



असह्य है हम्न...

हरिभूमि रायपुर भूमि

हरिभूमि न्यूज़ ►► रायपुर

लाभांडी, कृषि विश्वविद्यालय के पास पोल्ट्री गाड़ी का एक्सीडेंट हो गया। उसमें दो लोग घायल हो गए। लेकिन मदद करने की बजाय लोग मुर्गियां लूटने में जुट गए। पोल्ट्री वाहन एक बाइक को ठोकर मारने के बाद पलट गया था। पोल्ट्री वाहन के ठोकर लगने से बाइक सवार बुरी तरह से चोटिल हो गया। आस-पास से गुजर रहे लोग घायल की मदद करने की बजाय मुर्गी लूटने टूट पड़े। मौके पर पहुंचकर तेलीबांधा पुलिस ने घायल की मदद की। घटना की अब ►►शेष पेज 11 पर

पोल्ट्री गाड़ी का एक्सीडेंट, घायलों को बचाने के बजाय मुर्गे लूटने की होड़



दस मिनट के अंदर मुर्गियां लूट लीं

प्रत्यक्षदर्शियों के अनुसार पोल्ट्री वाहन पलटने और उसमें रखी मुर्गियां सड़क में बिखर गईं। इसके बाद राह चलते लोग मार्ग में आ-जा रहे तेज रफ़्तार गाड़ियों की परवाह नहीं करते हुए मुर्गियां लूटने टूट पड़े। लोग सड़क के एक छोर से दूसरे छोर डिवाइवर फांदकर ►►शेष पेज 11 पर

बाइक चालक को टक्कर मारने के बाद पोल्ट्री वाहन पलट गया, लोग घायल को बचाने की बजाए मुर्गा लूटने टूट पड़े

वाहन चालक लाचार होकर देखता रहा

पोल्ट्री वाहन पलटने के बाद मुर्गी लूटने जो भीड़ टूट पड़ी उसे रोकने वाहन चालक लाचार दिखा। विवश होकर ड्राइवर अपनी आंखों के सामने मुर्गी लूटते देखते रहा। पुलिस जब तक मौके पर पहुंची लोग मुर्गी लूटकर गायब हो चुके थे।



खबर संक्षेप

साथी की गला दबाकर हत्या, आजीवन कारावास
रायपुर। गंज थाना क्षेत्र के एक होटल में चार वर्ष पूर्व युवक की गला दबाकर हत्या कर आत्महत्या का रूप देने वाले आरोपी को अपर सत्र न्यायाधीश मधुसूदन चंद्राकर की कोर्ट ने आजीवन कारावास की सजा सुनाई है। लोक अभियोजक विजय यादव के अनुसार मध्यप्रदेश अनूपपुर निवासी जीतेंद्र विश्वकर्मा की हत्या के आरोप में कोर्ट ने मृतक के दोस्त अजय निषाद को कैद की सजा सुनाई है। पुलिस द्वारा कोर्ट में प्रस्तुत केस डायरी के अनुसार, अजय मृतक की मां के साथ मोबाइल पर घंटों बात करता था। इससे जीतेंद्र नाराज था। इस रंजिश के चलते अजय जीतेंद्र को धोखे से रायपुर के एक होटल में लाया और जीतेंद्र को शराब पिलाकर गला घोटकर हत्या कर दी।

दस हजार की शराब जब्त, धरा गया कोचिया रायपुर। उरला थाना क्षेत्र में पुलिस ने एक कोचिए को



गिरफ्तार कर उसके कब्जे से दस हजार रुपए कीमत की सी पौवा देशी शराब जब्त की है।

पुलिस के अनुसार मूलतः बेमेतरा निवासी गुडियारी में किराए के मकान में निवासरत मनोज कुमार साहू को पुलिस ने शराब के साथ गिरफ्तार किया है।

मकान दिलाने का झांसा 22 लाख की ठगी
रायपुर। राजेंद्र नगर थाने की पुलिस ने प्रफुल्ल कुमार बंजारी तथा अन्य के शिकायत पर एक व्यक्ति के खिलाफ प्रधानमंत्री आवास दिलाने का झांसा देकर 20 लाख 80 हजार रुपए ठगी करने की रिपोर्ट दर्ज कराई है। प्रफुल्ल तथा अन्य ने एम. जिल्लैया के खिलाफ ठगी करने की शिकायत दर्ज कराई है। प्रफुल्ल तथा अन्य ने पुलिस को बताया कि एम. जिल्लैया ने उन्हें राजेंद्र नगर में प्रधानमंत्री आवास योजना के तहत मकान दिलाने का झांसा देकर वर्ष 2022 में पैसे लेकर ठगी का शिकार बनाया है।

महिला समूह की आड़ में लोन लेकर लाखों की ठगी
रायपुर। तेलीबांधा में एक महिला ने एक अन्य महिला के खिलाफ महिला समूह की आड़ में 7 लाख 80 हजार रुपए ठगी करने की रिपोर्ट दर्ज कराई है। सरस्वती कुंरे तथा अन्य महिलाओं ने लालिमा मैथ्यूज के खिलाफ ठगी की शिकायत दर्ज कराई है। सरस्वती ने पुलिस को बताया है कि लालिमा ने 60 से अधिक महिलाओं के नाम से लोन लेकर बैंक की किस्त जमा नहीं की। बैंक से नोटिस मिलने के बाद महिलाओं को लालिमा द्वारा महिला समूह की आड़ में ठगी करने की जानकारी मिली।

वेलिडिंग वर्कशॉप में धावा

35 हजार का सामान पार
रायपुर। खम्हारडीह थाने में एक वेलिडिंग वर्कशॉप के संचालक ने अज्ञात चोर के खिलाफ नकदी 15 हजार रुपए सहित सात नग ग्राइंडर मशीन कुल 35 हजार रुपए चोरी कर ले जाने की रिपोर्ट दर्ज कराई है। कचना में वेलिडिंग वर्कशॉप संचालित करने वाले अशोक वर्मा ने चोरी की शिकायत दर्ज कराई है। अशोक ने पुलिस को बताया कि अज्ञात चोर शुक्रवार-शनिवार दरमियानी रात वर्कशॉप तथा केबिन का दरवाजा तोड़ नकदी तथा ग्राइंडर मशीन चोरी कर ले गया।

हरिभूमि न्यूज़ ►► रायपुर

रायपुर जिले के अभनपुर ब्लॉक के गोबरा नवापारा तहसील क्षेत्र के ग्रामों में चना बीज वितरण घोटाला मामले में दोषी पाए गए अफसरों के कारण कृषि विभाग की किरकरी होने लगी है। विभाग की छवि धूमिल होती देख अब इस घोटाले में शामिल लोगों की जांच रिपोर्ट को ही अधूरा बता दिया गया है। विभाग के अफसर ने जांच रिपोर्ट में 100 किसानों में से 14 किसानों के बयान दर्ज नहीं होना बताकर इसे अधूरा मनकर जांच फाइल वापस भेज दी है, जबकि जांच रिपोर्ट में कमेटी ने स्पष्ट लिखा है कि इन गांवों में 100 हेक्टेयर चना बीज की फसल प्रदर्शनी के रूप में लगाई जानी थी, लेकिन भौतिक सत्यापन में महज 5.73 हेक्टेयर ►►शेष पेज 11 पर

दो माह फाइल डंग रही, उजागर होने के बाद अधूरी जांच बताकर लौटा दी

चना बीज घोटाला की जांच की फाइल जिला कृषि विभाग को अप्रैल में सौंप दी गई थी। इस मामले की जांच अभनपुर राजस्व विभाग द्वारा कमेटी बनाकर कराई गई थी। इस जांच रिपोर्ट के मिलने के बाद भी विभाग ने फाइल को दो माह तक डंग कर रखा था। सामान्य सभा में मामला उठने के बाद विभाग ने जांच फाइल को अधूरी बताकर उसे वापस अभनपुर राजस्व विभाग को भेज दिया है। इसकी पुष्टि विभाग के अधिकारी आर. कश्यप ने की है।

कागजों में बो दिया चना...

सौ किसानों को देना था बीज-कीटनाशक, 20 को दिया फोटो खिंचाकर रकम हजम, जांच में अफसर दोषी पाए



अत्यक्ष ने मंगाई जांच रिपोर्ट, उपाध्यक्ष ने मुख्यालय में की शिकायत

किसानों को निशुल्क बांटे जाने वाले चना बीज के घोटाले की गंभीरता को देखते हुए जिला पंचायत अध्यक्ष नवीन अग्रवाल ने जिला कृषि विभाग से एसडीएम अभनपुर द्वारा सीपी गई जांच रिपोर्ट की कॉपी मंगाई है, ताकि जांच रिपोर्ट का परीक्षण कर दोषी पाए गए अधिकारियों के विरुद्ध कार्रवाई करने संबंधित अनुशंसा प्रस्ताव प्रशासन, शासन से कर सकें। जिला पंचायत के उपाध्यक्ष संदीप यदु भी इस मामले में कृषि विभाग के संयुक्त संचालक कपिल देव दीपक से मुख्यालय में मुलाकात कर चुके हैं। उन्होंने इस मामले में उन्हें ज्ञापन सौंप कर दोनों दोषी अधिकारियों के विरुद्ध जल्द कार्रवाई करने की मांग की है।

जिप की सामान्य सभा में उठने के बाद मामले ने पकड़ तूल

जून में जिला पंचायत रायपुर की सामान्य सभा की बैठक में वाम भुरका-तोरला एवं वाम टीला-चंपारण के ग्रामों में चना बीज वितरण में 10 लाख से ज्यादा का घोटाला किए जाने का मुद्दा उठा था। अभनपुर क्षेत्र के जिला पंचायत सदस्य यशवंत चंद्राकर ने यह मामला उठाते हुए दोषी अफसरों के खिलाफ कार्रवाई करने की मांग की थी। बैठक में जानकारी दी गई थी कि अभनपुर तहसील स्तर पर इस घोटाले की जांच हो चुकी है, जिसमें 100 हेक्टेयर चना बीज की फसल की जगह मात्रा 5.73 हेक्टेयर बीज का वितरण किए जाने का उल्लेख है। इस जांच रिपोर्ट में कृषि विस्तार अधिकारी मिथिलेश कुमार साहू एवं विनय कुमार सिंह को दोषी भी पाया गया है। इसके बाद भी इन अधिकारियों पर कार्रवाई नहीं कर जांच फाइल को विभाग ने दबाकर रखा है।

कार्रवाई करने की मांग

चना बीज घोटाला में दोनों अफसर दोषी पाए गए हैं। इसके बाद भी कार्रवाई नहीं किया जाने कहीं न कहीं विभाग के अधिकारी भी संदेह के दायरे में आते हैं। इस मामले में संयुक्त संचालक कृषि विभाग को ज्ञापन सौंपकर कार्रवाई की मांग की है।

- संदीप यदु, उपाध्यक्ष जिला पंचायत रायपुर

जांच रिपोर्ट देखकर बता पाऊंगा

इस मामले में कृषि विभाग से जांच रिपोर्ट मंगाई गई है। इसे देखकर बता पाऊंगा। जांच रिपोर्ट में अगर अफसर दोषी पाए गए हैं, तो इसकी विभागीय जांच कर कार्रवाई की जानी चाहिए।

- नवीन अग्रवाल, अध्यक्ष जिला पंचायत रायपुर

14 किसानों के बयान नहीं, दोबारा जांच के लिए मेजी फाइल

जांच रिपोर्ट में 14 किसानों के बयान दर्ज नहीं हैं। इसे देखकर बता पाऊंगा। जांच रिपोर्ट में फसल नहीं लगने का उल्लेख है, लेकिन कितने किसानों को बीज मिला, कितनों को नहीं मिला, इसका उल्लेख नहीं है, इसलिए दोबारा जांच के लिए फाइल वापस भेज दी है।

- आर. कश्यप जिला अधिकारी, कृषि विभाग

महावीर नगर में पाइप लाइन फूटी, बह गया लाखों लीटर पानी



हरिभूमि न्यूज़ ►► रायपुर

राजधानी के रिंग रोड नंबर 1 माईनिंग आफिस के सामने महावीर नगर चौक के पास पानी की मुख्य पाइप लाइन फट गई। पाइप लाइन फटने से तेज दबाव के साथ फौवारा की तरह सड़क पर लाखों लीटर पानी का शुद्ध पड़ता है, लेकिन यह समस्या आने वाले कुछ वर्षों में खत्म हो जाएगी, क्योंकि संतोषी नगर से संजय नगर और भाटागांव से काठाडीह मार्ग पर केनाड रोड के रूप में नई सड़कों का निर्माण होना है। इन दोनों सड़क को वित्तीय वर्ष 2025-26 के बजट में शामिल किया गया है।

टीकियों से लोगों को पीने का पानी नहीं मिला। लोगों ने इसकी खबर निगम अमले को दी। इसके बाद मौके पर पहुंचकर जल विभाग की टीम ने पाइप लाइन मरम्मत कार्य शुरू कराया। 6 घंटे की मशक्कत के बाद डेमेज पाइप लाइन को सुधार लिया गया है। रविवार की सुबह प्रभावित सभी 8 पानी टीकियों के माध्यम से संबंधित क्षेत्रों में जल आपूर्ति प्रारंभ हो जाएगी।

कार स्टंट, आधा दर्जन वाहन चालकों के खिलाफ कार्रवाई

कार में नीली बत्ती लगाकर बना रहा था रील



हरिभूमि न्यूज़ ►► रायपुर

नवा रायपुर में ओवर स्पीड के कारण आए दिन हो रहे एक्सीडेंट के बाद भी मनचले लड़के नहीं चेत रहे। चेतावनी, समझाइश के बाद भी दोपहिया के साथ चार पहिया वाहन चलाने वाले लड़के जिनमें नाबालिग भी शामिल हैं, कार तथा बाइक से स्टंट कर रहे हैं। पिछले दिनों नवा रायपुर में एक साथ छह कारें आपस में एक दूसरे के साथ रैस करने के साथ स्टंट कर रही थीं। उन गाड़ियों को पहचान कर ट्रैफिक पुलिस ने 37 हजार छह सौ ►►शेष पेज 11 पर

स्टंट में शामिल हैं ये वाहन

- कार सीजी 04 वयूएफ 5670 चालक पराग दलदल सिवनी मोवा
- कार एचआर 26 सीपी 8962 चालक कबीर खान अमन नगर मोवा
- कार सीजी 04 एनएल 5895 चालक मोहित दलदल सिवनी मोवा

►►शेष पेज 11 पर

दोनों सड़कों को वित्तीय वर्ष में शामिल किया गया

संतोषीनगर, संजयनगर, भाटागांव के कष्ट कम करेगा केनाल रोड, ट्रैफिक जाम से मिलेगी राहत

संतोषी नगर से संजय नगर, भाटागांव से काठाडीह में बनेंगी सड़कें

हरिभूमि न्यूज़ ►► रायपुर

राजधानी रायपुर में ट्रैफिक समस्या से हर व्यक्ति परेशान है। इस समस्या के कारण संतोषीनगर से संजय नगर और भाटागांव से काठाडीह मार्ग से गुजरने वाले लाखों लोगों को भी हर दिन परेशान होना पड़ता है, लेकिन यह समस्या आने वाले कुछ वर्षों में खत्म हो जाएगी, क्योंकि संतोषी नगर से संजय नगर और भाटागांव से काठाडीह मार्ग पर केनाड रोड के रूप में नई सड़कों का निर्माण होना है। इन दोनों सड़क को वित्तीय वर्ष 2025-26 के बजट में शामिल किया गया है।



बस स्टैंड के कारण बड़ी ट्रैफिक समस्या

भाटागांव रिंग रोड के पास अंतर्राज्यीय बस स्टैंड बनने के बाद से रिंग रोड, सर्विस रोड से लेकर संतोषीनगर, संजय नगर, भाटागांव चौक सहित आसपास के अन्य मार्गों पर ट्रैफिक की समस्या तीन से चार गुना बढ़ गई है। इसके कारण इन सभी मार्गों पर गाड़ियों का दबाव भी बढ़ा है। दोनों नई केनाल सड़क बनने के बाद रिंग रोड, सर्विस रोड पर आवागमन कम होगा।

भाटागांव-काठाडीह में 3 किलोमीटर लंबी केनाल सड़क बनेगी

तीसरे चरण में भाटागांव से काठाडीह मोड़ तक 3 किलोमीटर लंबी केनाल सड़क बनाई जाएगी। भाटागांव से काठाडीह मार्ग के बीच तक कई कालोनियां बन चुकी हैं। इसके अलावा इस मार्ग से काठाडीह के आगे बसे कई गांव के लोग भी हर दिन आवागमन करते हैं, जिसके कारण इस मार्ग पर हर दिन ट्रैफिक की समस्या बनी रहती है। इस कारण से इस क्षेत्र के लोगों द्वारा नई सड़क की लगातार मांग भी की जा रही थी।

नहर के ऊपर 7 किमी. लंबी बनेगी केनाल रोड

प्रशासनिक सूत्रों के अनुसार पहले चरण में संतोषी नगर से संजय नगर तक नहर के ऊपर सात किलोमीटर लंबी केनाल रोड बनाई जाएगी। यह पूरी सड़क यहां पहले से निर्मित नहर के ऊपर प्रस्तावित है, इसलिए इसके लिए ज्यादा भूमि की आवश्यकता नहीं पड़ेगी। हालांकि इस नहर के दोनों तरफ अवैध रूप से कई कच्चे-पक्के घर एवं झोपड़ियां बनी हुई हैं। निर्माण कार्य शुरू होने से पहले इन परिवारों को यहां से हटाने की कार्रवाई की जा सकती है। इन परिवारों को बीएसपी योजना के तहत कहीं अन्य स्थानों पर विस्थापित किया जा सकता है।

मेडिकल छात्रा को शराब ऑफर करने वाले एचओडी पर यौन उत्पीड़न का मामला दर्ज

हरिभूमि न्यूज़ ►► रायपुर

मेडिकल की पीजी छात्रा को शारीरिक और मानसिक रूप से प्रताड़ित करने के आरोप में शताब्दी मेडिकल कालेज रायपुर के कम्प्यूटि मेडिसिन के एचओडी डॉ. आशीष सिन्हा के खिलाफ

पुलिस ने यौन उत्पीड़न का मामला दर्ज किया है। डॉ. सिन्हा पर छात्रा को सार्वजनिक कार्यक्रम में शराब का ऑफर करने और लगातार धमकी देने का आरोप है। शिकायत के आधार पर उन्हें कुछ समय शैक्षणिक गतिविधियों से अलग किया गया था।

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



ANANTRA
MART

A UNIT OF TIWARI BUILDCON & MAJISHA TRADERS

7% TO 70%* OFF
ON MRP EVERYDAY

सब के लिए सब कुछ

**अनंतरा मार्ट का
दुबई ऑफर फिर से 2.0**

₹1799*
में कूपन पाओं और
दुबई जाओं

यह स्कीम 16 अप्रैल 2025 से 15 नवम्बर 2025 तक

20 कूपन पर 2 लीटर कुकर	50 कूपन पर इंडेक्शन	75 कूपन पर मिक्चर ग्राइंडर + 2 जार	100 कूपन पर 3 पीस सेट ट्राली बैग	200 कूपन पर 5 स्टार पैकेज कान्हा किसली	400 कूपन पर 3 बाईट गोवा	700 कूपन पर 3 बाईट दुबई
---	---	--	---	---	--	--

Come & Discover Something New & Exciting Offers With Us
Offer Valid Till 06th July to 14th July 25 for Limited Stock*

**MONSOON
MAHABACHAT**
Offer



SUGAR MRP ₹60 OUR PRICE ₹43	TOOR DAL REGULAR MRP ₹160 OUR PRICE ₹99	KAJU 500G MRP ₹560 OUR PRICE ₹419	BASMATI RICE MRP ₹110 OUR PRICE ₹71	SUNDER SAKHI AATA 5KG MRP ₹260 OUR PRICE ₹175
SOOPRLIFE REFINED SUNFLOWER OIL 1L MRP ₹168 OUR PRICE ₹129	SURF EXCEL EASY WASH POWDER 7 KG MRP ₹1030 OUR PRICE ₹679	CLOSEUP TRIPLE FRESH TOOTH PEST 150GM+2 MRP ₹240 OUR PRICE ₹169	ODONIL NEEM AIRFRESH ENER 4 PACK 192GM MRP ₹220 OUR PRICE ₹110	FIAMA CELEBRATION PACK OF 3GEL BAR MRP ₹210 OUR PRICE ₹151
NANDADIP LAMP OIL 900ML MRP ₹240 OUR PRICE ₹120	DOCTOR BLACK CACTUS SUPER PHENOL 450ML MRP ₹85 OUR PRICE ₹69	THUMS UP/FENTA/SPRITE 2LTR MRP ₹100 OUR PRICE ₹69	RED BULL MRP ₹125 OUR PRICE ₹95	PIGEON HOT KETTLE 1.5 LTR MRP ₹1045 OUR PRICE ₹479
EVEREST MASALE UP TO 20% OFF	DOMS STATIONERY UP TO 25% OFF	DOOR MAT STARTING @ ₹25	PIGEON PRIME INDUCTION COOKTOP 1800 WT MRP ₹3195 OUR PRICE ₹1049	KURTIES MIX ₹300 ME 3PCS LYCRA PENTS OUR PRICE ₹129



जगह एवं फेन्चाइजी की आवश्यकता है छत्तीसगढ़ में संपर्क करें :- 799 2799 220

गोल्डन टावर,
बोरिया खुर्द, रायपुर,
मो. 7880008071

जौहरी हॉस्पिटल,
ग्राउंड फ्लोर, भाटागांव,
रायपुर, मो. 7880008072

शैलेन्द्र नगर,
कटोरा तालाब रोड, रायपुर,
मो. 7880008073

लितिषा बिज़नेस पार्क,
रायपुर रोड, बेमेतरा,
मो. 9689968941

Customer Care : 7992 7992 20

FREE HOME DELIVERY

*नियम एवं शर्तें लागू : सभी ऑफर्स सूचना के बिना बदलाव के अधीन हैं। ऑफर सस्टॉक रहने तक। दिखाये गये प्रोडक्ट्स के प्राफिक्स केवल सांकेतिक मात्र हैं। ऑफर स्थान के अनुसार भिन्न हो सकते हैं। सभी मतभेद केवल रायपुर अदालत के अधिकार क्षेत्र के अधीन हैं। सभी क्रेडिट, डेबिट कार्ड, एवं युपीआई से भुगतान स्वीकार किये जाते हैं।

HEALTH TOWN

निराकार मल्टीस्पेशलिटी हॉस्पिटल

पैथोलॉजी लैब, मेडिकल एवं 24 घंटे आपातकालीन सेवा उपलब्ध

24/7
Emergency Services
 २४ घंटे सेवा उपलब्ध

रविवे आपके सोहल कर लयाल
ओपीडी 50% OFF

20771-3133896 ☎ **+91 6264070071, 9893299953**
 पुरानी बस्ती थाना के सामने, कंकाली पारा रोड, पुरानी बस्ती, रायपुर (छ.ग.) ✉ nirakarmal特殊性hospital@gamil.com

आयुर्वेद संजीवनी क्लीनिक

रोग, नामर्द, नपुंराकता, रक्तान दोष, रीप्रजनन, वैवाहिक जीवन की कमजोरी, आयुर्वेदिक दवा द्वारा शर्तिया इलाज, दवा की पहली खुराक से अंतर लुप्त
 त्वचा रोग, चर्म रोग, खाज-खुजली का आयुर्वेदिक इलाज बवासीर, भगंदर का शर्तिया इलाज किया जाता है

डॉ. संजीव नवजीवन गृह निर्माण सहकारी समिति मर्या. गेट, धमतरा रोड, पचपेड़ी नाका, रायपुर ☎ 9770705718

रामकथा

डॉ. संतोष जायसवाल

एम.बी.बी.एस., एम.एस.
(कान, नाक, गला रोग विशेषज्ञ)
मो. 70891-60782

आंख एवम् कान नाक गला अस्पताल कान से मवाद एवं पदों में छिद्र का दूरबीन पद्धति द्वारा ऑपरेशन
वैक ऑफ बड़ीदा के सामने कर्मा धाम मंदिर गली बोरिया रोड संतोषी नगर रायपुर, फोन 0771-4001080

मेल इंफर्टिलिटी

शीघ्रपतन, लिंग में तनाव की कमी वीर्य की कमी,
 वेरीकोसिल फायनोसिस का इलाज
 मेडिसीन थॉक वेव थैरेपी पी शॉट एवं सर्जरी द्वारा

डॉ. वैभव राज सिंह

एमबीबीएस एम.एस.- लेजर व दूरबीन सर्जन
 (MBBS, MS Surgery)
 Laparoscopic Laser Surgeon
Call 9890716410

लेजर पाईल्स कथोर

पाल्स, पिशर, फिस्टुला, वेरीकोस वेन्स,
 पाईलोनोइडल साइनस का लेजर द्वारा सर्जरी, 24 घंटे
 में छुट्टी, बिना चीरा सभी दूरबीन व लेजर सर्जरी

श्री राम शांति मल्टीस्पेशलिटी हॉस्पिटल

दही हाण्डी मेदान के सामने, श्रीनगर, गुडियारी, रायपुर

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



डॉ. सहाय को मिला हेल्थकेयर आइकॉन ऑफ द ईयर अवॉर्ड

रायपुर। बॉलीवुड एक्ट्रेस अमीषा पटेल ने प्रसिद्ध चिकित्सक डॉ. अजय सहाय को 'हेल्थकेयर आइकॉन ऑफ द ईयर अवॉर्ड' से सम्मानित किया। यह सम्मान राष्ट्रीय चिकित्सा दिवस के अवसर पर जयपुर में आयोजित एक भव्य समारोह में दिया गया। विदित हो कि डॉ. सहाय विगत चार दशकों से दूरस्थ ग्रामीण क्षेत्रों, द्वाइबल्स और संवेदनशील नक्सल प्रभावित इलाकों तथा समाज के कमजोर तबकों के लिए सैकड़ों निशुल्क स्वास्थ्य शिविरों और जागरूकता अभियानों का आयोजन कर चुके हैं। उन्होंने विभिन्न माध्यमों से समाज को स्वस्थ, स्वच्छ और समृद्ध बनाने का यथासंभव प्रयास किया है। डॉ. सहाय एक फिल्म अभिनेता, पटकथा लेखक, निर्माता और निदेशक भी हैं।

छत्तीसगढ़ क्लब में रक्तदान शिविर आज

रायपुर। रोटरी क्लब ऑफ रायपुर कॉन्सोपॉलिटन द्वारा थैलेसीमिया प्रभावित बच्चों की सहायता हेतु एक रक्तदान शिविर का आयोजन किया जा रहा है। यह शिविर सिविल लाइन्स स्थित छत्तीसगढ़ क्लब में 6 जुलाई को सुबह 8 बजे प्रारंभ होगा। यह पहल थैलेसीमिया जैसी गंभीर बीमारी से जूझ रहे बच्चों के लिए की जा रही है, जिनमें जीवनभर नियमित रक्त की आवश्यकता होती है। रोटरी क्लब सभी रायपुरवासियों से अनुरोध करता है कि इस पुनीत कार्य में भाग लें और एक जीवन बचाने के लिए रक्तदान करें। आपका एक युनिट रक्त किसी जरूरतमंद बच्चे के जीवन के लिए अमूल्य हो सकता है।

निधन

दुर्गा सिन्हा
रायपुर। कृष्ण नगर जेआर निवासी दुर्गा सिन्हा (29) का 5 जुलाई को निधन हो गया। उनका अंतिम संस्कार कुंभ कालेज के पीछे मुक्तिग्राम में किया गया। वे चंद्रप्रकाश सिन्हा की पत्नी और शिव, नीलकंठ, कमलेश, योगेश, कृष्णा, चंद्रशेखर की माई बहू थीं।

शपथ पत्र

मैं शपथकर्ता फैमिदा कुरैशी पति कमरुद्दीन, निवासी जीवन प्लाज के पास 30/384, तरुण नगर, काली नावा वार्ड, पंडरी, रायपुर (छ.ग.) की निवासी हूँ तथा नीचे लिख अनुसार शपथ करती हूँ कि

- यह कि मेरा नाम व पता उपरोक्तानुसार सत्य एवं सही है।
- यह कि मेरा आधार नं. 6208 7698 4207 है, जिसमें मेरा नाम / स्यांलिंग फैमिदा (PHAMIDA) दर्ज है, जो कि युक्तिश (PHAMIDA) दर्ज है, जो कि युक्तिश करती हूँ।
- यह कि, मेरा सही नाम / स्यांलिंग फैमिदा कुरैशी (FAMIDA QURAIISHI) है, जो कि सत्य एवं सही है। यह नाम मेरे पंजाब नेशनल बैंक के खाते में दर्ज है।
- यह कि, मेरा आधार कार्ड में दर्ज मेरा गलत नाम / स्यांलिंग -फैमिदा (PHAMIDA) को सुधारकर मेरा सही नाम / स्यांलिंग - फैमिदा कुरैशी (FAMIDA QURAIISHI) दर्ज किया जावें, एवं मुझे सही नाम से जाना व पहचाना जावें एवं मेरे सम्पत्त शासकीय, अदृशासकीय दस्तावेजों में मेरा सही सही नाम पत्र किया जावें।
- यह कि उपरोक्त कथनों के समर्थन में यह शपथपत्र सक्षम अधिकारी के समक्ष प्रस्तुत।

शपथकर्ता

सत्यापन

मैं शपथकर्ता, यह सत्यापित करता हूँ कि उपरोक्त शपथपत्र को कौडिका क्रमांक 1 से 5 तक में सभी तथ्य सही एवं सत्य है। अतः मैंने आज दिनांक को स्वयं के हस्ताक्षर कर स्थान रायपुर से सत्यापित कर दिया।

शपथकर्ता

दिनांक 27/06/2025

HEALTH TOWN

निराकार मल्टीस्पेशलिटी हॉस्पिटल 24x7

पैथोलॉजी लैब, मेडिकल एवं 24 घंटे आपातकालीन सेवा उपलब्ध

रखें आपके रोग का खयाल **ओपीडी 50% OFF**

0771-3133896 **+91 6264070071, 9893299953**

९ पुरानी बस्ती धाना के सामने, कंकाली पारा रोड, पुरानी बस्ती, रायपुर (छ.ग.) nirakarmaltispecialityhospital@gamil.com

आयुर्वेद संजीवनी क्लीनिक

सोवरा, नामदं, गर्भुसफला, रतन दीप, शीघ्रपलन, वैवाहिक जीवन की कमजोरी, आयुर्वेदिक दवा द्वारा स्त्रीयुवा इलाज, दवा धीरे घटती खुशक री अस्तर शुरू

त्वचा रोग, चर्म रोग, खाज-खुजली का आयुर्वेदिक इलाज

डॉ.संजीव नवजीवन गृह निर्माण सहकारी समिति मर्या. गेट, धमतरी रोड, पवपेड़ी नाका, रायपुर ९770705718

रामकथा

डॉ. संतोष जायसवाल

एम.बी.बी.एस., एम.एस. (जान, नाक, गला रोग विशेषज्ञ)

फ़ोन: 70891-50782

आंख एवम् कान नाक गला अस्पताल

कान से मवाद एवं परदे में छिद्र का दूबीन पद्धति द्वारा ऑपरेशन

बैंक ऑफ बड़ौदा के सामने कर्मा धाम मंदिर गली बोरिया रोड संतोषी नगर रायपुर, फोन 0771-4001080

मेल इंफर्टिलिटी

शीघ्रपतन, लिंग में तनाव की कमी वीर्य की कमी, वेरीकोसिल फायमोसिस का ईलाज

मेडिसीन शॉक वेव थेरेपी पी शॉट एवं सर्जरी द्वारा

श्री राम शांति मल्टीस्पेशलिटी हॉस्पिटल

दही हाउडी मैदान के सामने, श्रीनगर, गुडियारी, रायपुर

विज्ञापन हेतु संपर्क करें : 0771-4242213, 7987119756, 9303541130

डॉ. वैभव राज सिंह

एमबीबीएस एम.एस. - लेजर व दूरबीन सर्जन (MBBS, MS Surgery) Laparoscopic Laser Surgeon

Call 9890716410

लेजर पाईल्स क्योर

पाल्स, पिशर, फिस्टुला, वेरीकोस वेन्स, पाईलोनोइडल साइन्स का लेजर द्वारा सर्जरी, 24 घंटे में खुदी, बिना चीरा सभी दूरबीन व लेजर सर्जरी

दुर्ग से पटना के बीच चलेगी 8 स्पेशल ट्रेन, बाबा धाम जाने वाले श्रद्धालुओं मिलेगा आराम

हरिभूमि न्यूज ►► रायपुर

बाबा धाम जाने वाले यात्रियों की सुविधा को ध्यान में रखते हुए रेलवे की ओर से एक नई ट्रेन का संचालन शुरू किया जा रहा है। भारतीय रेलवे की ओर से दुर्ग से पटना के बीच एक और स्पेशल ट्रेन चलाई जाएगी। इस ट्रेन के परिचालन से बाबा धाम जाने वाले श्रद्धालुओं को आठ दिन ट्रेन की सुविधा मिलेगी।

दरअसल, भारतीय रेलवे की ओर से पहले भी इन दोनों स्टेशनों के बीच स्पेशल ट्रेन चलाने की घोषणा की गई थी, लेकिन वह केवल दुर्ग से 06, 13, 20, एवं 27 जुलाई को उपलब्ध थी। अब नए नंबर से इन

खास बातें

- साप्ताहिक स्पेशल ट्रेन 08797 नंबर के साथ प्रत्येक सोमवार को दुर्ग से रवाना होगी
- यह ट्रेन दुर्ग से 7 14, 21 एवं 28 जुलाई को छूटेगी



बैज बोले- किसान, जवान और संविधान पर केंद्र और राज्य सरकार का लगातार प्रहार



हरिभूमि न्यूज ►► रायपुर

कांग्रेस के राष्ट्रीय अध्यक्ष मल्लिकार्जुन खड़गे 7 जुलाई को होने वाली किसान, जवान, संविधान सभा में शामिल होंगे। उनके साथ महासचिव केसी वेणुगोपाल भी होंगे। आयोजन में 25 हजार से अधिक कार्यकर्ता, किसान और जवान की भागीदारी होगी।

■ छत्तीसगढ़ कांग्रेस अध्यक्ष दीपक बैज ने कहा, किसान, जवान और संविधान पर केंद्र और राज्य की सरकार लगातार प्रहार कर रही है। सभा के माध्यम से केंद्र और राज्य सरकार पर सीधा हमला करेंगे।

छत्तीसगढ़ कांग्रेस अध्यक्ष दीपक बैज राजीव भवन में कांग्रेस के प्रदेश सह-प्रभारी और वरिष्ठ नेताओं की मौजूदगी में संवाददाताओं चर्चा में सभा को देश के लिए एक मील का पथर बताया है। उन्होंने कहा कि सभा का उद्देश्य प्रदेश की कानून व्यवस्था, महिलाओं के खिलाफ बढ़ते अपराध, किसानों के लिए डीएपी और खाद की कमी, नक्सलवाद उन्मूलन के खिलाफ लड़ाई के नाम पर निर्दोष आदिवासियों को मारने के साथ लचर बिजली व्यवस्था, छत्तीसगढ़ की खनिज संपदा को बेचने, 10 हजार स्कूलों को बंद करने, अवैध शराब बिक्री और नई शराब दुकान खोलने के खिलाफ आवाज उठाना है। उन्होंने कहा, आयोजन की तैयारी में प्रदेश प्रभारी के साथ तमाम वरिष्ठ नेता और पदाधिकारी जुटे हुए हैं। ऐतिहासिक जनसभा के बाद छत्तीसगढ़ के कार्यकर्ताओं, किसानों और जवानों को एक नई ताकत और ऊर्जा मिलेगी।

सीएम साय ने कहा- सदन में हंगामे के समय महत्वपूर्ण विषय को दें प्रमुखता

हरिभूमि न्यूज ►► रायपुर

मुख्यमंत्री विष्णु देव साय ने शनिवार को विधानसभा परिसर के प्रेक्षागृह में संसदीय रिपोटिंग विषय पर आयोजित एक दिवसीय कार्यशाला में कहा, प्रदेश विधानसभा ने भी 25 वर्षों की गौरवमयी यात्रा पूरी की है और लोकतांत्रिक मूल्यों को सुदृढ़ किया है। पत्रकारों की भी अहम भूमिका है, जो विधानसभा की गतिविधियों को जनता तक पहुंचाते हैं। उन्होंने कहा, संसदीय रिपोटिंग का कार्य अत्यंत उत्तरदायित्वपूर्ण है, इसलिए पत्रकारों को विधानसभा में हंगामा के समय इसके सकारात्मक पहलू एवं महत्वपूर्ण विषय पर चर्चा की भी प्रमुखता से स्थान देना चाहिए।

मुख्यमंत्री ने छत्तीसगढ़ विधानसभा द्वारा उत्कृष्ट पत्रकारों को सम्मानित करने की परंपरा को भी सराहा और कहा, इससे पत्रकारों का मनोबल बढ़ता है तथा संसदीय रिपोटिंग को प्रोत्साहन मिलता है। उन्होंने विश्वास जताया कि इस कार्यशाला के माध्यम से विधानसभा की गतिविधियां और अधिक प्रभावी रूप से जनता तक पहुंचेंगी। इस अवसर पर संसदीय कार्य मंत्री केदार कश्यप, विधानसभा के सचिव दिनेश शर्मा, आईआईएमसी के पूर्व महानिदेशक संजय द्विवेदी सहित बड़ी संख्या में पत्रकार उपस्थित थे।



लोकतंत्र के संवाहक हैं पत्रकार : महंत

कार्यशाला में नेता प्रतिपक्ष डॉ. चरणदास महंत ने पत्रकारों की भूमिका को नारद भुक्ति की परंपरा से जोड़ते हुए कहा कि पत्रकार समयबद्धता और सजगता के साथ लोकतंत्र के संवाहक होते हैं। डॉ. महंत ने कहा कि इस कार्यशाला के माध्यम से सभी को कुछ नया सीखने का अवसर मिलेगा और संसदीय पत्रकारिता को समझने का दायरा और व्यापक होगा। उन्होंने उम्मीद जताई कि यह आयोजन उपयोगी सिद्ध होगा और पत्रकारों के कार्य को नई दिशा देगा।



मिल जाती है, लेकिन वह उस चर्चा एवं घटनाक्रम का विश्लेषण उसका इतिहास एवं पृष्ठभूमि भी चाहती है।

सीधा प्रसारण से पत्रकारों का काम हुआ जटिल : डॉ. सुधांशु

कार्यशाला के समापन सत्र में डॉ. सुधांशु त्रिवेदी, सांसद, राज्यसभा ने व्यवहारिक पहलुओं पर केन्द्रित करते हुए संसदीय रिपोटिंग के संबंध में कहा, पहले छत्तीसगढ़ राज्य समस्याओं का गढ़ माना जाता था, लेकिन आज छत्तीसगढ़ ने विकास के नये सोपान तय कर लिये हैं। उन्होंने कहा, आज सदन की कार्यवाही का सीधा प्रसारण होने के कारण पत्रकारों का काम अत्यंत जटिल हो गया है। जनता को सदन की कार्यवाही के सीधे प्रसारण से सूचना और जानकारी तो मिल जाती है, लेकिन वह उस चर्चा एवं घटनाक्रम का विश्लेषण उसका इतिहास एवं पृष्ठभूमि भी चाहती है।

निष्पक्ष कदमरे जे लोकतंत्र होगा मजबूत : रमन

विधानसभा अध्यक्ष डॉ. रमन सिंह ने संसदीय पत्रकारिता की महत्ता बताते हुए कहा, छत्तीसगढ़ की 25 वर्षों की स्वर्णिम यात्रा में पत्रकारों का योगदान अगुलनीय रहा है। उन्होंने कहा, संसदीय पत्रकारिता अत्यंत संवेदनशील दायित्व है, जो सदन की गोपनीयता, अनुशासन और गरिमा को बनाए रखते हुए जनता तक सटीक एवं निष्पक्ष जानकारी पहुंचाने का कार्य करती है। डॉ. सिंह ने कहा कि पत्रकार जब पक्ष-विपक्ष से परे रहकर निष्पक्ष रूप से विधानसभा की कार्यवाही का अवलोकन करते हैं और उसे प्रस्तुत करते हैं, तब लोकतंत्र मजबूत होता है।

पेज 09 के शेष ...

पोल्दी गाड़ी का ...

तक थाने में किसी ने शिकायत दर्ज नहीं कराई है। पुलिस के मुताबिक सुबह 11 से 12 के बीच आरंग से रायपुर की तरफ आ रहे पोल्दी वाहन ने बाइक को पीछे से ठोकर मार दी। पोल्दी वाहन के टक्कर से बाइक सवार गिर गया और उसके सिर तथा शरीर के अन्य भागों में गंभीर चोट आई। पोल्दी वाहन के पलटने से जाली टूट गई और अंदर रखी ज्यादातर सुर्जिंग मर गई और सड़क के एक बड़े हिस्से में बिखर गई।

दस मिनट के ...

मुर्गी लूटने कूदते-फांदते पहुंचते दिखे। इस दौरान गंभीर रूप से घायल बाइक चालक लोगों से मदद की गुहार

कवि संजीव ठाकुर को आज मिलेगा वैश्विक साहित्य सम्मान

रायपुर। निर्दलीय पब्लिकेशन के 52वें स्थापना दिवस के अवसर पर भोपाल स्थित गांधी भवन में 6 जुलाई को वार्षिकोत्सव मनाया जाएगा। इस कार्यक्रम में ख्यातिप्राप्त साहित्यकार, कवि संजीव ठाकुर को बतौर विशेष अतिथि आमंत्रित किया है। कार्यक्रम के मुख्य अतिथि पूर्व आईएएस शरदचंद्र बेहारा, अध्यक्ष प्रख्यात रचनाकार, कवि राजेश जोशी होंगे। इस अवसर पर कवि संजीव ठाकुर को वैश्विक साहित्य सम्मान (अंतर्राष्ट्रीय रचनाकार सम्मान) से सम्मानित भी किया जाएगा। कवि संजीव ठाकुर के अलावा इस सम्मान को पाने वाली दो अप्रवासी शिक्षाविद, कवित्री मूलतः दिल्ली निवासी वर्तमान में न्यूजीलैंड शिक्षाविद डॉ. सुनीता शर्मा एवं सिंगापुर की कवियित्री अनुसुईया साहू होगी कार्यक्रम में देश के 17 राज्यों से आने वाले शिक्षाविद, साहित्यकार, कवियों को विभिन्न विधाओं में प्रशस्तिपत्र एवं मोगेटो प्रदान कर सम्मानित किया जाएगा।

गुड़ियारी स्कूल में मनाया प्रवेशोत्सव

रायपुर। स्वामी आत्मानंद शासकीय उत्कृष्ट विद्यालय तिलक नगर गुड़ियारी में शैक्षणिक सत्र 2025-26 के शाला प्रवेश उत्सव एवं नवोत्ता भोज कार्यक्रम का आयोजन किया गया। इस अवसर पर हिंदी एवं अंग्रेजी माध्यम के लगभग 800 विद्यार्थियों को स्नेह भोज कराकर विद्यालय परिवार में आत्मीयता का वातावरण निर्मित किया। विद्यार्थियों को निशुल्क पाठ्यपुस्तकों का वितरण भी किया गया। इसी दौरान प्राचार्य जॉली साहू ने जिले की प्रचीण सूची में आठवां स्थान प्राप्त करने वाली छात्रा दीपिका साहू को 5001 रुपए नकद राशि भेंट की।

लगाते रहा। लोग घायल की मदद करने की बजाय ज्यादा से ज्यादा मुर्गी लूटने व्यस्त दिखे। इसके साथ ही कुछ लोग इस नजारे को कैमरे में कैद करते दिखे।

14 किसानों के

में ही फसल लगी पाई गयी। शेष 94.27 हेक्टेयर में फसल ही नहीं मिली। इस जांच में इस क्षेत्र के कृषि विस्तार अधिकारी मिथिलेश कुमार साहू एवं विनय कुमार सिंह पर आरोप लगा है कि उनके द्वारा 50-50 हेक्टेयर में वना बीज के स्थान पर 6 प्रतिशत से भी कम बीज किसानों को बांटा गया है।

कार स्टंट, आधा

जुर्माना राशि वसूल की है। कार से स्टंट करने वाले सभी लड़के नाबालिग थे। ट्रैफिक पुलिस के अनुसार नाबालिग लड़के ने कार में स्टंट करते हुए एक कार में

लाल-नीली बत्ती तथा पदनाम पट्टिका का उपयोग कर रील बनाकर सोशल मीडिया में पोस्ट किया था। शेष अन्य पांच अलग-अलग कार में नाबालिग रूफटॉप एवं बोसट में बैठकर स्टंट करने के साथ मस्ती कर रहे थे। सोशल मीडिया में वीडियो वायरल होने के बाद एसएसपी डॉ. लाल उमेश सिंह ने गंभीरता से लेते हुए कार चालक तथा मालिकों की पहचान कर कारवाई करने के निर्देश दिए। इसके बाद ट्रैफिक पुलिस ने नंबर के आधार पर कार मालिकों की पहचान कर कारवाई की।

स्टंट में शामिल

0 कार एसपी 04सीक्यू 0270 चालक आरंजि खान छोटोपारा रायपुर 0 कार सीज 04 व्हायर 2145 चालक आरंजि दलदल सिवनी मोवा 0 कार डब्ल्यू 02 एच 7720 चालक केतन ऋषि देवेन्द्र नगर रायपुर

K'sagar's
श्रेयन्त आयुर्वेद व

पंचकर्मा चिकित्सालय

श्रेयन्त आयुर्वेद का वार्षिक उत्सव

रायपुर। निर्दलीय पब्लिकेशन के 52वें स्थापना दिवस के अवसर पर भोपाल स्थित गांधी भवन में 6 जुलाई को वार्षिकोत्सव मनाया जाएगा। इस कार्यक्रम में ख्यातिप्राप्त साहित्यकार, कवि संजीव ठाकुर को बतौर विशेष अतिथि आमंत्रित किया है। कार्यक्रम के मुख्य अतिथि पूर्व आईएएस शरदचंद्र बेहारा, अध्यक्ष प्रख्यात रचनाकार, कवि राजेश जोशी होंगे। इस अवसर पर कवि संजीव ठाकुर को वैश्विक साहित्य सम्मान (अंतर्राष्ट्रीय रचनाकार सम्मान) से सम्मानित भी किया जाएगा। कवि संजीव ठाकुर के अलावा इस सम्मान को पाने वाली दो अप्रवासी शिक्षाविद, कवित्री मूलतः दिल्ली निवासी वर्तमान में न्यूजीलैंड शिक्षाविद डॉ. सुनीता शर्मा एवं सिंगापुर की कवियित्री अनुसुईया साहू होगी कार्यक्रम में देश के 17 राज्यों से आने वाले शिक्षाविद, साहित्यकार, कवियों को विभिन्न विधाओं में प्रशस्तिपत्र एवं मोगेटो प्रदान कर सम्मानित किया जाएगा।

एक और वर्ष स्वास्थ्य की ओर — अब आपकी बारी है!

स्वास्थ्य और संतुलन की ओर एक कदम...

“Rejuvenation Package”

विशेष वार्षिक मूल्य पर उपलब्ध!

CELEBRATION OUR CAMP

• 7 जुलाई को निःशुल्क परामर्श

• 7 से 14 जुलाई तक विशेष ऑफर

• बस्ती थेरेपी पर 20% की छूट!

Dr. Pallavi Kshirsagar

अधिक जानकारी के लिए संपर्क करें :-

B-22, पद्मनाभ मंदिर के पीछे, गायत्री नगर शंकर नगर, रायपुर छ.ग.

91119-12122, 91119-22122



बृजमोहन, महापौर ने बच्चों के साथ किया पौधारोपण
रायपुर। रायपुर शहर को स्वच्छ सुंदर और हरा-भरा बनाने एक पेड़ मां के नाम महाअभियान की राजधानी में शनिवार को शुरुआत हुई। रायपुर लोकसभा सांसद बृजमोहन अग्रवाल, महापौर मीनल चौबे ने चंगोराभाठा स्कूल के बच्चों सहित शीशम, मौलश्री, गुलमोहर, कचनार के पौधों का रोपण किया। डॉक्टर खबूचंद बघेल उद्यान को हरा-भरा बनाने के इस महाअभियान में रायपुर दक्षिण विधायक सुनील सोनी, सभापति सूर्यकांत राठौर सहित पार्षदों की सहभागिता रही। नगर निगम के पर्यावरण एवं उद्यानिकी विभाग और जोन 5 के संयुक्त आयोजन में चंगोराभाठा के सांस्कृतिक भवन परिसर में एक पेड़ मां के नाम महाअभियान की शुरुआत की गयी।

सीडब्ल्यूसी सदस्य सप्पल आज आएंगे
रायपुर। कांग्रेस वॉकिंग कमेटी के स्थायी आमंत्रित सदस्य, प्रशासन इंचार्ज एआईसीसी और कांग्रेस अध्यक्ष मल्लिकार्जुन खड़गे के कार्यालय समन्वयक गुरदीप सिंह सप्पल रविवार को 1.55 बजे चेन्नई से रवाना होकर 3.45 बजे रायपुर पहुंचेंगे। वे यहां पर श्री खड़गे की सभा के संबंध में जानकारी लेंगे। रायपुर में रात्रि विश्राम के बाद दूसरे दिन सोमवार को साइंस कॉलेज की सभा में शामिल होंगे। यहां राजीव भवन में होने वाली बैठक में भी मौजूद रहेंगे।

अवैध पाटों को निगम अमले ने किया ध्वस्त
रायपुर। निगम आयुक्त विश्वदीप के निर्देश पर स्वास्थ्य विभाग और जोन-4 की टीम ने होटल लाइंस वार्ड में नेताजी होटल चौक के पास बड़ी नाली के ऊपर कब्जा जमाकर बनाए गए 12 अवैध पाटों को तोड़कर सफाई कराई।

सरकारी दफ्तरों में बीएसएनएल हो अनिवार्य : सांसद बृजमोहन

रायपुर। रायपुर में बीएसएनएल द्वारा दूरसंचार सलाहकार समिति की बैठक में बृजमोहन अग्रवाल ने कहा, सभी सरकारी दफ्तरों में बीएसएनएल को अनिवार्य करना चाहिए। बैठक के दौरान बीएसएनएल द्वारा उपभोक्ताओं को दी जा रही वर्तमान सेवाओं, भविष्य की योजनाओं और नेटवर्क विस्तार पर विस्तार से चर्चा की गई। श्री अग्रवाल ने बीएसएनएल अधिकारियों को निर्देश दिए कि वे

बिजनेस साइट

रायपुर में ‘ऑर्थोप्लास्टी कॉन्फ्रेंस’ का मध्य आयोजन आज, 150 से अधिक विशेषज्ञ लेंगे हिस्सा

रायपुर। उन्नीसगढ़ ऑर्थोप्लास्टी एसोसिएशन, रायपुर ऑर्थोपेडिक सोसायटी एवं इंडियन ऑर्थोप्लास्टी एसोसिएशन के संयुक्त तत्वावधान में रविवार को होटल हयात में ‘रायपुर ऑर्थोप्लास्टी कॉन्फ्रेंस’ का आयोजन किया जा रहा है। इस राष्ट्रीय स्तर के कार्यक्रम में देशभर से 150 से अधिक ऑर्थोपेडिक विशेषज्ञों के शामिल होने की संभावना है। श्री नारायण हॉस्पिटल के वरिष्ठ ऑर्थोपेडिक सर्जन डॉ. सुनील खेमका ने जानकारी देते हुए बताया कि सम्मेलन में जटिल चिकित्सा विषयों पर विस्तृत चर्चा और प्रस्तुति दी जाएगी। इसके अतिरिक्त श्री नारायण हॉस्पिटल के रोबोटिक ज्वाइंट भी रिप्लेसमेंट सर्जन डॉ. प्रीतम अग्रवाल एवं डॉ. प्रदीप पटेल लाइव रोबोटिक पांशियल नौ रिप्लेसमेंट सर्जरी का प्रदर्शन करेंगे, जो सम्मेलन का मुख्य आकर्षण होगा।

महाराजा अग्रसेन इंटरनेशनल कॉलेज ने मनाया अपना 19वां स्थापना दिवस

रायपुर। महाराजा अग्रसेन इंटरनेशनल कॉलेज, रायपुर ने अपनी स्थापना के 19 गौरवपूर्ण वर्षों को बड़े ही धूमधाम और उत्साह के साथ मनाया। इस अवसर पर महाविद्यालय परिसर में भव्य समारोह का आयोजन किया गया, जिसमें शिक्षा, संस्कृति और सामाजिक मूल्यों के क्षेत्र में संस्थान की निरंतर प्रगति को रेखांकित किया गया। इस अवसर पर कॉलेज के ट्रस्टी, आभूति अग्रिथि, शिक्षक, छात्र-छात्राएं एवं समस्त स्टाफ सदस्य उपस्थित रहे। कॉलेज के ट्रस्टी नवल किशोर अग्रवाल ने सभी प्राध्यापकों की सराहना की। वहीं राजेंद्र अग्रवाल ने कॉलेज के 19 वर्षों के उज्ज्वल सफर को गौरव का विषय बताया।

कल्याण पब्लिक स्कूल में आर्थिक रूप से कमजोर बच्चों को दिए गए स्कूल शूज

रायपुर। शंकर नगर स्थित कल्याण पब्लिक हायर सेकेंडरी स्कूल ने अध्ययनरत आर्थिक रूप से कमजोर 50 विद्यार्थियों को मुफ्त स्कूल शूज प्रदान किए गए। इस कार्यक्रम का उद्देश्य था कि ऐसे

महिलाओं में कैंसर जागरूकता को लेकर संजीवनी और पाटीदार समाज की सराहनीय पहल

रायपुर। संजीवनी कैंसर केयर फाउंडेशन और पाटीदार समाज रायपुर के संयुक्त तत्वाधान में पाटीदार भवन, रायपुर में एक भव्य कैंसर जागरूकता मेगा शिविर का आयोजन किया गया। इस शिविर में 600 से अधिक महिलाओं ने भाग लेकर स्वास्थ्य और जीवनशैली से जुड़ी अहम जानकारी प्राप्त की। कार्यक्रम में विशेष रूप से उन्नीसगढ़ की वरिष्ठतम कैंसर सर्जन और एकमात्र प्रशिक्षित ऑनकोप्लास्टिक बेस्ट कैंसर सर्जन डॉ. भी रांथ

हरिभूमि न्यूज ►► रायपुर

सखियों पर महंगाई की जमकर बारिश हो रही है। सबसे महंगी सब्जी बारिश के मौसम में आने वाला पुटू है। इसके दाम थोक में 13 सौ रुपए किलो और विल्हर में चार सौ रुपए पाव के हिसाब से 16 सौ रुपए किलो है। सेमी जैसी सब्जी विल्हर में दो सौ रुपए किलो बिक रही है। थोक में इसके दाम 150 रुपए हैं। मिंडी, करेला, गंवार फल्ली सहित कई सब्जियों के दाम सौ रुपए किलो हैं। टमाटर भी अब भाव खाने लगा है। इसके दाम भी 50 रुपए के पार हो गए हैं। ज्यादातर सब्जियों के दाम 50 रुपए के पार हैं। सज्जन सब्जी की श्रेणी में आने वाला कढ़ू विल्हर में 30



सबसे महंगा पुटू

बारिश के मौसम में आने वाले जंगली मशरूम पुटू के दाम इस समय थोक में 13 सौ रुपए किलो हैं। यह राजधानी रायपुर के साथ ही प्रदेश भर के बाजारों में 400 रुपए पाव के हिसाब से बिक रहा है। इसकी बारिश के मौसम में बहुत ज्यादा मांग रहती है। रायपुर में यह सभी सब्जी मंडियों के साथ महंगा होने के बाद भी सड़क के किनारे भी बिक रहा है।

50 से कम वाली सब्जी
 50 रुपए से कम वाली सब्जियों में सज्जन सब्जी कढ़ू है। इसके दाम हमेशा 20 रुपए रहते हैं, लेकिन यह इस समय 30 रुपए किलो में बिक रहा है। थोक में इसके दाम 15 रुपए हैं। इसके अलावा लौकी 40 रुपए, पता गोभी 40 रुपए, बैंगन 40 रुपए किलो हैं। अन्य सब्जियों के दाम 50 रुपए से ज्यादा हैं। इसमें कोंठआ के दाम 60 रुपए, फुल गोभी 80 रुपए, परवल 80 रुपए किलो हैं।

खड़गे की सभा कल, बारिश से बचने तीन वाटर प्रूफ डोम

हरिभूमि न्यूज ►►रायपुर

साइंस कॉलेज मैदान पर सोमवार को कांग्रेस के राष्ट्रीय अध्यक्ष मल्लिकार्जुन खड़गे की सभा को लेकर तैयारी पूरी हो चुकी है। यहां पर दोपहर 1 बजे होने वाली सभा में पहुंचने वालों के लिए बारिश से बचने तीन वाटर प्रूफ डोम तैयार किए गए हैं। कांग्रेस का दावा है कि करीब 25 हजार लोगों के सभा में बैठने की व्यवस्था है। तैयारियों का जायजा लेकर इसे अंतिम रूप दिया जा चुका है। बताया गया है कि मल्लिकार्जुन खड़गे सुबह 11.30 बजे दिल्ली से रायपुर पहुंचेंगे। एयरपोर्ट से सीधे

एक भारत-श्रेष्ठ भारत देश में एकता को मजबूत करने का प्रयोग : अजय जामवाल

हरिभूमि न्यूज ►►रायपुर

एक भारत श्रेष्ठ भारत कार्यशाला में भारतीय जनता पार्टी के क्षेत्रीय संगठन महामंत्री अजय जामवाल ने कहा, एक भारत-श्रेष्ठ भारत यह देश में एकता के भाव और सुदृढ़ करने के लिए पहला प्रयोग है, जिसकी संकल्पना प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने दी। आज देश और प्रदेश में भाजपा के अनुकूल वातावरण है, अतः हम इस संकल्पना को साकार करने में कोई कसर न छोड़ें। श्री जामवाल ने कहा, केंद्र सरकार की जनकल्याणकारी योजनाओं, नीतियों व कार्यक्रमों ने भाजपा के प्रति जन-विश्वास पैदा किया है, यह अनुकूलता निर्मित हुई है। इसके लिए भाजपा पदाधिकारियों, कार्यकर्ताओं व जनप्रतिनिधियों को और मेहनत करने की आवश्यकता है, ताकि यह देश

सतबहनिया तालाब की सफाई देखी कुंड बनाकर जाली लगाने दिए निर्देश



हरिभूमि न्यूज ►►रायपुर

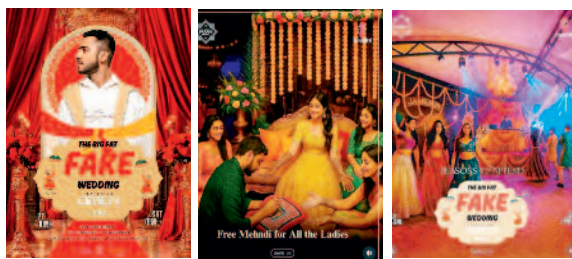
राजाधानी के कटोरातालाब क्षेत्र स्थित सतबहनिया तालाब में चल रही सफाई व्यवस्था का एमआईसी सदस्य अमर गिदवानी ने निरीक्षण किया। इस दौरान उन्होंने निगम के अधिकारियों को तालाब किनारे कुंड बनाकर जाली लगाने निर्देश दिये। श्री गिदवानी ने कहा कि तालाब की सफाई के बाद भी कुछ लोग तालाब में कचरा डालकर उसे दूषित करते हैं। जन सुविधा की दृष्टि पूजन, हवन नीलमत्त दर कर कटौती, भारतीय रिजर्व बैंक द्वारा

हिंदू संगठन की आपति के बाद पुलिस ने क्लब संचालक सहित अन्य के खिलाफ दर्ज की एफआईआर

हरिभूमि न्यूज ►►रायपुर

विधानसभा थाना क्षेत्र स्थित आमसिवनी में संचालित सिमर्स क्लब में दो जुलाई को आयोजित फेक वेंडिंग को लेकर हिंदू संगठन से जुड़े लोगों ने हिंदू धर्म को आहत पहुंचाने का आरोप लगाते हुए क्लब संचालक तथा अन्य के खिलाफ एफआईआर दर्ज कराई है। हिंदू संगठनों की शिकायत पर पुलिस ने क्लब संचालक तथा अन्य के खिलाफ बीएनएस की धारा 299, 3 (5) के तहत अपराध दर्ज किया है। विधानसभा सांसदपी वीरेंद्र चतुर्वेदी के अनुसार फेक वेंडिंग आयोजन करने के आरोप में क्लब मालिक बिनित मोटवानी उर्फ भोक्रू, संचालक अनश एवं अन्य प्रबंधनकर्ताओं के खिलाफ अपराध

सिमर्स क्लब में फेक वेंडिंग, अश्लीलता फैलाने के आरोप में अपराध दर्ज



सिमर्स क्लब द्वारा दो जुलाई को फेक वेंडिंग नाम से एक आयोजन किया गया, जिसमें हिन्दू रीति रिवाज से होने वाले विवाह को आपत्तिजनक तरीके से प्रस्तुत किया गया। क्लब के मालिक,

दर्ज किया गया है। एफआईआर के मुताबिक विजेन्द्र कुमार वर्मा द्वारा थाने आकर लिखित शिकायत की गई कि

सिमर्स क्लब द्वारा दो जुलाई को फेक वेंडिंग नाम से एक आयोजन किया गया, जिसमें हिन्दू रीति रिवाज से होने वाले विवाह को आपत्तिजनक तरीके से प्रस्तुत किया गया। क्लब के मालिक,

रुपए किलो बिक रहा है। इसके दाम कमी 20 रुपए से ज्यादा नहीं रहते। लौकी के दाम भी 40 रुपए किलो हो गए हैं। बारिश के समय में हमेशा सब्जियों के दाम आसमान पर चले जाते हैं। राजधानी रायपुर में इस समय सब्जियों के दाम लगातार बढ़ रहे हैं। जो मिंडी एक सप्ताह पहले थोक में 20 से 25 और विल्हर में 40 रुपए किलो बिक रही थी, वह अब थोक में 50 से 60 और विल्हर में 25 रुपए पाव हो गई है। इसी तरह से गंवार फल्ली जैसी सब्जी के दाम विल्हर में 25 से 30 रुपए पाव हैं। करेला भी 25 से 30 रुपए पाव बिक रहा है। मुनगा 30 से 40 रुपए पाव यानी 120 से 160 रुपए किलो में बिक रहा है। देस के दाम वैसे भी ज्यादा रहते हैं। इस समय देस थोक में 60 से 80 रुपए और विल्हर में 30 रुपए पाव यानी 120 रुपए किलो में बिक रहा है। धनिया थोक बाजार में तो 50 से 60 रुपए किलो है, पर विल्हर में यह 30 रुपए पाव से कम नहीं मिल रहा है।

सुबह 11.30 बजे पहुंचेंगे, 6 घंटे के दौरान में सगठन की लेंगे बैठक

होटल मेरिएट पहुंचेंगे। वहां थोड़ी देर रुकने के बाद दोपहर 1 बजे सभा स्थल पहुंच कर किसान, जवान और सविधान रैली को संबोधित करेंगे। खड़गे के अलावा कांग्रेस महासचिव केसी वेणुगोपाल, प्रदेश प्रमारी सचिन पायलट और प्रदेश कांग्रेस कमेटी के वरिष्ठ नेता भी सभा में मौजूद रहेंगे।

किस सब्जी के कितने दाम

पुटू 1600 रुपए किलो
 मिंडी 100 से 120 रुपए किलो
 मुनगा 120 से 160 रुपए किलो
 देस 120 रुपए किलो
 धनिया 120 रुपए किलो
 हरी मिर्च 100 से 120 रुपए किलो
 करेला 100 से 120 रुपए किलो
 गंवार फल्ली 100 से 120 रुपए किलो

सब्जियों के दाम आसमान पर

टमाटर के साथ सभी सब्जियों के दाम आसमान पर चले गए हैं। पुटू आया है, इसका दाम थोक में इस समय 13 सौ रुपए किलो है।

- टी .श्रीनिवास रेड्डी
 अध्यक्ष
 डूमरतराई थोक सब्जी बाजार

दो बैठक लेंगे

6 घंटे के अपने उन्नीसगढ़ दौर के दौरान सभा के बाद दोपहर 4 बजे प्रदेश पोलिटिकल अफेयर कमेटी की बैठक लेंगे। कांग्रेस के वरिष्ठ नेताओं के साथ पार्टी में समन्वय बनाने सहित अन्य मुद्दों पर बात होगी। संगठन की मजबूती के लिए आने वाले समय में किस तरह की रणनीति हो, इस पर चर्चा की जाएगी। 5 बजे प्रदेश कार्यकारिणी की विस्तारित बैठक लेंगे। बैठक में कांग्रेस के आगामी कार्यक्रमों की रणनीति के संबंध में जानकारी लेंगे। बैठक के बाद 6 बजे शाम को दिल्ली रवाना हो जाएंगे।

जंगल कटाई पर आम आदमी पार्टी ने जताई आपत्ति

रायपुर। आम आदमी पार्टी के प्रदेश अध्यक्ष गोपाल साहू ने रायगढ़ के तमनार में हो रही जंगल कटाई पर विरोध जताया है। उन्होंने कहा कि हसदेव अरण्य में जंगल की कटाई पर वहां के आदिवासियों ने भारी विरोध जताया था, लेकिन पूर्व की सरकार ने उनकी बात नहीं सुनी और जब हजारों आदिवासी राजधानी रायपुर में अपनी बात रखने के लिए नेताओं से मिलना चाहते थे तो उनसे मिलना भी उचित नहीं समझा था। इसलिए ऐसे नेताओं को जंगल कटाई का विरोध करने का नैतिक अधिकार नहीं है।



ट्रेड यूनियनों का संयुक्त मंच निकालेगा बाइक रैली, नौ को करेंगे हड़ताल

हरिभूमि न्यूज ►►रायपुर

केन्द्र की भाजपा सरकार ने कोरोना के समय मजदूरों के 44 श्रम कानूनों में से 29 को खत्म करते हुए चार नए लेबर कानू बनाए। नए श्रम संहिताओं के लागू होने से मजदूरों ने अपने संघर्षों और बलिदानों से जो श्रम कानून हासिल किया था, उसे खत्म किया। यूनियन बनाना, पंजीयन करवाना असंभव है। अगर यूनियन बन गया तो उसे खत्म किया जा सकता है। धरना, प्रदर्शन और हड़ताल पर भारतीय न्याय संहिता की धारा 111 के तहत जेल और

जुर्मने का प्रावधान है। इसके विरोध में 8 जुलाई को बाइक रैली कैंडल मार्च और मणाल जुलूस के बाद नौ जुलाई को हड़ताल की जाएगी। मोतीबाग स्थित प्रेस क्लब में पत्रकार वार्ता के दौरान कर्मचारी नेता धर्मराज महापात्र, हरिनाथ सिंह, संजय सिंह सहित सभी ट्रेड यूनियन के महासचिव, अध्यक्ष ने हड़ताल के संबंध में जानकारी दी। उन्होंने बताया कि स्थाई रोजगार की जगह केन्द्र सरकार निश्चित अवाधि, प्रशिक्षु, आउटसोर्स, और हर काम को ठेकेदारी से जोड़ने का नया फरमान ले आई है। स्थाई नौकरी ना

होने पर मजदूर अपने अधिकार के लिए लामबंद नहीं हो सकेंगे और वेस्ट्यूट व अन्य लाभों से वंचित हो जाएंगे। बिन नोटिस मजदूरों को काम से निकाला जा सकता है। कारखाने में 40 से कम मजदूर होने पर न्यूनतम वेतन, ई.पी.एफ और अन्य श्रम कानून लागू नहीं होंगे। महिलाओं को कारखानों में रात की पाली में काम करने की अनुमति होगी,जो पहले नहीं था। काम करने की समय अवधि को 8 से बढ़ाकर 12 घंटे कर दिया। तमाम मुद्दों को लेकर ट्रेड यूनियन ने विरोध करने सड़क पर उतरने का निर्णय लिया है।

कांति पटेल बने युवा कैट के प्रदेश अध्यक्ष, रतनदीप महामंत्री, भरतमूषण कोषाध्यक्ष

हरिभूमि न्यूज ►►रायपुर

कंफेडरेशन ऑफ ऑल इंडिया ट्रेडर्स के राजधानी स्थित प्रदेश कार्यालय में शनिवार को बैठक आयोजित की गयी। इस महत्वपूर्ण बैठक में आगामी दो वर्षों के लिए प्रदेश युवा

कैट का गठन किया गया। इसमें कांति पटेल युवा कैट के प्रदेश अध्यक्ष, रतनदीप सिंह महामंत्री और भरतमूषण गुप्ता कोषाध्यक्ष बनाये गये। कैट के राष्ट्रीय वाइस चेयरमैन अमर पारवानी, प्रदेश अध्यक्ष परमानंद जैन ने बताया कि

प्रदेश भर में युवा कैट टीम का विस्तार किया जायेगा। कैट की राष्ट्रीय कार्यकारिणी की ओर से अमर पारवानी राष्ट्रीय वाइस चेयरमैन एवं सदस्य-राष्ट्रीय व्यापारी कल्याण बोर्ड को नई प्रदेश युवा कैट गठन के लिए अधिकृत किया गया था। शनिवार को श्री पारवानी के मार्गदर्शन में बैठक शुरू



हुई, जिसमें कैट के प्रदेश अध्यक्ष परमानंद जैन ने कांति पटेल के नाम का प्रस्ताव प्रदेश अध्यक्ष युवा कैट पद के लिए प्रस्तुत किया। बैठक में उपस्थित समस्त सदस्यों ने इस प्रस्ताव का सर्वसम्मति से समर्थन करते हुए कांति पटेल को युवा कैट का प्रदेश अध्यक्ष निर्वाचित किया। यह निर्वाचन कैट के राष्ट्रीय अध्यक्ष बी.सी. भरतिया एवं राष्ट्रीय महामंत्री एवं सांसद वांदनी चौक, नई दिल्ली प्रदीप खण्डेलवाल की अनुशंसा पर किया गया। प्रदेश अध्यक्ष परमानंद जैन ने बैठक में शामिल सदस्यों का अभिनंदन करते हुए स्वागत किया और नवगठित टीम को शुभकामनाएं दीं।

online Booking-www.tripuryatra.com

सुविधा ज्यादा,सबसे कम राशि पर

Departure EX-Kathmandu (13 दिन)

EX-नेपाल गॅज हेलिकॉप्टर (9 दिन) 2,60000/-

कैलाश मानसरोवर यात्रा

25 जुलाई, 14 अगस्त, 23 सितंबर 2025 (12 रात 13 दिन)

सुविधा- 3 उत्तर बेटेल, दूर गाईड, बस, फुड (ब्रेकफास्ट एंड डिनर), काठमांडू (प्रापुतिनाथ) नोट- काठमांडू तक की फ्लाईट टिकट या ट्रेन टिकट का चार्ज एक्सट्रा रहेगा।

राशि:- (13 दिन) 2,10000/- (+5% GST)

श्री त्रिपुर तीर्थ यात्रा सेवा समिति

संपर्क करें:- 7354-411411

लाइव इवेंट

वाद्ययंत्रों पर संगत से सजा मंच
युवाओं ने गीतों से बांधा समा



रायपुर। आधुनिक दौर में जब सामाजिक ताने-बाने में दूरियां बढ़ रही हैं। ऐसे में मां आर्नदिनी फाउंडेशन ने परिवार सेवा, सांस्कृतिक मूल्यों और सामूहिक सहयोग को बढ़ाते हुए एक सराहनीय पहल की। वृंदावन हॉल में फाउंडेशन के तत्वावधान में एक संगीतमय शाम का आयोजन किया गया। इसका उद्देश्य संगीत के जरिए समाज में सेवा, एकता और पारिवारिक मूल्यों का संदेश पहुंचाना था। इस प्रोग्राम की शुरुआत पारंपरिक तरीके से की गई। मंच संचालन करते हुए श्वेता चौरा मां आर्नदिनी के सितारों से गीतों की माला अर्पण करवाती रहीं। इस दौरान अवतार सिंह धंधल ने हारमोनियम, तबले पर गौरव विश्वास, ऐश्वर्या मिश्रा ने मधुबन खुशबू देता है, सामरा सावन देना है..., लता सिंह ने ए दिल मुझे बता दे..., साक्षी बजाज ने किस्मिलिए मैंने प्यार किया..., जैसे गीतों की सुमधुर प्रस्तुति से संगीत की महफिल सजाई।

श्रोताओं के बीच सजाई गीतों की श्रृंखला

श्रोताओं के बीच गीतों की श्रृंखला सजाने के लिए आई काजल अग्रवाल ने होशवालों को खबर क्या..., मंजु शर्मा ने, आइए मेहरबां बैठिए जाने जां..., शिखा गोलछ ने, पत्थर के सनम..., दीया मूलवंदानी ने, रहें जा रहें हम..., गीत को अपनी शानदार गायकी से यादगार बनाने में कोई कसर नहीं छोड़ी। मीनाक्षी केशरवाणी ने, चलो सजना... जहां तक घटा चले..., मोहिनी मालावार ने, बड़ा नटखट है रे कृष्ण कन्हैया..., आसिया सोनु ने, कौन दिसा मे लेके चला..., चांदी सा चमकता..., गीत गाता चला..., चांद जैसे मुखड़े पे..., गीत से अपनी गायकी का जलवा बिखेरा। गीतों की इस महफिल के बीच सामाजिक समरसता बढ़ाने और पारिवारिक ताने-बाने के बीच रिश्तों की डोर को मजबूत करने के लिए लोगों को प्रेरित किया गया।

सिटी इवेंट

रैमप पर चमके खुद के डिजाइन किए परिधान, फैशन शो में दिखाया आत्मविश्वास



रायपुर। आंजनेय विश्वविद्यालय के डिजाइन विभाग द्वारा इन-हाउस फैशन शो व मॉडल मेकिंग वर्कशॉप का आयोजन किया गया, जिसमें विद्यार्थियों को रचनात्मकता और व्यावसायिकता के अनूठे संयोग का अनुभव कराया गया। कार्यशाला का मुख्य उद्देश्य छात्रों को फैशन इंडस्ट्री की वास्तविकताओं से परिचित करना और उनके भीतर छिपी प्रतिभा को मंच प्रदान करना था। छात्रों ने स्वयं डिजाइन किए गए

परिधानों को रैमप पर प्रस्तुत किया और फैशन शो के माध्यम से आत्मविश्वास, अभिव्यक्ति और प्रस्तुतिकरण कौशल का प्रदर्शन किया। मॉडल मेकिंग गतिविधियों में विद्यार्थियों को स्टाइलिंग, पोजिंग और रन-वे प्रेजेंट्स पर व्यावहारिक प्रशिक्षण मिला। इस अवसर पर फैशन एवं इंटीरियर क्षेत्र के विशेषज्ञों ने छात्रों के कार्यों की सराहना की और उन्हें मूल्यवान सुझाव भी प्रदान किए।

डिजिटल दौर में मातृत्व पर फोकस, बच्चों माताओं ने मिलकर रचाए यादगार पल



रायपुर। सरोना के कृष्णा पब्लिक स्कूल में नर्सरी से लेकर कक्षा तीसरी तक के विद्यार्थियों ने मदर्स डे सेलिब्रेशन का आयोजन किया। यह कार्यक्रम माताओं के अटूट प्रेम और शक्ति को समर्पित था। इस समारोह का मुख्य आकर्षण प्रसिद्ध मनोवैज्ञानिक भूमिका गिजारे की उपस्थिति थी। उन्होंने माइंडफुल मदरहुड : नर्वरिज बॉन्ड्स इन ए डिजिटल वर्ल्ड विषय पर एक ज्ञानवर्धक सत्र आयोजित किया, जिसकी सभी उपस्थित लोगों ने सराहना की। यह कार्यक्रम मस्ती और भावनाओं से भरा हुआ था, क्योंकि माताओं ने अपने बच्चों के साथ खुबसूरत बंधन का जश्न मनाते हुए खेलों, नृत्य सत्रों और इंटरैक्टिव गतिविधियों में सक्रिय रूप से भाग लिया। नृत्य, गीतों और प्रिंसिपल डॉ. अर्चना मिश्रा के एक मार्मिक भाषण सहित विभिन्न छात्र प्रदर्शनों से मंच जीवंत हो उठा, जिसमें बच्चों के जीवन में मां की भूमिका के महत्व पर प्रकाश डाला गया।

सालभर में हार्ड अटैक के मरीजों की संख्या ढाई हजार के अधिक, जिला अस्पताल में रोजाना 7-8 मरीजों का इलाज

स्वस्थ दिखने पर भी 40 के बाद हर साल जरूरी है हार्ट चेकअप, सिर-पैर, सीने का दर्द हो सकता है अटैक का संकेत

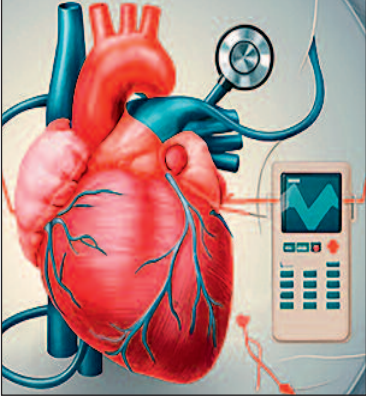
बदलती जीवनशैली, खानपान में असंतुलन और स्वास्थ्य के प्रति लापरवाही के चलते दिल की बीमारियों का खतरा अब युवाओं पर भी मंडराने लगा है। आमतौर पर प्रत्यक्ष रूप से दिखने वाला स्वस्थ शरीर अंदर से बीमार होता है, ऐसे में सिरदर्द, पैरों में सूजन, सीने में दर्द, घबराहट जैसे समस्या हार्ट अटैक का सिग्नल हो सकता है। जहां पहले हार्ट अटैक जैसी गंभीर समस्या आमतौर पर 60 वर्ष की उम्र के बाद देखी जाती थी, अब यह खतरा 40 की उम्र से पहले ही दस्तक देने लगा है।

रायपुर। हृदयरोग विशेषज्ञों का कहना है कि आज की भागदौड़ भरी जिंदगी, तनाव, जंक फूड का अधिक सेवन और शारीरिक गतिविधियों की कमी इसके प्रमुख कारण हैं। चिकित्सकों के अनुसार, गंभीर बीमारी से पहले शरीर व्यक्ति को संकेत देता है, जिसे नजरअंदाज करना घातक हो सकता है। शरीर में किसी प्रकार का बदलाव महसूस होने पर चिकित्सकों से सलाह जरूर लें, यह आपके जीवन को लंबे समय तक बेहतर बनाने में मददगार साबित होगा। सिरदर्द, अचानक जबड़े में दर्द, सीने में दर्द, पैरों में सूजन जैसे संकेत हृदय रोग का संकेत है। व्यक्ति को हार्ट अटैक से बचने के लिए फिजिकल एक्टिविटी से जुड़े रहना चाहिए।



2 से 4 साल में हार्ट अटैक के मरीज बढ़े

गंभीर बीमारी से पहले शरीर व्यक्ति को संकेत देता है, ऐसे में हार्ट अटैक से पहले चलने में दिक्कत, सांस लेने में तकलीफ, पैरों में सूजन, जबड़े में दर्द, शोल्डर में दर्द होने पर तुरंत चिकित्सकों से संपर्क करें। यह संकेत हृदय रोग से संबंधित है। रामकृष्ण केयर अस्पताल से विशेषज्ञ डॉ. जावेद अली खान ने बताया कि व्यक्ति की बदलती दिनचर्या और वातावरण में हानिकारक तत्वों का मौजूद होना कुछ इसका कारण हो सकता है। बीते 2-4 साल से कैसर और हार्ट अटैक के मरीजों की संख्या लगातार बढ़ती नजर आ रही है। अपने स्वास्थ्य को बेहतर बनाने के लिए मोटापा कम करें, बीपी-शुगर को संतुलन में रखें, शारीरिक गतिविधियों को जीवनशैली में शामिल करें।



हार्ट अटैक की बड़ी वजह धूम्रपान

देश का भविष्य कहे जाने वाला युवावर्ग धूम्रपान के शिकार होता जा रहा है, जिससे 18 साल की कम उम्र से ही हार्ट अटैक की समस्या देखने को मिल रही है। सुयश हॉस्पिटल से विशेषज्ञ डॉ. गौरव त्रिपाठी के अनुसार, धूम्रपान का प्रचलन, बीपी-शुगर का बढ़ना, फिजिकल एक्टिविटी का कम होना और लाइफस्टाइल में बदलाव इसकी सबसे बड़ी समस्या है। हार्ट अटैक से पहले सीने में दर्द, घबराहट, पसीना आना इसका संकेत है। अस्पताल के आंकड़ों के अनुसार, एक साल में एक हजार तक मरीज हार्ट अटैक के शिकार हो रहे। वहीं दुनियाभर में 20-30 करोड़ व्यक्ति बीपी, शुगर से पीड़ित हैं।

शुगर 140 और बीपी 90-140 से ज्यादा हो तो डॉक्टर की सलाह जरूरी

समय-समय पर महिलाओं में हार्मोन बदलता रहता है, जिसके कारण महिलाओं में हार्ट अटैक की समस्या कम देखने को मिलती है। दूसरी ओर पुरुषों में प्राकृतिक संरचना के कारण यह संभावना बढ़ जाती है। आंबेडकर अस्पताल से विशेषज्ञ डॉ. स्मित श्रीवास्तव ने बताया कि महिलाओं में जहां 64 वर्ष के बाद हार्ट अटैक की समस्या होती है, वहीं पुरुषों में 46 से शुरू हो जाती है। आमतौर पर 64 की उम्र के बाद पुरुषों में यह समस्या कम होने लगती है। लोगों में धूम्रपान, तनाव, बीपी-शुगर के कारण यह आंकड़ा बढ़ता जा रहा। यदि शुगर 140 से अधिक और बीपी 90-140 से ज्यादा हो तो तुरंत चिकित्सकों की सलाह लें। औसतन प्रतिदिन 5-8 हार्ट अटैक के मरीज अस्पताल में पहुंच रहे हैं। इससे बचने के लिए 35-40 उम्र के बाद हर 2 साल में हृदय संबंधित जांच जरूर कराएं।

प्रदर्शनी में दिखा भगवान का रौद्र रूप कृतियों में भक्ति-संस्कृति का संगम



रायपुर। संस्कृति विभाग की कला वीथिका में शनिवार से दो दिवसीय भगवान जगन्नाथ पर केंद्रित चित्रकला प्रदर्शनी की शुरुआत हुई। इस प्रदर्शनी में विभिन्न कलाकारों द्वारा बनाई गई 50 से अधिक कलाकृतियां प्रदर्शित की गईं। इनमें भगवान जगन्नाथ के शांत और अहिंसक स्वरूप को दर्शकों ने खासतौर पर पसंद किया। पहले दिन बड़ी संख्या में लोग प्रदर्शनी का अवलोकन करने पहुंचे। भगवान की बड़ी आंखें, सौम्य मुस्कान और उनके चारों ओर उड़ते सफेद कबूतरों के माध्यम से कलाकारों ने शांति और मां संदेश देने का प्रयास किया है। कलाकारों के अनुसार, प्रत्येक चित्र में कोई न कोई संदेश छिपा है।



चित्रों में सजीव हुआ भगवान का रूप

प्रदर्शनी में भगवान के रौद्र रूप ने लोगों का ध्यान आकर्षित किया। कई दर्शकों ने पहली बार चित्रों के माध्यम से भगवान का यह अलौकिक स्वरूप देखा। पारंपरिक ढोलक वादन के साथ प्रदर्शित रौद्र रूप ने धार्मिक आस्था और सांस्कृतिक जीवंतता को और भी प्रभावशाली बना दिया। साथ ही भगवान जगन्नाथ के भाई-बहन के प्रेम को भी खूबसूरती से चित्रों में उकेरा गया है। कलाकार प्रवीण शर्मा ने बताया कि भगवान जगन्नाथ उनकी प्रेरणा हैं और इस प्रदर्शनी के जरिए उन्होंने भगवान के विविध स्वरूपों और उनके संदेशों को रचनात्मक अंदाज में लोगों तक पहुंचाने का प्रयास किया है।

जरूरतमंदों की मदद के लिए किया रक्तदान, स्वास्थ्य जांच भी



रायपुर। बेहतर भारत फाउंडेशन व मां एनजीओ की ओर से शनिवार को मैग्नेटो मॉल में रक्तदान व निशुल्क स्वास्थ्य जांच शिविर का आयोजन किया गया। शाम 4.30 बजे से रात 8.30 बजे तक इस शिविर में 50 लोगों ने स्वेच्छा से रक्तदान किया, जबकि 70 से अधिक लोगों ने निशुल्क स्वास्थ्य जांच सेवाओं का लाभ उठाया। इस आयोजन का मुख्य उद्देश्य आमजन में स्वास्थ्य के प्रति जागरूकता फैलाना और सामाजिक सेवा की भावना को प्रोत्साहित करना रहा। शिविर में रक्तदान के साथ-साथ ब्लड प्रेशर, शुगर, बीएमआई, आंखों की जांच जैसी सेवाएं भी उपलब्ध रहीं। स्वास्थ्य शिविर में युवाओं, महिलाओं और वरिष्ठ नागरिकों ने बढ़-चढ़कर भागीदारी निभाई। आयोजकों ने रक्तदाताओं को प्रमाणपत्र देकर सम्मानित भी किया।

स्वयं के हॉबी, क्रिएटिविटी को मनी अर्निंग का माध्यम बनाकर आत्मनिर्भर हो रहे युवा



रायपुर। कॉलेज में पढ़ाई के दौरान स्टूडेंट्स का घर से हर महीने पॉकेटमनी लेने का ट्रेंड अब लगभग खत्म हो गया है। खासकर युवाओं में नया ट्रेंड शुरू हुआ है कि वे पढ़ाई के साथ-साथ अपना पॉकेट मनी खर्च खुद के स्किल से निकाल रहे हैं। यूं कहें कि बदलते दौर के साथ युवा सेल्फ डिपेंड होने की राह पर चल पड़े हैं। स्टूडेंट्स की इस नई सोच ने जहां फैमिली पर पड़ने वाले आर्थिक बोझ को हल्का किया है। स्कूलिंग, समर कैंप या स्पेशल क्लासेस के दौरान सीखे हुनर को मनी अर्निंग का माध्यम

यूथ में सेल्फ डिपेंड होने का नया ट्रेंड, खुद के हुनर से निकाल रहे पॉकेट मनी का खर्च

फर्स्ट ईयर में थी, तब से सेहत की पाठशाला क्लासेस शुरू की

कॉलेज स्टूडेंट्स मासूम लुनिया बताती हैं कि वे अभी खैरगढ़ संगीत विश्वविद्यालय से पोस्ट ग्रेजुएशन की पढ़ाई कर रही हैं। साथ ही खुद की एक सेहत की पाठशाला नाम से क्लास चला रही हैं, जहां महिलाओं को मेडिसिन प्रो लाइफ कैसे जिएं, उसकी काउंसिलिंग, कथक डांस, योगा, जुंबा क्लासेस कराती हैं। उन्होंने यह क्लासेस कॉलेज के फर्स्ट ईयर के समय से ही शुरू की थी। आज इस क्लासेस से मेरी पढ़ाई व मेरा दोनों खर्च निकल जाता है। मेरे मम्मी-पापा बिजनेस करते हैं। इसलिए मुझमें भी बिजनेस स्किल शुरू से है, इस स्किल का उपयोग मैंने सेल्फ डिपेंड बनने में किया। आगे एनजीओ की शुरुआत करने जा रही हूँ।



10वीं में पढ़ाई के दौरान पोर्ट्रेट पेंटिंग बनाकर अर्निंग की मनी

साइकोलॉजी में पीएचडी की पढ़ाई पूरी करने वाली तुपित बताती हैं कि वे क्लास-1 के समय से ही पेंटिंग सीखी हैं, 10वीं कक्षा में पढ़ाई कर रही थीं, तभी से लोगों की स्ट्रेच पेंटिंग बनाकर बेचती थी और अपने लिए पॉकेट मनी का जुगाड़ कर लेती थीं। फिर जब मैं कॉलेज की पढ़ाई शुरू की तो आर्टिस्टिक्स वाइड्स नाम से बच्चों की पेंटिंग क्लासेस शुरू की और इससे आने वाले पैसों से मैं सेल्फ डिपेंडेंट स्टूडेंट्स बनी और आज अपनी पीएचडी साइकोलॉजी की पढ़ाई पूरी कर पाई।

अभिमतित राखी हैपर्स डिजाइन करती हैं रिद्धी

बीए साइकोलॉजी की स्टूडेंट्स रिद्धी जैन बताती हैं कि वे अभिमतित राखी हैपर्स डिजाइन करती हैं। साथ ही एनजीओ का काम भी करती हैं। इससे उन्हें कुछ अर्निंग होती है, उससे पढ़ाई का खर्च वहन कर लेती हैं। फैमिली से अलग से पॉकेट मनी लेने की जरूरत नहीं पड़ती। स्टूडेंट्स रिद्धी आगे बताती हैं कि हाल ही में उन्होंने सेल्फ डिफेंस काउंसिलिंग की क्लासेस भी स्टार्ट की हैं। इस तरह वे शिक्षा को अपनी आत्मनिर्भरता का आधार बना रही हैं, जो कबिले तरीका है।

बना पॉकेट मनी का खर्च चला रहे हैं। यह कॉलेज स्टूडेंट्स खुद को एक सेल्फ डिपेंडेंट स्टूडेंट्स के रूप में प्रेजेंट कर दूसरे स्टूडेंट्स के लिए प्रेरणा बन रहे हैं। शहर की कुछ ऐसे ही कॉलेज स्टूडेंट्स हैं, जिनसे हरिभूमि की टीम

ने बातचीत कर उनके फैमिली बैकग्राउंड, स्किल व सेल्फ डिपेंडेंट स्टूडेंट्स बनने के संघर्ष के बारे में जाना, जो पढ़ाई के साथ-साथ अपने स्किल के मुताबिक पार्ट टाइम जॉब कर अपना खर्च वहन कर रहे हैं।

समाज लाइव

इमाम हुसैन की याद में बुजुर्गों को आश्रम में कराया भोजन



रायपुर। शहर के लोग किसी अवसर को खास और यादगार बनाने के लिए अब सेवाभावना के साथ काम करने लगे हैं। इसी श्रृंखला में इमाम हुसैन की याद में वैदिक ग्रुप की एमडी सैयद सलमा ने वृद्धाश्रम में शनिवार को वृद्धजनों को शाकाहारी भोजन कराया। साथ ही वृद्धजनों ने आयोजन संस्था को अपना आशीर्वाद और अपनी नेक दुआओं से नवाजा तथा नम आंखों से उन्होंने लोगों का दिल जीत लिया। कई बुजुर्गों ने अपनी आपबीती सुनाई। उनकी बातों को सुनने के बाद ग्रुप की एमडी ने सहयोग देने की बात कही।

जालिमों के आगे सिर नहीं झुकाया

बुजुर्गों ने नम आंखों से वैदिक ग्रुप की एमडी से कहा, इमाम हुसैन अलैहिस्सलाम ने ईसानियत के लिए शहीद हुए। इससे पहले उन्होंने भूखे-प्यासे रहते हुए शहीद होने से पहले सब किया। कश्खला में शहीद होना पसंद किया, मगर जालिमों के आगे सिर नहीं झुकाया। भूख की तडप तो भूखा ही जानता है, इसलिए हमें अपने माता-पिता को हमेशा अपने साथ लेकर रहना और उनकी सेवा करनी चाहिए। इस अवसर पर शोभा सेन्डे, प्रभा, प्रिया शर्मा, आशा शर्मा, सैयद ताजुद्दीन, मीना कुमारी सहित युवाओं की टीम ने भी सहयोग दिया।

सिटी लाइव

संस्कार पाठशाला को संवारने अब समर्पित शिक्षक देंगे सेवा

रायपुर। संस्कार पाठशाला को संवारने के लिए समर्पित सेवाभावी शिक्षकों के लिए आयोजित साक्षात्कार की प्रक्रिया शनिवार को पूरी की गई। छत्तीसगढ़ राज्य में संस्कार पाठशाला परियोजना के तहत संस्कार शिक्षकों का साक्षात्कार सफल रहा। इस साक्षात्कार का उद्देश्य ऐसे योग्य और समर्पित शिक्षकों का चयन करना था, जो आर्थिक रूप से कमजोर वर्ग के बच्चों को शिक्षा के साथ नैतिक और मानसिक विकास में मार्गदर्शन कर सकें। संस्कार पाठशाला से सरकारी विद्यालयों में पढ़ाई से वंचित बच्चों को कौशल युक्त शिक्षकों द्वारा पठन-पाठन कराया जाएगा। साथ ही विद्यार्थियों को निशुल्क कॉपी, किताब सहित अध्ययन सामग्री दी जाएगी। इसके साथ ही हर वर्ग को शिक्षा की मूलभूत सेवा से जोड़ने का प्रयास अब जमीनी स्तर पर होगा। संस्कार पाठशाला में लोगों को सुसंस्कारित शिक्षा को गुणवत्ता के साथ देने की पहल होगी।



गुणवत्तापूर्ण शिक्षा से जोड़ने की पहल

विद्यार्थी के मानसिक विकास और मनोरंजन के उद्देश्य से संगीत तथा इंडोर खेल जैसे कैरम, लूडो और चेस की व्यवस्था की गई है। सर्वत्र शिक्षा समिति नई दिल्ली के मंडल परियोजना नियंत्रण अधिकारी डीके शर्मा ने बताया कि यह समिति भारत सरकार नई दिल्ली के एनसीटी से पंजीकृत है। संस्कृति मंत्रालय से मान्यता प्राप्त संस्था है। समिति का उद्देश्य ग्रामीण, शहरी क्षेत्र के जरूरतमंद बच्चों को संस्कार, संस्कृति और गुणवत्तापूर्ण शिक्षा से जोड़ना है। इस अवसर पर श्वेता भदोरिया का चयन जिला परियोजना नियंत्रण अधिकारी के रूप में किया गया। आने वाले समय में इस परियोजना के संचालन की जिम्मेदारी निभाएंगी।

सिंधी पंचायत के 5 दिवसीय फिल्म फेस्टिवल के पहले दिन उमड़ी भीड़

पंचायत के युवा और महिला विंग ने समाज को जोड़ने की पहल

रायपुर। छत्तीसगढ़ सिंधी पंचायत ने समाजजनों को सिंधी कला-संस्कृति से जोड़ने के लिए 4 से 8 जुलाई यानी पांच दिवसीय सिंधी फिल्म फेस्टिवल का आगाज शुक्रवार को किया। इसे लेकर बड़ी संख्या में समाजजन उत्साह दिखाते हुए फेस्टिवल में शामिल हुए। पंचायत के प्रदेश अध्यक्ष महेश दरयानी और प्रदेश प्रवक्ता सुभाष बजाज ने बताया कि यह आयोजन शहर के कलर्स मॉल में किया गया। इसमें प्रतिदिन शाम 6 से 9 और रात 9 से 12 तक फिल्म का प्रदर्शन किया जा रहा है। इसमें सिंधी भाषा, संस्कृति को बढ़ावा देने और युवा पीढ़ी को सिंधी भाषा से जोड़ने के लिए छत्तीसगढ़ सिंधी पंचायत के साथ युवा विंग, महिला विंग द्वारा इस फेस्टिवल का आयोजन किया जा रहा है।



पहली बार ऐसा आयोजन

उन्होंने बताया कि पहली बार शहर में इस तरह का आयोजन किया गया है। इसमें समाज को पांच दिनों तक इस फिल्म फेस्टिवल का टिकट निशुल्क दिया जाता प्रदर्शन किया जा रहा है। इसमें सिंधी भाषा, संस्कृति को बढ़ावा देने और युवा पीढ़ी को सिंधी भाषा से जोड़ने के लिए छत्तीसगढ़ सिंधी पंचायत के पदाधिकारी और मुखी शामिल हुए। समाज को सिंधी फिल्म फेस्टिवल में शामिल होने और मनोरंजन के साथ ज्ञानवर्धक बातों को ग्रहण करने के लिए सजग किया जा रहा है।

नेता प्रतिपक्ष डॉ. महंत, हरिभूमि-आईएनएच के प्रधान संपादक डॉ. हिमांशु द्विवेदी ने विधि-विधान से की पूजा

माता लक्ष्मी ने रोका प्रभु जगन्नाथ का मार्ग, अनुनय विनय पर श्रीधाम में मिला प्रवेश, जयघोष की गूंज

‘देवशयनी एकादशी से पहले शनिवार को गायत्री नगर स्थित श्री जगन्नाथ मंदिर में बाहुड़ा रथयात्रा का उत्साह देखने लायक था। इस श्रृंखला में एक मनोहारी धार्मिक प्रसंग साकार हुआ। प्रभु जगन्नाथ बड़े भाई बलभद्र और बहन सुभद्रा के साथ मौसी के घर (गुंडिचा मंदिर) से नौ दिनों के प्रवास से गर्भगृह लौटे तो द्वार पर माता लक्ष्मी ने उनका मार्ग रोक लिया। अनुनय-विनय के बाद श्रीधाम में प्रवेश मिलने से परिसर में श्री जगन्नाथ के जयघोष की गूंज रही। इस उत्सव का हिस्सा बनने के लिए शाम को भक्तों का सैलाब उमड़ा।’

रायपुर। शहर के प्रसिद्ध श्री जगन्नाथ मंदिर में धार्मिक परंपरा को निभाने के लिए भक्तों के बीच विशेष अतिथि के रूप में नेता प्रतिपक्ष डॉ. चरणदास महंत, हरिभूमि-आईएनएच न्यूज के प्रधान संपादक डॉ. हिमांशु द्विवेदी प्रमुख रूप से शामिल हुए। उन्होंने सोने की झाड़ू से बुहारने की परंपरा छेरापहरा निभाते हुए न केवल भगवान के प्रति अपनी आस्था प्रकट की, बल्कि पूजा के सभी प्रक्रियाओं का विधि-विधान से पालन किया। पूर्व विधायक गुलाब कमरो, मोहित केरकेड़ा, गुरुमुख सिंह होरा, राजेंद्र तिवारी, पं. सदानंद तिवारी इस बाहुड़ा रथयात्रा में प्रमुख रूप से शामिल हुए। कार्यक्रम का समापन भगवान श्री जगन्नाथ के गर्भगृह में विराजमान होने के बाद सामूहिक आरती के साथ किया गया। इसके बाद प्रसाद वितरण में श्रद्धालुओं ने भाग लेते हुए पुण्य लाभ प्राप्त किया।



उत्साह के साथ किया क्षेत्र का भ्रमण

भगवान के दिव्य दर्शन करने के लिए दोपहर से ही श्रद्धालुओं की आवाजाही बढ़ गई थी। परिसर को भव्य रूप से सजाया गया था। भक्ति संगीत, सांस्कृतिक प्रस्तुतियों के बीच उत्साह के साथ तीनों रथों को खिंचते हुए श्रद्धालुओं ने क्षेत्र का भ्रमण किया। इसके बाद सामूहिक आरती से संपूर्ण वातावरण भक्तिमय हो गया। इसमें अतिथि के रूप में शामिल विधानसभा के नेता प्रतिपक्ष डॉ. चरणदास महंत, हरिभूमि-आईएनएच न्यूज के प्रधान संपादक डॉ. हिमांशु द्विवेदी सहित सभी विशिष्टजन शामिल हुए।



प्रेम और समानता का प्रतीक है परंपरा

प्रभु ने वचन दिया “अब से जब भी यात्रा होगी, मैं आपको साथ लेकर ही जाऊंगा।” इसके बाद माता लक्ष्मी ने खुश होकर भगवान को गर्भगृह में प्रवेश की अनुमति दी। यह दृश्य देखकर श्रद्धालु भावविभोर हुए। जगन्नाथ सेवा समिति के अध्यक्ष एवं उत्तर विधायक पुरंदर मिश्रा ने कहा “यह प्रसंग केवल धार्मिक परंपरा नहीं, बल्कि जीवन का संवाद है। प्रेम और समानता का प्रतीक है। यह हमें सह-अस्तित्व और रिश्तों की मर्यादा का संदेश देती है। इस अवसर पर श्रद्धालुओं ने रथ खींचने का सौभाग्य अर्जित किया।



पौराणिक प्रसंग को किया गया जीवंत

पौराणिक प्रसंगों के तहत भगवान जगन्नाथ हर वर्ष आषाढ़ शुक्ल पक्ष की द्वितीया को रथयात्रा पर सवार होकर भक्तों को दर्शन देने के लिए निकलते हैं। इस यात्रा में माता लक्ष्मी को साथ नहीं ले जाने की वजह वे रुक हो जाती हैं। भगवान के लौटने पर मां लक्ष्मी उन्हें द्वार पर रोकते हुए नाराजगी प्रकट करती हैं। बाहुड़ा यात्रा पर जैसे ही रथ मंदिर के द्वार पर पहुंचा, माता लक्ष्मी ने प्रभु से पूछा-“प्रभु, आप बिना मुझे बताए चले गए। क्या मैं इस घर की स्वामिनी नहीं हूँ?” तब श्री जगन्नाथ ने हाथ जोड़कर विनम्रता से अनुनय-विनय करते हुए क्षमा याचना की। इस प्रसंग को जीवंत किया गया, इससे लोगों को रिश्तों की महत्ता का एहसास कराने का प्रयास किया।



भैरव नगर से निकला भव्य वरघोड़ा गुरु भगवंतों का हुआ मंगल प्रवेश

रायपुर। भैरव नगर स्थित श्री विमलनाथ मंदिर से आध्यात्मिक योगी महेंद्र सागर, मनीष सागर महाराज एवं जयपाल मुनिराज की पावन मिश्रा में शोभनतिलक विजयजी का मंगल प्रवेश भव्य वरघोड़े के साथ संपन्न हुआ। यह विशाल शोभायात्रा श्री अभिनंदन स्वामी जिनालय, आमपाली सोसायटी तक पहुंची, जहां श्रद्धालुओं द्वारा आत्मीय स्वागत किया गया। समिति के रजत कानूना ने जानकारी दी कि गुरु भगवंतों का स्वागत श्री रेगलिया रेजिडेंसी, श्री शांति रेजिडेंसी एवं वी 3 कैम्पके जैन परिवार द्वारा बड़े श्रद्धाभाव से किया गया। बरघोड़ा में भक्ति गीतों की प्रस्तुति श्री भैरव भक्त मंडल, श्री गर्व बैद, श्री सचिन पारख एवं श्री राजेश ललवानी द्वारा दी गई, जिसने भक्तों को भावविभोर कर दिया। कार्यक्रम के दौरान श्री प्रकाशचंद सुराणा ने उद्बोधन देते हुए अहमदाबाद, सूरत, राधेनगर एवं साजा से पधारें गुरु भगवंतों के परिवारों का स्वागत किया। श्री अभिनंदन स्वामी महिला मंडल द्वारा मंगलचरण प्रस्तुत किया गया, जबकि श्री वासुदेवजी मनोहर महिला मंडल ने स्वागत गीत की सुंदर प्रस्तुति दी।



ज्ञान जब तक भाव में नहीं बदलेगा, हमारे लिए वह सिर्फ जानकारी

परमात्मा का ज्ञान हमारी जिंदगी बदल सकता है। लाखों-करोड़ों लोगों का जीवन बदल चुका है। हमारा नहीं बदला क्योंकि हमारे भीतर कषाय ज्यादा है। अगर हमने ज्ञान लिया भी, तो उसे आत्मसात नहीं कर पाए। याद रखिए कि ज्ञान जब तक भाव में नहीं बदलेगा, वह हमारे लिए जानकारी मात्र है। टैगोर नगर स्थित पटवा भवन में शनिवार को वातुमसिक प्रवचन प्रारंभ करते हुए उपाध्याय प्रवर युवा मनीषी मनीष सागरजी महाराज साहब ने यह बातें कही। उन्होंने कहा कि ज्ञान के बाद दूसरी जरूरी चीज क्रिया है। क्रिया हमारी जिंदगी का कल्याण कर सकती है। यह सौंदी की तरह है। संस्कार, धर्म के जिस स्तर पर हम खड़े हैं, यह उससे ऊपर उठती है। अगर नीचे गिरो, तो थामने के लिए भी यही क्रियाएं जरूरी हैं। जितने समय तक धार्मिक क्रियाओं में लगे रहेंगे, तब तक न केवल पाप करने से बचेंगे, बल्कि धार्मिक स्तर पर और ऊपर पहुंचेंगे। इसके लिए आपके मन में पहले यह भाव आना जरूरी है कि मनुष्य जीवन मिला ही दुर्गाति के लिए है। तीसरी जरूरी चीज साधना है और इसके लिए आपको कहीं हिमालय में जाने की जरूरत नहीं है।



पर्यावरण जागरूकता के लिए निशुल्क कार्यशाला 13 जुलाई को

रायपुर। प्रकृति की ओर सोसायटी द्वारा पर्यावरण को लेकर निशुल्क कार्यशाला का आयोजन किया जा रहा है। यह कार्यशाला 13 जुलाई को दोपहर 3.30 बजे से 6 बजे तक वृंदावन हॉल सिविल लाइंस में आयोजित है। कार्यशाला में पर्यावरण जागरूकता एवं पेड़-पौधे की हरियाली के जीवन के बारे में जानकारी दी जाएगी। यह कार्यशाला पर्यावरण का एक अभिन्न हिस्सा बनाने के लिए आयोजन किया जा रहा है, जिसमें शहर के नागरिकों को घर पर हरियाली विकसित के नवीनतम उपायों से अवगत कराया जाएगा। इस कार्यक्रम की मुख्य अतिथि पर्यावरण पहल की प्रेरणास्त्रोत, डॉ. मेनका भारती, कृषि विशेषज्ञ एवं उद्यमी, जो इस कार्यशाला के विषय के बारे में जानकारी देंगी।

टेरायिम गार्डन पर एक्सपर्ट देंगे जानकारी

घरों के गार्डन के देखभाल के विषय में अंजू पारख, प्रख्यात गार्डन विशेषज्ञ इस कार्यशाला में जानकारी साझा करेंगी। इसमें सेवयुलेंट्स के प्रकार, देखभाल, सजावट और उनके लाभों पर जानकारी देंगी। टेरायिम गार्डन जिसमें पौधे को प्लास्टिक के कंटेनर में तैयार करते हैं, उसके लिए बिजल पिथालिया, टेरायिम विशेषज्ञ टेरेरियम तैयार करने की विधि, सामग्री और सजावटी उपयोगों पर जानकारी देंगी। यह कार्यशाला निशुल्क रहेगी, प्रकृति की ओर सोसायटी के अध्यक्ष मोहन वर्तानी एवं सचिव निमेष धांडवाल ने बताया कि समाज में पर्यावरण के प्रति सकरात्मक दृष्टिकोण एवं स्व-सजगता को प्रोत्साहित करने के उद्देश्य से यह आयोजन किया जा रहा है।

Education Time

MODEL ENGLISH HR. SEC. SCHOOL

“EDUCATION MAKES FUTURE BETTER”

Register Now at www.mesraipur.com

Civil lines, Katora Talab Road, Raipur (C.G.)
Contact : 0771-4000123, 93296-21221

ADMISSION OPEN

SPECIAL DISCOUNT ON ADMISSION FEES

NURSERY TO 12TH

(Biology, Maths, Commerce)

Strong Academic Foundation & Personalized Attention

Spoken English & Personality Development

Safe & Reliable Transport with Surveillance

Weekly Activity-Based Learning & Skill Development

Monthly Seminars & Interactive Discussions

Scholarships for Meritorious Students (90% & Above from Other Schools)

ROYAL PUBLIC SCHOOL

Play Group Nursery Pre Primary Class I to XII (Science, Commerce, Bio Arts)

Activity-Based Learning for Pre-Primary

Creative Classrooms & Play-Based Education

Sports, Arts & Music for Holistic Growth

Safe & Nurturing Environment

Interactive Events & Competitions

Safe & Reliable Transport with Surveillance

Mathpura, Chourasiya Colony, Raipur (C.G.) Mo : 95890-85558, 93296-21221. Email : rpsraipur123@gmail.com

Paaras Institute of Education

www.paarasinstitute.com

Admission Open

विश्वविद्यालय से मान्यता प्राप्त एक वर्षीय डिप्लोमा कोर्स

DCA

PGDCA

Tally

Advance Excel

Typing Classes

CCCA

Graphic Designing

Address: Add 1 - Near Mahaveer sweets, bhatagaon chowk, Raipur Contact no - 6263903865, 7987018381

Address: Add 2 - Tiranga Chowk, Khud muda road, Amleshwar contact no - 9111348886, 7879008105

Contact to Add Your School - 79871-19756

सिटी स्पोर्ट्स

छत्तीसगढ़ ने हिमाचल को 175 रनों से हराया



रायपुर। क्रिकेट एसोसिएशन पुडुच्चेरी की ओर से मैस अंडर-19 इंटर स्टेट मल्टी डे अभ्यास मैच पुडुच्चेरी में जारी है। जिसमें छत्तीसगढ़ सहित बंगाल, केरला, पांडेचेरी और हिमाचल प्रदेश आदि टीमों हिस्सा ले रही हैं। छत्तीसगढ़ का दूसरा मैच हिमाचल प्रदेश के विरुद्ध पुडुच्चेरी में खेला गया। छत्तीसगढ़ ने टॉस जीतकर पहले बल्लेबाजी करने का निर्णय लिया। छत्तीसगढ़ अंडर 19 ने पहले बल्लेबाजी करते हुये 58.1 ओवरों में सभी 10 विकेट खोकर 261 रन ही बना लिये। छत्तीसगढ़ की ओर से तेजस्वी कलभोर ने शानदार प्लेक लगाते हुये 103 रन तथा श्लोक चचाने ने 40 रनों का योगदान दिया। अन्य कोई भी बल्लेबाज लंबी पारी खेलने में नाकाम रहे। हिमाचल प्रदेश की ओर से अभिषेक ने 4 विकेट तथा सिद्धाक ने 3 विकेट प्राप्त किये। 262 रनों के लक्ष्य का पीछा करने उतरी हिमाचल प्रदेश मैच के दूसरे दिन 5 विकेट पर 69 रनों से आगे खेलते हुये, 40.3 ओवरों में केवल 86 रनो पर ऑल आउट हो गयी। हिमाचल प्रदेश की ओर से आदित्य ने 24 रन तथा अग्रिम ने 22 रनों का योगदान दिया। छत्तीसगढ़ अंडर-19 की ओर से दिवाकर ताम्रकार ने 58 विकेट, धनंजय नायक ने 3 विकेट तथा विवेक कुमार ने 2 विकेट प्राप्त किये। छत्तीसगढ़ अंडर 19 ने मैच 175 रनों से जीत लिया।

छत्तीसगढ़ को ऑल इंडिया तीरंदाजी की मेज़बानी मिली



रायपुर। छत्तीसगढ़ पुलिस की ओर से आगामी दिसंबर माह में ऑल इंडिया तीरंदाजी पुलिस टूर्नामेंट का आयोजन किया जा रहा है। इस अवसर पर पूरे देश से पुलिस विभाग के 500 तीरंदाज छत्तीसगढ़ में अपने खेल कीशल दिखाएंगे। ऑल इंडिया पुलिस में कई ऐसे तीरंदाज है जो भारतीय तीरंदाजी के अधीन नेशनल ओपन प्रतियोगिता में राष्ट्रीय और अंतर्राष्ट्रीय स्तर पर वर्तमान में खेल रहे है।भारतीय तीरंदाजी संघ के राष्ट्रीय उपाध्यक्ष कैलाश मुरारका ने छत्तीसगढ़ पुलिस विभाग को ऑल इंडिया पुलिस टूर्नामेंट के लिए छत्तीसगढ़ को मेज़बानी मिलने पर बधाई देते हुए छत्तीसगढ़ तीरंदाजी संघ के प्रदेश अध्यक्ष व मुख्यमंत्री विष्णुदेव साय का विशेष आभार जताया है।

छत्तीसगढ़ टेनिस प्रीमियर लीग में रोमांचक दौर जारी



रायपुर। विष्णु प्लेफिट अकादमी एवं टेनिस फैमिलिया के संयुक्त आयोजन में दो दिवसीय छत्तीसगढ़ टेनिस प्रीमियर लीग यूनियन क्लब एवं वीआईपी क्लब में शनिवार से शुरू हुई। छत्तीसगढ़ टेनिस संघ के तत्वाधान में प्रतियोगिता का उद्घाटन यूनियन क्लब के अध्यक्ष एवं प्रदेश टेनिस संघ के महासचिव गुरुचरण सिंह होरा ने किया। इस अवसर पर प्रदेश टेनिस संघ के उपाध्यक्ष रूपेंद्र सिंह चौहान एवं रणधीर सिंह विरदी उपस्थित थे। आठ टीमों में लगभग 50 जूनियर बॉयज एवं गर्ल्स खिलाड़ी थे। ऐसे में स्पर्धा में भाग ले रहे है पूर्व में विभिन्न टीमो का चयन प्लेयर की नीलामी प्रक्रिया से हुआ। पहले दिन के परिणाम में टीम एस ने टीम टॉप स्पिन को 4- 1 हराया। टीम फैमिलिया ने टॉपस्पिन टाईटन को 4- 1 हराया। टीम एस ने कोर्ट किंग को 4- 1 से हराया। बसेलाइन बीस्ट ने सैंटियागो स्मैशर्स को 3- 2 हराया। कोर्ट कांकरोर्स ने वी स्ट्राइकर्स को 3 -2 हराया। शेष मैच एवं फाइनल मुकाबले रविवार 6 जुलाई को खेले जायेंगे।

जिला बैडमिंटन स्पर्धा के अंडर 19 के पहले दौर के मुकाबले

रायपुर। रायपुर जिला बैडमिंटन संघ की ओर से सब जूनियर व जूनियर वर्ग की स्पर्धा सप्रे शाला में जारी है। जिसमें 4 जुलाई को खेले गए मुकाबले में 19 वर्ष आयु समूह बालक वर्ग एकल प्रथम दौर के परिणाम प्राप्त हो चुके है। हिमांशु राठे ने ऋत्विक् चौरडिया को 15-7,15-13 से ,समर्थ सिंह ने कृपाल छगनी को 15-6,15-6 से, मयंक साहू ने पार्थ पटेल को 15-6,15-10 से, राघव तिवारी ने विवेक जैन को 7-15,15-13,15-7 से , हिमांशु रामचंदनी ने केशव अग्रवाल को 15-5,15-6 से हराया।

डायबिटीज आज वैश्विक स्वास्थ्य चुनौती

डायबिटीज के मरीजों को भूलकर भी नहीं करनी चाहिए ऐसी गलतियां, होगी मुश्किल

डायबिटीज के मरीजों की संख्या दिनों दिन बढ़ती जा रही है। इसमें शरीर में ब्लड शुगर का लेवल अनियंत्रित हो जाता है। भारत में तो यह स्थिति और भी गंभीर है, जहां लगभग 10 करोड़ लोग इस बीमारी से प्रभावित हैं। जिन लोगों को डायबिटीज की शिकायत है उन्हें इस बीमारी को प्रभावी ढंग से नियंत्रित करने की जरूरत है। इसके लिए उन्हें संतुलित आहार लेना चाहिए, नियमित व्यायाम और एक सही जीवनशैली अपनाना चाहिए।



हालांकि अक्सर जाने-अनजाने में कुछ आम गलतियां हो जाती है जो ब्लड शुगर लेवल को अनियंत्रित कर सकती हैं और दीर्घकालिक स्वास्थ्य को गंभीर नुकसान पहुंचा सकती हैं। ये गलतियां न केवल दवाइयों के प्रभाव को कम करती हैं, बल्कि जटिलताओं के खतरे को भी बढ़ा देती हैं। इसलिए मधुमेह प्रबंधन में इन गलतियों को समझना और उनसे बचना अत्यंत महत्वपूर्ण है। आइए इस लेख में हम ऐसे ही चार प्रमुख गलतियों के बारे में विस्तार से जानते हैं जिनसे डायबिटीज रोगियों को बचना चाहिए।

चीनी युक्त भोजन का अधिक सेवन



डायबिटीज रोगी अक्सर भोजन का समय मिटाइयां, कोल्ड ड्रिंक और प्रोसेस्ड फूड खा लेते हैं। यह ब्लड शुगर लेवल को तेजी से बढ़ाता है। हाई ग्लाइसेमिक इंडेक्स वाले खाद्य पदार्थ, जैसे सफेद चावल और मैदा खाने से बचें। इसके बजाय, जामुन, सेब, साबुत अनाज और फाइबर युक्त खाद्य पदार्थ खाएं। रोजाना एक निश्चित समय पर भोजन करें और छोटे-छोटे अंतराल में भोजन लें।

व्यायाम की अनदेखी

नियमित व्यायाम डायबिटीज प्रबंधन का महत्वपूर्ण हिस्सा है,

लेकिन कई लोग इसे नजरअंदाज करते हैं। बिना शारीरिक गतिविधि के ब्लड शुगर लेवल बढ़ता है और इंसुलिन सेंसिटिविटी कम होती है। विश्व स्वास्थ्य संगठन के अनुसार, सप्ताह में कम से कम 150 मिनट मध्यम तीव्रता का व्यायाम, जैसे तेज सैर या योग, करें। यह रक्त शर्करा को नियंत्रित करता है और वजन प्रबंधन में मदद करता है।

दवाओं या इंसुलिन का अनियमित सेवन

कुछ डायबिटीज रोगी दवाओं या इंसुलिन का समय पर सेवन नहीं करते, जो खतरनाक हो सकता है। यह हाइपोग्लाइसीमिया (कम शुगर) या हाइपरग्लाइसीमिया (उच्च शुगर) का कारण बनता है। हमेशा डॉक्टर की सलाह के अनुसार दवाएं लें और शुगर लेवल की नियमित जांच करें। यदि दवा का समय भूल जाएं, तो तुरंत डॉक्टर से संपर्क करें।

तनाव और नींद की कमी

तनाव और अपर्याप्त नींद कोर्टिसोल हार्मोन को बढ़ाते हैं, जो ब्लड शुगर लेवल को प्रभावित करता है। डायबिटीज रोगी अक्सर तनाव और नींद की कमी को हल्के में लेते हैं, ये नुकसानदायक हो सकता है। रोजाना 7-8 घंटे की नींद लें और तनाव कम करने के लिए ध्यान, योग या गहरी सांस लें। स्क्रॉल टाइम कम करें और सोने से पहले शांत वातावरण बनाएं।

बचाव

डायबिटीज रोगी नियमित भोजन, व्यायाम, दवाओं का समय पर सेवन और तनाव प्रबंधन पर ध्यान दें। डाइट में जामुन, पपीता और हरी सब्जियां शामिल करें। रोजाना 2-3 लीटर पानी पिएं और तले-भुने खाद्य पदार्थों से बचें।



मिलावट को कहें बाय-बाय, घर पर आसानी से बनाएं शुद्ध देसी घी



सेहत के लिए देसी घी का सेवन काफी अच्छा माना जाता है। डॉक्टर भी बड़ों से लेकर बच्चों तक को घी खाने की सलाह देते हैं, क्योंकि ये शरीर की कई परेशानियों को दूर करने का काम करता है। आपको घर पर देसी घी बनाने की विधि के बारे में जरूर जानना चाहिए।

घर पर देसी घी बनाने का सामान

घर पर यदि आप बिना मिलावट वाला घी तैयार करना है, तो उसके लिए आपको सिर्फ दो चीजों की जरूरत होती है। इसमें एक है कम से कम आधा किलो मलाई और ठंडा पानी। इन दोनों चीजों की मदद से आप घर पर घी तैयार कर सकते हैं।

विधि

अब जानते हैं कि ये घी कैसे बनता है। तो इसके लिए सबसे पहले तो कम से कम 15 दिन तक आपको मलाई जमा करनी है। ध्यान रखें कि ये मलाई ज्यादा पुरानी न हो। इसे फ्रिज में ही जमा करके रखें। जब ये इकट्ठा हो जाए तो बारी आती है घी बनाने की। घी बनाने से पहले थोड़ी देर पहले इसे फ्रिज से निकालकर बाहर रख दें।

इसके बाद मलाई को एक बड़े से गहरे बर्तन में डाल लें। अब इसे मथनी से मथकर मक्खन निकालें। यदि मथनी चलाना नहीं आता है तो मिक्सी में डालकर ब्लेंड करें। इसमें थोड़ा-थोड़ा ठंडा पानी डालें और लगातार चलाएं। कुछ मिनट में मक्खन ऊपर तैरने लगेगा और नीचे मट्ठा (छाछ) रह जाएगा। अब मक्खन को छानकर अलग निकाल लें।इसके बाद बारी आती है मक्खन से घी बनाने की तो उसके लिए एक भारी तले वाली कढ़ाई या गहरे बर्तन में मक्खन डालें और धीमी आंच पर पकाना शुरू करें। इस दौरान धीरे-धीरे मक्खन पिघलने लगेगा और झाग बनने लगेगा।



वर्कआउट को लेकर अपना अनुशासन खुद तय करें, रहेंगे हमेशा सेहतमंद

हम सभी को पता है कि स्वस्थ रहने के लिए व्यायाम को अपनी दिनचर्या में शामिल करना चाहिए। ऐसे में बहुत से लोगों के मन में सवाल आता है कि एक सप्ताह में कम से कम कितने देर व्यायाम करना चाहिए। आइए जानते हैं इस बारे में।

नियमित व्यायाम स्वस्थ जीवन का आधार है। यह न केवल शारीरिक स्वास्थ्य को बेहतर बनाता है, बल्कि मानसिक तनाव को कम करने, हृदय रोगों से बचाव और ऊर्जा बढ़ाने में भी मदद करता है। विश्व स्वास्थ्य संगठन और अन्य स्वास्थ्य संगठनों के दिशानिर्देशों के अनुसार, वयस्कों को सप्ताह में कितनी देर और किस प्रकार का व्यायाम करना चाहिए, यह समझना जरूरी है।

क्या कहता है विश्व स्वास्थ्य संगठन ?



विश्व स्वास्थ्य संगठन के अनुसार, 18-64 वर्ष के वयस्कों को सप्ताह में कम से कम 150 मिनट मध्यम तीव्रता (मॉडरेट इंटेंसिटी) वाले एरोबिक व्यायाम करने चाहिए। इसे सप्ताह में 4-5 दिन में बांटा जा सकता है, जैसे रोजाना 30 मिनट तेज टहलना या साइकिलिंग करना। इसके अलावा, सप्ताह में कम से कम 2 दिन मांसपेशियों को मजबूत करने वाले व्यायाम, जैसे वेट लिफ्टिंग या बॉडी वेट एक्सरसाइज, करनी चाहिए। ये व्यायाम हृदय स्वास्थ्य, मांसपेशियों की ताकत और हड्डियों को मजबूत करने में मदद करते हैं।

फायदे

नियमित व्यायाम से हृदय रोग, टाइप-2 मधुमेह, और कुछ कैंसर का जोखिम कम होता है। यह रक्तचाप को नियंत्रित करता है, वजन प्रबंधन में मदद करता है और मानसिक स्वास्थ्य को बेहतर बनाता है। एक अध्ययन के अनुसार, सप्ताह में 150-300 मिनट मध्यम व्यायाम करने से हृदय रोग से मृत्यु का खतरा 25% तक कम हो सकता है। इसके अलावा, मांसपेशियों को मजबूत करने वाले व्यायाम हड्डियों को मजबूत करते हैं और लंबे समय तक मांसपेशियों को मजबूत बनाए रहते हैं।

शुरुआत कैसे करें

अगर आप व्यायाम शुरू करने जा रहे हैं तो धीरे-धीरे शुरू करें। शुरुआत में रोजाना 10 मिनट टहलें और धीरे-धीरे समय और तीव्रता बढ़ाएं। अगर आप किसी गंभीर बीमारी की दवा खा रहे हैं तो डॉक्टर से सलाह लेकर ही व्यायाम शुरू करें।

सावधानियां

इस बात का विशेष ध्यान रखें कि सप्ताह में 1-2 दिन जरूर आराम करें ताकि मांसपेशियां आराम कर सकें। इन सब के साथ संतुलित आहार लें, पर्याप्त नींद लें, दिनभर में 2-3 लीटर पानी पीएं। यदि स्वास्थ्य समस्याएं गंभीर हों, तो डॉक्टर से परामर्श लें।



रायपुर बाज़ार

Contact For Advertisement
79871 19756
90981 38778

पैसा चाहिए ? हमारे पास आइए

(केवल बिजनेस लोन)
एजेंट आमंत्रित

न्यूनतम कागजी कार्यवाही
5 हजार से 5 लाख तक बिजनेस लोन

मोटवानी फायनेंस
गली नं. 03,
सिंधी कॉलोनी,
तेलीबांधा, रायपुर

आज लोन लीजिए
100 किशतों में पटाइये

पटेल बोरवेल्स

मोटर वाइंडिंग किया जाता है

रिंग रोड नं.-1 संतोषी नगर चौक, बोरिया रोड रायपुर (छ.ग.)
9200003357 ★ 7999898750

मैट्रेस (गद्दा) 30% से 50% लेस | पुराना गद्दा लाये, नया ले जाये

चादरे 9x9 400 से 1000 तक	कम्बल रजाई कम्फर्ट दोहड़	सोफा कमबेड प्रोटेक्टर	सोफा कट्टर रुई गद्दा	टावेल तकिया	रजाई-गद्दा कट्टर
-----------------------------	-----------------------------	--------------------------	-------------------------	----------------	---------------------

संजय रुई भंडार

निराकारी फर्नीचर के पीछे, कांच घर गोड़ाऊन के पास, पंडरी रायपुर
9827976266, 7987918262

फिल्म इवेंट

हॉलीवुड

ब्रैड पिट के घर में संदिग्धों ने की तोड़फोड़ और कीमती समान लेकर हो गए फरार

हॉलीवुड अभिनेता ब्रैड पिट इस समय अपनी फिल्म 'एफ 1' से चर्चा में हैं। पता चल रहा है कि ब्रैड पिट के लॉस एंजिल्स स्थित घर पर कुछ संदिग्धों ने तोड़फोड़ की और सामान लेकर लॉस एंजिल्स पुलिस विभाग ने पुष्टि करते हुए बताया कि लॉस एंजिल्स के लॉस फेलिज पड़ोस में स्थित आवास नॉर्थ एजमोंट स्ट्रीट के 2300 ब्लॉक पर चोरी हुई है। इसके साथ ही एक पुलिस अधिकारी डेक मैडिसन ने कहा कि तीन संदिग्धों ने घर की सामने की खिड़की से घर में घुसकर तोड़फोड़ की और सामान लेकर भाग गए। हालांकि, उन्होंने सार्वजनिक रूप से पुष्टि नहीं की है कि यह घर ऑस्कर विजेता अभिनेता ब्रैड पिट का है । चोरी हुई चीजों के बारे में अभी कोई जानकारी उपलब्ध नहीं है, इसकी जांच की जा रही है। पुलिस अधिकारी ने बताया है कि घर का मालिक कौन था या घर में कौन रहता था, इसकी कोई जानकारी नहीं है। लेकिन रिपोर्ट्स के मुताबिक कहा जा रहा है कि ये चोरी ब्रैड पिट के घर पर हुई है। आपको बताते चलें कि इस समय अभिनेता अपने घर पर मौजूद नहीं हैं, क्योंकि वह अपनी फिल्म 'एफ 1' के प्रचार-प्रसार के लिए देश से बाहर गए हुए हैं। जोसेफ कोसिंस्की द्वारा निर्देशित 'एफ1' में ब्रेड पिट के साथ डैमसन इदरीस प्रमुख भूमिका में नजर आए हैं। फिल्म में मैक्स वर्स्टेपेन, फर्नांडो अलॉसो, लुईस हैमिल्टन, कार्लोस सैंज, एस्टेबन ओकन, जॉर्ज रसेल, लॉस स्ट्रोल, लैंडो नॉरिस और चार्ल्स लेक्लर सहित कई रियल लाइफ के फॉर्मूला 1 सितारे इस फिल्म में कैमियो करते नजर आए हैं। यह फिल्म आज यानी 27 जून को सिनेमाघरों में रिलीज हो गई है।

टॉलीवुड

निर्माताओं ने शेयर किया 'कुली' से आमिर का कूल लुक, दाहा के किरदार से जीतेंगे दिल

निर्देशक लोकेश कनगराज की बहुप्रतीक्षित फिल्म 'कुली' से आमिर खान का लुक सामने आ चुका है। इस लुक में आमिर बेहद कूल स्टाइल में नजर आ रहे हैं। रजनीकांत की पैन इंडिया एक्शन फिल्म 'कुली' में आमिर खान के होने की बात सामने आ रही थी। वहीं आज निर्माताओं ने आमिर के दमदार लुक के साथ फिल्म 'कुली' से उनका लुक रिवील कर दिया है। आज फिल्म 'कुली' के निर्माताओं ने इंस्टाग्राम पर आमिर खान का दमदार लुक शेयर कर फैस को खुश कर दिया है। इस नए लुक के साथ निर्माताओं ने कैप्शन में लिखा, 'कुली की दुनिया से आमिर खान को दाहा के रूप में पेश करते हुए। कुली 14 अगस्त से दुनिया भर के आईईक्स स्क्रीन पर छाने के लिए तैयार है।' साउथ सुपरस्टार रजनीकांत फिल्म 'कुली' में नजर आएंगे। कुली एक तमिल भाषा की एक्शन थ्रिलर फिल्म है। इसका निर्देशन लोकेश कनगराज ने किया है। कलानिधि मारन की सन पिक्चर्स द्वारा निर्मित इस फिल्म में रजनीकांत के साथ अलावा नागार्जुन, उपेंद्र, सौबिन शाहिर, सत्यराज, श्रुति हासन, आमिर खान, रेवा मोनिका जॉन, जुनियर एमजीआर, मोनिशा ब्लेसी और काली वेंकट नजर आएंगे। कुली दुनिया भर में 14 अगस्त 2025 को रिलीज होने वाली है। इन दिनों आमिर खान अपनी फिल्म रसितारे जमीन परर को लेकर चर्चा में हैं। यह फिल्म 20 जून 2025 को सिनेमाघरों में रिलीज हुई थी। वह अब जल्द ही लोकेश कनगराज द्वारा निर्देशित फिल्म रकुलीर में रजनीकांत के साथ भी नजर आएंगे। इसके अलावा वह सनी देओल अभिनीत और राजकुमार सतोषी द्वारा निर्देशित ऐतिहासिक फिल्म रलाहौर 1947र के निर्माता भी हैं।

छॉलीवुड

नवल दास के गीत-संगीत से सजी छत्तीसगढ़ी द्वादश ज्योतिर्लिंग मोर महादेव 25 को रिलीज

राष्ट्रीय अवार्ड से सम्मानित फिल्म साउंड ऑफ वाटर के निर्माता श्रवण कुमार राठौर अब दर्शकों के लिए छत्तीसगढ़ी फिल्म रद्वादश ज्योतिर्लिंग मोर महादेवर लेकर आ रहे हैं। आगामी 25 जुलाई को यह फिल्म संपूर्ण छत्तीसगढ़ में रिलीज हो रही है। इसे पंडित प्रदीप मिश्रा सीहोर वाले का भी आशीर्वाद मिला है, उन्हीं के हाथों फिल्म का पहला पोस्टर जारी किया गया और उन्हें फिल्म से संबंधित संपूर्ण जानकारी दी गई। इस फिल्म की खास बात यह है कि इसमें दर्शकों को 12 ज्योतिर्लिंगों के दर्शन होंगे साथ ही एक पारिवारिक कहानी और सुमधुर गीत संगीत का भी आनंद मिलेगा। इस फिल्म का निर्माण डी.सी. फिल्म्स प्रोडक्शन हाउस के बैनर तले किया गया है। ऐसे तो इस फिल्म में ढेर सारे कलाकारों ने अभिनय किया है लेकिन मुख्य भूमिका सुपर स्टार प्रकाश अवस्थी, नैनी तिवारी, श्रवण कुमार राठौर ने निभाई है। इनके अलावा फिल्म में योगेश अग्रवाल, डॉ अजय सहाय, संतोष जैन, नवलदास मानिकपुरी, अखिलेश वर्मा, संजय तेलंग, मुस्कान चौहान एवं संतोष प्रकृति ने भी अभिनय किया है तथा फिल्म में अरुण जॉनसन (तम्बी) एवं स्व. जसवीर कोमल ने क्रियेटिव डायरेक्टर के रूप में कार्य किया है। फिल्म को गीत-संगीत से नवल दास मानिकपुरी एवं स्वं जसवीर कोमल ने सजाया है। संगीत संयोजन पं. विवेक नीलेश शर्मा का है। तथा फिल्म में 8 गाने है जो भक्ति स्वरूप एवं आरती के रूप में आपको सुनाई देंगे। फिल्म में ढेर सारे देवी देवताओं के टुक अप में छत्तीसगढ़ के कलाकार नजर आएंगे यह उनके लिए एक सुखद क्षण होगा जब वह अपने आप को देवी देवताओं के रूप में पद पर देखेंगे।



ट्रेडिशन और इनोवेशन

नई दिल्ली में इंडिया कॉउचर फैशन वीक में जलवा दिखाते मॉडल गौरव गुप्ता, रिमजिन डैडी, राहुल मिश्रा और ईशा जे की डिजाइन चर्चा में रही। रचनात्मकता, विलासिता और सांस्कृतिक विरासत के शानदार उत्सव में ट्रेडिशन और इनोवेशन का काम्बिनेशन दर्शकों को देखने मिला। यहां जैसे ही पर्दा उठा, रनवे पर ऐसे डिज़ाइनों की धूम मच गई, जो भारत के समृद्ध इतिहास और समकालीन स्वभाव के बारे में बहुत कुछ बयां करते हैं।

बादाम से आप भी चेहरे को बना सकती हैं खूबसूरत

अगर आप भी अपने चेहरे की खूबसूरती को बरकरार रखना चाहती है और स्किन प्रॉब्लम से बचना चाहती है, तो ब्यूटी एक्सपर्ट के बताएं इस खास होममेड बादाम स्क्रब को घर पर बनाकर ट्राई कर सकती हैं। मानसून के सीजन में अगर आप भी अपने चेहरे की खूबसूरती को बरकरार रखना चाहती है और स्किन प्रॉब्लम से बचना चाहती है, तो अब आपको परेशान होने की जरूरत नहीं है। यह खबर आपके लिए बेस्ट हो सकती है। आज हम आपको ब्यूटी एक्सपर्ट की मदद से होममेड बादाम स्क्रब के बारे में बताएंगे, जिसका इस्तेमाल कर आप अपने चेहरे पर जमी गंदगी को कम कर सकती हैं।

बादाम का इस्तेमाल कर बनाएं स्क्रब

ब्यूटी एक्सपर्ट रेनु माहेश्वरी ने बताया कि अधिकतर महिलाएं चेहरे पर होने वाली टैनिंग और पिंपल्स जैसी परेशानियों का सामना करती है, लेकिन अब आप बादाम का इस्तेमाल कर घर पर स्क्रब तैयार कर सकती हैं। इसे बनाने के लिए आपको कुछ सामग्री की जरूरत लगेगी। इनमें बादाम ,सफेद तिल ,एसेंस ऑयल और जैस्मीन ऑयल शामिल हैं।

बादाम से स्क्रब बनाने का तरीका -

अगर आप भी घर पर बादाम का इस्तेमाल कर स्क्रब बनाना चाहती हैं, तो सोने से पहले रात में 5 से 6 बादाम और थोड़ी सफेद तिल को एक पानी में भिगोकर रख दें। दूसरे दिन सुबह आप पानी के अलग कर बादाम और तिल को जार में डाल दें। अब आप इसे मिक्सर या ब्लेंडर की मदद से पीसकर पेस्ट बना लें। बादाम से बने इस पेस्ट के अंदर आप



एसेंस ऑयल डाल सकती हैं। आप चाहे तो जैस्मीन ऑयल भी इस्तेमाल कर सकती हैं। यह चेहरे के लिए बेस्ट फायदेमंद होता है। अगर आप बॉडी की टैनिंग हटाना चाहती है, तो इस स्क्रब को बॉडी पर 10 मिनट के लिए लगाकर रखें। अगर आप इसे चेहरे के लिए इस्तेमाल कर रही है, तो 5 मिनट तक इसे लगाकर रखें। उसके बाद हल्के हाथों से चेहरे को रब करें। स्क्रब का आप हफ्ते में दो बार इस्तेमाल कर सकती हैं। स्क्रब का इस्तेमाल करने से पहले पैच टेस्ट जरूर करें।अगर आपको किसी तरह की कोई एलर्जी होती है, तो डर्मेटोलॉजिस्ट या एक्सपर्ट की राय जरूर लें।

पसीने की बदबू दूर करने घर पर बनाएं नेचुरल डिओडोरेंट और दिनभर रहें फ्रेश

बारिश का मौसम बहुत अच्छा लगता है, लेकिन इस दौरान नमी और उमस भी बढ़ जाती है। इसी उमस की वजह से हमें बहुत पसीना आता है और फिर पसीने से बदबू आने लगती है। ऐसे में महंगे परफ्यूम और डियोडोरेंट भी ज्यादा काम नहीं करते इसलिए, आज हम आपको घर पर ही नैचुरल डियोडोरेंट बनाने का तरीका बता रहे हैं।

नैचुरल डियोडोरेंट क्यों बेहतर है?

घर पर बना नैचुरल डियोडोरेंट इस्तेमाल करने से न केवल बदबू से छुटकारा मिलता है, बल्कि यह आपकी स्किन के लिए भी फायदेमंद होता है। होममेड डियोडोरेंट में कोई केमिकल नहीं होता और यह ज्यादा देर तक असरदार रहता है। आप इसे सेंसिटिव स्किन पर भी लगा सकते हैं, इससे जलन नहीं होती। घर पर बना डियोडोरेंट सस्ता होता है और आप इसे बनाकर लंबे समय तक चला सकते हैं।

बेकिंग सोडा और नारियल तेल का डियोडोरेंट

पसीने की बदबू दूर करने वाला बेकिंग



सोडा: 2 बड़े चम्मच,पसीने को सोखने वाला कॉर्नस्टार्च: 2 बड़े चम्मच स्किन को माइश्वराइज करने के लिए नारियल तेल: 3 बड़े चम्मच बैक्टिरिया मारने वाला टी ट्री ऑयल: 4-5 बूंदें हल्की और सुकून देने वाली खुशबू के लिए लैवेंडर ऑयल: 4-5 बूंदें कैसे बनाएं: सबसे पहले एक काँच की कटोरी में बेकिंग सोडा और कॉर्नस्टार्च मिलाएं। फिर, इसमें नारियल तेल डालकर अच्छी तरह मिलाएं। तब तक मिलाते रहें जब तक यह क्रीमी न बन जाए। आखिर में टी ट्री ऑयल और लैवेंडर ऑयल मिलाएं। इसके बाद इसे एक छोटे डिब्बे या हवा-बंद जार में भरकर रखें। रोजाना नहाने के बाद अंडरआर्म्स पर एक चुटकी लगाएं।

कार्न न्यूज

घर पर बियर्ड ट्रिमिंग करना कोई बड़ी बात नहीं है। लेकिन ऐसा करते हुए इसमें गलतियां कर देना बड़ी बात है। कुछ गलतियां तो इतनी बड़ी होती हैं कि आपका लुक ही बिगाड़ देती हैं। इसलिए जरूरी है कि कुछ आम गलतियों को पहचान लिया जाए। पहचान लिया जाए कि कौन सी गलतियां लोग आमतौर पर करते हैं ताकि आप वो गलती बिल्कुल न करें और आपका बियर्ड लुक न बिगाड़ें। कौन-कौन सी हैं बियर्ड ट्रिमिंग से जुड़ी गलतियां जान लेते हैं।ट्रिमिंग



कब कर

ज्यादातर पुरुष बियर्ड के बहुत बढ़ जाने के बाद ही ट्रिमिंग करते हैं। और फिर इतना ट्रिम कर देते हैं कि लुक खराब लगने लगता है। जबकि बालों को ट्रिम करने के बाद बियर्ड की लंबाई कम से कम 1 सेंटीमीटर तक होनी चाहिए। इससे कम होने पर बियर्ड आपके चेहरे पर खराब दिखती है।

बियर्ड ट्रिम करना हो तो बरतें सावधानी

घर पर बियर्ड ट्रिम करते हुए हो जाए गलती तो इन टिप्स से लें मदद, खिल उठेगा आपका चेहरा

गर्दन और कलम के बाल बियर्ड ट्रिम हो जाने के बाद अक्सर पुरुष कलम और गर्दन के बालों को ट्रिम करते ही नहीं हैं। जबकि ट्रिम बियर्ड तब ही सही लगती है जब कलम और गर्दन के पास भी इन्हें अच्छे से ट्रिम किया जाए। ऐसा करने के लिए ट्रिपर की सेंटिंग थोड़ी कम करें। फिर जहां भी बाल ज्यादा हों ट्रिम कर दें।

बहुत छोटी मूंछ

मूंछों को जरूरत से ज्यादा छोटा कर देना भी चेहरे के लुक को फुल मार्क्स नहीं मिलने देता है। इससे मूंछों का जुड़ाव दाढ़ी से टूट जाता है।इसलिए जरूरी है कि मूंछों को जरूरतभर ही ट्रिम किया जाए। मूंछों को उतना ही छोटा करें कि उसका जुड़ाव दाढ़ी से कम न हो। और दाढ़ी मूंछे आपस में जुड़ी रहें।

होंठों के किनारे

मूंछें होंठों के किनारों पर अक्सर कम होती हैं। ट्रिम करते हुए इन बालों का ध्यान रखना पड़ता है। क्योंकि अगर पूरी मूंछ एक जैसी ट्रिम करेंगे तो इन किनारों पर और भी छोटी हो जाएगी।इसलिए ट्रिम करते हुए इन

फ्रॉक पैटर्न की कुर्ती डिजाइन खूब खिलेगी कॉलेज गर्ल्स पर



अगर आप सावन के महीने में पहनने के लिए आउटफिट तलाश रही है, तो अब आपको परेशान होने की जरूरत नहीं है। आप कम खर्च में खूबसूरत फ्रॉक पैटर्न कुर्ती ट्राई कर सकती है। कॉलेज जाने वाली अधिकतर लड़कियों के मन में हमेशा आउटफिट को लेकर कन्फ्यूजन बना रहता है। रोजाना एक जैसे कपड़े पहनकर जाने से कुछ लड़कियों को शर्मिंदगी महसूस हो सकती है। ऐसे में अगर आप सावन के महीने में पहनने के लिए आउटफिट तलाश रही है, तो अब आपको परेशान होने की जरूरत नहीं है। आप कम खर्च में खूबसूरत फ्रॉक पैटर्न कुर्ती ट्राई कर सकती है।

पिंक कलर प्रिंटेड फ्रॉक पेटर्न कुर्ती



सावन के महीने में आप अपने कॉलेज में इस खूबसूरत पिंक कलर प्रिंटेड फ्रॉक पेटर्न कुर्ती को ट्राई कर अपनी खूबसूरती का जलवा बिखेर सकती हैं। इस तरह की कुर्ती आपको ऑनलाइन मिल जाएगी या आप बाजार से कपड़ा लेकर टेलर की मदद से इसे बनवा भी सकती है। इस कुर्ती के साथ आप वाइट कलर का प्लाजो या पैट शामिल कर सकती है।

व्हाइट कलर प्रिंटेड फ्रॉक पेटर्न कुर्ती

यही नहीं अगर आप सावन सोमवार के दिन अपने कॉलेज में डिफरेंट लुक क्रिएट कर जाना चाहती है, तो पेंट, जींस या प्लाजो के साथ इस खूबसूरत व्हाइट कलर प्रिंटेड फ्रॉक पेटर्न कुर्ती को ट्राई कर सकती है। इस तरह की कुर्ती आपकी खूबसूरती में चार चांद लगा देगी। इसके साथ आप मॅकअप और एक्सेसरीज भी शामिल कर सकती हैं।

रेड कलर फ्लोरल प्रिंट शॉर्ट कुर्ती



सावन के महीने में अगर आप अपनी खूबसूरती से अपने दोस्तों को खुश करना चाहती है या कॉलेज में डिफरेंट लुक क्रिएट करना चाहती है, तो आप इस खूबसूरत रेड कलर फ्लोरल प्रिंट शॉर्ट कुर्ती को ट्राई कर सकती है। इस तरह की कुर्ती को आप बनवा सकती है या ऑनलाइन भी खरीद सकती हैं।

बाजूबंद के डिजाइन लगा देंगे चार चांद

अगर आप सावन के महीने में आउटफिट के साथ कैसी एक्सेसरीज पहने इस बात को लेकर परेशान हैं, तो आज हम आपको कुछ ऐसे लेटेस्ट बाजूबंद डिजाइन बताएंगे, जिन्हें ट्राई कर आप अपने लुक को गॉर्जियस बना सकती हैं।

फ्लोरल लटकन बाजूबंद डिजाइन

इस साल सावन के महीने को अगर आप यादगार बनाना चाहती हैं, तो किसी भी सोमवार के दिन पूजन के दौरान आप अपने साड़ी या सूट के साथ इस खूबसूरत फ्लोरल लटकन बाजूबंद डिजाइन को ट्राई कर सकती है।

ऐसी आर्टिफिशियल डिजाइन आपको ऑनलाइन मिल जाएगी या आप गोल्ड में इसे बनवा भी सकती हैं।

फ्लोरल चैन बाजूबंद

यही नहीं अगर आप सावन के महीने में शिव अभिषेक के दौरान राजपूती पोशाक या लहंगा चोली पहन रही है, तो अब आप अपने आउटफिट को एलिगेंट टच देने के लिए इस खूबसूरत फ्लोरल चैन बाजूबंद को ट्राई कर सकती हैं। इस तरह का बाजूबंद आपको रॉयल और क्लासी टच देने में मदद करेगा।



मोर डिजाइन बाजूबंद

यही नहीं इन दोनों मोर डिजाइन वाले बाजूबंद भी बेहद चर्चा में है। अधिकतर महिलाओं को मोर वाली डिजाइन के बाजूबंद खूब पसंद आते हैं। ऐसे में आप इस साल सावन के महीने में पूजन के दौरान अपने आउटफिट के साथ इस खूबसूरत मोर डिजाइन वाले बाजूबंद को ट्राई कर सकती हैं। इसे पहनकर आप अपनी खूबसूरती में चार चांद लगा सकती हैं।

गुट्टापुसालु झालर बाजूबंद

इस साल सावन के महीने में अपने लुक को स्पेशल और डिफरेंट बनाने के लिए आप साड़ियां राजस्थानी ड्रेस के साथ इस खूबसूरत गुट्टापुसालु झालर बाजूबंद को शामिल कर सकती है। इस तरह के बाजूबंद आपके लुक को गॉर्जियस और एलिगेंट टच देने में मदद करेंगे।

बालों को समानुपात में ही काटें वरना दाढ़ी के साथ इस जगह के बाल बहुत कम होंगे और बुरे ली लगेगे।

बियर्ड की सफाई

जिस तरह से सिर के बालों की सफाई न करने पर इसमें गंदगी जम जाती है, फिर बालों की क्वालिटी पर इसका असर पड़ता है। ठीक वैसे ही दाढ़ी के बालों की सफाई न करने पर इसमें गंदगी जम जाती है और फिर इसका असर भी दिखने लगता है। दाढ़ी पर तो कई बार खाना भी गिर सकता है। इसलिए दाढ़ी के बालों की सेंटिंग और स्टाइल पर ध्यान देने के साथ इसकी सफाई पर भी ध्यान दें।

