंने 16 अक्टूबर 2018 को दर्ज किया था। इसके पूर्व यह रिकार्ड रायपुर के अंतर्राष्ट्रीय जंप रोप खिलाड़ी राजदीप सिंह हरगोत्रा के नाम था। जो उन्होंने अगस्त 2011 में बनाया था। हिमांशु ने राजदीप के 12 साल पुराना रिकार्ड एवं जोरावर के 5 साल पुराना रिकार्ड को ध्वस्त किया। यह उपलब्धि हिमांशु ने 2023 में ही हासिल कर ली थी पर उसका प्रमाण गिनीज कार्यालय से अब प्राप्त हुआ है।

राज्य शतरंज चयन स्पर्धा का आगाज 7 जून को



रायपुर। छत्तीसगढ़ प्रदेश शतरंज संघ के मार्गदर्शन व ऑल इंडिया चैस फेडरेशन के निर्देशन में पिथौरा में 7 जून से 10 जून तक सीनियर महिला-पुरुष का छत्तीसगढ़ राज्य फीडे रेटिंग शतरंज चयन स्पर्धा का आगाज होने जा रहा है। इस स्पर्धा में अब तक बस्तर, दुर्ग, बिलासपुर, रायपुर, सरगुजा, महासमुद्र, राजनांदगांव, कोरबा, बलौदाबाजार, मुगेली, जशपुर, करवर्धा, बालोद, रायगढ़, दंतेवाड़ा और अंबागढ़ चौकी से 80 खिलाड़ियों ने पंजीयन करा लिया है। जांजगीर-चांपा, बैकुंठपुर कोरिया, बलारामपुर व मनेंद्रगढ़ जिले से भी जिला इकाइयों ने जिला चयन स्पर्धा कराकर खिलाड़ी भेजने की जानकारी दी है। उक्त स्पर्धा में 100 से अधिक खिलाड़ी भाग लेंगे। स्पर्धा में भाग लेने की अंतिम तिथि 31 मई निर्धारित की गई थी। 3 जून रात्रि 9 बजे तक खिलाड़ी 250 रुपए विलम्ब शुल्क के साथ स्पर्धा के लिए अपनी प्रविष्टि ऑनलाइन जमा कर सकते हैं। स्पर्धा में हिस्सा लेने हेतु सभी खिलाड़ियों का राज्य व ऑल इंडिया चैस फेडरेशन का जीवित पंजीयन आवश्यक है। छत्तीसगढ़ प्रदेश शतरंज संघ के महासचिव विनोद राठी के कुशल निर्देशन में आयोजन समिति गठित कर ली गई है। जिसमें अनीश अंसारी अंतर्राष्ट्रीय निर्णायक को चीफ आर्बिटर, टेक्निकल हेल्प हेतु, रंकी देवांगन, आवास व्यवस्था संजय श्रीवास्तव, कमरा एलॉटमेंट लोकनाथ पटेल, पंजीयन कक्ष यशवंत चौधरी, कार्यक्रम संयोजक ईश्वर सिंह राजपूत, मंच संचालन बीजू पटनायक, अतिथि स्वागत डॉ डी एन साहू, एआरसीएफ व सीजीएससीए रजिस्ट्रेशन हेतु ओमप्रकाश को जिम्मेदारी सौंपी गई है। स्पर्धा में भाग लेने के इच्छुक खिलाड़ी राज्य सचिव हेमन्त खुटे से संपर्क कर सकते हैं। स्पर्धा में जिले के बाहर से आने वाले खिलाड़ियों के लिए अग्रसेन भवन में रुकने की निशुल्क व्यवस्था की गई है। हेमन्त खुटे ने जानकारी देते हुए बताया पिथौरा अंचल में शतरंज का बेहतरीन माहौल व शतरंज के अच्छे खिलाड़ी तैयार करने के उद्देश्य से जिला शतरंज संघ द्वारा नाइट चैस क्लब का शुभारंभ खेल मैदान के सामने 7 से 10 जून के दरमियान किया जाएगा। जिसका उद्घाटन शतरंज के राष्ट्रीय खिलाड़ी व शतरंज पहेली के स्तंभकार एम चंद्रशेखर करेंगे।

बॉल बैडमिंटन प्रतियोगिता में एयू ने दर्ज की दूसरी जीत



रायपुर। अंतर विश्वविद्यालय पुरुष बॉल बैडमिंटन प्रतियोगिता का आयोजन 31 मई से 3 जून तक जेम्पियार यूनिवर्सिटी चेन्नाई तमिलनाडु में जारी है। अटल बिहारी वाजपेई यूनिवर्सिटी बिलासपुर के कोच सूरज नायक ने बताया कि विवि की टीम का दूसरा मुकाबला गोडवाना विश्वविद्यालय महाराष्ट्र के साथ हुआ। जिसमें एयू की टीम ने शानदार प्रदर्शन करते हुए जीत दर्ज की। मैच का पहला सेट बिलासपुर विश्वविद्यालय ने 35-26 से अपने नाम किया, फिर दूसरे सेट में गोडवाना विश्वविद्यालय को फिर 35-20 से हराकर दूसरी जीत दर्ज की। इसके साथ एयू की टीम प्री क्वार्टर फाइनल में प्रवेश कर चुकी है। बिलासपुर यूनिवर्सिटी के खिलाड़ी राहुल यादव, गिरिश कश्यप, विष्णु यादव ने शानदार खेल का प्रदर्शन किया टीम के शानदार प्रदर्शन पर विश्वविद्यालय के कुलपति आचार्य ए.डी.एन बाजपायी, कुलसचिव शैलेंद्र दुबे, शारीरिक शिक्षा विभाग के संचालक डॉ. प्रमोद तिवारी ने शुभकामनाएं दी।

डॉक्टर से जानिए इस समस्या के लक्षण और बचाव के तरीके

गर्मी के कारण बढ़ रहे हैं ड्राई आइज के मामले, रहें सावधान और सतर्क

देशभर में तेजी से बढ़ती गर्मी ने सेहत के लिए कई सारी चुनौतियां खड़ी कर दी हैं। उच्च तापमान में अधिक समय तक रहने के कारण हीट स्ट्रोक का तो जोखिम रहता ही है साथ ही इसका शरीर के कई अंगों पर भी नकारात्मक असर देखा जा रहा है। स्वास्थ्य विशेषज्ञ कहते हैं, गर्मी और लू के कारण होने वाली समस्याओं से बचाव करते रहना जरूरी है। गंभीर स्थितियों में ये कई अंगों को गंभीर क्षति पहुंचा सकती है साथ ही इसके जानलेवा दुष्प्रभावों का भी खतरा रहता है। प्रख्यात नेत्ररोग विशेषज्ञ डॉ. डीएम भावनानी बताते हैं, उच्च तापमान के कारण आंखों से संबंधित समस्याओं के बढ़ने का खतरा देखा जाता रहा है। अधिक गर्मी और शुष्क हवाएं आपकी आंखों के लिए नुकसानदायक हैं। अस्पतालों में इन दिनों आंखों में लालिमा, दर्द, जलन और एलर्जिक कंजंक्टिवाइटिस के मामले भी बढ़े हैं। इतना ही नहीं उच्च तापमान आंखों में सूखेपन यानी ड्राई आइज की समस्या को भी बढ़ाने वाली हो सकती है, जिसको लेकर सभी लोगों को विशेष सावधानी बरतते रहने की आवश्यकता है।



बढ़ती गर्मी का आंखों पर असर

बढ़ती गर्मी आंखों के लिए कितनी खतरनाक है इस बारे में डॉ. भावनानी कहते हैं, गर्मियों में हीट स्ट्रोक और डिहाइड्रेशन की समस्या से बचाव करते रहना तो जरूरी है ही साथ ही आंखों की सेहत को लेकर भी सावधानी बरतनी चाहिए। गर्मियों के दौरान, न केवल त्वचा बल्कि आंखों को भी सूखी किरणों से बचाने की जरूरत होती है। थोड़ी सी असावधानी के कारण आंखें में लालिमा, खुजली, जलन जैसी दिक्कतें हो सकती हैं। गर्मियों में ड्राई आइज सिंड्रोम के मामले भी अधिक देखे जाते रहे हैं।

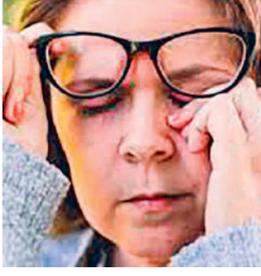
ड्राई आई सिंड्रोम का जोखिम

डॉ. भावनानी बताते हैं, बहुत ज्यादा गर्मी और सर्दी दोनों ही आंखों के लिए नुकसानदायक हैं। आंखों में सूखेपन के खतरे को बढ़ा देती है। ड्राई आई की समस्या तब होती है जब आपकी आंखें नम रहने के लिए पर्याप्त आंसू का उत्पादन नहीं कर पाती हैं। इन स्थितियों में आपकी आंखें असहज महसूस करती हैं और कुछ मामलों में यह दृष्टि संबंधी समस्याएं भी पैदा कर सकती हैं। अगर समय रहते इस समस्या का उचित इलाज न किया जाए तो इसके कारण धुंधला दिखाई देने और आंखों की रोशनी कम होने का भी खतरा हो सकता है।



कैसे करें ड्राई आइज की समस्या की पहचान?

ड्राई आइज के कारण आंखों में कई तरह की दिक्कतें होने लगती हैं। गर्मियों में धूप के कारण आपकी आंखों में चुभन, जलन या खुजली होने लगती है, इसके अलावा कुछ लोगों को प्रकाश के प्रति संवेदनशीलता का भी खतरा हो सकता है। इसके अलावा कुछ अन्य लक्षणों पर गंभीरता से ध्यान देते रहना और समय पर इसका उपचार प्राप्त करना आवश्यक



माना जाता है। आंखों का लाल रहना (आंखों में कुछ होने का एहसास रात में गाड़ी चलाने में कठिनाई) आंखों से अक्सर पानी आना, आंखों में जलन बने रहना। धुंधला दिखाई देना या आंखों में अक्सर थकावट का एहसास होते रहना।

ड्राई आइज की समस्या से कैसे बचें?

नेत्र रोग विशेषज्ञ डॉ. भावनानी बताते हैं, गर्मी के कारण मिजलीकरण होने का जोखिम रहता है जिससे आंसू का उत्पादन भी कम हो जाता है। इस तरह के जोखिमों से बचे रहने के लिए सुनिश्चित करें कि आप पूरे दिन खूब पानी पीते रहें। इसके अलावा एयर कंडीशनर के सीधे संपर्क में रहने से भी बचना जरूरी है। ये आपकी आंखों को सूखा बना सकती है। आहार को ठीक रखना, ओमेगा-3 फैटी एसिड, विटामिन से भरपूर चीजों का अधिक सेवन करना भी आंखों को स्वस्थ रखने और गर्मी के कारण होने वाले दुष्प्रभावों से बचाने में मददगार है।

गर्मियों में दूध से तैयार करें झटपट रेसीपीज, स्वाद के साथ टंडक भी



दूध को सेहत के लिए काफी फायदेमंद माना जाता है। ये कहावत सच भी है कि दूध पीने से ताकत आती है। डाक्टर्स भी अधिकतर मामलों में दूध पीने की सलाह देते हैं। दूध के महत्व से सभी को जागरूक करने और डेयरी क्षेत्र से जुड़ी गतिविधियों पर ध्यान आकर्षित करने के उद्देश्य से प्रतिवर्ष 1 जून को विश्व दुग्ध दिवस मनाया जाता है। गर्मियों का मौसम है। इस मौसम में खुद को तरोताजा और ताकतवर बनाए रखने के लिए दूध की कुछ रेसिपी बनाकर उनका सेवन किया जा सकता है। इससे शरीर को दूध के जरिए मिलने वाला पोषण, स्वाद और गर्मी में टंडक का अहसास हो सकता है। इस लेख में गर्मियों में दूध से तैयार होने वाले खाद्य पदार्थों के बारे में बताया जा रहा है।

मिल्क शेक: बच्चों को दूध भले ही पसंद न हो, लेकिन गर्मियों में शेक जरूर पसंद आ सकता है। आप मिल्क शेक, मैंगो शेक, बनाना शेक या बच्चे के पसंदीदा फ्लेवर का शेक बना सकते हैं। मिल्क शेक बनाने के लिए कोई भी फल या चॉकलेट पाउडर, थोड़ी चीनी, ठंडा दूध, और आइस क्यूब की जरूरत होती है। इन सभी को अच्छे से मिक्स करके शेक बनाया जा सकता है। ऊपर से चैरी, ड्राई फ्रूट्स या आइसक्रीम से गार्निश कर सकते हैं।

कोल्ड कॉफी: किसी रेस्तरां में कोल्ड कॉफी पर आप पैसे खर्च कर देते हैं। बाजार जैसी कोल्ड कॉफी घर पर ही बनाकर पीएं। इसमें दूध, चीनी, कॉफी और चॉकलेट पाउडर का इस्तेमाल करें। आइस क्यूब मिलाकर मिक्सर में अच्छे से शेक कर सकते हैं। इससे झामदार कोल्ड कॉफी बनकर तैयार हो जाएगी।

ठंडाई: गर्मियों में ठंडी-ठंडी ठंडाई मिल जाए तो मजा ही आ जाए। ठंडाई की सामग्री आपको आसानी से बाजार में मिल जाएगी। आपको बस इस सामग्री को दूध में मिलाकर, चीनी और रोज सिरप मिलाकर ठंडाई बना सकते हैं।

दूध का शरबत: तरबूज के बीज निकालकर उसे पीस लें। अब तरबूज के जूस को दूध में मिलाएं। चीनी और थोड़ा सा रूआवजा मिलाकर दूध और तरबूज वाला मुहब्बत का शरबत बना सकते हैं।

शादी के बाद पहली बार रख रही है वट सावित्री व्रत तो ऐसे हों तैयार



हिंदू धर्म में ज्येष्ठ माह का काफी महत्व है। दरअसल, इस महीने में कई ऐसे त्योहार आते हैं, जो लोगों की जिंदगी में ढेरों खुशियां लाते हैं। इसी क्रम में हर साल ज्येष्ठ माह की अमावस्या तिथि के दिन महिलाएं वट सावित्री व्रत रखती हैं। ये व्रत सुहागिन महिलाओं के लिए काफी अहम होता है। वट सावित्री का व्रत महिलाएं अपनी पति की लंबी उम्र के लिए रखती हैं। इस साल ये तिथि 6 जून को पड़ रही है। ऐसे में महिलाओं ने इसकी तैयारी शुरू कर दी है।

अगर शादी के बाद आप पहली बार वट सावित्री व्रत रख रही हैं तो ये लेख आपके लिए है। आज के इस लेख में हम आपको पहले व्रत के लिए तैयार होने के टिप्स बताते जा रहे हैं, ताकि आप इस खास दिन को और खास बना सकें। अगर आप स्पेशल तरीके से तैयार होकर अपने पति के सामने जाएंगी, तो वो आपकी नजर उतारने से

खुद को रोक नहीं पाएंगे। पहने शादी का लहंगा : शादी के दिन की यादों को ताजा करने के लिए अपने पहले वट सावित्री व्रत में अपनी शादी का ही लहंगा पहनें। इससे आप दोनों के बीच करीबी और ज्यादा बढ़ेगी। जब आपके पति आपको शादी के जोड़े में देखेंगे तो वो उनकी नजरें आप पर से हटेंगी नहीं।

शादी की ज्वेलरी दिखेगी खास: अपनी शादी में फेरों के वक्त आपने जो ज्वेलरी पहनी थी, उसे ही शादी के लहंगे के साथ पहनें। उसमें आपका लुक निखर कर सामने आएगा। शादी की हर एक चीज के साथ काफी अलग और खास कनेक्शन होता है, ऐसे में शादी के लहंगे के साथ ज्वेलरी भी वही पहनें।

करें 16 श्रृंगार: ये व्रत सुहागिनों का होता है। ऐसे में इस दिन तैयार होते वक्त पूरे 16 श्रृंगार करके ही अपने पति के सामने जाएं।



जून में छुट्टियां और लॉन्ग वीकेंड जानकर बनाएं घूमने का प्लान

गर्मी का महीना है। इस महीने की छुट्टियों का महीना कहना गलत नहीं होगा। स्कूल-कॉलेज जून में बंद होते हैं, इस कारण बच्चों को गर्मियों की छुट्टियां मनाने का मौका मिल जाता है। हालांकि लगभग दो महीने की गर्मियों की छुट्टियों में बच्चे घर पर बोरियत महसूस करने लगते हैं। पहले के दौर में तो बच्चे गर्मियों की छुट्टियों में नानी-दादी के घर जाया करते थे, लेकिन अब वह फैमिली ट्रिप पर जाने की जिद करते हैं। माता पिता भी इस गर्मी और उमस में किसी ठंडी और शांत जगह पर परिवार के साथ कुछ यादगार और मनोरंजक पल बिताने के लिए हिल स्टेशनों की सैर करना पसंद करते हैं। हालांकि बच्चों की तरह नौकरीपेशा अभिभावकों के दफ्तर में गर्मियों की छुट्टियां नहीं मिलती, उन्हें तो अवकाश या किसी पर्व व त्योहार को छुट्टी का ही इंतजार करना होता है। जून के महीने में कब छुट्टी मिल रही है और इस माह कितने लॉन्ग वीकेंड हैं, ये जानकर आप भी बच्चों और पार्टनर के साथ घूमने की योजना बना सकते हैं।

जून में कितनी छुट्टियां

इस महीने बहुत अधिक छुट्टियां नहीं हैं। त्योहार के नाम पर तो जून में बड़ा मंगल का पर्व मनाया जाता है। हालांकि इस पर्व की छुट्टी नहीं मिलती। जून के महीने में सिर्फ एक ही दिन का अवकाश मिल रहा है। 17 जून, दिन सोमवार को बकरीद की छुट्टी है। इस मौके पर ट्रिप पर जा सकते हैं। खास बात ये है कि बकरीद में दो से तीन दिन की छुट्टी घूमने के लिए मिल रही है।



जून में लॉन्ग वीकेंड

जून में घूमने के लिए बकरीद से पहले वीकेंड मिल रहा है। 15 जून से लॉन्ग वीकेंड का लुफ्त उठा सकते हैं। 15 और 16 जून को शनिवार व रविवार की छुट्टी है, वहीं अगले दिन बकरीद की छुट्टी मिल जाएगी। ऐसे में तीन दिन के अवकाश पर आप किसी खूबसूरत और कम तापमान वाली जगह पर घूमने जा सकते हैं। यहां अद्भुत प्राकृतिक नजारों के बीच एडवेंचर एक्टिविटीज का लुफ्त उठा सकते हैं या शांत माहौल में खुशनुमा वक्त बिता सकते हैं।

जून में घूमने के लिए बेस्ट जगहें

घूमने के लिए बहुत अधिक छुट्टियां नहीं हैं तो हिमाचल प्रदेश के हिल स्टेशनों की सैर पर जा सकते हैं। इन दिनों लगभग 40 डिग्री से अधिक तापमान है, ऐसे में हिमाचल प्रदेश के कई हिल स्टेशनों पर मौसम ठंडा हो सकता है। आप कसोल, कुफरी, मनाली, लैंसडाउन और धर्मशाला घूमने जा सकते हैं। यहां अद्भुत प्राकृतिक नजारों के बीच एडवेंचर एक्टिविटीज का लुफ्त उठा सकते हैं या शांत माहौल में खुशनुमा वक्त बिता सकते हैं।

कश्मीर की वादियों के बीच मनाएं छुट्टियां

जम्मू कश्मीर को धरती का स्वर्ग कहा जाता है। कश्मीर का लगभग हर शहर अपने आप में पर्यटन स्थल हैं। श्रीनगर से गुलमार्ग और पहलगाम से सोनमार्ग तक घूमना जा सकते हैं। यहां की हरियाली, खूबसूरत वादियां, झीलें और सुंदर प्राकृतिक दृश्य जितने मनमोहक हैं, उतना ही यहां का तापमान गर्मियों में सुकून दिलाने वाला है।



बेटा हो या बेटी, अभिभावक के लिए हर बच्चे का होता है कर्तव्य

किसी भी परिवार की नींव माता पिता पर निर्भर होती है। अभिभावक प्रेम, समर्पण, त्याग और करुणा का प्रतीक होते हैं। आप भी माता पिता के लिए खास दिन मनाना चाहते हैं तो बतौर बच्चे अपने कर्तव्यों के बारे में जान लें। आप चाहे बेटा हों या बेटी, माता पिता के लिए आपके कुछ कर्तव्य और जिम्मेदारी हैं, जिन्हें आपको पूरा करना चाहिए।

सम्मान करें

सबसे बड़ा कर्तव्य तो है कि बच्चों के मन में माता पिता के लिए सम्मान की कमी नहीं होनी चाहिए। हर अभिभावक ये उम्मीद करता है कि उनका कितना भी बड़ा क्यों न हो जाए, लेकिन उसकी नजरों में माता पिता के लिए आदर हो। आपको वो आदर बनाकर रखना चाहिए, ताकि अभिभावक आत्मसंतुष्ट रहें।

सहयोग करें

बच्चे के जन्म के बाद माता पिता उसकी हर जरूरत और इच्छा को बिना कहे जानकर उसे पूरा करते हैं। अबोध बालक



के रोने मात्र से मां समझ जाती है कि बच्चा भूखा है या उसे कुछ परेशान कर रहा है। वहीं माता-पिता जब बूढ़े होते हैं और शारीरिक तौर पर कमजोर होते हैं तो उनकी निर्भरता बच्चों पर बढ़ जाती है। ऐसे वक्त पर माता पिता का सहयोग करना, उनकी मदद करना हर बच्चे का कर्तव्य है। यह सहयोग शारीरिक तौर पर भी हो सकता है और आर्थिक तौर पर भी।

माता पिता का सहारा बनना आपका कर्तव्य है।

स्वास्थ्य का ख्याल

अभिभावक अपनी सेहत से पहले बच्चे की चिंता करते हैं। नवजात शिशु जब देर रात तक सोता नहीं, तो अपनी नींद खोकर माता पिता उसके साथ जागते हैं। उनकी नींद पूरी नहीं होती, थकान और तबियत खराब होने लगती है। हालांकि वह अपने स्वास्थ्य की चिंता किए बिना बच्चे की सेहत का ध्यान देते हैं। बच्चा जब समझदार होने लगे तभी से उसे अपनी मां की थकान और पिता के पैर दर्द को समझकर उनको आराम देना चाहिए। उनके स्वास्थ्य की देखभाल की जिम्मेदारी बच्चों की ही होती है।

रायपुर बाजार

Contact For Advertisement: 7067183593, 6263818152

मैट्रेस 6x6 सिर्फ 2000/- 4 इंच मोटा	रुई गद्दा 6x6, 30 किलो 2000/- सिर्फ	प्रोटेक्टर डबल बेड सिर्फ 700/-	रुई गद्दा सादा 3x6 सिर्फ 200/-
रुई गद्दा 4x6, 15 किलो 650/- सिर्फ	रुई गद्दा 6x6, 30 किलो 3500/- सफेद रुई	सोफा कम बेड बीन बैग पुराना गद्दा लाये नया ले जायें	मैट्रेस 3x6 = 1100/- 4x6 = 1500/- 6x6 = 2400/-

कूलर हाउस

दुकान एक कुलर अनेक

लॉजिस्टिक एवं फायबर कुलर की विशाल रेंज शीतल कुलर का 75 नये मॉडल के साथ विशाल शो-रूम

रूम, डक एवं विन्डो कुलर अनेक साईज में उपलब्ध

सिटी कोटवाली, नगर निगम के पास, गांधी चौक, रायपुर
आकाश जैन - 98261-64650, रतन जैन - 98271-29211

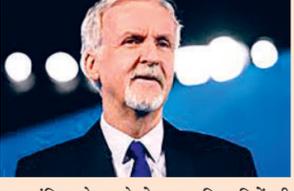
फिल्म इवेंट

हॉलीवुड

जेम्स कैमरून को तगड़ा झटका, अधर में 950 मिलियन डॉलर स्टूडियो का भविष्य

जेम्स कैमरून और अन्य बड़े नामों द्वारा समर्थित 950

मिलियन डॉलर के युके फिल्म स्टूडियो को योजना की अनुमति से इनकार कर दिया गया है।



बकिंगहमशायर कार्डसिल ने अपने योजना अधिकारियों की एक सिफारिश का समर्थन किया कि मालों फिल्म स्टूडियो की योजनाओं को अस्वीकार कर दिया जाए। अभियान समूहों ने पहले तर्क दिया था कि मालों खदान क्षेत्र की योजनाएं अनुपयुक्त थीं और इस क्षेत्र में विकास महीनों से विवादस्पद साबित हुआ है। मालों टाउन कार्डसिल के नेता ने पहले कहा था कि वह और साथी सदस्य परियोजना के कथित समर्थन के लिए अपमानजनक दुर्व्यवहार प्राप्त करने के बाद कानूनी सलाह ले रहे थे। मालों फिल्म स्टूडियो के मुख्य कार्यकारी रॉबर्ट लेकोक ने मीडिया को बताया कि वह अगले कदमों पर विचार कर रहे हैं। उन्होंने कहा, 'हमें निराशा है कि समिति इस असाधारण प्रस्ताव का समर्थन नहीं कर पाई। यह बकिंगहमशायर और उसके निवासियों के भविष्य में सबसे महत्वपूर्ण निवेश अवसरों में से एक है।' फिल्म और हाई-एंड टीवी बूम के बीच युके में वर्तमान में बनाए जा रहे कई स्टूडियो में से एक स्टूडियो को कैमरून, सैम मंडेस और एंडी सर्किंस जैसे लोगों का समर्थन प्राप्त था। टाइटेनिक निर्माता कैमरून ने कई सप्ताह पहले योजनाओं के समर्थन में परिषद को एक पत्र लिखा था। साथ ही मालों को लाइटस्टॉर्म3डी के लिए एक संभावित आधार और प्रशिक्षण केंद्र के रूप में पेश किया था।

पिछले कुछ वर्षों में पूरे ब्रिटेन में बड़ी संख्या में नए फिल्म और टीवी स्टूडियो उभर रहे हैं और मालों सबसे महंगे स्टूडियो में से एक था। जेम्स कार्डसिल का फुलवेल 73 दूसरे नंबर पर है। हालांकि, इस 950 मिलियन डॉलर के युके फिल्म स्टूडियो को योजना की अनुमति नहीं मिली है, जिसके बाद रॉबर्ट लेकोक अपने अगले कदम पर विचार कर रहे हैं।

टॉलीवुड

सूर्या की 'कंगुवा' पर आया बड़ा अपडेट, रिलीज पर निर्देशक ने कह दी बात

सुपरस्टार सूर्या की आगामी फिल्म 'कंगुवा' काफी चर्चा में

है। यह इस साल की बहुप्रतीक्षित फिल्मों में से एक है। फिल्म में सूर्या बतौर मुख्य अभिनेता नजर आने



वाले हैं। फिल्म को लेकर लगातार हाइप बनी हुई है। अभिनेता के फैस बेसब्री से फिल्म का इंतजार कर रहे हैं। फिल्म के निर्देशन की बागडोर सिरुथाई शिवा संभाल रहे हैं। हाल में ही एक इवेंट के दौरान उन्होंने अपनी इस फिल्म को लेकर बात की है। 'कंगुवा' में सूर्या बेहद अलग अंदाज में नजर आने वाले हैं। फिल्म के निर्देशक सिरुथाई शिवा ने अब तक मसाला एंटरटेनर फिल्मों ही बनाई हैं। पहली बार वह अपने करियर में इस तरह के किसी बड़े प्रोजेक्ट से जुड़े हैं। हाल में ही फिल्म के निर्देशक एक इवेंट में शामिल हुए थे, जहां उन्होंने अपनी आगामी फिल्म को लेकर बात की है। उन्होंने कहा, 'रफिल्म बहुत अच्छी बनी है। अब तक इसे देखने वाले सभी लोगों ने कहा है कि फिल्म वाकई में अच्छी है। हम दर्शकों को कंगुवा दिखाने का बेसब्री से इंतजार कर रहे हैं। फिलहाल मैं यही अपडेट दे सकता हूँ।' बता दें कि 'कंगुवा' की रिलीज का सिनेप्रीमी बेसब्री से इंतजार कर रहे हैं। फिल्म में सूर्या बेहद अलग अवतार में नजर आने वाले हैं। फिल्म को लेकर अब तक जितनी भी जानकारी सामने आई है, उससे फिल्म को लेकर सकारात्मक माहौल बना है। दर्शकों की तरफ से फिल्म के पोस्टर को भी सकारात्मक प्रतिक्रिया मिली है। ऐसे में अभिनेता के फैस का मानना है कि 'कंगुवा' बड़ी हिट साबित होगी और इससे वह भी ज्यादा कमाई करने वाले सितारों की लिस्ट में शामिल हो जाएंगे। 'कंगुवा' एक पौरियड एक्शन फिल्म है, जिस वजह से इसमें सीजीआई का काफी ज्यादा प्रयोग किया गया है।

भोजपुरी

बन रही मेरी बेटा मेरा अभिमान फिल्म, दर्शकों को आगामी पसंद

बी फॉर मोशन पिक्चर्स विथ हाईक की भोजपुरी फिल्म

'मेरी बेटा मेरा अभिमान' की शूटिंग इन दिनों उत्तर प्रदेश के जौनपुर में जोर शोर से चल रही है। इसका निर्माण जहां प्रोड्यूसर संदीप सिंह और अरविन्द पाण्डेय कर रहे हैं। वहीं संजीव बोहारपी इसका डायरेक्शन कर रहे हैं। फिल्म के निर्माता ने बताया कि 'मेरी बेटा मेरा अभिमान' फिल्म में प्रमुख भूमिका भोजपुरी फिल्मों की सुपर एक्ट्रेस अंजना सिंह, पंकज मेहता, पुष्पेन्द्र राय, गोलू तिवारी के साथ ही छत्तीसगढ़ी एवं भोजपुरी फिल्मों के जाने माने एक्टर ललित उपाध्याय, कंचन मिश्रा, संजीव मिश्रा, सोनिया मिश्रा, गोरशी शर्मा, सोनाली मिश्रा, रिशु पांडे, नन्हे श्रीवास्तव के अलावा भोजपुरी फिल्मों के और कई प्रसिद्ध अभिनेता इसमें अपने अभिनय का जलवा दिखा रहे हैं। इसका कथा, पटकथा, संवाद अरविंद तिवारी, और संगीत साजन मिश्रा का है तो इसके कोरियोग्राफर कानू मुखर्जी, सोनी प्रीतम हैं और सभी सीन को अपने कैमरों में कैद करने का कार्य भोजलीवुड के प्रसिद्ध कैमरामैन विजय मंडल कर रहे हैं।

जियोर्जियो की बहार



लाइफ़ स्टाइल

एम्पोरियो अरमानी स्प्रिंग समर 2024 महिला फैशन शो ने दर्शकों में मन में एक अमिट छाप छोड़ी। यहां इतालवी डिजाइनर जियोर्जियो का कलेक्शन खास तौर पर काबिले गौर रहा। एम्पोरियो अरमानी फैशन शो के अंत में रनवे पर मॉडलों के साथ पोज देते हुए जियोर्जियो बेहद उत्साहित नजर आए।

धूप से चेहरे पर आया कालापन तो टमाटर से बने इन फेस पैक का करें इस्तेमाल

नौतपा की वजह से कई राज्यों में आसमान से आग बरस रही है। लोगों का घर से बाहर निकलना दूधर हुआ जा रहा है। मौसम विभाग की मानें तो इस साल गर्मी अपने रिकॉर्ड तोड़ रही है। ऐसे में स्वास्थ्य विभाग भी लगातार लोगों को सचेत रहने की सलाह दे रहा है। इस भीषण गर्मी की वजह से न सिर्फ लोगों की सेहत खराब हो रही है, बल्कि इसका खराब असर लोगों की त्वचा पर भी दिखने लगा है।

धूप से लोगों का चेहरा काला पड़ रहा है। इससे बचने के लिए लोग पालर जाकर कई प्रकार के स्किन केयर ट्रीटमेंट लेते हैं। अगर आपका चेहरा भी धूप से काला पड़ रहा है और आपके पास पालर जाने का समय नहीं है तो आप घर पर ही टमाटर से इस्तेमाल से चेहरे के कालापन से छुटकारा पा सकते हैं। आज के इस लेख में हम आपको टमाटर की मदद से फेस पैक बनाना सिखाएंगे, ताकि आपका चेहरा भी चमक सके।



टमाटर, नींबू और चंदन

ये तीनों ही चीजें हर घर में आसानी से मिल जाती हैं। इससे पैक बनाने के लिए एक कटोरी में तीनों चीजों को अच्छी तरह से मिस करके पेस्ट बनाएं। अब इस पेस्ट को अपने चेहरे और गर्दन पर लगाएं और कुछ समय के बाद इसे पानी से साफ कर लें।

टमाटर, दूध और एलोवेरा

इस पैक को तैयार करने के लिए सबसे पहले एक कटोरी में टमाटर मैश करके डालें। इसके बाद इसमें दूध और एलोवेरा जेल मिलाएं। 15 मिनट इस पैक को चेहरे पर लगाएं और फिर इसका असर देखें।

टमाटर और एवोकाडो

एवोकाडो भले ही महंगा आता है लेकिन अगर आप इसका इस्तेमाल स्किन केयर में करेंगे, तो इससे आपकी त्वचा खिल उठेगी। इसके लिए बस टमाटर और एवोकाडो को मैश करके चेहरे और गर्दन पर लगाएं और इस पैक का असर देखें।

टमाटर और बेसन

बेसन तो हर रसोई में मिल ही जाता है। ऐसे में सबसे पहले एक कटोरी में टमाटर को मैश करके लें।

डिजाइनर चश्मे बदल देंगे स्टाइल

सनग्लासेस केवल धूप से ही नहीं बचाते, बल्कि आपको स्टाइलिश लुक भी देते हैं। ऐसे में इनके कुछ ट्रेंडी डिजाइन अपने एक्सेसरीज कलेक्शन में जरूर शामिल करें। गर्मी का मौसम आते ही चश्मों का बाजार गरमा जाता है। धूप और धूल से होने वाली एलर्जी से बचने के लिए ये चश्मे हमारा सहारा बनते हैं। यूं तो तेज धूप और धूल से आंखों को बचाने के लिए हर उम्र के अधिकांश लोग चश्मे का उपयोग करते हैं, लेकिन युवा वर्ग चश्मों को लेकर बेहद गंभीर है। ऐसे में स्टाइलिश लुक और नई डिजाइन के गॉगल्स बाजारों में उपलब्ध हैं, लेकिन इन्हें खरीदते समय कुछ बातों का खास ख्याल रखें।

फ्रेम मटेरियल : अगर आप मेटल के सनग्लासेस ले रही हैं तो उसके मटेरियल पर ध्यान दें। ऐसा मेटल खरीदें, जो एलर्जी फ्री हो और गरम होने पर उसका आकार न बदल जाए। फ्रेम टीआर (थर्मोप्लास्टिक) 90 मटेरियल का हो। सनग्लासेस की क्वालिटी सही होने से आपकी त्वचा पर उसका कोई नकारात्मक प्रभाव नहीं पड़ता है और आंखें भी सुरक्षित रहती हैं।

ट्रेंड में पावर सनग्लास: जो महिलाएं



और लड़कियां पावर वाले चश्मों का उपयोग करती हैं, वे भी आसानी से अपनी आंखों की स्थिति के अनुसार सनग्लास बनवा सकती हैं। इससे आपके देखने का पोस्चर ठीक रहेगा और यूवी किरणों से आंखों को बचाए भी रख सकेगी। साथ ही पोलाराइज्ड लेंस वाले सनग्लास भी आप अपने नंबर के अनुसार बनवा सकती हैं। इसमें आपका आई विजन भी क्लियर रहता है और यूवी प्रोटेक्शन भी मिलता है।

पसीने में बह जाता है मेकअप तो ऐसे हों तैयार, लुक होगा सबसे खूबसूरत

सुबह घर से निकलते वक्त लड़कियां पूरा सज-संवरकर निकलती हैं लेकिन दफ्तर पहुंचते-पहुंचते पसीने से उनका हाल बेहाल हो जाता है। वो चाहे गाड़ी से जाएं या किसी अन्य व्हीकल से लेकिन गर्मी में उनका मेकअप खराब हो ही जाता है। इस गर्मी और उमस में सही से मेकअप करना काफी कठिन काम होता है। अगर सही तरह से मेकअप ना किया जाए तो यह पसीने की वजह से धुल जाता है।

इसी के चलते आज के लेख में हम आपको मेकअप करने के कुछ ऐसे टिप्स बताएंगे, जिनको अपना कर आप परफेक्ट मेकअप कर सकती हैं। इसके लिए आपको ज्यादा कुछ करने की जरूरत नहीं पड़ेगी। परफेक्ट मेकअप के लिए



सबसे पहले अपनी स्किन को तैयार करना जरूरी होता है। त्वचा को तैयार करने के बाद ही अगर मेकअप किया जाए तो यह लंबे समय तक टिका रहता है। तो चलिए देर ना करते हुए आपको गर्मी के मौसम में सही से मेकअप करना सिखाते हैं।

मेकअप शुरू करने से पहले अपने चेहरे को ठंडे पानी से जरूर धोएं। ऐसा करने से आपके चेहरे पर लंबे समय तक पसीना नहीं आएगा। इसकी वजह से आपका मेकअप भी ज्यादा देर टिका रहेगा।

इस्तेमाल करें बर्फ: मेकअप इस्तेमाल करने से पहले अपने चेहरे पर बर्फ रगड़ें। इससे आपकी त्वचा में कसाव आ जाएगा। ऐसा करने से पसीना काफी कम आता है। ध्यान रखें कि बर्फ को कभी भी सीधा चेहरे पर न लगाएं। इसे हमेशा सूती कपड़े में बांध कर ही चेहरे पर रगड़ें।

फाउंडेशन को करें स्किप: वैसे तो फाउंडेशन मेकअप का सबसे अहम हिस्सा है, लेकिन आप चाहें तो गर्मी के मौसम में आप इसे स्किप कर सकती हैं।

सूरज की हानिकारक किरणों से बचाव में कारगर होती है 'सनस्क्रीन'

त्वचा के मुताबिक करें सही सनस्क्रीन का चयन, तेज धूप और गर्मी का नहीं होगा असर



सनस्क्रीन क्यों लगाना चाहिए?

केवल सूरज की हानिकारक किरणों के प्रभाव से त्वचा को ऊपर तौर पर बचाने के लिए ही नहीं, सनस्क्रीन कई गंभीर बीमारियों से भी बचाव में सक्षम होता है। यही कारण है कि गर्मी ही नहीं बल्कि हर मौसम में धूप में निकलते समय सनस्क्रीन लगाने की सलाह विशेषज्ञों द्वारा दी जाती है। यहां तक कि घर पर रहते हुए भी सनस्क्रीन लगाए रखने को कहा जाता है।

सनस्क्रीन के इस्तेमाल में इन बातों का रखें ख्याल

सनस्क्रीन का उपयोग समय सीमा के हिसाब से किया जाना चाहिए। अगर आप 4 घंटे से ज्यादा समय के लिए घर से बाहर हैं तो आपको कम से कम 2 बार सनस्क्रीन की परत त्वचा पर अप्लाई करनी होगी।

बाजार में कई तरह के सनस्क्रीन उपलब्ध होंगे। इसमें लोशन, क्रीम से लेकर पिल्स तक उपलब्ध हैं। खास बात यह है कि आपकी त्वचा के हिसाब से आप पर कौन सा सनस्क्रीन सूट करता है। लोशन और ऑइल बेस्ड दोनों तरह के हो सकते हैं। इसलिए जरूरी है कि जब सनस्क्रीन खरीद रहे हों तो अपनी त्वचा के प्रकार को ध्यान में रखें। उदाहरण के लिए ऑइली त्वचा के लिए ऑइल बेस्ड लोशन ठीक नहीं होगा।

सनस्क्रीन खरीदते समय प्रोडक्ट डिटेल्स जरूर पढ़ें। ऐसा सनस्क्रीन चुनें जो ज्यादा सुरक्षा देता हो, जैसे यूवीए के साथ यूवीबी किरणों से भी सुरक्षा देने वाला। ऐसे प्रोडक्ट्स ब्रांड स्पेक्ट्रम प्रोडक्ट्स के अंतर्गत आते हैं। जिन में कई तरह की सुरक्षा परतें होती हैं।

एसपीएफ यानी सन प्रोटेक्टिंग फैक्टर का 30 या इससे अधिक होना महत्वपूर्ण है। जितना अधिक एसपीएफ उतनी ज्यादा सुरक्षा।

