

कांग्रेस जिलाध्यक्षों पर दिल्ली में मंथन, छग के नेताओं से एआईसीसी ने लिया फीडबैक

हरिभूमि न्यूज ►► रायपुर

कांग्रेस के संगठन सृजन अभियान को लेकर पर्ववैश्वकों की रिपोर्ट पर प्रदेश के नेताओं के साथ पहली बैठक हुई। एआईसीसी महासचिव केसी वेणुगोपाल और प्रदेश प्रभारी सचिन पायलट ने प्रदेश के वरिष्ठ नेताओं से चर्चा कर फीडबैक लिया। पूर्व सीएम भूपेश बघेल ने एआईसीसी की बैठक पर कहा, कांग्रेस जिलाध्यक्षों की सूची पर फाइनल मुहर नहीं लगी है। जल्द ही जिलाध्यक्षों की सूची



पर मुहर लग जाएगी। आलाकमान ने हमसे फीडबैक लिया है। फैसला अब उनके हाथ में है। कांग्रेस जिला अध्यक्षों के नामों पर चर्चा के लिए गुरुवार को दिल्ली में पहले चरण की बैठक हुई। इसमें छत्तीसगढ़ कांग्रेस प्रदेश अध्यक्ष दीपक बैज, पूर्व सीएम भूपेश बघेल, नेता प्रतिपक्ष डॉ. चरणदास महंत और कांग्रेस के वरिष्ठ नेता टीएस सिंहदेव शामिल हुए। दिल्ली स्थित कांग्रेस मुख्यालय में हुई बैठक में केसी वेणुगोपाल राव एवं छत्तीसगढ़ प्रभारी सचिन पायलट भी मौजूद रहे।

दिल्ली में छत्तीसगढ़ के कांग्रेस नेताओं की पहले चरण की बैठक



फाइनल सूची जल्द

कांग्रेस जिला अध्यक्षों की सूची पर फाइनल मुहर नहीं लगी है। पूर्व मुख्यमंत्री भूपेश बघेल ने कहा, जल्द ही जिलाध्यक्षों की सूची पर मुहर लग जाएगी। आलाकमान ने हमसे फीडबैक लिया है। फैसला अब उनके हाथ में है। वहीं पीसीसी अध्यक्ष समेत राज्य की पूरी लीडरशिप एक मंच पर थी।

सोशल मीडिया पर उमड़ा दर्द

छत्तीसगढ़ कांग्रेस के जिलाध्यक्षों की सूची अमी घोषित नहीं हुई है, लेकिन अंदरूनी घमासान और नगरजगी खुलकर सामने आने लगी है। पार्टी के भीतर चल रही हलचल अब सोशल मीडिया के जरिए बाहर दिखने लगी है। रायपुर जिले से जिलाध्यक्ष पद के दवेदार और वरिष्ठ कांग्रेस नेता श्रीकुमार मेनन ने सोशल मीडिया पर एक पोस्ट डालकर अपना दर्द बयां किया है। उन्होंने पोस्ट में 'धोखा', 'गद्दार' और 'पीठ में चुसा' जैसे शब्दों का प्रयोग किया है, जिससे राजनीतिक हलकों में हलचल मच गई है। इधर भारतीय जनता पार्टी कांग्रेस पार्टी पर निशाना साध रही है।

खबर संक्षेप



राज्यपाल डेका से कावड़िया ने की मुलाकात

रायपुर। राज्यपाल रमेन डेका से गुरुवार को राजभवन में छत्तीसगढ़ दिव्यांगजन वित्त विकास निगम के अध्यक्ष लोकेश कावड़िया ने सौजन्य भेंट की। उन्होंने राज्यपाल को दीपावली की शुभकामनाएं दीं। साथ ही दिव्यांगजनों द्वारा हस्त निर्मित मोमबत्ती, कुकीज, चॉकलेट, बॉटल ऑफ आर्ट आदि सामग्री भेंट की। राज्यपाल ने भी उन्हें दीपावली शुभकामनाएं दीं। श्री कावड़िया ने दिव्यांगजनों के हित से जुड़े विषयों पर राज्यपाल को जानकारी दी। राज्यपाल श्री डेका ने प्रदेश में दिव्यांगजनों के लिए संचालित गतिविधियों के संबंध में आवश्यक मार्गदर्शन दिया।



सीएम साय ने मरवाही विधायक की माताजी के निधन पर दी श्रद्धांजलि

रायपुर। मुख्यमंत्री विष्णु देव साय गुरुवार को विधायक एवं मध्य क्षेत्र आदिवासी विकास प्राधिकरण के उपाध्यक्ष प्रणव कुमार मरपच्ची की माताजी स. चंदन बाई की तेरहवीं एवं श्रद्धांजलि सभा में शामिल हुए। मुख्यमंत्री ने श्रद्धांजलि सभा में दिवंगत आत्मा को श्रद्धासुमन अर्पित करते हुए उनके चित्र पर पुष्पांजलि अर्पित की और ईश्वर से दिवंगत आत्मा की शांति के लिए प्रार्थना की। मुख्यमंत्री श्री साय ने इस अवसर पर श्री मरपच्ची सहित शोक संतप्त परिवार के सदस्यों से मिलकर अपनी गहरी संवेदना व्यक्त की। मुख्यमंत्री ने ईश्वर से प्रार्थना की कि वे उनकी आत्मा को अपने श्रीचरणों में स्थान दें और परिवार को यह अपार दुख सहने की शक्ति प्रदान करें।

पीएम सूर्यघर योजना की जानकारी के लिए कार्यशाला रायपुर। बलौदाबाजार-भाटपारा जिले के विद्युत संभाग भाटपारा द्वारा गुरुवार को जनपद पंचायत कार्यालय, भाटपारा में प्रधानमंत्री सूर्यघर मुफ्त बिजली योजना के अंतर्गत कार्यशाला का आयोजन किया गया। कार्यशाला में सीएसपीडीसीएल के अधिकारी, क्षेत्रीय राइस मिलर्स, वेंडर्स, जनप्रतिनिधि और योजना के हिस्साही उपस्थित रहे। कलेक्टर दीपक सोनी के मार्गदर्शन में आयोजित इस कार्यशाला में अधिकारियों द्वारा योजना के लाभ, सोलर पैनल इंस्टॉलेशन, सरकार द्वारा सब्सिडी, वेंडर सूची और ऋण प्रावधान के बारे में विस्तृत जानकारी दी गई।

आम सूचना

एनडू द्वारा ससंसाधन एवं आम जनता को यह सूचित किया जाता है कि मुझे मेरे पक्षकार क्रेता/सी सूचक/गम बदलाने/निता श्री भिष्माल बनवाने, पना महावीर स्वीडर, भगवान, रायपुर (छ.ग.) के द्वारा किया/श्रीनी रमण चौधरी, पिता श्री रायकुंज चौधरी, निवासी- बीएन-36, बीएसएच कॉलोनी, चोडबन्धुडी बुरला, सम्मलपुर (उड़ीसा), पिन-768017 के व्यक्तिगत व अधिवास की संस्थित आम मरुदुखीना, प.र. नं. 00061, रा.नि.म. रायपुर-14 (बीबीएड्यूड), तहसील व जिला रायपुर (छ.ग.) स्थित, खसरा नंबर 83/15, रकबा 1125 वर्गफुट (जिसके भूअल पर लगभग 900 वर्गफुट पर पक्का भवन निर्मित है, शेष खुला है) के अंतर्गत धारित की जाती है को क्रय करने का पक्का खीद तय कर व्याना रजि अद्य कर दी गई है एवं शेष राशि का भुगतान कर रजिेशन की कार्यवाही किया जाना शेष है।

आतः उपरोक्त सीए एवं संयन्हाहर के संबंध में जिन किसी व्यक्ति, संस्था, बैंक, निगम, शासकीय व आरक्षकीय विभाग या अन्य किसी को कोई उजर, दाना या आपति हो अथवा उक्त सम्पत्ति या उसके किसी भी भाग पर किसी प्रकार का स्वत्व, हक, अधिकार या भार हो तो वे इस आम सूचना प्रकाशन के दिनांक से 7 दिवस के भीतर अपने आपत्ति लिखित में मय सुसंगत रस्तावेजों के साथ मेरे संस्थित प्रस्तुत करें एवं आम सूचना का खंड इन किसी भी वैधिक सम्पत्ति पर व अधिकार नहीं किया जाएगा। यह कि उक्त सम्पत्ति के अक्सरन परचाल मेरे पक्षकार के द्वारा उक्त वर्गीत सम्पत्ति के विविध विलेख का निपादन व पंजीवन अपने पक्ष में करा लिया जायेगा तत्पश्चात प्रस्तुत की गई किसी भी प्रकार की उजर, दाना एवं आपत्ति आदि असत्य झूठा एवं साक्षीत माना जायेगा तथा ऐसा आपत्ति मेरे पक्षकार के उजर मान्य एवं वैधकारी नहीं होगा। सो सूचना जाने।

रायपुर, दिनांक 23/10/2025

(आशीष कुमार वर्मा) अधिवक्ता

आफिस क्रमांक एफ 110 जी, प्रथम तल श्रमय प्लाना पेंडरी, रायपुर (छ.ग.)

फोन नं. 95756-40000, 81097-72000

हरिभूमि न्यूज ►► रायपुर

नागरिक आपूर्ति निगम (नान) के राजधानी रायपुर स्थित गुड़ियारी गोदाम से उचित मूल्य की दुकानों को खाद्यान्न की सप्लाई विभाग ने बंद कर दी है, जिसका असर खाद्यान्न भंडारण पर पड़ने लगा है। गुड़ियारी गोदाम से ही शहर के उचित मूल्य की दुकानों में चावल, शक्कर एवं नमक की सप्लाई की जाती है, लेकिन अचानक गोदाम से होने वाली सप्लाई बंद कर देने से दुकानों में समय पर खाद्यान्न का भंडारण नहीं हो पा रहा है, जिसके कारण कई दुकानों से हितग्राहियों को भी बैरंग लौटना पड़ रहा है। इधर नागरिक आपूर्ति निगम के जिला अधिकारी गोदाम से सप्लाई बंद करने के मामले में कुछ भी जानकारी देने से बच रहे हैं, जबकि दूसरी ओर सूत्रों से पता चला है कि गुड़ियारी गोदाम में चावल वितरण को लेकर कोई बड़ी गड़बड़ी हुई है, जिसके कारण विभाग ने इस गोदाम से सप्लाई में की जाने वाली सप्लाई पर फिलहाल रोक लगा दी है।



दीपावली के पहले से सप्लाई बंद

नागरिक आपूर्ति निगम रायपुर ने दीपावली त्योहार के करीब दो सप्ताह पहले से गुड़ियारी गोदाम से उचित मूल्य की दुकानों को डिमांड के अनुसार चावल, शक्कर एवं नमक की सप्लाई की जाती थी। इस गोदाम से ज्यादातर शहर की छोटी-छोटी राशन दुकानों में खाद्यान्न की सप्लाई की जाती है। ये दुकानें गली-मोहल्लों में खुली हुई हैं। इन दुकानों में खाद्यान्न पहुंचाने के लिए छोटी वाहन का ही इस्तेमाल किया जाता है, लेकिन गुड़ियारी गोदाम से सप्लाई पर रोक लगाने के कारण इन छोटी-छोटी दुकानों में खाद्यान्न की सप्लाई भी प्रभावित हो रही है।



मंदिर हसौद गोदाम से की जा रही सप्लाई

गुड़ियारी गोदाम की जगह अब शहर में संचालित राशन दुकानों में खाद्यान्न की सप्लाई मंदिर हसौद स्थित नागरिक आपूर्ति निगम के गोदाम से की जा रही है। शहर से मंदिर हसौद की दूरी 17 किलोमीटर है। दूरी ज्यादा होने के

कारण मंदिर हसौद से शहर में सप्लाई करने में जहां अधिक समय लगता है, वहीं दूसरी ओर मंदिर हसौद गोदाम में सप्लाई का भार भी बढ़ गया है, जिससे सप्लाई की रफ्तार भी धीमी हो गई है।

चावल वितरण में गड़बड़ी के कारण गुड़ियारी गोदाम से सप्लाई बंद

सूत्रों से पता चला है कि नागरिक आपूर्ति निगम के गुड़ियारी गोदाम से खाद्यान्न की सप्लाई बंद करने की मुख्य वजह चावल वितरण में गड़बड़ी है। बताया जा रहा है कि इस गोदाम से ऐसे दुकानों को पहले चावल की सप्लाई की जा रही थी, जहां पुराना स्टॉक ही खत्म नहीं हुआ है। इन दुकानों के ऑनलाइन स्टॉक में भरपूर मात्रा में चावल दिखा रहा था। इसके बाद भी उन्हीं दुकानों को दोबारा चावल भेजा जा रहा था, जबकि दूसरी ओर जिन दुकानों में चावल खत्म हो चुका है, उन्हें समय पर सप्लाई ही नहीं की जा रही थी। सूत्रों के अनुसार, यह सारा खेल कमीशन की आड़ में चल रहा था। इस तरह की शिकायतें मिलने के बाद ही विभाग ने बड़ा निर्णय लिया है और गुड़ियारी गोदाम से सप्लाई को फिलहाल बंद किया है।

पुष्प वाटिका योजना में फाउंटेन पर बैन, मुक्तिधाम योजना के लिए दो चरणों में मिलेंगे 50 लाख



हरिभूमि न्यूज ►► रायपुर

राज्य सरकार के नगरीय प्रशासन एवं विकास विभाग ने राज्य प्रवर्तित यानी स्टेट स्पांसर्ड योजनाओं के क्रियान्वयन को लेकर बड़ा बदलाव किया है। खास बात ये है कि

ये हैं योजनाएं और नए मापदंड

राज्य सरकार द्वारा प्रवर्तित जिन योजनाओं के लिए नए मापदंड बनाए गए हैं, उनमें नवीन सरोवर धरोहर योजना शामिल है। इसके लिए पहले और दूसरे चरण में 30 लाख रुपए प्रति हेक्टेयर राशि दी जाएगी। तालाब का रखरखाव संबंधित निकाय को ही करना होगा। इसी तरह मुक्तिधाम योजना के लिए दो चरणों में 50 लाख का प्रावधान किया गया है। यहां भी रखरखाव और मरम्मत का काम निकाय के जिम्मे होगा। पुष्प वाटिका योजना के लिए पहले चरण में 45 लाख दूसरे चरण में 5 लाख और तीसरे चरण में 7 लाख रुपए दिए जाएंगे। खास बात ये है कि इस योजना में फाउंटेन स्थापित करने पर प्रतिबंध लगाया गया है। हट बाजार समृद्धि योजना के लिए नगर निगमों को 150 लाख, नगरपालिका को 100 लाख, तथा नगर पंचायत को 50 लाख रुपए देने का प्रावधान किया गया है। डॉ. बी.आर. आंबेडकर सर्व समाज मांगलिक भवन नगर पंचायत को 100 लाख रुपए का प्रावधान किया गया है। पिक टॉयलेट योजना के लिए 35 लाख का प्रावधान किया गया है।

नई योजनाओं पर लागू होंगे प्रावधान

इसके साथ ही इन सभी योजनाओं के क्रियान्वयन के लिए नवीन मापदंड तय किए गए हैं। सभी निकायों से कहा गया है कि इन योजनाओं के लिए पूर्व में जारी दिशा निर्देश यथावत रहेंगे। मविध में प्रस्तावित योजनाओं के लिए प्रस्ताव संशोधित मापदंड के अनुसार बनाया जाए।

जूट बारदाने की कमी, एकल प्लास्टिक बोरा खरीदी का निर्णय

हरिभूमि न्यूज ►► रायपुर

छत्तीसगढ़ में धान खरीदी 15 नवंबर से शुरू होने जा रही है। बारदाने की कमी को देखते हुए एकल प्लास्टिक बोरा की खरीदी करने का निर्णय लिया है, जिससे अब बारदानों की कमी दूर हो जाएगी। मार्कफेड ने इसके लिए टेण्डर जारी कर दिया है। छत्तीसगढ़ विपणन संघ द्वारा बारदाना खरीदी के लिए जूट कमिश्नर कोलकाता से संपर्क किया गया, लेकिन यहां पर जूट की बारदाने की कमी है। इसके चलते राज्य शासन ने एकल प्लास्टिक बोरा खरीदने का निर्णय लिया है। बारदाना खरीदी के लिए मार्कफेड ने



टेण्डर जारी कर दिया है। यह खरीदी जेम पोटल के आधार पर की जाएगी। राज्य में इस समय 160 लाख मीट्रिक टन धान खरीदा जाएगा, जिसके कारण लाखों बोरा की आवश्यकता पड़ेगी। केंद्र शासन द्वारा प्लास्टिक बोरा की अनुमति नहीं दी जाती थी, लेकिन जूट के बारदाने की कमी की देखते हुए इसकी अनुमति प्रदान कर दी गई है। सरकार ने धान खरीदी के लिए नए और पुराने जूट के बोरा की व्यवस्था करने निर्देश दिए हैं। वहीं पुराने बारदाने के अलावा पीडीएस के दुकानों से बारदाने एकत्रित कराए जा रहे हैं। मार्कफेड ने परिवहन, कंप्यूटर ऑपरेटर्स की भर्ती सहित अन्य कार्यों के लिए भी टेण्डर जारी कर दिया है।

आरटीजीएस सिस्टम से भुगतान

विभिन्न व्यवसायिक बैंकों से 50 लाख करोड़ का ऋण लिया जा रहा है। अपेक्स बैंक के माध्यम से इसका भुगतान किया जाएगा। केंद्रीय सहकारी बैंक रायपुर, अंबिकापुर, दुर्ग, राजनांदगांव, जगदलपुर बैंक के किसानों को आरटीजीएस सिस्टम से भुगतान किया जाएगा। इसके लिए अपेक्स बैंक द्वारा एक सॉफ्टवेयर बनाया जा रहा है, जो कि सिर्फ केंद्र के निर्देशानुसार फसल की तथा राज्यस्व विभाग की निर्धारित शर्त पूरी करेगा। राज्य में कुल 2319 धान खरीदी केंद्र शुरू किए जा रहे हैं। वर्तमान में मार्कफेड धान खरीदी को लेकर घाटे में चल रहा है। चावल माफिया, राईस मिलर्स मार्कफेड को घाटे में ले जा रहे हैं। प्रदेश में आठ लाख टन गठान बारदानों की आवश्यकता होती है।

प्राकृतिक आपदा की संभावित जानकारी देंगे तीन एप

रायपुर। भारत सरकार द्वारा आपदाओं जैसे बाढ़, आकाशीय बिजली, जंगल में आग, लू, तूफान आदि के बारे में जनसामान्यों को पूर्व चेतावनी के लिए विकसित किए हैं, जो गूगल प्ले स्टोर पर उपलब्ध हैं। इसी प्रकार आपदा के लिए टोल फ्री नंबर 1070 है। आकाशीय बिजली घटित होने के कारण अधिक संख्या में जन एवं पशु हानि की सूचना प्राप्त होती है। दमिनी एप के माध्यम से आकाशीय बिजली का पूर्वानुमान (20-31 किलोमीटर का दायरा)।आवश्यक तैयारी, उपय आदि की जानकारी प्राप्त की जा सकती है।

बिहार चुनाव में प्रदेश के 300 से ज्यादा भाजपा नेता संभालेंगे मोर्चा

संतोष पांडेय, बृजमोहन, सुनील सोनी सहित कई नेता वापस पहुंचे बिहार

हरिभूमि न्यूज ►► रायपुर

बिहार में दो चरणों में होने वाले विधानसभा चुनाव के लिए प्रदेश भाजपा के नेताओं को थोक में वहां पर जिम्मेदारी दी गई है। प्रदेश के कई मंत्रियों के साथ यहां के सांसदों और विधायकों को भी जिम्मा मिला है। इसी के साथ प्रदेश संगठन के नेताओं को कमान सौंपी गई है। महिला मोर्चा की 100 पदाधिकारी वहां जाएंगी। भाजयुमो के भी कई नेता वहां जाएंगे। दीपावली के बाद अब बिहार चुनाव में प्रदेश के नेता वापस जाने लगे हैं। बिहार चुनाव में प्रदेश के करीब 300 नेता मोर्चा संभालेंगे।

सांसद संतोष पांडेय, बृजमोहन अग्रवाल, विधायक सुनील सोनी, प्रदेश के बिहार पहुंच गए हैं। क्षेत्रीय संगठन महामंत्री अजय जमवाल को वहां पर 50 से ज्यादा विधानसभाओं का जिम्मा दिया गया है। वे काफी समय से वहां पर डटे हुए हैं। आने वाले समय में प्रदेश के मुख्यमंत्री विष्णुदेव साय के साथ अन्य नेताओं की वहां पर नुवापाड़ा में होने वाले उपचुनाव के लिए भी 6 नवंबर को वहां जाकर सभा लेंगे। प्रदेश



संगठन के कुछ नेताओं को ओडिशा में भी जिम्मेदारी दी गई है। बिहार के चुनाव में प्रदेश के मंत्रियों, विधायक, सांसदों से लेकर भाजपा के कई नेता प्रचार करने जाएंगे। प्रदेश के मंत्री लखनलाल देवांगन को वहां पर दो विधानसभाओं की जिम्मेदारी मिली है।

वे दीपावली से पहले वहां गए थे। दीपावली पर वापस अपने गृह नगर आने के बाद वे वापस बिहार अपनी जिम्मेदारी वाली विधानसभाओं में पहुंच गए हैं। इसी के साथ सांसद संतोष पांडेय, बृजमोहन अग्रवाल, नान के अध्यक्ष संजय श्रीवास्तव सहित भी नेता वहां पर थे, सभी की दीपावली के लिए वापसी हुई थी, लेकिन अब सभी फिर से वापस चले गए हैं।

महिला मोर्चा को निर्देश मिलने का इंतजार

इस चुनाव में भी हमेशा की तरह भाजपा ने कई राज्यों के नेताओं की अलग-अलग जिम्मेदारी दी है। प्रदेश के भाजपा नेताओं को भी वहां जाने का मौका मिलेगा। जहां एक तरफ महिला मोर्चा की 100 से ज्यादा कार्यकर्ता वहां जाएंगे। वहीं भाजयुमो के भी करीब सौ कार्यकर्ता वहां जाएंगे। इसी के साथ प्रदेश संगठन के नेताओं के साथ ही प्रदेश के ज्यादातर मंत्री, विधायक और सांसद भी बिहार चुनाव में जाएंगे। प्रदेश के दोनों डिप्टी सीएम अरुण साव और विजय शर्मा को भी वहां पर बड़ी जिम्मेदारी दी गई है। जिन भी मंत्री, सांसद और विधायकों को विधानसभाओं का जिम्मा मिला है, सभी वहां जाकर मोर्चा संभाला रहे हैं। महिला मोर्चा को निर्देश मिलने का इंतजार है। प्रदेश महिला मोर्चा की अध्यक्ष विमा अवस्थी ने बताया, 100 महिला सदस्यों की सूची हमने महिला मोर्चा के राष्ट्रीय संगठन को दी है। वहां से निर्देश मिलते ही हमारी सभी सदस्य रवाना हो जाएंगी।

HEALTH TOWN

आयुर्वेदिक कैंसर विलनिक

सभी तरह के कैंसर का बिना साइड इफेक्ट के आतुरेद एवं पंचकर्म द्वारा संपूर्ण ईलाज

पता: चरक हेल्थ विलनिक, दुबे कालोनी, मोवा, रायपुर (छ.ग.), 9926644448, 9630053692

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

खबर संक्षेप



मां महालक्ष्मी की प्रतिमा का विसर्जन

आरंग। मां दंतेश्वरी महालक्ष्मी उत्सव समिति द्वारा स्थापित महालक्ष्मी जी की प्रतिमा का विसर्जन धूमधाम से किया गया। आपको बता दे की इस वर्ष पहली बार मां दंतेश्वरी महालक्ष्मी उत्सव समिति द्वारा माँ महालक्ष्मी जी के भव्य प्रतिमा का स्थापना धनतेरस यानी 18 अक्टूबर को आजाद चौक में किया गया था। महा लक्ष्मी पूजन के दिन 20 अक्टूबर को 56 भोग एवं महाआरती किया गया था। स्थापना के बाद से नगर के श्रद्धालु माँ लक्ष्मी के दर्शन के लिए लगातार पहुंच रहे थे।

हर्षोल्लास और धूमधाम के साथ मनाया गया दीपावली



तरपोंगी। क्षेत्र में दीपावली का महापर्व इस वर्ष भी पारंपरिक हर्षोल्लास और धूमधाम के साथ मनाया गया। धनतेरस से लेकर भाई दूज और मातर पर्व तक, पूरे क्षेत्र में त्यौहार का उमंग और उत्साह बना रहा। इस दौरान, सभी गांवों में लोगों के बीच गहरी सामाजिक सद्भावना देखने को मिली। ग्रामीणों ने मिल-जुलकर और शांतिपूर्ण तरीके से दीपावली का उत्सव मनाया। यह संतोष की बात रही कि पूरे त्यौहार अवधि में कहीं से भी किसी अप्रिय घटना का कोई समाचार प्राप्त नहीं हुआ। पारंपरिक तौर-तरीकों से मनाए गए इस पर्व ने क्षेत्र में आपसी प्रेम और भाईचारे की भावना को और मजबूत किया।

एग्रीस्टेक पोर्टल में पंजीयन नहीं हो रहा, किसान चिंतित

आरंग। एग्री स्ट्रेक पोर्टल में पंजीयन नहीं होने से छ.ग. के अनेकों किसान धान खरीदी नहीं हो पानी की आशंका से चिंतित है क्योंकि निचले स्तर पर किसान तहसीलदार के पास जाने से यही जवाब मिल रहा है की यह पंजीयन सिर्फ शासन स्तर से हो सकता है। कलेक्टर भी अक्षम है सभी प्रकरण है शासन के एजेंसी के पास पोंडंग पड़ा है। वहां से किसानों को कोई जवाब नहीं मिल रहा है किसान नेता पारसनाथ साहू ने कहा कि प्रकरण में क्या त्रुटि है यह भी नहीं बताया जा रहा है नहीं पंजीयन की जानकारी दिया जा रहा है इसीलिए जिसका पंजीयन नहीं हो पाया है ऐसे किसान चिंतित है किसान नेता ने स्पष्ट चेतावनी देते हुए कहा अगर किसानों का पंजीयन नहीं हुआ धान बिक्री से वंचित हुआ तो किसानों को गंभीर क्षति उठानी पड़ सकती है इसलिए तत्काल पंजीयन कर किसानों को जानकारी देवें अगर त्रुटि है तो सुधार का मौका देंवें विलंब होने से यह भी आशंका प्रबल होती है की सरकार पूरा धान खरीदने कहीं बचना तो नहीं चाह रहा है।



गौरा-गौरी उत्सव हर्षोल्लास के साथ मना गीतों व दीपों की जगमगाहट से गूंजा अंचल

हरिभूमि न्यूज़ ▶▶ आरंग

दीपावली पर्व के साथ-साथ छत्तीसगढ़ के ग्रामीण अंचलों में लोक संस्कृति की अनमोल परंपरा गौरा-गौरी स्थापना और विसर्जन का उत्सव बड़े हर्षोल्लास के साथ मनाया गया। यह आयोजन ग्रामीण समाज में सद्भाव, लोक आस्था और संस्कृति के संरक्षण का जीवंत उदाहरण प्रस्तुत करता है। दीपावली की रात्रि में गांव-गांव में महिलाओं और युवतियों ने पारंपरिक रीति-रिवाजों के अनुसार गौरा-गौरी (शिव-पार्वती) की प्रतिमाओं

हरिभूमि न्यूज़ ▶▶ धरसीवा

दीपावली के अगले दिन पूरे धरसीवा अंचल में गोवर्धन पूजा और मातर महोत्सव का पर्व हर्षोल्लास और पारंपरिक धूमधाम के साथ मनाया गया। खासकर ग्राम पंचायत कुरूद सिलयारी इस उत्सव का केंद्र बिंदु रहा, जहां आस्था, कला और सामाजिक समरसता का अद्भुत संगम देखने को मिला। ग्राम पंचायत कुरूद सिलयारी में भगवान कृष्ण की विशेष पूजा-अर्चना के बाद विराट मातर महोत्सव की शुरुआत की गई। इस दौरान ग्राम पंचायत की सरपंच रूखमणी साहू, जनपद सदस्य विजय साहू, उपसरपंच गजेन्द्र साहू, ग्राम सभा अध्यक्ष श्याम कुमार वर्मा और यादव समाज के प्रमुखों की गरिमामय उपस्थिति रही। पूरे क्षेत्र में गोवर्धन पूजा की परंपरा का श्रद्धापूर्वक निर्वाह किया गया। ग्रामीणों ने घरों और सार्वजनिक स्थलों पर गाय के गोबर से गोवर्धन पर्वत की प्रतीकात्मक आकृति बनाकर भगवान श्रीकृष्ण और गोधन (गाय) की पूजा की। गौमाता को स्नान कराकर, फूल-मालाओं से सजाया गया और उन्हें खिचड़ी या विभिन्न प्रकार के पकवान खिलाए गए। यह पर्व प्रकृति और पशुधन के प्रति कृतज्ञता व्यक्त करने के भारतीय

तुलसी बारा डेरा के मातर मड़ाई में उमड़ा जनसैलाब

मंदिर हसौद। राजधानी रायपुर के पास स्थित तुलसी बारा डेरा में पांच दिवसीय दीपावली पर्व को पूरे गांव ने आपसी प्रेम, सौहार्द्र और भाईचारे के साथ मिलकर मनाया। दीपावली के अंतिम दिन यादव समाज द्वारा आयोजित मातर मड़ाई उत्सव में ग्रामीणों का उत्साह चरम पर था।

मातर मड़ाई का आयोजन गाड़ा बाजा के साथ शुरू हुआ। पूरे गांव के देवी-देवताओं की पूजा-अर्चना कर उन्हें आर्मांत्रित किया गया। गांव के सभी महिला-पुरुषों ने स्कूल परिसर में आयोजित मड़ाई मेला में सम्मिलित होकर उत्सव का भरपूर आनंद लिया। इस दौरान प्रमुख रूप से ग्राम पंचायत सरपंच सुरेश धीवर, उप सरपंच टामेश बघेल, पूर्व जनपद अध्यक्ष पप्पू



राजेंद्र बंजारे, सुशील देवांगन, पूर्व सरपंच टोमन धीवर और सभी पंच गण तथा बड़ी संख्या में ग्रामवासी सम्मिलित हुए। पूर्व जनपद अध्यक्ष पप्पू राजेंद्र बंजारे और सरपंच सुरेश धीवर ने समस्त ग्रामवासियों को दीपावली, गोवर्धन पूजा, भाई दूज और मातर पर्व की बधाई दी। उन्होंने कहा कि यह पर्व आपसी भाईचारा, प्रेम और

शांति का प्रतीक था, जहाँ सभी जाति, धर्म और समुदाय के लोगों ने मिल-जुलकर इस उत्सव को मनाया।

कल होगा लोक कला मंच सुरता का आयोजन : मातर पर्व के बाद, 24 अक्टूबर की रात्रि में लोक कला मंच 'सुरता' का आयोजन किया जाएगा, जिसके लिए ग्रामीणों में खासा उत्साह है।

जोगी कुआं धाम बैकुंठ में संत समागम आज, धर्मगुरु बालकदास होंगे शामिल



तिलदा नेवरा। तिलदा नेवरा के जोगी कुआं धाम बैकुंठ में 24 अक्टूबर को एक दिवसीय विशाल संत समागम सतसंग कार्यक्रम का आयोजन किया जा रहा है। यह आयोजन धर्मगुरु बालकदास सतनाम सेवा समिति, जोगी कुआं धाम बैकुंठ-बहेसर, एवं सतनाम सतसंग समिति, नागपुर (महाराष्ट्र) के संयुक्त तत्वावधान में किया जा रहा है। जोगी कुआं धाम मंदिर परिसर प्रांगण में आयोजित इस सतसंग में तिलदा नेवरा परिक्षेत्र के सतनामी समाज के भंडारी, साटीदार, समाज प्रमुख, साधु, संत,

मानव समाज को दिया जाएगा सार संदेश

कार्यक्रम का मुख्य उद्देश्य संत शिरोमणि बाबा गुरु घासीदास जी के बताए अनमोल सार संदेश और अमृत वाणी को मानव समाज तक पहुंचाना है। इस अवसर पर सभी को बाबाजी के बताए रास्ते पर चलकर अपने जीवन के दुःख और परेशानियों को दूर करने के लिए उनके मार्ग पर चलने की अपील की जाएगी। यह जानकारी समिति के अध्यक्ष और भाजपा तिलदा ग्रामीण महामंत्री, दिनेश नायकवाड (अध्यक्षता) ने दी।

महंत, और राजमहंत सहित बड़ी संख्या में महिला-पुरुष शामिल होंगे।

हत्या के 25 दिन बाद भी आरोपी गिरफ्तार नहीं, पुलिस की भूमिका पर उठे सवाल

आरंग। आरंग थाना क्षेत्र के अंतर्गत ग्राम भिलाई में 30 सितंबर की रात हुई बुधराम नवरो की हत्या के मामले में 25 दिन बीत जाने के बाद भी आरोपियों की गिरफ्तारी न होने से ग्रामीणों में भारी आक्रोश है। 2 अक्टूबर को मृतक का शव नहर में मिलने के बाद से ही पुलिस की धीमी कार्रवाई पर सवाल उठाए जा रहे हैं। स्थानीय ग्रामीणों के अनुसार, हत्या का कारण एकदम स्पष्ट है। मृतक बुधराम नवरंगे अक्सर रात्रि में नहर में मछली चोरी करने जाते थे। इससे मछली का ठेका लेकर धंधा करने वाले लोग नाराज थे। मृतक को पहले भी मना किया गया था और देख लेने की धमकी भी दी गई थी। ग्रामीणों का मानना है कि हत्या का कारण और करने वाले पानी की तरह स्पष्ट हैं।

पुलिस कार्रवाई पर संदेह

गांव के लोग सोच रहे थे कि शव का पोस्टमार्टम होने के बाद अपराधी को तत्काल गिरफ्तार कर लिया जाएगा, लेकिन 25 दिन बीत जाने के बाद भी गुजरियों की गिरफ्तारी नहीं हुई है। इससे आरंग पुलिस अपनी भूमिका को संदेह के घेरे में ले लिया है। ग्रामीणों का कहना है कि अपराधी खुलेआम घूम रहे हैं और हत्यारों के रिश्तेदार गांव वालों के सामने खुले तौर पर हत्या करने वालों के नाम ले रहे हैं, बावजूद इसके पुलिस चुप है। ग्रामीणों ने

सर्व समाज ने दी चेतावनी

भिलाई के सभी प्रमुख जनों ने एकजुट होकर मांग की है कि दो दिन के भीतर अपराधियों को गिरफ्तार किया जाए। उन्होंने स्पष्ट चेतावनी देते हुए कहा है कि अन्यथा भिलाई के सर्व समाज द्वारा आरंग थाना का घेराव किया जाएगा।

भावपूर्ण विसर्जन जुलूस

सुबह विधिवत पूजा-अर्चना के बाद गौरा-गौरी का विसर्जन जुलूस पूरे गांव में निकाला गया। महिलाएं थाल में दीप जलाकर मंगल गीत गाती हुई, ताल और लय के साथ नाचती-गाती चलीं। रास्ते भर जगह-जगह ग्रामीणों ने गौरा-गौरी की आरती उतारी और प्रसाद वितरण किया।

पर्व का महत्व

इस पारंपरिक पर्व को पति-पत्नी के अटूट प्रेम, सुख-समृद्धि और पारिवारिक एकता का प्रतीक माना जाता है। ग्रामीण महिलाओं ने बताया कि गौरा-गौरी की पूजा उनके जीवन का अभिन्न हिस्सा है, जिसे वे पीढ़ी दर पीढ़ी निभाती आ रही हैं। इस अवसर पर गांवों में विशेष सफाई, दीप सज्जा और लोक कार्यक्रमों का आयोजन किया गया, जिसने दीपावली की खुशी को और भी पवित्र व मंगलमय बना दिया।



पुलिस सुरक्षा व चाक-चौबंद व्यवस्था

धरसीवा थाना क्षेत्र में पर्व के दौरान उमड़ने वाली भीड़ और शांति व्यवस्था बनाए रखने के लिए अंचल में पुलिस की तगड़ी सुरक्षा व्यवस्था रही। पुलिस बल की तैनाती और निरंतर गश्त के कारण पूरा महोत्सव शांतिपूर्ण ढंग से संपन्न हुआ। गोवर्धन पूजा और मातर महोत्सव ने धरसीवा अंचल में ग्रामीण संस्कृति, आस्था और कला के अद्भुत संगम का माहौल बनाया, जो लोगों के दिलों में गहरी छाप छोड़ गया।



और अपने उद्बोधन में कहा कि, यह पर्व हमारी समृद्ध लोक संस्कृति और सामाजिक समरसता का प्रतीक है। श्रीमती साहू ने कहा, आगे बढ़ाने की आवश्यकता है। उन्होंने ग्रामीण विकास, स्वच्छता और बुनियादी सुविधाओं को बेहतर बनाने के लिए पंचायत की प्रतिबद्धता को दोहराया।

लखौली गौठान में गोवर्धन पूजा पर सरपंच ने की गौसेवा



आरंग। बुधवार को गाम लखौली के गौठान में गोवर्धन पूजा का पर्व श्रद्धा और भक्ति के वातावरण में पारंपरिक रीति से मनाया गया। इस अवसर पर सरपंच हीरामन साहू ने गौमाता की विधिवत पूजा की तथा गायों को खिचड़ी खिलाकर गौसेवा का संदेश दिया। पूजन के पश्चात गौठान में मौजूद सभी गायों की गलों में दरवाहा बल्लू यादव व बल्लू ओगरे ने पारंपरिक 'सोहाई' (शृंगार माला) बांधी गई, जिससे वातावरण पूरी तरह से भक्तिमय हो उठा। गायों को सजाकर उन्हें सम्मानपूर्वक खिचड़ी व अन्य प्रसाद अर्पित किया गया। इस अवसर पर मीमा मोहन साहू उपसरपंच, रत्नू साहू गौसेवक, भाऊ

धीवर, नेहरू यादव, संतराम साहू, राकेश लहरी, दीपक साहू भी उपस्थित थे। इस अवसर पर सरपंच साहू ने कहा कि गोवर्धन पूजा केवल एक धार्मिक अनुष्ठान नहीं, बल्कि यह पशुधन, अन्न और प्रकृति के प्रति कृतज्ञता व्यक्त करने का पर्व है। गौसेवा हमारी संस्कृति की आत्मा है, और गौठान इसके केंद्र में है। पूजा के बाद सभी को प्रसाद वितरित किया गया। ग्रामीणों ने सरपंच द्वारा किए गए इस सेवा कार्य की सराहना करते हुए कहा कि इससे गौसेवा के प्रति जनजागरण को बल मिलेगा और युवाओं को प्रेरणा भी।

गांव-गांव में गोवर्धन पूजा पर गूंजा गौसेवा का संदेश



आरंग। गोवर्धन पूजा के पावन अवसर पर गांव-गांव में पारंपरिक उत्साह और भक्ति के साथ पर्व मनाया गया। पशुपालकों ने अपने घरों में गायों की विधिवत पूजा-अर्चना की और विशेष रूप से तैयार की गई खिचड़ी व खट्टा सब्जी खिलाकर गौसेवा का संदेश दिया। इस दिन ग्रामीणों ने चावल, अरहर दाल, जिमी कांदा, कोचाई और मखना (कुम्हड़ा) जैसी पारंपरिक सब्जियों को मिलाकर विशेष खिचड़ी तैयार की। इसे गायों को प्रेमपूर्वक खिलाया गया। गायों की गलों में रंग-बिरंगी सोहाई बांधी गई और पारंपरिक रूप से उन्हें हल्दी-रोली से सजाया गया। खाभा बात यह रही कि इस पर्व पर हर घर में खट्टा सब्जी बनाने की वर्षों पुरानी परंपरा इस वर्ष भी पूरी श्रद्धा के साथ निभाई गई। जिमी कांदा, कोचाई, कुम्हड़ा और मसालों से बनी यह पारंपरिक सब्जी भोजन का प्रमुख आकर्षण रही। ग्रामीणों ने बताया कि यह खट्टा व्यंजन अन्नकूट पर्व का

गोवर्धन पूजा एवं मातर उल्लास से मनाया गया

धरसीवा। नगर पंचायत कूरा में गौरी गौरा उत्सव, गोवर्धन पूजा एवं मातर का पर्व इस वर्ष बड़े ही उल्लास और पारंपरिक श्रद्धा के साथ मनाया गया। इस ऐतिहासिक पर्व को सभी नगरवासियों ने बिना किसी वाद-विवाद के, आपसी सौहार्द के साथ संपन्न किया। इस अवसर पर नगर पंचायत अध्यक्ष गोविंद

साहू ने अपने उपाध्यक्ष और समस्त पार्षदगणों को साथ लेकर उपस्थित ग्रामीणजन को गले मिलकर दीपावली पर्व की शुभकामनाएं दीं। यह पर्व कूरा में सामाजिक सद्भावना और सांस्कृतिक विरासत की मजबूती का प्रतीक बनकर उभरा, जिसमें नगर के प्रमुखों ने भी सक्रिय भागीदारी दिखाई।

पेज 09 के शेष...

सड़कों पर कूड़ा, नालियां जान...

सामान, पटाखों के अवशेष, प्लास्टिक कचरा के अलावा सड़ी गली खाद्य सामग्री को बैसे ही बेतरतीब छोड़ दिया गया है, जिसमें मवेशियों का झुंड मुंह मारते देखा जा सकता है। सड़े-गले फल, खराब सब्जियों से उठने वाली बदबू से लोग परेशान हैं। इससे लोगों को सेहत पर बुरा प्रभाव भी पड़ सकता है। निगम प्रशासन ने त्योहार पूर्व बाजार क्षेत्रों में विशेष सफाई अभियान चलाने का दावा किया, पर यह दावा खोखला साबित हुआ।

अधिकारियों पर बिफरीं...

कमिश्नर और जोन स्वास्थ्य अधिकारी को लचर सफाई व्यवस्था मिलने पर फटकार लगाते हुए तत्काल गंदगी हटवाने निर्देश दिए। वहीं मोतीबाग चौक पर उसं पाक आयोजन समाप्ति के बाद भी सड़क पर लग रही अस्थायी दुकानों को सड़क से तत्काल हटाने की हिदायत दी।

डोर टू डोर कचरा कलेक्शन...

रहा है। इसके कारण लोग खाली प्लाट या इधर उधर कूड़ा फेंकने विवश हैं। जबकि रामकी कंपनी का कहना है कि 258 सफाई गाड़ियों से प्रतिदिन डोर-टू-डोर कचरा कलेक्शन कर सकरी स्थित लैंडफिल साइट पर उसका वैज्ञानिक निष्पादन किया जा रहा है। हकीकत ये है कि लोगों के घरों से गीला और सूखा कचरा एक साथ लेकर उसे सैंकेंडरी पाईट भेजा जा रहा है। सूत्रों के मुताबिक, त्योहारी सीजन में दो दिनों में 2 हजार मीट्रिक टन कूड़ा शहरभर से निकाला गया, जिस बिना छंटाय किए सीधे सकरी भेजा गया है।

नवविवाहिता ने फांसी लगाकर की...

आरोप लगाया है। मनीषा के आरोपों के मुताबिक, उसका पति उसे ससुर तथा सास के सामने मारता था। महिला ने शादी के दस महीने बाद भी 10 दिन शांति से नहीं रहने देने का आरोप लगाया है। घटना दिनांक को महिला ने फांसी लगाने के पहले अपने हाथों की नस काटी, उसके बाद साड़ी से फांसी का फंदा बनाकर पंखे से लटककर खुदकुशी की। देर शाम तक दरवाजा नहीं खुलने पर परिजनों ने किसी तरह दरवाजा खोला और कमरे के अंदर पहुंचे तो मनीषा की लाश पंखे पर लटकते मिली।

रिमोट-मोबाइल छीनने के विवाद का...

का आरोप लगाते हुए वीडियो रिकार्ड कर फांसी लगाकर खुदकुशी कर ली।

प्रधानमंत्री के प्रवास के रूट चार्ट को...

जुटे अधिकारियों के साथ विभिन्न व्यवस्थाओं की

गहन समीक्षा कर आवश्यक दिशा-निर्देश दिए। उप मुख्यमंत्री ने अधिकारियों को संपूर्ण आयोजन में किसी भी तरह की कोताही न बरतते हुए पूरी क्षमता और योग्यता से समय पूर्व सभी तैयारियां सुनिश्चित करने को कहा। उन्होंने कहा, छत्तीसगढ़ की स्थापना के रजत जयंती वर्ष में राज्योत्सव पर प्रधानमंत्री के आपमन को ऐतिहासिक और यादगार बनाना है। इसके लिए तैयारियों में कोई कोर-कसर न छोड़ें।

भव्य कार्यक्रम सुनिश्चित करें प्रधानमंत्री के प्रवास के दौरान सभी कार्यक्रमों के भव्य और सुव्यवस्थित आयोजन के लिए तेजी से कार्य करते हुए सभी व्यवस्थाओं को मूर्त रूप दें। आवास एवं पर्यावरण विभाग के सचिव अंकित आनंद, रायपुर के कलेक्टर डॉ. गौरव सिंह, संस्कृति विभाग के संचालक विवेक आचार्य, रायपुर नगर निगम के आयुक्त विश्वदीप और लोक निर्माण विभाग के प्रमुख अभियंता वीके भतपहरी भी समीक्षा बैठक में मौजूद थे।

कार्यक्रम स्थल पर की समीक्षा: उन्होंने राज्योत्सव के लिए विभिन्न व्यवस्थाओं के प्रभारी अधिकारियों के साथ बैठक कर कार्यक्रम स्थल पर सेक्टरों की स्थिति, बैठक क्षमता, परिक्रमा पथ के लोकेशन एवं सुरक्षा व्यवस्था की समीक्षा की। बैठक में पुलिस बल की तैनाती, पार्किंग व्यवस्था व पेयजल व्यवस्था के साथ ही वीवीआईपी सेक्टर की क्षमता, सुव्यवस्थित पहुंच मार्ग तथा सभी कार्यक्रमों के व्यवस्थित आयोजन की रूपरेखा पर भी विस्तार से चर्चा हुई।

हाजिरी की अनिवार्यता...

होने वाले छात्रों के लिए भी नियमित कक्षा अनिवार्य कर दी गई है। हालांकि रेगुलर स्टूडेंट्स की तरह नियमित रूप से कक्षाओं में उपस्थित रहने के स्थान पर उनके लिए दिनों की संख्या निर्धारित की गई है। इसके अलावा आंतरिक मूल्यांकन तथा असाइनमेंट अथवा प्रोजेक्ट भी उनके लिए अनिवार्य हैं। जबकि राष्ट्रीय शिक्षा नीति के पूर्व यह स्थिति नहीं थी। छात्रों को केवल परीक्षा दिलाने ही आने होता था। नियमों में बदलाव के बाद आवेदल संख्या घटी है।

जलकुंभी की सफाई...

बाकी काम पूरा नहीं हो सका है। इसके चलते महाराजवंद तालाब में एसटीपी साइट के आसपास गंदगी जमा हो गई है। तालाब का एक बड़ा हिस्सा जलकुंभी से पट गया है। इस ओर न तो जोन 6 के अध्यक्ष का ध्यान है न ही वार्ड पार्षद का। प्रभावित इलाके के रहवासियों ने महाराजवंद तालाब की सफाई को लेकर निगम आयुक्त और महापौर का भी ध्यान आकर्षित कराया है। इसके बाद भी महाराजवंद तालाब की दशा नहीं सुधरी।

खबर संक्षेप

गौरा-गौरी की झांकी का पिछड़ा वर्ग ने किया स्वागत



रायपुर। दूधधारी मठपारा में गौरा-गौरी की झांकी निकाली गई। झांकी का पिछड़ा वर्ग संगठन ने भव्य स्वागत किया। इस अवसर पर संगठन के प्रवेश अध्यक्ष सूरज निर्मलकर, आदिवासी समाज के अध्यक्ष जीवनलाल ध्रुव, पूर्व पार्षद चंद्रपाल धनगर, ईश्वर सिंह ठाकुर, अजय हंसा, पार्षद प्रमोद साहू, अजय पाल, रामशिला निर्मलकर, आशीष यादव, शत्रुघ्न निबाद, मनोज देवांगन, पिटू यादव, चिंटू यादव, पुखराज निर्मलकर, गोपाल सारथी समेत अनेक समाज प्रमुख शामिल हुए।

अवैध शराब बेचते दो गिरफ्तार, मेजा जेल



रायपुर/भिलाई। शराब का अवैध कारोबार करने वाले दो युवकों को पुलिस ने गिरफ्तार किया है। एएसपी पद्मश्री तेंवर ने बताया कि मुखबिर की सूचना पर धमधा नाका सब्जी मण्डी के पास प्लास्टिक बोरी में शराब रखकर अवैध रूप से बेचने ग्राहक की तलाश कर रहे थे। इस दौरान पुलिस ने दक्षिण देकर दो संदेहियों को पुलिस ने पकड़ा है। उनकी तलाशी लेने पर सफेट रंग के बोरे में देशी शराब की 161 पौवा 15 हजार 100 रुपये का जब्त किया। आरोपियों से पूछताछ करने पर अपना नाम सिकोला भाठा थाना मोहन नगर निवासी बजरंगी कुर्मी , देवार मोहल्ला सिकोला भाठा कृष्णा कुमार कुर्मी होना बताया है। उक्त कार्यवाही में थाना मोहन नगर की महत्वपुर्ण भूमिका रही।

पटाखा फोड़ने से मना किया तो महिला को ही पटाखे से जलाया
रायपुर/भिलाई। भिलाई छावनी थाना अंतर्गत न्यू संतोषी पारा कैम्प-2 में पटाखा फोड़ने को लेकर उपजे विवाद में प्रियंका नामक महिला पर ही पटाखा फेंककर जला दिया। महिला के पति जितेंद्र चौधरी की शिकायत पर पुलिस ने गोवर्धन यादव और सूरज यादव के खिलाफ अपराध दर्ज किया है। पुलिस ने बताया कि घटना 22 अक्टूबर को शाम करीब साढ़े 7 बजे की है। जितेंद्र पेशे से क्रेन ऑपरेटर है। पड़ोस में रहने वाले आरोपी गोवर्धन और सूरज पटाखा फोड़ रहे थे। मना करने पर उन्होंने गाली गलौच शुरू कर दिया। इस बीच जितेंद्र की पत्नी प्रियंका बाहर आई। आरोपियों ने जलता हुआ पटाखा उसकी तरफ फेंक दिया, जिससे वह झुलस गई। सूचना पर पुलिस ने दोनों आरोपियों को विरुद्ध अपराध दर्ज कर लिया है। वहीं महिला को उपचार के लिए सुपुला अस्पताल में भर्ती कराया गया है। मामले में पुलिस की विवेचना जारी है। इसी प्रकार के अन्य घटना में बालकों के बीच हुए विवाद में पुलिस ने अपराध दर्ज किया है। पुलिस ने बताया कि बच्चों के पटाखा फोड़ने के दौरान परिजन आपस में भिड़ गए।

निधन

भीखमचंद गोलछा

रायपुर। रिरालिया रेजेन्सी निवासी भीखमचंद गोलछा (जैन) का 20 अक्टूबर को निधन हो गया। उनका अंतिम संस्कार मारवाड़ी श्मशानघाट में किया गया। वे प्रदीप, दिलीप और अभिषेक के पिता और उत्तमचंद गोलछा के चाचा थे।

डॉ. रामकुमार बेहार

रायपुर। सुंदर नगर निवासी डॉ. रामकुमार बेहार (सारंगद वाले) का 22 अक्टूबर को निधन हो गया । उनका अंतिम संस्कार महादेवघाट श्मशानघाट में किया गया।

नहीं थम रहा सूखे नशे का कारोबार , ओवरडोज से फिर एक ट्रक ड्राइवर की मौत

हरिभूमि न्यूज

राजधानी में सूखे नशे का कारोबार थमने का नाम नहीं ले रहा है। सूखे नशे का ओवरडोज लेने से एक ट्रक ड्राइवर की मौत हो गई। बताया जा रहा है, जिस ट्रक ड्राइवर की मौत हुई है, उसका ट्रक लोन नहीं चुका पाने की वजह से फाइनंस कंपनी ने जब्त कर लिया। इससे परेशान होकर युवक नशे का ओवरडोज लेने लगा। इसके चलते उसकी मौत हो गई। मृतक के पास से पुलिस को डोडा सहित अन्य मादक पदार्थ मिले हैं। घटना मंगलवार को आमानाका थाना क्षेत्र के टाटीबंध के पास की है।

ट्रक के केबिन में सिमरनजीत सिंह (23) की

हर सेक्टर में उम्मीद से ज्यादा कारोबार, जीएसटी कम होने का भी मिला फायदा

दीपावली में बाजार बूम, त्योहारी सीजन में

13 हजार करोड़ का कारोबार, उम्मीद से ज्यादा

हरिभूमि न्यूज

धनतेरस पर ही 12 सौ करोड़ से ज्यादा का कारोबार हुआ। इलेक्ट्रॉनिक्स, मोबाइल, फर्नीचर, बर्तन मिलाकर दो हजार करोड़ के आसपास कारोबार हुआ। पटाखा और मिठाई का हजार करोड़ का कारोबार प्रदेश में हुआ। सबसे खराब स्थिति रीयल एस्टेट में रही। इसमें मुश्किल से चार सौ करोड़ के आसपास ही कारोबार हो सका। त्योहारी सीजन का सही मायने में प्रारंभ नवरात्रि से होता है। इसके बाद लगातार त्योहार रहते हैं। इस बार भी नवरात्रि से लेकर दीपावली तक हर सेक्टर का बाजार गुलजार रहा। नवरात्रि इस बार दस दिनों की होने के कारण जहां लगातार दस दिनों तक खरीदारी हुई। वहीं पुष्य नक्षत्र और धनतेरस दो-दो दिनों की होने के कारण इसमें भी जमकर खरीदारी हुई। पुष्य नक्षत्र पर जहां दो हजार करोड़ से ज्यादा का कारोबार हुआ, वहीं धनतेरस पर एक ही दिन में चार हजार करोड़ से ज्यादा का कारोबार हुआ।

नवरात्रि से लेकर दीपावली तक त्योहारी सीजन में इस बार बाजारों में जमकर धन बरसा। हर सेक्टर में उम्मीद से ज्यादा कारोबार हुआ और दस हजार करोड़ के स्थान पर 13 हजार करोड़ से ज्यादा का व्यापार हुआ है। सबसे ज्यादा कारोबार सोने और चांदी का हुआ। कीमत ज्यादा होने के बाद भी सराफा में चार हजार करोड़ के आसपास कारोबार हुआ। सबसे ज्यादा निवेशकों ने खरीदारी की है। कपड़ा बाजार में जहां करीब तीन हजार करोड़ का कारोबार हुआ, वहीं ऑटोमोबाइल सेक्टर में ढाई हजार करोड़ का व्यापार हुआ।

4000 करोड़ का बिका सोना-चांदी,3000 करोड़ के बिके कपड़े, 2500 करोड़ के बिके वाहन



पांच सौ करोड़ के बिके मिठाई और ड्राई फ्रूट्स

दीपावली पर्व पर मिठाई और सूखे मेवे का कारोबार भी बूम पर रहा। कलाकंद, बेसन-बुंदी के लड्डू, पेड़ा, काजू कतली, अंजीर बर्फी, रसगुल्ला, गुलाब जामुन समेत तमाम मिठाइयों होटलों में त्योहार के महानगर बनाई गई थी।वहीं सूखे मेवे में काजू, किसमिस, बादाम, छुहारा, अखरोट, पिस्ता समेत अन्य ड्राई फ्रूट्स भी बड़ी मात्रा में बिके। मिठाई और सूखे मेवे का कारोबार करीब 500 करोड़ का रहा।

दो हजार करोड़ के बिके मोबाइल और इलेक्ट्रॉनिक आइटम

इलेक्ट्रॉनिक्स बाजार भी पूरे माह भर गुलजार रहा। नवरात्रि से ही जमकर खरीदारी प्रारंभ हुई, जो दीपावली तक घनी। एसी, फ्रिज, वाशिंग मशीन, एलईडी से लेकर किचन के सामान, मोबाइल, फर्नीचर और बर्तनों को मिलाकर दो हजार करोड़ से ज्यादा कारोबार हुआ है। लक्ष्मी इलेक्ट्रॉनिक्स के संचालक राजेश वासवानि के मुताबिक जीएसटी कम होने के कारण इस बार कारोबार बीते साल से 20 से 25 फीसदी ज्यादा हुआ है। ग्राहकों ने महंगे मोबाइल के साथ बड़ी स्क्रीन वाली एलईडी ज्यादा खरीदी है।

6 से 9 नवंबर तक ‘जशपुर जम्बूरी’, रोमांच संस्कृति और परंपरा का अद्भुत उत्सव

हरिभूमि न्यूज

छत्तीसगढ़ का पर्वतीय और हरियाली से आच्छादित जिला जशपुर एक बार फिर उत्सव, संस्कृति और रोमांच का केंद्र बनने को जा रहा है। यहां आगामी 6 से 9 नवम्बर तक आयोजित होने वाले ‘जशपुर जम्बूरी-2025’ में प्रदेश और देशभर से पर्यटक प्रकृति की गोद में रोमांचक अनुभवों, जनजातीय परंपराओं और सामुदायिक उत्सव के रंगों का आनंद लेंगे। यह आयोजन प्राकृतिक सौंदर्य, जनजातीय परंपराओं और आधुनिक रोमांच का अद्भुत संगम प्रस्तुत करेगा।

जशपुर अपनी प्राकृतिक सुंदरता, झरनों, पहाड़ियों और हर-भरे जंगलों के कारण पहले से ही पर्यटकों के आकर्षण का केंद्र है। इन चार दिनों में यह जिला उत्साह, उमंग और अनूठे अनुभवों का जीवंत मंच बन जाएगा। देशभर से आने वाले सैलानी यहां रोमांचक खेलों, सांस्कृतिक प्रस्तुतियों और जनजातीय लोकपर्वों की रंगीन झलक का आनंद लेंगे।



फॉरेस्ट ट्रेकिंग और प्राकृतिक अनुभव

प्रकृति प्रेमियों के लिए विशेष फॉरेस्ट ट्रेकिंग ट्रेल्स तैयार की गई हैं। घने पेड़ों के बीच, फूलों की महक और पक्षियों की चहचहाहट में चलना जशपुर की जैवविविधता से गहरा जुड़ाव कराएगा। यह पर्यावरण और पर्यटन के बीच सामंजस्य का प्रतीक है। फेस्टिवल में कयाकिंग, मोटो बोटिंग और एटवी राइड्स जैसी गतिविधियां रोमांच प्रेमियों को अपनी सीमाओं को परखने का अवसर देंगी।

जशपुर की प्रकृति और संस्कृति को मिले राष्ट्रीय पहचान: साय

मुख्यमंत्री विष्णुदेव साय ने कहा, हमारा प्रयास है कि जशपुर की प्रकृति और संस्कृति को राष्ट्रीय पहचान मिले। जशपुर जम्बूरी-2025' न केवल छत्तीसगढ़ की सांस्कृतिक पहचान को प्रखर करेगा, बल्कि पर्यटन, उद्यमिता और सामुदायिक सहभागिता को नई ऊर्जा देगा। यह आयोजन राज्य के लिए गौरव और विकास दोनों का प्रतीक बनेगा। ऐसे आयोजन न केवल प्रदर्शन को बढ़ावा देते हैं, बल्कि स्थानीय युवाओं के लिए रोजगार और आत्मनिर्भरता के नए अवसर भी पैदा करते हैं। जशपुर के लोग जितने सादगीपूर्ण हैं, उतने ही उत्साही और साहसी भी हैं। उन्होंने कहा, जशपुर जम्बूरी जैसे आयोजन इस क्षेत्र की पहचान को राष्ट्रीय पटल पर स्थापित कर रहे हैं।



नगरीय निकायों के आयुक्त, सीएमओ के लिए निर्देश

आपातकालीन खर्च के लिए निकाय के पास बजट न हो

तो संचित निधि से खर्च, पर किस्तों में लौटानी होगी राशि

हरिभूमि न्यूज

राज्य के नगरीय निकायों के पास अगर आपातकालीन खर्च या किसी जनहित के काम के लिए बजट में प्रावधान नहीं है तो निकाय संचित निधि से राशि खर्च कर सकते हैं, लेकिन बाद में यह रकम किस्तों में लौटानी पड़ेगी। नगरीय प्रशासन एवं विकास विभाग ने इस संबंध में प्रदेश के सभी नगर निगम आयुक्त, पालिकाओं और नगर पंचायतों के सीईओ को निर्देश जारी किया है।

इस संबंध में जारी दिशा निर्देश में कहा गया है कि संचित निधि से आहरण किए कार्यों के लिए किया जा सकेगा। आपातकालीन कार्य जिसके लिये निकाय के बजट में प्रावधान नहीं। अन्य जनहित के कार्य, जिसके लिए निकाय

के बजट में प्रावधान न हो। अनिवार्य मदों के लंबित भुगतान के लिए, जिसका भुगतान किया जाना शासन के मत में आवश्यक हो। आपातकालीन कार्य, जिसके लिए निकाय के बजट में प्रावधान न हो, परिषद के समक्ष ऐसे आपातकालीन कार्य आते हैं, जिनके लिये बजट में प्रावधान नहीं होता, किंतु इन कार्यों को करना परिषद के लिए आवश्यक है। संचित निधि से आहरण की स्वीकृति प्रस्ताव प्राप्त होने पर शासन द्वारा अनुमति दी जा सकेगी। प्रस्ताव के साथ आपातकाल में किए जाने वाले कार्यों पर व्यय की कार्ययोजना, परिषद का प्रस्ताव होना आवश्यक है। इस प्रस्ताव में निकाय का यह प्रमाणपत्र संलग्न होना चाहिए कि इन कार्यों को करने के लिए निकाय के बजट में कोई प्रावधान नहीं है।



बिना बजट जनहित के कार्यों के लिए निर्देश

अन्य जनहित के कार्य, जिसके लिए निकाय के बजट में प्रावधान न हो, इस स्थिति में निकायों के रोजमर्रा के कार्यों के अतिरिक्त ऐसे जनहित के कार्यों को करने के लिए संचित निधि से राशि के आहरण की स्वीकृति दी जा सकेगी जिसके लिए निकाय के बजट में कोई प्रावधान न किया गया हो। यह प्रस्ताव मेजा जाना आवश्यक होगा। जनहित के कार्य का ब्योरा, जनहित के कार्य में व्यय की जाने वाली राशि की कार्ययोजना, कार्यों के लिए एस्टीमेट यदि आवश्यक हुआ तो नक्शा, 4 निकाय इस आशय का प्रमाणपत्र के इस कार्य को करने के लिए निकाय के बजट में कोई प्रावधान नहीं है।

किस्तों में वापस भी करनी होगी राशि

नगरीय प्रशासन एवं विकास विभाग ने जहां एक तरफ बताया है कि संचित निधि से किस तरह के कार्यों के लिए राशि निकाली जा सकती है। उसी प्रकार से भी बताया गया है कि निकाली गई राशि को किस प्रकार वापस जमा करनी है। यह राशि 12 महीनों से लेकर अधिकतम 109 माह तक किस्तों में जमा करने का प्रावधान है।

संचित निधि का हिसाब रखने का तरीका

संचित निधि का लेखा निकाय की निधि से पृथक रखा जाएगा तथा इस निधि में प्रतिदिन की आय का 5 प्रतिशत प्रतिदिन जमा किया जाएगा, निकाय की आय में चुंगी क्षतिपूर्ति अनुदान तथा यात्री कर का अनुदान भी शामिल होगा। संचित निधि के लेखे का सत्यापन संगंणीय संयुक्त संचालक द्वारा वर्ष में एक बार किया जाएगा। संचित निधि से लेखे में अनियमितताओं के संबंध में वर्ष में एक बार संचालक नगरीय प्रशासन को संगंणीय संयुक्त संचालक द्वारा अवगत कराया जाएगा। संचित निधि से कराए गए कार्यों का संधारण निकाय की स्वयं की निधि से किया जाएगा। इन कार्यों के संधारण के लिये संचित निधि से राशि के आहरण की स्वीकृति नहीं दी जाएगी।

लाश मिली है। ट्रक के केबिन से पुलिस ने डोडा और अन्य नशे से जुड़ी चीजें बरामद हुई हैं। पुलिस जांच में पता चला है कि मृतक लंबे समय से नशे का आदी था। कुछ समय पहले उसने एक ट्रक खरीदा था, जिसे किस्तें न चुकाने पर फाइनंस कंपनी ने जब्त कर लिया था। इसी के बाद से वह मानसिक रूप से परेशान था और अधिक नशा करने लगा था।

बताया जा रहा है कि इससे पहले भी टाटीबंध क्षेत्र में एक अन्य ट्रक ड्राइवर का शव संदिग्ध परिस्थितियों में मिला था। वास्तुतः पीएम रिपोर्ट आने के बाद पुलिस सिमरनजीत की मौत का सही कारण बता पाने की बात कह रही है।

कलेक्टर ने एयरपोर्ट के आसपास तैयारियों का लिया जायजा



हरिभूमि न्यूज

प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी के नया रायपुर अटलनगर प्रवास को लेकर तैयारियां युद्धस्तर पर की जा रही हैं। इसके लिए कलेक्टर डॉ. गौरव सिंह लगातार जहां विभिन्न विभागों के अफसरों की बैठक ले रहे हैं, वहीं मौके पर पहुंचकर तैयारियों का जायजा भी ले रहे हैं। इसी कड़ी में गुरुवार को कलेक्टर ने एयरपोर्ट के आसपास मार्ग पर तैयारियों का जायजा लिया। इस दौरान एनआरडीए के सीईओ चंदन कुमार, नगर निगम कमिश्नर विश्वदीप, अपर कलेक्टर नम्रता जैन सहित अन्य अधिकारी मौजूद रहे।

जैनम मानस भवन मार्ग तक किया निरीक्षण
 कलेक्टर डॉ. गौरव सिंह अधिकारियों के साथ जैनम मानस भवन के पास पहुंचे। यहां प्रधानमंत्री के आगमन को लेकर जो तैयारी की जा रही है, उसका जायजा लिया। इस दौरान कलेक्टर ने अधिकारियों को आवश्यक दिशा-निर्देश भी दिए। उल्लेखनीय है कि प्रधानमंत्री के आगमन के दौरान एयरपोर्ट से लेकर राज्‍योत्सव स्‍थल तक मार्ग पर प्रधानमंत्री के स्वागत के लिए तैयारियों की जा रही है। साथ ही इस मार्ग पर सुरक्षा को कूटि से जगह-जगह बड़ी संख्या में पुलिस जवान भी तैनात किए जाएंगे। इन सभी तैयारियों को लेकर कलेक्टर ने अधिकारियों को आवश्यक निर्देश दिए।

पेज 9 के शेष

सड़कों पर कूड़ा...

सामान, पटाखों के अवशेष, प्लास्टिक कचरा के अलावा सड़ी गली खाद्य सामग्री को वैसे ही बेतरतीब छोड़ दिया गया है, जिसमें मवेशियों का झुंड मुंह मारते देखा जा सकता है। सड़-गले फल, खराब सब्जियों से उठने वाली बदबू से लोग परेशान हैं। इससे लोगों की सेहत पर बुरा प्रभाव भी पड़ सकता है। निगम प्रशासन ने त्योहार पूर्व बाजार क्षेत्रों में विशेष सफाई अभियान चलाने का दावा किया, पर यह दावा खोखला साबित हुआ।

अधिकारियों पर बिफरीं...

कमिश्नर और जोन स्वास्थ्य अधिकारी को लचर सफाई व्यवस्था मिलने पर फटकार लगाते हुए तत्काल गंदगी हटवाने निर्देश दिए। वहीं मोतीबाग चौक पर उर्स पाक आयोजन समाप्ति के बाद भी सड़क पर लग रही अस्थायी दुकानों को सड़क से तत्काल हटाने की हिदायत दी।

डोर टू डोर कचरा ...

रहा है। इसके कारण लोग खाली प्लाट या इधर उधर कूड़ा फेंकने विवश हैं। जबकि रामकी कंपनी का कहना है कि 258 सफाई गाड़ियों से प्रतिदिन डोर-टू-डोर कचरा कलेक्शन कर सकरी स्थित लैंडफिल साइट पर उसका वैज्ञानिक निष्पादन किया जा रहा है। हकीकत ये है कि लोगों के घरों से गीला और सूखा कचरा एक साथ लेकर उसे सैंकेंडरी पाईट भेजा जा रहा है। सुत्रों के मुताबिक, त्योहारी सीजन में दो दिनों में 2 हजार मीट्रिक टन कूड़ा शहरभर से निकाला गया, जिसे बिना छंटाई किए सीधे सकरी भेजा गया है।

नवविवाहिता ने फांसी...

आरोप लगाया है। मनीषा के आरोपों के मुताबिक, उसका पति उसे सरसुर तथा सास के सामने मारता था। महिला ने शादी के दस महीने बाद भी 10 दिन शांति से नहीं रहने देने का आरोप लगाया है। घटना दिनांक को महिला ने फांसी लगाने के पहले अपने हाथों की नस काटी, उसके बाद साड़ी से फांसी का फंदा बनाकर पंखे से लटककर खुदकुशी की। दर शाम तक दरवाजा नहीं खुलने पर परिजनों ने किसी तरह दरवाजा खोला और कमरे के अंदर पहुंचे तो

मनीषा की लाश पंखे पर लटकते मिली।

रिमोट-मोबाइल छीनने...

का आरोप लगाते हुए वीडियो रिकार्ड कर फांसी लगाकर खुदकुशी कर ली।

प्रधानमंत्री के प्रवास...

जुटे अधिकारियों के साथ विभिन्न व्यवस्थाओं की गहन समीक्षा कर आवश्यक दिशा-निर्देश दिए। उप मुख्यमंत्री ने अधिकारियों को संपूर्ण आयोजन में किसी भी तरह की कोताही न बरतते हुए पूरी क्षमता और योग्यता से समय पूर्व सभी तैयारियां सुनिश्चित करने को कहा। उन्होंने कहा, छत्तीसगढ़ की स्थापना के रजत जयंती वर्ष में राज्योत्सव पर प्रधानमंत्री के आगमन को ऐतिहासिक और यादगार बनाना है। इसके लिए तैयारियों में कोई कोर-कसर न छोड़ें।

भव्य कार्यक्रम सुनिश्चित करें- प्रधानमंत्री के प्रवास के दौरान सभी कार्यक्रमों के भव्य और सुव्यवस्थित आयोजन के लिए तेजी से कार्य करते हुए सभी व्यवस्थाओं को मूर्त रूप दें। आवास एवं पर्यावरण विभाग के सचिव अंकित आनंद, रायपुर के कलेक्टर डॉ. गौरव सिंह, संस्कृति विभाग के संचालक विवेक आचार्य, रायपुर नगर निगम आयुक्त विश्वदीप और लोक निर्माण विभाग के प्रमुख अभियंता वीके भतपहारी भी समीक्षा बैठक में मौजूद थे।

हाजिरी की...

होने वाले छात्रों के लिए भी नियमित कक्षा अनिवार्य कर दी गई है। हालांकि रेगुलर स्टूडेंट्स की तरह नियमित रूप से कक्षाओं में उपस्थित रहने के स्थान पर उनके लिए दिनों की संख्या निर्धारित की गई है। इसके अलावा आंतरिक मूल्यांकन तथा असाइनमेंट अथवा प्रोजेक्ट भी उत्तीर्ण किए अनिवार्य हैं। जबकि राष्ट्रीय शिक्षा नीति के पूर्व यह स्थिति नहीं थी। छात्रों को केवल परीक्षा दिलाने ही आने होता था। नियमों में बदलाव के बाद आवेदल संख्या घटी है।

जलकुंभी की सफाई....

बाकी काम पूरा नहीं हो सका है। इसके चलते महाराजवंद तालाब से एसेटीपी साइट के आसपास गंदगी जमा हो गई है। तालाब का एक बड़ा हिस्सा जलकुंभी से पट गया है।

एजुकेशन लाइव

एनआईटी के छात्र चित्रांश अग्रवाल को डॉक्यूसाइन कंपनी से 76 लाख का ऑफर

रायपुर। राष्ट्रीय प्रौद्योगिकी संस्थान के कंप्यूटर साइंस एंड इंजीनियरिंग विभाग के अंतिम वर्ष के छात्र चित्रांश अग्रवाल ने कड़ी मेहनत और समर्पण से बड़ी उपलब्धि हासिल की है। उन्होंने वैश्विक सॉफ्टवेयर कंपनी डॉक्यूसाइन से 76 लाख रूपए वार्षिक पैकेज का ऑफर मिला है। चित्रांश ने जेईई में बेहतरीन रैंक हासिल कर एनआईटी में प्रवेश लिया था। उन्होंने संस्थान में लगभग 70 से 80 दिनों की इंटरशिप के दौरान अपनी योग्यता साबित की। डॉक्यूसाइन, जो अमेरिका की अग्रणी कंपनी है। यह इलेक्ट्रॉनिक हस्ताक्षर और इंटेलेजेंट एप्लीमेंट मैनेजमेंट के क्षेत्र में विश्व स्तर पर अग्रणी मानी जाती है। कंपनी के 1.7 मिलियन से अधिक ग्राहक हैं, जिनमें फॉर्च्यून 500 की 95% कंपनियां शामिल हैं।

लाइव इवेंट

ठंड के मौसम से पहले बच्चों-बुजुर्गों का कराएं हेल्थ चेकअप



रायपुर। ठंड में एक स्वस्थ दिनचर्या बनाने के लिए संतुलित और पौष्टिक भोजन बहुत जरूरी है। अक्टूबर-नवंबर का महीना चेंचिंग वेदर वाला समय होता है। बरसात से सीधे शीतकालीन मौसम में प्रवेश का वक़्त होता है। ऐसे में हर उम्र के लोगों को सेहत के प्रति विशेष ध्यान रखने की आवश्यकता है। बच्चे व बुजुर्गों की खासतौर पर देखभाल की आवश्यकता होती है, वहीं बड़े लोगों के लिए ठंड के मौसम में फिटनेस को मॉटेन रखने की। ऐसे में बड़े वर्ग पर्याप्त मात्रा में गुनगुना पानी पिएं और नियमित व्यायाम करें, जैसे की घर पर ही या बाहर टहलना। इसके अतिरिक्त, पर्याप्त नींद लें, धूप में समय बिताएं और अपने हाथों की सफाई पर ध्यान दें, ताकि संक्रमण से बच सकें। यह हेल्थ टिप्स है आगामी शीतकालीन मौसम में खुद को चुस्त-दुरुस्त करने के लिए शहर के फिटनेस एक्सपर्ट महेंद्र वर्मा का। फिटनेस एक्सपर्ट आगे बताते हैं कि खान-पान और हाइड्रेशन के लिए मौसमी फल और सब्जियों का सेवन करें और घी और अदरक जैसे गर्म तैयारी वाले खाद्य पदार्थों को शामिल करें। पूरे दिन गुनगुना पानी पिएं ताकि शरीर में गर्माहट बनी रहे और शरीर हाइड्रेटेड रहे। सुबह की धूप में कुछ समय बिताएं, क्योंकि यह विटामिन डी का एक प्रमुख स्रोत है, जो सड़ियों में कम हो सकता है। हरिभूमि की टीम ने बदलते मौसम के साथ हर उम्र के लोगों के सेहतमंद बने रहने के लिए शहर के फिटनेस एक्सपर्ट व विशेषज्ञ डॉक्टरों से बातचीत की, जिस पर विशेषज्ञों ने लाभकारी हेल्थ टिप्स साझा किए।

ठंड के आलस से बचने के लिए रोज व्यायाम करें

फिटनेस एक्सपर्ट शालिनी ठाकुर का कहना है कि शारीरिक ठंड के आलस से बचने के लिए रोज व्यायाम करें। पिंपिंग जैक्स, स्क्वैट्स, पुश-अप्स, प्लैंक या सूर्य नमस्कार जैसी आसान एक्सरसाइज कर सकते हैं। अगर बाहर नहीं जा सकते हैं, तो घर के अंदर फिलेट्स, डांस वर्कआउट या सीढ़ियां चढ़ने जैसी गतिविधियों से खुद को सक्रिय रखें। यदि मौसम ठीक हो तो बाहर थोड़ी देर टहलें। यह मन और शरीर को तरोताजा करेगा। यदि कोई स्वास्थ्य संबंधी चिंता है तो डॉक्टर से तत्काल परामर्श लेना लाभकारी होगा।

यादव समाज के लोगों ने जगह-जगह दोहे की गूंज से जगाया मातर, परिवारों में उत्साह से मनाया गया भाई-बहन का स्नेह पर्व

यदुवंशियों ने राउत नृत्य से सजाया मातर उत्सव, दूज तिथि पर यमुना से मिलने पहुंचे यम, भाईदूज पर बहनों ने किया स्वागत

भाई-बहन के स्नेह का पर्व भाईदूज और यदुवंशियों के पारंपरिक उत्सव मातर की धूम शहर में रही। घर-परिवारों में दिनभर बहनों ने भाइयों की आरती और तिलक करते हुए स्वागत किया। इसके चलते दिनभर उत्सव का माहौल बना। वहीं, दूसरी तरफ टिकरापारा, पुरानी बस्ती, अमलीडीह सहित ज्यादातर मातर स्थल यदुवंशियों के राउत नृत्य से गुलजार रहा। पर्व को छत्तीसगढ़ की संस्कृति के अनुरूप बनाने के लिए राउत नृत्य टोलियों से जुड़े कलाकारों को आमंत्रित किया गया। उनके दोहे की गूंज के बीच पारंपरिक वाद्ययंत्रों की धुन पर थिरकते हुए युवाओं ने मातर की परंपरा को जीवंत किया।



सोहई बांधकर मातर स्थल पर पूजा के बाद उत्सव

यादव मोहल्ला टिकरापारा स्थित हनुमान मंदिर परिसर में मातर उत्सव की परंपरा का निर्वहन इस साल भी किया गया। आयोजन से जुड़े माधव लाल यादव ने बताया कि पारंपरिक तरीके से गाजे-बाजे के साथ राउत नृत्य करते हुए फुडहर देव को मातर स्थल पर लाने के बाद गौमाता के प्रति कृतज्ञता व्यक्त करते हुए सोहई, धोती को पेंछन देने के बाद विशेष श्रृंगार किया गया। पूजा के बाद गौपालकों के द्वारा जमा किए गए सौ लीटर से ज्यादा दूध को पकाया गया। इस बीच राउत नृत्य करते और दोहा पारते हुए यदुवंशी शान से क्षेत्र भ्रमण के लिए निकले। वहीं, दूसरी तरफ मातर स्थल पर बड़े पतियों में दूध और खीर पकाने का सिलसिला चल रहा था। राउत नाचा दल ने बैरक देवताओं की मातर स्थल पर पूजा-अर्चना की। उत्सव में शामिल होने वाले लोगों और आसपास में प्रसाद वितरण के लिए खीर भी पकाया। कुछ इसी तरह का माहौल राज ठेंठवार परिवार द्वारा जैतूसाव मठ के पास किए गए आयोजन रहा। वहीं, सरस्वती चौक के पास पुरानी बस्ती में भी मातर उत्सव की परंपरा निभाई गई।

भाईदूज से जुड़े हैं यह पौराणिक कथा प्रसंग

भाईदूज से जुड़े पौराणिक प्रसंग को लेकर पं. मनोज शुक्ला ने बताया कि यह पर्व यमराज और यमुना नदी से संबंधित है। इस कथा के अनुसार यमराज अपनी बहन यमुना से मिलने जब भाईदूज के दिन पहुंचे तो उनका बड़े स्नेह से बहने ने स्वागत किया। आरती उतारी और भोजन कराया। प्रसन्न होकर यमराज ने यमुना से वरदान मांगने के लिए कहा। इस पर यमुना ने यह वरदान मांगा कि इस दिन जो बहन अपने भाई को टीका करके भोजन कराएंगी, उसे यमराज का भय नहीं होगा। इसी घटना के बाद भाई दूज मनाने की परंपरा शुरू हुई। उन्होंने बताया कि एक अन्य कथा में भगवान कृष्ण ने नरकासुर राक्षस का वध करने के बाद अपनी बहन सुभद्रा से मिलने गए थे। तब सुभद्रा ने उनका स्वागत किया, दीप जलाए और तिलक लगाकर उनके दीर्घायु होने की कामना की। कहते हैं कि इस घटना से भाईदूज मनाने की परंपरा शुरू हुई।



बहनों ने भाइयों की आरती के बाद परोसे व्यंजन

भाई-बहन के स्नेह का पर्व की महत्ता को जीवंत रखने के लिए राजधानी में उत्साह से इस साल भी भाईदूज मनाया गया। कई कॉलोनीयों में इसे इवेंट बेस्ड किया गया। वहीं, बस्तियों और पॉश कॉलोनीयों में परिवार के बीच उत्सव मनाया गया। शंकर नगर के जीवन अपार्टमेंट, सदर बाजार और समता कॉलोनी, अमलीडीह, भाठानावा सहित राजधानी के अन्य क्षेत्र में भी बहनों ने भाइयों की आरती उतारी और तिलक करते हुए स्वागत करने के बाद व्यंजन परोसे। इस परंपरा का निर्वहन करते हुए भाइयों ने भी यम स्वरूप उधार भेंट किए। इसके लिए उनकी तैयारी पखवाड़े से चल रही थी। बहनों की खुशी के लिए किसी ने जेलरी तो किसी ने कपड़े और गिफ्ट हैंड्स दिए। बहनों से मिलने के लिए दूसरे शहरों में रहने वाले भाई भी पहुंचे। इससे स्वागत और भाई से मिलने की खुशी से घर का माहौल भी खुशनुमा बना।

रायपुर। राजधानी के अलग-अलग क्षेत्र में दीपोत्सव के बाद पारंपरिक और पौराणिक मान्यता से जुड़े पर्वों की श्रृंखला में गुरुवार को भी आयोजनों की श्रृंखला सजाई गई। दुर्वंशियों ने जहां पारंपरिक अंदाज में अलग-अलग क्षेत्र में नय किए गए मातर स्थलों पर गौमाता के प्रति कृतज्ञता का भाव प्रकट करने उनकी पूजा और श्रृंगार की परंपरा निभाई। शहरी क्षेत्र में कुछ परिवारों ने मिलकर मातर उत्सव का आयोजन किया। मातर की महत्ता को जीवंत रखने के लिए परंपरागत रूप से खीर और दूध का भोग लगाने के बाद आसपास के लोगों और मातर उत्सव में शामिल परिवारों को प्रसाद के रूप में वितरित किया। माधव यादव ने बताया कि समाज के युवाओं को परंपरा से जोड़ने के लिए मातर उत्सव धूमधाम से मनाया जाता है। शहरी क्षेत्र में राउत नाचा दलों की कमी के चलते ग्रामीण अंचल से आने वाली टोलियों को उत्सव का हिस्सा बनाने के लिए किराए पर बुलाते हैं। पारंपरिक वाद्ययंत्रों के साथ अब भी राउत नाचा दल प्रस्तुति देने निकलते हैं।

लंका विजय के बाद भगवान श्रीराम के अयोध्या वापसी का प्रसंग का दृश्य

महाराष्ट्र मंडल के संत ज्ञानेश्वर विद्यालय में दीपावली के पूर्व सुआ नृत्य, लंका विजय के बाद भगवान श्रीराम की अयोध्या वापसी पर केन्द्रित मोहक प्रस्तुतियों ने लोगों के बीच उत्साह का माहौल बनाया। दीप सजाओ स्पर्धा में सभी वर्ग के बच्चों ने उत्साह से भाग लिया। प्राचार्य मनीष गोवर्धन ने बताया कि बच्चों को संस्कृति से जोड़ने के लिए स्कूल में लगभग सभी तीज-त्योहारों को उत्साह से मनाते हैं। इसी क्रम में अलग-अलग क्लास के बच्चों ने पर्व से संबंधित अलग-अलग प्रस्तुतियां दीं। मिडिल क्लास के बच्चों ने असेंबली में सुआ नृत्य की



मनमोहक प्रस्तुति दी। नृत्य पेश करने वालों में समृद्धि मिश्रा, प्राची टांगल, हंसिका भारद्वाज और रागिनी टोंडर शामिल थीं। वहीं, लंका विजय के बाद भगवान श्रीराम की अयोध्या वापसी का मंत्रमुग्ध करने वाला

यम द्वितीया पर चित्रगुप्त की पूजा-महाआरती

यम द्वितीया तिथि पर गुरुवार को कायस्थ समाज ने परंपराओं का पालन करते हुए न्यू शांति नगर स्थित चित्रगुप्त मंदिर में चित्रगुप्त का विधि-विधान से पूजन किया। इसके लिए समाज के लोग भी सपरिवार पहुंचे। शाम को साढ़े पांच बजे पूजन और महा आरती के बाद प्रसाद वितरित किया। भगवान चित्रगुप्त पूजन में प्रमुख रूप से राम प्रकाश श्रीवास्तव, संजय श्रीवास्तव अध्यक्ष छत्तीसगढ़ नागरिक आपूर्ति निगम, राजेश श्रीवास्तव चैयरमैन छत्तीसगढ़ इंडस्ट्रियल कोर्ट, राजेंद्र कुमार श्रीवास्तव, सतीश श्रीवास्तव, दीपक खरे, राजेश श्रीवास्तव, डॉ. अनिल कुमार वर्मा, विट्ठल श्रीवास्तव शामिल हुए। इनकी मौजूदगी में तय किया गया कि कायस्थ समाज का दीपावली मिलन समारोह एवं विवाह योग्य युवक - युवतियों का परिचय सम्मेलन 26 अक्टूबर को शाम पांच बजे होटल प्रकाश पैलेस में होगा। समाज के संयोजक राजेश श्रीवास्तव ने बताया कि इसके लिए समाज ने जिम्मेदारी भी तय की।



संस्थाओं के ट्रेनिंग प्रोग्राम्स से बदल रही महिलाओं की जिंदगी

लाइफस्टाइल और पर्सनैलिटी डेवलपमेंट के साथ महिलाएं बना रहीं कामयाबी की नया मुकाम

कार्नर न्यूज

रायपुर। बदलते समय के साथ महिलाएं अपनी पहचान नए सिरे से गढ़ रही हैं। अब वे सिर्फ घर संभालने तक सीमित नहीं हैं, बल्कि अपनी लाइफस्टाइल और पर्सनैलिटी डेवलपमेंट पर भी ध्यान दे रही हैं। ऐसे में उनकी मदद के लिए कई संस्थाएं आगे बढ़कर सामने आ रही, जो समय-समय पर ट्रेनिंग प्रोग्राम का आयोजन कर रही। इनमें स्किल डेवलपमेंट, सेल्फ ग्रोथ और पर्सनैलिटी एनालिसिस जैसे कई प्रोग्राम शामिल हैं, जिसके जरिए वे खुद को बेहतर साबित कर पा रही हैं। इन प्रोग्राम्स से जुड़कर महिलाएं नई स्किल्स सीख रही हैं और अपनी सोच में पॉजिटिव चेंज ला रही हैं।

महिलाओं को आत्मनिर्भर बनाने संस्थान की पहल

रोटरी क्लब ऑफ क्वींस की अध्यक्ष दीपिन्द्र कौर रेहल ने बताया कि इस वर्ष क्लब ने महिलाओं को आत्मनिर्भर बनाने के उद्देश्य से दो माह का निशुल्क ट्रेनिंग प्रोग्राम आयोजित किया। इस ट्रेनिंग प्रोग्राम में जरूरतमंद महिलाओं को सिलाई और मेकअप टिप्स दी गईं, ताकि उन्हें पर्सनैलिटी डेवलपमेंट और सेल्फ बोथ में मदद मिल सके। ऐसे में लगभग 100 से ज्यादा महिलाएं प्रोग्राम से जुड़ी हैं, जिन्हें मेकअप किट और सिलाई मशीन देकर प्रोत्साहित किया जाएगा।



सेल्फ लव और हेल्थ वेयरनेस पर जोर

जेसीआई वार्मजली की आकांक्षा प्रीत और जेसीआई वागा की दिया मूलचंदानी ने बताया कि अक्सर महिलाएं दूसरों की परसंद को प्राथमिकता देती हैं और अपनी परसंद को अनदेखा कर देती हैं। ऐसे में जेसीआई महिलाओं के स्वास्थ्य, सेल्फ लव और सेल्फ इम्प्रूवमेंट पर कई कार्यक्रम आयोजित कर रही हैं। वहीं, महिलाओं के लिए वूमन अवेयरनेस, साइबर काइज जागरूकता, कैन्सर अवेयरनेस और योग प्रशिक्षण जैसे प्रोग्राम आयोजित किए गए हैं। इसके अलावा त्योहारों के अवसर पर सामूहिक कार्यक्रम भी आयोजित किए जाते हैं, जिनमें विभिन्न गैरस और गतिविधियां शामिल होती हैं। इन आयोजनों में महिलाएं उत्साहपूर्वक भागीदारी निभाती हैं और इसे अपनी जिंदगी में सकारात्मक बदलाव का अवसर मानती हैं। उन्हें खुद को बेहतर बनाने और दोस्तों के साथ समय बिताने का समय मिलता है।

ट्रेनिंग प्रोग्राम में टेबल एटिगेट्स की क्लास

रोटरी क्लब ऑफ रायपुर एलिगेंस से नौटु सिलानिया ने बताया कि क्लब समय-समय पर बेहतर लाइफस्टाइल के लिए कार्यक्रम का आयोजन करती है। अब तक रेंजिन आर्ट, टेबल एटिगेट्स, केनवा, कुकिंग और मेकअप ट्रेनिंग प्रोग्राम का आयोजन किया गया, जहां कई महिलाएं खुद को बेहतर बनाने के लिए कार्यक्रम में शामिल हुईं तो कई दोस्तों के साथ और पर्सनैलिटी एनालिसिस के लिए कार्यक्रम भी हिस्सा लिया। इन कार्यक्रमों का मुख्य उद्देश्य पारिवारिक जिम्मेदारियों के बीच अपनी पहचान बनाना है।

समाज लाइव

भगवती श्रीराजराजेश्वरी गौमाता के रूप में प्रगट हुई हैं : शंकराचार्य अविमुक्तेश्वरानंद



रायपुर। श्रीराजराजेश्वरी गौमाता के रूप में प्रगट हुई हैं। कार्तिक का महीना गौमाता को समर्पित माह है। गाय की रक्षा करना सनातन धर्म की परंपरा है। यह आशीर्वचन शंकराचार्य स्वामी श्री अविमुक्तेश्वरानंद सरस्वती जी ने गुरुवार को शाम 5 बजे बोरियाकला स्थित श्री श्रीशंकराचार्य आश्रम में भक्तों को अपने प्रवचन के दौरान दिए। आश्रम में श्री शंकराचार्य जी के प्रवचन का अमृतपान करने भक्तों का तांता लगा रहा। उन्होंने गौमाता की सेवा और रक्षा को जगत के लिए समृद्धि व हितकारी बताया। साथ ही भक्तों को यह भी संदेश दिया कि वे सरकारों का चुनाव गौमाता की रक्षा व सेवा का भाव रखने वाले को ही अपना मतधिकार प्रदान करें। बता दें कि शंकराचार्य स्वामी श्री अविमुक्तेश्वरानंद सरस्वती जी 22 से 24 अक्टूबर तक राजधानी के प्रवास पर हैं। शंकराचार्य आश्रम में चातुर्मास व्रत अनुष्ठान के प्रायोजन में प्रवचन संध्या का आयोजन किया गया।

दीपोत्सव का पर्व छत्तीसगढ़ की धरती पर मनाते आ रहे

इस दौरान शंकराचार्य आश्रम प्रभारी डॉ. स्वामी इन्दुभवानंद तीर्थ ने शंकराचार्य स्वामी श्री अविमुक्तेश्वरानंद सरस्वती जी का रजत मुकुट पहनाकर स्वागत किया। डॉ. स्वामी इन्दुभवानंद तीर्थ ने बताया कि 23 अक्टूबर को चातुर्मास का 108 दिन पूरे हुए हैं। इस अवसर पर शंकराचार्य स्वामी श्री अविमुक्तेश्वरानंद सरस्वती जी के अमृततुल्य प्रवचन का भक्तों को श्रवण करने का सौभाग्या प्राप्त हुआ है। हर वर्ष शंकराचार्य स्वामी जी दीपोत्सव का पर्व छत्तीसगढ़ की धरती पर मनाते हैं। धनतेरस बिलासपुर, नरक चतुर्दशी बेमेतरा, लक्ष्मीपूजा कवधां और गोवर्धन पूजा शंकराचार्य आश्रम रायपुर में मनाते हैं।

प्रथम रामा गौधाम का भूमिपूजन व शिलान्यास आज

डॉ. स्वामी इन्दुभवानंद तीर्थ ने बताया कि शंकराचार्य स्वामी श्री अविमुक्तेश्वरानंद सरस्वती जी आज प्रथम रामा गौधाम का भूमिपूजन व शिलान्यास आश्रम स्थित नक्षत्र वाटिका में करेंगे। यह आयोजन दोपहर 2 बजे के आसपास किया जाएगा। यह प्रदेश ही नहीं, पूरे देश का प्रथम रामा गौधाम की स्थापना की जा रही है। जहां गौमाता की रक्षा व सेवा का पुनीत कार्य संपन्न होगा। गौमाता की सेवा व रक्षा से प्रदेश में समृद्धि व खुशहाली आएगी।



छात्राओं ने दी छत्तीसगढ़ी पारंपरिक सुआ नृत्य की प्रस्तुति, मिला ईनाम



रायपुर। महाराष्ट्र मंडल के संत ज्ञानेश्वर विद्यालय में दीपावली के शुभ अवसर पर छत्तीसगढ़ी सुआ नृत्य और रामायण कथा की मनमोहक प्रस्तुति दी गई। कार्यक्रम की शुरुआत छात्राओं की सामूहिक सुआ नृत्य की प्रस्तुति से हुई। छात्राओं सुआ नृत्य की महत्त्वता का बखाना किया। वहीं, लगभग 20 छात्रों की टीम ने रामायण कथा की प्रस्तुति दी, जहां नाटक के माध्यम से भगवान श्री राम वीरता, मां सीता संग विवाह, वनवास और रावण दहन को दर्शाया गया। नृत्य-नाटिका के दौरान आदित्य साहू, प्रदीप साहू, सिद्धांत सिंह, पूनम पटेल मुख्य किरदार के रूप में शामिल हुए।

सामूहिक दीपावली मिलन समारोह का आयोजन

विद्यालय में सामूहिक दीपावली मिलन समारोह का भव्य आयोजन किया गया, जिसमें विद्यार्थी अपने परिजनों के साथ शामिल हुए। इस दौरान छात्रों की सांस्कृतिक रंगारंग प्रस्तुति मुख्य आकर्षण का केंद्र रही। समारोह में सौ से अधिक विद्यार्थियों के परिजन पहुंचे। इस अवसर पर प्राचार्य मनीष गोवर्धन ने पालकों को शुभकामनाएं देते हुए सामूहिक दीप प्रज्ज्वलित किया। दीपावली मनाई सुहागो...न जाने हम कब बड़े हो गए...जैसे सदाबहार गाने की प्रस्तुति छात्रों द्वारा दी गई। पुराने समय के दीपावली पर्व की यादों और परंपराओं को संगीत व नाटक के माध्यम से प्रस्तुत किया गया।

बारिश में 3 महीने बंद रहने के बाद खुलेंगे अभयारण्य, गार्ड के साथ पर्सनल कार से भी कर सकेंगे भ्रमण

नवंबर से जंगलों के खुलेंगे रास्ते, दल्हा पहाड़ में भ्रमण के नए मार्ग, बारनवापारा-अचानकमार में कर सकेंगे ट्रैकिंग और एडवेंचर

प्रदेश में राष्ट्रीय उद्यान और अभयारण्य घूमने के शौकीन पर्यटकों का इंतजार खत्म हुआ। तीन महीने से बंद अभयारण्य 1 नवंबर से खुलने जा रहे हैं। जंगल के रास्ते खुलने में अब कुछ ही दिन शेष रह गए हैं। इसे ध्यान में रखते हुए वन और पर्यटन विभाग ने बार नवापारा, अचानकमार, कांगेर घाटी राष्ट्रीय उद्यान समेत अन्य अभयारण्यों में जंगल के अंदर के भ्रमण मार्ग की मरम्मत का काम प्रारंभ कर दिया है। पुल-पुलिया की मरम्मत के अलावा मार्ग से झाड़ी हटाने का कार्य अंतिम चरण में हैं।



राजमेरगढ़ में जंगल और पहाड़ों तक जाने नई ट्रैक

मरवाही वनमंडल में स्थित राजमेरगढ़ प्राकृतिक सुंदरता से भरपूर है। यहां भी जंगलों के रास्ते 1 नवंबर के बाद से खोल दिया जाएगा। इसके बाद पर्यटक जंगल के रास्ते होते हुए राजमेरगढ़ की ऊंची चोटी पर जा सकेंगे। मरवाही वनमंडल में मालू और हिरण के साथ वनमैसा अधिक है। इस वजह से बारिश में जंगल के कई मार्गों को बंद कर दिया जाता है। मंडल के कौशल श्रीनिवास ने बताया, राजमेरगढ़ में खानपान और ठहरने की व्यवस्था नहीं है, इसलिए पर्यटक भ्रमण के बाद लौट आते हैं। नेवर कैपिंग के तहत पर्यटक 6 महीने तक राजमेरगढ़ की अदम्य सुंदरता का आनंद उठा सकेंगे।



कुरदर वैली से चानकमार जाने मिलेगी जिप्सी

बिलासपुर जिले में स्थित कुरदर वैली घने जंगल के बीच है। यहां पर्यटन विभाग ने रिसोर्ट तैयार किया है। 1 नवंबर से कुरदर वैली से अचानकमार जंगल भ्रमण करने पर्यटकों को जिप्सी की सुविधा मिलनी शुरू हो जाएगी। विभाग द्वारा बारिश के बाद 60 किलोमीटर के दायरे तक फारेस्ट की कच्ची सड़कों को पर्यटकों के लिए दुरुस्त किया जा रहा है। बारिश के दौरान कई मार्ग खराब हो गए थे, जिसे नया रूप दिया गया है। पर्यटकों के लिए शिवतराई, केंवली और कुरदर मार्ग से एटीआर में घूमने के लिए प्रवेश दिया जाएगा। अचानकमार टाइगर रिजर्व के जंगलों में पर्यटक 16 अक्टूबर से वन्य जीवों को देख पाएंगे। पर्यटकों के घूमने के लिए एटीआर में 7 जिप्सियों की व्यवस्था की गई है।

दल्हा पहाड़ पर पैदल और बाइक से भी ट्रैकिंग

बिलासपुर जिले में स्थित दल्हा पहाड़ पर बड़ी संख्या में लोग ट्रैकिंग के लिए पहुंचते हैं। बारिश के बाद पहाड़ के मार्ग का मटेनेंस किया गया है, जिससे अब बाइक, कार और पैदल भी यहां ट्रैकिंग कर सकेंगे। 1 नवंबर के बाद चार किलोमीटर की खड़ी चढ़ाई पर पहाड़ी की चोटी तक ट्रैकिंग की जा सकेगी। चोटी से चारों दिशाओं में फैले सुंदर दृश्यों का आनंद लिया जा सकता है। इस यात्रा के दौरान कटीले पोथे, पथरीले रास्ते और घने जंगलों से होकर गुजरना पड़ता है। ट्रैवलर गाइड दीपक पटेल का कहना है कि राज्यभर से हर साल यहां 10 हजार से अधिक लोग ट्रैकिंग करने पहुंचते हैं।

जंगल के रास्ते पहुंच सकेंगे चिल्ली

भोरमदेव अभयारण्य तीन महीने बाद खुलेगा। यहां से मैकल पर्वत का नजारा देखे जा सकते हैं। मैकल पर्वत का विस्तार छत्तीसगढ़ के राजनांदगांव, कवधा, मुंगेली, बिलासपुर व पेड़ा मरवाही जिले में है, जिसकी सबसे ऊंची चोटी चिल्ली के सरोदा द्वाबर गांव में है। यह रास्ता घने जंगलों से घिरा हुआ है, जिसमें वन्य जीवों के दिखने की संभावना अधिक बताई जा रही है। वन विभाग का दावा है कि राष्ट्रीय उद्यान और अभयारण्य के खुलने के बाद पर्यटकों की संख्या में इजाफा होगा। प्रदेश का प्रमुख वन क्षेत्र बारनवापारा अभयारण्य के गेट खुलने के साथ ही वन्य प्रेमियों के लिए खुलियां में जंगल की सैर करना आसान हो जाएगा। पर्यटन और वन विभाग के रिसोर्ट की बुकिंग बढ़ गई है। बारनवापारा में बीहड़ जंगलों के बीच खुबसूरत झलाकों, पशु-पक्षियों की प्रजातियों सहित विभिन्न झरने का लुत्त उठा सकेंगे। जंगल में कैपिंग, ट्रैकिंग, नाइट ट्रैकिंग और एडवेंचर गतिविधियां शुरू हो जाएंगी।

प्रकाश पर्व से पहले सिख समाज के लोग शबद गायन करते निकाल रहे प्रभात फेरी



रायपुर। इस श्रृंखला में स्टेशन रोड गुरुद्वारे से गुरुवार को सुबह समाज से जुड़े हर वर्ग के लोगों की सहभागिता से प्रभातफेरी निकाली गई। इसमें शामिल अलग-अलग ग्रुप के लोग शबद गायन करते हुए आयोजन का हिस्सा बने। स्टेशन रोड से निकाली गई प्रभात फेरी का शुभारंभ गुरुद्वारा प्रबंधक कमेटी अध्यक्ष सुरेन्द्र सिंह छाबड़ा, सतपाल सिंह खनुजा, कुलदीप सिंह चावला, हरजित सिंह अजमानी, गुरदीप सिंह सलुजा, इंदरपाल सिंह अजमानी, बलविंदर सिंह कलसी और रश्मि सिंह दुट्टेजा की उपस्थिति में किया।

सिख परिवारों ने किया अरदास और प्रसाद वितरण
गुरुद्वारा प्रबंधन कमेटी के सचिव तेजिन्दर सिंह होरा ने बताया कि सुबह निकाली गई प्रभात फेरी फाफाडीह चौक, अंडरब्रिज से आगे बढ़ी। डब्ल्यूआरएस ओवरब्रिज की सर्विस रोड से प्रभात फेरी श्रीनगर चौक पहुंची। जहां से होते हुए शबद गायन करते हुए समाजजनों के ग्रुप और प्रमुखजनों का हर क्षेत्र के सिख परिवारों ने अरदास किया। इस दौरान प्रसाद वितरित करने के साथ प्रभातफेरी में शामिल लोगों की अगुवाई की गई। इसका समापन सुबह 10 बजे स्टेशन रोड गुरुद्वारे में किया गया।

26 को शबद गायन सहित कई विधा में प्रतियोगिता

कमेटी के सचिव श्री होरा ने बताया कि प्रभात फेरी का यह शिलसिला एक नवंबर तक नियमित जारी रहेगा। स्टेशन रोड गुरुद्वारे में इस बीच 26 अक्टूबर को सुबह 10 से शाम तक 5 से 15 साल आयु वर्ग की छात्र-छात्राएं बतौर प्रतिभागी गुरुनानक देवजी के जीवन से जुड़ी प्रस्तुति देंगे। इसमें शबद कीर्तन, पाठ सहित कई विधा में प्रतियोगिताओं का दौर चलेगा। इसमें अच्छी प्रस्तुति देने वाले चरनित प्रतिभागियों का हंसला अफजाई करने के लिए समाज के बीच पुरस्कृत किया जाएगा। दो नवंबर को धूमधाम से नगर कीर्तन यात्रा निकाली जाएगी।

26 अक्टूबर को साहित्य सृजन संस्थान का दीपावली मिलन समारोह

रायपुर। साहित्य सृजन संस्थान द्वारा सिविल लाइन स्थित वृंदावन हॉल में दीपावली मिलन समारोह का आयोजन 26 अक्टूबर को दोपहर तीन बजे से किया गया है। इस खास अवसर पर संस्थान के मासिक काव्य संस्था का भी आयोजन किया गया है, जहां शहर के अलावा बिलासपुर, कोरबा, मिलाई, दुर्ग, राजनांदगांव, बालोद, दल्हौली राजहरा, महासमुंद जैसे कई जिलों से 20 से अधिक कवि शामिल होंगे। कविगण श्रृंगार, हास्य, करुण और वीर रस में कविताओं की मंचीय प्रस्तुति देंगे। कार्यक्रम के मुख्य अतिथि पूर्व आईएस डॉ. संजय अलग एवं विशिष्ट अतिथि महेंद्र कुमार पोद्दार होंगे। इस दौरान कवियों की कल्याणी तिवारी को साहित्य सृजन श्रेष्ठ रचनाकार सम्मान से सम्मानित किया जाएगा।

रायपुर बाजार

Contact For Advertisement
79871 19756
90981 38778

इलेक्ट्रीक स्कूटर खरीदो
साथ में आर्कषक उपहार पाओ

एक चार्जिंग में 50 कि.मी. से 120 कि.मी. की रेंज वाली भारत की सबसे सस्ती इलेक्ट्रीक स्कूटर

लिथीयम आयरन बैटरी में **3 साल की बैटरी वारंटी मात्र 36000/- से स्टार्ट**

SHREE SHYAM MOTORS
Ringroad Raipur Chowk, Sunder Nagar, Raipur (C.G.)

9039772000, 8962772000, 9229221744

MRP. 6700/-

Free Gift

इस त्यौहार शान से चालारें, अभी घर लाएं...

नवरात्री और विवाही अफ़स 150000/- में ई रिक्शा ऑन रोड

लोकल 160000/- में ऑन रोड

पोपुलर वाहन ₹ 38000/- मात्र से शुरू

आरटीओ सस्सिदी उपलब्ध हैं और दीदी ई रिक्शा योजना उपलब्ध हैं

न्यूनतम ड्रायनेंस 25000/-

Call for Booking: 9406080682, 9827190877, 9993249054
पता- सीता टावर, राधा मोहन टावर के पास, बैरथान रोड, रायपुर (छ.ग.)

DYNAMO Electric Vehicle

XO 501/-

में घट लेकर जाये आसान किस्तों में

CHAWLA ELECTRIC

जी.ई. रोड तेलीबांधा रायपुर, मो. 87708 96699, 99079 60900

भोई स्वीमिंग अकादमी

चौबे कालोनी रायपुर में जल्दी स्वीमिंग सीखने के लिए ज्वाइन करें यहां उत्कृष्ट अनुभव प्राप्त प्रशिक्षकों द्वारा उच्च स्तरीय तैराकी को विशेष रूप से स्वीमिंग का प्रशिक्षण दिया जा रहा है।

सुबह का समय - 6 से 7, 7 से 8, 8 से 9, 9 से 10 बजे तक
शाम का समय - 4 से 5, 5 से 6, 6 से 7, 7 से 8 बजे तक

विशेष - रविवार को सुबह 9 से 10 बजे **FREE DEMO CLASS** बालक/बालिका को दिया जाएगा...

मो. 9589854455

सजाएं अपना घर

शो-पीस • मेटल आर्ट • पैटिंग वॉल क्लॉक • मिस्टर • फ्लॉवर पॉट अर्टिफिशियल प्लांट्स एवं कई अर्देक्टिव आइटम्स

D'Art

86, गेट नं.-1, महालक्ष्मी मार्केट, पंडरी, रायपुर. © 9300015858, 7415800058

BAXY | Mobility

भारत में वैक कैमरा वाला पहला ई-रिक्शा

GST कम होने पर, दामों में कमी

- तत्काल फायनेंस की सुविधा
- 15/36 माह की बैटरी एर वारंटी
- 120 किलोमीटर तक की रेंज
- 130/135 AH की बैटरी के साथ

■ मजबूत एवं भरोसेमंद ■ लो मेंटेंनेंस

SKM AUTOWHEELS MOB. 8602351000, 8305180078
कुरदरपुर और किज के पास देवी हॉस्पिटल के सामने, बुराहल रोड रायपुर

पैसा चाहिए? हमारे पास आइए

(केवल बिजनेस लोन) एजेंट आमंत्रित

न्यूनतम कागजी कार्यवाही 5 हजार से 5 लाख तक बिजनेस लोन

मोटवानी फायनेंस

मो. 93404-44755

माली नं. 03, सिंगी कॉलोनी, तेलीबांधा, रायपुर

Interio's

World of Interiors & Modular Kitchen

Modular Kitchen & Furnitures

Add: RamNagar, Raipur Mo.: 9131033787, 7071873333

हेल्थ टिप्स

दिवाली के पकवान से पेट में बन रही है गैस, अपनाये कुछ उपाय



दिवाली की मिठाइयों और तले-भुने पकवानों के बाद पेट में गैस और भारीपन होना बेहद आम है। ये परेशानियाँ किसी को भी हो सकती है। अब आपको घबराने की कोई जरूरत नहीं है। आपको कुछ आसान, असरदार और घरेलू डिटॉक्स टिप्स जानना चाहिए जिनसे आपका शरीर जल्दी से रीसेट होगा और आप मिनटों में हल्का, ऊर्जवान और तरोताजा महसूस करेंगे। ये टिप्स पेट की परेशानी को कम करेंगे और ब्लोटिंग और गैस से जैसी समस्याओं से भी राहत देंगे।

इन खास डिटॉक्स टिप्स की जानकारी न्यूट्रिनिस्ट दीपशिखा जैन ने अपने इस्टाग्राम से शेयर की है। दीपशिखा, जिनके पास ग्लोबल पब्लिक हेल्थ न्यूट्रिशन (यूके) में एमएससी की डिग्री है और वह नेशनल डायबिटीज एजुकेंटर भी हैं। उनका कहना है कि सही पानी की मात्रा, पोटाशियम से भरपूर फूड और हल्की एक्सरसाइज से शरीर से टॉक्सिन्स को बाहर निकालने में मदद मिलती है और डाइजेशन दुरुस्त रहता है।

हाइड्रेटेड रहें

त्योहारों के दौरान हम अक्सर पानी पीना भूल जाते हैं, जिससे शरीर में सोडियम की मात्रा बढ़ जाती है और वाटर रिटेंशन होने लगता है। इसे रोकने और ब्लोटिंग कम करने के लिए ज्यादा से ज्यादा पानी पीना बेहद जरूरी है। आप सिर्फ पानी ही नहीं, बल्कि बिना चीनी का नींबू पानी, खीरा और पुदीने वाला पानी या नारियल पानी भी पी सकती हैं।

यह फ्लशिंग एजेंट की तरह काम करता है, जो शरीर से एक्स्ट्रा सोडियम और त्योहारों में जमा हुए टॉक्सिन्स को बाहर निकालते हैं। यह आपके डाइजैस्टिव सिस्टम को सही करता है और कब्ज को दूर करता है।

एवोकाडो खाएं

क्या आप जानती हैं कि ब्लोटिंग और कब्ज का सबसे अहम कारण शरीर में सोडियम और



पोटाशियम का असंतुलन होता है। इसलिए, डाइट में एवोकाडो जैसा पोटाशियम से भरपूर फूड को शामिल करें।

यह जरूरी मिमरल सेल्स के अंदर फ्लुइड को बैलेंस करता है। यह सोडियम के प्रभाव को बेअसर करता है, जिससे गैस की समस्या में तेजी से कमी आती है और आपको तुरंत हल्कापन महसूस होता है।

हल्का वर्कआउट

हैवी खाना खाने के बाद बिस्तर पर पड़े रहना सबसे बड़ी गलती है। शरीर को हरकत में लाना जरूरी होता है। इसके लिए आपको तुरंत जिान जाने की जरूरत नहीं है। बस 20-30 मिनट की हल्की वॉक, स्ट्रेचिंग या हल्के योगासन करें। एक्सरसाइज करने से आपकी आंतों में फंसी हुई एक्स्ट्रा गैस बाहर निकल जाती है और डाइजैक्टिव सिस्टम तेज होता है। इससे मेटाबॉलिज्म भी अच्छा होता है, जिससे भारीपन तुरंत दूर होता है और आपको एक्टिव



महसूस होने लगता है। एक्सरसाइज करने से दिवाली की एक्स्ट्रा कैलोरी भी बर्न होती है। इन आसान तरीकों से आप दिवाली के बाद भी अपने शरीर को जल्दी रीसेट कर सकती हैं और गैस जैसी परेशानियों को तुरंत कम कर सकती हैं। पकवान खाने के बाद होने वाली गैस से राहत पाने के लिए आप अजवाइन, सौंफ, या होंग का सेवन कर सकते हैं।

इसके अलावा, गुनगुना पानी पिएं, हल्का टहलें या योग करें, और मसालेदार और तला-भुना खाना खाने से बचें।

तुरंत राहत के लिए

गुनगुना पानी पिएं। हल्का गर्म पानी पीने से गैस को बाहर निकालने में मदद मिलती है। अजवाइन, सौंफ, या जीरा चबाने से पाचन बेहतर होता है और गैस से राहत मिलती है। खाने के बाद थोड़ी देर टहलने से पाचन क्रिया सुचारू होती है। पवनमुक्तासन जैसे योगासन पेट में गैस निकालने में प्रभावी होते हैं।

लंबे समय के लिए बचाव

मसालेदार और तला हुआ खाना कम खाएं। ये खाद्य पदार्थ गैस और एसिडिटी का कारण बन सकते हैं। धीरे-धीरे और चबा-चबाकर खाएं। इससे भोजन ठीक से पचता है और गैस बनने की संभावना कम होती है।

वैश्विक स्तर पर बड़ी चुनौती बन चुका है डायबिटीज

डायबिटीज कंट्रोल रखने क्या खाएं-क्या नहीं ये पता करना हुआ आसान,रहिए तनावमुक्त

डायबिटीज वैश्विक स्तर पर बढ़ती गंभीर स्वास्थ्य समस्या है। विश्व स्वास्थ्य संगठन (डब्ल्यूएचओ) की रिपोर्ट के मुताबिक दुनियाभर में 53 करोड़ से अधिक लोग इस रोग के शिकार हैं। साल दर साल इस क्रोनिक बीमारी का खतरा बढ़ता ही जा रहा है, एक अध्ययन में आंशका जताई गई है कि जिस गति से डायबिटीज रोगियों की संख्या बढ़ रही है, ऐसे में साल 2050 तक ये आंकड़ा बढ़कर 1.3 बिलियन (130 करोड़) से अधिक हो सकता है। इस रोग से बचाव को लेकर सभी लोगों को अलर्ट रहने की सलाह दी जाती है।

स्वास्थ्य विशेषज्ञ कहते हैं, डायबिटीज में ब्लड शुगर के स्तर को कंट्रोल करने के लिए लाइफस्टाइल और आहार पर विशेष ध्यान देते रहने की सलाह दी जाती है। इसे कंट्रोल करने के लिए जरूरी है कि आप आहार में उन चीजों को शामिल करें जिनका ग्लाइसेमिक इंडेक्स कम होता है।

ग्लाइसेमिक इंडेक्स, एक मापक है कि कोई विशेष भोजन रक्त में ग्लूकोज के स्तर को कितना बढ़ाता है। पर कैसे जानें कि किसी फल या आहार का ग्लाइसेमिक इंडेक्स कितना है? इसे मापने के लिए वैज्ञानिकों ने अब एक खास डिवाइस तैयार कर



ली है।

ग्लाइसेमिक इंडेक्स का पता लगाने वाला डिवाइस

इंडियन इंस्टिट्यूट ऑफ टेक्नोलॉजी गुवाहाटी (आईआईटीजी) ने विभिन्न खाद्य स्रोतों के ग्लाइसेमिक इंडेक्स (जीआई) का पता लगाने के लिए एक पोर्टेबल, किफायती और विश्वसनीय उपकरण विकसित किया है, जो मधुमेह प्रबंधन में महत्वपूर्ण भूमिका निभा सकती है। केमिकल इंजीनियरिंग विभाग के प्रोफेसर दीपांकर बंधोपाध्याय के नेतृत्व में शोधकर्ताओं ने पोइंट-ऑफ-केयर-टेस्टिंग (पीओसीटी) प्रोटोटाइप विकसित किया है जो लगभग पांच मिनट में सामान्य खाद्य स्रोतों के ग्लाइसेमिक इंडेक्स का पता लगा सकती है। इस डिवाइस की मदद से लोगों के लिए यह पता करना आसान हो जाएगा कि उन्हें किन चीजों का सेवन करना चाहिए और किनका नहीं?

डायबिटीज में क्या खाएं, इसका पता लगाना होगा आसान

स्वास्थ्य विशेषज्ञ बताते हैं, ज्यादातर लोग इस बात को लेकर परेशान रहते हैं कि मधुमेह में किन फलों को खाना



घर में रखें ऐसी हाथी की मूर्ति, जीवन में सदैव बनी रहेगी कुशलता

आपके घर में कई ऐसी चीजें होती हैं जो घर के वास्तु दोषों को दूर करती हैं। ऐसी ही चीजों में से एक है हाथी की मूर्ति। आएँ जानें वास्तु के अनुसार इस मूर्ति को किस दिशा और स्थान पर रखना चाहिए।

वास्तु शास्त्र में हाथी को समृद्धि, बुद्धि और शक्ति प्रतीक माना जाता है। ऐसा माना जाता है कि आपके घर में यदि हाथी की मूर्ति रखी है तो इससे जीवन में सकारात्मक ऊर्जा आ सकती है। ऐसा माना जाता है कि इस उपाय से वित्तीय स्थिरता बढ़ सकती है और व्यक्ति के समग्र कल्याण को बढ़ावा मिल सकता है। हालांकि यदि आप इस मूर्ति को सही स्थान पर नहीं रखते हैं तो इसके फायदे की जगह नुकसान होने लगते हैं। अगर आप घर में हाथी की मूर्ति रखते हैं तो आपको वास्तु के नियमों का पालन जरूर करना चाहिए।

हाथी की मूर्ति रखने से आपके घर में सकारात्मक ऊर्जा, वित्तीय लाभ और आध्यात्मिक प्रगति हो सकती है। इस तरह की मूर्ति का अधिकतम लाभ पाने के लिए आपको इस बात का ध्यान रखने की जरूरत होती है कि मूर्ति का मुख उत्तर-पूर्व या उत्तर दिशा की ओर हो। इसके अलावा आप हाथी की मूर्ति को घर के दक्षिण-पूर्व कोने में भी रख सकते हैं। यह एक ऐसी दिशा है जो धन और समृद्धि को नियंत्रित करती है। इस क्षेत्र में रखी एक हाथी की मूर्ति वित्तीय स्थिरता को बढ़ावा दे सकती है और आपके जीवन के लिए कई अवसरों को आकर्षित कर सकती है। हालांकि इन दिशाओं में आपको हाथी की बहुत बड़ी मूर्ति नहीं रखनी



चाहिए। क्योंकि इससे आपके घर का संतुलन बिगड़ सकता है। इनके अलावा आप उत्तर-पश्चिम कोने में भी हाथी की मूर्ति रख सकते हैं।

इन दिशाओं में भूलकर भी न रखें हाथी की मूर्ति

वास्तु के अनुसार, हाथी की मूर्ति रखने के लिए दक्षिण-पश्चिम दिशा से बचना चाहिए। यह कोना स्थिरता का प्रतिनिधित्व करता है और इस स्थान पर ऐसी वस्तुएं नहीं रखी होनी चाहिए जो आपके घर की ऊर्जा के प्रवाह को बाधित करती हों। इस दिशा में हाथी की मूर्ति रखने से ऊर्जा प्रवाह में असंतुलन हो सकता है। इसके प्रभाव से आपके कामों में बाधाएं आ सकती हैं।

मुख दिशा क्या होनी चाहिए

हाथी की मूर्ति का मुख आदर्श रूप से उत्तर या पूर्व दिशा की ओर होना चाहिए। ऐसा माना जाता है कि यह स्थिति ब्रह्मांड से सकारात्मक ऊर्जा और आशीर्वाद को आकर्षित करती है।

कार्नर न्यूज

योगासन देता है आपको चुस्ती-फुर्ती

शरीर में खून की कमी हो तो इन योगासनों का करें अभ्यास, रक्त संबंधी समस्याएं होंगी दूर



बताया जा रहा है।

उज्जाई प्राणायाम

उज्जाई प्राणायाम के अभ्यास से शरीर में ऑक्सीजन का स्तर बढ़ता है। इस योगासन से पाचन क्रिया बेहतर होती है। योगासन के नियमित अभ्यास से लाल रक्त कोशिकाओं

का निर्माण होता है और एनीमिया की समस्या दूर होती है। साथ ही थायराइड से भी राहत मिलती है।

उज्जाई प्राणायाम के अभ्यास का तरीका

स्टेप 1- पद्मासन की स्थिति में बैठकर पूरे शरीर को शिथिल कर लें।

जा सकता है? हाई ग्लाइसेमिक इंडेक्स वाले भोजन तेजी से ब्लड शुगर को बढ़ा देते हैं।

प्रोफेसर दीपांकर कहते हैं, हमने जिस डिवाइस को विकसित किया है वह डायबिटीज के प्रबंधन में काफी मददगार हो सकती है। क्रैकर्स, बिस्कुट, चिप्स और ब्रेड



जैसे फास्ट फूड पर डिवाइस का परीक्षण किया तो हमने पाया कि क्रैकर्स में सबसे अधिक तेजी से पचने योग्य स्टार्च (आरडीएस) होते हैं, इससे ब्लड शुगर के बढ़ने का खतरा रहता है।

रियल टाइम ग्लाइसेमिक इंडेक्स का चलेगा पता

अमेरिकन केमिकल सोसाइटी द्वारा सस्टेनेबल केमिस्ट्री एंड इंजीनियरिंग जर्नल में प्रकाशित शोध में प्रोफेसर बंधोपाध्याय बताते हैं, खाद्य पदार्थों का रियल टाइम ग्लाइसेमिक इंडेक्स का पता चलना मददगार हो सकता है। इस डिवाइस की मदद से खाद्य पदार्थों का चयन करना आसान होगा। दुनिया की कामकाजी आबादी के बीच फास्ट फूड का चलन बढ़ने के साथ ही इस तरह के पोर्टेबल डिवाइस की आवश्यकता थी।

परफेक्ट फूली हुई ब्रेड चाहिए तो बेकिंग से पहले आटे की यूं करें जांच

अगर आप घर पर ब्रेड बना रही हैं और उसे सख्त या कच्चा नहीं बनाना चाहती हैं तो ऐसे में आपको पहले आटे को एक बार चेक जरूर करना चाहिए। इसके लिए अपनाएं कुछ आसान तरीके।

उंगली से करें चेक

यह आटे को चेक करने का सबसे आसान और भरोसेमंद तरीका है। इसके लिए आप आटे को अपनी उंगली की मदद से हल्का दबाएं, लगभग आधा इंच। अगर अगर गड्ढा धीरे-धीरे आधा वापस उभरता है तो इसका मतलब है कि आटा बिलकुल तैयार है। लेकिन अगर वह तुरंत उभरता है तो आपके आटे को अभी थोड़ा और रेस्ट चाहिए।



आटे के वॉल्यूम को करें चेक

आटे के वॉल्यूम की मदद से भी काफी कुछ पता लगाया जा सकता है। बेक करने से पहले आपका आटा दोगुना या थोड़ा ज्यादा होना चाहिए। सही तरह से चेक करने के लिए आप इसे किसी ट्रांसपेरेंट कंटेनर में रखें। प्रूफिंग से पहले ऊंचाई मार्क कर लें। जब यह लगभग दोगुना हो जाए तो इसका मतलब है कि यह तैयार है। अगर यह दोगुना नहीं होता है तो आटे को कुछ देर और रेस्ट करने दें।

करें स्ट्रेच टेस्ट

यह भी आटे को चेक करने का एक अच्छा तरीका है। इसके लिए आप आटे का एक छोटा टुकड़ा लें और अपने उंगलियों के बीच धीरे-धीरे खींचें। अगर ये बिना फटे पतली, पारदर्शी लेयर जैसा बन जाए, तो इसका मतलब है कि यह बेक करने के लिए तैयार है। वहीं, अगर आटा जल्दी फट जाता है, तो उसे थोड़ी देर रेस्ट देने की जरूरत है।



आपके वेट गेन में कारगर हैं फिटनेस टिप्स, आजमाइए

विककी कौशल बॉलीवुड के सबसे सफल यंग एक्टर्स में से हैं। फिल्म ‘मसान’ से बॉलीवुड में कदम रखने वाले विककी कौशल आज अपनी एक्टिंग से पूरे देश का दिल जीत चुके हैं। ‘उरी द सर्जिकल स्ट्राइक’, ‘सरदार उधम सिंह’, ‘राजी’, और ‘संजू’ जैसी बेहतरीन फिल्म में विककी कौशल नजर आ चुके हैं।

विककी कौशल की खास बात ये है कि वो अपनी फिटनेस की वजह से भी जाने जाते हैं। हालांकि, विककी कौशल अपनी पहली फिल्म में सिंपल और पतले-दुबले लड़के के किरदार में दिखाई दिए थे, लेकिन बाकी फिल्मों में एक्टर का जबरदस्त ट्रांसफॉर्मेशन देखने को मिला है। विककी के ट्रांसफॉर्मेशन की जर्नी की टिप्स को फॉलो कर कई पुरुष खुद में भी बदलाव ला सकते हैं।

पतले लोगों का फास्ट मेटाबॉलिज्म

विककी कौशल की जो पर्सनालिटी है वो भी पतले-दुबले पुरुषों में ही आती है। जो लड़के पतले-दुबले होते हैं। असल में उन का मेटाबॉलिज्म बहुत हाई होता है। वेट गेन करने के लिए उन्हें काफी कैलोरी लेनी होती है। मेटाबॉलिज्म हाई होने की वजह से उनका वजन बढ़ना काफी मुश्किल होता है। अच्छी डाइट और वर्कआउट के साथ पुरुष अच्छी बॉडी बना सकते हैं।

ज्यादा नींद लें

जो लोग पतले-दुबले हैं। उन्हें ज्यादा से ज्यादा सोने की जरूरत होती है। इससे उनके शरीर को आराम मिलता है। इससे मांसपेशियों को विकसित होने में मदद मिलती है। शरीर को आराम देने से वजन बढ़ता है।

अच्छे से खाएं खाना

ये आम बात है कि यदि आप पतले हैं, तो आपको वजन बढ़ाने के लिए ज्यादा से ज्यादा खाना खाना होगा। वजन बढ़ाने के लिए एक डाइट की ज्यादा जरूरत होती है। जो आपकी बॉडी को हेल्दी बनाए। साथ ही आपका वजन भी बढ़ाए।

रोजाना करें वर्कआउट

जरूरी नहीं है कि जो लोग मोटे होते हैं, वही केवल जिम या योग करते हैं। जो लोग पतले-दुबले होते हैं। वो भी जिम जाकर रोज एक्सरसाइज कर सकते हैं। अगर आप शोल्डर प्रेस, बेंच प्रेस, डेडलिफ्ट जैसी एक्सरसाइज करते हैं। तो इससे आपकी मांसपेशियां शेष में आने लगती है। हार्डकोर वर्कआउट करने के बाद अच्छी हेल्दी डाइट लें। रोजाना ये रूटीन फॉलो करने से आपकी बॉडी में जबरदस्त ट्रांसफॉर्मेशन देखने को मिलेगा।



फिल्म इवेंट

हॉलीवुड

हॉलीवुड कैटी को किस करते दिखे कनाडा के पूर्व पीएम जस्टिन, वायरल हुई ऐसी तस्वीरें

कनाडा के पूर्व प्रधानमंत्री जस्टिन टूडो और हॉलीवुड की पॉप सिंगर कैटी पेरी एक बार फिर सुर्खियों में हैं। हाल ही में दोनों को एक याट पर एक साथ देखा गया। इन तस्वीरों में 40 वर्षीय गायिका टूडो के साथ थीं। कैटी पेरी ने काले रंग का स्विमसूट पहना था, वहीं 53 वर्षीय टूडो बिना शर्ट के जींस में नजर आ रहे हैं। सोशल मीडिया पर दोनों की तस्वीरें वायरल हैं। सोशल मीडिया प्लेटफॉर्म एक्स पर शेडो ऑफ इजरा नाम के वेरिफाइड अकाउंट से टूडो और कैटी पेरी की तस्वीरें शेयर की गई हैं। तस्वीरों में देखा जा सकता है कि याट पर दोनों एक दूसरे से गले मिल रहे हैं। दावा है कि ये तस्वीरें कथित तौर पर सितंबर में कैलिफोर्निया के सांता बारबरा तट पर ली गई थीं। एक प्रत्यक्षदर्शी ने डेली मेल को बताया 'उन्होंने अपनी याट व्हेल देखने वाली एक छोटी सी याट के पास रोकी और फिर वह आपस में मिलने लगे। मुझे तब तक पता नहीं चला कि वह किसके साथ थीं, जब तक मैंने उस आदमी की बांह पर टैटू नहीं देखा। इसके बाद मुझे तुरंत एहसास हुआ कि वह जस्टिन टूडो थे।' जस्टिन टूडो और कैटी पेरी के बारे में चर्चा तब शुरू हुई जब टूडो और पेरी को इसी जुलाई में एक साथ डिनर डेट पर देखा गया। इसके बाद दोनों को माउंट रॉयल पार्क में टहलते हुए देखा गया। हाल ही में कैटी पेरी और ऑरलैंडो ब्लूम के बीच करीब 10 साल के रिश्ते और सगाई के बाद ब्रेकअप हुआ है। दोनों अब अपनी 4 साल की बेटी डेजी डोव ब्लूम की को-पैरेंटिंग कर रहे हैं। वहीं, जस्टिन टूडो ने अगस्त 2023 में अपनी पत्नी सोफी ग्रेगॉयर टूडो से 18 साल की शादी के बाद अलग होने की घोषणा की थी। दोनों के तीन बच्चे हैं- जेवियर, एला-ग्रेस और हैड्रियन। यह गौरतलब है कि जस्टिन टूडो और कैटी पेरी दोनों में से किसी ने भी आधिकारिक तौर पर अपने रिश्ते की पुष्टि नहीं की है।

टॉलीवुड

टॉलीवुड एआई द्वारा तस्वीरों से छेड़छाड़ करने पर एक्ट्रेस प्रियंका भड़कीं, बोलीं- ‘ये बंद करें...’

आजकल एआई जितना लोगों के लिए वरदान के रूप में काम कर रहा है। उतना ही इसका दुरुपयोग भी हो रहा है। साउथ एक्ट्रेस प्रियंका मोहन की तस्वीर के साथ एआई से छेड़छाड़ कर उसे वायरल किया जा रहा है। इसपर अभिनेत्री ने एक पोस्ट कर इन करतूतों को करने वालों को करारा जवाब दिया है। साथ ही लोगों से सावधान रहने के लिए कहा है। चलिए जानते हैं एक्ट्रेस ने क्या बोला। अभिनेत्री प्रियंका मोहन ने अपने एक्स अकाउंट पर एक ट्वीट किया है। इसमें उन्होंने एआई के जरिए उनकी तस्वीर से छेड़छाड़ करने के बारे में प्रतिक्रिया दी है। उन्होंने कहा, रमूझे गलत तरीके से चित्रित करने वाली कुछ एआई-जनरेटेड तस्वीरें वायरल हो रही हैं। कृपया इन फर्जी तस्वीरों को शेयर या फैलाना बंद करें। प्रियंका मोहन ने नेटिजन्स से भी अनुरोध किया कि वे जो भी शेयर करें, उसमें सावधानी बरतें। उन्होंने आगे कहा, ‘हम जो बनाते हैं और जो शेयर करते हैं, उसमें सावधानी बरतें।’ कुछ हफ्ते पहले, साई पल्लवी ने एक हैरान कर देने वाला पोस्ट किया था। इससे पता चला कि वायरल तस्वीर में उन्हें एआई के जरिए अभद्र तरीके से पेश किया गया था, जिसका उन्होंने विरोध किया था। 25 नवंबर को सिनेमाघरों में रिलीज हुई थी। यह फिल्म इस साल की सबसे ज्यादा कमाई करने वाली तेलुगु फिल्म बन गई है। सुजीत द्वारा निर्देशित इस एक्शन ड्रामा में प्रियंका मोहन ने ओजस की पत्नी डॉ. कनमयी के अपने प्यार भर किएदार से दर्शकों का दिल जीत लिया।

भोजपुरी

नीलम का बिग बॉस-19 में छलका तलाक पर दर्द, बताई अपनी दास्तान



'बिग बॉस 19' में मजबूत खिलाड़ी नजर आ रहीं भोजपुरी एक्ट्रेस नीलम में अपनी शादी और फिर तलाक को लेकर बातें की हैं। उन्होंने बताया कि उनकी शादी उनका एक गलत फैसला था। अपने तलाक के बारे में बात करते हुए नीलम ने तान्या से कहा- उस रिश्ते में कभी खुशी का एक पल भी नहीं आया। 'बिग बॉस 19' में घर के मजबूत कंटेस्टेंट्स में से एक भोजपुरी एक्ट्रेस नीलम गिरी भी हैं। नीलम शो में अपनी शानदार पर्सनैलिटी को बखूबी दिखाती नजर आ रही हैं। हर मौके पर एक इंडिपेंडेंट खिलाड़ी के तौर पर खुद को साबित करने में वो सफल भी दिख रही हैं। उन्होंने तान्या मित्तल से बातचीत में हाल ही में अपनी शादी और तलाक को लेकर बातें कीं। इसी के साथ उन्होंने अपने बचपन की तकलीफ भी शेयर की जब परिवार आर्थिक तंगी से गुजर रहा था। हालांकि, नीलम इस शो में अपनी पर्सनल लाइफ के पत्तों को खोलने की कभी कोशिश नहीं करतीं। उन्होंने इस रियलिटी शो में अपनी पर्सनल बातों को शो से दूर रखती हैं। हालांकि, हाल ही में तान्या मित्तल के साथ बातचीत के दौरान, नीलम ने पहली बार अपने तलाक के बारे में बात की। इस शो में एक भावुक मोमेंट तब आया जब तान्या ने नीलम से खुलकर बातचीत की। बातचीत हल्के-फुल्के अंदाज में शुरू हुई, लेकिन जल्द ही वो इमोशनल होती दिखाई। बात की शुरुआत तान्या मित्तल से हुई।

सर्दी की तैयारी



दीपावली के बाद त्योंहार तो भरपूर है लेकिन मौसम का मिजाज भी बदल रहा है। ठंड पड़ने लगी है। ऐसे में पुरुषों के सर्दियों के कपड़ों की सूची फैशन फर्म जारी कर चुकी हैं। हर पुरुष को साल 2025 की सर्दियों के लिए कुछ लेटेस्ट ट्रेंडिंग कपड़े तलाशने भटकने की जरूरत नहीं क्योंकि अब सब कुछ ऑन लाइन जो मौजूद है। तो आकर्षक कपड़े भी आपके स्टाइल को संवारने के लिए मददगार साबित होंगे।

पैरों के नाखून हो गए हैं काले तो इन्हें साफ करने के लिए अपनाएं ये तरीके

अगर आपके पैरों के नाखून काले हो गए हैं, तो आप उन्हें कुछ चीजों का इस्तेमाल करके घर पर ही साफ कर सकते हैं। भले ही लोग कितना भी अच्छे से तैयार हो जाएं, लेकिन अगर उनके पैर अच्छे नहीं दिख रहे, तो उनका पूरा लुक खराब हो सकता है। दरअसल, अक्सर देखा जाता है कि लोग अपने चेहरे के साथ-साथ हाथों का भी काफी ध्यान रखते हैं। इसके लिए मेनीक्योर भी कराते हैं, ताकि हाथ और हाथों के नाखून खूबसूरत दिखें लेकिन पैरों का ध्यान किसी को नहीं रहता। यही वजह है कि पैरों में गंदगी जमने लगती है। जब ये गंदगी ज्यादा जम जाती है तो पैरों के नाखून काले पड़ने लगते हैं। ऐसे में जब आप कहीं तैयार होने के बाद हील्स पहनते हैं तो आपके नाखून आपके पैरों की खूबसूरती बिगाड़ देते हैं, जिसकी वजह से शर्मिंदगी का सामना करना पड़ता है। आप चाहें तो पालर जाकर पेंडिक्योर करा सकते हैं, नहीं तो घर पर ही कुछ चीजों का इस्तेमाल करके नाखूनों की गंदगी को साफ कर सकते हैं। आज के लेख में हम आपको घर पर ही नाखून साफ करने के तरीके बताते जा रहे हैं।

बैकिंग सोडा

रूप निखारने कच्चे दूध का करें इस्तेमाल, त्वचा हो जायेगी जवां

त्वचा की देखभाल करने के लिए आपको सबसे पहले स्किन टाइप को समझना बेहद जरूरी होता है। इसके लिए आप किसी स्किन एक्सपर्ट की सलाह ले सकती हैं। उम्र के साथ त्वचा में कई तरह के बदलाव होते रहते हैं। वहीं उम्र चाहे कितनी भी हो, रोजाना त्वचा का ख्याल रखना बेहद जरूरी होता है। इसके लिए आपको मार्केट में कई स्किन केयर प्रोडक्ट्स भी आसानी से मिल जाएंगे, लेकिन लगभग सभी प्रोडक्ट्स में कई प्रकार के केमिकल मौजूद होते हैं जो त्वचा की चमक को फीका बना सकते हैं। त्वचा की देखभाल करने के लिए आप कच्चे दूध का इस्तेमाल चेहरे पर कर सकती हैं। तो चलिए जानते हैं कैसे करें जवां और खूबसूरत त्वचा पाने के लिए कच्चे दूध का इस्तेमाल और जानेंगे इसके त्वचा को मिलने वाले फायदे।

कच्चे दूध को चेहरे पर लगाने के फायदे

कच्चे दूध में विटामिन-ए होता है जो त्वचा को मुलायम बनाने में मदद करता है। यह त्वचा



इसमें पाए जाने वाले तत्व आपके पैरों की खूबसूरती को बढ़ाने का काम करते हैं। नाखूनों को सफेद करने के लिए आपको बस बैकिंग सोडा को गर्म पानी में मिलाकर इसका पेस्ट नाखूनों पर लगाना है। लगाने के कुछ देर बाद इसे अच्छे से धो लें। कुछ दिन में आपको इसका असर दिखने लगेगा।

दूधपेस्ट

दांतों की सफाई के साथ-साथ दूधपेस्ट पैरों के नाखूनों की सफाई का काम भी करता है। इसके इस्तेमाल के लिए आप सीधा पेस्ट को अपने नाखूनों पर लगाएं और कुछ समय बाद इसे धो दें।



को नमी देने का काम भी करता है जिसके कारण त्वचा मॉइस्चराइज नजर आती है।

शहद को चेहरे पर लगाने के फायदे

त्वचा में मौजूद पोर्स की सफाई करने से लेकर स्किन को मॉइस्चराइज करने का काम करता है। त्वचा को नेचुरली एक्सफोलिएट करने के लिए शहद बेहद फायदेमंद होता है।

कार्न न्यूज

बालों के स्टाइल को लेकर आप बहुत सतर्क रहते हैं। आपको बालों में हमेशा कुछ नया करते रहने का भी शौक है तो कभी न कभी आपको कर्ली हेयर लुक रखने का मन भी किया होगा। आज की नई पीढ़ी यानि जेन-जी में कर्ली हेयर लुक को लेकर दीवानगी देखी जा रही है। अगर ऐसा है और आपके बाल कर्ली नहीं हैं तो भी आपकी ख्वाहिश पूरी हो सकती है। आपको इसके लिए कुछ बेहद छोटे-छोटे टिप्स याद रखने हैं ताकि आपको नेचुरल कर्ली हेयर लुक मिल सके। क्या करना होगा आपको, जानते हैं-

रोज-रोज नो हेयर वॉश

आपको ये पता होना चाहिए की आप जितना ज्यादा बाल धोएंगे, बालों के कर्ल होने की संभावना भी कम होती जाएगी। बालों में मौजूद नेचुरल ऑयल के साथ बालों को हेल्थी रखते हैं। नेचुरल ऑयल को त्वचा बाल आपस में कुछ इस तरह से जुड़ जाते हैं कि कर्ल अपने आप ही दिखने लगते हैं। इसलिए शैंपू भी सिलीकॉन और सफ्टेन वाला नहीं इस्तेमाल करना चाहिए। क्योंकि ये



बालों की नामी और ऑयल छीन लेते हैं।

कितने कर्ल कितनी बार वॉश

अलग-अलग तरह के कर्ल के लिए बाल धोने की संख्या भी बदल जाती है। ढीले कर्ल्स के लिए हफ्ते में 2 से 3 बार बाल धोए जा सकते हैं। टाइट रिंग्स के लिए हफ्ते में एक बार बाल धोएं और एक बार सिर्फ कंडिशनर कर लें।

बड़े दांत वाला कंघा

अपने बालों में कर्ल्स जल्द से जल्द देखने हैं तो आपको

आज के दौर की पहचान कर्ली हेयर लुक

नेचुरल कर्ली हेयर लुक बनता जा रहा जेन-जी की पसंद, इन टिप्स से मिल सकता है बेहतर रिजल्ट

ब्रश करने की बजाए बड़े दांत वाले कंघे का इस्तेमाल करना होगा।ब्रश करने से बालों के कर्ल्स खुल सकते हैं।

बालों को खुद सूखने दें

बालों को नेचुरली सूखने देना इनमें कर्ल्स बने रहने देने का सबसे आसान तरीका है। इसलिए बालों को हेयर ड्रायर से ना सुखाएं। प्राकृतिक घुंघराले बालों के लिए आप माइल्ड या सल्फेट-फ्री शैंपू का इस्तेमाल करें, नियमित रूप से कंडीशन करें और मॉइस्चराइजिंग तेल जैसे बादाम, नारियल या आर्गन तेल का उपयोग करें। बालों को स्वस्थ और परिभाषित रखने के लिए, कर्ल बढ़ाने वाले उत्पाद जैसे कि मूस का उपयोग करें और बालों को हवा में सूखने दें या कर्लर का उपयोग करने से बचें। स्टाइलिंग के लिए, आप रहाफ-अप, हाफ-डाउनर जैसी स्टाइल अपना सकते हैं या कर्ली अंडरकट लुक के साथ अपने कर्ल्स को स्टाइल कर सकते हैं।

शैम्पू और कंडीशन

घुंघराले बालों को हाइड्रेट रखने के लिए माइल्ड या

जेंडर न्यूट्रल ड्रेसिंग के लिए अपनाएं स्टाइलिश और मिनिमल लुक



आप जब भी बाहर निकलते होंगे तो ड्रेसिंग से आपको भी यही चाहिए होता होगा। है न...यही सब कुछ महिलाओं को अपने फैशन स्टाइल से भी चाहिए होता है। लेकिन बात ऐसे फैशन की हो जो न सिर्फ पुरुषों के लिए हो और न ही सिर्फ महिलाओं के लिए बल्कि ये तो ऐसा फैशन हो जो जेंडर न्यूट्रल हो। तो क्या होगा...तो भी आत्मविश्वास, आराम और बेहतरीन लुक बराबर मिलेगा। पक्की बात है, मगर कुछ खास टिप्स आजमाने के बाद।

जेंडर न्यूट्रल ड्रेसिंग ऐसी होती है जो किसी एक जेंडर को नहीं दिखाती है। बल्कि इसे किसी भी जेंडर के फैशन में शामिल किया जा सकता है। इसको आजमाने का आपने भी इरादा किया है तो चलिए खास टिप्स जान लीजिए-

सफेद शर्ट सबकी फेवरेट

सफेद शर्ट के साथ जींस आपने कई बार पहनी होगी। लेकिन क्या कभी सोचा है कि ये लुक जेंडर न्यूट्रल ड्रेसिंग का ही हिस्सा है। सफेद शर्ट किसी भी बाटम पर चल जाती है और अच्छी भी सभी पर लगती है। अगर आपको थोड़ा स्टाइलिश लगना है तो इसके ऊपर के दो चार बटन खोले भी जा सकते हैं।

जेंडर न्यूट्रल एसेसरीज

जेंडर न्यूट्रल ड्रेसिंग के लिए आप एसेसरीज का सहारा भी ले सकते हैं। इनमें सस्पेंडर, बेसबॉल कैप, स्कार्फ, बेल्ट, जैकेट के लिए पिन, टाई और सनग्लासेस शामिल हैं।

ब्लेजर हैं बेस्ट

ब्लेजर ऐसा पहनावा है जो किसी भी ड्रेसिंग में आराम से शामिल हो जाते हैं। ये किसी भी लुक को बेहतर करने में मदद भी करते हैं। इसलिए अगर आप जेंडर न्यूट्रल ड्रेसिंग कर रहे हैं तो एक अच्छा डार्क कलर का ब्लेजर आप पर बहुत अच्छा लगेगा।

डबल स्लीव्स वाला फैशन

कुछ साल पहले तक ये फैशन काफी इन था। इसमें फुल स्लीव की टीशर्ट के ऊपर हाफ स्लीव टी शर्ट पहनी जाती थी। इसके साथ कार्गो का ढीला ढाला लुक काफी अच्छा लगता था।



के चलते बालों में प्राकृतिक नमी बरकरार रहती है। लकड़ी की कंघी में कई प्रकार के नेचुरल एंटी-बैक्टीरियल गुण होते हैं, जोकि सिर पर होने वाले इंफेक्शन के खतरों को कम कर देते हैं। बाजार में मिलने वाली नीम या चंदन से बनी कंघी बालों को बेहद खूबशूदार बनाती है। ऐसे में सिर में पसीने की वजह से आने वाली बदबू से छुटकारा मिलता है।

