



हरीभूमि रायपुर मूमि

साड़ियों के लिए रही ऐसी भीड़...

रायपुर। पं दीनदयाल आडिटोरियम में आयोजित तीजा - पोरा तिहार पर महिलाओं की खासी भीड़ रही। तीज के जश्न के बाद यहां साड़ियां लेने महिलाओं की भीड़ एक साथ पहुंचने लगी, जिससे काफी देर तक अफरातफरी जैसे हालात रहे। कार्यक्रम में महतारी वंदन योजना, स्व सहायता समूह की महिलाएं, दीदी, मितानिन महिलाएं शामिल हुईं।



आईजी और एसएसपी ने सिखाए पुलिसिंग के गुण
रायपुर। पुलिस के तीन दिवसीय मार्गदर्शन सत्र में शामिल होने आए पुलिसकर्मियों को स्मार्ट पुलिसिंग के गुण सिखाने के अलावा उनके साथ संवाद किया गया। कार्यक्रम का रविवार को समापन हुआ। मार्गदर्शन सत्र में रायपुर जिले के 2316 पुलिस अफसर, कर्मी शामिल हुए। मार्गदर्शन सत्रा का आयोजन आंबेडकर अस्पताल स्थित सभागृह में आयोजित किया गया। जहां आईजी अमरेश मिश्रा एवं एसएसपी डॉ. लाल उमेश सिंह ने अपराध, कानून व्यवस्था, ड्यूटी, नशीले पदार्थों के संबंध में की जाने वाली कार्रवाई तथा आगामी समय में बेहतर पुलिसिंग के अंतर्गत किए जाने वाले कार्यों के संबंध में जानकारी दी।

अंतर्राज्यीय तस्कर गिरफ्तार साढ़े 16 किलो गांजा बरामद



रायपुर। आबकारी विभाग तथा आरपीएफ की टीम ने उत्तरप्रदेश के एक तस्कर के कब्जे से 3 लाख 33 हजार रुपए कीमत की साढ़े 16 किलो गांजा जब्त किया है। आबकारी तथा आरपीएफ ने उत्तरप्रदेश, बलरामपुर निवासी मो. असलम को गांजा तस्करी करने के आरोप में गिरफ्तार किया है। असलम ओडिशा से गांजा तस्करी कर लाया था। आबकारी तथा आरपीएफ टीम ने मुखबिर की सूचना पर रेलवे स्टेशन के प्लेटफार्म-1 पर संदिग्ध हालत में मंडराते हुए असलम के बैग की तलाशी ली तो उसमें गांजा मिला।

प्रतिबंधित नशीली टेबलेट जब्त, महिला गिरफ्तार
रायपुर। पुरानी बस्ती पुलिस ने एक महिला से आठ पत्र प्रतिबंधित नशीली टेबलेट जब्त की है।



पुलिस ने टिकरापारा निवासी रिया साहू के कब्जे से नशीली टेबलेट बरामद की है। मुखबिर की सूचना पर

पुलिस ने महाराजबंघ तालाब के किनारे महिला को टेबलेट बेचने ग्राहक तलाशते गिरफ्तार किया है।
अज्ञात वाहन ने बाइक को ठोका, युवक की मौत
रायपुर। कबीर नगर थाना क्षेत्र में अज्ञात वाहन की ठोकर लगने से एक युवक की मौके पर ही मौत हो गई। पुलिस मर्ग कायम कर मामले की जांच कर रही है। पुलिस के अनुसार बेमेतरा निवासी अनिल (28) की रोड एक्सीडेंट में मौत हुई है। मृतक के परिजनो ने पुलिस को बताया कि 22 अगस्त को अनिल रायपुर आ रहा था। अटारी ओवरब्रिज के पास अज्ञात वाहन के चालक ने लापरवाही से वाहन चलाते हुए अनिल की बाइक को ठोकर मार दी। अज्ञात वाहन के ठोकर लगने से गंभीर खून से लथपथ अनिल को उपचार के लिए एम्स अस्पताल ले जाया गया, जहां चिकित्सकों ने अनिल को मृत घोषित कर दिया।

पुलिस ने तीन ड्रग पैडलर को किया गिरफ्तार

राजधानी बनी 'ड्रग्स जंक्शन,' पैडलर के निशाने पर वीआईपी रोड के क्लब

हरिभूमि न्यूज़ ►► रायपुर

राजधानी सहित पड़ोसी जिलों में ड्रग माफिया तेजी से फैर फैला रहे हैं। पुलिस ने हरियाणा सहित रायपुर के तीन ड्रग पैडलर को गिरफ्तार कर उनके कब्जे से सिंथेटिक ड्रग 28 ग्राम के करीब एमडीएमए जब्त की है। तीनों पैडलर शुक्रवार को ही पकड़े जा चुके हैं। गहन पूछताछ के बाद पुलिस ने मामले की खुलासा किया। पकड़े गए ड्रग पैडलर के तार दिल्ली से जुड़े हैं। गिरफ्तार पैडलर की एक गलफ्रैंड दिल्ली से ड्रग भेजने का काम संभाल रही थी। पुलिस ने आरोपियों के कब्जे से 85 हजार रुपए कैश भी जब्त किए हैं। एसएसपी डॉ. लाल उमेश सिंह ने मामले का खुलासा करते हुए बताया कि क्लब तथा महंगे होटलों में ड्रग खपाने के आरोप में रायपुर, कटोरा तालाब निवासी हर्ष आहुजा, खम्हारडीह अर्वात विहार निवासी दीप धनोरिया तथा हरियाणा हिसार निवासी मोनु विष्नोई को गिरफ्तार किया है। इस मामले में पुलिस फॉरवर्ड एवं बैकवर्ड लिंकेज के माध्यम से नेटवर्क से जुड़े अन्य लोगों जल्द गिरफ्तार करने का दावा किया है।

प्रेमिका के माध्यम से मंगाता था ड्रग

ड्रग का कारोबार करने हर्ष ने अपनी प्रेमिका को विशेष तौर पर दिल्ली शिफ्ट किया था। युवती दिल्ली में ड्रग खरीदने के बाद उस ड्रग्स को अपने परिचित मोनु के माध्यम से ट्रेन के रास्ते रायपुर भेजती थी। पुलिस को जानकारी मिली है कि हर्ष की प्रेमिका दिल्ली के क्लबों में ड्रग्स सप्लाई करने का काम करती है। वहीं से उसने अपने प्रेमी के साथ मिलकर रायपुर के क्लब तथा होटलों में ड्रग खपाने योजना बनाई।

पैडलर के कब्जे से सिंथेटिक ड्रग भी की जब्त



वीआईपी रोड के क्लब बने ड्रग एडिक्ट का अड्डा

राजधानी में अब तक ड्रग जब्त की जितने मामले सामने आए हैं, उनमें से ज्यादातर का लिंक वीआईपी रोड तथा नवा रायपुर में संचालित होटल-क्लबों से जुड़ रहा है। पुलिस ने जिन तीन ड्रग पैडलर को गिरफ्तार किया है, उनके द्वारा वीआईपी रोड स्थित होटल, क्लब में ड्रग खपाई जाती थी। पकड़े गए तीनों ड्रग पैडलर से पूछताछ में आने वाले दिनों में कई और अहम खुलासे हो सकते हैं।

पुलिस के साथ झूमाझटकी

कटोरा तालाब के पास पुलिस ने साढ़ी वर्दी में ड्रग पैडलरों को पकड़ने की कोशिश की तो तीनों पुलिस को चक्का देकर भागने लगे। इस दौरान देवेन्द्र नगर एक्सप्रेस-वे के नीचे पुलिस अपनी बाइक कार के आगे की। तब हर्ष ने एक पुलिसकर्मी की बाइक पर कार चढ़ाने की कोशिश की। पुलिसकर्मी ने अपनी बाइक नहीं हटाई, उसके बाद तीनों पैडलर कार छोड़कर पैकेट अपने साथ रखकर भागने लगे, पुलिस ने दौड़ाकर तीनों को दबोच लिया तो पैडलर ने पुलिस के साथ झूमाझटकी कर भागने की कोशिश की।

कई बड़े चेहरे हो सकते हैं बेनकाब

एसएसपी के अनुसार, पकड़े गए पैडलरों से पुलिस की एक टीम पूछताछ कर रही है। गिरफ्तार आरोपी राजधानी के अलावा और कहां-कहां ड्रग खपाते थे। इस संबंध में पुलिस जानकारी जुटा रही है। सामग्री लंबे अरसे से खपाई जा रही है।

आता देन से था, जाता था पलाइंट से

वीकेंड तथा संडे को ध्यान में रखते हुए मौजूद दिल्ली से हर गुरुवार ड्रग्स लेकर निकलता था। इसके बाद वह हर्ष तथा दीप को कॉल कर मरीन ड्राइव के पास बुलाकर ड्रग की डिलीवरी देता था। डिलीवरी देने के बाद मोनू एयरपोर्ट निकल जाता था। वहां से वह दिल्ली के लिए पलाइंट से रवाना हो जाता था। शुक्रवार को पुलिस तीनों को घेराबंदी कर धर-दबोवा।

कबीर नगर में 50 से ज्यादा मकानों की तलाशी, 20 संदिग्ध मिले, चिट्ठा मामले में फरार महिला भी मिली



नशे के कारोबार पर अंकुश लगाने सौ से ज्यादा पुलिस अफसर-कर्मियों की टीम ने रविवार तड़के 5 बजे कबीर नगर थाना क्षेत्र के 50 से ज्यादा मकानों की तलाशी ली। तलाशी के दौरान पुलिस ने पिछले दिनों कबीर नगर में पकड़े गए रैकेट में शामिल एक फरार महिला को भी गिरफ्तार किया। आईजी अमरेश मिश्रा, एसएसपी डॉ. लाल उमेश सिंह के निर्देश चली तलाशी के दौरान



■ नशे के खिलाफ चलाए जा रहे अभियान में 21 दिन में 38 पैडलर दबोचे गए

पुलिस ने 20 संदिग्धों को गिरफ्तार कर उनके खिलाफ प्रतिबंधित धाराओं के तहत अपराध दर्ज कर कोर्ट में पेश कर जेल भेजा। ड्रग खरीदी-बिक्री करने वालों की जानकारी देने पुलिस ने दो मोबाइल तथा एक टोल् फ्री नंबर 9479216156, 9479211933 एवं 1933 जारी किया है। तलाशी के दौरान पुलिस ने हरप्रीत कौर उर्फ हैप्पी को गिरफ्तार किया है। हरप्रीत पर ड्रग रैकेट में शामिल पैडलरों के साथ मिलकर ड्रग खपाने में मदद करने तथा नए ग्राहक तलाशने का आरोप है। एसएसपी के अनुसार कबीर नगर, आमानाका के अलावा शहर के कई थाना क्षेत्रों में लगातार ड्रग खरीदी-बिक्री करने की शिकायतें मिल रही हैं। शिकायतों की पुष्टि करने के बाद पुलिस संबंधित थाना क्षेत्रों में लगातार अभियान चलाकर ड्रग नेटवर्क को तोड़ने की बात कह रही है।

21 दिन में 38 पैडलर दबोचे गए

पुलिस ने टिकरापारा, गंज, कबीर नगर, तेलीबाधा तथा कोतवाली थाना क्षेत्र में 21 दिनों में पांच ड्रग तस्करी के मामलों में 38 आरोपियों को गिरफ्तार करने में कामयाबी हासिल की है। तस्करो के कब्जे से पुलिस ने डेढ़ करोड़ रुपए कीमत की सात सौ ग्राम से ज्यादा हेरोइन चिट्ठा जब्त की है। पौने तीन लाख रुपए से ज्यादा कीमत की एमडीएमए जब्त की है।

निचले स्तर के तस्कर ड्रग पैडलर बन रहे

पूर्व में ड्रग एडिक्ट ही ड्रग तस्करी करते थे। गांजा, कोफ सिरेप, टेबलेट, इंजेक्शन पर सख्ती होने के बाद निचले स्तर के तस्कर ड्रग तस्करी में लिप्त हो रहे हैं। वर्तमान में जिन 38 लोगों को पुलिस ने ड्रग तस्करी करने के आरोप में गिरफ्तार किया है। उनमें से ज्यादातर निचले स्तर के पैडलर हैं। फारवर्ड लिंकेज के आधार पर ऊपर लेवल के तस्करी के खिलाफ जब तक कार्रवाई नहीं होगी। राजधानी में ड्रग का कारोबार तेजी से फैलता जाएगा।

सुपरलीग के लिए शहर के 73 कूड़ा-करकट वाले स्पॉट की होगी जांच

हरिभूमि न्यूज़ ►► रायपुर

रायपुर नगर निगम अपनी सिटी प्रोफाइल तैयार करने में जुट गया है। इस प्रोफाइल का स्पॉट वेरीफिकेशन भी होगा। इस बार उसकी नजर सुपरलीग क्वालिफाई करने पर रहेगी। इसके लिए पिछले साल बनाई गई सिटी प्रोफाइल को तीन अलग-अलग भागों में बांटकर उसका भौतिक सत्यापन जोन कमिश्नरी के माध्यम से मु ता बि क , इस बार दिसंबर माह के बाद वर्ष 2025-26 के लिए देशव्यापी केंद्रीय स्वच्छता सर्वेक्षण शुरू होगा। ऐसे में रायपुर नगर निगम की स्वच्छ भारत मिशन इकाई सिटी को केंद्र सरकार से मिलने वाले टूलकिट का इंतजार है। दरअसल वर्ष 2024-25 के लिए हुए देशव्यापी स्वच्छता सर्वेक्षण में 10 लाख से अधिक आबादी वाले शहरों की प्रतियस्पर्धा ►►शेष पेज 13 पर



इन बातों पर फोकस
शहर का ऐसा आवासीय और व्यावसायिक इलाका, जहां भारी मात्रा में कचरा निकलता है, उसकी नगरे सिरे से जांच-पड़ताल पर प्रोफाइल अपडेट की जाएगी। इसके लिए पिछले साल बनाई गई सिटी प्रोफाइल को अलग-अलग भागों में बांटकर संबंधित जोन कमिश्नरी से भौतिक सत्यापन कराने की तैयारी है। वहीं कम व अधिक कूड़ा-करकट निकल रहे स्थानों की सूची तैयार की जा रही है। सूत्रों के मुताबिक, शहर में ऐसे 73 स्पॉट विह्वलित किए गए हैं, जहां सबसे ज्यादा कूड़ा-करकट निकलता है। इनमें 8 शैक्षणिक संस्थान, 17 अस्पताल और नर्सिंग होम, 7 होटल और रेस्टोरेंट, 2 शॉपिंग मॉल, सिनेमा थिएटर, 5 मार्केट व कार्यालय और गार्डन का क्षेत्र शामिल है। इसके अलावा 2 टूरिस्ट परिया, 7 ट्रांसपोर्ट परिया ऐसे हैं, जहां पर संबंधित जोन अमला भौतिक सत्यापन कर इन जगहों की पुष्टि करेगा।

अलग-अलग श्रेणी में स्वच्छता सर्वेक्षण प्रतियोगिता

देश के सबसे स्वच्छ शहरों की रैंकिंग तय करने केंद्रीय स्वच्छता सर्वेक्षण की टीम द्वारा सर्वे कर अलग-अलग श्रेणी में स्वच्छता के लिए विभिन्न मापदंडों के आधार प्रतियोगिता में शामिल शहरों का मूल्यांकन किया जाता है। पहली श्रेणी में 10 लाख से अधिक आबादी वाले शहर को शामिल किया जाता है। दूसरी श्रेणी में 3 लाख से 10 लाख की आबादी वाले शहर, तीसरी श्रेणी में 50 हजार से 1 लाख की आबादी वाले शहर को शामिल किया जाता है।

राजधानी में प्रतिदिन औसत आधा सेमी. बारिश, तीन साल पहले थी ऐसी स्थिति

हरिभूमि न्यूज़ ►► रायपुर

इस बार अगस्त के महीने में राजधानी अल्पवर्षा का संकट झेल रही है। राजधानी में प्रतिदिन औसत आधा सेमी. के हिसाब से 125 मिमी. बारिश हुई। माह के अंतिम सप्ताह में एकाध बार ही अच्छी बारिश होने के आसार बन रहे हैं। शहर में वर्ष 2021 में 124 मिमी. बारिश हुई थी।

■ रविवार को छाप रहे बादल, पर बरसे नहीं जुलाई में हुई अच्छी बारिश की वजह से यहां की औसत वर्षा में बड़ा बदलाव नहीं हुआ है। शहर में सुबह के वक्त हल्की बारिश हुई, जिसके बाद दिनभर बादल छाए रहने की वजह मौसम में ठंडक रही। अगस्त का महीना बीतने में केवल 6 दिन शेष हैं और इस अवधि में एकाध बार ही अच्छी बारिश होने की संभावना बना रही है। जुलाई में रायपुर जिले में पर्याप्त मात्रा में बारिश हुई थी, जिससे आंकड़ा औसत से 13 फीसदी अधिक हो गया था। अगस्त लगने के बाद मानसून ►►शेष पेज 13 पर

यहां हुई बारिश

पिछले चौबीस घंटे में पुरूसरी में 13, कुसुमी में 12, दौरा कोयली में 9, अंबिकापुर में 8, मनेंद्रगढ़, पोड़ी, पेंड्रा, बलरामपुर, सामरी सहित कई शहरों में 7 सेमी., लैलुंगा, मरवाही, शंकरगढ़, खडवा, छोटेंडोहर में 6-6 सेमी., बैकुंठपुर, सूरजपुर, धरमजयगढ़, लुंडा सहित कई इलाकों में 5 सेमी. बारिश हुई।

तिजहारिनों की थाली में 60 रुपए किलो का करेला पहुंचेगा 40 से 50 रुपए प्रति पाव, खपत भी दोगुनी

हरिभूमि न्यूज़ ►► रायपुर

राजधानी के थोक मार्केट में इन दिनों करेले की पूछपूरख तीज पर्व के चलते बढ़ गई है। इसके असर से थोक सब्जी बाजार में डिमांड बढ़ने से व्यापारी ओडिशा और झारखंड से करेले की खेप मंगा रहे हैं। दूसरतराई थोक सब्जी बाजार में रविवार को भी 60 से 70 रुपए प्रति किलो करेला बेचा गया। वहीं करेला तिजहारिनों की थाली में इस साल भी 40 से 50 रुपए प्रति पाव यानी दोगुने से भी ज्यादा दाम में बेचा जा रहा है। इसका असर लोगों की जेब पर भी पड़ रहा है।

छत्तीसगढ़ में तीजा व्रत रखने वाली महिलाएं तीज से एक दिन पहले करेले की सब्जी के साथ ही चावल खाती हैं। इसे कड़ू भात की रस्म के रूप में व्रतधारी महिलाएं निभाती हैं। इसका असर इन दिनों थोक की अपेक्षा रिटेल सब्जी मार्केट में ज्यादा पड़ा है। ►►शेष पेज 13 पर

राजधानी के थोक व्यापारियों का कहना- तीज पर स्थानीय किसान नहीं कर पाते करेले की आपूर्ति



जरूरत और खपत के बीच रेट में अंतर

व्यापारियों ने बताया कि रविवार को थोक मार्केट में सुबह 60 से 70 रुपए प्रति किलो की दर पर करेला रिटेलर्स ने उठाया। शास्त्री मार्केट, टिकरापारा, मनपुरी सहित सभी इलाके में लगभग 40 से 50 रुपए प्रति पाव के भाव से ही दुकानदार करेला बेच रहे हैं। सामान्य दिनों की अपेक्षा तीजा पर्व से पहले करेले की मांग कुछ दिन पहले से ही बढ़ जाती है। इस सीजन में असर भी दिखाई दे रहे हैं। इससे पहले रिटेल में 30 से 40 रुपए प्रति किलो में मिलने वाला करेला अभी 50 रुपए देने पर सिर्फ एक पाव ही रिटेलर्स थमा रहे हैं।

खीरा भी सामान्य दिनों की अपेक्षा महंगा

थोक व्यापारी ने आगे बताया कि उत्तर भारतीय परिवारों में व्रतधारी महिलाएं करेला की जगह खाना खाने के बाद खीरा खाती हैं। इसके चलते थोक मार्केट में 15 रुपए प्रति किलो की दर से लग्नी बोली के बाद रिटेल में खीरा भी अन्य दिनों की अपेक्षा अब 30 से 50 रुपए किलो में बेच रहे हैं। अभी खीरा की खपत बाजार में प्रतिदिन 4 से 5 टन हो रही है। सामान्य दिनों में इसकी खपत दो से तीन टन होती है। अभी खीरा और करेला की पूछपूरख ज्यादा होने से रिटेल बाजार में इसका असर भी पड़ रहा है।

चंदनीडीह नाले में गाय गिरी, निगम अमले ने सुरक्षित निकाला

हरिभूमि न्यूज़ ►► रायपुर

चंदनीडीह के बड़े नाले में रविवार को अचानक एक गाय गिर गई। रहवासियों ने इसकी सूचना मोहबा बाजार स्थित जोन-8 कार्यालय को दी। इस सूचना को संज्ञान में लेते हुए नगर निगम की स्वास्थ्य अधिकारी प्रीति सिंह और जोन कमिश्नर राजेश्वरी पटेल के निर्देश पर जोन



की टीम स्थल पर पहुंची। इस दौरान नाले में गिरी गाय को जेसीबी मशीन और रस्सी की सहायता से सुरक्षित रूप से बाहर निकाला। चंदनीडीह इलाके में नाले में गिरी गाय को निगम की टीम ने समय रहते सुरक्षित बाहर निकाल लिया है। गाय को बाहर निकाले जाने पर स्थानीय रहवासियों ने निगम के टीम की सराहना की।

हरीभूमि

पाठक सूचना

हरीभूमि 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

चकल्लस



किसकी है ये युक्ति

प्रदेश की सरकार ने भले ही नेकनीयती से शिक्षकों का युक्तियुक्तकरण करने की योजना बनाई हो, लेकिन अफसरों ने नीति के क्रियान्वयन में ऐसी गड़बड़ियां की हैं, जो बेहद अजीबोगरीब हैं। एक स्कूल के छह शिक्षकों का अलग-अलग जगह तबादला किया गया। एक शिक्षिका ने अपने तबादले वाली जगह ज्वाइनिंग देकर काम शुरू कर दिया। बाकी के शिक्षकों ने नई जगह ज्वाइनिंग नहीं दी। जब एक माह बीता तो नौकरी करने वाली शिक्षिका को वेतन नहीं मिला, उसे अतिथि बत्ता दिया गया। दूसरी ओर जिन पांच शिक्षकों ने ज्वाइनिंग नहीं दी थी, उनकी उसी जगह वापसी हो गई, ये कैसे हुआ, ये जानना जरूरी नहीं, पर बड़ा सवाल ये है कि ये युक्ति किसने बनाई।

पटवारियों की नपाई

पटवारी हर किसी की जमीन की नाप करते हैं, यही उनका काम है, लेकिन हमारे यहां पटवारियों की ही नपाई हो रही है। यह बात खुद पटवारी कहने लगे हैं। इन लोगों ने अपनी मांगों को लेकर आंदोलन शुरू किया, जो दो दिन बाद ही वापस ले लिया गया। साथ ही जिस राशि की मांग की गई थी, उसमें भी कटौती कर दी गई है। पता लगा है कि पटवारियों को संसाधन भत्ते के रूप में साढ़े 13 सौ और स्टेशनरी भत्ते के ढाई सौ रुपए देने की मांग थी, लेकिन सरकार ने साढ़े 13 सौ की जगह साढ़े 11 सौ देना मंजूर किया तो ये रकम हो गई साढ़े 8 सौ। स्टेशनरी भत्ता गायब हो गया। अब प्रदेशभर में हड़ताली पटवारियों को नॉटिस जारी किए गए हैं। पटवारी खुद मान रहे हैं कि अब उनकी ही नपाई शुरू हो गई है।

चौबे जी के मन की बात

पूर्व मंत्री रविंद्र चौबे ने भूपेश बघेल के जन्मदिन समारोह में मन की बात कही। मंच पर आए और बोले-अगर माजपा से लड़ना है तो भूपेश बघेल को छत्तीसगढ़ कांग्रेस का नेतृत्व देना चाहिए। अगर सरकार के खिलाफ मजबूत लड़ाई लड़नी है तो भूपेश बघेल के नेतृत्व में लड़नी होगी। मविध्य में अगर छत्तीसगढ़ का मुख्यमंत्री किसी को बनाना चाहिए तो भूपेश बघेल को बनाना चाहिए। खबरी कह रहा था कि चौबे जी ने जो कहा, उससे कई नेताओं की नींद उड़ गई। क्योंकि मौजूदा अध्यक्ष पर सवाल उठा दिया और जो मविध्य में अध्यक्ष बनने की उम्मीद पाते बैठे हैं उन्हें आह्मन दिखा दिया।

दस साल का हिसाब...

आमतौर पर नेताजी के पास पांच साल के काम हिसाब-किताब होता है, पर यहां तो दस साल के हिसाब रखने वाले भी एक नहीं, पूरे सौ लोग मिल गए। हुआ यू कि नए-नएले साहब को प्रोजेक्ट का काम करना था। स्पॉट पर गए और वहां काबिज से कहने लगे, आपकी दुकान, मकान के कागज-पतर निकालिए। जवाब मिला, कागज तो नहीं है, नजूल की जमीन है। दुकान, मकान बनाने का परमीशन आपके जैसे ही एक साहब ने दिया था। इसके बदले ऐसे भी हमने जमा कराए, पक्के कागज देने थे, आज तक नहीं मिले। अब दस साल में उसी पैके का हिसाब लगा लें, किन्ता होता? साहब चक्करएं, बोले, दस साल के हिसाब का हमें क्या पता? हमें तो साइट क्लीयर चाहिए। जवाब देने वाले का कहना, साइट किसकी, यही पता होता तो फंसते क्यों?

सिकलसेल का दागी, बड़ी जिम्मेदारी

सीजीएमएससी में सिकलसेल घोटाले के दागी को महत्वपूर्ण पद देना चर्चा का विषय बना हुआ है। डिप्टी मैनेजर के रूप में घोटाले के आरोप में काफी समय तक निलंबित रहने वाले कर्मचारी की द्वा निगम में एंट्री हुई थी और छह महीने के भीतर ही उसे प्रमोशन का लाभ भी मिल गया। द्वा निगम के गलियारों में अब इस बात की चर्चा हो रही है कि मूल विभाग में वापस लौटे। अफसर के रिक्त पद हथियाने उनके द्वारा कितनी बड़ी एप्रोच लगाई गई। द्वाओं की सप्लाई के मामले में अक्सर विवादों में रहने वाले द्वा निगम की क्वालिटी पर दागी अफसर की एंट्री का क्या असर होगा, इस पर भी अनुमान लगाया जा रहा है।

स्वास्थ्य संचालनालय में मौनव्रत की घुट्टी

स्वास्थ्य संचालनालय में विभिन्न स्वास्थ्य योजनाओं की जिम्मेदारी निमाने वाले डिप्टी डायरेक्टरों को चुप रहने की घुट्टी पिल दी गई है। आम लोगों की रूहेत से जुड़े मामलों में मीडिया को जानकारी देना तो दूर, उन्हें किसी का कॉल रिसीव भी सीधे-समझकर करने की नसीहत दी गई है। व्यक्तिगत संबंधों के आधार पर लोगों से मेलजोल रखने वाले डाक्टर कम अधिकारियों का तर्क है कि वे अपनी व्यक्तिगत जानकारी दे सकते है मगर सार्वजनिक और जनहित से जुड़े मुद्दों पर उनका मौनव्रत है।

लो में आ गया

जब ईडी के डर से अच्छे-अच्छों की धिंगनी बंधी हुई है, तब भूपेश बघेल ने शनिवार को अपने जन्मदिन पर जो किया उसकी चर्चा प्रदेशभर में हो रही है। उन्होंने पौरा और जन्मदिन का कार्यक्रम सुभाष स्टेडियम में आयोजित किया। माइक लिया और कहा-हर जन्मदिन पर मेरे घर ईडी आ जाती थी। इस बार उन्होंने कार्यक्रम ही ईडी दमरू के सामने रख दिया। लोग कह रहे थे कि ऐसा भूपेश बघेल ही कर सकते हैं। वह भी तब, जब बेटा जेल में ही और खुद पर तलवार लटकी हो। इसके बावजूद स्वयं के जन्मदिन पर ईडी को ललकार- आप लोग नहीं आए तो हम ही यहां आ गए हैं।

छग इलेवन में तीन एक्स्ट्रा

छत्तीसगढ़ इलेवन अब तक मैदान में अपने करतब दिखा रही थी। कप्तान और कुछ प्लेयर्स पर ज्यादा ही भार आ गया था। वे पूरी क्षमता से अपना जौहर नहीं दिखा पा रहे थे। ऐसे में उन्हें विश्राम देने कुछ युवाओं को एक्स्ट्रा खिलाड़ी के रूप में शामिल किया गया है। वैसे तो नान पेंडिंग में दो खिलाड़ियों का नाम दिया जाता है। यहां पर तीन खिलाड़ियों का नाम शामिल कर लिया गया। अब विश्वाक्षी टीम की ओर से बवाल शुरू हो गया कि एक एक्स्ट्रा खिलाड़ी को बाहर किया जाए।

सूखे-सूखे विभाग

मंत्रिमंडल विस्तार से पहले तीन विधायकों ने मुख्यमंत्री विष्णुदेव साय से मुलाक़ात की थी। मुलाक़ात को बाद तीनों बाहर निकले। दो के चेहरे खिले हुए थे, उन्होंने मीडिया से खुश होकर बात की। तीसरे का चेहरा उतरा हुआ था। तब कयास लगे कि शायद तीसरे का नाम कट गया है। लेकिन ऐसा हुआ नहीं। द्वाओं में भी शपथ ली। लेकिन जब विभाग बंटे तो समझ आया कि उनका चेहरा क्यों लटका हुआ था। दर असल उन्हें ऐसे विभाग मिले हैं जिनहें सूखे विभाग माना जाता है। मतलब जिनसे खर्चा पानी निकालना भी कठिन सुखे

किनारे लगाने वाले किनारे

प्रदेश सरकार के मंत्रिमंडल का लंबे इंतजार के बाद हिस्तार हो गया। जिन विधायकों को मंत्री बनाया गया है, उनके कार्यकर्ता जहां खुश हैं, वहीं जिन दिग्गजों को मंत्रिमंडल में स्थान नहीं मिला, वे खुश नहीं हैं, लेकिन ऐसे कार्यकर्ता जरूर खुश हैं, जिनको ये दिग्गज कभी भाव नहीं देते थे। कार्यकर्ताओं में चर्चा हो रही है कि ये वही दिग्गज हैं, जो लंबे समय तक मंत्री रहते हुए कार्यकर्ताओं को पूछते तक नहीं थे। इनको घमंड इतना ज्यादा था कि कार्यकर्ताओं से सीधे मुंह न बात करते थे, न ही कार्यकर्ताओं का कोई काम करते थे। कार्यकर्ता सोशल मीडिया पर लिख रहे हैं कि समय-समय की बात है, जिन लोगों ने कार्यकर्ताओं को किनारे लगाने का काम किया, आज उनकी संगठन ने ही किनारे लगा दिया।

जिया कुरैशी, राजकुमार ग्वालानी, सुरेंद्र शुक्ला, प्रदीप शर्मा, विकास शर्मा।

नए शिक्षा मंत्री गजेंद्र आज संभालेंगे कार्यभार, दो मंत्रियों का अभी तय नहीं

हरिभूमि न्यूज ►► रायपुर

साय कैबिनेट के तीन नए मंत्रियों में से स्कूल शिक्षा मंत्री गजेंद्र यादव सोमवार को मंत्रालय स्थित अपने कक्ष में पूजा-पाठ कर कार्यभार संभालेंगे। अन्य दो मंत्रियों के कार्यभार संभालने की तरीख अभी तय नहीं हुई है। बताया जाता है कि वे शुभ मुहूर्त में कार्यभार ग्रहण करेंगे हैं। वहीं गणेश चतुर्थी के बाद अन्य दो मंत्री कार्यभार ग्रहण करेंगे।

स्कूल शिक्षा मंत्री मंत्रालय के मंत्री ब्लॉक के तीसरे फ्लोर पर अपने



■ शपथ ग्रहण के पांच दिन बाद मंत्रालय पहुंचेंगे यादव

अन्य दो मंत्रियों के पदभार की तिथि अभी तय नहीं

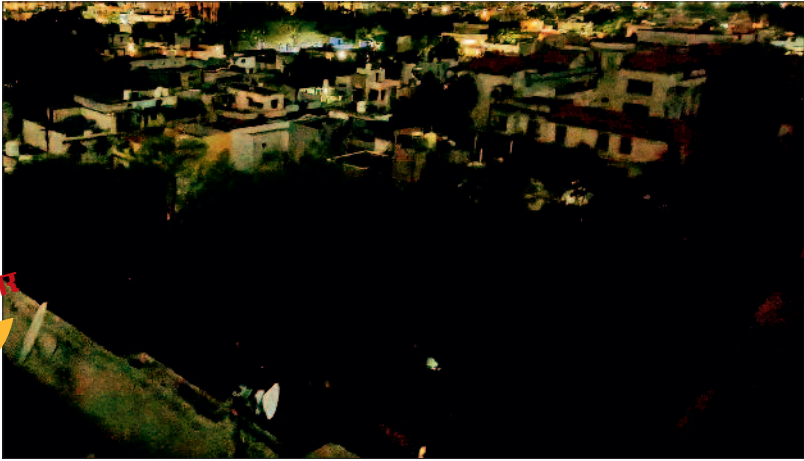
मंत्री गुरु सुशवंत साहेब और राजेश अगवाल से चर्चा करने पर उन्होंने बताया कि अभी उनके कार्यभार ग्रहण करने का समय तय नहीं हुआ है। शुभ मुहूर्त देखकर एक-दो दिनों में मंत्रालय जाकर कार्यभार ग्रहण करेंगे। गणेश चतुर्थी और छुट्टी को देखते हुए उनके कार्यभार में देर हो रही है। मंत्री अभी अपने क्षेत्र के दौरे पर हैं। राजधानी आने के बाद कार्यक्रम तय करेंगे।

फाल्ट ढूंढने में पॉवर कंपनी के कर्मचारियों का छूटा पसीना राजधानी में बिजली त्यवस्था बदहाल आधा दर्जन इलाकों में 6 घंटे ब्लैकआउट

हरिभूमि न्यूज ►► रायपुर

राजधानी रायपुर के पश्चिम विधाननसभा के आधा दर्जन से ज्यादा इलाकों में रविवार को 6 घंटों से ज्यादा समय तक ब्लैक आउट रहा। बिजली की अंडरग्राउंड लाइन में खराबी आने के कारण इसको खोजने में पॉवर कंपनी के अधिकारियों का पसीना छूट गया। ऐसा नहीं है कि यह पहली बार हो रहा है। राजधानी रायपुर में किसी भी इलाके में घंटों बिजली बंद रहना अब आम हो गया है। प्रदेश में बिजली के 55 सौ फीडर हैं। इन फीडरों में से ज्यादातर का ऐसा बुरा हाल है कि लगातार बिजली गुल होने से उपभोक्ता बेहाल हो गए हैं। राजधानी रायपुर में ही किसी फीडर में बिजली की खराबी आने के बाद इसको ठीक करने में बिजली विभाग का पसीना छूट जाता है। बीते सप्ताह सड्डू में एक रात को घंटों बिजली बंद रही। ऐसा ही कभी भी राजधानी के किसी भी क्षेत्र में होना आम बात है। सबसे बड़ी बात यह है कि मौसम की खराबी को फीडर श्रेल ही नहीं पाते हैं।

रविवार को टिकरापारा जोन के कैलाशपुरी, पुजारी नगर, प्रोफेसर कॉलोनी, वीरभद्र नगर, मठपारा, दुधधारी मंदिर के पास, राधास्वामी नगर में दोपहर को 3 बजे बिजली बंद हुई जो रात को 9 बजे के बाद ही चालू हो सकी। पॉवर कंपनी के अधिकारियों के मुताबिक, इस इलाके में अंडरग्राउंड केबल में खराबी आने के साथ ही एक तार भी टूट गया था, जिसे ठीक करने में लंबा समय लग गया। इस क्षेत्र के एक उपभोक्ता वीरेंद्र देवांगन ने बताया, हमारे क्षेत्र के कई उपभोक्ता टिकरापारा बिजली आफिस गए थे, पर वहां यह बताने वाला कोई अधिकारी नहीं था कि बिजली कब आएगी। उन्होंने बताया, उनके क्षेत्र में आए दिन बिजली का बंद होना आम बात है।



मेटेनेस की महज खानापूर्ति

प्रदेशभर में पॉवर कंपनी द्वारा फीडरों को साल में तीन से चार बार मेटेनेस के नाम पर चार-उछ घंटों के लिए बंद किया जाता है। इसके बाद भी इन फीडरों में रोज खराबी आना आम बात है। जब फीडरों को मेटेनेस के नाम पर बंद किया जाता है तो आखिर ऐसा क्या मेटेनेस होता है, जो कई बार मेटेनेस करने वाले ही दिन या फिर दूसरे दिन फिर से फीडर में खराबी आ जाती है। इसके बारे में विशेषज्ञों का कहना है, पॉवर कंपनी में इस समय कुशल और अनुभवी कर्मचारियों की बहुत कमी है। इसकी वजह से मेटेनेस का काम भी महज खानापूर्ति बनकर रह गया है। पूरा काम ठेके में चल रहा है। ठेकेदार कम वेतन वाले कर्मचारियों को रखते हैं। इनको मालूम है कि उनका वेतन बढ़ना नहीं है, इसलिए ये भी ठीक से काम नहीं करते हैं।

राजधानी का हाल भी बुरा

राजधानी रायपुर के फीडरों का भी हाल बहुत बुरा है। ऐसा कोई क्षेत्र नहीं है, जहां के फीडर आए दिन रोज दो से चार बार बंद नहीं होते हैं। इसका भी कोई समय नहीं है। कभी रात को 12 बजे कभी 3 बजे तो कभी अलसुबह 5 बजे, कभी सुबह को 8 बजे तो कभी दोपहर में 3 बजे बिजली गुल हो जाती है। पहले कभी माहभर में एक या दो बार पांच से दस मिनट के लिए ही बिजली बंद होती थी, लेकिन अब तो यह रोज का काम हो गया है। कई फीडरों में रोज कई बार पांच से दस मिनट के लिए बिजली का गुल होना आम है। कई बार बिजली ज्यादा समय के लिए भी गुल हो जाती है।

बारिश कम, छत्तीसगढ़ के आधा दर्जन से अधिक जिलों में सूखे की आशंका

हरिभूमि न्यूज ►► रायपुर

छत्तीसगढ़ में बारिश की स्थिति पिछले सालों की तुलना में इस साल औसत से कम है। जारी किए गए आंकड़ों के अनुसार, अब तक प्रदेश में इस साल 5 प्रतिशत कम बारिश हुई है। 3 जिलों में औसत से अधिक बारिश हुई है, जबकि 9 जिलों में सूखे की स्थिति बनी हुई है।

मौसम विभाग के ताजा आंकड़ों के मुताबिक, इस साल 1 जून से अब तक छत्तीसगढ़ में औसतन 815.1 मिमी बारिश हुई है, जबकि सामान्य बारिश 855.8 मिमी होती है। प्रदेश में अब तक लगभग 5 प्रतिशत कम बारिश दर्ज की गई है। राज्य के अधिकांश हिस्सों में बारिश सामान्य रही है, लेकिन बमेतरा, जशपुर और सरगुजा संभाग के कुछ जिले कम बारिश से जूझ रहे हैं। वहीं बलरामपुर और मोहला-मानपुर जैसे जिले अत्यधिक बरसात से तबतबर हैं।

बांध से छोड़ा जाएगा पानी

बताया गया है कि खंड वर्षा से सूख रही धान की फसल को बचाने सरकार ने रविशंकर बांध से अतिरिक्त 1000 क्यूसेक पानी छोड़ने का आदेश दिया है। एक महानदी मुख्य नहर से मिल रहे 4326 क्यूसेक डिस्चार्ज के साथ यह पानी रायपुर, बलौदाबाजार और महामुंद के खेतों तक पहुंचेगा।

सामान्य बारिश वाले जिले

छत्तीसगढ़ में इस साल कुछ जिलों में अब तक सामान्य बारिश हुई है। इन जिलों में बारिश न तो कम हुई है और न ही ज्यादा। इन जिलों में रायपुर, दुर्ग, धमतरी, गरियाबंद, कवर्धा, कांकर, बमेतरा, कोरबा, कोरिया, नारायणपुर, रायगढ़, सरायपाली-बिलाईगढ़, गोरिला-पेंड्रा-मरवाही, जांजगीर, बालोद, दत्तेवाड़ा, बीजापुर, मनेंद्रगढ़, राजनांदगांव, मुंगेली, सक्ती, खैरागढ़-गंडई-छुईखदान शामिल हैं। पूरे छत्तीसगढ़ में 24 जिलों में बारिश की स्थिति सामान्य है। बलरामपुर जिले में औसत से 64 प्रतिशत ज्यादा बारिश अत्यधिक बारिश वाले जिलों में बलरामपुर 64 प्रतिशत ज्यादा (1234 मिमी), मोहला-मानपुर-चौकी 35 प्रतिशत ज्यादा (1048.6 मिमी), जांजगीर-चांपा 21 प्रतिशत ज्यादा (1012 मिमी) हुई है।

राज्यपाल डेका बोले- सहकारिता में रिसर्च और डेवलपमेंट पर ध्यान देने की जरूरत

रायपुर। राज्यपाल रमन डेका रविवार को रायपुर में आयोजित दो दिवसीय सहकार राष्ट्रीय बुनकर अधिवेशन में शामिल हुए। उन्होंने कहा, 2025 को अंतर्राष्ट्रीय सहकारिता वर्ष घोषित किया है। इसका उद्देश्य केवल सहकारिता को बढ़ावा देना नहीं है, बल्कि इसके माध्यम से एक समृद्ध, न्यायपूर्ण और आत्मनिर्भर विश्व की नींव रखना है।



अपनाएं। मांग के अनुसार उत्पादों की डिजाइन में बदलाव लाएं। श्री डेका ने कहा, संयुक्त राष्ट्र संघ ने वर्ष 2025 को अंतर्राष्ट्रीय सहकारिता वर्ष घोषित किया है। इसका उद्देश्य केवल सहकारिता को बढ़ावा देना नहीं है, बल्कि इसके माध्यम से एक समृद्ध, न्यायपूर्ण और आत्मनिर्भर विश्व की नींव रखना है।

कार्यालय में फर्स्ट हॉफ में विधि-विधान से पूजा कर कार्यभार ग्रहण करेंगे। अपने परिजनों के साथ वे सुबह मंत्रालय पहुंचेंगे। अपने कक्ष में अधिकारियों की उपस्थिति में कार्यभार संभालने के बाद विभाग के बारे में प्रारंभिक जानकारी लेकर कामकाज शुरू करेंगे। 20 अगस्त को शपथ ग्रहण के बाद पांच दिन बाद मंत्री विधिवत कार्यभार लेकर काम शुरू करेंगे। मंत्रालय में मंत्री का पदभार ग्रहण करने पर अफसर भी उनके स्वागत और अन्य अफसरों से परिचय कराने के बाद काम शुरू करेंगे।

मंत्रालय कक्ष का आवंटन

तीनों नए मंत्रियों को मंत्रालय में कक्ष का आवंटन जीएडी ने कर दिया है। स्कूल शिक्षा मंत्री गजेंद्र यादव को मंत्री ब्लॉक के तीसरे फ्लोर पर कक्ष क्रमांक 8 से 12, गुरु सुशवंत साहेब को मंत्री ब्लॉक के प्रथम तल पर कक्ष क्रमांक 1 से 5 और राजेश अगवाल को चौथे फ्लोर पर कक्ष क्रमांक 23 से 26 आवंटित कर दिया गया है।

कार्यालय के लिए स्टाफ तय

मंत्रियों के विभाग के अनुसार मंत्रालय स्थित कार्यालय के लिए स्टाफ की नियुक्ति जीएडी द्वारा तय कर दी गई है। कार्यालय में लिपिक और सहायक वेड के कर्मचारी वहां की व्यवस्था संभालने के लिए रखे गए हैं। बताया गया है कि मंत्रियों के स्टाफ और ओएसडी को उनके कार्यभार ग्रहण करने के बाद नियुक्ति होने की संभावना है।

आयुष्मान के आंकड़ों में हेरफेर, नेशनल हेल्थ एजेंसी से शिकायत करने की तैयारी

हरिभूमि न्यूज ►► रायपुर

आयुष्मान योजना के आंकड़ों में स्टेट नोडल एजेंसी द्वारा हेरफेर किए जाने की शिकायत नेशनल हेल्थ एजेंसी से करने की तैयारी है।इसके अलावा लंबित भुगतान की जानकारी सीएमएचओ के साथ राज्य में योजना का संचालन करने वाली एजेंसी को भेजी जाएगी। एएचपीआई पेडिंग भुगतान के मामले में रणनीति बनाने जल्द ही निजी अस्पतालों के साथ बैठक होने वाली है। राज्य के कई निजी अस्पताल इस योजना की लचर भुगतान व्यवस्था को देखते हुए बहिष्कार का मूड बना रहे हैं। इधर एसोसिएशन ऑफ हेल्थकेयर प्रोवाइडर्स इंडिया छत्तीसगढ़ चैप्टर के अध्यक्ष डॉ. राकेश गुप्ता ने सभी निजी अस्पतालों से जनवरी 2025 से मार्च 2025 तक के बकाया भुगतान की जानकारी अपने संबंधित मुख्य चिकित्सा और स्वास्थ्य अधिकारी और स्टेट नोडल एजेंसी को भेजने का आग्रह किया है। शीघ्र ही एएचपीआई द्वारा सभी अस्पतालों की बैठक बुलाकर इस विषय पर आगे की रणनीति तय की जाएगी।

डॉ. गुप्ता ने बताया कि पिछले दिनों स्वास्थ्य सचिव अमित कटारिया से मुलाकात कर आयुष्मान योजना के तहत बकाया भुगतान के विषय को उठाया था। इस पर स्वास्थ्य सचिव ने कहा था कि शासन ने 31 मार्च 2025 तक के सभी प्रकरणों के ऑडिट की क्लोजर रिपोर्ट भारत सरकार को भेज दी है, अतः अब जिनका भी 31 मार्च 2025 तक का भुगतान बकाया है, वह अस्पतालों को नहीं मिलेगा।

अस्पताल संचालकों से बातचीत के आधार पर एकराय बनती दिख रही

दूसरी ओर मई 2023 के बाद का सभी सरकारी अस्पतालों को शेयर मनी अमी मिलनी शुरू हुई है, जिसमें सरकारी अस्पतालों में काम कर रहे डॉक्टर और नर्सिंग पैरामेडिकल स्टाफ की प्रोत्साहन राशि भी शामिल है। प्रदेशभर के अस्पताल संचालकों से बातचीत के आधार पर यह एक्तराय बनती दिख रही है कि जनवरी से मार्च और उसके बाद जुलाई तक का भुगतान तुरंत किए जाने की जरूरत है, इसके अलावा राज्य और जिला स्तरीय शिकायत निवारण समितियों द्वारा पुर्नजीवित केसेस का निपटारा प्राथमिकता के आधार पर न होने पर आयुष्मान योजना का बहिष्कार शुरू हो सकता है।

ऑल इंडिया स्पीकर्स कॉन्फ्रेंस, रमन ने ‘भारत लोकतंत्र की जननी’ विषय पर दिया व्याख्यान

हरिभूमि न्यूज ►► रायपुर

केंद्रीय गृहमंत्री अमित शाह ने ऑल इंडिया स्पीकर्स कॉन्फ्रेंस का शुभारंभ किया। इसमें छत्तीसगढ़ विधानसभा के अध्यक्ष डॉ. रमन सिंह भी शामिल हुए। उन्होंने “भारत लोकतंत्र की जननी” विषय पर अपना व्याख्यान दिया।

देश के पहले निर्वाचित भारतीय स्पीकर वीर विट्ठल भाई पटेल के शताब्दी वर्ष के उपलक्ष्य में यह आयोजन हो रहा है। दो दिवसीय सम्मेलन दिल्ली विधानसभा परिसर में आयोजित किया गया। इसमें भारत के लोकतांत्रिक ढांचे को और अधिक मजबूत करने पर चर्चा होगी। साथ ही महत्वपूर्ण प्रस्ताव भी पारित हो सकते हैं, इस सम्मेलन में भारत के कई राज्यों की विधानसभाओं के अध्यक्ष और पीठासीन अधिकारी शामिल हुए हैं। छत्तीसगढ़ विधानसभा के सचिव दिनेश शर्मा भी उपस्थित रहे। सम्मेलन में इस बात पर विचार किया जा रहा है कि विधान मंडलों की कार्यप्रणाली को और अधिक पारदर्शी तथा प्रभावी कैसे बनाया जाए।



विधानसभाएं लोकतंत्र को करती हैं मजबूत : रमन

अपने भाषण में स्पीकर डॉ. रमन सिंह ने कहा, भारत ने प्राचीनकाल से ही लोकतंत्र की भावना को आत्मसात किया है। ग्राम पंचायतों से लेकर आजादी के बाद बने विधानमंडलों तक भारत की लोकतांत्रिक परंपराएं पूरी दुनिया के लिए प्रेरणा रही हैं। विधानसभाएं लोकतंत्र को मजबूत करने में अहम भूमिका निभाती हैं। यही माध्यम है, जिससे जनता की आकांक्षाएं शासन की नीतियों में बदलती हैं।

पटेल जैसे नेताओं ने मजबूत की लोकतंत्र की नींव : शाह

कार्यक्रम का उद्घाटन करते हुए केंद्रीय गृहमंत्री अमित शाह ने कहा, वीर विट्ठल भाई पटेल का योगदान अतुलनीय है। उनके जैसे महान नेताओं ने भारतीय लोकतंत्र की नींव मजबूत की। आज भी उनकी परंपरा देश की लोकतांत्रिक संस्थाओं में जीवित है।

HEALTH TOWN

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

आँख एचम् कान नाक गला अस्पताल
कान से मवाद एवं परदे में छिद्र का दूरबीन पद्धति द्वारा ऑपरेशन
बैंक ऑफ़ बड़ीदा के सामने कर्मा धाम मंदिर गली बोरिया रोड संतोषी नगर रायपुर, फोन 0771-4001080

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

खबर संक्षेप

इंडियन ओवरसीज बैंक के कर्मियों ने जताई नाराजगी



रायपुर। रायपुर स्थित इंडियन ओवरसीज बैंक के क्षेत्रीय कार्यालय के समक्ष प्रदेशभर से आए लगभग 200 बैंककर्मों अपने परजनों सहित एकत्र हुए और हाल ही में छत्तीसगढ़ में कुछ बैंक अधिकारियों की गिरफ्तारी के विरोध में गहरी नाराजगी जताई और भय व्यक्त किया। इस संदर्भ में ऑल इंडिया बैंक अधिकारी महासंघ (एआईबीओसी) छत्तीसगढ़ राज्य इकाई के राज्य सचिव वाई. गोपाल कृष्ण ने कहा कि लगातार हो रही गिरफ्तारियों और पुलिस की चेतावनियों ने पूरे बैंकिंग समुदाय को गहरे भय और असुरक्षा के वातावरण में डाल दिया है। सभी बैंक अधिकारी बैंक की निर्धारित नीतियों और प्रक्रियाओं का पालन करते हुए ही खाते खोलते हैं। यदि केवल खाते खोलने की प्रक्रिया को आधार बनाकर निर्दोष अधिकारियों को दोषी ठहराया जाएगा तो भविष्य में अधिकारी खाते खोलने से हिचकिचाएंगे।

पवन बने छग तृतीय वर्ग कर्मचारी संघ के प्रदेशाध्यक्ष

रायपुर। पं. दक्षित साभागूह लालबहादुर शास्त्री प्रांगण में रविवार को छत्तीसगढ़ प्रदेश तृतीय वर्ग शासकीय कर्मचारी संघ का सप्तम प्रांतीय अधिवेशन आयोजित किया गया। कार्यक्रम के मुख्य अतिथि विधायक अमर अग्रवाल और विशिष्ट अतिथि बिलासपुर की महापौर पूजा विधानी उपस्थित रही। संघ के जिलाध्यक्ष किशोर शर्मा ने बताया कि दो चरणों में आयोजित इस अधिवेशन के प्रथम चरण में निर्वाचन अधिकारी पीआर यादव द्वारा संघ के प्रांतीय अध्यक्ष का निर्वाचन कराया गया, जिसमें दो नामांकन प्रस्तुत होने के बाद दूसरे प्रत्याशी द्वारा नामांकन वापस लिए जाने के बाद निर्वाचन अधिकारी द्वारा पवन शर्मा को निर्वाचित घोषित कर प्रमाणपत्र प्रदान किया गया।

ब्रह्माकुमारी के रिट्रीट सेंटर में लगाया रक्तदान शिविर

रायपुर। प्रजापिता ब्रह्माकुमारी ईश्वरीय विश्वविद्यालय की पूर्व मुख्य प्रशासिका राजयोगिनी दादी प्रकाशमणी की 18वें पुण्यतिथि पर आयोजित शिविर के दूसरे दिन रविवार को 112 लोगों ने रक्तदान किया। संस्थान से जुड़े भाई-बहन उत्साह के साथ इस रक्तदान महाधियान का हिस्सा बने। इस तरह दो दिनों में सङ्गु स्थित रिट्रीट सेंटर शांति सरोवर में 180 यूनिट रक्त संग्रह किया गया। शिविर में 129 भाग्यों ने रक्तदान किया। माताओं और बहनों ने भी इस अभियान में बढ़-चढ़कर हिस्सा लिया। इस दौरान 51 माताओं ने जनसेवा के पुनीत कार्य में अपना रक्तदान किया।

नवीन कानून के प्रभावी क्रियान्वयन पर राज्य स्तरीय प्रशिक्षण

रायपुर। नवा रायपुर स्थित महानदी मंत्रालय भवन के सभागार में आज अभियोजन अधिकारियों को नवीन कानूनों के प्रभावी क्रियान्वयन हेतु एक दिवसीय राज्य स्तरीय प्रशिक्षण कार्यक्रम आयोजित किया गया। इस अवसर पर निदेशालय लोक अभियोजन छत्तीसगढ़ के महानिदेशक अरुण देव गौतम मुख्य अतिथि के रूप में शामिल हुए। प्रशिक्षण कार्यक्रम में अतिरिक्त सत्र न्यायाधीश रायपुर विनय कुमार प्रधान एवं शैलेश शर्मा ने भारतीय नागरिक सुरक्षा संहिता के क्रियान्वयन संबंधी विषयों पर मार्गदर्शन दिया। अतिरिक्त सत्र न्यायाधीश प्रधान एवं अतिरिक्त सचिव विधि एवं विधायी कार्य विभाग श्री कुमार कश्यप ने वीसी के माध्यम से साक्ष्य परीक्षण, प्रक्रिया संबंधी जटिलताओं तथा नवीन कानून के क्रियान्वयन पर विस्तार से जानकारी दी। अतिरिक्त सचिव विधि एवं विधायी कार्य विभाग श्री कश्यप तथा अतिरिक्त संचालक लोक अभियोजन केएस गणपत्स्कर ने अपील एवं पुनरीक्षण प्रस्तावित करने के आधार और प्रशासनिक प्रक्रियाओं पर प्रकाश डाला।

नए इंजनों में शौचालय की सुविधा अनिवार्य, व्यस्त रूट्स पर अब बनाएंगे नए रनिंग रूम

हरिभूमि न्यूज
 रायपुर

भारतीय रेलवे अपने लोको पायलटों की सुविधा बढ़ाने की दिशा में बड़ा बदलाव करने जा रहा है। अब से सभी नए इंजनों में शौचालय की सुविधा अनिवार्य उपलब्ध कराई जाएगी, जिससे ट्रेन संचालन के दौरान पायलटों को असुविधा का सामना न करना पड़े। रेलवे अधिकारियों ने बताया कि इस संबंध में स्पष्ट दिशा-निर्देश जारी किए गए हैं।

यह पहल खासतौर पर महिला लोको पायलटों के लिए बेहद उपयोगी साबित होगी, जो लंबे समय से इस मूलभूत सुविधा की मांग कर रही थीं। इस नई व्यवस्था से लोको पायलटों को न केवल सुविधा मिलेगी, बल्कि उनके कार्य के दौरान स्वास्थ्य और स्वच्छता भी सुनिश्चित हो सकेगी। रेलवे प्रशासन ने इसे कर्मचारियों के हित में एक ऐतिहासिक और सराहनीय कदम बताया है।



महिला कर्मचारियों को सबसे अधिक फायदा, कर्मचारियों के हित में रेलवे का अहम निर्णय

सभी रनिंग रूम वातानुकूलित

लोको पायलट की यात्री सेवा में अहम मुमकिनता रहती है। ऐसे में उनकी वर्किंग कंडीशन को बेहतर बनाने के लिए रेलवे की ओर से कई अहम कदम उठाए गए हैं। लोको पायलटों के सभी रनिंग रूम को वातानुकूलित किया जा रहा है। जिन मारों पर भारी ट्रैफिक रहता है, उन पर नए रनिंग रूम बनाए जा रहे हैं। साथ ही लोको कैबिन में पायलटों को बेहतर से बेहतर सुविधा दिए जाने के प्रयास किए जा रहे हैं। इन प्रयासों से लोको पायलटों के प्रतिदिन के वर्किंग आवस्र सुविधाजनक रहेंगे।



मालगाड़ी के पायलट झेलते हैं समस्या

अधिकारियों ने बताया कि लोको पायलट के पद पर महिलाओं की भी तैयारी है। ऐसे में अभी तक जरूरत पड़ने पर लोको पायलट किसी स्टेशन पर पहुंचने के बाद ट्रेन के शौचालय का उपयोग करती है। वहीं नियमों की बात की जाए तो इयूटी समाप्त होने तक पायलट इंजन नहीं छोड़ सकते। इसके कारण अक्सर उन्हें असुविधा का सामना करना पड़ता था। भारतीय रेल के इस निर्णय पर स्थानीय स्तर पर लोको पायलट ने हर्ष जताया है। उनका कहना है कि अधिक दूरी तक ट्रेन संचालन में अक्सर शौचालय को लेकर समस्या होती है। सबसे अधिक समस्या मालगाड़ी के पायलटों को झेलनी पड़ती थी। इंजन में शौचालय बन जाने से लोको पायलटों को काफी हद तक रहत मिलेगी।

नौ मंजिला हरित भवन में होगा अब पॉवर कंपनी का मुख्यालय

पॉवर कंपनियां होंगी नवा रायपुर शिफ्ट, 217 करोड़ में नया भवन, 3 सितंबर को सीएम रखेंगे आधारशिला

हरिभूमि न्यूज
 रायपुर

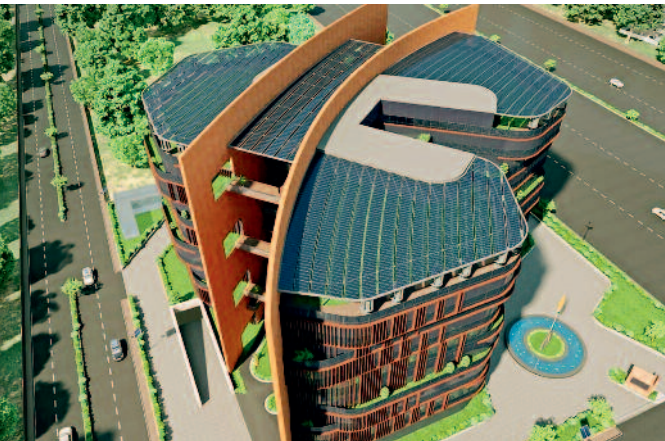
स्टेट पॉवर कंपनियों का संयुक्त मुख्यालय परिसर अत्याधुनिक और हरित भवन के मापदंडों के अनुरूप होगा। 1300 से अधिक कार्मिकों के लिए तैयार होने वाले इस मुख्यालय भवन को ऊर्जा दक्षता ब्यूरो (बीईई) की पांच सितारा रेटिंग और ऊर्जा संरक्षण भवन संहिता (ईसीबीसी) के मापदंडों के अनुरूप बनाया जाएगा। नवा रायपुर के सेक्टर 24 में निर्मित होने जा रहे भूतल समेत कुल 9 मंजिलों के इस मुख्यालय कॉम्प्लेक्स में तीनों कंपनियों के लिए तीन टॉवर होंगे। मुख्यालय भवन को ग्रीन रेटिंग फॉर इंटीग्रेटेड हैबिटेट असेसमेंट (गृहा) के निर्धारित पांच सितारा मानकों के अनुरूप तैयार किया जाएगा। नवा रायपुर के भवन में डगनिया में स्थित डाटा और लोड-डिस्पैच सेंटर को नवा रायपुर शिफ्ट नहीं किया जाएगा। इन सेंट्रों को बनाने में करोड़ों खर्च किए गए हैं। अगर इन सेंट्रों की शिफ्ट किया जाएगा तो पहले वहां नए सेंटर बनाने पड़ेंगे, इस पर हजार करोड़ से ज्यादा का खर्च आएगा। इन सेंट्रों को शिफ्ट न करने का फैसला किया गया है।



छत्तीसगढ़ राज्य पॉवर कंपनियां आने वाले समय में नवा रायपुर शिफ्ट होंगी। कंपनियों के लिए 217 करोड़ की लागत से नया भवन बनाया जाएगा। इस भवन की 3 सितंबर को मुख्यमंत्री विष्णुदेव साय आधारशिला रखेंगे। नौ मंजिला नया भवन हरित होगा। इसी के साथ भवन के दफ्तर सोलर से रोशन होंगे। डगनिया का डाटा सेंटर और लोड डिस्पैच सेंटर नवा रायपुर शिफ्ट नहीं होगा। नवा रायपुर के भवन में तीनों कंपनियों के दफ्तर ही शिफ्ट होंगे।

भवन में सौर ऊर्जा संयंत्र लगेंगे

नेट जीरो अवधारणा के साथ भवन में हरित ऊर्जा का ही उपयोग हो इसके लिए प्रथम चरण में 55 प्रतिशत तथा दूसरे चरण में शत प्रतिशत ऊर्जा की आपूर्ति सौर ऊर्जा से होगी। भवन में लगभग 12 सौ किलोवाट विद्युत के खपत का आकलन है। परिसर में सौर ऊर्जा संयंत्रों की स्थापना की जाएगी। इतना ही नहीं, भवन में कांठयुक्त बाह्य सतह पर बिल्डिंग इंटिग्रेटेड फोटो वोल्टाजिक सिस्टम (बीआईएपीवी) होगा, जो सूर्य की रोशनी नहीं होने पर भी भवन के ताप से भी विद्युत निर्माण कर सकेगा। 21वीं सदी के पहले नियोजित शहर में टीओडी मॉडल में विकास का आका तैयार किया गया है। उसी अनुरूप पॉवर कंपनियों का मुख्यालय तैयार किया जा रहा है।



दो मंजिला पार्किंग की सुविधा

इतने बड़े भवन में आने वाले अधिकारियों कर्मचारियों समेत आगंतुकों के वाहनों की पार्किंग सुव्यवस्थित करने के लिए दो मंजिला बेसमेंट पार्किंग निर्धारित की गई है, जिसमें 350 चारपहिया वाहनों की पार्किंग व्यवस्था होगी। पार्किंग क्षेत्र में पार्किंग के साथ ईवी चार्जिंग की व्यवस्था होगी। परिसर में दिव्यांगों की सुगमता का ध्यान रखते हुए उनके आवागमन समेत अन्य आवश्यकताओं के अनुरूप भवन में व्यवस्थाएं होंगी।

30 में तैयार होगा

मुख्यालय परिसर एकीकृत प्रणाली से प्रबंधित होगा, जिसे भवन प्रबंधन प्रणाली (बीएमएस) नियंत्रित कहा जाता है। इसके तहत नियंत्रण कक्ष स्थापित होगा और यह नियंत्रित विद्युत, एयर कंडीशनिंग (एचवीएससी) जल आपूर्ति, अग्निशमन, अग्नि अलार्म, ऑडियो विजुअल, सीसीटीवी निगरानी से लैस होगा। मुख्यालय परिसर के विकास का काम छत्तीसगढ़ स्टेट पॉवर जनरेशन कंपनी को सौंपा गया है। मुख्यालय भवन का निर्माण 10 हजार वर्गमीटर में होगा, जिस पर लगभग 217 करोड़ रुपये का व्यय होगा। भवन निर्माण का कार्य अगले 30 महीनों में पूरा कर लिया जाएगा।



आपात बैठक में शहीद स्मारक भवन ठेके पर निजी एजेंसी को देने पर जताई नाराजगी

हरिभूमि न्यूज
 रायपुर

राजधानी के रजबंधा स्थित शहीद स्मारक भवन में रविवार को छत्तीसगढ़ प्रदेश स्वतंत्रता संग्राम सेनानी उत्तराधिकारी संगठन की आपात बैठक हुई। बैठक में सेनानी उत्तराधिकारियों ने इस बात पर चिंता जताई कि शहर की ऐतिहासिक विरासत को नगर निगम की ओर से ठेके पर निजी एजेंसी को देने की तैयारी है, जिसमें चौपाटी और फूड प्लाजा एक तरह से उन स्वतंत्रता संग्राम सेनानियों का अपमान है, जिन्होंने इस स्मारक की बुनियाद रखी। उनकी ये भी राय सामने आई कि शहीद स्मारक बनाने के पीछे मकसद स्वतंत्रता आंदोलन से जुड़ी स्मृतियों को अशुभण बनाए रखना है, न कि वहां पर किसी तरह का व्यवसाय करना।

बैठक में उत्तराधिकारी संगठन के प्रदेश अध्यक्ष मुरली मनोहर खंडेलवाल, महामंत्री सुनील बाजारी, अरुण दुबे एवं अनिल गुप्ता सहित अन्य प्रतिभागी ने शहीद स्मारक भवन को निजी एजेंसी को संचालन के लिए दिए जाने पर



जनप्रतिनिधियों को ज्ञापन सौंपने की तैयारी

इस संबंध में उत्तराधिकारी संगठन का प्रतिनिधिमंडल शीघ्र ही महापौर मौनल चौधे, निगम सभापति सूर्यकांत राठौर, कलेक्टर डॉ. गौरव कुमार और निगम आयुक्त विश्वदीप को ज्ञापन सौंपकर मांग रखेगा कि शहीद स्मारक भवन को ठेके पर देने के निर्णय को तत्काल प्रभाव से रद्द किया जाए। बैठक में पी.एन. तिवारी, सविता पाठक, प्रभात मिश्रा, सुरेश मिश्रा, बबिता नन्थानी, केके अग्रवाल, शैलेंद्र राठौर, मुकेश बावरिया, अजय जैन, धर्मेन्द्र पंडिया, महेश दुबे, चंद्रकांत पांडे, राजेंद्र चवुपुटी, अनिरुद्ध दुबे, रमा जोशी, डॉ. रेखा जोशी, प्रभा दुबे, गोविंद खंडेलवाल एवं डॉ. पाठक उपस्थित रहे।

नाराजगी व्यक्त की। उनकी चिंता ये भी रही शहीद स्मारक भवन का व्यावसायिक उपयोग कर ठेका एजेंसी वहाँ पर चौपाटी एवं फुड प्लाजा का बिजनेस खड़ा करेगी। नगर निगम के इस निर्णय को अत्यंत दुःखद शहीद स्मारक भवन की गरिमा के विपरीत बताया। सेनानी उत्तराधिकारियों ने कहा कि सामान्य भवन नहीं है बल्कि छत्तीसगढ़ के

शांमिलात खाते और हाल ही में खरीदी गई कृषि जमीन के पंजीयन में हो रही दिक्कत

एग्रीस्टैक पोर्टल में पंजीयन कराने में किसानों को हो रही परेशानी

हरिभूमि न्यूज
 रायपुर

छत्तीसगढ़ सरकार ने किसानों को शासकीय योजनाओं का लाभ आसानी से दिलाने के लिए एकीकृत किसान पोर्टल को अब एग्रीस्टैक से जोड़ा है। खरीद वर्ष 2025-26 के लिए सभी किसानों को इस पोर्टल पर पंजीयन कराना अनिवार्य है। जिन किसानों ने पहले धान बेचने के लिए पंजीयन कराया था। उन्हें भी संशोधन या कैरी फॉरवर्ड से पहले एग्रीस्टैक पोर्टल पर पंजीयन कराना अनिवार्य है, जैसे किसान, जिनके शांमिलात खाते हैं, उनका अलग-अलग नामों से पंजीयन नहीं हो पा रहा है। वहीं ऐसी कृषि जमीन, जिनकी खरीदी-बिक्री कुछ दिनों पहले हुई है, उनका नाम पोर्टल में



पंजीकृत नहीं हो पा रहा है। बिना एग्रीस्टैक पंजीयन के कोई भी किसान धान बेचने के लिए पात्र नहीं होगा। यह पंजीयन किसान सहकारी समिति और ग्राहक सेवा केंद्र में निशुल्क किया जा रहा है। कई किसानों के पंजीयन के दौरान बहुत सी परेशानियां सामने आ रही हैं। जिला कार्यालय में किसान इसे लेकर अधिकारियों से संपर्क कर रहे हैं, लेकिन उनको कोई मदद नहीं मिल पा रही है।

क्या है एग्रीस्टैक

एग्रीस्टैक एक डिजिटल इकोसिस्टम है, जिसे भारत सरकार ने कृषि क्षेत्र के लिए विकसित किया है। इसका उद्देश्य किसानों की समस्त जानकारी जैसे पहचान, भूमि रिकार्ड, आय, कर्ज, फसल की जानकारी और बीमा इतिहास को डिजिटल प्लेटफॉर्म पर इकट्ठा करना है। हर किसान को एक विशिष्ट डिजिटल पहचान यानी किसान आईडी मिलेगी, जो उनके आधार से लिंक होती है।

किसानों को हो रही ये परेशानी

पंजीयन में किसानों को कई तरह की दिक्कतें आ रही हैं। किसान जिस सहकारी समिति में पंजीयन कराते हैं। ऐसी कई समितियों का कोड बदला नहीं गया है, जिसके कारण किसानों का पंजीयन नहीं हो रहा है। वहीं ऐसे किसान, जिनकी जमीन शांमिलात खाते में दर्ज है, उन किसानों के नाम से अलग-अलग पंजीयन में परेशानी हो रही है। पटवारी खाते में इन किसानों का नाम जोड़कर लिखा होता है। अतः उन्हें पंजीकृत कराने अपने खाते अलग-अलग कराकर पंजीयन के लिए प्रस्तुत करना होगा। ऐसे किसान, जिन्होंने कृषि जमीन अभी खरीदी है, उनका पंजीयन अभी नहीं हो पाएगा। उनका पंजीयन दो साल बाद एग्रीटेक पोर्टल में होगा।

एक ही जगह रहेगी किसानों की जानकारी

एग्रीस्टैक पोर्टल का उद्देश्य किसानों और कृषि नीति निर्माताओं को एक डिजिटल छतरी के नीचे लाना है। खेती-किसानी के डेटा का डिजिटाइजेशन करना, साथ ही सरकारी योजनाओं की पहुंच तेज और सटीक बनाना है, इससे किसानों, सरकारी विभागों और एग्रीस्टैक कंपनियों के लिए डेटा संचालित सेवा देना, फसल निष्पत्ति, अग्निशमन और वित्त संबंधी जानकारी एक जगह उपलब्ध होगी।

इन योजनाओं का मिलेगा लाभ

किसानों से जुड़ी सभी योजनाओं जैसे पीएम किसान निधि, फसल बीमा, खाद बीज, सब्सिडी सीधे किसानों के खाते में आएगी। बाढ़ सूखा से निपटने के उपाय और मार्केट लिंक की डिजिटल जानकारी प्राप्त होगी। साथ ही एक बार डिजिटल किसान का रजिस्ट्रेशन आईडी हो जाने के बाद बार-बार दस्तावेज देने की जरूरत नहीं पड़ेगी।

भाजपा के छह मोर्चा अध्यक्ष आज लेंगे पदभार, भाजयुमो की सुबह बाइक रैली

हरिभूमि न्यूज
 रायपुर

प्रदेश भाजपा संगठन के सात मोर्चों में से एक किसान मोर्चा के अध्यक्ष आलोक सिंह ठाकुर ने तो अलग से एक दिन पहले पदभार संभाल लिया है। अब बचे छह मोर्चा के अध्यक्षों का एक साथ सोमवार को कुशाभाऊ ठाकरे परिसर में पदभार ग्रहण का कार्यक्रम होगा। इस कार्यक्रम में भाजपा के प्रदेश संगठन महामंत्री पवन साय और प्रदेश के अन्य महामंत्री और पदाधिकारी रहेंगे।

भाजपा के प्रदेशाध्यक्ष किरण देव ने अपनी नई कार्यकारिणी का ऐलान किया तो इसमें पदाधिकारियों के साथ ही भाजपा के सात मोर्चा के अध्यक्ष भी घोषित किए गए। अब इन सात मोर्चा में से एक मोर्चा किसान मोर्चा के अध्यक्ष का पदभार होने के बाद बचे छह मोर्चा के अध्यक्ष भाजयुमो के अध्यक्ष राहुल टिकारिहा, महिला मोर्चा की अध्यक्ष विभा अवस्थी, अजा मोर्चा के अध्यक्ष डॉ. सनम जांगड़े, अजजा मोर्चा के अध्यक्ष सत्यनारायण सिंह, ओबीसी मोर्चा के अध्यक्ष अशोक साहू, अल्पसंख्यक मोर्चा के अध्यक्ष सभालेंगे। इस अवसर पर भाजपा के



मंदिर से होगी शुरुआत

इससे पहले भाजयुमो द्वारा श्री टिकरिहा के रस्मान में राजधानी के विभिन्न मणों से होकर बाइक रैली निकाली जाएगी। यह रैली सुबह 10 बजे बंजारी माता मंदिर से प्रारंभ होगी और मनपुरी चौक, खमतराई बाजार चौक, फाफाडीह चौक, जयस्तीम चौक, आबेडगंज चौक, भगत सिंह चौक, तेली बांधा तालाब (मरौन झाइव), मेक इन इंडिया चौक, वीआईपी चौक राम मंदिर, फुंडहर् चौक, अटल चौक (एक्सप्रेस-वे), प्रदेश कार्यालय मोड़ से होते हुए भाजपा प्रदेश कार्यालय पहुंचकर समाप्त होगी।

प्रदेश संगठन महामंत्री पवन साय के साथ ही प्रदेश महामंत्री नवीन मार्कंडेय, अखिलेश सोनी और यशवंत जैन के साथ अन्य पदाधिकारी उपस्थित रहेंगे। कार्यक्रम में सभी मोर्चा के पूर्व अध्यक्षभी रहेंगे, जिनसे नए अध्यक्ष पदभार लेंगे।

online Booking- www.tripuryatra.com

स्लीपर मात्र 9,100/-

संयुक्त, विद्युतसंपन्न, चाम्पा, सप्तगढ़ से होकर

स्पेशल ट्रेन
 (14 अगस्त से 19 अक्टूबर 2025, 22 अक्टूबर से 28 अक्टूबर 2026 (7 दिव))

गंगा सागर यात्रा
 गंगा सागर, श्री जगन्नाथ पुरी, माँ कामाख्या देवी

ऑफ राशि- स्लीपर 9,100/-, 3 एसी-16,500/-, 2 एसी 21,500/- (+5% GST)

Since-2007

श्री त्रिपुर तीर्थ यात्रा सेवा समिति

RAIPUR: B-26 Sector 4 Khanda Estate, Khandah, Raipur M.C. 391, 362, 363 S.S. Plaza, Preeti House Road

संपर्क करें:- 7354-411411

लाइव इवेंट

स्टाइलिंग से पर्सनल ब्रांडिंग तक छात्रों ने सीखे सफलता के नए मंत्र



रायपुर। विश्व फैशन दिवस के अवसर पर मैट्स युनिवर्सिटी के मैट्स स्कूल ऑफ फैशन डिजाइनिंग एंड टेक्नोलॉजी द्वारा छात्रों के व्यक्तित्व विकास और प्रोफेशनल ग्रूमिंग को केंद्र में रखते हुए 'पर्सनालिटी एवं सेल्फ-ग्रूमिंग' विषय पर प्रेरणादायी कार्यशाला आयोजित की गई। कार्यक्रम की शुरुआत मां सरस्वती पूजन और दीप प्रज्वलन के साथ हुई। विभागाध्यक्ष श्रीमती परमेश्वर कौर ने स्वागत भाषण में फैशन इंडस्ट्री में आत्मविश्वास और प्रस्तुतीकरण की अहमियत पर प्रकाश डाला। कार्यक्रम में चांसलर गजराज पगारिया, वाइस चांसलर प्रो. डॉ. के.पी. यादव, प्रो. वाइस चांसलर डॉ. दीपिका ढंड, डायरेक्टर जनरल प्रीयेश पगारिया तथा रजिस्ट्रार गोकुलानंद पांडा की गरिमामयी उपस्थिति रही।

पर्सनल ब्रांडिंग की बारीकियों से अवगत कराया

मुख्य वक्ता डॉ. अनामिका सिंह (मिसेज इंडिया मेडिको दिवा, स्त्री रोग विशेषज्ञ एवं भाजपा पार्षद) ने बी द बैंड यू वेयर थीम पर छात्रों को पहली छाप, बॉडी लैंग्वेज, आत्मविश्वास निर्माण, पब्लिक स्पीकिंग, नेटवर्किंग और पर्सनल ब्रांडिंग की बारीकियों से अवगत कराया। उन्होंने समय प्रबंधन, फिटनेस, पोशर और अनुशासन को भी फैशन एवं ग्लैमर जगत की सफलता के लिए अनिवार्य बताया। इंटरएक्टिव सत्र में छात्रों ने प्रोफेशनल स्टाइलिंग, ग्रूमिंग और कन्फिडेंस रिकर्न्स सीखी। कार्यशाला का समापन धन्यवाद झापन के साथ हुआ। यह आयोजन छात्रों को बेलास्वरूप से कैटवॉक तक आत्मविश्वास के साथ आगे बढ़ने की प्रेरणा देता हुआ, सफलता के नए आयाम छूने का संदेश देकर संपन्न हुआ।

सिटी इवेंट

'रोटी' ने दिखाई लोकतंत्र की विडंबना व्यंग्य ने दहेज और नई सोच पर खोली आंखें



रायपुर। साहू स्थित जनमंच में आयोजित तीन दिवसीय 'रंग परसाई' में दूसरे दिन रचना मिश्रा के निर्देशन में हर्षेशकर परसाई की 9 लघु कथाओं के कोलाज के रूप में दर्शकों ने परसाई की व्यंग्य विविधता के अलग-अलग 9 रंगों, स्थितियों को देखा। परसाई की लघुकथा 'रोटी', चौबेजी की कथा, जाति, उपदेश, सुशीला, होनहार, अनुशासन, अश्लील पुस्तकें तथा एक वैष्णव कथा के जरिए समाज में व्याप्त कई तरह की विसंगतियां, दोगलेपन और बदलती परिस्थितियों का पर्वकाश किया गया। परसाई की रचनाओं पर आधारित नाट्य कोलाज की शुरुआत उनकी प्रसिद्ध लघुकथा 'रोटी' से की गई। इस प्रस्तुति के माध्यम से व्यवस्था की कुरता और असंवैदनशीलता को तीखे व्यंग्य के साथ उजागर किया गया। कहानी में प्रजातंत्र का राजा, जहांगीर की तरह अपने महल के सामने एक जंजीर लटकाकर यह घोषणा करता है कि जिसे भी शिकायत करनी हो, वह जंजीर खींचे और राजा स्वयं उसकी फरियार सुनेगा।

चौबेजी की कथा : दहेज और बदलता दौर

चौबेजी की कथा दहेज प्रथा और वर पक्ष की लालच पर व्यंग्य है। उनका बेटा अशोक एम.ए. प्रथम श्रेणी से पास होकर नौकरी की तलाश में है। वे चाहते हैं कि उसकी शादी करा दी जाए। उधर, मिश्राजी की बेटी शीला भी एम.ए. प्रथम श्रेणी से उत्तीर्ण है और विवाह योग्य है। बातचीत और लेन-देन तय होते हैं, तभी चौबेजी अफसोस जताते हैं कि बेटे को डिप्टी कलेक्टर लड़के 'जैसी कीमत क्यों न मिली। लेकिन, शीला साफ कह देती है कि वह किसी जुनियर सरकारी कर्मचारी से विवाह नहीं करेगी। आत्मविश्वास से रिश्ता तोड़ते हुए वह अपनी योग्यता को सर्वोपरि मानती हैं।



जाति और उपदेश : परसाई का तीखा व्यंग्य

परसाई की लघुकथा 'जाति' समाज में जातिगत सोच की गहरी जड़ पर प्रहार करती है। कारखाने में ठाकुर साहब और पंडितजी साथ काम करने लगे, पड़ोस में रहने लगे, परंतु जब ठाकुर का बेटा और पंडित की बेटी जवां हुए तो पुरानी जातिगत दौड़परे तुरंत खड़ी हो गई। वहीं 'उपदेश' कथानी और करनी के अंतर को उजागर करती है। परसाई के नौ रंग नाट्य प्रस्तुति में हेमंत यादव, उमेश उपाध्याय, संख्या वर्मा, श्रीमती सीमा सोनी, धावेंद्र रजक, भूपेन्द्र कुमार, महेश्वर धुव ने अलग-अलग भूमिकाएं निभाईं। रंग परसाई की नेपथ्य पर व्यवस्था में सुश्री प्रीति भोकरसे, नाट्य प्रस्तुति में संगीत संयोजन प्रथम गुप्ता ने किया। प्रकाश एवं प्रचार -प्रसार व्यवस्था मेहेन्द्र सिंह राजपूत, योगेश साहू, संदीप जांगड़े की थी। वेशभूषा में सुमित भारती, कौशलया यादव ने सहयोग किया।

तीजा-पोरा महोत्सव में छत्तीसगढ़ी वेशभूषा में संवर कर पहुंचीं प्रतिभागी महिलाएं, पंडवानी-तीजा के गीतों पर जमकर झूमिं

साइंस मैदान स्थित पं. दीनदयाल उपाध्याय ऑडिटोरियम में तीजहारिन महिलाओं के लिए हुआ तीजा-पोरा त्योहार का भव्य आयोजन



रायपुर। विभाग की ओर से हुए जोरदार स्वागत व सम्मान से सम्मिलित प्रतिभागी महिलाएं अभिभूत दिखे। कार्यक्रम की मेजबानी कर रही महिला एवं बाल विकास मंत्री लक्ष्मी राजवाड़े छत्तीसगढ़ी पारंपरिक परिधान में दिखीं। उन्होंने सम्मेलन में पहुंची प्रतिभागी महिलाओं को तीजा-पोरा की शुभकामनाएं दी। शुभकामनाएं व आभार व्यक्त करते हुए महिला एवं बाल विकास मंत्री ने महिला प्रतिभागियों से कहा कि तीजा धार्मिक, सामाजिक और प्राकृतिक सामंजस्य का पर्व है। माता-बहनें परिवार को जोड़कर स्वर्ग समान बनाए रखने का कार्य करती हैं। सुहागन महिलाएं निर्जला व्रत रखकर अपने पति की दीर्घायु की कामना करते हुए शिव-पार्वती की पूजा करती हैं। सावन में खेत-खलिहान हरे-भरे हो जाते हैं, जिनमें गाय-बैलों की अथक मेहनत का योगदान होता है। इसी मेहनत से हमारे धान के कोठार भरते हैं। कार्यक्रम में मौजूद पूर्व सांसद सरोज पांडेय ने भी सम्मेलन में पहुंची महिलाओं को बधाइयां दी। सम्मेलन में विभाग के महिला पदाधिकारी, प्रतिभागी महिलाएं, महिला जनप्रतिनिधियों ने मिलकर तीजा-पोरा महोत्सव को यादगार बनाया।

तीजहारिन बहनों ने लगवाई मेहंदी



महिला सम्मेलन आयोजन स्थल पर तीजहारिनों के लिए मेहंदी रसम के लिए विशेष स्टॉल सजाए गए, जहां पर मेहंदी डिजाइनर्स की टीम ने प्रतिभागी तीजहारिन महिलाओं के हाथों पर उनकी मनपसंद की डिजाइन की मेहंदी लगाई। रंग-बिरंगी चूड़ियां पहनीं, आलता लगाया और सजधज कर सावन के झूले का आनंद उठाया। यहाँ मेहंदी, चूड़ियां, आलता के स्टॉल और ग्रामीण परिवेश को जीवंत करते हुए तीजा-पोरा की तैयारियों की आकर्षक प्रदर्शनी लगाई गई। सम्मेलन में पंडवानी गायिका पद्मश्री उषा बारले ने पंडवानी को शानदार प्रस्तुति से सबका मन मोह लिया। वहीं, लोकगायिका आरु साहू ने तीजा-पोरा के गीत से समां बांधा। प्रतिभागी महिलाएं पंडवानी, तीजा गीत और मांदर की थाप पर कर्मा, राउत नाचा के गीतों व जमकर झूमते नजर आए।



ढेढरी, खुरमी, कलेवा का लिया स्वाद, मिला तीज का उपहार

कई महिलाओं ने कहा कि ऐसे आयोजनों से त्योहार का आनंद दोगुना हो जाता है और समाज में आपसी मेलजोल भी बढ़ता है। प्रतियोगिता के अंत में विजेताओं को पुरस्कृत किया गया और सभी प्रतिभागियों की सराहना की गई। प्रदेश सरकार के मंत्रियों और जनप्रतिनिधियों ने माताओं-बहनों का आत्मीय स्वागत किया और उन्हें उपहार स्वरूप साड़ी, श्रृंगार सामग्री और छत्तीसगढ़ी कलेवा मेट किया।



सरगुनिया साड़ी, रुपियामाला, ऐंटी पारंपरिक आभूषणों से श्रृंगार

सम्मेलन में तीजहारिन महिलाएं पारंपरिक आभूषणों जैसे सरगुनिया साड़ी, रुपियामाला, ऐंटी से श्रृंगार किए नजर आईं। ऑडिटोरियम में छत्तीसगढ़ के पारंपरिक किनारी आभूषणों की प्रदर्शनी भी लगाई गई। इसमें तोड़ा, पैरी पेजन, लच्छा, साटी, झांझ, बिछिया, बिडुआ, चुटकी, ऐंटी, गोल, कंगन या कड़ा टरकउच्चा, कंगन, पटा, ककनी-हरया, तरकी, छुमका, दार, खिनवा, तुरकी, धतुरिया, फुल्ली, नथ, रुपियामाला, तिलरी, कटवा, सूता, करधन, बाजुबंद, खगना, फुंदरा और झांझली जैसे पारंपरिक आभूषणों के साथ कृषि उपकरण और वाद्ययंत्र भी प्रदर्शित किए गए।



जलेबी दौड़, रस्साकशी खेल को किया एंजॉय

महिलाओं ने खेल प्रतियोगिताओं में उत्साह दिखाया। प्रतिभागी महिलाएं कुर्सी दौड़, जलेबी दौड़, नींबू दौड़ और रस्साकशी जैसी प्रतियोगिताएं में बढ़-चढ़कर भाग लिए और खेल का खुब एंजॉय किया। महिला सम्मेलन एवं तीजा-पोरा तिहार की शुरुआत विधि-विधान से शिव-पार्वती और नंदी की पूजा-अर्चना से हुई। इसके बाद मंचीय कार्यक्रमों में महिलाओं की सहभागिता ने पूरे माहौल को उत्सवमय बना दिया। इन खेलों ने न केवल प्रतियोगिता का रोमांच बढ़ाया, बल्कि पारंपरिक पर्व की आत्मीयता और सामाजिकता को भी जीवंत कर दिया।

तीज को खास बनाने थ्रीडी नेल आर्ट का बढ़ा क्रेज



तीज का त्योहार नजदीक आते ही शहर की महिलाएं तैयारियों में जुट गई हैं। पारंपरिक व्रत और उत्सव की रौनक को और खास बनाने के लिए महिलाएं शॉपिंग, मेहंदी और मेकअप पर खास ध्यान दे रही हैं। हाथों की खूबसूरती बढ़ाने के लिए ट्रेंडिंग, मेहंदी डिजाइन और स्टाइलिश नेल आर्ट की एडवांस बुकिंग जोरों पर है। हरिभूमि ने मेकअप व मेहंदी आर्टिस्ट से बातचीत की। श्याम नगर की मेकअप आर्टिस्ट और नेल आर्ट डिजाइनर प्रीति साहनी ने बताया कि इस समय कैट आई नेल्स सबसे ज्यादा डिमांड में हैं। इसके साथ महिलाएं क्रोम आर्ट करवा रही हैं, जिससे नेल्स पर आकर्षक शाइन आती है। उन्होंने बताया कि खासतौर पर नई वती महिलाएं इन डिजाइंस को ज्यादा पसंद कर रही हैं।



उ ज्यादा पसंद किए जा रहे हैं। फोटो नेल आर्ट में महिलाएं अपने नेल्स पर दूल्हा-दुल्हन की तस्वीरें बनवाने की डिमांड कर रही हैं, जो त्योहार और खास मौकों पर आकर्षण का केंद्र बन रहा है। **मेहंदी में फ्लोरल आर्ट के प्रति बढ़ रहा लगाव** फ्रीलांसर मेहंदी डिजाइनर संजना यादव ने बताया कि तीज व्रत के लिए इस समय फ्लोरल आर्ट सबसे ज्यादा डिमांड में है। उन्हें रोजाना 10 से 15 बुकिंग के ऑर्डर मिल रहे हैं। महिलाएं अपनी पसंद की डिजाइन हाथों पर लगवा रही हैं, जिनमें लोटस मेहंदी, दूल्हा-दुल्हन की तस्वीरें और पति का नाम शामिल है। उन्होंने बताया कि अल्टामास मेहंदी से कम समय लगता है और इसका रंग 7 से 8 दिन तक टिका रहता है। कई महिलाएं मोबाइल से डिजाइन दिखाकर भी ऑर्डर देती हैं। डिजाइन के अनुसार कीमत 300 से 4000 रुपये तक रहती है। संजना के मुताबिक, भारी दुल्हन मेहंदी बनाने में 3 से 4 घंटे लगते हैं, जबकि ट्रेंडी और सिंपल आर्ट को तैयार करने में 2 से 3 घंटे का समय लगता है।

महिलाओं ने की श्रृंगार और पूजा सामग्री की जमकर खरीदारी



छत्तीसगढ़ी परंपराओं की खुशबू से महकता त्योहार तीजा आज से प्रारंभ है, जिसे लेकर महिलाओं में उत्साह देखा जा सकता है। रविवार को शहर के प्रमुख बाजारों में हजारों की भीड़ देखने को मिली, जहां महिलाएं खास तौर पर तीजा पर्व की तैयारियों में जुटी रहीं। सुहागिनी ने साड़ी, चूड़ी, सिंदूर और मेहंदी जैसी श्रृंगार सामग्रियों की खरीदारी की। शहर के गोलबाजार, शास्त्री चौक, लाखे नगर, शंकर नगर, संतोषी नगर, सुंदर नगर, गुडियारी, और खमतराई जैसे कई क्षेत्रों में रौनक देखते ही बन रहा था। इस मौके पर महिलाएं मेहंदी के स्टॉल, कांच की रंग-बिरंगी चूड़ियों की खरीदो करती दिखीं।

आर्गेजा, नेट, और पेस्टल शेड्स में मुलायम सिल्क साड़ियों की खरीदी



तीज पर्व से एक दिन पहले साड़ी दुकान में सबसे अधिक भीड़ देखने को मिली, जहां महिलाएं हजारों की साड़ियां खरीदती नजर आईं। इस वर्ष प्री-ड्रेप्ड साड़ियों की डिमांड अधिक रही, जो प्रि-स्टिच होता है। जिनमें पहले से ही पल्लू और प्लीज लगे होते हैं। साथ ही आर्गेजा, नेट, बनारसी, जॉर्जेट, पिफॉन, डिशू, ब्रिस्कॉस, केप और शैविन फेब्रिक में साड़ियों की खरीदी की गई। ऐसे में चटक लाल, मेहरून, बलश पिक, मिंट ग्रीन, लैवेंडर, पीच और पेस्टल शेड्स की साड़ियों की डिमांड सबसे अधिक रही।

आज घरों में करु मात की रस्म

तीजा पर्व का शुभारंभ करु मात की रस्म के साथ किया जाता है, जो व्रत के एक दिन पहले होता है। इसमें महिलाएं करले की सब्जी खाकर निर्जला व्रत प्रारंभ करती हैं। यह परंपरा शरीर और मन की शुद्धि का प्रतीक माना जाता है। मंगलवार को दिनभर महिलाएं निर्जला व्रत रखकर भगवान शिव और माता पार्वती की आराधना करेंगी और पति की लंबी उम्र व सुखद वैवाहिक जीवन की कामना करेंगी। इस दौरान कई स्थानों पर लोकगीत, झुल्ला और गौरा-गौरी की पूजा जैसे सांस्कृतिक आयोजन भी होंगे, जो तीजा-पर्व को और भी जीवंत बना देते हैं।

धर्म लाइव

जरामदेव सा पीर जन्मोत्सव में सत्संग और संकीर्तन में रमेंगे भक्त परिवार



रायपुर। भगवान द्वारकाधीश के अवतार बाबा रामदेव सा पीर का जन्मोत्सव इस बार भी धूमधाम से मनाया जाएगा। जन्मोत्सव पर आयोजित एक शाम राम देवसा पीर के नाम' से प्रदेश के दूसरे शहरों और स्थानीय भक्त परिवार इस भव्य सत्संग व संत समागम में तीन हजार से ज्यादा लोग शामिल होंगे। रविवार की रात ठाकुर विघ्नहरण सिंह भवन सरोना में रातभर भजन संध्या का सिलसिला चलेगा। रविवार को पत्रकार वार्ता में अंतरराष्ट्रीय हिन्दू परिषद शहर जिला मंत्री एवं गुजरगौड़ बाह्मण समाज के प्रतीय महामंत्री पुखराज जोशी ने यह जानकारी दी। उन्होंने बताया कि सरोना में रामदेव सा पीर के जन्मोत्सव का हिस्सा बनने के लिए जहां गुजरगौड़ बाह्मण समाज के लोग शामिल होंगे। रविवार शाम सात बजे से सोमवार को सुबह सात बजे तक इस भक्तिमय आयोजन में हर वर्ग के लोग शामिल होंगे।

इनकी उपस्थिति में जन्मोत्सव का आगाज

इस भक्तिमय समारोह में विधानसभा अध्यक्ष डॉ. रमन सिंह, पश्चिम क्षेत्र के विधायक राजेश मृगत, हिन्दू नेता और विधायक शिव बाडमेर राजस्थान रविंद्र सिंह भाटी एवं पोखरण के विधायक प्रतापपुरी महाराज तारातरा मठ बाडमेर वर्तमान विधायक परमाणु नगरी पोखरण और छत्तीसगढ़ के युवा कांग्रेस नेता कन्हैया अग्रवाल, महासचिव राजस्थान गौरव साधन भी सत्संग और जन्मोत्सव में शिरकत करेंगे। वहीं, महोपायक सिंह मकराना, राष्ट्रीय अध्यक्ष राजपूत करणी सेना, प्रदीप गौर ने टीम वर्क करते हुए इसे खास अवसर बनाने के लिए व्यवस्था बनाई।

सिटी लाइव

बीएआई कार्यशाला का हुआ समापन अभियंताओं की समस्याओं पर हुई चर्चा



रायपुर। बीएआई की दो दिवसीय चले रहे कार्यशाला के समापन अवसर पर उप मुख्यमंत्री अरुण साव शामिल हुए। इस दौरान एमएसएमई सेक्टर की चुनौतियों और विभिन्न राज्यों में ईपीएफ भुगतान में हो रही देरी पर भी विस्तार से चर्चा हुई। एसोसिएशन ने मांग रखी कि इन समस्याओं के त्वरित समाधान के लिए शासन विशेष नीति बनाए। उप मुख्यमंत्री ने बिल्डरों और ठेकेदारों को भरोसा दिलाया कि राज्य से होने वाले कार्यों में जीएसटी का भुगतान अलग से किया जाएगा। उन्होंने कहा कि बिल्डरों और ठेकेदारों की अन्य समस्याओं का भी शीघ्र समाधान किया जाएगा।

विशेष रूप से पीडब्ल्यूडी विभाग से जुड़ी मुख्य अभियंता स्तर की समस्याओं का निवारण प्राथमिकता पर किया जाएगा। इस अवसर पर राष्ट्रीय अध्यक्ष राजेंद्र सिंह कंबोह, छत्तीसगढ़ इकाई के चेरमैन रुपेश सिंहल, पूर्व चेरमैन कंवलजीत सिंह ओबेरॉय, राष्ट्रीय उपाध्यक्ष के.सी. राव, आयोजन समिति के चेरमैन आलोक शिवहरे, वेस्ट जोन सचिव दिलीप सिंह कुशवाहा, सेंटर चेरमैन सुशील अग्रवाल, राजेश हुड्डा, रवि त्रिपाठी, संजय कृष्णानी, रोहित चावला, हरसिमरन सिंह ओबेरॉय, समीर पोद्दार, निर्भय देशलहरा सहित कई पदाधिकारी मौजूद रहे।

समाज इवेंट

नुआखाई शोभायात्रा का कई जगह स्वागत, पारंपरिक अंदाज में उत्सव



रायपुर। उड़िया गाँज समाज की अगुवानी में नुआखाई शोभायात्रा संचालन समिति ने रविवार को नुआखाई के उपलक्ष्य में बूढ़ी माता मंदिर राजेन्द्र नगर से दोपहर तीन बजे पूजा-पाठ करने के बाद पारंपरिक अंदाज में शोभायात्रा निकाली। उत्सव से पहले लोग उत्सव का हिस्सा बने। समिति के सूरज सोन और जितेन्द्र तांडी की टीम ने शोभायात्रा का सफल संचालन करते हुए व्यवस्था की कमान संभाली। गीत-संगीत के साथ नाचते-गाते हुए कलाकारों ने इस अवसर को खास बनाने में कोई कसर नहीं छोड़ी। संबलपुरी सेलिब्रिटी रूकु सोना भी अतिथि के रूप में इस समारोह का हिस्सा बने। इसमें उत्तर के विधायक पुरन्धर मिश्रा और दक्षिण के विधायक सुनील सोनी और बाबा उदय नाथ ने समाज को उत्सव के लिए अतिव्यय बधाई दी। साथ ही छत्तीसगढ़ के विकास में समाज के योगदान को भी अतिथियों ने सराहा और उत्साह बढ़ाया।

इन मार्गों से होकर आगे बढ़े समाज के लोग

जयघोष के साथ शोभायात्रा बूढ़ी माता मंदिर राजेन्द्र नगर से प्रारंभ होने के बाद गोवर्धन चौक पहुंची। केनाल रोड से आगे बढ़ते ही युवा उत्साह देख गाजे-बाजे के साथ नृत्य करती युवाओं की टोली आकर्षण का केंद्र बनी। भगत सिंह चौक, नगर घड़ी चौक, शास्त्री चौक से मोर्तीबाग मधुसुदन चौक पहुंचने पर अलग-अलग समाज और संस्थाओं के द्वारा शोभायात्रा का मंच के माध्यम से स्वागत किया गया। शोभायात्रा का वास मेमोरियल वाउड में समापन किया गया। इसके बाद आयोजन समिति ने आगामी उत्सव को खास बनाने को लेकर आकाशवाणी चौक के पास रात में प्लानिंग की गई।

कार्नर न्यूज

रायपुर। मनुष्य का जीवन तभी सार्थक होता है, जब उसका अस्तित्व दूसरों के जीवन में प्रकाश और आशा की किरण बने। इसी दिव्य ध्येय को साकार करते हुए नारायण सेवा संस्थान उदयपुर ने वीआईपी रोड के विशाल नगर स्थित शगुन फार्म में नारायण लिंब एवं कैलिपर्स फिटमेंट कैम्प का निःशुल्क आयोजन किया गया। इसमें कृत्रिम हाथ-पैर मिलने की आस लिए प्रदेश ही नहीं, मध्यप्रदेश, ओडिशा और झारखंड से भी लोग इस निःशुल्क कैम्प का हिस्सा बनने के लिए दिव्यांगों के साथ पहुंचे। इसके चलते चिकित्सा शिबिर में असंख्य टूटे सपनों और ठहरी हुई जिंदगी को फिर से गति देने का प्रयास संस्था ने किया। इसमें व्हील चेयर, बैसाखी, लाठी और ट्रायसिकल के सहारे जीवन की गाड़ी खींचने वाले युवा, बुजुर्ग और बच्चे भी जीवन को सहारा मिलने से खुश नजर आए।

हैप्पी रिलेशनशिप का सीक्रेट मंत्र: प्यार, समझ और क्वालिटी टाइम

एक-दूसरे की पसंद को अपनाने से रिश्तों में आएगा संतुलन खूबियों और कमियों को जानकर भावुक हुए कपल्स

शादी के बाद व्यक्ति जब जीवन की जिम्मेदारियों में उलझता है, तो अक्सर वही रिश्ते धीरे-धीरे पीछे छूटने लगते हैं, जिनकी बुनियाद पर वह जीवन का सफर शुरू करता है। काम की व्यस्तता, सामाजिक अपेक्षाएं और पारिवारिक दबाव के चलते दाम्पत्य जीवन में संवाद की कमी, तालमेल में कमी और मनमुटाव की स्थितियां बढ़ने लगती हैं। ऐसी समस्याओं को समझते हुए जेसीआई रोयल कैपिटल द्वारा 'प्यार का नगमा' कार्यक्रम का आयोजन किया गया। इस कपल ट्रेनिंग प्रोग्राम में विवाहित जोड़ों में समझदारी और भावनात्मक जुड़ाव की नई दिशा तय की गई। यह कार्यक्रम वीआईपी रोड स्थित मधुवन फार्म हाउस में रविवार को आयोजित की गई।



कपल्स ने एक-दूसरे की अच्छी और बुरी आदतें लिखी

कपल ट्रेनिंग प्रोग्राम की शुरुआत एक अनेखे सेशन के साथ की गई, जिसमें कुल 32 प्रतिभागी जोड़ों को एक-दूसरे की 10-10 अच्छी और बुरी आदतें लिखने को कहा गया। सत्र के दौरान जब पति-पत्नी ने एक-दूसरे की लिखी बातें पढ़ीं, तो माहौल में गंभीरता और अपनापन दोनों नजर आए। कई कपल्स ने कहा, हमने कभी इस तरह एक-दूसरे के बारे में खुलकर सोचा ही नहीं था। ऐसे में कुछ ने अपनी आदतों को लेकर बदलाव और सुधार की इच्छा भी जताई। बातचीत के इस दौर में कपल्स को एक-दूसरे को करीब से जानने और समझने का मौका मिला।



बैलेस रिलेशनशिप के लिए समझने का प्रयास करें

कार्यक्रम के दौरान मुख्य व्याख्याता के रूप में राजेश अग्रवाल शामिल हुए। उन्होंने बताया कि बैलेस रिलेशनशिप के लिए एक-दूसरे को समझने का प्रयास करें। उदाहरण के तौर पर अगर आप अपनी पत्नी से अधिक प्रेम करते हैं, और वह बच्चों से, तो आप भी बच्चों के साथ समय बिताना शुरू करें। जब आप एक-दूसरे की पसंद-नापसंद को अपनाने लगते हैं, तो रिश्तों में सहजता और सामंजस्य बढ़ता है। ऐसा करने से कुछ ही दिनों में रिलेशनशिप में सुधार नजर आने लगेगा। कार्यक्रम की अध्यक्षता स्पर्श लखौना ने की। इसमें शहर के अलावा ओडिशा और महाराष्ट्र के जोड़ों भी शामिल हुए।

पार्टनर जैसा है, उसे वैसे स्वीकारें

सुखहाल लव लाइफ के लिए यह जरूरी है कि आप अपने पार्टनर को वही जैसा है, उसे वैसे ही स्वीकारें। अपने पार्टनर पर जब भी गुस्सा आए, तो सबसे पहले अपने मन को शांत रखकर यह सोचना चाहिए कि हमें उन्हें जैसा है, वैसा ही स्वीकार करना है। इससे आपका गुस्सा शांत हो जाएगा। जितना काम जरूरी है, उतना ही जरूरी परिवार और परिवार के सदस्य भी। भारतीय परंपरा के अनुसार हम अपने परिवार से दूर नहीं रह सकते हैं, इसलिए वर्तमान को बेहतर ढंग से जीना शुरू करें और परिवार के लिए हमेशा काम से समय निकालें।

इच्छाओं का संयम और आत्मशुद्धि ही पर्युषण का सार

रायपुर। भैरव सोसायटी प्रांगण स्थित हिरसुरी आराधन भवन में परम पूज्य गुरु भगवंतों के सान्निध्य में चल रहे परमाधिराज पर्युषण महापर्व की आराधना के अंतर्गत रविवार को दिव्य प्रवचन का आयोजन हुआ। गुरु भगवंतों ने दो विशेष विषयों पर प्रकाश डालते हुए श्रावक-श्राविकाओं को आत्मचिंतन के लिए प्रेरित किया। प्रवचन की शुरुआत भगवंतों ने मातृ-जीवन की सावधानियों से हुई। गुरु भगवंत ने कहा कि गर्भकाल शिशु के शारीरिक और मानसिक विकास का सबसे महत्वपूर्ण 'डेवलपिंग पीरियड' होता है। इस दौरान मां को सात्विक एवं पौष्टिक भोजन ग्रहण करना चाहिए तथा मोबाइल फोन का अत्यधिक उपयोग, निरर्थक फिल्में या वेब सीरीज देखने और मानसिक तनाव से बचना चाहिए। उनके अनुसार रविवार को भक्ति, तप और आत्मशुद्धि की अलौकिक सुगंध से सराबोर रहा।



आवरण ही भविष्य के बच्चे के संस्कारों की नींव होते हैं। इसके उपरांत गुरु भगवंतों ने पर्युषण पर्व की आध्यात्मिक महिमा पर प्रकाश डालते हुए कहा कि पर्युषण का अर्थ है- अपने भीतर ठहरना, इच्छाओं को संयमित करना और आत्मचिंतन करना। वर्ष के चार महीनों में आत्मशुद्धि का अवसर मिलता है, किंतु इनमें से सबसे पुण्यदायी समय यही आठ दिवस हैं, जिन्हें परमाधिराज ने कहा कि गर्भकाल शिशु के शारीरिक एवं मानसिक विकास का सबसे महत्वपूर्ण 'डेवलपिंग पीरियड' होता है। इस दौरान मां को सात्विक एवं पौष्टिक भोजन ग्रहण करना चाहिए तथा मोबाइल फोन का अत्यधिक उपयोग, निरर्थक फिल्में या वेब सीरीज देखने और मानसिक तनाव से बचना चाहिए। उनके अनुसार रविवार को भक्ति, तप और आत्मशुद्धि की अलौकिक सुगंध से सराबोर रहा।

जीवन का आनंद लेना हो तो जीवन को मर्यादित कर लो

टैगोर नगर पट्टा भवन में पद्माधिराज पर्युषण पर्व के पांचवें दिन रविवार को परम पूज्य उपाध्याय भगवंत युवा मनीषी श्री मनीष सागरजी महाराज ने कहा कि जीवन में दूसरों को नहीं, कर्मों को जीतना लक्ष्य होना चाहिए। हमें दूसरों को नहीं सुधारना है, स्वयं को सुधारना है। अज्ञान को मिटाना लक्ष्य है। सभता की पराकाष्ठा को रूढ़ना है। अपने भीतर के महावीर को जगाने का प्रयास करें।

ऐसा पुरुषार्थ करो कि जीवन का कल्याण हो जाए



आत्मोत्थान चतुर्मास 2025 के अंतर्गत शनिवार को पद्माधिराज पर्युषण के चतुर्थ प्रभात पर दादाबाड़ी में आयोजित प्रवचन में परम पूज्य हंसकीर्ति श्रीजी म.सा. ने कहा कि भोग की दुनिया चाहे कितनी भी विशाल क्यों न लगे, उसका स्वरूप धर्म की दुनिया से बिल्कुल भिन्न है। भोग हमें क्षणिक सुख का आभास तो कराता है, लेकिन आत्मा के कल्याण का मार्ग केवल धर्म ही प्रशस्त करता है। इसलिए, आवश्यक है कि हम जीवन को केवल भोग और बाहरी सुख-सुविधाओं में न गवाएं। बल्कि, ऐसा प्रयास करें जिससे आत्मिक शांति और कल्याण प्राप्त हो सके।

चालीहा महोत्सव की तैयारी तेज व्यवस्था बनाने दी जिम्मेदारी



रायपुर। सिंधी समाज द्वारा चालीहा महोत्सव धूमधाम से मनाया जाता है। ऐसी मान्यता है कि सिंध प्रांत में जब सिंधी समाजजन निवासरत थे, तब उस समय के मुगल बादशाह ने उनके ऊपर अत्याचार किया। तब सिंधी व हिंदू समाज सिंधु नदी के किनारे एकत्रित हुए और 40 दिनों तक व्रत उपवास रखकर भगवान की आराधना की। जिससे वहां आकाशवाणी हुई वरुण अवतार भगवान झूलेलाल जन्म लेंगे। 40 दिनों की आराधना के बाद भगवान झूलेलाल ने अवतरण लिया व मुगल बादशाह के अत्याचारों का अंत किया। इस मान्यता के तहत सिंधी समाज के लोग 40 दिनों तक उपवास रखते और झूलेलाल की आराधना करते हैं। अब चालीहा महोत्सव के समापन पर 28 अगस्त को साईं शहरा वाले के सानिध्य में भजन, सत्संग के साथ एक भव्य जुलूस तेलीबांघा से निकाला जाएगा। इसमें आस की मटकी और बहराणे साहब की शोभायात्रा भी निकाली जाएगी, इसका मरीन ड्राइव में समापन होगा।

सारथी करेंगे झूलेलाल की आरती का इंतजाम

सेवादारी महेश रोहरा, मुकेश थावानी, सुभाष बजाज और तनेश आहुजा ने बताया कि आयोजन को भव्य रूप देने के लिए अहमदाबाद के शहरा शहर से साईं शहरा वाले का आगमन 27 अगस्त को होगा। सुचारु रूप से आयोजन करने के लिए कई समितियों का गठन किया है। इसमें मुख्य रूप से लंगर सेवा, शोभायात्रा, भोजन, पंडाल सेवा को प्रमुख लोगों को दिया गया है। बहराणे साहब की व्यवस्था और मरीन ड्राइव में भगवान झूलेलाल की आरती सारथी संस्था को दी गई है। अतिथि भोजन और पंडाल में दी जाने वाली सेवा तनेश आहुजा, सपना कुकरेजा व साईं शहरा वाले समिति को दी है। इस आयोजन का संचालन गुलशन उदसरी, दीपक थावानी सहित प्रमुख सेवादारी को ही बड़ी जिम्मेदारी दी गई है।

वीआईपी रोड शगुन फार्म में उदयपुर की नारायण सेवा संस्थान ने लगाया निशुल्क लिंब फिटमेंट कैम्प

व्हीलचेयर, बैसाखी और लाठी छोड़ 382 दिव्यांग कृत्रिम पैरों से अब नापेंगे दुनिया, खुशी से मिलाएंगे हाथ



वालंटियर्स ने व्यवस्था बनाने में दिया साथ

संस्था से जुड़े देवेन्द्र गुप्ता ने बताया कि सुबह 8 से शाम 6 बजे तक आयोजित कैम्प के दौरान अलग-अलग क्षेत्र से आए दिव्यांगों और उनके परिजनों को भोजन और स्वास्थ्य सेवा से जोड़ने में अहम कड़ी का काम संस्था से जुड़े वालंटियर्स ने किया। इससे पहले आने वाले लोगों का जिस तरीके से अप्रैल में कृत्रिम हाथ-पैर देने के लिए नाप लिया गया था, उसी के अनुरूप सुबह से शाम तक कृत्रिम अंग लगाने से पहले उपयोग की जानकारी दी गई। इसके बाद दिव्यांगों को कृत्रिम अंग दिया गया।

45 लोगों की टीम ने बनाए कृत्रिम अंग

विशेष अतिथि अल्पसंख्यक आयोग अध्यक्ष अमरजीत सिंह खड्गडा ने डिप्टी सीएम के साथ कैम्प का शुभारंभ दीप जलाकर किया। इस दौरान मंच पर समाजसेवी ओपी निगम, संजय पारख, मीरा राव, डॉ. अशोक भट्ट, सीताराम अग्रवाल, पंकज शर्मा व अनंत श्रीवास्तव का स्वागत मेवाड़ी परंपरा से किया गया। संस्थान के संरक्षक

कैम्प में शामिल हुए डिप्टी सीएम साव

इस कैम्प में मुख्य अतिथि के रूप में डिप्टी सीएम अरुण साव शामिल हुए। उन्होंने इस चिकित्सा कैम्प में शामिल होने के अपने अनुभव को ऐतिहासिक क्षण बताया है।



जिस किसी परिवार में एक सदस्य असहाय होता है तो उससे पूरा परिवार पीड़ा झेलता है। जब वही सदस्य फिर से अपने पैरों पर खड़ा हो जाता है तो दिव्यांग के साथ ही उसके परिवार को उम्मीद की किरण मिली है। डिप्टी सीएम एक ऐसी बेटी से भी मिले, जिसने अपने जन्म दिन पर दोहरी खुशी साझा की। डिप्टी सीएम साव ने जब में हाथ डाला और जितना भी पैसा पाकेट में था, उसे उपहार स्वरूप बिटिया को देने के बाद आगे बढ़े।

हेल्थ टिप्स

साइकिल सिंकिंग के अनुसार करें वर्कआउट, मिलेंगे मनचाहे रिजल्ट



फिट रहने के लिए वर्कआउट करना काफी अच्छा माना जाता है। हालांकि, अगर आप अपनी पीरियड साइकिल सिंकिंग के अनुसार वर्कआउट करती हैं तो इससे आपको काफी अच्छे रिजल्ट्स मिल सकते हैं। यह तो हम सभी जानती हैं कि हेल्दी लाइफ जीने के लिए वर्कआउट करना बेहद जरूरी है। जब आप वर्कआउट करती हैं तो इससे शरीर में हैप्पी हार्मोन रिलीज होते हैं। साथ ही साथ, बॉडी अधिक टोन्ड नजर आती है। लेकिन इसका मतलब यह नहीं है कि पूरे महीने आप एक तरह से वर्कआउट कर सकती हैं। खासतौर से, महिलाओं के लिए सिर्फ वो पांच-सात दिन ही मुश्किल भरे नहीं होते हैं, बल्कि पूरे महीने उनके शरीर की एनर्जी, मूड, हार्मोन आदि काफी ऊपर-नीचे होते रहते हैं। ऐसे में अपनी बॉडी की सुनते हुए जब आप अपने वर्कआउट को एडजस्ट करती हैं तो इससे आपको बेस्ट रिजल्ट मिलते हैं।

दरअसल, पूरा महीने हमारी बॉडी चार अलग-अलग फेज से गुजरती है और हर फेज में शरीर एक अलग तरह से काम करता है। यही वजह है कि आपको उन फेज को समझते हुए वर्कआउट करना चाहिए। इसे ही साइकिल सिंकिंग वर्कआउट कहा जाता है। पावरलिफ्टिंग में नेशनल रिकॉर्ड होल्डर और एनीटाइम फिटनेस के फिटनेस ट्रेनर विनय माहौर ने साइकिल सिंकिंग वर्कआउट के बारे में विस्तारपूर्वक जानकारी दी है।

मैस्ट्रुअल फेज

यह वह फेज होता है, जब आपके



पीरियड्स चल रहे होते हैं। यह करीबन पांच दिनों का फेज होता है, जिसमें एस्ट्रोजन व प्रोजेस्टेरोन दोनों ही हार्मोन कम होते हैं। जिसकी वजह से आपको एनर्जी कम लगती है और शरीर काफी थका हुआ महसूस होता है। इस दौरान आपको इंटेंस वर्कआउट करने से बचना चाहिए। इसकी जगह लो इंटेंसिटी वर्कआउट, योग, वॉक या हल्की स्ट्रेचिंग की जा सकती है। हालांकि, अगर आपको बहुत अधिक थकान हो तो आप एक-दो दिन पूरी तरह से आराम करें।

फॉलिकुलर फेज

पीरियड्स के बाद का अगला सप्ताह फॉलिकुलर फेज माना जाता है। यह वह फेज होता है, जब आपकी एनर्जी वापस आने लगती है, क्योंकि एस्ट्रोजन बढ़ने लगता है। ऐसे में आपका मूड भी अच्छा रहता है। इस दौर में आप मॉडरेट से लेकर हाई इंटेंसिटी वर्कआउट कर सकती हैं। वर्कआउट में इस दौरान एक्सपेरिमेंट किए जा सकते हैं। आप स्ट्रेथ ट्रेनिंग से लेकर कार्डियो, डांस या जुम्बा को अपने वर्कआउट का हिस्सा बनाएं। चूंकि, एनर्जी ज्यादा होती है, इसलिए नए वर्कआउट्स भी ट्राई किए जा सकते हैं।

ओव्यूलेशन फेज

फॉलिकुलर फेज के बाद आता है ओव्यूलेशन फेज। यह करीबन 2-3 दिन का होता है और इस समय आपकी एनर्जी सबसे ज्यादा होती है। इस फेज में एस्ट्रोजन और टेस्टोस्टेरोन दोनों ही हाई रहते हैं। जिससे इस समय आपका स्ट्रेथ और स्टेमिना दोनों ही काफी हाई होता है। अगर आप इंटेंस वर्कआउट जैसे हाई इंटेंसिटी इंटरवल ट्रेनिंग, हैवी वेड्स उठाना, सर्किट ट्रेनिंग करना या सर्प्रिट्स आदि कर सकती हैं।

ल्यूटल फेज

ओव्यूलेशन फेज के बाद आखिरी में



ल्यूटल फेज आता है, जो करीबन दस दिन का होता है। इस दौरान आपको मूड स्विंग्स और क्रेविंग्स हो सकती हैं, और थकान भी महसूस होती है। इस दौरान आप हल्के से लेकर मीडियम इंटेंसिटी वर्कआउट कर सकती हैं। वॉकिंग, योग या फिर लाइट स्ट्रेथ ट्रेनिंग करना इस समय काफी अच्छा रहेगा।

इस आदत के चलते कई तरह की स्वास्थ्य समस्याओं से घिर सकते हैं आप

आप जरूरत से ज्यादा सोचते हैं तो सेहत को पहुंचा रहे हैं नुकसान, हावी मत होने दीजिए नकारात्मकता

आज के परिवेश में, आप कई नए-नए हेल्थ टर्म सुन या देख रहे होंगे। ओवरथिंकिंग या जरूरत से ज्यादा सोचना भी इन्हीं में से एक है। चाहे, ओवरथिंकिंग हो, डिप्रेशन हो, मेंटल हेल्थ की बात हो या फिर कोई अन्य टर्म, ये सब होती तो पहले भी थी। लेकिन, इसपे खुलकर बातें नहीं होती थी।

बता दें कि, ओवरथिंकिंग एक प्रकार की नकारात्मक आदत है। जिसका शिकार होने के बाद, व्यक्ति कई तरह के स्वास्थ्य संबंधी परेशानियों से घिरने लग जाता है। आपने भी, खुद को ओवरथिंकिंग करते हुए, कभी ना कभी तो महसूस जरूर किया होगा। यही आदत जब धीरे-धीरे बढ़ने लग जाती है तो व्यक्ति को अपने चपेट में लेती है। और फिर ऐसे लोग दिन-प्रतिदिन नकारात्मक विचारों की तरफ आकर्षित होते चले जाते हैं।

पहले भी, लोगों में इन कारणों को देखा जाता रहा है। लेकिन, उस समय लोग उचित लाइफस्टाइल तरीका अपनाकर, खुद ही इससे उभर जाते थे। परंतु आज के दौर में इसके कारण आमतौर पर डिप्रेशन, एंगजाइटी और स्ट्रेस जैसी समस्याएं देखने को मिलती हैं। इस समस्या के लिए किसी तरह की मेडिसिंस नहीं बनी है। तो, इससे निजात पाने के लिए आपको खुद पर भरोसा करते हुए कुछ स्टेप्स लेने की जरूरत पड़ती है। तो चलिए जानते हैं, क्या है वो 5 बेस्ट स्ट्रेटेजी जिसे अपनाकर ओवरथिंकिंग से छुटकारा पाया जा सकता है।



नेगेटिव विचारों से ध्यान हटाना सीखें

यदि आप ओवरथिंकिंग करते हैं या लगता है कि आप ओवरथिंकर बनते जा रहे हैं। ऐसे में जरूरी है कि, अपने आप को मन पसंदीदा कामों में ज्यादा व्यस्त रखें। साथ ही, खुद को नकारात्मक विचारों से डिस्ट्रेक्ट यानि की दूर रहने की कोशिश करें। अपने पसंद के मुताबिक, आप चाहे तो किचन में कोई नई रेसिपी भी ट्राई कर सकते हैं। या फिर, वर्कआउट क्लास और पेंटिंग जैसी गतिविधियों में समय बिता सकते हैं। क्यूंकि, आप जब अपने पसंदीदा कामों में ज्यादा व्यस्त और खुश रहने लग जाएंगे फिर, ओवरथिंकिंग की नौबत ही नहीं आ पाएगी।

अपना ट्रिगर प्वाइंट समझें

हर व्यक्ति का कोई न कोई ऐसा ट्रिगर प्वाइंट जरूर होता है। जहां पहुंचकर वह ओवरथिंकिंग करने लग जाता है। इसलिए, अपने ट्रिगर प्वाइंट पर पकड़ बनाना भी ओवरथिंकिंग की समस्या से बाहर निकलने का एक अच्छा तरीका होता है। कभी भी ऐसा लगे कि, किसी बात से आप परेशान हो सकते हैं। ऐसे में, खुद को एक पॉजिटिव एनवायरमेंट में शामिल करने की कोशिश करें। ओवरथिंकिंग एक ऐसी परेशानी है, जिसे जब तक आप खुद ठीक नहीं करना चाहेंगे तो इसमें दूसरा कोई व्यक्ति आपकी सहायता नहीं कर सकता है।

पर्याप्त नींद है जरूरी

कई हेल्थ एक्सपर्ट का मानना है कि, मानसिक स्वास्थ्य ठीक रहने के लिए शरीर को भरपूर नींद बेहद जरूरी है। कम सोने या नींद में कमी व्यक्ति के जीवन में चिंता और उदासी की भावनाओं को बढ़ा सकती है। जो कि ओवरथिंकिंग का ही लक्षण माना जाता

है। यह सुनिश्चित करने के लिए कि, आपके दिमाग और शरीर को अच्छी तरह से आराम मिले प्रति रात 7-9 घंटे की गुणवत्तापूर्ण नींद अवश्य लें।

गहरी सांस लें

ओवरथिंकिंग सिर्फ मानसिक ही नहीं बल्कि शारीरिक रूप से भी व्यक्ति को परेशान कर सकती है। ऐसे में जरूरी है कि, मेंटल और फिजिकल हेल्थ बेहतर बनाए रखने के लिए , शांत जगह पर बैठकर गहरी



सांस लें। ऐसा करने से दिमाग और शरीर दोनों ही रिलेक्स महसूस करवाएगा। इसके अलावा, यह आदत आपके दिमाग में चल रहे नेगेटिव विचारों को दूर रखने में भी मदद करेगा।

परफेक्शन का इंतजार करना छोड़ें

जरा गौर से सोचिएगा इसे, ओवरथिंकिंग को कंट्रोल करने के तरीकों में ये सबसे महत्वपूर्ण है। हम सब जो परफेक्शन की प्रतीक्षा कर रहे होते हैं, उसे बंद कर सकते हैं। महत्वाकांक्षी होना अच्छी बात है लेकिन परफेक्शन का लक्ष्य रखना अनरीयलिस्टिक, अव्यावहारिक और कमजोर करने वाला है।

खिलाएं होममेड मावा घेवर

त्योहार के मौसम में बाजारों में मिलावट वाली मिठाई मिलती है। अगर आप अपने घर के लोगों को कुछ अच्छा बनाकर खिलाना चाहती हैं तो मलाई घेवर एक बेहतर विकल्प है। इसे खाकर किसी की तबियत खराब होने का डर भी नहीं रहता।

घेवर का बेटर तैयार करने के लिए सबसे पहले एक बड़े कटोरे में मैदा लें। अब इसमें घी और बर्फ के टुकड़े डालें। इसे अच्छी तरह मिलाएं जब तक कि घी और मैदा अच्छे से मिल जाए। इसके बाद, दूध और थोड़ा-थोड़ा करके पानी डालें और लगातार मिलाते रहें। जब इसका पतला बेटर तैयार हो जाए तो इसे साइड में रख दें। इसमें किसी भी प्रकार की गुठलियां नहीं होनी चाहिए। अब इसके लिए आपको चाशनी तैयार करनी है। चाशनी बनाने के लिए एक पैन में चीनी और 1 कप पानी डालें। चीनी को अच्छी तरह से घुल जाने के बाद इसमें इलायची पाउडर और केसर डालें। इसे धीमी आंच पर गर्म रखें। चाशनी जब तैयार हो जाए तो इसे साइड में रख दें। अब एक गहरे



पैन में घी गरम करें। घी की मात्रा इतनी होनी चाहिए कि घेवर उसमें डूब सके सके। अब घेवर के बेटर को एक बड़े चम्मच या किसी कटोरी से पैन के केंद्र में डालें। धीरे-धीरे बेटर को बीच में डालते रहें ताकि घेवर गोलाकार बने। जैसे ही घेवर तैयार होने लगे तो सुनहरा होने के बाद इसका अतिरिक्त घी निकालने के लिए इसे पैन से निकालकर नैपकिन पर रखें। अब तैयार घेवर को चाशनी में डालें और कुछ सेकंड के लिए छोड़ दें ताकि चाशनी घेवर में अच्छे से सोख जाए। घेवर को चाशनी से निकालें और किसी प्लेट में रखें। आखिर में इस पर मावा लगाएं और उसे पिस्ता और बादाम के टुकड़ों से सजाएं।

शिव जी को नारियल चढ़ाने जानें नियम

पौराणिक कथाओं के अनुसार, शिवलिंग पर आप नारियल अर्पित कर सकते हैं, लेकिन कभी भी शिवलिंग पर नारियल के जल का अंगिषेक नहीं करना चाहिए। दरअसल नारियल को देवी लक्ष्मी का प्रतीक माना गया है, जिनका संबंध भगवान विष्णु से है और इसलिए शिव जी को यह नहीं बढ़ाया जाता है। माता लक्ष्मी भगवान विष्णु की अष्टांगिनी हैं और नारियल को श्रीफल भी कहा जाता है और इसे माता लक्ष्मी का स्वकल्प माना जाता है इसलिए इसका प्रयोग भगवान शिव की पूजा में नहीं होता है।इन चीजों को शिव जी की पूजा में न करें शामिल भगवान शिव ने शंखचूड़ नाम के एक असुर का वध किया था। वह भगवान विष्णु का भक्त था। इस कारण से शंख को उसी असुर का प्रतीक माना जाता है और इसलिए विष्णु भगवान की तो पूजा शंख का उपयोग होता है लेकिन भगवान शिव की पूजा में शंख का उपयोग नहीं होता है। भगवान शिव की पूजा करते समय कुमकुम का उपयोग भी नहीं करना चाहिए। यह सीमाव्य का प्रतीक माना जाता है, लेकिन भगवान शिवजी का एक रूप वैरागो भी होता है। इसलिए ए शिव जी को कुमकुम नहीं बढ़ाना चाहिए। इसके अलावा तुलसी को भगवान शिव पर बढ़ाना बिलकुल मना है क्योंकि भगवान शिव की पूजा में तुलसी का इस्तेमाल करने से पूजा पूर्ण नहीं मानी जाती है। तुलसी को माता लक्ष्मी का स्वरूप भी माना जाता है इसलिए इसका उपयोग भगवान शिव की पूजा में नहीं करना चाहिए।



रायपुर बाजार

Contact For Advertisement
79871 19756
90981 38778

VASTU LOGO कर सकता है आपके व्यापार में तरक्की

- वया आपका व्यापार अय्य नहीं चल रहा ?
- ऑफिस में नकारात्मकता जैसा माहौल है ?
- व्यापार में वृद्धि नहीं हो रही है ?
- कोई भी कार्य सफल नहीं हो रहा है ?
- काम बनते बनते बिगड़ जाता है ?
- ग्राहक से संघर्ष टूट रहा है ?

आपके कंपनी के लिए
सही अंक या
सही रंग का चुनाव
आवश्यकता है ।

प्रथम मंडिल प्रशरक इंग्लिश कालेज बिल्डिंग फव्वारा चौक, बैरन बाजार, रायपुर (छ.ग.)
www.snitinnumerological.com info@urbt011@gmail.com 7000074769

UNLIMITED QUALITY FOOD

MONDAY TO FRIDAY
12:00 PM TO 3:30 PM

DELICIOUS THAALI STARTING
21st JULY 2025

White Bowl, Hotel Allnear Rishabh
Complex MG Rd. Raipur, Mob.: 9171500051,9171500052

NEW MENU EVERY DAY

₹ 299/- ONLY

पैसा चाहिए ? हमारे पास आइए

(केवल बिजनेस लोन)
एजेंट आमंत्रित

न्यूनतम कागजी कार्यवाही
5 हजार से 5 लाख तक बिजनेस लोन

आज लोन लीजिए
100 किश्तों में पढ़ाइये

मोटवानी फायनेंस
93404-44755

गली नं. 03,
सिंघी कॉलोनी,
तेलीबाचा, रायपुर

अंकित बाउण्डीवाल

अब आपके बेशकीमती प्लॉट को सुरक्षित रखना हुआ आसान

प्रिकास्ट, बिक्स बाउण्डीवाल, डी.पी. सी पोल फेसिंग करवाने हेतु संपर्क करें
व्ही.आई.पी. रोड, रायपुर, मो. 98279-59655

SHREEJI INN

HOTEL & RESTAURANT

WE ORGANISE :
•CORPORATE EVENTS
•MARRIAGE FUNCTIONS

BANQUET HALL
ROOMS
CAFE & RESTAURANT

AMPLE NUMBER OF CAR PARKING SPACE - (150+CAR PARK AT A TIME)
FOR SMALL FUNCTIONS
BANQUET HALL CAP : 30-200 PAX

BOOKING NOW +919329744444
Ring Road No. 1, Infront of Shyam Petrol Pump, Near Kushalpur Chowk, Raipur

पटेल बोरवेल्स

मोटर बाईंडिंग 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 कव्हर रुई गद्दा	टावेल तकिया	रजाई-गद्दा कव्हर
-----------------------------	-----------------------------	--------------------------	-------------------------	----------------	---------------------

संजय रुई भंडार

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

आपके विज्ञापन के लिये जगह उपलब्ध है।

संपर्क करें
मो. 6263818152, 7067183593



शुगर कंट्रोल रखने अपनाएं लो-ग्लाइसेमिक इंडेक्स

डायबटीज वैश्विक स्तर पर तेजी से बढ़ती गंभीर और क्रोनिक स्वास्थ्य समस्या है, जिसका खतरा सभी उम्र के लोगों में बढ़ता जा रहा है। हालिया अध्ययन में वैज्ञानिकों ने चिंता जताते हुए कहा है कि जिस तरह से डायबटीज की दर बढ़ती जा रही है ऐसे में आशंका है कि साल 2050 तक 130 करोड़ से अधिक लोग इस रोग के शिकार हो सकते हैं। डायबटीज अपने आप में तो खतरनाक बीमारी है ही, साथ ही इसके कारण कई प्रकार की अन्य क्रोनिक बीमारियों के विकसित होने का जोखिम भी काफी बढ़ सकता है, इसलिए इस रोग से बचाव के लिए प्रयास करते रहना बहुत आवश्यक है। जो लोग पहले से ही डायबटीज के शिकार हैं, उन्हें ब्लड शुगर के स्तर को नियंत्रित करने के लिए आहार और लाइफस्टाइल को ठीक रखना बहुत आवश्यक है। स्वास्थ्य विशेषज्ञ कहते हैं, डायबटीज रोगियों को आहार पर विशेष ध्यान देने की जरूरत होती है, आप हमेशा ऐसे आहार का चयन करें जिनका ग्लाइसेमिक इंडेक्स कम होता है।

आइए जानते हैं कि इसके लिए किन चीजों का सेवन किया जा सकता है ?



लो-ग्लाइसेमिक इंडेक्सर वाली चीजें-लो-ग्लाइसेमिक इंडेक्स (निम्न-जीआई) इस पर आधारित होती है कि खाद्य पदार्थ रक्त शर्करा स्तर को कैसे प्रभावित करती है? ग्लाइसेमिक इंडेक्स भोजन को 0 से 100 के पैमाने पर रैंक करता है। अध्ययनकर्ताओं ने पाया कि जिन चीजों का ग्लाइसेमिक इंडेक्स 55 से कम होता है, वह डायबिटीज रोगियों के लिए अच्छी हो सकती है। इस बात का ध्यान रखकर अगर आप फलों-सब्जियों का चयन करते हैं तो शुगर के लेवल को कंट्रोल करना आपके लिए ज्यादा आसान हो जाता है।

दूध हो सकता है आपके लिए फायदेमंद-स्वास्थ्य विशेषज्ञों ने पाया कि डायबिटीज रोगियों के लिए नियमित रूप से दूध का सेवन करना बेहतर स्वास्थ्य विकल्प हो सकता है। ये बिना शुगर लेवल को बढ़ाए, शरीर को संपूर्ण पोषण देने में आपके लिए लाभकारी हो सकता है। रिकमंड दूध का जीआई स्कोर 37 है, जबकि फुल फैट वाले दूध का स्कोर 39 होता है। दूध कैल्शियम से भरपूर होता है, जो हड्डियों के स्वास्थ्य के लिए महत्वपूर्ण है। शोध से पता चलता है कि नियमित रूप से दूध पीने से महिलाओं में घुटने के ऑस्टियोआर्थराइटिस का खतरा कम हो सकता है।

चने प्रोटीन का बेहतर स्रोत-डायबिटीज के शिकार हैं तो शरीर को बेहतर पोषण देने के लिए आप आहार में चने को शामिल कर सकते हैं। चने का जीआई स्कोर 28 होता है। आहार में चने को शामिल करके शरीर के लिए प्रोटीन और फाइबर की आवश्यकताओं को आसानी से पूरा किया जा सकता है। इनमें कैल्शियम, पोटेशियम और विटामिन बी-9 जैसे प्रमुख पोषक तत्व भी होते हैं, जिन्हें शरीर के बेहतर स्वास्थ्य के लिए आवश्यक माना जाता है।

फिल्म इवेंट

हॉलीवुड

जैकी बोले- अब फोकस बिजनेस है, पुरानी फिल्में ज्यादा बेहतर थीं

फेमस एक्टर जैकी चैन ने हाल ही में हॉलीवुड को लेकर एक खुलासा किया है। उनका मानना है कि अब हॉलीवुड में व वा लि टी फिल्में नहीं बनती हैं। अब



बड़े प्रोडक्शन हाउस भी बिजनेस पर ही फोकस करते हैं। उन्होंने ये भी बताया कि वो हॉलीवुड छोड़ने वाले थे। इसकी वजह का भी खुलासा किया है। जैकी चैन किसी पहचान के मोहताज नहीं हैं। वो लीजेंडरी एक्शन स्टार ही नहीं, उन्होंने फिल्म इंडस्ट्री में लंबा वक्त बिताया है। हर फिल्म इंडस्ट्री से वाकिफ होने का तजुर्बा रखते हैं। उनके मार्शल आर्ट्स और कॉमेडी की दुनिया अभी भी मुरीद है। वो जानते हैं कि एक फिल्म को कैसे यादगार बनाना है। उन्होंने हाल ही में हॉलीवुड को लेकर एक बड़ा बयान दिया है। उनका मानना है कि हॉलीवुड में क्वालिटी फिल्में बनाना मुश्किल हो गया है। लोकानों में एक प्रोग्राम में खुलकर बात करते हुए वो बोले कि आज के हॉलीवुड माहौल में एक अच्छी फिल्म बनाना 'बहुत मुश्किल' है। जैकी चैन ने मेजर फिल्म स्टूडियो की प्राथमिकताओं में बदलाव की ओर इशारा किया। उनका मानना है कि अब फिल्में, निर्माण के जुनून से ज्यादा बिजनेस हितों से प्रेरित हैं। जैकी ने कहा, 'कई बड़े स्टूडियो फिल्ममेकर्स नहीं, बल्कि व्यवसायी हैं। वे 4 करोड़ डॉलर का निवेश करते हैं और सोचते हैं- मैं इसे कैसे वापस पाऊंगा? और आप इससे ज्यादा नहीं कर सकते। अब एक अच्छी फिल्म बनाना बहुत मुश्किल है। उन्होंने पुरानी और नई फिल्मों की तुलना करते हुए कहा- मुझे लगता है कि पुरानी फिल्में आज से ज्यादा बेहतर हैं।'

टॉलीवुड

रवि तेजा और श्रीलाला के गाने पर भड़के लोग, सलाह दे दी फिल्म को छोड़ देने की

सुपरस्टार रवि तेजा और श्रीलीला के नए गाने 'ओले ओले' पर विवाद हो गया है। सोशल मीडिया पर लोग इस गाने के बोल को घटिया और बेहूदा बता रहे हैं। यूजर्स का



पारा इस हद तक चढ़ा है कि उन्होंने रवि तेजा को फिल्में छोड़ देने को कहा है। तेलुगु फिल्मों के 'मास महाराजा' रवि तेजा और 'पुष्पा 2' फेम श्रीलीला के नए गाने 'ओले ओले' की आलोचना हो रही है। सोशल मीडिया पर लोगों का पारा चढ़ गया है। गाने के बेहूदा और घटिया बोल सुनकर लोग जहां इसके गीतकार और संगीतकार को कोस रहे हैं, वहीं सुपरस्टार एक्टर की भी खूब भद पिट रही है। यह गाना रवि तेजा की नई फिल्मर 'मास जथारा' से है। लोगों का कहना है कि ये गाना सुनकर यही लगता है कि ना तो मेकर्स और ना ही इसके अभिनेताओं के दिल में 'मां और बहन' के लिए कोई सम्मान है। यह 'बेहद शर्मनाक' है। 'मास जथारा' का यह नया गाना 'ओले ओले' चार दिन पहले ही रिलीज हुआ है। इस गाने को भीम्स सेंसिरोलीओ ने कम्पोज किया है, जिन्हें 'थमन' के बाद इंडस्ट्री में खूब तारीफ मिली। उन्होंने ना सिर्फ इस गाने की रचना की है, बलियास इसके गाया भी है। जबकि इस गीत के बोल गीतकार भास्करर यादव दसारी ने लिखे हैं। यह पूरा विवाद गाने में इस्तेमाल लाइन 'नी तल्लिनी - नी चेल्लिनी - नीयम्मानी.. नी यक्कानी' को लेकर हो रहा है। इस तेलुगु वाक्यम का हिंदी में अर्थ में है, 'तेरी मां - तेरी बहन - तेरी चाची.. तेरी बड़ी बहन' गाने को सुनने के बाद एक इंटरनेट यूजर ने फेसबुक पर लिखा है, 'मुझे लगता है कि रवि तेजा के लिए बेहतर होगा कि वे फिल्में करना बंद कर दें।' हालांकि, रवि तेजा के फैस ने गाने की तारीफ करते हुए इसका बचाव किया है। लेकिन आलोचना करने वालों की संख्या अधिक है।

भोजपुरी

पवन का नया रोमांटिक गाना ‘पापे पड़ी’ रिलीज, पति-पत्नी की नोक-झोंक पर

भोजपुरी सिनेमा के सुपरस्टार पवन सिंह का नया भोजपुरी गाना यूट्यूब पर रिलीज हो गया है। इस गाने का नाम ‘पापे पड़ी’ है जो आज यानी 5 अगस्त को आया है। इस गाने में आपको सबके फेवरेट पावर स्टार का वही अवतार देखने को मिलेगा जो उनके पिछले गानों में आपने देखा है। पवन सिंह का नया गाना काफी मजेदार है, जिसपर सभी भोजपुरिया फैस झुमने पर मजबूर हो जाएंगे।'पापे पड़ी' गाना रिलीज होते ही यूट्यूब पर ट्रेंड करने लगा है और ये 6 नंबर पर यूट्यूब के म्यूजिक कैटेगरी में ट्रेंड कर रहा है। पवन सिंह के साथ एक्ट्रेस शालिनी के लटके-झटके गाने में तड़के का काम कर रहे हैं। दो दिन पहले पवन सिंह ने इस गाने का पोस्टर अपने इंस्टाग्राम पर शेयर किया था। इसके बाद जब गाना रिलीज हुआ तो इसका टीजर उन्होंने शेयर किया। इसके कैप्शन में उन्होंने लिखा, 'इंतजार हुआ खत्म म्यूजिक मोहल्ला के यूट्यूब चैनल से आ गया है। धमाकेदार गाना पापे पड़ी, आप इस गाने को सभी प्रमुख म्यूजिक प्लेटफॉर्म पर भी सुन सकते हैं। इस गाने को बहुत सारा प्यार और आशीर्वाद दीजिए।' म्यूजिक मोहल्ला नाम के यूट्यूब चैनल पर 'पापे पड़ी' गाना अपलोड किया गया है। इस गाने को पवन सिंह ने गाया है, जबकि पूरा गाना पवन सिंह और क्वीन शालिनी पर फिल्माया गया है। इस गाने के बोल आशुतोष तिवारी ने लिखे हैं और इसका म्यूजिक प्रियांशु सिंह ने तैयार किया है।



बदलाव की बरार

“ एम्पोरियो अरमानी, प्रादा, जैक्वेमस, हेड मेनर, विली चावरिया, अमी और डायर मेन सिर्फ मॉडल ही नहीं बल्कि मेंस फैशन में साल 2025 का ट्रेंड्स जाहिर करने वाली प्रमुख कड़ी है। इन सभी मॉडल के इस बदलाव के दौर से गुजर रहे मेंस फैशन के उद्योग की तस्वीर पेश करते हैं। माना जा रहा है कि मेंस फैशन बदलाव की दहलीज पर है और 2026 बड़े डेब्यू का साल होगा।

श्रेडिंग करवाने से आइब्रो ग्रोथ पर पड़ता है असर

खुबसूरत दिखना हम सभी चाहते हैं और इसके लिए हम कई तरह के स्किन और हेयर ट्रीटमेंट भी करवाते हैं। इसके अलावा हम आए दिन तरह-तरह के घरेलू नुस्खे भी आजमाते रहते हैं। वहीं आइब्रो हमारी खूबसूरती का अहम हिस्सा होते हैं और अक्सर हम इन्हें परफेक्ट शेप देने के लिए समय-समय पर ट्रिम करवाते हैं व श्रेडिंग का सहारा लेते हैं। श्रेडिंग की बात करें तो आजकल ऐसा काफी बार सुनने में आया है कि बार-बार श्रेडिंग करवाने से आइब्रो की ग्रोथ रुक जाती है और आइब्रो के बाल भी झड़ने लगते हैं, लेकिन यह होना कि क्या यह सच है या केवल एक मिथ है?

आइब्रो ग्रोथ पर एक्सपर्ट की राय क्या है?

आइब्रो हेयर ग्रोथ पर हेयर और स्किन एक्सपर्ट डॉ चित्रा ने सोशल मीडिया पर एक पोस्ट शेयर की जिसमें उन्होंने बताया कि अक्सर बढ़ती उम्र और त्वचा में बदलाव होने के कारण आइब्रो के कई हेयर झड़ने लगते हैं। साथ ही इनकी ग्रोथ भी धीरे-धीरे कम होने लगती है। इसका कारण श्रेडिंग करवाना नहीं बल्कि इसका कारण हाइपोथायरॉइडिज्म हो सकता है। हाइपोथायरॉइडिज्म होने का कारण थाइरोइड ग्लैंड्स का सही मात्रा में थाइरोइड हॉर्मोन का उत्पाद न करना हो सकता है, जिसके कारण आइब्रो के पिछले भाग से ग्रोथ धीरे-धीरे कम होने लगती है और आइब्रो पतली नजर आने लगती है। वहीं ऐसा जरूरी नहीं है कि आपको भी हाइपोथायरॉइडिज्म जैसा कुछ हो, लेकिन ये बेहद कॉमन चीज है जिसके कारण अक्सर आइब्रो की हेयर ग्रोथ रुकने लग जाती है।

कैसे पता करें कि आइब्रो की हेयर ग्रोथ रुक गई है?

आइब्रो हेयर ग्रोथ रुकने के कई कारण हो सकते हैं, लेकिन ये कब से हुआ है?



यह जानना भी बेहद जरूरी होता है ताकि समय रहते इसका समाधान निकाला जा सके। बता दें कि जब आप आपको आइब्रो पतली नजर आए और इसके लिए आइब्रो फिलिंग सेंसिल का इस्तेमाल करने लग जाए तो समझ लीजियेगा की आइब्रो ग्रोथ कम हो गई है और इसी कारण आइब्रो पतली नजर आ रही है।

श्रेडिंग के अलावा कैसे दें आइब्रो को शेप ?

रोजाना दौर बदल रहा है और कोई न कोई नया ट्रेंड सोशल मीडिया पर नजर आने लगता है। वहीं आइब्रो को शेप देने के लिए भी अगर आप श्रेडिंग नहीं करवाना चाहते हैं तो इसके लिए आप वैक्सिंग सट्रिप्स का इस्तेमाल कर सकती हैं और बिना किसी की मदद लिए आइब्रो को शेप दे सकती हैं।

दो मुंहे बालों से छुटकारा पाने के लिए ट्रिमिंग की जगह लगाएं हेयर मास्क

लंबे और खूबसूरत बालों की चाहत हर महिला रखती है। इसके लिए वो तरह-तरह के नुस्खे ट्राई करती हैं। लेकिन कई बार मिट्टी और बढ़ते प्रदूषण के कारण दो मुंहे बाल हो जाते हैं। कुछ घरेलू तरीके अपना कर आप दो मुंहे बालों की समस्या दूर कर सकती हैं।

पतीता हेयर मास्क बनाने का तरीका

इसके लिए एक पपीता (पपीता हेयर मास्क) लेना है। उसे अच्छे से मैश करना है। अब इसमें दही को एड करना है। फिर इस मिश्रण को अच्छे से मिक्स करें। अब इसे अपने बालों में अप्लाई करें। इसके बाद 30 मिनट के लिए लगा रहने दें। जब ये सूख जाए तो बालों को ठंडे पानी से धो लें। इससे आपके दो मुंहे बालों की समस्या दूर हो जाएगी।

शहद हेयर मास्क

शहद स्किन की तरह बालों को भी पोषित करता है। इसके इस्तेमाल से बाल सॉफ्ट और लंबे हो जाते हैं क्योंकि ये दो मुंहे बालों की



समस्या को जो दूर कर देता है। इसका इस्तेमाल आप अलग-अलग तरीके से कर सकती हैं। शहद हेयर मास्क बनाने का तरीका सबसे पहले एक कटोरी लें। अब इसमें शहद डालें और इसमें दही को मिक्स करें। इस मिश्रण को अच्छे से मिक्स करने के बाद अपने बालों में अप्लाई करें। फिर 30 मिनट के लिए लगा रहने दें। कुछ ही दिनों में आपको दो मुंहे बालों (होममेड हेयर मास्क) से राहत मिल जाएगी। इन नुस्खों को ट्राई करें और दो मुंहे बालों की समस्या को दूर भगाएं।

रोजाना करें ये काम, डार्क सर्कल्स होंगे कम

अक्सर देर रात तक जागने और ज्यादा स्ट्रेस लेने के कारण आंखों के नीचे काले घेरे होने लगते हैं। इसके लिए आप घरेलू चीजों का इस्तेमाल कर सकती हैं। खूबसूरत दिखने के लिए हम रोजाना स्किन केयर रूटीन को फॉलो करते हैं और इसके लिए कई तरीके के प्रोडक्ट्स से लेकर घरेलू नुस्खे को आजमाते हैं। वहीं स्किन केयर रूटीन में आंखों के नीचे मौजूद त्वचा यानि अंडर आई का भी खासतौर से खयाल रखा जाना बेहद जरूरी होता है और इसके लिए आपको कई तरीके की अंडर आई क्रीम भी मार्केट में मिल जाएंगी। बता दें कि आंखों के नीचे डार्क सर्कल्स होने का एकमात्र कारण समय से न सोना और ज्यादा स्ट्रेस लेना भी हो सकता है। इसके लिए आप बाजार में मिलने वाले केमिकल से भरे प्रोडक्ट्स की जगह नेचुरल चीजों से बने घरेलू नुस्खे की भी सहायता ले सकती हैं। डार्क सर्कल्स को कम करने के लिए आप बेसन,गुलाब जल और कच्चा दूध इस्तेमाल कर सकते हैं।

बेसन को लगाने के फायदे

बेसन में मौजूद प्रॉपर्टी त्वचा के कालेपन को कम करने में मदद करता है। त्वचा में होने वाले किसी भी तरह के स्किन इन्फेक्शन को होने से रोकने के लिए बेसन बेहद मददगार होता है।



डार्क सर्कल्स को कम करने के लिए गुलाब जल के फायदे : गुलाब जल में मौजूद यूटीऑक्सीडेंट गुण त्वचा से डार्क स्पॉट्स हटाने में मदद करता है। त्वचा के पीएच लेवल को नियंत्रित करने में गुलाब जल बेहद मददगार साबित होता है। इसमें मौजूद एंटी-बैक्टीरियल गुण त्वचा में होने वाले स्किन प्रॉब्लम्स से राहत दिलाता है। साथ ही गुलाब जल में मौजूद एंटी-इंफ्लेमेटरी गुण डेड स्किन सेल्स को रिपेयर करने में मदद करता है।

कच्चे दूध को लगाने के फायदे

यह आपकी त्वचा को मुलायम बनाने में मदद करता है। ऐसा इसलिए क्योंकि इसमें भरपूर मात्रा में विटामिन-ए होता है। बता दें कि कच्चा दूध त्वचा को नमी देने का काम भी करता है।

कार्न न्यूज

पुरुषों के लिए खास फ्रैशन टिप्स आपके स्टाइल को निखारेंगे

मेंस फैशन में बारिश नहीं बनेगी बाधा, बस आउटफिट चुनने के दौरान आजमाएं टिप्स



मिश्रण आपके शरीर से नमी सोखने के लिए डिजाइन किए गए हैं, जिससे ये जल्दी सूख जाते हैं। आरामदायक रहने और चिपचिपे, गीले एहसास से बचने के लिए इन कपड़ों से बनी शर्ट, टी-शर्ट और टाउजर चुनें। तुरंत सुझाव: नमी सोखने वाले ऐसे एथलेटिक कपड़े चुनें जो जिम से लेकर सड़क तक पहनने के लिए काफ़ी स्टाइलिश हों।

वाटरप्रूफ जूते खरीदें

गीले और भीगे हुए जूते न सिर्फ़ असुविधाजनक होते हैं, बल्कि आपके लुक को भी खराब कर सकते हैं। मानसून के दौरान वाटरप्रूफ जूते खरीदना बेहद जरूरी है। रबर लोफ़र्स, वाटरप्रूफ स्नीकर्स या ट्रेंडी रेन बूट्स जैसे स्टाइलिश विकल्प चुनें। ये विकल्प आपके पैरों को सूखा रखते हैं और आपके पहनावे में एक अनोखापन जोड़ते हैं। मानसून के दौरान चमड़े के जूते पहनने से बचें, क्योंकि ये पानी से आसानी से खराब हो सकते हैं। इसके बजाय, सिंथेटिक सामग्री वाले जूते चुनें

जो पानी को रोकते हैं।

समझदारी से कपड़े पहनें

मानसून के दौरान बदलते तापमान और आर्द्रता के अनुकूल होने के लिए कई परतें पहनना एक बेहतरीन तरीका है। एक हल्का, वाटरप्रूफ जैकेट या विंडचीटर आपके वॉर्डरोब के लिए एक बेहतरीन विकल्प है। इन्हें आपके नियमित पहनावे के ऊपर आसानी से पहना जा सकता है और ये अचानक बारिश से सुरक्षा प्रदान करते हैं। अपने सिर को सूखा रखने के लिए हुड वाली जैकेट चुनें, और ज़्यादा गर्मी से बचने के लिए हवादार अस्तर वाले विकल्प देखें।

