



कचना, मोवा और सोनडोंगरी समेत कई श्मशानघाटों में पानी भरा शव दहन भी मुश्किल, महादेवघाट श्मशानघाट में घुटनों तक पानी

- कचना, मोवा और सोनडोंगरी समेत कई श्मशान घाटों में पानी भरा
- एक दिन में 7 अंतिम संस्कार हुए, अंतिम संस्कार के दूसरे दिन अस्थि एकत्रित करने कॉल, लॉकर में सुरक्षित रखवाया

हरिभूमि न्यूज़ ►► रायपुर

महादेवघाट के श्मशान घाट के दो अलग-अलग एंटी पाइंट पर पानी भरने से वहां जाने वालों को घुटना भर पानी में च ल क र अंतिम संस्कार स्थल पहुंचना पड़ा। स्थल पर भारी गंदगी तैरती हुई नजर आई। अंतिम संस्कार के लिए बनाए गए शेड के सामने पानी भरने की वजह से अस्थि संचय का काम प्रभावित रहा। मुक्तिधाम वालों ने संबंधित परिजनों को अंतिम संस्कार के दूसरे ही दिन उनके दिए मोबाइल नंबर पर कॉल कर महादेवघाट बुलवाकर अस्थि चुनकर वहां बनाए गए लॉकर में सुरक्षित रखवाया। दरअसल, शहर में तेज बारिश के चलते श्मशानघाट में पानी भर गया है, निकास नाली की समुचित व्यवस्था नहीं होने और शहर के आउटर में स्थित वाडों के श्मशानघाट के आसपास अतिक्रमण होने से जल निकासी ►►शेष पेज 13 पर

शहर में पिछले चार दिनों से हो रही झमाझम बारिश से जहां शहर के कई इलाकों में जलभराव की समस्या सामने आई है, वहीं राजधानी सहित आउटर के वाडों में स्थित मुक्तिधाम भी इससे अछूता नहीं रहे। महादेवघाट स्थित श्मशानघाट, मोवा श्मशानघाट, सोनडोंगरी और कचना के मुक्तिधाम में जलभराव होने से अंतिम संस्कार के लिए पहुंचे लोग काफी परेशान हुए।

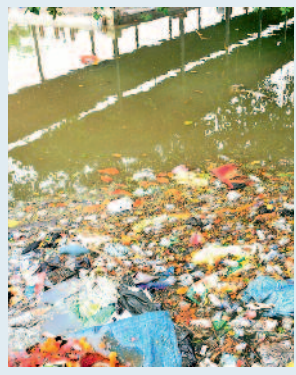


कचना का श्मशानघाट डूबा निकासी की व्यवस्था ठप

जोन 9 के मोतीलाल नेहरु वाड में कचना स्थित श्मशानघाट में जल निकासी की व्यवस्था नहीं होने से वहां चारों तरफ पानी भरा हुआ है। जलभराव से रही परेशानी के संबंध में जोन 9 में हुई समीक्षा बैठक में वाड पार्षद और जोन अध्यक्ष गोपेश साहू ने महापौर मंगल चौबे को समस्या से अवगत भी करवाया। उनका कहना है श्मशानघाट के आसपास पहले ►►शेष पेज 13 पर

महादेवघाट के श्मशानघाट की दोनों एंटी लबालब

खारुन नदी से लगे महादेवघाट के श्मशान घाट में चिंगरी नाला के तरफ से ओवरफ्लो होकर गंदा पानी तेजी के साथ घुसने से श्मशानघाट के दोनों तरफ के एंटी पाइंट में लबालब पानी भर गया है। घुटना भर से उपर पानी से होकर लोगों को श्मशानघाट के शेड तक पहुंचने की नौबत आई है। यहीं नहीं पहले जहां अंतिम संस्कार के बाद अस्थि चुनने के लिए तीन दिन का अंतराल रहता, उसकी जगह अब दाह संस्कार के दूसरे ही दिन संबंधितपरिजनों को उनके मोबाइल पर कॉल कर अस्थि संकलन करने बुलाया जा रहा है, ताकि इन अस्थियों को वहां बनाए गए लॉकर में सुरक्षित रखा जा सके। बुधवार को महादेवघाट के श्मशान घाट में 6 मृतकों का अंतिम संस्कार किया गया। डगनिया, सुंदरनगर, चंगोराभाटा,भाठागांव से आए दिवंगत के परिजनों को गुरुवार की सुबह अस्थि संकलन के लिए बुलाया गया।



युवा पहल ने रात जागकर फ्रीजर को रखा सुरक्षित

महादेवघाट में शव वाहन की व्यवस्था सामल रहे युवा पहल के संस्थापक राहुल शर्मा ने बताया कि तेज बारिश की वजह से श्मशानघाट परिसर में बने युवा पहल के कक्ष में पूरी रात शव रखने के फ्रीजर को उपर उठाकर सुरक्षित रखने की मशक्कत करनी पड़ी। चूंकि इससे पहले भी मुक्तिधाम में दो बार जलभराव की वजह से वहां ►►शेष पेज 13 पर

मोवा के श्मशानघाट में नाले का पानी

डों भीमराव अंबेडकर वाड स्थित मोवा के लिए दलदलसिक्की के इंदिरा स्मृति वन के पास श्मशानघाट बना है, जहां लगाया गया शेड पूरी तरह जर्जर हो चुका है। नाले का गंदा पानी श्मशानघाट में भर जाता है। इससे लोगों को खाली परेशानी उठानी पड़ रही है। वाड पार्षद मोहन कुमार साहू ने बताया कि मुक्तिधाम सौंदर्यकरण का प्रस्ताव भेजा गया है, स्वीकृति मिलते ही कार्य करवाया जाएगा।

गश्त के दौरान दो ड्रक एंड ड्राइव, दो आर्म्स एक्ट की कार्रवाई

रायपुर। सेंट्रल जोन में रात्रि गश्त के दौरान पुलिस ने कार्रवाई करते हुए दो लोगों पर आर्म्स एक्ट कायम किया तथा दो वाहन चालकों पर ड्रक एंड ड्राइव की कार्रवाई कर दो कारें जब्त की हैं। कानून-व्यवस्था सुदृढ़ बनाए रखने तथा देर रात संधि एवं बेवजह घूमने वाले लोगों पर निगरानी रखने के उद्देश्य से जोन के सभी थाना प्रभारी विशेष रात्रि चेंकिंग अभियान चला रहे हैं। अभियान के दौरान कोतवाली क्षेत्र के बैजनाथपारा में पुलिस वाहन चालकों की जांच कर रही थी, इसी दौरान दो कार चालक नशे में कार चलाते पाए गए। वहीं गंज, मोदहापारा में संधि रूप से घूम रहे योगेश नायक, नवीन उर्फ बाबू उर्फ छोटू सामल की तलाशी लेने पर उनके कब्जे से चाकू मिला।

दो किलो गांजा बरामद दो युवक गिरफ्तार

रायपुर। तेलीबांधा थाने की पुलिस ने मुखांबर की सूचना पर दो युवक के कब्जे से दो किलो गांजा जब्त किया है। दोनों युवकों के खिलाफ एनडीपीएस एक्ट की कार्रवाई करते हुए उन्हें कोर्ट में पेश कर जेल दाखिल कर दिया है। गांजा बेचने के आरोप में पुलिस ने देवारपारा निवासी गोलू कुलहरिया, सुजीत दिवरा को गिरफ्तार किया है।

महादेव घाट में पुल को छूने लगी खारुन नदी, एहतिथात के लिए नौका विहार बंद

सावन आया है...

उफान पर खारुन का सौंदर्य

आगे बढ़ गया सिस्टम, आज से कम होगी वर्षा संबंधित गतिविधियां

हरिभूमि न्यूज़ ►► रायपुर

रातभर हुई बारिश के बाद सावन के पहले दिन खारुन नदी उफान पर आ गई। नदी का जल स्तर इतना बढ़ गया है कि वह महादेव घाट के पुल को छूने लगा है। इससे नदी का सौंदर्य तो बढ़ गया है, लेकिन सावधानी बरतते हुए महादेव घाट में नौका विहार पूरी तरह से बंद कर दिया गया है। प्रदेशभर में शुक्रवार से वर्षा संबंधित गतिविधियां कम हो जाएंगी। सिस्टम के आगे बढ़ने के कारण यह स्थिति निर्मित होगी। गुरुवार को वर्षा का केंद्र ►►शेष पेज 13 पर

वर्षा का केंद्र रहेगा दक्षिण छग

गहरा अवदाब पश्चिम-मध्य छत्तीसगढ़ और उससे लगे विदर्भ तथा दक्षिण-पूर्व मध्यप्रदेश के ऊपर स्थित है। इसके अगले 12 घंटे में लगभग पश्चिम दिशा में आगे बढ़ते हुए तथा कमजोर होने की संभावना है। उसके बाद इसके पश्चिम दिशा में आगे बढ़ते हुए विदर्भ और उससे लगे दक्षिण मध्यप्रदेश की ओर अगले 24 घंटे में अवदाब के रूप में परिवर्तित होने की संभावना है। मानसून ►►शेष पेज 13 पर

साक्ष्य मिलने पर गिरफ्तार

पूर्ववर्ती सरकार का रसूखदार केके अब ईडी की गिरफ्त में

- नोएडा के कारोबारी को पांच सौ करोड़ रुपए का ठेका दिलाने का झांसा देकर की थी ठगी

हरिभूमि न्यूज़ ►► रायपुर

नोएडा के कारोबारी को पांच सौ करोड़ रुपए का ठेका दिलाने का झांसा देकर 15 करोड़ रुपए ठगी करने के आरोपी बिलासपुर निवासी केके श्रीवास्तव को ईडी ने गुरुवार को गिरफ्तार किया है। आरोपी को पीएमएल कोर्ट में पेश कर ईडी ने पूछताछ करने रिमांड की मांग की, जिस पर 7 अगस्त तक की रिमांड मिली है। ठगी की रकम का मनी लॉड्रिंग होने के साक्ष्य मिलने पर ईडी ने उसे गिरफ्तार किया है। पूर्ववर्ती सरकार में केके श्रीवास्तव बेहद प्रभावशाली था। वह कई बड़े नेताओं के संपर्क में था। ►►शेष पेज 13 पर

चार्जशीट में कई खुलासे हुए थे

केके श्रीवास्तव के खिलाफ पुलिस ने कोर्ट में जब चार्जशीट पेश की थी, तब कई और चौकाने वाले खुलासे हुए थे। चार्जशीट में पुलिस ने बताया कि केके और उसके बेटे कंचन ने करोड़ों रुपए चीन और ऑस्ट्रेलिया में निवेश किए हैं। यह पैसा हवाला के माध्यम से भेजा गया है। दोनों के बैंक खातों की जांच में 441 करोड़ रुपए के लेन-देन का रिकॉर्ड मिला है। दोनों के मोबाइल की फॉरेंसिक जांच में पता चला है कि इन्व्हीने ऑनलाइन सट्टा एप महादेव बुक से जुड़ी वेबसाइटिक ►►शेष पेज 13 पर

रक्षाबंधन पर घर जाना होगा मुश्किल, कन्फर्म टिकट का संकट

रायपुर से महानगरों की ओर जाने वाली प्रमुख ट्रेनों में अभी से लंबी वेटिंग, स्थाल ट्रेन की मांग बढ़ी

हरिभूमि न्यूज़ ►► रायपुर

रक्षाबंधन पर्व में अभी करीब एक माह का समय बाकी है, लेकिन रायपुर से देश के प्रमुख शहरों के लिए जाने वाली ट्रेनों में अभी से कन्फर्म टिकट मिलना मुश्किल होने लगा है। त्योहार पर घर लौटने वाले यात्रियों ने समय रहते टिकट बुक कराना शुरू कर दिया है, जिसके कारण दिल्ली, मुंबई, उत्तर प्रदेश, बिहार और मध्यप्रदेश जाने वाली कई प्रमुख ट्रेनों में वेटिंग लगातार बढ़ रही है। स्लीपर कोच में कई ट्रेनों की वेटिंग 40 से 50 के पार पहुंच चुकी है। रेलवे के नियमों के अनुसार वेटिंग तय सीमा तक पहुंचने पर टिकट बुकिंग भी बंद हो जाती है। रेलवे के आरक्षण आंकड़ों के अनुसार रक्षाबंधन से एक-दो दिन पहले यानी 26 और 27 अगस्त की ट्रेनों में सबसे अधिक बुकिंग हुई है। दिल्ली, मुंबई, उत्तर प्रदेश और बिहार जाने वाली कई ►►शेष पेज 13 पर



मुंबई की ट्रेनों में भी सीटों के लिए मारामारी

मुंबई जाने वाली एलटीटी एक्सप्रेस, मुंबई-हवड़ा मेल, समता एक्सप्रेस और कुर्ला एक्सप्रेस में भी रक्षाबंधन से पहले की तारीखों पर वेटिंग शुरू हो गई है। खासकर 26 और 27 अगस्त की ट्रेनों में सबसे अधिक टिकट बुक हुए हैं। हालांकि इससे पहले की तारीखों में कुछ ट्रेनों में अभी कन्फर्म सीटें उपलब्ध हैं। दिल्ली रूट पर बढ़ा दबाव रायपुर से दिल्ली जाने वाली छत्तीसगढ़ एक्सप्रेस में 27 अगस्त के लिए स्लीपर में 26, थर्ड एसी में 12 और सैंक्रेड एसी में 6 वेटिंग दर्ज है। वहीं समता एक्सप्रेस में भी स्लीपर की वेटिंग 30 और थर्ड एसी में 15 तक पहुंच गई है।

सारनाथ एक्सप्रेस में भी दबाव बढ़ गया है।

पटना और प्रयागराज जाने वाली सारनाथ एक्सप्रेस में भी दबाव बढ़ गया है। इस ट्रेन के स्लीपर कोच में वेटिंग 30 से अधिक, थर्ड एसी में 21 और सैंक्रेड एसी में 4 तक पहुंच गई है। हर साल रक्षाबंधन के दौरान यात्रियों की अतिरिक्त भीड़ को देखते हुए रेलवे स्पेशल ट्रेन चलाता है, लेकिन इस बार अब तक ऐसी कोई घोषणा नहीं हुई है। यात्रियों को उम्मीद है कि जल्द ही प्रेस स्टॉप पर स्पेशल ट्रेनों का संचालन किया जाएगा।

True Care

MULTISPECIALITY CLINIC

Care for Life

आप सभी के स्वास्थ्य को ध्यान में रखते हुए,
True Care Multispeciality Clinic में

निःशुल्क ऑर्थोपेडिक एवं नेफ्रोलॉजी

परीक्षण शिविर का आयोजन किया जा रहा है।

अभी WhatsApp पर अपनी जानकारी भेजें और अपना स्लॉट बुक करें।

अभी WhatsApp करें

+91 9109102199

10 AM - 2 PM

2nd AUGUST

SUNDAY

निःशुल्क परामर्श

122 to 126, UPPER GROUND FLOOR, KRISHNA COMPLEX INFRONT OF KUTCHERY, RAIPUR (CG)

www.spadvertising.in

सी.जी. कॉलेज ऑफ नर्सिंग, रायपुर

(25 वर्षों से नर्सिंग चिकित्सा, शिक्षा व समाज सेवा के क्षेत्र में अग्रणी संस्थान)

अब नए, सर्वसुविधायुक्त एवं आधुनिक परिसर में

12वीं (PCB) उत्तीर्ण एवं PNT परीक्षा में सफल विद्यार्थियों के लिए सुनहरा अवसर !

उपलब्ध पाठ्यक्रम :

- B.Sc. Nursing (4 वर्षीय)
- GNM Nursing (3 वर्षीय)

हमारी विशेषताएं :

- नवीन एवं आधुनिक सर्वसुविधायुक्त भवन
- अनुभवी एवं योग्य शिक्षकों द्वारा गुणवत्तापूर्ण शिक्षण
- अत्याधुनिक नर्सिंग लैब एवं समृद्ध पुस्तकालय
- मेकाहाथ, गिला अस्पताल, सी एच सी, पी एच सी, एन के डी पैटेंटल अस्पताल मे नियमित क्लिनिकल प्रशिक्षण
- 100% प्लेसमेंट

आज ही अपना प्रवेश सुनिश्चित करें

ज्योति माहू एम्स टॉपर

नया पते: अटल चौक, ग्राम पंचायत कार्यालय के पास, निर्मल ज्ञानोदय स्कूल के पीछे, सेजबहार रोड, बेरियाकला, रायपुर (छ.ग.)

पुराना पते: न्यू राजेंद्र नगर, रायपुर (छ.ग.)

www.cg nursing.com

Follow us :

7722991707, 9993585707, 9993582707

खबर संक्षेप

सकल व्याधि का उपचार मानस में मिलेगा : वैद्यराज नंदलू साहू

रायपुर। मानस प्रेमी वैद्यराज नंदलू साहू का श्रीरामचरितमानस के प्रति अद्भुत प्रेम है। धमतरी के ग्राम गुजरा (डोमा) निवासी श्री साहू पंजीकृत वैद्य हैं और अनेक बीमारियों का जड़ी-बूटी से अचूक उपचार करते हैं। उन्होंने

कहा कि सकल व्याधियों का उपचार तुलसीकृत श्रीरामचरितमानस में है। उन्होंने कहा कि जीवन है तो बीमारियां भी हैं और उसका उपचार भी है। आज के दौर में भी जड़ी-बूटी से उपचार के प्रति लोगों का विश्वास बना हुआ हा। कई साध्य रोगों का उपचार जड़ी-बूटी से ही संभव है। उन्होंने कहा कि मानस के पाठ से कई ऐसी अनुभूतियां जीवन में हुईं और उसी प्रेरणा से जड़ी-बूटियों का विशद ज्ञान हुआ है और उसी कृपा से उपचार का बेहतरी परिणाम मिला है। उन्होंने बताया कि खुजली, गाँठिया बात, फोड़ा, सिकलिन, पुराना सिरदर्द, सायाटिका, दमा और कर्मदंर्द जैसी व्याधियों का जड़ी-बूटी से शर्तिया इलाज संभव है। आज के आधुनिक दौर में नाड़ी चिकित्सा प्रद्धति विलुपित की कगार पर है। इस विद्या को जीवंत बनाने के लिए मुख्यमंत्री श्री साय ने वैद्यों को संबल प्रदान किया है इससे वैद्यों को राहत मिली है।

साइकिल डंपिंग की लापरवाही पर कांग्रेस ने दी सख्त चेतावनी धरसीवा। दाऊ पोषण लाल शासकीय उच्चतर माध्यमिक शाला (परसतवाई) को शिक्षा विभाग द्वारा

डंपिंग स्थल बनाकर भूल जाने और विद्यार्थियों पर असुविधाओं का बोझ डालने के बाद, अब सरस्वती

साइकिल योजना के नाम पर चल रही भारी धोखे की लेकर सियासी पारा चढ़ गया है। मामला उजागर होने के बाद दर्जनों कार्यकर्ताओं के साथ मौके पर पहुंचे कांग्रेस नेताओं ने हुंकार भरते हुए साफ कर दिया है कि यदि दोषी अफसरों और उत्तर प्रदेश के संबंधित ठेकेदार पर सख्त कार्रवाई नहीं हुई, तो कांग्रेस पार्टी शिक्षा विभाग के खिलाफ उग्र रुख अपनाकर सड़कों पर उतरेगी।

उल्ला स्कूल में शौचालय निर्माण के लिए भूमिपूजन अभ्यनपुर। ग्राम पंचायत उल्ला में पूर्व माध्यमिक शाला परिसर में विकसित भारत गारंटी ऑफ रोजगार एवं आजीविका मिशन ग्रामीण (वीबीजी रामजी) योजना के तहत लगभग 7 लाख रुपये की लागत से बनने वाले बालिका शौचालय का सरपंच नेहरू लाल साहू ने भूमि पूजन किया। इस अवसर पर सरपंच नेहरू लाल साहू ने प्रधानमंत्री एवं मुख्यमंत्री के प्रति आभार व्यक्त करते हुए कहा कि यह योजना ग्रामीण क्षेत्रों में शिक्षा, स्वच्छता, महिला सशक्तिकरण और आधारभूत सुविधाओं को सुदृढ़ करने की दिशा में महत्वपूर्ण कदम है।

निधन

एम आर साहू

धरसीवा। शासकीय उच्चतर माध्यमिक विद्यालय तत्पोगी पूर्व व्याख्याता एम आर साहू का 26 जुलाई को निधन हो गया है। गाम निवासी निवासी श्री साहू, बचपन से ही विकलांग होने के बावजूद भी उन्होंने कभी अपनी हिम्मत नहीं हारी। उन्होंने संस्कृत महाविद्यालय से गोट्ट मेडलिस्ट रहते हुए अपनी पढ़ाई पूरी की और व्याख्याता संस्कृत विषय के रूप में अपनी शासकीय सेवा प्रारंभ की।

सीमा के वीरों को भाजपा महिला मोर्चा ने भेजी राखियां व छग की माटी

हरिभूमि न्यूज ►► तिलदा-नेवरा

देश की सीमाओं पर तैनात वीर जवानों के प्रति सम्मान, स्नेह और कृतज्ञता व्यक्त करने के उद्देश्य से चलाए जा रहे ऑपरेशन सिपाही रक्षा-सूत्र अभियान के तहत भाजपा महिला मोर्चा तिलदा शहर मंडल ने सैनिक भाइयों के लिए रक्षा-सूत्र (राखियां), बच्चों द्वारा लिखे गए भावनात्मक पत्र एवं छत्तीसगढ़ की पावन माटी जिला महामंत्री एवं जिला पंचायत सभापति स्वाति वर्मा को सौंपकर राष्ट्रभक्ति का प्रेरणादायी संदेश दिया।

भाजपा महिला मोर्चा तिलदा शहर मंडल की अध्यक्ष एवं वार्ड क्रमांक-21 की पार्षद श्रीमती रानी सौरभ जैन के नेतृत्व में तिलदा-नेवरा क्षेत्र के विभिन्न विद्यालयों के छात्र-

दीनदयाल चौक से हेमू कालानी चौक तक की सड़क सर्वाधिक जर्जर



हरिभूमि न्यूज ►► तिलदा नेवरा

तिलदा नेवरा किसी भी शहर की पहचान उसकी सड़कें और सफाई व्यवस्था होती है। लेकिन तिलदा-नेवरा की तस्वीर कुछ और ही कहानी बयां कर रही है। लाखों रुपये खर्च कर बनाई गई सड़कें पहली ही बारिश में जवाब दे चुकी हैं। जगह-जगह एक-एक फीट गहरे गड्ढे, उखड़ी हुई सड़कें और रोज हादसों का खतरा सवाल ये है कि आखिर जनता के टैक्स का पैसा गया कहा? ये गड्ढे वाली सड़क एक साल पहले लाखों रुपए खर्च कर बनाई गई थी .इसी तरह इस सड़क का निर्माण 10 महीने पहले कराया गया था, बारिश ने तिलदा-नेवरा की इन सड़कों की असलियत सबके सामने ला दी है। कुछ महीने पहले सड़कों का निर्माण लाखों रुपये की लागत से हुआ था, आज उन्हीं सड़कों पर गिट्टी-बजरी बिखरी हुई है और डामर पूरी तरह गायब नजर आ रहा है। गड्ढे भी ऐसे की वाहन भूल से भी पानी भरे गड्ढे में गईं तो तो फिर उसका

■ दुर्गा मंदिर से सिंधी पंचायत भवन तक की सड़क में सौ से अधिक बड़े-बड़े गड्ढे

भारी बारिश से लाखों की सड़कें बद्दहाल एक-एक फीट के गड्ढे और गिट्टियां उभरीं



वार्ड 5 और 13 समेत कई इलाकों की सड़कें खस्ता

स्थानीय लोगों का आरोप है कि घटिया निर्माण सामग्री के कारण सड़कें सात-आठ महीने में ही उखड़ गईं। वार्ड नंबर 5 और वार्ड नंबर 13 समेत कई इलाकों की सड़कों की हालत ऐसी है, मानो वर्षों से उनकी मरम्मत ही नहीं हुई हो। हर कदम पर गड्ढे हैं और हर मोड़ पर हादसे का खतरा। ऐसा नहीं की तिलदा की ये सिर्फ दो तीन ही सड़कें खराब अथवा जर्जर हैं शहर की अधिकांश सड़कें खराब हो चुकी हैं, साथ ही सड़कों पर कचरा पड़ा दिखाता है कई सड़कें तो ऐसा लगता है कि ये सड़कें सिर्फ कचरे के लिए ही बनाई गई हैं, हालांकि कचरा नगर पालिका नहीं बल्कि आसपास के रहने वाले लोग फेंकते हैं फिर जानवर उस कचरे को फेला देते हैं ,लेकिन कचरा फेंकने वालों पर कोई कार्रवाई नहीं होती जिसके कारण सड़क कचरे से पटी रहती है।

जिम्मेदारी तय की जाएगी : शर्मा

इधर नगर पालिका का कहना है कि बारिश के दौरान अस्थायी रूप से गड्ढों की मरम्मत कराई जा रही है। मुख्य नगर पालिका अधिकारी अमिताभ शर्मा के मुताबिक जिम ठेकेदारों ने निर्माण कार्य किया है, उनकी जिम्मेदारी तय करते हुए उन्हें नोटिस जारी किया जाएगा। साथ ही उन्होंने लोगों से अपील की कि बारिश के दौरान नालियों और सड़कों पर कचरा न फेंकें तथा सफाई कर्मचारियों का सहयोग करें। नियमों का उल्लंघन करने वालों के खिलाफ कार्रवाई की भी बात कही गई है।

भगवान ही मालिक है। दुर्गा मंदिर से सिंधी पंचायत भवन तक करीब आधा किलोमीटर की सड़क में सौ से अधिक बड़े-बड़े गड्ढे बन चुके हैं, वहीं दीनदयाल चौक से हेमू कालानी चौक तक भी सड़क की हालत बद से बदतर हो चुकी है। हर गुजरते वाहन के साथ हादसे का खतरा बढ़ता जा रहा है। बारिश के पानी से भरे इन गड्ढों से गुजरना लोगों के लिए किसी चुनौती से कम नहीं है। भारी वाहन जैसे ही

वार्ड एक की कॉलोनी में भरा पानी, लोग फंसे मुसीबत में

आरगा। क्षेत्र में पिछले दो-तीन दिनों से लगातार हो रही बारिश ने नगर की जल निकासी व्यवस्था की पोल खोल दी है। आरग नगर के वार्ड क्रमांक-1 स्थित एक कॉलोनी में भारी जलभराव होने से लोगों की परेशानी बढ़ गई है। कॉलोनी की सड़कें पानी में डूब गई हैं, वहीं कई घरों के सामने भी पानी जमा होने से लोगों का घरों से निकलना मुश्किल हो गया है। लगातार बारिश के कारण कॉलोनी में जगह-जगह पानी भर गया है। जलभराव से सबसे अधिक परेशानी बच्चों, विद्यार्थियों, महिलाओं और बुजुर्गों को हो रही है। दोपहिया और चारपहिया वाहनों की आवाजाही भी प्रभावित हुई है। स्थानीय रहवासियों के मुताबिक, बारिश के दौरान कॉलोनी में जलभराव की समस्या नई नहीं है। हर साल बारिश के मौसम में ऐसी स्थिति बनती है। रहवासियों का कहना है कि जलभराव की समस्या को लेकर नगर पालिका प्रशासन से कई बार शिकायत की जा चुकी है, लेकिन अब तक समस्या का स्थायी समाधान नहीं किया गया है। लगातार बारिश के कारण इस बार भी हालात बिगड़ गए हैं और लोगों को पानी के बीच से होकर आवागमन करना पड़ रहा है। स्थानीय लोगों ने नगर पालिका प्रशासन से तत्काल जल निकासी की व्यवस्था कराने के साथ ही जलभराव की समस्या का स्थायी समाधान कराने की मांग की है। रहवासियों का कहना है कि यदि समय रहते नालियों और जल निकासी व्यवस्था को दुरुस्त नहीं किया गया, तो आने वाले दिनों में समस्या और गंभीर हो सकती है। बारिश के चलते वार्ड क्रमांक-1 की इस कॉलोनी के अलावा नगर के अन्य हिस्सों में भी जलभराव की स्थिति सामने आ रही है। ऐसे में नगर की जल निकासी व्यवस्था को लेकर सवाल उठने लगे हैं।



पूर्णिमा पर गूंजी गुरु की महिमा, गौरखेड़ा आश्रम में श्रद्धा और भक्ति का महासंगम

हरिभूमि न्यूज ►► तिलदा नेवरा

सद्गुरु कबीर सेना एवं सद्भिन्न समाज सेवा के संयुक्त तत्वावधान में सद्गुरु धाम आश्रम, गौरखेड़ा में गुरु पूर्णिमा महोत्सव श्रद्धा, भक्ति और आध्यात्मिक उल्लास के साथ भव्य रूप से मनाया गया। प्रदेशभर से पहुंचे संत-महात्माओं, पदाधिकारियों, समाजसेवियों एवं श्रद्धालुओं ने गुरु चरणों में श्रद्धा अर्पित कर सनातन संस्कृति की गुरु-शिष्य परंपरा का स्मरण किया। कार्यक्रम का शुभारंभ प्रदेश संरक्षक श्रीमती अदिति नेम सिंह बघमार के पावन सान्निध्य में मंगलाचरण, ध्यान-साधना, गुरु वंदना, भजन-कीर्तन, हवन-यज्ञ एवं महाप्रसाद के चर्या हुआ। पूरे आयोजन में आध्यात्मिक वातावरण और भक्ति का अनुपम संगम देखने को मिला। अदिति बघमार ने कहा कि गुरु केवल ज्ञान देने वाले नहीं, बल्कि जीवन को सही दिशा और उद्देश्य प्रदान करने वाले महान पथप्रदर्शक होते हैं। गुरु ही अज्ञान के अंधकार को दूर कर सत्य, सेवा



और संस्कार का प्रकाश हमारे जीवन में फैलाते हैं। उन्होंने कहा कि गुरु के बताए मार्ग पर चलकर ही व्यक्ति अपने जीवन को सफल, सार्थक और समाजोपयोगी बना सकता है। भारतीय संस्कृति में गुरु का स्थान ईश्वर के समान माना गया है, क्योंकि गुरु ही हमें आत्मज्ञान, नैतिकता और मानवता का पाठ पढ़ाते हैं। उन्होंने सभी से गुरु के प्रति श्रद्धा, सम्मान और समर्पण का भाव बनाए रखने का आह्वान करते हुए कहा कि गुरु पूर्णिमा केवल एक पर्व नहीं, बल्कि आत्मचिंतन, संस्कार और आध्यात्मिक जागरण का पावन अवसर है। गुरु का आशीर्वाद ही व्यक्ति के जीवन की सबसे बड़ी पूंजी है।

सद्गुरु कबीर सेना के प्रदेश अध्यक्ष प्रदीप नायक ने कहा कि

सनातन धर्म में गुरु का स्थान ईश्वर से भी श्रेष्ठ माना गया है। गुरु ही अज्ञान के अंधकार को दूर कर ज्ञान का प्रकाश प्रदान करते हैं। उन्होंने कहा कि जिन लोगों का अभी तक गुरु दीक्षा संस्कार नहीं हुआ है, वे गुरु पूर्णिमा के अवसर पर अपनी माता का पूजन करें, क्योंकि माता ही जीवन की प्रथम गुरु होती हैं।

प्रदेश प्रवक्ता अनिल बघेल, प्रदेश सचिव टीकमचंद वर्मा एवं अभिषेक बंजारे ने बताया कि गुरु पूर्णिमा का यह महापर्व छत्तीसगढ़ के विभिन्न जिलों में भी श्रद्धा एवं उत्साह के साथ मनाया गया। प्रदेश विस्तारक राजेंद्र साहू, प्रदेश कबीर मित्र अशोक यादव, पाटन जिला अध्यक्ष सूर्योदय घृतलहरे, रायपुर ग्रामीण जिला अध्यक्ष दूमन धीवर, महासमुंद से राजेंद्र वर्मा, मिलेंद्र, वीरेंद्र यादव सहित अनेक पदाधिकारियों के नेतृत्व में विभिन्न स्थानों पर गुरु पूजन, सत्संग एवं सेवा कार्य आयोजित किए गए।

आध्यात्मिक आयोजन में साध्वी माँ अनंतेश्वरी, माँ शारदा, महात्मा रामकृष्ण, प्रदेश संरक्षक

एवं पूर्व विधायक लक्ष्मी बघेल,सद्भिन्न समाज सेवा के कोषाध्यक्ष महेंद्र वर्मा, पूर्व महिला अध्यक्ष माधुरी वर्मा, बेमेतरा जिला अध्यक्ष दिलेश निषाद, जिला महामंत्री शिव कटारिया, आरएसएस से कबीर मित्र संदीप वर्मा, विश्व हिंदू परिषद एवं दुर्गा वाहिनी से भारती सिंह, सुरेंद्र सिंह ठाकुर, राजेंद्र वर्मा, कोपराम वर्मा, नूतन साहू, शंकर साहू सहित बड़ी संख्या में संत, समाजसेवी एवं श्रद्धालु उपस्थित रहे। समापन अवसर पर प्रदेश संरक्षक एवं पूर्व विधायक लक्ष्मी बघेल ने सभी संत-महात्माओं, अतिथियों, पदाधिकारियों एवं श्रद्धालुओं का आभार व्यक्त करते हुए धर्म, समाज, राष्ट्र और मानवता के कल्याण की मंगलकामना के साथ यज्ञ की पूर्णाहुति कराई।गुरु पूर्णिमा महोत्सव ने श्रद्धालुओं को गुरु-भक्ति, सेवा, संस्कार और सनातन संस्कृति के मूल्यों को आत्मसात करने का संदेश दिया।इस मौके पर भोजन भंडारा का आयोजन किया गया

हरिभूमि न्यूज ►► आरगा।

लगातार हो रही भारी बारिश के चलते महानदी समेत क्षेत्र की नदी-नालों का जलस्तर तेजी से बढ़ गया है। महानदी में बढ़ते जलस्तर को देखते हुए निसदा डेम और समोदा डेम के कई गेट देर रात खोल दिए गए। इसके बाद निसदा डेम से लगे ग्राम निसदा में बाढ़ का पानी प्रवेश कर गया, जिससे कई परिवारों के घर पानी से घिर गए। बाढ़ की सूचना मिलते ही स्थानीय प्रशासन तत्काल सक्रिय हुआ और अधिकारियों की टीम मौके पर पहुंची तथा राहत एवं बचाव कार्य शुरू कराया। प्रशासन ने एसडीआरएफ की टीम की मदद से बाढ़ में फंसे लोगों को सुरक्षित बाहर निकालने का अभियान चलाया। एसडीएम अभिलाषा पैकरा के



अनुसार, अब तक 12 परिवारों के 42 सदस्यों को सुरक्षित निकालकर सुरक्षित स्थान पर पहुंचाया जा चुका है। वहीं, एक अन्य परिवार के 6 सदस्य अपने घर में चारों तरफ से बाढ़ के पानी से घिर गए थे। सूचना मिलते ही एसडीआरएफ की टीम मौके पर पहुंची और रेस्क्यू ऑपरेशन चलाकर सभी 6 सदस्यों को सुरक्षित बाहर निकाला।

इस तरह निसदा गांव में बाढ़ की स्थिति के बीच कुल 13

परिवारों के 48 लोगों को सुरक्षित निकाल लिया गया है। महानदी में लगातार बढ़ते जलस्तर को देखते हुए प्रशासन पहले से ही सतर्क था। संभावित बाढ़ की स्थिति को देखते हुए प्रभावित और नदी किनारे बसे गांवों में मुनादी कराकर ग्रामीणों को सतर्क किया गया था। प्रशासन द्वारा ग्रामीणों से सुरक्षित स्थानों पर जाने और नदी-नालों के आसपास नहीं जाने की अपील भी की गई थी।

स्मार्ट मीटर हटाओ अभियान के लिए कांग्रेस की बनाई रणनीति

हरिभूमि न्यूज ►► सिलयारी

जिला कांग्रेस कमेटी रायपुर ग्रामीण की मासिक बैठक आज गांधी मैदान स्थित कांग्रेस भवन में जिला अध्यक्ष राजेंद्र पप्पू बंजारे की अध्यक्षता में सम्पन्न हुई। बैठक में स्मार्ट मीटर हटाओ-जनआवेदन अभियान को जनआंदोलन का स्वरूप देने के लिए व्यापक रणनीति तैयार की गई। बैठक में रायपुर ग्रामीण के सभी ब्लॉक कांग्रेस कमेटी अध्यक्षों एवं मंडल कांग्रेस कमेटी अध्यक्षों से अभियान की वर्तमान स्थिति की विस्तृत जानकारी ली गई। अभियान को और अधिक प्रभावी एवं तेज बनाने के लिए सभी पदाधिकारियों के सुझाव प्राप्त किए गए तथा उनके सुझावों के आधार पर आगामी कार्ययोजना तय की गई। बैठक में निर्णय लिया गया कि अब अभियान को गांव-गांव एवं घर-घर तक पहुंचाया जाएगा। कांग्रेस कार्यकर्ता आम जनता से

अभियान को गांव-गांव तक पहुंचाएं

बैठक को संबोधित करते हुए पूर्व मंत्री डॉ. शिवकुमार डहरिया ने कहा कि स्मार्ट मीटर हटाओ-जनआवेदन अभियान को गांव-गांव और घर-घर तक पहुंचाना कांग्रेस कार्यकर्ताओं की महत्वपूर्ण जिम्मेदारी है। बैठक की अध्यक्षता कर रहे जिला कांग्रेस कमेटी रायपुर ग्रामीण के जिला अध्यक्ष राजेंद्र पप्पू बंजारे ने कहा कि रायपुर ग्रामीण जिले के प्रत्येक गांव और प्रत्येक मंडल में स्मार्ट मीटर हटाओ-जनआवेदन अभियान पूरी ताकत के साथ चलाया जाएगा। जिला पदाधिकारियों एवं वरिष्ठ नेताओं को मंडलवार जिम्मेदारियां सौंप दी गई हैं।

बैठक में शामिल हुए

बैठक में प्रमुख रूप से पूर्व अध्यक्ष पाटुर पुस्तका निगम शैलेश नितिन त्रिवेदी , पूर्व जिला अध्यक्ष उद्यो राम वर्मा, पूर्व जिला पंचायत अध्यक्ष डोमेश्वरी वर्मा, पीसीसी सचिव गण प्रवीण साहू, लोकेश साहू, जयंत साहू, माधेश बघेल,बिरगांव महापौर नंदलाल, इकराम अहमद सूदन सिकली शिव साहू रुक्मणी राजू सिन्हा अविनाश निराल टिकेश्वर बंदे मंदिर हसौद नगर पालिका अध्यक्ष गोपाल चतुर्वेदी, जिला पंचायत सदस्यगण प्रतिनिधि गण लोकमानी कोखले उपस्थित थे।

स्मार्ट मीटर हटाने एवं पुराने बिजली मीटर पुनः लगाए जाने के संबंध में जनआवेदन प्राप्त करेंगे तथा उन्हें संबंधित सीएसईबी कार्यालय में जमा करेंगे। अभियान को प्रभावी बनाने के लिए प्रत्येक मंडल की जिम्मेदारी तय कर दी गई है। जिला

कांग्रेस कमेटी के जिला पदाधिकारियों एवं वरिष्ठ नेताओं को विभिन्न मंडलों का प्रभारी नियुक्त किया गया है, जो संबंधित क्षेत्रों में जाकर अभियान का संचालन करेंगे, जनआवेदन संग्रह की निगरानी करेंगे तथा अभियान की नियमित समीक्षा करेंगे।

बच्चों और युवाओं में सेना के प्रति सम्मान, राष्ट्रप्रेम की भावना बढ़ेगी

सीमा के वीरों को भाजपा महिला मोर्चा ने भेजी राखियां व छग की माटी



छात्राओं ने अपने हाथों से राखियां तैयार कीं। बच्चों ने सैनिकों के नाम भावनात्मक और प्रेरणादायी संदेश भी लिखे, जिन्हें छत्तीसगढ़ की पावन माटी के साथ अभियान के तहत देश की सीमाओं पर भेजा जाएगा। इस अवसर पर श्रीमती रानी सौरभ जैन ने कहा कि देश की

सीमाओं पर तैनात सैनिक अपने परिवार से दूर रहकर दिन-रात राष्ट्र की सुरक्षा में जुटे रहते हैं। ऐसे वीर जवानों तक बहनों के स्नेह, बच्चों के प्रेम और मातृभूमि की पावन माटी पहुंचाना पूरे समाज के लिए गर्व और सम्मान का विषय है। उन्होंने कहा कि यह अभियान केवल रक्षा-

सूत्र भेजने तक सीमित नहीं है, बल्कि सैनिकों के प्रति पूरे समाज की भावनाओं और सम्मान का प्रतीक है। जिला महामंत्री एवं जिला पंचायत सभापति स्वाति वर्मा ने इस राष्ट्रभक्ति से ओत-प्रोत अभियान की सराहना करते हुए कहा कि ऐसे प्रयास बच्चों और युवाओं में सेना के प्रति सम्मान, राष्ट्रप्रेम और कर्तव्यबोध की भावना को और अधिक मजबूत करते हैं। अभियान के तहत एकत्रित सभी रक्षा-सूत्र, पत्र और छत्तीसगढ़ की पावन माटी जल्द ही देश की सीमाओं पर तैनात सैनिकों तक पहुंचाई जाएगी। रक्षा बंधन के पावन पर्व से पहले शुरू किया गया यह अभियान तिलदा-नेवरा से सीमा पर डटे वीर जवानों तक प्रेम, सम्मान और राष्ट्रभक्ति का अनूठा संदेश पहुंचाने का सशक्त माध्यम बन रहा है।





Smoking na karne walon ko bhi Lung Cancer ho sakta hai.

Jaanch hi Jeet hai.

Aao Cancer ko Haraayein, Screening Karaayein.

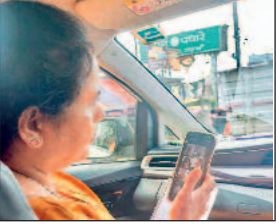
1800 309 0309

ख़बर संक्षेप



शहीद हेमू कालाणी समिति ने अधिकारियों से की मुलाकात रायपुर। अमर शहीद हेमू कालाणी समिति के प्रतिनिधिमंडल गुरुवार को ज़ोन क्रमांक-2 नगर निगम के कमिश्नर संतोष पाण्डेय एवं कार्यपालन अभियंता पीडी घृतलहरे से मुलाकात कर ज्ञापन सौंपा। मुलाकात के दौरान प्रतिनिधिमंडल ने इन अधिकारियों से अमर शहीद हेमू कालाणी चौक पर सौंदर्यीकरण एवं आदमकद मूर्ति लगाने में विलंब होने के कारणों के संबंध में चर्चा की, जिस पर ज़ोन कमिश्नर संतोष पाण्डेय ने आए हुए प्रतिनिधिमंडल को कार्य कर रहे ठेकेदार से चर्चा करने के बाद आश्वस्त किया एवं पूरा भरोसा दिलाया कि 1 या 2 दिन के भीतर ही कार्य ठेकेदार द्वारा शुरू किया जाएगा। इस चर्चा बाद प्रतिनिधिमंडल ने आश्वस्त होकर संबंधित अधिकारियों का धन्यवाद ज्ञापित किया। यह जानकारी वीर अमर शहीद हेमू कालाणी समिति के अध्यक्ष किशोर आहुजा, मीडिया प्रभारी भरत पम्नानी ने देते हुए बताया कि मुलाकात करने वालों समिति के महासचिव प्रेम बिरनानी, पूर्व महासचिव लक्ष्मण जगवानी, संयोजक अनेश बजाज, भरत पम्नानी आदि उपस्थित थे।

महापौर मीनल ने ली ज़ोन कमिश्नरों की ऑनलाइन मीटिंग



रायपुर। महापौर मीनल चौबे ने गुरुवार को अपने व्यस्त शेड्यूल के बीच सभी ज़ोन कमिश्नरों की ऑनलाइन बैठक लेते हुए गुरुवार से शुरू हुए सावन के पवित्र माह के दौरान राजधानी में शिव भवनों द्वारा निकाली जाने वाली कांवड़ यात्रा वाले मार्गों पर खुले में मॉस के विक्रय पर तत्काल रोक लगाते हुए इस पर कड़ाई बरतने के निर्देश दिए। ऑनलाइन बैठक में महापौर मीनल चौबे ने कहा कि लाखे नगर चौक से महादेवघाट रायपुर जाने वाले मार्ग को सावन के इस महीने में प्रतिदिन मॉनिटरिंग हो। महापौर ने ज़ोन कमिश्नरों से कहा है कि शहर के किसी भी भुक्तिधाम परिसर में बारिश के दौरान जलभराव होने पर तत्काल वहां पहुंचकर जलभराव की समस्या को दूर करने त्वरित कदम उठाएं।

कार्यालय राजस्व निरीक्षक मंडल-18, तहसील व जिला रायपुर
आम सूचना
जारी दिनांक 24.07.2026
एतद् द्वारा सर्वसाधारण को सूचित किया जाता है कि ग्राम मुजगहन प.ह.नं. 82 रा.नि.मं. रायपुर- 18 तहसील व जिला रायपुर छ.ग. में आवेक दिनीप कुमार पिता शिवलाल गर्मा निवासी रायपुर द्वारा धारित भूमिसमाप्ती हक की भूमि खसरा नंबर 46/41 रकबा 0.0140 है. का सीमांकन/बंटकन हेतु आवेदन न्यायालय अतिरिक्त तहसीलदार रायपुर के समक्ष प्रस्तुत किये जाने के उपरांत न्यायालय अतिरिक्त तहसीलदार रायपुर रा.प्र.क्र. - /७4-12/ वर्ष 2026 आदेश दिनांक 16.07.2026 के परिपालन में आवेक की भूमि का सीमांकन दिनांक 11.08.2026 को किया जाना निवत है। अतएव उक्त भूमि के सभी बंटकनधारी भूमिसायिगों तथा आसपास के भूमिसायिगों को सूचना दी जाती है कि उक्त तिथि व समय के पूर्व पच्चावी कार्यालय में एवं उक्त तिथि व समय को अव्यंत रखते पर उपस्थित होकर उक्त खसरा नंबर के संबंध में जो भी दावा/आपत्ति हो तो प्रस्तुत करें। आपकी अनुपस्थिति में सीमांकन कार्य किया जा सकता है। सीमांकन उपरांत कोई भी दावा/आपत्ति मान्य नहीं होगी।
सो सूचना ज्ञाने।
राजस्व निरीक्षक रा.नि.मं. -18 रायपुर

कार्यालय राजस्व निरीक्षक मंडल-18, तहसील व जिला रायपुर
आम सूचना
जारी दिनांक 24.07.2026
एतद् द्वारा सर्वसाधारण को सूचित किया जाता है कि ग्राम मुजगहन प.ह.नं. 82 रा.नि.मं. रायपुर- 18 तहसील व जिला रायपुर छ.ग. में आवेक गिरीश कुमार गिर पिता छगनलाल चौधड़ा निवासी नगरी धनरती द्वारा धारित भूमिसमाप्ती हक की भूमि खसरा नंबर 46/25 रकबा 0.0140 है. का सीमांकन/बंटकन हेतु आवेदन न्यायालय अतिरिक्त तहसीलदार रायपुर के समक्ष प्रस्तुत किये जाने के उपरांत न्यायालय अतिरिक्त तहसीलदार रायपुर रा.प्र.क्र. - /७4-12/ वर्ष 2026 आदेश दिनांक 16.07.2026 के परिपालन में आवेक की भूमि का सीमांकन दिनांक 11.08.2026 को किया जाना निवत है। अतएव उक्त भूमि के सभी बंटकनधारी भूमिसायिगों तथा आसपास के भूमिसायिगों को सूचना दी जाती है कि उक्त तिथि व समय के पूर्व पच्चावी कार्यालय में एवं उक्त तिथि व समय को अव्यंत रखते पर उपस्थित होकर उक्त खसरा नंबर के संबंध में जो भी दावा/आपत्ति हो तो प्रस्तुत करें। आपकी अनुपस्थिति में सीमांकन कार्य किया जा सकता है। सीमांकन उपरांत कोई भी दावा/आपत्ति मान्य नहीं होगी।
सो सूचना ज्ञाने।
राजस्व निरीक्षक रा.नि.मं. -18 रायपुर

अंडों पर सावन की मार, कम हो गया 30 फीसदी कारोबार, दाम भी घटे

हरिभूमि न्यूज़ ॥ रायपुर

प्रदेश में सावन से पहले अंडों ने भाव खाया था, लेकिन सावन के प्रारंभ होते ही अंडों पर सावन की मार पड़ी है। अब पोल्ट्री में जहां दाम 5.75 रुपए हो गए हैं, वहीं चिलहर में इसके दाम 7 रुपए हो गए हैं। एक दर्जन लेने पर अब 80 रुपए लग रहे हैं। सावन से पहले एक दर्जन के दाम 100 रुपए तक चले गए थे। अब तो डिमांड भी तीस फीसदी कम हो गई है। यह स्थिति एक माह रहने वाली है। बचे अंडों का स्टॉक अब कोल्ड स्टोरेज में रखना पड़ेगा। रोज 25 लाख अंडों का स्टॉक बच रहा है।

छत्तीसगढ़ की गिनती देश के अंडों का ज्यादा उत्पादन करने वाले राज्यों में होती है। अपने प्रदेश में रोज 80 लाख अंडों का उत्पादन होता है। इसमें से 45 से 50 फीसदी अंडे दूसरे राज्यों में जाते हैं, बाकी अंडों की खपत अपने राज्य में होती है। गर्मी के समय में जब खपत कम हो जाती है तब बहुत परेशानी होती है। ऐसे में उत्पादन कम करना पड़ता है। गर्मी के कारण इस बार भी अब तक अंडों का उत्पादन रोज 20 लाख कम हो गया था, लेकिन अब उत्पादन पूरा हो रहा है।

राज्य स्तरीय कार्यशाला में 100 महिला सरपंच हुई शामिल

नल-जल परियोजनाएं पूरी होने के बाद पंचायतों को सौंपी जाएंगी: साव

हरिभूमि न्यूज़ ॥ रायपुर

उप मुख्यमंत्री अरुण साव ने कहा है कि जल आपूर्ति के लिए उपयोग हो रहे जल स्रोतों की देखभाल और सावधानीपूर्वक उपयोग जरूरी है। इसके टिकाऊपन पर ही योजना की दीर्घकालीन सफलता निर्भर है। उन्होंने कहा कि नल जल योजनाओं के काम पूर्ण होने तथा पंचायतों को इसके हस्तांतरण के बाद इसका संचालन व संधारण ग्राम पंचायतों को करना है। जल जीवन मिशन हमारे घर और हमारे घर के लिए योजना है। ग्राम पंचायतों को गांव वालों के साथ मिलकर जल आपूर्ति की व्यवस्था को आत्मनिर्भर बनाना है।श्री साव ने यह बात जल जीवन मिशन के अंतर्गत हर पर जल प्रमाणित गांवों की महिला सरपंचों के लिए ग्रामीण पाइपलाइन जल आपूर्ति योजनाओं के संचालन एवं रखरखाव पर राज्य स्तरीय कार्यशाला में कही। उन्होंने नवा रायपुर स्थित राजीव गांधी राष्ट्रीय भूमि जल प्रशिक्षण एवं अनुसंधान संस्थान में आयोजित कार्यशाला में महिला सरपंचों को संबोधित किया।

श्री साव ने जल स्तर बनाए रखने तथा भू-जल स्रोतों को रिचार्ज करने स्टॉपडैम बनाने और बारिश के पानी को संग्रहित करने पर जोर दिया। उन्होंने कहा कि बारिश के पानी के प्राकृतिक बहाव के अवरोधों व अतिक्रमणों को हटाकर तालाबों को अच्छे से भरने की व्यवस्था सभी गांवों को करना चाहिए। लोक स्वास्थ्य यांत्रिकी विभाग द्वारा यूनिसेफ और एसईई संस्था के सहयोग से इस एक दिवसीय राज्य स्तरीय कार्यशाला का आयोजन किया गया था। इसमें करीब 100 महिला सरपंच शामिल हुईं।

पेज 11 के शेष

सावन आया है... उफान

दक्षिणी छग रहा। उत्तर और मध्य हिस्से में हल्के से मूसल बारिश हो रही। राजधानी रायपुर में खंड वर्षा की स्थिति निर्मित हुई। सुबह से दश शमक करती एक उमंग बारिश रिपोर्ट हुई। रायपुर में दिन और रात का तापमान बादलों के कारण लगभग एक समान ही रहा। न्यूलसन तापमान सामान्य से 0.9 डिग्री कम 23.6 डिग्री तथा अधिकतम तापमान सामान्य से 1.9 डिग्री कम 28.4 डिग्री दर्ज किया गया। ज्योतिषिक गर्म 30 डिग्री अधिकतम तापमान के साथ बिलासपुर रहा। सबसे कम न्यूलसन तापमान पेड़ा में 21.4 डिग्री दर्ज किया गया।

वर्षा का केंद्र ...

द्वोगिका जैसलमेर, रायसेन, गहरा अवदाब के केंद्र, गोपालपुर और उसके बाद दक्षिण पूर्व की ओर मध्य डंगाल की खाड़ी तक, 1.5 किमी/कम/वर्गकन हेतु विस्तारित है। आज अनेक स्थानों पर हल्की से मध्यम वर्षा होने अथवा गरज-चमक के साथ छोट्ट पड़ने की संभावना है। प्रदेश में एक-दो स्थानों पर गरज-चमक के साथ वज्रपात की आशंका भी मौसम विभाग ने जताई है। वर्षा का क्षेत्र मुख्यतः दक्षिण छत्तीसगढ़ रहने की संभावना है।

शव दहन भी ...

की व्यवस्था प्रमांनित हुई है। दिवंगत के अंतिम संस्कार के लिए जलभराव के बीच कठिन परिस्थितियों से उनके परिजनों को गुजरना पड़ रहा है। बारिश के कारण उत्पन्न इस स्थिति ने जलभरावघाट जैसे संवेदनशील जगह पर बाधा खड़ी कर दी है। 0 7 जाल से डूब रा महादेवघाट का श्मशानघाट: जानकारों का कहना है जौन 8 क्षेत्र स्थित रायपुरा के महादेवघाट स्थित श्मशान घाट में पिछले 7 जाल से जलभराव की स्थिति देखी जा रही है । इस बाढ़ नगर निगम में महापौर और आयुक्त बदल गए फिर भी जलभराव की समस्या दूर नहीं हो पाई।

झुरमुट के बीच सोनडोंगरी का श्मशानघाट, सड़क जर्जर: नगर निगम जौन 8 के पीडित जवाहर लाल वेहरू वार्ड स्थित सोनडोंगरी के श्मशानघाट में जल निगम की लिए गलियां नहीं खनने से जलभराव की समस्या उत्पन्न हुई है। लोगों को अंतिम संस्कार के लिए कच्चे और खड्डिखड्ड वार्ड रास्ते से होकर आन- जाना पड़ता है। अंतिम संस्कार में पहुंचने वालों के बैठने के लिए न बैठने की व्यवस्था है न ही बारिश व गर्मी से बचने का इंतजाम। बारिश में भीगते हुए लोगों को अंतिम संस्कार किया पूरी होने का इंतजार

आम सूचना
सर्वसाधारण को सूचित किया जाता है, कि द्वारा अटल आवास योजना, आरंग जिला रायपुर (छ.ग.) में आर्बिल स्वतंत्र भवन क्रमांक ई-डब्ल्यू. एस. - 02 का निर्माण एवं संरचना के संबंध में किसी भी व्यक्ति, शासकीय / अर्धशासकीय संस्था, निगम, बैंक अथवा वित्तीय संस्था को कोई आपत्ति हो तो इस आम सूचना प्रकाशन के 15 दिवस के अंदर लिखित आपत्ति भ्प्य दस्तावेज अयोगक्षमतापूर्वक के कार्यालय में प्रस्तुत करें। अन्यथा बाद में प्राप्त होने वाली आपत्ति पर विचार नहीं किया जायेगा।
सहाय अधिकारी
छत्तीसगढ़ गृह निर्माण एवं अधोसंरचना विकास मंडल क्षेत्र - नवा रायपुर अटल नगर

// आम सूचना //
सर्वसाधारण को सूचित किया जाता है कि मेरे पक्षकार जगदेवनथ सोनकर पिता स्व. होरीलाल सोनकर निवासी नका चौक, भाटागाँव, वार्ड नं. 61, रायपुर, तहसील व जिला रायपुर (छ.ग.) के रहने वाले न विक्रेता तबस्सुम बानो पति मोहम्मद अब्दुल जावेद, निवासी मकान नं.1667, वार्ड नं. 02, बकरा माकेट, साहू किराना स्टोर के बाजू, ताज गली, संजय नगर, टिकरावाड़ा रायपुर, तहसील व जिला रायपुर (छ.ग.) वाले को ख्यामिय एवं आध्यापन को कृषि भूमि जिसका खसरा नं. 477/1, रकबा 0.1100 हेक्टेयर भूमि जो बाके मौजा ग्राम रेवली प.ह.नं. 00001, रा.नि.मं. अभनपुर तहसील अभनपुर जिला रायपुर छ.ग को ब्रय करने का सोन कर अंतिम राशि उदा कर दिया गया है अब केवल विक्रय विवेक (उपरीट्ट) पंजीवन को कार्यवाही योग्य है। अतः राजस्व सौदे एवं संयवहार के संबंध में जिस किसी व्यक्ति, संस्था, बैंक, निगम शासकीय एवं अर्धशासकीय निगम, बोर्ड प्राधिकरण, निगम आदि को किसी भी प्रकार की उजड़, दावा, आपत्ति हो अथवा उक्त संपत्ति या उसके किसी भी भाग पर किसी प्रकार का स्वतः, हक, अधिकार या भार हो तो वे इस आम सूचना प्रकाशन के दिनांक से 07 दिवस के भीतर अपनी आपत्ति लिखित सुसंगत दस्तावेजों के साथ मेरे समक्ष प्रस्तुत करें एवं आम सूचना का खंडन किसी भी दैनिक समाचार पत्र में स्वीकार नहीं किया जायेगा।। सो सूचना जाने। दिनांक- स्थान- रायपुर
भवदीय
रितेश सिंह डाक्टर (अध्यक्षता)
पता- सविल कोट रायपुर (छ.ग.) मो.नं. 99073 11788

पोल्ट्री में दाम 5.75 रुपए और चिलहर में सात रुपए



साँ मिल में ट्रकों में मिले प्रतिबंधित कौहा, सरई लकड़ी के गोले

वन विभाग ने साँ मिल को किया सील, कोरबा में एफआईआर के बाद मामला सामने आया

हरिभूमि न्यूज़ ॥ रायपुर

वनमंडल रायपुर के अभनपुर के एक साँ मिल में विभागीय अधिकारियों ने छापा मारकर कई ट्रक प्रतिबंधित इमारती लकड़ी के गोले जब्त किए हैं। छापे की कार्रवाई करीब एक सप्ताह पूर्व की गई है, लेकिन विभागीय अधिकारी अब तक मेजरमेंट पूरा नहीं होने की बात कह कर जल्ती को लेकर कुछ बताने से बच रहे हैं। इस संबंध में नवा रायपुर के रेंजर से संपर्क करने पर उन्होंने कहा कि जांच प्रतिवेदन आने के बाद वे कुछ बता पाएंगे। ऐसे में कार्रवाई को लेकर सवाल खड़े हो रहे हैं। छापे की कार्रवाई एक सप्ताह पूर्व हुकुमचंद शर्मा साँ मिल में की गई थी। साँ मिल के संचालक न बिलासपुर की एक पार्टी से बगैर टीपी के तीन से चार ट्रक लकड़ी के गोले खरीदे थे। इसकी जानकारी मिलने पर रायपुर डीएफओ लोकनाथ पटेल ने एक जांच टीम बनाई। जांच टीम मौके पर जाकर लगातार तीन से चार दिन तक कार्रवाई करती रही। बताया जा रहा है, दस्तावेजों में महज एक ट्रक प्रतिबंधित इमारती लकड़ी के गोले जल्ती शो किया गया है। इसके पूर्व रायपुर में प्रतिबंधित खैर लकड़ी के गोला जल्ती का प्रकरण सामने आया था। उस प्रकरण की जांच तीन दिन में कंपलीट कर यार्ड से खैर लकड़ी के सभी गोले जब्त कर वन विभाग ने अपने कब्जे में ले लिया था।

बिजनेस साइट

एसए एडवरटाइजिंग को आईओएच ओओएच पॉवरहाउस गोल्ड अवार्ड

रायपुर। ज्तीयगढ़ की अग्रणी विज्ञापन संस्था एसए एडवरटाइजिंग प्रा. लि. ने राष्ट्रीय स्तर पर बड़ी उपलब्धि हासिल करते हुए इंडियन आउटडोर एडवरटाइजिंग एजेंसी एसोसिएशन के आउटडोर एडवरटाइजिंग कन्वेंशन 2026, गोवा में प्रतिष्ठित आईओएच ओओएच पावरहाउस गोल्ड अवार्ड (हैट रीज) अपने नाम किया है। देशभर की 32 प्रमुख आउटडोर मीडिया कंपनियों के बीच बहु-स्तरीय मूल्यांकन के बाद संस्था को यह सर्वोच्च सम्मान प्रदान किया गया। गोल्ड कैटेगरी उन संस्थाओं को दी जाती है, जिन्होंने मीडिया स्वाचित्य, परिचालन उत्कृष्टता, नवाचार, आधुनिक तकनीक के उपयोग और भविष्य उन्मुख निवेश जैसे मानकों पर उत्कृष्ट प्रदर्शन किया हो। 11 सदस्यीय राष्ट्रीय जूरी ने विभिन्न तकनीकी एवं व्यावसायिक मानकों पर मूल्यांकन के बाद एसए एडवरटाइजिंग को विजेता घोषित किया। संस्था के निदेशक आशीष अग्रवाल ने कहा कि यह सम्मान पांच दशकों की गुणवत्ता, पारदर्शिता और नवाचार की राष्ट्रीय मान्यता है। उन्होंने कहा कि इससे छत्तीसगढ़ के आउटडोर मीडिया उद्योग की विश्वसनीयता बढ़ेगी और राज्य में राष्ट्रीय स्तर के विज्ञापन निवेश व नए व्यावसायिक अवसरों को गति मिलेगी।

स्पाइन सर्जन डॉ. वेंकटेश दसारी को ‘आरोग्यम हेल्थकेयर अवॉर्ड’ से सम्मान

रायपुर। सप्तगिरी हॉस्पिटल के डायरेक्टर एवं प्रख्यात स्पाइन सर्जन डॉ. वेंकटेश दसारी को स्वास्थ्य सेवा के क्षेत्र में उत्कृष्ट योगदान के लिए प्रतिष्ठित ‘आरोग्यम हेल्थकेयर अवॉर्ड’ से सम्मानित किया गया है। डॉ. दसारी ने अब तक 1200 से अधिक सफल स्पाइन सर्जरी कर मरीजों को कई जिंदगी दी है। वे छत्तीसगढ़ के सबसे युवा स्पाइन सर्जनों में शामिल हैं और आयुर्विज

रायपुर हरिभूमि 13

25 लाख अंडे कम बिक रहे

प्रदेश के साथ ही बाहर के राज्यों में अंडों का जाना कम हो गया है। पोल्ट्री कारोबारियों के मुताबिक इस समय तीस फीसदी खपत कम हो गई है। यानी रोज करीब 25 लाख अंडे कम बिक रहे हैं। सामान्य समय में रोज 80 लाख अंडों की खपत होती है। खपत कम होने के कारण दाम में भी कमी आई है। आने वाले समय में दाम कुछ और कम हो सकते हैं।

खपत कम होने से दाम घटे

सावन में अंडों की डिमांड कम हो गई है। प्रदेश के साथ बाहर के राज्यों में जाना कम होने से पोल्ट्री में दाम 5.75 रुपए हो गए हैं। सावन से पहले ये दाम सात रुपए थे।

धनराज बैनर्जी, पोल्ट्री फार्म कारोबारी

साँ मिल में ट्रकों में मिले प्रतिबंधित कौहा, सरई लकड़ी के गोले

वन विभाग ने साँ मिल को किया सील, कोरबा में एफआईआर के बाद मामला सामने आया

जल्ती में सिर्फ एक ट्रक लकड़ी के गोले दर्शाया



कोरबा में एफआईआर के बाद कार्रवाई

कोरबा में सीएसईबी की राजस्व जमीन में सरई के दो सौ के करीब पेड़ थे। उन पेड़ों को विभाग ने अनुमति लेकर ठेकेदार के माध्यम से कटवाया। ठेकेदार ने अभनपुर के साँ मिल संचालक से संपर्क कर सराई लकड़ी के गोला बेचने सौदा तय किया। इसके बाद 15 जुलाई को साँ मिल में लकड़ी के गोले खाली किए गए। लकड़ी गायब होने की जानकारी मिलने पर सीएसईबी के अधिकारियों ने इसकी शिकायत 17 जुलाई को कोरबा थाने में दर्ज कराई।

बिजनेस साइट

तकनीकों के जरिए जटिल रीढ़ संबंधी रोगों का उपचार कर रहे हैं। सम्मान मिलने पर उन्होंने कहा कि यह उपलब्धि पूरी सप्तगिरी हॉस्पिटल की चिकित्सकीय टीम, स्टाफ और उन मरीजों की है, जिन्होंने उन पर भरोसा जताया। उन्होंने प्रदेशवासियों को रायपुर में ही महानगरी जैसी अत्याधुनिक स्पाइन चिकित्सा सुविधाएं उपलब्ध कराने की प्रतिबद्धता दोहराई। अस्पताल प्रबंधन ने इसे संस्थान के लिए गौरवपूर्ण उपलब्धि बताते हुए कहा कि भविष्य में भी मरीजों को विश्वस्तरीय, किफायती और गुणवत्तापूर्ण स्वास्थ्य सेवाएं उपलब्ध कराने के प्रयास निरंतर जारी रहेंगे।

संजीवनी सुपर स्पेशलिटी हॉस्पिटल में बिना बड़ा चौरा लगाए अन्ननली कैंसर की सफल सर्जरी

रायपुर। संजीवनी सुपर स्पेशलिटी हॉस्पिटल ने कैंसर उपचार के क्षेत्र में नई उपलब्धि हासिल करते हुए मध्य भारत में पहली बार अन्ननली (इसोफेगस) के



स्वस्थ होता है। अस्पताल के डायरेक्टर डॉ. रघुपु मेनन ने कहा कि संस्थान का लक्ष्य मध्य भारत के मरीजों को महानगरों जैसी अत्याधुनिक कैंसर उपचार सुविधाएं स्थानीय स्तर पर उपलब्ध कराना है।

DR. ABHIMANYU'S
AYURVEDA MULTISPECIALITY HOSPITAL
(PAIN | PANCHIKARMA | PILES | MEDIA | GYNAE | SKIN)

छत्तीसगढ़ का प्रथम 20 विस्तरीय हॉस्पिटल जो की पूर्ण रूप से आयुर्वेदिक उपचार को समर्पित

प्रदेश के समस्त शासकीय/कर्मचारी एवं उनके परिवार के अग्रित सदस्यों के उपचार उपरत प्रतिनिधि (MEDICAL REPRESENTATIVE) हेतु छ.ग. रासन से मान्यता प्राप्त

📍 **टोवरट-7 B कमल विलास, रायपुर (छ.ग.)** 📞 **सिटी सेंटर-कुष्मा टॉकीज के समने।**
☎ 95224 66664, 62622 22903

📍 **समता कॉलोनी रायपुर (छ.ग.)** ☎ 9826446666

के पास, मिर्जापुर(छ.ग.)☎ 95224 66605

न्यू मातृ स्मृति हॉस्पिटल

मेडरनेटी, विल्डन्स एवं सर्जिकल हॉस्पिटल

अंतरराष्ट्रीय स्तर पर

- गर्भवती महिलाओं की संपूर्ण जांच व परामर्श
- गर्भाल एवं सीजेडिआर डिलीवरी
- एवं बच्चेदानी का ऑपरेशन व नलबंदी
- सर्वसुविधायुक्त PICU, NICU, OT

- बच्चों की सभी प्रकार की सर्जरी हरनिया, सर्जिडोस्कोपी,
- सरकान सीजन की सुविधा
- आयुज्मान काई और CSEB से केशराले उपचार,
- TPA की सुविधा

डॉ. दिलीप लालवानी

सेत्र रोग विशेषज्ञ

फेको सर्जिन एवं ग्लूकोमा विशेषज्ञ

आयुष्मान सुविधाएं

- निर्दोकारी सल्लंग भवन के पास, हिंद स्वोर्द्ध फुटबॉल ग्राउंड के पास, इंदुगाढ़ भाग, रायपुर (छ.ग.)
- 07714024289 | 9329124989

आरविसंड यूरोलॉजी

सेवाएं अब

गावरी नर्सिंग होम में

फाफाडी, टिन्जर मार्केट रोड, रायपुर

9827144197, 9827144777

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

स्वर संक्षेप

जोन-4 अध्यक्ष के बेटे के खिलाफ कोतवाली थाने में मारपीट का अपराध दर्ज

रायपुर। कोतवाली थाना में जॉन-4 अध्यक्ष मुखलि शर्मा के बेटे के खिलाफ जॉन आयुक्त के ड्राइवर ने मारपीट करने की शिकायत दर्ज कराई है। ड्राइवर के साथ मारपीट की घटना गुल्वार की है। रिपोर्ट दर्ज कराने के पूर्व निगम के कर्मचारी, अधिकारी महापौर मीनल चौबे से मिलने निगम मुख्यालय पहुंचे थे। मारपीट का कारण जॉन अध्यक्ष के साथ तीन से चार दिन पूर्व किसी बात को लेकर कहासुनी हुई थी। इस बात को लेकर जॉन अध्यक्ष के बेटे ने मारपीट की। योगेंद्र साहू ने अनिल शर्मा के खिलाफ मारपीट करने, गाली-गलौज करने की शिकायत दर्ज कराई है। वह प्लेसमेंट एजेंसी की तरफ से जॉन आयुक्त की कार का चालक है। मारपीट की घटना से व्यथित ड्राइवर ने अपने अन्य साथी-कर्मचारियों के पास शिकायत की। ड्राइवर के साथ मारपीट की घटना से निगम के कर्मचारी, अधिकारी नाराज हैं। उन लोगों ने निगम प्रशासन को चेतावनी देते हुए कहा है कि ऐसे असुरक्षा के माहौल में उनका काम करना मुश्किल है। निगम प्रशासन उन्हें सुरक्षा उपलब्ध कराने। साथ ही भविष्य में ऐसी घटना न हो, इसकी मुख्यालय बाने की बात कही।

**पूर्व सैनिकों के लिए विशेष
समाधान शिविर 3 को**

रायपुर। मैकेनाइडउ इन्फेरी रजिमेंट द्वारा पूर्व सैनिकों, वीर नागरियों और उनके आश्रितों को सम्मानित करने के तत्परि समाधान के लिए राष्ट्रव्यापी आउटरीच कार्यक्रम मिशन निरंतर मित्राणु 10 चलाया जा रहा है। इस मिशन को शास्त्री चौक रायपुर स्थित जिला सैनिक कल्याण दफ्तर से विशेष शक्तिर लेगेजा, जो सुबह 10 बजे से शाम 4 बजे तक संचालित होगा। जिला सैनिक कल्याण अधिकारी केप्टन अजित कुमार शर्मा ने बताया कि इस शक्तिर में पेंशन से संबंधित शिकायतों और दिवांगतों, सर्पाई पोर्टल से जुड़ी तकनीकों और पेंशन समस्याएँ, सेवानिवृत्ति लाभ और अन्य सेवाएँ शामिल हैं। शक्तिर जानकारी एवं पूर्व सैनिकों और उनके परिवारों की अन्य शिकायतों संबंधी समस्याओं का समाधान किया जाएगा। इस शक्तिर में रायपुर के अलावा धमतुरी, बलौदा बाजार, महासमुद्र और गरियादह क्षेत्र के पूर्व सैनिकों, वीर नागरियों और उनके आश्रित लाभ उठा सकते हैं।

हरिभूमि न्यूज ▶▶ रायपुर

प्रदेशभर में जूनियर डॉक्टर एक बार फिर हड़ताल में जाने की तैयारी में हैं। मामला स्ट्राइपेंड वृद्धि संबंधित है। गुरुवार को जूनियर डॉक्टर्स ने काला रिबन लगाकर कार्य किया। उन्होंने अपनी 17 सूत्रीय मांगों प्रशासन को सौंपी हैं। इनमें सबसे प्रमुख स्ट्राइपेंड वृद्धि है।

एमबीबीएस इंटर्स और पीजी डॉक्टर्स ने कहा है कि यदि एक सप्ताह में उनकी मांग पूरी नहीं हुई, तो वे प्रदेशभर में सामूहिक कार्य बहिष्कार करेंगे तथा हड़ताल पर चले जाएंगे। छत्तीसगढ़ के एमबीबीएस इंटरर्स का एसआईड अन्य राज्यों के अनुरूप बढ़ाने के साथ समाज कार्य के लिए एसमान स्टाफर्ड के सिद्धांत को लागू करनेसे मांगों को पूर्ण नहीं हो पाएगा। न केवल राधानाथी रायपुर बल्कि प्रदेशभर में शासकीय मेडिकल कॉलेजों के एमबीबीएस इंटरर्स ने ब्लैक रिवन

■ काला रिबन
बांधकर
गुरुवार को
किया प्रदर्शन,
इंटरन को
मिलते हैं 15
हजार रुपए

■ अंतिम बार
2023 में
बढ़ाई गई
थी स्ट्राइपेड
की राशि



अधिकारियों के समक्ष रख चुके मांग

इटर्न्स में बताया कि वे पूर्व में भी कई बार माननीय नुसुखन्त्री, स्वास्थ्य मंत्री एवं संसंधित अधिकारियों के सम्मुख अपने मांग रख चुके हैं, किंतु अब तक इस संबंध में कोई ठोस निर्णय नहीं लिया गया है। यदि आगामी एक सप्ताह के भीतर इस संबंध में कोई ठोस एवं सकारात्मक निर्णय नहीं लिया जाता है, तो प्रदेशभर के एम्बोलीएस इटर्न्स अपने आंदोलन के अगले चरण के तहत समूहिक हड़ताल एवं कार्य बहिष्कार का मार्ग अपनाएंगे।

लगाकर सांकेतिक विरोध प्रदर्शन किया। इस दौरान उन्होंने अपनी इयूटी भी पूरी की। उन्होंने कहा, उनका उद्देश्य चिकित्सा सेवाओं को बाधित करना नहीं, बल्कि अपनी न्यायोचित मांगों को शासन तक पहुंचाना है। प्रदर्शन के दौरान अस्पताल परिसर के बाहर इंटर्न्स ने बैनर एवं पोस्टर के साथ समूह फोटो लेकर अपनी एकजुटता प्रदर्शित की।

इंटर्न्स को मिल रहे 15,900 रुपए प्रतिमाह

वर्तमान में धर्तीसाइद के एमबीबीएस इंटरन्स को मात्र 15,900 प्रतिमाह साइडपेड दिया जाता है, जो देश के अनेक राज्यों की तुलना में काफी कम है। इंटर्न्स को कम से कम 35 हजार रुपए देना देश की मांग जूझी कर रहे हैं। वहीं पीजी डॉक्टर्स को प्रथम वर्ष में 67,500 रुपए, द्वितीय वर्ष में 71 हजार तथा तृतीय वर्ष में 74,300 रुपए मिल रहे हैं। दिल्ली में पीजी डॉक्टर्स को 1.5 लाख रुपए प्रदान किए जाते हैं। प्रदेश में कम से कम 1.20 लाख रुपए देने की मांग की जा रही है।

मवेशियों के जमावड़े से लगातार सड़क दुर्घटनाएं

आप का 'टोल हटाओ या गाय हटाओ' अभियान

हरिभूमि न्यूज ►► रायपुर

आम आदमी पार्टी ने गाय हटाओ या टोल हटाओ अभियान के तहत एनएच सहित सड़कों पर मवेशियों के जमावड़े को लेकर मुख्यमंत्री के नाम कलेक्टर को ज्ञापन सौंपा। पार्टी का कहना है कि जिले में नेशनल

■ संबंधित विभाग के दोषी अधिकारियों पर कड़ी कार्रवाई करने की मांग भी पार्टी ने की

हाईवे और प्रमुख मार्गों पर दिन-रात मवेशियों का जमावड़ा लगा रहता है, जिससे आए दिन सड़क हादसे हो रहे हैं।

कई लोगों की जान जा चुकी है और अनेक लोग घायल हो चुके हैं, बावजूद इसके प्रशासन की ओर से कोई ठोस कार्रवाई नहीं की जा रही है। नेशनल

हाईवे सहित जिले की प्रमुख सड़कों पर आवारा मवेशियों के जमावड़े से लगातार सड़क दुर्घटनाएं हो रही हैं। किसानों की फसलों को भी इससे भारी नुकसान हो रहा है। आम आदमी पार्टी ने मांग करते

उच्च न्यायालय भी कर चुका टिप्पणी

पार्टी सदस्यों ने कहा, सर्वोच्च न्यायालय द्वारा भी इस विषय पर फैसला देना पड़ेगा। यदि सरकार को पता है कि यह मामला गंभीर है तो उसे इसे जल्द से जल्द खत्म करने में मदद करनी चाहिए। यदि सरकार को पता है कि यह मामला गंभीर है तो उसे इसे जल्द से जल्द खत्म करने में मदद करनी चाहिए। यदि सरकार को पता है कि यह मामला गंभीर है तो उसे इसे जल्द से जल्द खत्म करने में मदद करनी चाहिए।



हुए कहा, नेशनल हाईवे एवं प्रमुख सड़कों से तत्काल मवेशियों को हटाने के लिए विशेष अभियान चलाया जाए। नगर पालिका एवं नगर पंचायत स्तर पर मवेशियों के लिए समुचित गोशालाओं व आश्रय स्थलों की व्यवस्था सुनिश्चित की जाए। इसके अलावा अवारा मवेशियों, ब्लैक स्पॉट व घटिया मुँस से हुए गड़बड़े के कारण हो रही सड़क दुर्घटनाओं के लिए जावबदाही तय करते हुए संबंधित विभाग के दोषी अधिकारियों पर कड़ी कार्रवाई करने की मांग भी पार्टी ने की है।

संत गुरु रविदास की जयंती मनाने भाजपा पार्षद दल की बैठक

हरिभूमि न्यूज ►► रायपुर

भारतीय जनता पार्टी जिला रायपुर द्वारा एकात्म परिसर स्थित जिला कार्यालय में गुक्वार को संत शिरोमणि गुरु रविदास की 650वीं जयंती के उपलक्ष्य में आयोजित होने वाले कार्यक्रमों की रूपरेखा एवं तैयारियों को लेकर रायपुर नगर निगम भाजपा पार्श्व दल की महत्वपूर्ण बैठक आयोजित की गई।

बैठक को संबोधित करते हुए कार्यक्रम के प्रदेश संयोजक एवं भाजपा प्रदेश महामंत्री अखिलेश सोनी ने बताया कि संत गुरु रविदास की जयंती के



अवसर पर प्रदेशभर में विविध कार्यक्रम आयोजिततकिए जाएंगे, जो 20 फरवरी तक होगा। उन्होंने कहलशश कि 31 जुलाई को आयोजित होने वाली कलशश यात्रा तथा 4 अगस्त को पंडित दीनदयाल उपाध्याययम ऑडिटोरियम में आयोजित समस्त जिलों के लिए

कलश वितरण कार्यक्रम को सफल बनाने पार्षद दल समाज के सभी वर्गों के लोगों को आमंत्रित कर उनकी सहभागिता सुनिश्चित करे। श्री सोनी ने सभी जनप्रतिनिधियों एवं कार्यकर्ताओं से आह्वान किया कि वे संत रविदास के समस्तअस, दमनता एवं सामाजिक संश्लव के संदेश को जन-जन तक पहुंचाने के लिए सक्रिय भूमिका निभाएं। बैठक में वरिष्ठ भाजपा नेता शंकरलाल अग्रवाल, रायपुर नगर निगम महापौर मोनल चौबे, नगर निगम पार्षद सूर्यकांत राठौर, भाजपा पार्षद दल के सचेतक आशु चंद्रवंशी सहितपार्षदगण एवं एलडरमैन उपस्थित रहे।

आवश्यकता है



ਡਾइਵਰ - 1

**कुशल ड्राइवर (ऑटोमेटिक गाड़ी चलाने में सक्षम)
इच्छुक व्यक्ति बायोडेटा एवं
ड्राइविंग लाइसेंस के साथ संपर्क करें
समय : सुबह 10 से शाम 6 बजे**

एच.आर. विभाग

हरिभूमि inb पजारी पार्क के सामने, टिकरापारा, रायपुर

[illegible]

लाइव इवेंट

इसरो में साइंटिस्ट और इंजीनियर के पदों पर निकली भर्ती, 17 अगस्त तक मौका



आवेदन शुल्क 250 रुपए निर्धारित

साइंटिस्ट एवं इंजीनियर के पदों पर आवेदन करने के लिए उम्मीदवारों को रजिस्ट्रेशन फीस का भुगतान करना अनिवार्य है। अनारक्षित वर्ग के उम्मीदवारों के लिए आवेदन शुल्क 250 रुपये निर्धारित है। इसके अलावा, महिला, एससी एवं एसटी व दिव्यांग वर्ग के उम्मीदवारों को आवेदन शुल्क में छूट दी गई है। इस पद पर चयनित किए गए उम्मीदवारों को प्रतिमाह \$6,100 रुपये प्रदान किया जाएगा। इसरो में साइंटिस्ट और इंजीनियर के पदों पर भर्ती की जा रही है। उम्मीदवारों की सहायता के लिए यहां ऑनलाइन आवेदन करने के निम्नलिखित स्टेप्स बताए गए हैं। उम्मीदवार इन स्टेप्स को फॉलो करके आवेदन प्रक्रिया को पूरा कर सकते हैं।

रायपुर। रायपुर भारतीय अंतरिक्ष अनुसंधान संगठन में बतौर साइंटिस्ट एवं इंजीनियर के पदों पर सरकारी नौकरी का सपना देखने वाले उम्मीदवारों के लिए एक बड़ी खुशखबरी है। इसरो में साइंटिस्ट एवं इंजीनियर के पदों पर भर्ती के लिए नोटिफिकेशन जारी किया गया है। इस भर्ती अभियान के जरिये इसरो में कुल 92 पदों पर भर्ती की जाएगी। इन पदों पर आवेदन करने की लास्ट डेट 17 अगस्त, 2026 निर्धारित की गई है। साइंटिस्ट एवं इंजीनियर के पदों पर आवेदन करने के लिए उम्मीदवारों के पास भारत के किसी मान्यत प्राप्त संस्थान से बीई, बीटेक या अन्य निर्धारित पात्रताएं होनी चाहिए। इस भर्ती के लिए वे उम्मीदवार आवेदन करने के पात्र होंगे। जिनके पास गेट परीक्षा का स्कोरकार्ड है। उम्मीदवारों की आयु-की गणना 17 अगस्त, 2026 के आधार पर की जाएगी। आवेदन करने के लिए उम्मीदवारों की आयु 28 वर्ष निर्धारित की गई है। आरक्षित वर्ग के उम्मीदवारों को आयु-सीमा में छूट भी दी जाएगी।

एनटीए ने निकाली यंग प्रोफेशनल पदों पर भर्ती

नेशनल टैस्टिंग एजेंसी की ओर से यंग प्रोफेशनल पदों पर भर्ती निकाली गई है। नोटिफिकेशन के मुताबिक इस भर्ती के लिए आवेदन प्रक्रिया 25 जुलाई से स्टार्ट हो गई है। फॉर्म अधिसूचना जारी होने के 30 दिनों के अंदर जमा किया जा सकता है। आपको बता दें कि इस भर्ती में आवेदन E-mail द्वारा किया जा सकता है। फॉर्म के साथ सभी आवश्यक दस्तावेजों को ईमेल आईडी **dir-admin1@nta.gov.in** पर भेजना होगा।

सिटी इवेंट

दिव्यांगजनों के सशक्तिकरण की पहल एनआईटी में जागरूकता कार्यक्रम



रायपुर। राष्ट्रीय प्रौद्योगिकी संस्थान में गुरुवार से दिव्यांगजनों के लिए दो दिवसीय जागरूकता कार्यक्रम का शुभारंभ हुआ। कार्यक्रम का उद्देश्य दिव्यांगजनों को उनके अधिकारों, सरकारी कल्याणकारी योजनाओं,



रक्षा और उन्हें सुगम वातावरण उपलब्ध कराने के लिए प्रतिबद्ध है। उन्होंने बताया कि एनआईटी परिसर में दिव्यांगजनों के लिए सुगम अधोसंरचना विकसित की गई है। उन्होंने कार्यक्रम की थीम 'एम्पावरिंग एंबिलिटीज' की सराहना करते हुए कहा कि समाज को दिव्यांगता को सीमा नहीं, बल्कि क्षमता के अलग स्वरूप के रूप में स्वीकार करना चाहिए। विशिष्ट अतिथि एवं नेशनल करियर सर्विस सेंटर फॉर डिफरेंसली एबलड के सहायक निदेशक (रोजगार) डॉ. सुरेश कुमार कुशवाह ने कहा कि दिव्यांगजनों के प्रति समाज का दृष्टिकोण अब दया से अधिकार और समान अवसर की ओर बढ़ रहा है। उन्होंने प्रतिभागियों को अपनी क्षमताओं को पहचानकर समाज और राष्ट्र के विकास में योगदान देने के लिए प्रेरित किया।

चुनौती व्यक्ति की शारीरिक स्थिति नहीं

कार्यक्रम के समन्वयक डॉ. बुनिल कुमार बलाबारे ने स्वागत भाषण में कहा कि समावेशिता, गरिमा और समान अवसर प्रत्येक व्यक्ति का अधिकार है। वहीं कुलसचिव डॉ. नरेंद्र डी. लोटे ने दिव्यांगजनों के लिए जागरूकता कार्यक्रमों की आवश्यकता पर बल देते हुए प्रतिभागियों का स्वागत किया। उद्घाटन सत्र का समापन डॉ. सत्य ईश्वरी जुजावतपु के धन्यवाद भाषण के साथ हुआ। उद्घाटन के बाद आयोजित तकनीकी सत्र में डॉ. रमणा राव ने दिव्यांगता के मेडिकल और सोशल मॉडल के बीच अंतर स्पष्ट करते हुए कहा कि वास्तविक चुनौती व्यक्ति की शारीरिक स्थिति नहीं, बल्कि समाज और अधोसंरचना में मौजूद बाधाएं हैं। उन्होंने संयुक्त राष्ट्र के यूएनसीआरपीडी और दिव्यांगजन अधिकार अधिनियम-2016 के प्रमुख प्रावधानों की जानकारी देते हुए गैर-भेदभाव, सुगमता, समावेशिता, शिक्षा, रोजगार और सरकारी नौकरियों में चार प्रतिशत आरक्षण जैसे प्रावधानों पर विस्तार से चर्चा की।

राजधानी के पुलिस परेड ग्राउंड में 80वें स्वतंत्रता दिवस की तैयारी शुरू

स्वतंत्रता समारोह की तैयारी में जुटे जवान, घुड़सवारी डॉग स्क्वाड दल के हैरतअंगेज करतब होंगे आकर्षण



रायपुर। इसके साथ ही कांग्रेस जिले से सेना का स्पेशल घुड़सवारी दल और राज्य की स्पेशल डॉग स्क्वाड दल के हैरतअंगेज करतब परेड में उपस्थित नागरिक को रोमांचित करेगा। राजधानी रायपुर के पुलिस ग्राउंड में स्वतंत्रता दिवस परेड की व्यवस्था प्रभारियों ने बताया कि समारोह में अलग-अलग फोर्स के जवान प्रतिनिधित्व कर रहे हैं। पुलिस जवानों के कदमताल के अलावा स्कूली बच्चों की रंगारंग सांस्कृतिक कार्यक्रमों की भी प्रस्तुतियां होंगी, जो दर्शकों के लिए आकर्षण का केंद्र रहेगा। इस तरह से 80 वां स्वतंत्रता दिवस को हार्षोल्लास व शान से मनाने के लिए जिला प्रशासन व पुलिस विभाग द्वारा पुलिस परेड ग्राउंड में जोर-शोर से तैयारी की जा रही है। घुड़सवारी व डॉग स्क्वाड दल 2 अगस्त से शामिल होंगे।



देशभक्ति से ओतप्रोत सांस्कृतिक प्रस्तुति

स्वतंत्रता दिवस पर्व को लेकर छात्र-छात्राओं द्वारा देशभक्ति आधारित समूह-नृत्य एवं गायन प्रस्तुत किए जाएंगे। स्कूली बच्चों के कार्यक्रमों के लिए स्कूल शिक्षा विभाग द्वारा जूरी का गठन किया जाएगा और कार्यक्रम स्थल पर ही पुरस्कार वितरण होगा। कलेक्टर, पुलिस अधीक्षक एवं नगर निगम आयुक्त रायपुर को स्वतंत्रता दिवस मुख्य समारोह व्यवस्था के संबंध में कई महत्वपूर्ण जिम्मेदारियां सौंपी गई हैं।



विभाग करेंगे पदक वितरण

समारोह में स्वतंत्रता संग्राम सेनानियों एवं नक्सली हिंसा में शहीद हुए जवानों के परिजन सम्मानपूर्वक आमंत्रित रहेंगे। वहीं विभिन्न विभागों द्वारा पदक व पुरस्कार वितरित किए जाएंगे। स्वतंत्रता दिवस को लेकर मिनिट टू मिनिट कार्यक्रम निर्धारित किया गया है। सुबह 9 बजे से समारोह प्रारंभ होगा, जो दोपहर 1 बजे तक चलेगा।

फेस्टिवल फैशन में डिजाइनर साड़ियां और गोटा-पत्ती वर्क वाले अनारकली सूट बन रहे गर्ल्स-युमन्स की पहली पसंद

रायपुर। सिटी यूथ में मानसून और फेस्टिव वियर फैशन स्टाइल का जबर्दस्त क्रेज देखने को मिल रहा है। शहर के फैशन हाउसेस व कपड़ा बाजार में सीजनल फैशन वियर्स की भारी डिमांड हो रही है। इस सीजन में गर्ल्स के बीच सबसे अधिक ट्रेंडी वियर्स में कॉर्ड सेट, हैंडक्रॉफ्टेड एथनिक वियर और पेस्टल शेड्स के कुर्ती सेट शामिल है। प्रमुख फैशन ट्रेंड्सकॉर्ड सेट और कैजुअल वियर में मॉडर्न और आरामदायक लुक के लिए प्रीमियम एम्ब्रॉयडरी वाले कॉर्ड सेट और लाइटवेट ट्रेंडी आउटफिट्स कॉलेज जाने वाली लड़कियों और वर्किंग महिलाओं की पहली पसंद बने हुए हैं। फेस्टिव और ट्रेडिशनल वियर की बात करें तो हरियाली तीज और रक्षाबंधन को ध्यान में रखते हुए पारंपरिक कारीगरी, हल्के



लहंगे, डिजाइनर साड़ियां और गोटा-पत्ती वर्क वाले अनारकली सूट बाजारों में छाए हुए हैं। पेस्टल और फ्लोरल डिजाइन में मानसून सीजन के लिए आरामदायक फैब्रिक पर सॉफ्ट पेस्टल कलर्स जैसे टील ब्लू, मिंट ग्रीन, पीच और फ्लोरल प्रिंट काफी

पसंद किए जा रहे हैं। शहर के फैशन बाजारों में मानसून और आगामी त्योहारों का नया स्टॉक आ चुका है। मुख्य शॉपिंग डेस्टिनेशंस में पंडरी मार्केट और मालवीय रोड फैशन हाउसेस में खरीदारी करने लोग पहुंच रहे हैं।

मौसम के अनुकूल फैशन वियर्स कलेक्शन

शहर के होटलों में सीजन के अनुरूप फैशन लाइफस्टाइल एग्जीबिशन भी शुरू हो चुके हैं। जहां की विशेष फैशन प्रदर्शनियों में डिजाइनर ड्रेसिंग और हैंडक्रॉफ्टेड फैशन की धूम है। इन जगहों पर गर्ल्स-वॉयज, युमन्स खास मौके जैसे तीज-त्योहार या कैजुअल वियर के लिए आउटफिट दृढ़ रहे हैं। फैशन लाइफस्टाइल का अहम हिस्सा है, जिसको लेकर हर सीजन में लोग अपने पसंद व मौसम के अनुकूल फैशन वियर्स सलेक्ट कर रहे हैं।

सावन के रंग सीता के संग कार्यक्रम कल

रायपुर। मारुति मंगलम गुडियारी में 1 अगस्त को सावन के रंग सीता के संग कार्यक्रम का आयोजन किया जा रहा है। आयोजक सिनी श्रीकुमार एवं ममता टावरी ने बताया कि कार्यक्रम का उद्घाटन वन बंधु परिषद की मीडिया प्रभारी कविता राठी द्वारा किया जाएगा। आयोजक ममता टावरी ने बताया कि यह शहरवासियों के एक दिवसीय मेगा प्रदर्शनी सहित मस्ती और मनोरंजन का केंद्र बनेगा। इस दौरान बड़ी संख्या में लघु उद्योग संचालित करने वाली महिलाओं द्वारा डिजाइनर राखियां, लहंगे, साड़ी, ज्वेलरी सहित कान्हा पोशाक, मिठाई और गिफ्ट का शानदार कलेक्शन प्रस्तुत किया जाएगा। इसके साथ ही बच्चों के लिए ड्रॉइंग प्रतियोगिता एवं निशुल्क तंबोला गेम आयोजित किया जा रहा है। आयोजक सिनी श्रीकुमार ने बताया कि कार्यक्रम से एकत्रित होने वाली राशि का उपयोग जरूरतमंद बच्चों की शिक्षा के लिए किया जाएगा। संस्था का उद्देश्य शिक्षा में बच्चों की मदद कर समाजसेवा का एक सार्थक प्रयास करना है।

गुडियारी में महिलाओं का मेगा मेला

ब्राइट फाउंडेशन एवं रोटरी क्लब ऑफ रायपुर के मंच से 101 लोगों ने किया अंगदान की घोषणा

युवाओं में देहदान को लेकर बढ़ी जागरूकता 18 से लेकर 25 साल तक के डोनेर आ रहे आगे

कार्नर न्यूज

रायपुर। ह्यमन आर्गन डोनेशन को लेकर खासकर युवाओं में जागरूकता देखने को मिल रही है। शहर के 18 से 25 साल के युवा इस पुनीत कार्य के लिए आगे आ रहे हैं। युवा से लेकर बुजुर्ग तक देहदान के महत्व का समझते हुए डोनेशन का संकल्प ले रहे हैं। वहीं देहदान को लेकर लोग को प्रेरित व जागरूक करने कई सामाजिक संगठन व चिकित्सा संस्थान भी इसमें अपना योगदान निभा रहे हैं। ब्राइट फाउंडेशन निभा रहे हैं। ब्राइट फाउंडेशन के संयुक्त तत्वावधान में 101 लोगों ने अंगदान का संकल्प लिया है। इसमें युवा से लेकर बुजुर्ग सभी वर्ग के लोग शामिल हैं। ब्राइट फाउंडेशन के अध्यक्ष प्रदीप गोविंद शित्तू ने बताया, शहर में देहदान को लेकर पिछले 10 सालों में लोगों में काफी जागरूकता देखने को मिली है। इसमें युवाओं की संख्या



लगातार बढ़ती जा रही है। इनमें कॉलेज स्टूडेंट्स सबसे आगे हैं। इस पहल से चिकित्सा के क्षेत्र में भविष्य के डॉक्टरों को अध्ययन एवं अनुसंधान हेतु सहयोग प्राप्त होगा। वहीं एक व्यक्ति के नेत्रदान से दो व्यक्तियों के अंधेरे जीवन में रोशनी आएगी। रोटरी क्लब की अध्यक्ष डॉ. प्रीता लाल ने कहा कि आत्मा अमर है, कुछ भांतियां हैं, जिसे दूर करने की आवश्यकता है। हमें अपनी सोच बदलनी पड़ेगी। मृत्यु के बाद भी हमारा शरीर किसी के काम आ सके, इसके लिए आमजन आगे आना चाहिए।



देहदान की प्रक्रिया व लाभ

शहर के जाने माने चिकित्सक डॉ. मानिक चटर्जी ने देहदान और नेत्रदान की प्रक्रिया व उसके फायदे के बारे में बताते हैं कि दानदाताओं को देते हुए उनके प्रश्नों और जिज्ञासाओं से उनको सरल व सहज शब्दों में अपनी बात रखकर उन्हें जागरूक किया जा सकता है। देहदान व नेत्रदान के लिए कुल 101 दानदाताओं ने घोषणा पत्र प्रस्तुत किए हैं। वह अंगदान के प्रति लोगों में बढ़ी जागरूकता को दर्शाता है और यह समाज के लिए एक अच्छा निर्णय है।

इन्होंने लिया अंगदान का प्रण

शहर के 18 वर्षीय कशिश बोरकर एवं 25 वर्षीय आंचल शर्मा ने अंगदान कर युवाओं को प्रेरित करने का काम किया है। दोनों ही अंग दानदाताओं ने समाज से अंगदान के लिए आगे आने का आव्हान किया है। अनेकों युवा-युवतियों ने अंग दान महादान की संकल्पित हुए हैं। वहीं 77 वर्षीय अरुण देवीकर, 82 वर्षीय नामोवंद मोरयाणी सहित सभी आयु वर्गों के 101 लोगों ने इस महान दान को जागृत करने में दोनों संस्थाओं का सहयोग किया है।

धर्म लाइव

कॉलेज स्टूडेंट्स में मिलेट फूड्स को बढ़ावा देने कैफे की शुरुआत



रायपुर। देवेंद्र नगर स्थित संत गोविंदराम शदाणी शासकीय कला एवं वाणिज्य कन्या महाविद्यालय में मिलेट कैफे शुरू किया गया है। समारोह के मुख्य अतिथि चंद्रहास चंद्राकर ने बताया कि कॉलेज कैफेस में लक्ष्मी मिलेट कैफे का उद्घाटन किया गया है। आज के वातावरण एवं दिनचर्या में फास्ट फूड के अति उपयोग के कारण छोटे-छोटे बच्चों में मोटापा बढ़ रहा है। ऐसे में शारीरिक एवं मानसिक स्वास्थ्य के लिए मिलेट्स के अधिक उपयोग को बढ़ावा देना है। वैश्विक एवं वैज्ञानिक दृष्टिकोण से मिलेट्स देश के उन्नति एवं सभी के स्वास्थ्य के लिए उत्तम है। वहीं कार्यक्रम के अतिथि डॉ. गजेन्द्र चंद्राकर ने बताया कि हमारे पूर्वज श्रीअन्न के उपयोग एवं महत्ता जानते थे एवं उसका उपयोग करते थे। इसके उत्पादन के लिए कम पानी आवश्यकता होती है और स्वास्थ्य के लिए उत्तम है।

मिलेट में छात्राओं को मिलेंगे हेल्दी फूड्स

कार्यक्रम में विशिष्ट अतिथि डॉ. अमिताभ बैनर्जी अपर संचालक उच्च शिक्षा ने विभाग द्वारा इस संदर्भ में किए गए कार्यों की जानकारी देते हुए बताया कि शास्त्रन इसे प्रोत्साहित करने हरसंभव मदद दे रहा है। शताब्दी पांडे ने भी कार्यक्रम की सफलता की कामना करते हुए मिलेट्स के अधिक से अधिक उपयोग के लिए छात्राओं को प्रोत्साहित किया। प्राचार्य डॉ. उषाकिरण अववाल द्वारा इस कार्यक्रम के आयोजन की महत्ता बताते हुए इसके सफल होने की कामना की गई।

धर्म लाइव

तीज महोत्सव, संक्रांति, महिला उत्सव का होगा भव्य आयोजन



रायपुर। महाराष्ट्र मंडल में 17 सक्रिय केंद्रों की सदस्यों ने इस वर्ष की कार्यकारिणी के शपथ ग्रहण के बाद पहली बैठक हुई। जहां महिलाएं ऊर्जा से सराबोर नजर आईं। महिला केंद्रों की ओर से इस वर्ष तीज महोत्सव, संक्रांति, महिला दिवस और महिला उत्सव पर वृहद स्तर पर आयोजन भी किया जाएगा। महिला प्रमुख ने इन चारों बड़े आयोजनों की जिम्मेदारी अलग-अलग महिला केंद्र को दिया। उन्होंने मंडल के नए सदस्य जोड़ने और महाराष्ट्र मंडल को आर्थिक रूप से सुदृढ़ करने की दिशा में काम करने की बात भी सभी महिला सदस्यों से की है। महिला प्रमुख विशाखा तोपखानेवाले ने सभी केंद्रों की संयोजिका और सह संयोजिकाओं से कहा कि सभी अपने केंद्रों में प्रत्येक रविवार को बाल संस्कार शिविर लगाएं।

अलग-अलग महिला केंद्रों को दिया दायित्व

प्रत्येक शनिवार को रामरक्षा स्त्रोत और हनुमान चालीसा का पाठ नियमित रूप से करें। उन्होंने सभी से अपने-अपने केंद्र के वरिष्ठजनों के सम्मान में अपनी भागीदारी सुनिश्चित करने का आग्रह किया। उन्होंने सभी से कहा कि प्रत्येक माह होने वाली केंद्रों की बैठक की संपूर्ण जानकारी मंडल मुख्यालय में जरूर दें। तीज महोत्सव, मकर संक्रांति, महिला दिवस और महिला उत्सव पर बड़े आयोजन किए जाएंगे। इसके लिए तीज महोत्सव की जिम्मेदारी वल्लभ नगर, सिविल लाइन, अमलीडीह, बुढ़ापारा और तात्यापारा केंद्र की महिलाओं को संयुक्त रूप से दी गई है। वहीं संक्रांति के आयोजन की जिम्मेदारी टाटीबंध, सरोना, कोटा और चौबे कालोनी केंद्र को दी गई है।

समाज इवेंट

एआई के जमाने में विद्यार्थी स्वयं बेहतर भविष्य तय करें



रायपुर। महंत लक्ष्मीनारायण दास महाविद्यालय में नवप्रवेशित विद्यार्थियों के स्वागत व उन्हें महाविद्यालयीन जीवन, शैक्षणिक वातावरण और संस्थान की गतिविधियों से परिचित कराने के उद्देश्य से दीक्षारम्भ-2026 कार्यक्रम का आयोजन उत्साह एवं गरिमापूर्ण वातावरण में किया गया। कार्यक्रम में नवप्रवेशित विद्यार्थियों ने उत्साहपूर्वक सहभागिता की। कार्यक्रम के मुख्य अतिथि रजत बंसल, विशेष सचिव, मुख्यमंत्री सचिवालय रहे। कार्यक्रम की अध्यक्षता प्रमोद दुबे, पूर्व महापौर, सभापति एवं समाजसेवी ने की। कार्यक्रम को संबोधित करते हुए मुख्य अतिथि

श्री बंसल ने विद्यार्थियों को शुभकामनाएं देते हुए कहा कि महाविद्यालयीन जीवन विद्यार्थियों के व्यक्तित्व निर्माण और भविष्य की दिशा निर्धारित करने का महत्वपूर्ण चरण है। उन्होंने विद्यार्थियों से अपने लक्ष्य के प्रति समर्पित रहते हुए निरंतर सीखने, समय का सदुपयोग करने तथा समाज एवं राष्ट्र के विकास में अपनी सक्रिय भूमिका निभाने का आह्वान किया। इस अवसर पर महाविद्यालय के प्राचार्य डॉ. देवाशोष मुखर्जी ने अपने उद्बोधन में नवप्रवेशित विद्यार्थियों का स्वागत करते हुए कहा कि महाविद्यालय में प्रवेश विद्यार्थियों के जीवन की एक नई और महत्वपूर्ण यात्रा का शुभारंभ है।

● श्रावण मास के पहले दिन शिवधाम में उमड़ा भक्तों का सैलाब, महादेवघाट में उल्लास का माहौल

आस्था में रमे भक्तों ने पूजा-अर्चना और अभिषेक से किया सावन का स्वागत, खारुन तट पर जमे सैलानी

पवित्र श्रावण मास का पहला दिन गुरुवार से शुरू हुआ। इसके चलते पहले दिन से महादेवघाट स्थित भगवान हाटकेश्वर नाथ सहित सभी शिव मंदिरों में सुबह से ही भक्तों की भीड़ रही। खारुन को जलप्रवाह से सराबोर होते निहारने के लिए पहुंचे सैलानियों की वजह से मेले जैसा माहौल बन गया। लोगों ने परिवार के साथ हर हर महादेव और बोल बम का जयघोष करते हुए मंदिर में पहले आस्था अर्पित की। जगह-जगह महादेव का अभिषेक किया गया। भगवान शिव को जल, दूध, बेलपत्र, धतूरा और फूल अर्पित करते हुए सुख-शांति की कामना करने के लिए शिवधाम पहुंचे।



इन मंदिरों में भक्तों की दिनभर रही आवाजाही

मठपारा स्थित श्री नीलकण्ठेश्वर महादेव, रावामाठा स्थित बंजारेश्वर महादेव सहित बुटेश्वर महादेव मंदिर में भक्तों का उत्साह ज्यादा देखने को मिला। श्रद्धालुओं ने सुबह से ही भगवान महादेव की आस्था के लिए तय पवित्र महीने का स्वागत भक्ति-भाव से किया। सावन में अभिषेक करने का संकल्प लेने वाले लोगों ने भी आगामी दिनों और सोमवार को रहने वाली भीड़ को देखते हुए भोलेनाथ का पहले दिन ही अभिषेक और हवन करते हुए पुण्य अर्जित किया। श्रद्धालुओं का सहयोग करने के लिए पुजारी और कार्यकर्ता भी मौजूद थे।

धर्म प्रचार प्रकोष्ठ ने किया सामूहिक पूजन



श्रावण मास के पहले दिन देवांगन समाज के धर्म प्रचार प्रकोष्ठ द्वारा बुधवारी बाजार के पास स्थित भगवान भोलनाथ के मंदिर में प्रदेश की सुख, समृद्धि, शांति और खुशहाली के लिए भगवान शिव का विशेष पूजन किया। प्रकोष्ठ के प्रदेश अध्यक्ष भीरखम लाल देवांगन ने बताया कि वैदिक मंत्रोच्चार के साथ भगवान भोलेनाथ का अभिषेक किया गया। इसके बाद 108 बेलपत्र अर्पित करते हुए प्रदेश में अच्छी बारिश, किसानों की समृद्धि और प्रदेशवासियों के उत्तम स्वास्थ्य के लिए प्रार्थना की गई। इस महीने की गई पूजा से मनोकामना पूर्ण होते हैं। इस अवसर पर भारी संख्या में भक्तों की उपस्थिति रही। सभी ने पवित्र महीने के पहले दिन पूजन करते हुए पुण्य लाभ प्राप्त किया।

1100 पार्थिव शिवलिंगों का शिवरुद्र अभिषेक



अश्विनी विग ने बताया कि पहले दिन मुख्य यजमान के रूप में महेश देवांगन ने परिवार के साथ शिव पूजन एवं आहुति दी। इस धार्मिक आयोजन में बड़ी संख्या में श्रद्धालुओं ने भाग लिया। सुबह से दोपहर तक शिवजी का आशीर्वाद लेने भीड़ उमड़ी।

बहमलोक आश्रम परसदा में वैदिक मंत्रोच्चार के साथ 1100 पार्थिव शिवलिंगों का शिवरुद्र अभिषेक किया गया। इससे आश्रम परिसर में सुबह से भक्तों की भीड़ उमड़ी। वैदिक ब्राह्मणों द्वारा रुद्राभिषेक, शिव पूजन एवं हवन विधान कराया गया। 1100 पार्थिव शिवलिंगों का जल, दूध, दही, घी, शहद एवं बेलपत्र से अभिषेक किया गया। इससे वातावरण में ओम नमः शिवाय के जयकारे गूंजते रहे। मीडिया प्रभारी

भौंरा, गेड़ी और गिल्ली-डंडा बांटी से सजाया सावन मड़ई



रायपुर। सांस्कृतिक विवेकानंद उत्कर्ष परिषद ने पारंपरिक अंदाज में 14वें वर्ष भी सावन के पहले दिन “सावन मड़ई” का आयोजन गुरुवार को शाम 4 से 6 बजे तक अभिनंदन पैलेस में किया। इसमें छत्तीसगढ़ की संस्कृति, परंपरा एवं सावन की लोक-सांस्कृतिक विरासत को विविध प्रस्तुतियों के माध्यम से प्रदर्शित किया। परिषद की अध्यक्ष एवं मनोवैज्ञानिक दीपति दुबे ने बताया कि इस आयोजन का उद्देश्य छत्तीसगढ़ की सांस्कृतिक धरोहर, लोक परंपराओं एवं सावन उत्सव की समृद्ध विरासत को लोगों तक पहुंचाना, समाज में सांस्कृतिक मूल्यों को सशक्त बनाना है। इसे आगे बढ़ाते हुए महिलाओं ने पारंपरिक खेल भौंरा, बांटी, गिल्ली-डंडा, गेड़ी के साथ ही रस्सीकूद, खो-खो खेलते हुए जहां बचपन की यादों को ताजा किया और परंपराओं को जीवत करने का प्रयास किया।



महिलाओं में उत्साह का माहौल

महिलाओं ने आयोजन के दौरान एक प्रतिभागी की तरह ही जीतने के लिए हर वह प्रयास किया, जिसे हम बचपन में खेलते समय जीतने के लिए करते थे। गेड़ी चढ़ने के लिए भी महिलाओं में उत्साह देखने को मिला। बांटी खेलते हुए उन्होंने बाजी मारने के लिए निशानवी की तरह प्रतिद्वंद्वी को बांटी पर निशाना लगाया। भौंरा खेलने का अंदाज भी बचपन वाला ही नजर आया। जमीन पर भौंरे को पटकने के बाद नेती के सहारे उसे हथेली पर लेने का प्रयास किया। रस्सीकूद में भी सभी ने बारी-बारी से जोर आजमाते हुए पुरानी यादें साझा कीं।



गायत्री शक्तिपीठ में श्रद्धा भक्ति से किया व्यास पूजन

रायपुर। गायत्री परिवार की विशिष्ट परंपरा के अनुरूप समता कॉलोनी एवं दावड़ा कॉलोनी स्थित गायत्री शक्तिपीठ के साथ ही तेलीबांधा, कुशालपुर, संतोषी नगर, टाटीबंध, कोटा, खमतराई, राजातालाब, बोरियाखुर्द स्थित प्रज्ञापीठ और प्रज्ञा मंडलों में व्यास पूजन एवं यज्ञ किया गया। समता कॉलोनी कालोनी में दो दिवसीय व्यास पूजा महोत्सव का आयोजन किया गया। परिवार के मीडिया प्रभारी प्रज्ञा प्रकाश निगम ने बताया कि इसके चलते दो दिनों तक महोत्सव का माहौल रहा। इसमें सैकड़ों श्रद्धालुओं ने शामिल होकर अपने गुरु के प्रति भी श्रद्धा व्यक्त की। गायत्री परिवार के संस्थापक युगत्रिषि पं. श्रीराम शर्माजी आचार्य, माता भगवती देवी शर्मा के विचारों को आत्मसात किया। परिवार की जोन समन्वयक आदर्श वर्मा एवं गायत्री शक्तिपीठ समता कॉलोनी के मुख्य प्रबंध ट्रस्टी श्याम बैस ने बताया कि गायत्री परिवार में व्यासजी की पूजा-अर्चना का पर्व नहीं, बल्कि यह आत्म-परिशोध, स्वाध्याय और युग निर्माण के संकरूप को आगे बढ़ाने का महापर्व है।

वैदिक मंत्रोच्चार के साथ अन्नप्राशन संस्कार

महोत्सव में पांच कुण्डीय गायत्री महायज्ञ एवं गुरु चरण पादुका पूजन में श्रद्धालुओं ने बद्ध-चढ़कर भाग लिया। इस दौरान नए शिष्य के रूप में लोगों ने गुरुदीक्षा लेकर आध्यात्मिक जीवन की शुरुआत की। यज्ञ के दौरान विशेष रूप से विद्यारंभ संस्कार के साथ ही पुसवन, अन्नप्राशन, संस्कार वैदिक मंत्रोच्चार के साथ किए गए। इस गरिमामय आयोजन में प्रमुख रूप से गायत्री शक्तिपीठ समता कॉलोनी एवं दावड़ा कॉलोनी के ट्रस्टी एवं वरिष्ठ परिजन सदाशिव हथमल, हनुमान प्रसाद अगवाल, दीनानाथ शर्मा शामिल हुए। शैलेष वर्मा एवं राजेंद्र स्वर्णकार, सुखदेव देवांगन, पीताम्बर साहू, सोपी साहू, लक्ष्मराम निषाद, आशीष राय, अमित डोये, ज्योति दावड़ा, साधना काले ने व्यवस्था की जिम्मेदारी संभाली।

चातुर्मास के तहत तप, साधना और धर्म आराधना के आयोजनों में उमड़ रही श्रद्धालुओं की आस्था

श्री विमलनाथ जैन मंदिर में होगा 25 उपवास और 9 ब्यासना के साथ 34 दिवसीय निगोद निवारण तप

कार्नर न्यूज

रायपुर। श्री विमलनाथ जैन मंदिर ट्रस्ट व अद्भुत अनुपम आध्यात्मिक चातुर्मास समिति के तत्वावधान में निगोद निवारण तप का आयोजन किया जा रहा है। यह तप 2 अगस्त 2026 से नाकोड़ा भैरव सोसाइटी में सिद्धांत ज्योति महाराज साहेब के सानिध्य में प्रारंभ होगा। समिति के अनुसार इस तप के लिए बड़ी संख्या में श्रद्धालुओं ने अपना नाम दर्ज कराया है। 34 दिन की इस तपस्या में 25 दिन उपवास और 9 दिन ब्यासना होगी। ब्यासना की व्यवस्था चातुर्मास समिति द्वारा श्री हिरसूरी भवन में की जाएगी। निगोद निवारण तप में साधक विभिन्न प्रकार के कष्ट सहकर आत्मशुद्धि करते हैं। तप समिति में शरद जी शाह अध्यक्ष तथा हर्ष वैद्य सहित अन्य सदस्य शामिल हैं। उक्त जानकारी समिति के कार्यकारी अध्यक्ष रवि डोसी एवं ललित सेठिया ने दी।



1 अगस्त से 48 दिवसीय श्री सन्नेद शिखर तप

आरम उत्क्रांति आध्यात्मिक चातुर्मास-2026 के अंतर्गत श्री जिनकुशलसूरि जैन दादाबाड़ी में विश्व शांति, सद्भाव और जनकल्याण की कामना के साथ श्रद्धालुओं ने सामूहिक रूप से नवकार मंत्र का जाप किया। इस अवसर पर श्रद्धालुओं से आगामी 48 दिवसीय श्री सन्नेद शिखर तप में सहभागी बनने का आह्वान भी किया गया। श्री ऋषभदेव मंदिर ट्रस्ट, रायपुर के तत्वावधान में 1 अगस्त से 18 सितंबर 2026 तक आयोजित होने वाला यह विशेष तप केवलधाम तीर्थ प्रेरिका निपुणा श्रीजी की विदूषी शिष्या एवं प्रवचन प्रभाविका मंजुला श्रीजी के पावन सानिध्य में संपन्न होगा।

मनुष्य जीवन को धर्म, सेवा और सदाचार से बनाएं सार्थक

श्री विमलनाथ जैन मंदिर ट्रस्ट, एवं अद्भुत अनुपम आध्यात्मिक चातुर्मास समिति के तत्वावधान में गुरुवार को आयोजित चातुर्मास व्याख्यान में साध्वी मंगवंत पुरुषा सिद्धांत ज्योति जी म.सा. ने मानव जीवन की दुर्लभता, धर्म साधना और आत्मकल्याण के महत्व पर प्रेरणादायी प्रवचन दिया। अपने उद्बोधन में पुरुषा सिद्धांत ज्योति जी म.सा. ने कहा कि जिस प्रकार कोई अज्ञानी व्यक्ति चित्तमणि रत्न को साधारण पत्थर समझकर त्याग देता है, उसी प्रकार अनेक लोग दुर्लभ मनुष्य जीवन का महत्व समझे बिना उसे केवल खाने-पीने, सोने और आपसी विवादों में व्यर्थ गंवा देते हैं। उन्होंने कहा कि मनुष्य भव अनंत पुण्यों के प्रतिफलस्वरूप प्राप्त होता है और इसका उद्देश्य धर्म साधना, सेवा, सदाचार, आत्मचिंतन तथा आत्मकल्याण करने के लिए है। उन्होंने कहा कि चातुर्मास आत्मपरिवर्तन, स्वाध्याय, तप, त्याग और आध्यात्मिक उन्नति का स्वर्णिम अवसर है। इस काल में यदि व्यक्ति अपने विचार, व्यवहार और आचरण को धर्ममय बनाता है, तो उसका जीवन सफल, सार्थक एवं कल्याणकारी बन सकता है।

पर्व परम्परा

सावन में हर दिन दीपक जलाने से मिलेंगे अद्भुत लाभ



सावन का महीना लग चुका है और घर में रोजाना दीपक जलाने से वास्तु दोष समाप्त होते हैं। धन, समृद्धि व शांति का वास होता है। साथ ही यह देवी-देवताओं की कृपा पाने का भी सरल माध्यम है। वास्तु और ज्योतिष शास्त्र दोनों ही सावन के दिनों में दीपक जलाने को अत्यंत फलदायी मानते हैं। कहा जाता है कि घर में रोजाना दीपक जलाने से वास्तु दोष समाप्त होते हैं और धन, समृद्धि व शांति का वास होता है। साथ ही यह देवी-देवताओं की कृपा पाने का भी सरल माध्यम है। दीपक जलाने से भगवान शिव और माता पार्वती के साथ पितरों का आशीर्वाद भी प्राप्त होता है।

पांच मुख्य दीपक जलाएं

ज्योतिष विशेषज्ञों की मानें तो सावन के महीने में रोजाना संध्या काल में भगवान शिव के समक्ष पांच मुख वाला दीपक जलाना अत्यंत शुभ होता है। यदि प्रतिदिन यह संभव न हो, तो कम से कम चारों सोमवारों की शाम को यह उपाय अवश्य करें। इससे न सिर्फ आर्थिक समस्याएं दूर होंगी, बल्कि करियर और व्यवसाय में भी वृद्धि देखने को मिलेगी।



ईशान कोण में दीपक जलाएं

वास्तु शास्त्र में उत्तर-पूर्व दिशा (ईशान कोण) को दिव्य शक्तियों का स्थान माना गया है। सावन में इस दिशा में रोजाना दीपक जलाने से भगवान शिव सहित सभी देवी-देवताओं की कृपा मिलती है और पितृदोष भी शांत होता है।

मुख्य द्वार पर चौमुखी दीपक

सावन में घर के मुख्य द्वार पर सुबह और शाम मिट्टी का चौमुखी दीपक जलाना अत्यंत लाभकारी होता है। इससे नकारात्मक ऊर्जा दूर होती है और घर का वातावरण सकारात्मक रहता है। साथ ही यह माता लक्ष्मी के आगमन का भी संकेत माना जाता है। अगर रोजाना नहीं कर पा रहे हैं, तो कम से कम चार सोमवार को यह उपाय जरूर करें।

रसोई में दीपक जलाएं

सावन मास में रोज रसोई घर में घी का दीपक जलाना भी शुभ होता है। रसोई को मां अन्नपूर्णा का स्थान माना गया है। यहां दीपक जलाने से घर में अन्न-धन की कभी कमी नहीं होती और सभी सदस्यों के जीवन में तरक्की आती है। यदि रसोई में कोई वास्तु दोष है, तो वह भी इस उपाय से दूर हो सकता है।



सेहत का खजाना मिलेगा आपको रेनबो डाइट में, इसे अपनाने से पहले जान लें सबकुछ तो मिलेगा फायदा

रोज की भागदौड़ और काम के प्रेशर की वजह से लोगों की शारीरिक और मानसिक सेहत काफी प्रभावित होने लगी है। ऐसे में सही खानपान की मदद से लोग अक्सर खुद को सेहतमंद बनाने की कोशिश करते हैं। स्वस्थ रहने के लिए स्वस्थ आहार का सेवन काफी जरूरी है। ऐसे में अब रेनबो डाइट का चलन ज्यादा बढ़ गया है। स्वस्थ शरीर के लिए स्वस्थ आहार बेहद जरूरी है। रेनबो डाइट आपके शारीरिक और मानसिक स्वास्थ्य के लि फायदेमंद है।

विशेषज्ञ भी लोगों को संतुलित भोजन करने की सलाह देते हैं। शरीर में अच्छे पोषण की कमी से सुस्ती, ऊर्जा की कमी और चिंता महसूस होना आम बात है। हमारे मूड और खाने के लिए बीच गहरा संबंध है। ऐसे में रेनबो डाइट आपके लिए बिल्कुल परफेक्ट साबित होगी।

रेनबो डाइट क्या है?

रेनबो डाइट वह है, जिसमें लाल, पीले, बैंगनी, हरे, नारंगी आदि विभिन्न रंगों के फल और सब्जियां शामिल होती हैं। इस डाइट का मकसद शरीर में कार्ब, ग्लूटन, वसा या मांस को कम करना है, जो अक्सर बीमारी की वजह बनते हैं। इस डाइट में पोषक तत्वों से भरपूर फल और सब्जियां होती हैं, जो सेहत को बेहतर बनाने में मदद करती हैं। साथ ही रेनबो डाइट शरीर



को जरूरी एंटीऑक्सीडेंट और एंटीइंफ्लेमेटरी मॉलिक्यूल्स प्रदान कर करती हैं। इस डाइट में फाइबर की हाई मात्रा होती है, जो पाचन तंत्र के लिए बढ़िया काम कर सकता है और मानसिक स्वास्थ्य सहित आपके पूरे स्वास्थ्य को बेहतर बना सकता है।

रेनबो डाइट में शामिल खाएं ये फल-सब्जियां

अगर आप रेनबो डाइट फॉलो करना चाहते हैं, तो विभिन्न प्रकार की रंगीन सब्जियों और फलों को खाने का लक्ष्य रखें। ये फूड आइटम्स विटामिन, मिनरल्स और एंटीऑक्सीडेंट से भरपूर होते हैं, जो ब्रेन सेल्स को डैमेज से बचाने में मदद करते हैं और संज्ञानात्मक कार्य का समर्थन करते हैं।

पत्तेदार सब्जियां

फ्लोरेट से भरपूर पत्तेदार सब्जियां भी इस डाइट का हिस्सा होती हैं, जो न्यूट्रोटांसमीटर प्रोडक्शन और मूड स्टेबिलिटी के लिए महत्वपूर्ण है।

बेरीज

एंटीऑक्सिडेंट से भरी बेरीज ऑक्सीडेटिव तनाव से बचाते हैं, जो मूड विकारों में योगदान कर सकता है।



नारंगी और पीले फूड्स

शकरकंद, गाजर और शिमला मिर्च जैसे फूड आइटम्स को डाइट में शामिल करें। इनमें बीटा-कैरोटीन और विटामिन सी होता है, जो मस्तिष्क के स्वास्थ्य और प्रतिरक्षा कार्य के लिए फायदेमंद होता है।

बैंगनी फूड आइटम्स

अंगूर, ब्लैकबेरी और प्लम जैसे बैंगनी फल भी रेनबो डाइट में शामिल होते हैं। इनमें एंथोसायनिन होते हैं, जिनमें एंटीइंफ्लेमेटरी और न्यूरोप्रोटेक्टिव इफेक्ट होते हैं।



साबुत अनाज

क्विनोआ, ब्राउन चावल और गेहूं जैसे साबुत अनाज को डाइट में शामिल करें। ये अनाज आपको लगातार ऊर्जा प्रदान करते हैं और बेहतर मूड और कॉग्निटिव फंक्शन से जुड़े होते हैं।

मेवे और बीज

नाश्ते में विभिन्न प्रकार के नट्स और सीड्स जैसे बादाम, अखरोट, चिया बीज और अलसी के बीज खाएं। ये हेल्दी फैट, फाइबर और आवश्यक पोषक तत्व प्रदान करते हैं जो ब्रेन हेल्थ के लिए जरूरी हैं।

मछली, मुर्गी, फलियां और टोफू जैसे लीन प्रोटीन फूड आइटम्स का चयन करें। ये खाद्य पदार्थ अमीनो एसिड प्रदान करते हैं, जो न्यूट्रोटांसमीटर के प्रोडक्शन के लिए आवश्यक हैं।

मूंग दाल से बनाएं बाजार जैसे कुरकुरे गोलगप्पे

सूजी के गोलगप्पे तो आप बाहर से भी खा सकते हैं, लेकिन अगर आप कुछ डिफरेंट ट्राई करना चाहते हैं तो मूंग की दाल के गोलगप्पे ट्राई करें। यकीन मानिए इन गोलगप्पे का स्वाद इतना स्वादिष्ट होता है कि आप बार-बार बनाना पसंद करेंगे। गोलगप्पे इंडिया के सबसे हेल्दी और फेमस स्ट्रीट फूड में से एक हैं। इसे आप घर पर भी बनाकर खा सकते हैं और गोलगप्पे को नया फ्लेवर भी दे सकते हैं। इसे चटपटे पानी के साथ भी आराम से सर्व किया जा सकता है। सबसे पहले एक बाउल में मूंग की दाल का आटा और सूजी डालकर अच्छी तरह से मिला लें। फिर बेकिंग सोडा, घी और 1 चम्मच तेल डालकर मिलाएं। हल्के हाथों से पानी डालते हुए सख्त आटा गूंथ लें और कुछ देकर के लिए आटे को रस्ट करने के लिए रख दें। बेहतर होगा कि आटे को आधे घंटे के लिए गीले कपड़े में लपेटकर रख दें। आधे घंटे बाद हाथों में तेल लगाकर 5 मिनट तक हल्के हाथों से चिकना करें। फिर आटे की हल्के हाथों से लोइयां तैयार करें और हल्के हाथों से दबाकर रोटी की तरह बेल लें। रोटी बेलने के बाद किसी छोटे गिलास से छोटे-छोटे गोलगप्पे तैयार करें। इस दौरान एक कड़ाही में तेल डालकर गर्म करने के लिए रख दें। जब तेल गर्म हो जाए, तब इसमें बेली हुई लोइयां डालकर फ्राई करें। क्रिस्पी होने के बाद एक प्लेट में निकालें और (एसे बनाएं कुरकुरे गोलगप्पे और चटपटा पानी) चटपटे पानी के साथ सर्व करें।



जिला स्तरीय बैडमिंटन स्पर्धा में दूसरे और तीसरे दौर में शानदार मुकाबले

रायपुर। जिला बैडमिंटन संघ की ओर से जिला मिनी जूनियर व जूनियर बैडमिंटन प्रतियोगिता में दूसरे दिन गुरुवार को शानदार मुकाबले हुए। 12 अगस्त तक सप्ते शाला में जारी इस प्रतियोगिता में 11 वर्ष,13 वर्ष व 19 वर्ष आयु समूह बालक/बालिका एकल वर्ग में लगभग 300 बालक-बालिका भाग ले रहे हैं।

उक्त स्पर्धा के आधार पर जिले की मिनी जूनियर व जूनियर बैडमिंटन टीम का गठन किया जाएगा। जो राजनांदगांव में आयोजित जूनियर तथा बिलासपुर में आयोजित मिनी जूनियर राज्य बैडमिंटन स्पर्धा में रायपुर जिले का प्रतिनिधित्व करेंगे।

19 वर्ष आयु समूह बालक एकल द्वितीय दौर में मोहम्मद हस्सान ने होमी सवाई को 15-3,15-6, अर्नव सिंह ने मान मनवानी को 15-1,15-10, मयंक साहू ने पुरब बंछोर को 15-5,15-9, ऋषित कोचर ने हिमांशु राठी को 15-7,15-11 से, वंश सावनकर ने विवान यूके को 13-15,15-10,15-10 से, अयानांश अग्रवाल ने दिव्यांश गुप्ता को 15-4,15-7, सौमेश दास ने पवित्र जैन को 15-8,15-5, काव्य जगवानी ने राजवीर सिंह अजमानी को 15-10,15-9 से, विवान अग्रवाल ने कुंजन सेन को 17-15,15-8 से, वेदांत शिंदे ने अविक् पोरेवाल को 15-7,15-5, अविश सिविश ने ए. अनंत नायडू को 15-3,15-3, सार्थक पुजारा ने अंश मोघे को 15-5,15-2 से, समर्थ सचदेव ने दिव्य कनिया को 15-5,15-7 से, अभिनव अग्रवाल ने धैर्य बैद को 15-6,15-8, विश्वास वाधवानी ने यश पटेल को 15-2,15-8 से, प्रणव पारख ने स्पर्श गुप्ता को 15-9,15-4 से, अरहान खान ने एकलव्य गुप्ता को 15-11,15-8 से, विवान अग्रवाल ने रणवीर सिंह चावला को 15-7,15-6 से, हर्ष देशपांडे ने अजुन शंकर ठाकर को 15-8,15-7 से, दीप पटेल ने आरव बंसिजा को 15-10,15-8 से, हद्योश पटेल ने कृषव भटनागर को 15-9,15-3 से, अभिमन्यु सिंह ने



स्पर्श बुधवानी को 15-8,15-11 से, अभिरूप बनर्जी ने ऋषभ यादव को 15-1,15-8 से, राहुल निर्मलकर ने उज्ज्वल चावड़ा को 15-8,15-7 से, हिमांशु रामचंदानी ने पार्थ पटेल को 15-8,15-10 से हराया।

11 वर्ष आयु समूह बालक एकल तृतीय दौर में उत्कर्ष ढोलकिया ने शौर्य तलरेजा को 15-4,15-7,आरव जैन ने हरथान श्रीवास्तव 15-9,15-12, पार्थ सुंदरानी ने समर संगई को 15-9,15-9 से, अयान अग्रवाल ने रिदम बजाज को 15-11,15-12 से, आइज खान ने शिवांश भवानी को 15-7,15-5 से, परम बजाज ने ओजस सिंह को, 15-5,15-9 से, जियांश आहूजा ने प्रियांश एट्टा को 15-12,15-9, से, अद्विक अग्रवाल ने शाश्वत दुबे को 15-2,15-8 से, आरुष भूमरकर ने अद्वित शर्मा को 15-3,15-6 से, श्रेहान शर्मा ने सायंश मानिक को 17-15,15-5 से, सक्षम अग्रवाल ने कबीर जसवानी को 15-8,15-17,15-8 से, हियांश राणा ने रजवंश ठोकरने को 15-3,15-4 से, पर्व अग्रवाल ने अद्विक अग्रवाल को 15-6,15-12 से, रुद्राब्ध अग्रवाल ने इवान खथुरिया को 15-5,15-2 से, आदित्य चंद्रा ने काव्यांश सिन्हा को 15-10,15-11 से और दर्शिल खोडियार ने वेद कपूर को 15-6,15-6 से हराया।

अच्छी सेहत के लिए व्यायाम करना है एक बेहतर विकल्प

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

नियमित व्यायाम स्वस्थ जीवन का आधार है। यह न केवल शारीरिक स्वास्थ्य को बेहतर बनाता है, बल्कि मानसिक तनाव को कम करने, हृदय रोगों से बचाव और ऊर्जा बढ़ाने में भी मदद करता है। विश्व स्वास्थ्य संगठन और अन्य स्वास्थ्य संगठनों

के दिशानिर्देशों के अनुसार, वयस्कों को सप्ताह में कितनी देर और किस प्रकार का व्यायाम करना चाहिए, यह समझना जरूरी है। विश्व स्वास्थ्य संगठन के अनुसार, 18-64 वर्ष के वयस्कों को सप्ताह में कम से कम 150 मिनट मध्यम तीव्रता (मॉडरेट इंटेंसिटी) वाले एरोबिक व्यायाम करने चाहिए। इसे सप्ताह में 4-5 दिन में बांटा जा सकता है, जैसे रोजाना 30 मिनट तेज टहलना या साइकिलिंग करना। इसके अलावा, सप्ताह में कम से कम 2 दिन



मांसपेशियों को मजबूत करने वाले व्यायाम, जैसे वेट लिफ्टिंग या बॉडी वेट एक्सरसाइज, करनी चाहिए।

ये व्यायाम हृदय स्वास्थ्य, मांसपेशियों की ताकत और हड्डियों को मजबूत करने में मदद करते हैं। विश्व स्वास्थ्य संगठन के अनुसार, एक वयस्क को एक सप्ताह में कम से कम 150 मिनट मध्यम तीव्रता का एरोबिक व्यायाम, या 75 मिनट तेज तीव्रता का व्यायाम करना चाहिए। इसे आप सप्ताह के 4 से 5 दिनों में बांट सकते हैं। व्यायाम के

प्रकार और समयमध्यम व्यायाम: हफ्ते में 150 मिनट (जैसे रोजाना 30 मिनट तेज चलना या साइकिल चलाना)। तेज व्यायाम: हफ्ते में 75 मिनट (जैसे दौड़ना या जोरदार खेल खेलना)।शक्ति वर्धक व्यायाम: हफ्ते में कम से कम 2 दिन मांसपेशियों को मजबूत करने वाले व्यायाम (जैसे पुश-अप्स या वजन उठाना)। नियमित व्यायाम से हृदय रोग, टाइप-2 मधुमेह, और कुछ कैंसर का जोखिम कम होता है। यह रक्तचाप को नियंत्रित करता है।



धन लाभ और घर की समृद्धि चलकर आएगी गेंदा फूल से

पूजा-पाठ के दौरान गेंदे के फूल का इस्तेमाल विशेष रूप से फलदायी माना जाता है और इससे घर की समृद्धि बनी रहती है। ज्योतिष के अनुसार इस फूल को माता लक्ष्मी का प्रिय फूल माना जाता है जो धन को आकर्षित करता है। हिन्दू धर्म में विभिन्न फूल पतियों का अलग महत्व होता है। जिस तरह फूलों को देवी-देवताओं में अर्पित किया जाता है उसी तरह घर की समृद्धि के लिए भी इसके कुछ उपाय आजमाए जा सकते हैं। यही वजह है कि पूजा-पाठ से लेकर सभी तरह के धार्मिक अनुष्ठानों में फूलों का इस्तेमाल जरूर किया जाता है। वैसे तो पूजा-पाठ में कई तरह के फूल शुभ माने जाते हैं, लेकिन गेंदे के फूल का इस्तेमाल सबसे अधिक होता है।

अक्सर आपने देखा होगा कि पूजा या तीज-त्योहारों पर सबसे अधिक गेंदे के फूल का उपयोग किया जाता है। पीला और केसरिया रंग लिए बेहद खूबसूरत दिखने वाला यह फूल भगवान विष्णु और बृहस्पति को अति प्रिय है। वहीं ज्योतिष में गेंदे के फूल के कुछ उपाय भी बताए गए हैं, जो जीवन की कई परेशानियों दूर करने में मदद करते हैं।

धन लाभ के लिए तिजोरी में रखें गेंदे का फूल

धन लाभ के लिए घर की तिजोरी में लाल कपड़े में कपूर के साथ गेंदे का फूल रखें। ऐसा करने से भगवान श्री विष्णु के साथ धन की देवी मां लक्ष्मी भी बहुत प्रसन्न होती हैं और धीरे-धीरे आपकी आर्थिक स्थिति मजबूत होने लगती है। यही नही इस उपाय से आपको धन कमाने के नए-नए अवसर भी प्राप्त होते हैं।



ग्रहों की शांति के लिए करें गेंदे के फूल का ये उपाय

यदि आपकी कुंडली में बृहस्पति ग्रह कमजोर है तो गुरुवार के दिन देव गुरु बृहस्पति और भगवान विष्णु को गेंदे का फूल अर्पित करें। इससे आपका गुरु ग्रह मजबूत होगा। साथ ही जीवन में आ रही बाधाएं भी जल्द दूर होंगी।

वास्तु दोष दूर करने के लिए गेंदे के फूल के उपाय

वास्तु शास्त्र में भी गेंदे के फूल को बहुत चमत्कारी माना गया है। यदि आपके घर में वास्तु दोष है तो घर की उत्तर व पूर्व दिशा में गेंदे का पौधा रखें। इससे घर में सकारात्मक उर्जा आती है और सभी तरह के वास्तु दोष दूर होते हैं।

सुख समृद्धि के लिए घर में बनाएं गेंदे के फूल की रंगोली

गेंदे के फूलों का इस्तेमाल घर की सजावट में भी किया जाता है। ऐसे में किसी भी शुभ अवसर पर सजावट के साथ ही घर के मुख्य द्वार पर गेंदे के फूलों से रंगोली जरूर बनाएं। गेंदे के फूलों के साथ आम के पत्तों का भी इस्तेमाल रंगोली में करें। इस उपाय से घर में शुभता आती है और समृद्धि बनी रहती है।

आर्थिक लाभ के लिए मुख्य द्वार पर लगाने गेंदे के फूल का तोरण

गेंदे के पीले फूल को सुख और समृद्धि का प्रतीक माना जाता है। साथ ही ये अपने साथ घर में सकारात्मक ऊर्जा लेकर आते हैं। यदि आप इन फूलों को घर के दरवाजे पर तोरण बनाकर लगाते हैं तो मुख्य द्वार से माता लक्ष्मी का प्रवेश होता है और आर्थिक लाभ मिलते हैं। देवी लक्ष्मी को हिंदू पौराणिक कथाओं में धन और प्रचुरता की देवी माना जाता है। आर्थिक लाभ के लिए देवी लक्ष्मी की मूर्ति या तस्वीर पर ताजे गेंदे के फूल चढ़ाएं।

रायपुर बाजार

Contact For Advertisement
79871 19756
90981 38778

पटेल बोरवेल्स

संतोषी नगर, रायपुर

9200003357, 7999898750

Kinlokar, TEKNO, C.R.I. PUMPS, JALPA

जोटर वॉर्डिंग, वाटर पंप, रिपेयरिंग कार्य किया जाता है।

पैसा चाहिए ? हमारे पास आइए

(केवल विजनेस लोन)
एजेंट आमंत्रित

न्यूनतम कागजी कार्यवाही
5 हजार से 5 लाख तक बिजनेस लोन

आज लोन लीजिए
100 किश्तों में पटाइये

मोटवानी फायनेंस
93404-44755

गली नं. 03,
सिंधी कॉलोनी,
तेलीयांच, रायपुर

फिल्म इवेंट

हॉलीवुड

टॉम को पसंद नहीं आया था 'स्पाइडर-मैन- ब्रांड न्यू डे' का शुरुआती वर्जन

टॉम हॉलैंड इन दिनों फिल्म 'स्पाइडर-मैन-ब्रांड न्यू डे' को लेकर सुर्खियों में हैं। यह फिल्म भारत में 30 जुलाई को रिलीज हो गई है। अभिनेता टॉम हॉलैंड की फिल्म 'स्पाइडर-मैन-ब्रांड न्यू डे' भारतीय सिनेमाघरों में लग चुकी है। इस फिल्म को लेकर हॉलैंड ने दिलचस्प खुलासा करते हुए कहा कि उन्हें फिल्म का शुरुआती वर्जन पसंद नहीं आया था। उनके को-एक्टरस भी इससे खास प्रभावित नहीं हुए थे। उन्होंने कहा कि टीम को एमसीयू की इस फिल्म का पहला कट बिल्कुल पसंद नहीं आया, क्योंकि वह फिल्ममेकर्स के ओरिजिनल विजन से बहुत अलग था।



फिल्म शुक्रवार 31 जुलाई को थिएटर्स में रिलीज होगी। हालांकि, भारत में यह एक दिन पहले सिनेमाघरों में सज चुकी है। टॉम हॉलैंड ने पीटर पार्कर के तौर पर अपनी चौथी सोला फिल्म की लंबी एडिटिंग प्रोसेस के बारे में बात की। उन्होंने बताया कि क्रिएटिव टीम के अपने नजरिए पर दोबारा सोचने से पहले, दर्शकों के फीडबैक के आधार पर फिल्म में कुछ बदलाव किए गए थे। डेडलाइन की रिपोर्ट के मुताबिक, हाल ही में एक इंटरव्यू में टॉम हॉलैंड ने कहा, 'दिलचस्प बात यह है कि हमने इस फिल्म के कई अलग-अलग कट देखे हैं। एक कट ऐसा भी था, जिसमें फिल्म देखने वाले अलग-अलग लोगों से मिले सुझावों के आधार पर फिल्म में बदलाव किए गए थे'। एक्टर ने आगे कहा कि इस प्रयोग से वैसा नतीजा नहीं मिला जैसा वे चाहते थे। हॉलैंड ने कहा, 'हमने पहला कट देखा और हमें यह बिल्कुल पसंद नहीं आया। यह बताते हुए कि वह वर्जन पसंद क्यों नहीं आया? एक्टर ने आगे कहा, 'यह पूरी तरह से काम नहीं किया।

टॉलीवुड

बेलवाडी मल्लम्मा को जीवंत करेगी भूमि पेडनेकर, था छत्रपति शिवाजी से नाता

फिल्म 'द प्राइड ऑफ भारत: छत्रपति शिवाजी महाराज' में भूमि पेडनेकर, बेलवाडी मल्लम्मा का किरदार निभाती नजर आएंगी। अभिनेता ऋषभ शेट्टी इन दिनों अपनी आगामी फिल्म 'द प्राइड ऑफ भारत: छत्रपति शिवाजी महाराज' की तैयारियों में व्यस्त हैं। फिल्म की कास्ट में अब भूमि पेडनेकर का भी नाम जुड़ गया है। एक्ट्रेस फिल्म में बेलवाडी मल्लम्मा का किरदार निभाएंगी।



बेलवाडी मल्लम्मा को रानी मल्लम्मा के नाम से भी जाना जाता था। उनके पिता का नाम राजा मधुलिंगा था। मल्लम्मा का जन्म कर्नाटक के सोधे में 1624 में हुआ था। उन्होंने अपने भाईयों की तरह ही शिक्षा ग्रहण की। इसके साथ ही वह युद्ध नीति में भी निपुण थीं। मल्लम्मा का स्वयंवर बेलवाडी के राजा ईशप्रभु के साथ संपन्न हुआ था। इस विवाह के बाद वह बेलवाडी की रानी बनकर वहां का कार्यभार संभालने लगीं। रानी मल्लम्मा ने बेलवाडी राज्य के अंदर महिलाओं को एकत्रित कर एक टुकड़ी बनाई। इस टुकड़ी की महिलाएं युद्ध नीति में पारंगत थीं, जिसका प्रशिक्षण उन्होंने मल्लम्मा से ही लिया था। इस महिला सेना में 5000 से भी ज्यादा महिलाएं शामिल थीं। इसके साथ ही यह भारतीय इतिहास की सबसे पहली महिला सैन्य टुकड़ी भी थी। एक वक्त था जब शिवाजी महाराज छोटी-छोटी रियासतें जीतकर बेलवाडी पहुंचने वाले थे। राजा ईशप्रभु, छत्रपति के बहुत बड़े प्रशंसक थे। मगर रास्ते में शिवाजी महाराज की सेना और बेलवाडी के किसानों के बीच झड़प हो गई। इसके बाद छत्रपति शिवाजी महाराज की सेना और ईशप्रभु की सेना आमने-सामने खड़ी हो गई।

भोजपुरी

घर में आई 'सास की सौतन' और बेटे की नहीं हो रही शादी

यदि आप भी भोजपुरी में एक बेहतरीन कॉमेडी फिल्म देखने की चाह रखते हैं तो स्मृति सिन्हा, ऋतेश उपाध्याय, पाखी हेगड़े और रक्षा गुप्ता की नई रिलीज 'सास की सौतन' आपके लिए है। फिल्म यूट्यूब पर रिलीज हुई है और महज 3 दिनों में इसे 52 लाख से अधिक बार देखा जा चुका है। भोजपुरी सिनेमा में पारिवारिक ताना-बाना पर रची गई एक बड़ी मजेदार फिल्म है 'सास की सौतन', जिसमें भरदम ड्रामा और कॉमेडी है। भोजवुड की दिग्गज एक्ट्रेस स्मृति सिन्हा के साथ फिल्म में रितेश उपाध्याय, रक्षा गुप्ता और पाखी हेगड़े भी हैं। एक परिवार के नौकझोंक और पिता के अजीब कारनामों से सजी यह फिल्म बीते 25 जुलाई को यूट्यूब पर रिलीज हुई है। मजेदार बात यह है कि महज 3 दिनों में फिल्म को 52 लाख से अधिक बार देखा जा चुका है। फिल्म की निर्माता शर्मिला आर सिंह हैं और इसे बीते शनिवार 25 जुलाई यूट्यूब चैनल पर रिलीज किया गया है। फिल्म की शुरुआत एक ऐसे लड़के (रितेश उपाध्याय) से होती है, जिसकी शादी नहीं हो रही है। दो बार रिश्ता टूट चुका है। इसकी तमाम परेशानियों के बीच एक बड़ी चिंता उसके पिता की अजीब हरकतें हैं। गलत आचरण और मनचले जैसी हरकतों के कारण पूरे गांव में इसकी चर्चा है। लेकिन जैसे-जैसे बेटे का विवाह होता है। घर में एक नई नवेली दुल्हन आती है। लेकिन इससे पहले कि यह नई दुल्हन घर में पैर पसार पाती, कहानी में एक नया ट्विस्ट आ जाता है।



फैशनेबल खिलाड़ी

खिलाड़ियों के लिए फ्रैशन में बेहतरीन परफॉर्मेंस और कैजुअल स्टीटवियर का मेल होता है। इसमें आराम, आरामदायक फिट और खास एथलेटिक लुक पर ध्यान दिया जाता है। स्टाइल के मुख्य विकल्पों में पसीना सोखने वाले एक्टिववियर, अच्छी तरह से फिट होने वाले कैजुअल लेयर्स और आकर्षक स्नीकर्स शामिल हैं। एक्टिव और ट्रेनिंग वियर फंक्शनल होते हैं।

हाथों की उंगलियां रहती हैं बहुत ज्यादा ड्राई, तो करें ये उपाय

बारिश क इस मासम म भा ड्राइ स्कन आर उगालया का समस्या हा सकती है। ऐसा तब होता है, जब हम कम पानी पीते हैं या शरीर में पानी की कमी होने लगती है। ऐसे में आप दिन में तीन से चार लीटर पानी पिएं। इससे ड्राईनेस की सभी समस्याओं से निजात मिल सकती है। हाथ और उंगलियों की घी, मक्खन या बटरसे मालिश करें। घी में चीजों को चिकना करने के गुण होते हैं, ऐसे में रात में सोने से पहले हाथ और उंगलियों में घी से मालिश करें। जैतून के तेल को नेचुरल मॉइस्चराइजर कहा जाता है। इसे अपनी उंगलियों पर थोड़ी मात्रा में लगाएं और हल्के हाथों से मसाज करें। आप चाहें तो इसमें थोड़ा शहद भी मिलाएं इससे बेहतर रिजल्ट मिलेगा। ओटमील को पहले गर्म पानी में भिगोकर पेस्ट बना लें और इसे उंगलियों पर लगाकर 15-20 मिनट के लिए छोड़ दें। इससे उंगलियों की ड्राईनेसतो दूर होगी ही साथ ही, स्किन रिपेयर भी होगी। यदि आप ज्यादा कपड़े धोती हैं, बर्तन धोती हैं या पानी के संपर्क में ज्यादा देर तक रहती हैं, तो अपने हाथों को ड्राईनेस से बचाने के लिए ग्लव्स पहनकर काम करें। इसके अलावा हार्ड डिटजेंट और पाउडर के इस्तेमाल से बचें। हार्ड डिटजेंट और सोप आपके हाथ और उंगलियों को ड्राई करते हैं। हाथों की उंगलियों का सूखापन दूर करने के लिए आप नारियल का तेल, एलोवेरा जेल और ग्लिसरीन का उपयोग कर सकते हैं। यह बहुत आसान और असरदार उपाय हैं। रात को सोने से पहले उंगलियों पर शुद्ध नारियल तेल लगाएं और हल्की मालिश करें। दिन में दो बार ताजा एलोवेरा जेल उंगलियों पर लगाएं और सूखने दें। ग्लिसरीन में कुछ बूंदें नींबू के रस की मिलाकर उंगलियों पर लगाएं। गर्म पानी से बचाव: बर्तन धोते समय या ज्यादा देर पानी में



काम करते समय हाथों में दस्ताने पहनें। दिन में कई बार अच्छी क्वालिटी की हैंड क्रीम या मॉइश्चराइजर लगाएं।

झाड़ियों को कम करने के लिए घरेलू उपाय आएंगे काम

आमतौर पर माना जाता है कि धूप में ज्यादा देर तक बाहर रहने के कारण उम्र के बढ़ने से पहले ही चेहरे पर झाड़ियां आने लगती हैं। लेकिन ऐसा बारिश के मौसम में भी संभव है। चेहरे पर झाड़ियां (पिगमेंटेशन) त्वचा में 'मेलानिन' नामक पिगमेंट के जरूरत से ज्यादा बनने के कारण होती हैं। इसके मुख्य कारणों में सूरज की तेज धूप (यूवी किरणें), हार्मोन में बदलाव और खराब क्वालिटी के केमिकल प्रोडक्ट्स का इस्तेमाल शामिल है। बिना सुरक्षा के धूप में रहने से त्वचा मेलानिन ज्यादा बनाती है, जिससे भूरे या काले धब्बे उभर आते हैं। गर्भावस्था, थायराइड या गर्भिनिरोधक गोलियों के सेवन से भी हॉर्मोन असंतुलन के कारण झाड़ियां हो सकती हैं। चेहरे पर तेज केमिकल, गलत क्रीम या ब्लीच का अधिक उपयोग त्वचा को नुकसान पहुंचाता है। परिवार में यह समस्या होने पर बच्चों में भी इसके होने की संभावना रहती है। शरीर में विटामिन सी, ई या आयरन की कमी से भी त्वचा कमजोर होती है। एक स्टडी में बताया गया है कि त्वचा को नैचुरली एक्सफोलिएट करने के लिए शहद



बेहद फायदेमंद होता है। बता दें कि शहद चेहरे में मौजूद पोर्स साफ करने में मदद करता है। चेहरे की त्वचा को मुलायम रखने में शहद बेहद मददगार साबित होता है। इसके अलावा यह स्किन को मॉइस्चराइज करने के लिए मदद करता है। कच्चा दूध 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। झाड़ियों को कम करने के लिए सबसे पहले एक बाउल में 2 से 3 चम्मच शहद मिला लें। इसमें अब करीब 1 चम्मच कच्चे दूध की डालें।

कार्नर न्यूज

एक समय था, जब हर उम्र की महिला काफी हैवी मेकअप करना पसंद करती थी। डार्क आईलाइनर, डार्क लिपस्टिक और हैवी फाउंडेशन तो जैसे हर महिला की पहली पसंद था लेकिन अब जैसे-जैसे समय बदल रहा है, वैसे-वैसे महिलाओं की पसंद भी बदलती जा रही है। अब महिलाएं हैवी मेकअप की जगह नो मेकअप लुक को कैरी करना ज्यादा पसंद करती हैं। नो मेकअप लुक कैरी करने स ना सिर्फ चेहरे की खूबसूरती में चार चांद लगते हैं, साथ ही में ये हर कार्यक्रम के लिए परफेक्ट भी होता है। नो मेकअप लुक कैरी करना पसंद तो हर किसी को होता है, पर इसे सही तरीके से कैरी करना कैसे है, ये हर किसी को नहीं पता होता। ऐसे में अगर आप भी नो मेकअप लुक पसंद करती हैं, तो ये लेख आपके लिए है। आज के इस लेख में हम आपको कुछ ऐसी बातों के बारे में बताएंगे, जिनका ध्यान आपको नो मेकअप लुक कैरी करते वक्त रखना है।



फाउंडेशन से बनाएं दूरी

अगर आप नो मेकअप लुक कैरी करना चाह रही हैं तो फाउंडेशन से दूरी बना लें। दरअसल, फाउंडेशन लगाने क बाद इसकी मोटी लेयर अलग से दिख जाती है, जो आपके नो मेकअप लुक को खराब कर सकती है।

करें कंसीलर इस्तेमाल

फाउंडेशन की बजाय आप कंसीलर का इस्तेमाल कर सकती हैं। इसके इस्तेमाल से आपके चेहरे के दाग-धब्बे छिप जाएंगे और पता भी नहीं लगेगा कि आपने चेहरे पर कुछ लगाया है।

सावन में सिर्फ हरा नहीं, इन रंगों को भी आजमाएं



सावन में हरे रंग के अलावा पीला, सफेद, गुलाबी, नारंगी और लैवेंडर जैसे रंग भी आपके लुक को खास बना सकते हैं। ये रंग न सिर्फ फैशन ट्रेंड में हैं, बल्कि पूजा, तीज, सावन सोमवार और पारिवारिक आयोजनों के लिए भी बेहतरीन विकल्प माने जाते हैं। सावन का महीना आते ही चारों ओर हरियाली, रिमझिम बारिश और त्योहारों की रौनक देखने को मिलती है। इस दौरान महिलाएं और युवतियां खासतौर पर हरे रंग के कपड़े, चूड़ियां और मेहंदी पहनना पसंद करती हैं, क्योंकि हरा रंग सावन, प्रकृति और समृद्धि का प्रतीक माना जाता है। हालांकि, बदलते फैशन ट्रेंड में अब सिर्फ हरे रंग तक सीमित रहना जरूरी नहीं है। अगर आप इस सावन कुछ नया और स्टाइलिश ट्राई करना चाहती हैं, तो हरे के साथ कई ऐसे रंग भी हैं जो आपके एथनिक और फ्यूजन लुक को बेहद आकर्षक बना सकते हैं। आजकल फैशन में रंगों का सही संयोजन सबसे ज्यादा मायने रखता है। पेस्टल शेड्स से लेकर ब्राइट टोन और अर्थी कलर्स तक, हर रंग आपकी पर्सनैलिटी को अलग अंदाज देता है। चाहे हरियाली तीज हो, सावन सोमवार की पूजा, कांवड़ यात्रा, पारिवारिक समारोह या दोस्तों के साथ आउटिंग, सही रंग का चुनाव आपके पूरे लुक को निखार सकता है। अगर आप हर साल एक जैसा हरा सूट या साड़ी पहनकर बोरो हो चुकी हैं, तो इस बार अपने वॉर्डरोब में कुछ नए रंग शामिल करें। ये रंग न सिर्फ आपको ट्रेंडी लुक देंगे, बल्कि सावन के मौसम की खूबसूरती के साथ भी बेहतरीन तालमेल बिटाएंगे। आइए जानते हैं ऐसे 5 रंगों के बारे में, जो इस सावन आपके फैशन स्टाइल को एक नया ट्विस्ट देंगे।



नाखूनों की खूबसूरती बनाए रखने एक्सपर्ट की टिप्स को करें फॉलो

नाखूनों को खूबसूरत बनाने के लिए अकी बातों का खास ख्याल रखना बेहद जरूरी होता है। इसके लिए आपको नाखूनों के आस-पास की स्किन की भी उतनी ही अच्छे तरीके से देखभाल करनी चाहिए। लगातार नाखूनों की सही तरीके से देखभाल करने से आपके नेल्स साफ-सुथरे और मजबूत नजर आने लगेंगे। तो चलिए आज हम आपको कुछ ऐसे खास और आसान टिप्स बताने वाले हैं जिनकी सहायता लेकर आप आसानी से अपने नाखूनों की देखभाल कर सकते हैं। मैनीक्योर और पेडीक्योर कब करवाना चाहिए?

अगर आप चाहती हैं कि आपके नाखून हमेशा मजबूत और साफ रहें तो हफ्ते में कम से कम 1 बार तक आपको नेल केयर रूटीन पर ध्यान देना चाहिए। इसके लिए आप घरेलू चीजों की सहायता भी ले सकती हैं। इसके लिए आप गुलाब जल, संतरे, बेसन जैसी कई चीजों का इस्तेमाल कर सकती हैं।

कैसे करें नाखूनों की देखभाल?

सबसे पहले एक बाउल में हल्के गुनगुने पानी को डालें। इसमें अपने हाथों की उंगलियों को कम से कम



2 से 4 मिनट तक डूबोकर रखें। इसके बाद टूथब्रश की मदद से नाखूनों को अच्छी से साफ कर लें। ध्यान रहे कि इसके लिए आप हाथों के दबाव को कम से कम ही रखें। अब क्यूटीकलस की देखभाल करना भी बेहद जरूरी होता है। इस दौरान क्यूटीकलस को काटे नहीं, बल्कि इन्हें कॉटन की मदद से अंदर की तरफ दबा लें ताकि नाखून मजबूत रहे।इसके बाद आप हाथों को साफ करके हैण्ड क्रीम का इस्तेमाल करें।ऐसा इसलिए क्योंकि गुनगुने पानी में रहने के कारण हाथों की त्वचा ड्राई हो जाती है।

नो मेकअप लुक सही तरीके से कैरी करना जरूरी

नई पीढ़ी की पसंद बन गया है नो मेकअप लुक ट्राई करने से पहले रखें इन बातों का ध्यान

जरूर लगाएं प्राइमर

नो मेकअप लुक में भी प्राइमर काफी जरूरी होता है। प्राइमर लगाने से स्किन ग्लो करती है। इसे लगाते वक्त ध्यान रखें कि इसकी लेयर ज्यादा मोटी ना होने पाए।

गालों पर लगाएं हल्का सा ब्लाश

अपने नो मेकअप लुक को पूरा करने के लिए हल्के रंग का ब्लाश लगाएं। ध्यान रखें कि इसकी मात्रा ज्यादा ना हो। नो मेकअप लुक में हल्का सा ब्लाश काफी रहता है।

काजल है जरूरी

अगर आप नो मेकअप लुक में काजल लगाएंगी तो इससे आपकी आंखों की सुंदरता कई गुना बढ़ जाएगी। वरना आंखें सूजी-सूजी दिखाई देंगी।

न्यूड लिपस्टिक को दें प्राथमिकता

नो मेकअप लुक में न्यूड लिपस्टिक की काफी अहम भूमिका होती है। आप चाहें तो लाइट पिंक रंग का इस्तेमाल भी कर सकती हैं।

