

हरिभूमि न्यूज▶▶। रायपुर

जून के महीने में वर्षा के संकट से जूझ रहे छत्तीसगढ़ को जुलाई की बारिश ने राहत दिला दी। इस महीने सक्रिय हुए पांच सिस्टम ने संकट की भरपाई करते हुए वर्षा के आंकड़े को 22 इंच तक पहुंचा दिया।

अंतिम दिनों में जमकर बरसा मानसून सिस्टम आगे बढ़ गया है, जिससे अर्धवारिष होने का अनुमान कम है। रायपुर अब तक 25 इंच ▶▶शेष पेज 13 पर

जुलाई बीतने के बाद राज्य में पांच जिले की औसत से कम वर्षा का संकेत झल रहे हैं। बेमेतरा में 323.1 मिमी. यानी 38 प्रतिशत, जशपुर जिले में 385 मिमी जो औसत से 46, कोंकड़ जिले में 503 मिमी, जो सामान्य से 21, मनेक्वदर-गिरमिरि में 431 मिमी यानी सामान्य से 22 प्रतिशत तथा सरगुजा में 258 मिमी. यानी बारिश हुई है।

मकान की नंबर प्लेट में बंजारी
नगर की जगह जौहर नगर

हरिभूमि न्यूज ▶▶ | रायपुर

बिरगांव नगर निगम के अंतर्गत आने वाला बंजारी नगर के घरों में लगने वाले नंबर प्लेट में बंजारी नगर की जगह जौहर नगर के नाम से नंबर प्लेट लगने से हिंदू संगठन आक्रोषित है। हिंदू संगठन से जुड़े लोगों ने स्थानीय पाषंड तथा अन्य जनप्रतिनिधियों के साथ मिलकर शुक्रवार को निगम आयुक्त युगल किशोर उर्वाशा को ज्ञापन सौंपा।

विश्वविदनी पाण्डेय ने बताया है कि उन्हें बंजारी नगर के घरों में जौहर नगर के नाम से नंबर प्लेट लगाए जाने की जानकारी मिली। इसके बाद वे लोग स्थानीय पार्षदों तथा अन्य हिंदू संगठन से जुड़े लोगों के साथ मिलकर निगम आयुक्त को ज्ञापन देने के लिए गए। निगम आयुक्त ने उन्हें बताया कि गलती से

हिंदू नेता ने नगर नगम के बगैर किसी प्रस्ताव के बंजारी नगर का नाम परिवर्तन किए जाने को लेकर जानबूझकर साजिश करने का आरोप लगाया है। हिंदू नेता के अनुसार पूर्व के गायत्री नगर का नाम इसी तरह से साजिश कर गाजी नगर किया गया। उन्होंने गाजीनगर का नाम पुनः गायत्री नगर करने की मांग की है।

हिंदू नेता ने नगर नगम के बगैर किसी प्रस्ताव के बंजारी नगर का नाम परिवर्तन किए जाने को लेकर जानबूझकर साजिश करने का आरोप लगाया है। हिंदू नेता के अनुसार पूर्व के गायत्री नगर का नाम इसी तरह से साजिश कर गाजी नगर किया गया। उन्होंने गाजीनगर का नाम पुनः गायत्री नगर करने की मांग की है।

हरिभूमि न्यूज ▶▶ | रायपुर

केंद्रीय जेल रायपुर में बंदी अपने लिए तंबाकू, नशीला टेबलेट, गांजा जैसा अन्य प्रकार के सूखा नशा मंगाते हैं-नए-नए तरीके अपना रहे हैं। बंदियों तक सूखा नशे का सामान

■ जेल प्रशासन में जारी किया आदेश

उनके दैनिक इस्तेमाल की वस्तुओं में छिपाकर भेजा जाता था। इसे ध्यान में रखते हुए जेल प्रशासन ने बाहर से दैनिक इस्तेमाल की वस्तु लाने पर पूरी तरह से रोक लगा दी है। बंदियों को अपने दैनिक उपयोग का सामान अब जेल के कूटीन से खरीदना होगा।

जेल में बंदियों के लिए जो दैनिक इस्तेमाल की वस्तु पहुंचाई जाती हैं, उसकी जांच होती है। बावजूद इसके सुरक्षाकर्मियों की आंखों में धूल झाँक कर बंदियों तक सूखा नशा का सामान पहुंच रहा था। बंदियों तक प्रतिबंधित सामान पहुंचाने वाले उनकें परिजन ही होते हैं। जेल प्रशासन की सघन तलाशी

केन्द्रीय जेल के अंदर पहले से कैदों में संघर्षालित है। पूर्व में बंदियों को अपने दैनिक सामान पर से मंगाने को छूट थी। इसका फायदा उठाकर बंदी अपने जेल खाने-पीने की वस्तुओं में से सूखा भांग मंगा रहे थे। इस कारण जेल प्रशासन ने एहतियातन बंदियों के दैनिक उपयोग की कुछ वस्तुएँ सामग्री अथवा जेल कैदियों से ही उपलब्ध कराने का फैसला किया है। हालांकि, अन्य सभी संश्लिष्ट सामग्री पहले की तरह नियामकसार बंदियों के परिजन उपलब्ध करा सकेंगे। यह व्यवस्था केवल तरह अस्थायी है। इसका उद्देश्य केन्द्र प्रशासनिक सामग्री के संघर्षालित प्रवेश पर प्रभावी रोक लगाना और जेल की सुरक्षा एवं अनुशासन की ओर अधिक मजबूत करना है।

और सतक सुरक्षा व्यवस्था के कारण ऐसे ज्यादातर प्रयास विफल कर दिए गए। प्रतिबंधित सामग्री जब्त कर संबंधित मामलों में नियमानुसार कार्रवाई की गई। इन घटनाओं के बाद जेल प्रशासन ने सुरक्षा व्यवस्था को और अधिक

मजबूत बनाने के लिए बंदियों के दैनिक उपयोग की कुछ चयनित सामग्री अब सीधे जेल कैदीन के माध्यम से उपलब्ध कराने का निर्णय लिया है। यह व्यवस्था फिलहाल अस्थायी रूप से लागू की गई है।

बंदियों को भेजा गया सूख

- प्रदीप कुमार - टोस्ट पैकेट में
- करण डेकार्टे - प्याज के अंदर
- कान्हा देवार - खीरा के अंदर
- रवि कुमार ध्रुव - मिक्सचर के
- प्रथम नायक- बिस्किट पैकेट

नशा
कू
जा पुड़िया
कू
र बिड़ी बंडल
अंदर तंबाकू, नशीला टेबलेट

मिले प्राशन ने जांच के दौरान पाया कि बंदी के परिजन सीलबंद बैरिकेट के पैकेट में छेड़छाड़ कर भीतर नशीला टैबलेट रख देते थे। इसके बाद पैकेट को दोबारा इस तरह सील किया जाता था कि वह पूरी तरह फैक्ट्री पैक जैसा दिखाई दे। पहली नजर में ऐसे पैकेटों पर किसी तरह का संदेह नहीं होता था, गरीबी से पड़ताल करने पर जेल प्रशासन ने पैकेट के अंदर नशीला टैबलेट जब्त किया।

श्रीकृष्ण इस्तेमाल तथा खाद्य वस्तुओं की जाँच में पकड़ा गया कि प्याज के बाहरी छिलके के साथ अंदरूनी परत अंदर गांजा पुड़िया भरकर भेजते थे। व्याज के अंदर गांजा भरने के बाद अंदरूनी सफाई के साथ पैक करते थे कि किसी एंगल से नहीं लगता था कि प्याज के अंदर गांजा भरा होगा। इसी तरह से साबुन की टिकिया में सूखा नशा भेजते जेल प्रशासन ने एक बंदी के परिजन को पकड़ा था।



हरिभूमि

समाचार ही नहीं, विचार भी



24x7 बदलते भारत की आवाज





डॉ. हिमंशु द्विवेदी
(प्रधान संपादक)
हरिभूमि, आईएनएस



श्री गौरव कुमार सिंह
(आईएएस) कलेक्टर एवं जिला दंडाधिकारी, रायपुर



श्री डॉ. संजीव शुक्ला
पुलिस कमिश्नर रायपुर



श्री चंदन कुमार
CEO, NRDA



मा. बृजमोहन अग्रवाल
सांसद, रायपुर लोकसभा



श्री राजेश गुप्त पूर्व मंत्री एवं विधायक पश्चिम विधानसभा, रायपुर	श्री सुनील सोमी पूर्व सांसद एवं विधायक दक्षिण विधानसभा, रायपुर	श्री मोतीलाल खाढ़े विधायक ग्रामीण विधानसभा, रायपुर	श्री पुट्टर जिन्हा विधायक उत्तर विधानसभा, रायपुर	श्री अबुज खान विधायक धरसीबा
--	--	--	--	---------------------------------------

जिला संवाद 2026

रायपुर

छत्तीसगढ़ सरकार के दो वर्ष

पूर्ण होने पर जिले के विकास में कारगर हो रही योजनाओं का विकास कार्य एवं समस्याओं पर विस्तार से चर्चा एवं मंथन एक मंच पर

कार्यक्रम - 1 अगस्त दिन शनिवार,
समय - अपराह्न - 3.30 बजे से
स्थान - महाराजा अगसेन इंटरनेशनल कॉलेज ऑडिटोरियम, समता कालोनी, रायपुर



डॉ. शिव डरिया पूर्व कैबिनेट मंत्री छत्तीसगढ़	श्री विकास उपाध्याय पूर्व विधायक पश्चिम विधानसभा, रायपुर	श्री कुन्दवीर जुनेजा पूर्व विधायक उत्तर अखिल भारतीय कांग्रेस कमेटी	श्री चक्र ज्ञान पूर्व महाजनरी प्रदेश कांग्रेस कमेटी सदस्य अखिल भारतीय कांग्रेस कमेटी	श्री कुमार शंकर नेमन अध्यक्ष जिला कांग्रेस कमेटी, रायपुर
--	--	--	--	--



श्री केदार गुप्ता अध्यक्ष राज्य नगरिक सहकारी बैंक छग	श्री संजय श्रीवास्तव अध्यक्ष नगरिक आपूर्ति निगम छग	डॉ. नवीन मार्केण्डेय प्रदेश महाजनरी बीजेपी छत्तीसगढ़	श्री अनिता चिनमानी प्रदेश प्रवक्ता भाजपा छग	श्री टनेश झाकुट भाजपा जिलाप्रमुख रायपुर
--	--	--	---	---



श्री सुरील आनंद शुक्ला अध्यक्ष कांग्रेस संघार विभाग छग	श्री अरवि सिंह मुख्य प्रवक्ता कांग्रेस कमेटी छग	श्री सुधीर हरिद्वार प्रदेश महाजनरी छत्तीसगढ़ प्रदेश कांग्रेस कमेटी	श्री धनंजय मिश्र बाकुन मुख्य प्रवक्ता छत्तीसगढ़ प्रदेश कांग्रेस कमेटी	श्री आकाश खान प्रदेश अध्यक्ष युव कांग्रेस छत्तीसगढ़
--	---	--	---	---



श्री संतोष वीरानी
अध्यक्ष छत्तीसगढ़ चेंबर ऑफ कॉमर्स एंड इंडस्ट्री



श्री अमर पटवानी
राष्ट्रीय वाइस चेयरमैन कम्प्रेस्डेशन ऑफ इंडिया टेक्स (किट) सदस्य राष्ट्रीय व्यापारी कल्याण बोर्ड भारत सरकार



श्री राजेश अग्रवाल
चेयरमैन रियल युप एवं वरिष्ठ समाजसेवी



श्री सुनील बनानी
मैनेजिंग डायरेक्टर ITSA हॉस्पिटल रायपुर



श्री अशोक स्मूबुदानी
मैनेजिंग डायरेक्टर चैतन्य युप रायपुर



श्री हरजीत सिंग हुरा
प्रो. चांसलर कोलंबिया प्रोफेशनल यूनिवर्सिटी रायपुर

SUPPORTED BY







इस महत्वपूर्ण अवसर पर आपकी गरिमामयी उपस्थिति रायपुर के विकास को सुनिश्चित करेगी

MP

TATA PLAY 1155

airtel 366

broadway 229

DCN 350

GAGN 172

ET 367

STV 359

RCN 236

RAJA CABLE 253

ACN 227

inh 24x7

जलता TV CG

TATA PLAY 1155

airtel 366

broadway 222

DG 367

Grand News 347

STV 345

BCC 314

NST 326

VANDE MATRAN NETWORK 1150

NEXT DIGITAL 225

JioTV 478

JioTV 812

JioTV 1163

खबर संक्षेप

चरौदा स्कूल में कथाकार प्रेमचंद की जयंती मनाई



आरंग। शुक्रवार को शासकीय पूर्व माध्यमिक शाला चरौदा में हिंदी साहित्य के कालजयी रचनाकार मुंशी प्रेमचंद की जयंती मनाई गई। इस अवसर पर बच्चों ने उनकी जीवनी का अध्ययन किया तथा उनके साहित्यिक योगदान को स्मरण किया। शिक्षकों ने बताया कि मुंशी प्रेमचंद का जीवन संघर्षों से भरा रहा। उनका जन्म 31 जुलाई 1880 को वाराणसी के लमही गांव में हुआ था। बचपन में ही उनके सिर से माता-पिता का साथ उठ गया। आर्थिक तंगी के बीच उन्होंने अपनी पढ़ाई पूरी की। बाद में सरकारी नौकरी छोड़कर वे स्वतंत्रता आंदोलन से जुड़े और लेखन को ही अपना जीवन बना लिया। उन्होंने गरीबी, शोषण और समाज की वास्तविकताओं को 'गोदान', 'कफन' तथा 'पूँस की रात' जैसी कालजयी रचनाओं में सजीव रूप से प्रस्तुत किया। शिक्षकों ने कहा कि प्रतिभा अभावों में भी विकसित होती है। इतिहास में जितने भी महापुरुष हुए, उनका जीवन संघर्षों से भरा रहा। कार्यक्रम में विद्यालय के सभी शिक्षक-शिक्षिकाएं एवं बड़ी संख्या में छात्र-छात्राएं उपस्थित रहे।

सायकिल योजना से खिलवाड़ की निंदा
कूना। विकासखंड के ग्राम परसतराई स्थित दाऊ पोषण लाल शासकीय उच्चतर माध्यमिक शाला में शिक्षा विभाग की गंभीर लापरवाही एवं संबंद्धशैल मामला सामने आया है। निरीक्षण के दौरान पाया गया कि शासन की सरस्वती साइकिल योजना के तहत वितरित की जा रही साइकिलों की गुणवत्ता अत्यंत निम्न स्तर की है। स्कूल परिसर में विद्यार्थियों की प्रार्थना के लिए बनाए गए प्रार्थना शेड को शिक्षा विभाग एवं संबंधित ठेकेदार की कथित मिलीभगत से साइकिलों के कल-पुर्जों का कबाड़घर बना दिया गया है। वहीं बाहरी ठेकेदार के कर्मचारियों द्वारा उसी स्थान पर साइकिलों की असेंबलिंग एवं रिपेयरिंग का कार्य किया जा रहा है।

खौना के प्रवेशोत्सव में विधायक ने मेधावी छात्रों का किया सम्मान

सिलयारी। धरसीवा विधानसभा क्षेत्र के ग्राम खौना स्थित शासकीय उच्चतर माध्यमिक विद्यालय में शुक्रवार को शाला प्रवेश उत्सव हर्षोल्लास और गरिमायु वातावरण में मनाया गया। कार्यक्रम में मुख्य अतिथि के रूप में विधायक अनुज शर्मा शामिल हुए। विद्यालय पहुंचने पर शाला परिवार, जनप्रतिनिधियों एवं ग्रामीणों ने उनका आत्मीय स्वागत किया। कार्यक्रम का शुभारंभ मां सरस्वती के चित्र पर माल्यार्पण एवं दीप प्रज्ज्वलन के साथ हुआ। इसके बाद छात्र-छात्राओं ने रंगारंग सांस्कृतिक प्रस्तुतियां देकर सभी का मन मोह लिया। शाला प्रवेश उत्सव में विधायक अनुज शर्मा ने विद्यालय में प्रवेश लेने वाले नवप्रवेशी

वार्ड-1 की जलमग्न कॉलोनी में निकासी के लिए बनाई नाली

हरिभूमि न्यूज ►► आरंग

वार्ड क्रमांक-1 स्थित कॉलोनी में जलभराव की समस्या को प्रमुखता से प्रकाशित किए जाने के बाद नगर पालिका प्रशासन हरकत में आया। गुरुवार को नगर पालिका की टीम मौके पर पहुंची और जेसीबी की मदद से अस्थायी नाली बनाकर कॉलोनी में जमा बारिश के पानी की निकासी कराई गई। इससे लंबे समय से जलभराव की समस्या से जूझ रहे कॉलोनीवासियों को बड़ी राहत मिली। जानकारी के अनुसार, कॉलोनी से बारिश के पानी की स्वाभाविक निकासी जिस दिशा में होती है, वह भूमि निजी स्वामित्व की है। ऐसे में जल निकासी बाधित होने के कारण पूरी कॉलोनी जलमग्न हो गई थी।



नगर पालिका अध्यक्ष डॉ. संदीप जैन के हस्तक्षेप के बाद मिली राहत, जेसीबी से बनाई गई अस्थायी नाली



सवा महीने पहले बने पुल में दरार, उपसरपंच ने जांच की मांग की

20 लाख की लागत से निर्मित भुरसुदा पुल पहली बारिश में झुका, सड़क धसी

हरिभूमि न्यूज ►► तिल्दा-नेवरा

तिल्दा-नेवरा विकासखंड के ग्राम भुरसुदा में करीब 20 लाख रुपये की लागत से निर्मित पुल पहली ही बारिश में सवाल के घेरे में आ गई है। सवा महीने पहले तैयार हुई यह पुल पहली तेज बारिश के बाद ही झुक गई और उसमें बड़ी-बड़ी दरारें पड़ गईं। मामले को लेकर ग्रामीणों और उपसरपंच ने निर्माण

■ ग्रामीण बोले- बाढ़ आई तो पुल ढह जाएगा, भ्रष्टाचार उजागर

कार्य की गुणवत्ता पर गंभीर सवाल उठाते हुए भ्रष्टाचार के आरोप लगाए हैं तथा निष्पक्ष जांच की मांग की है। ग्राम पंचायत भुरसुदा और गुजरा के बीच नाले पर बनी इस पुल की मांग ग्रामीण लंबे समय से कर रहे थे। बारिश के दौरान किसानों और ग्रामीणों को खेतों तक पहुंचने में भारी परेशानी होती थी, जिसे देखते हुए पुल निर्माण के लिए 20 लाख रुपए की स्वीकृति मिली थी। पंचायत ने ठेकेदार के माध्यम से लगभग



15 मीटर लंबी पुल का निर्माण कराया, लेकिन निर्माण पूरा होने के कुछ ही समय बाद पहली बारिश में ही पुल की सड़क धंस गई और कई जगह चौड़ी दरारें दिखाई देने लगीं।

उपसरपंच राजेश नायक का आरोप है कि उन्होंने पुल निर्माण की गुणवत्ता को लेकर पहले ही जनपद पंचायत के मुख्य कार्यपालन अधिकारी (सीईओ) को लिखित शिकायत दी थी, लेकिन कोई कार्रवाई नहीं हुई। उनका कहना है कि शिकायत के बाद भी निर्माण एजेंसी को भुगतान कर दिया गया और बाद में दरारों को छिपाने के लिए रातों-रात

सीमेंट और कंक्रीट से प्लास्टर कर लोपापोती कर दी गई।

ग्रामीणों का आरोप है कि पंचायत की निर्वाचित सरपंच महिला हैं, लेकिन अधिकांश कार्य उनके पति और पुत्र द्वारा संचालित किए जाते हैं। उनका कहना है कि निर्माण कार्य में गुणवत्ता की अनदेखी की गई है और यदि नाले में तेज बाढ़ आई तो यह पुल ज्यादा देर टिक नहीं पाएगी। मामले को लेकर गांव में नाराजगी बढ़ती जा रही है। ग्रामीणों ने निर्माण कार्य की तकनीकी जांच कर दोषियों के खिलाफ कड़ी कार्रवाई की मांग की है।

पानी निकासी मार्ग पर कचरा फंसा

ग्रामीणों ने बताया कि पहली बारिश के दौरान बहकर आया पेड़-पौधों का कचरा और झाड़ियां पुल के नीचे बनाए गए पानी निकासी मार्ग में फंस गईं। उनका कहना है कि पुल के नीचे बनाया गया सीमेंटेड जल निकासी मार्ग (वेंट) काफी छोटा है, जिसके कारण पानी का बहाव बाधित हो जाता है। नतीजतन पानी पुल के ऊपर तक चढ़ने लगता है और इससे पुल पर अतिरिक्त दबाव बनता है। ग्रामीणों का दावा है कि यदि तेज बारिश या बाढ़ की स्थिति बनी तो यह पुल कभी भी क्षतिग्रस्त होकर बह सकता है। ग्रामीणों ने पूरे निर्माण कार्य की उच्च स्तरीय तकनीकी जांच करावे तथा निर्माण एजेंसी, पंचायत के जिम्मेदार लोगों और गुणवत्ता प्रमाणित करने वाले अधिकारियों के खिलाफ सख्त कार्रवाई की मांग की है। उनका कहना है कि यदि समय रहते जांच नहीं हुई तो भविष्य में यह पुल किसी बड़े हादसे का कारण बन सकती है।

उठ रहे बड़े सवाल

सबसे बड़ा सवाल यह है कि पहली ही बारिश में क्षतिग्रस्त हो चुकी इस पुल का निर्माण कार्य अखिर किस गुणवत्ता मानक के आधार पर पूरा माना गया? यदि निर्माण में गंभीर खामियां थीं, तो जनपद पंचायत के संबंधित इंजीनियरों और जिम्मेदार अधिकारियों ने इसका परीक्षण कर इसे स्वीकृति कैसे दे दी? अब ग्रामीणों की मांग है कि पूरे मामले की निष्पक्ष तकनीकी जांच कराई जाए और यदि निर्माण में लापरवाही या भ्रष्टाचार सामने आता है तो ठेकेदार के साथ-साथ जिम्मेदार अधिकारियों पर भी कार्रवाई की जाए।

तिल्दा में पेंशनधारी कल्याण संघ की बैठक में वरिष्ठ सदस्यों का सम्मान और संगठन की मजबूती पर जोर

तिल्दा-नेवरा। तिल्दा-नेवरा। छत्तीसगढ़ पेंशनधारी कल्याण संघ, तहसील शाखा तिल्दा की नियमित मासिक बैठक कर्मचारी भवन तिल्दा में आयोजित हुई। बैठक में कर्मचारी भवन के एक कक्ष में सार्वजनिक पुस्तकालय शुरू करने के प्रस्ताव का सभी सदस्यों ने सर्वसम्मति से स्वागत किया। इस अवसर पर सेवानिवृत्त प्राचार्य यू.एस. तिवारी ने पुस्तकालय के लिए पुस्तकें एवं एक अलमारी प्रदान करने की घोषणा की, जिसका उपस्थित सदस्यों ने तालियों से स्वागत किया।

बैठक में पेंशनरों से सीपीपी संबंधी प्रक्रिया पूरी करने के लिए अपने-अपने बैंक में पीपीओ के साथ सहमति पत्र जमा कराने का आग्रह किया गया। साथ ही संगठन से जुड़े विभिन्न विषयों पर विस्तार से चर्चा की गई। कार्यक्रम में 80 वर्ष की

कर्मचारी भवन में खुलेगा पुस्तकालय पेंशनधारियों ने किया गया स्वागत



आयु पूर्ण करने वाले एस.एन. गुप्ता, जे.एल. सिरमौर तथा सेवानिवृत्त कृषि विस्तार अधिकारी का गुलाल, श्रीफल एवं पुष्पहार से सम्मान किया गया। वहीं जुलाई माह में जन्मदिन वाले सदस्यों का भी सम्मान कर उन्हें शुभकामनाएं दी गईं। संघ

त्वरित कार्रवाई से मिली राहत

नगर पालिका अध्यक्ष डॉ. संदीप जैन के हस्तक्षेप के बाद संबंधित निजी भूमि पर अस्थायी नाली बनाकर पानी की निकासी की व्यवस्था की गई, जिससे कॉलोनी में बरा पानी तेजी से निकलना शुरू हो गया। नगर पालिका अध्यक्ष डॉ. संदीप जैन ने बताया कि कॉलोनीवासियों की शिकायत मिलते ही पालिका प्रशासन ने त्वरित कार्रवाई करते हुए जल निकासी की व्यवस्था कराई। उन्होंने कहा कि संबंधित कॉलोनी नगर पालिका परिषद की स्वीकृत कॉलोनी नहीं है। इसी कारण वहां अब तक सड़क और नाली जैसी मूलभूत सुविधाओं का विकास नहीं हो पाया है, जिससे बारिश के दौरान जलभराव की समस्या उत्पन्न होती है। कॉलोनीवासियों ने तत्काल राहत मिलने पर नगर पालिका प्रशासन का आभार व्यक्त किया। साथ ही भविष्य में जलमराव की समस्या के स्थायी समाधान की मांग भी की, ताकि हर बारिश में उन्हें इस परेशानी का सामना न करना पड़े।

भाजपा ने किया धरसीवा सीएचसी में पौधारोपण



हरिभूमि न्यूज ►► धरसीवा

पर्यावरण संरक्षण और हरियाली को बढ़ावा देने के उद्देश्य से भाजपा चिकित्सा प्रकोष्ठ धरसीवा मंडल द्वारा आज सामुदायिक स्वास्थ्य केंद्र धरसीवा में वृक्षारोपण कार्यक्रम का आयोजन किया गया। यह कार्यक्रम प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी के आह्वान पर चलाए जा रहे 'एक पेड़ मां के नाम' योजना के अंतर्गत संपन्न हुआ। कार्यक्रम के मुख्य अतिथि ब्लॉक मेडिकल ऑफिसर डॉ. विकास तिवारी रहे। वहीं विशेष अतिथि के रूप में डॉ. वी. के. एक्का, बी. के. वर्मा एवं ओबीसी मोर्चा महामंत्री डॉ. कृष्ण कुमार वर्मा उपस्थित रहे, जिन्होंने उपस्थितजनों को पर्यावरण संरक्षण का महत्व बताते हुए मार्गदर्शन प्रदान किया।

कार्यक्रम के दौरान अतिथियों और चिकित्सकों ने अस्पताल परिसर में पौधरोपण कर उनकी सुरक्षा व देखभाल का संकल्प लिया। अतिथियों ने अपने संबोधन

में कहा कि प्रकृति को संतुलित रखने के लिए अधिक से अधिक पौधे लगाना अत्यंत आवश्यक है। 'एक पेड़ मां के नाम' अभियान न केवल पर्यावरण सुधार की एक अच्छी पहल है, बल्कि यह मातृशक्ति के प्रति सम्मान प्रकट करने का भी एक सुंदर माध्यम है। इस अवसर पर भाजपा चिकित्सा प्रकोष्ठ धरसीवा मंडल के अध्यक्ष डॉ. दुर्गाश कुमार साहू विशेष रूप से उपस्थित रहे। कार्यक्रम को सफल बनाने में डॉ. एल. वर्मा, डॉ. के. पी. बिस्वास, डॉ. साकेत वर्मा, डॉ. बलराम साहू, डॉ. यू. के. परगनिहा, डॉ. टी. आर. नायक, डॉ. मुकेश साहू, डॉ. तपस, डॉ. पारितोष, डॉ. नरेंद्र वर्मा, डॉ. भूषण, डॉ. देवांगन, डॉ. धनीराम, डॉ. यशवंत, डॉ. मेघनाथ, डॉ. मनोज. शिवकुमार, डॉ. हालदार, डॉ. सरकार, डॉ. एस. सेन, डॉ. दालेंद्र, डॉ. रॉय और डॉ. विश्वकर्मा सहित बड़ी संख्या में चिकित्सा क्षेत्र से जुड़े गणमान्य लोग व स्वास्थ्य कर्मी उपस्थित थे।

पीपला फाउंडेशन का शिक्षा दान केंद्र शुरू



आरंग। शिक्षा को बढ़ावा देने और आर्थिक रूप से कमजोर बच्चों को सहारा देने के उद्देश्य से स्वयंसेवी संस्था पीपला वेलफेयर फाउंडेशन ने एक बार फिर समाज के सामने मिसाल पेश की है। शुक्रवार को नगर के गायत्री शक्तिपीठ परिसर में फाउंडेशन एवं गायत्री शक्तिपीठ के संयुक्त तत्वावधान में 'शिक्षादान केंद्र' का शुभारंभ किया गया। कार्यक्रम का शुरुआत माता गायत्री एवं माँ सरस्वती के मंत्रोच्चार के बीच दीप प्रज्ज्वलन के साथ हुआ। फाउंडेशन के संयोजक महेन्द्र कुमार पटेल ने बताया कि शिक्षादान केंद्र में कक्षा 9वीं एवं 10वीं के छात्र-छात्राओं को इंजीनियरिंग तथा बी.एड. की पढ़ाई कर चुके नीरज साहू द्वारा नि:शुल्क कोचिंग दी जाएगी। उन्होंने बताया कि पीपला वेलफेयर फाउंडेशन पिछले पाँच वर्षों से जनसहयोग के माध्यम से

शिक्षादान केंद्र का संचालन कर रहा है। यहां अध्ययन करने वाले विद्यार्थियों का हर वर्ष बोर्ड परीक्षाओं में बेहतर परिणाम आता है, जो संस्था की निस्वार्थ सेवा और समर्पण का प्रमाण है। इस अवसर पर संयोजक महेन्द्र कुमार पटेल ने शिक्षक नीरज साहू को प्रोत्साहन स्वरूप 500 की सम्मान राशि प्रदान की। इस अवसर पर संस्था के सदस्य हरीश देवान, महेन्द्र पटेल, होरीलाल पटेल, संजय मेश्राम एवं रमेश देवांगन ने बच्चों के अनुशासन, मेहनत और संस्कारों के सशक्त पढ़ाई करने की प्रेरणा दी। कार्यक्रम के अंत में सभी बच्चों का मुंह मीठा कराया गया। पहले ही दिन करीब 40 बच्चों ने अपनी उपस्थिति दर्ज कराई। अभिभावकों एवं बच्चों ने पीपला फाउंडेशन की इस पहल की सराहना करते हुए इसे समाज के लिए प्रेरणादायी कदम बताया।

तिल्दा पालिका में फिर बदली पीईसी भाजपा की अंदरूनी खींचतान उजागर

हरिभूमि न्यूज ►► तिल्दा-नेवरा

तिल्दा-नेवरा नगर पालिका में एक बार फिर प्रेसिडेंट इन कार्डसिल का पुनर्गठन किया गया है। नगर पालिका अध्यक्ष ने पूर्व कार्यकारिणी को भंग कर नई कार्यकारिणी का गठन कर दिया है। इस फेरबदल में जल विभाग के सभापति संतोष यादव को समिति से बाहर कर दिया गया है। अध्यक्ष के करीब 16 माह के कार्यकाल के चर्चा इस बात की भी है कि कार्यकारिणी भंग किए जाने की जानकारी कई पार्षदों को बाद में मिली। उनका कहना है कि यदि पीआईसी में बदलाव किया जाना था तो इसकी सार्वजनिक जानकारी दी जानी चाहिए थी, ताकि भ्रम और अनावश्यक विवाद की स्थिति पैदा न हो। स्थानीय राजनीतिक हलकों में यह भी चर्चा है कि नगर पालिका के कई महत्वपूर्ण निर्णयों में अध्यक्ष के पति और एक कांग्रेस समर्थित पार्षद



नगर पालिका के कुछ पार्षदों ने नाम प्रकाशित नहीं करने की शर्त पर बताया कि इन दिनों भाजपा के भीतर गुटबाजी और खींचतान बढ़ती नजर आ रही है। उनका कहना है कि पीआईसी में वही पार्षद टिक पाता है, जो अध्यक्ष के साथ पूरी तरह तालमेल बनाकर चलता है। हालांकि इस संबंध में कोई भी पार्षद खुलकर बयान देने को तैयार नहीं है। चर्चा इस बात की भी है कि कार्यकारिणी भंग किए जाने की जानकारी कई पार्षदों को बाद में मिली। उनका कहना है कि यदि पीआईसी में बदलाव किया जाना था तो इसकी सार्वजनिक जानकारी दी जानी चाहिए थी, ताकि भ्रम और अनावश्यक विवाद की स्थिति पैदा न हो। स्थानीय राजनीतिक हलकों में यह भी चर्चा है कि नगर पालिका के कई महत्वपूर्ण निर्णयों में अध्यक्ष के पति और एक कांग्रेस समर्थित पार्षद

की भूमिका प्रभावी है। हालांकि इन दावों की स्वतंत्र पुष्टि नहीं हो सकी है। वहीं, कुछ पार्षदों का कहना है कि भाजपा के भीतर दो गुट सक्रिय हैं, जिससे संगठन और परिषद की कार्यप्रणाली प्रभावित हो रही है। उल्लेखनीय है कि छत्तीसगढ़ नगरपालिका अधिनियम के तहत नगर पालिका अध्यक्ष को पीआईसी का गठन एवं पुनर्गठन करने का अधिकार प्राप्त है। अधिनियम के अनुसार सदस्य को हटाने से पहले कारण बताओ नोटिस देना अनिवार्य नहीं है। इसके बावजूद बार-बार कार्यकारिणी में बदलाव को लेकर राजनीतिक चर्चाएं तेज हो गई हैं। नगर पालिका का कार्यकाल अभी तीन वर्ष से अधिक शेष है। ऐसे में बार-बार हो रहे बदलाव आने वाले समय में स्थानीय राजनीति और भाजपा संगठन पर क्या असर डालेंगे, इस पर सबकी नजर बनी हुई है।

स्व. सियाराम बंजारे

जन्म : 01-01-1947 • स्वर्गवास : 25-07-2026

भावपूर्ण श्रद्धांजलि

प्रमुख विशेषताएँ एवं उल्लेखनीय योगदान

- तीन बार निर्भीक सराव घुमे गए।
- इंदिरा गांधी जी से दिल्ली में मुलाकात कर गांव के विकास विषयों पर की चर्चा।
- शासकीय योजनाओं से अनेकों परिवारों को लाभ दिलाया।
- युवाओं को रोजगार, नौकरी, आवास, स्वास्थ्य एवं बेहतर शिक्षा के लिए सदैव कार्यरत रहे।
- गांव विकास हेतु अपनी निजी भूमि दान कर सड़क निर्माण में दिया योगदान।
- गांव में उद्योग, व्यापार एवं फेक्ट्री स्थापित कर रोजगार के अवसर बढ़ाए।
- विद्यार्थियों के संरक्षण एवं शिक्षा के विस्तार में अतुलनीय योगदान।
- प्रकृति, पर्यावरण एवं जीव-जंतुओं से अत्यधिक लगन, पर्यावरण संरक्षण के लिए लोगों को प्रेरित किया।
- गांव में हो रहे नशे, लड़ाई-झगड़ों का आपसी निपटारा करवाकर पुलिस-कोर्ट जाने से बचाया।
- बहुत से पंडित परिवारों की हर संभव सहायता की।

परिवार एवं संबंध :-

- श्रीमती सन्तोरीन बंजारे - पतिन • व्यापारी - अमृत सिंह, दौलत सिंह, दिलीप सिंह, भगवान सिंह - पुत्र
- श्रीमती अमरोतीन चतुर्वेदी - पुत्री • भावसिंह बंजारे, स्व. दुलार बंजारे, नंदकुमार - भाई
- वर्तमान जनपद सदस्य - भगत बंजारे, व्यापारी - सुनील बंजारे एवं सतीश बंजारे - भतीजा
- पुलिस अधिकारी - सूरज बंजारे, व्यापारी - भूपेन्द्र बंजारे, उदय सिंह, युवा कांग्रेस नेता - महेन्द्र बंजारे एवं छात्र नेता - सूर्यपताप बंजारे, सुभाष, कुंदन, आकाश, आशीष सहित पूरे बंजारे परिवार के मार्गदर्शक एवं प्रेरणास्रोत दादाजी।

कार्यक्रम

स्वर्गवास

25 जुलाई 2026 (शनिवार)

दशगात्र कार्यक्रम

01 अगस्त 2026 (शनिवार)

मंगल भजन

दिनांक 01 अगस्त 2026 को रात्रिकालीन कार्यक्रम

शोककुल परिवार की ओर से समस्त इष्ट-मित्रों, शुभचिंतकों, समाजजनों एवं ग्रामवासियों से विनम्र अनुरोध है कि दशगात्र एवं मंगल भजन कार्यक्रम में उपस्थित होकर दिवंगत पुण्यात्मा को अपनी श्रद्धांजलि अर्पित करें तथा शोक संतप्त परिवार को सांत्वना प्रदान करें।

अरुणाचल मॉडल पर बस्तर में हो सड़क निर्माण, मुख्यमंत्री साय ने केंद्र से किया आग्रह

हरिभूमि न्यूज ►►रायपुर

मुख्यमंत्री विष्णुदेव साय ने शुक्रवार को केंद्रीय ग्रामीण विकास एवं कृषि मंत्री शिवराज सिंह चौहान से मुलाकात कर बस्तर संभाग के दूरस्थ और दुर्गम क्षेत्रों तक सड़क संपर्क मजबूत करने के लिए प्रधानमंत्री ग्राम सड़क योजना-4 में विशेष प्रावधान करने का आग्रह किया। बैठक में प्रदेश के गृह मंत्री विजय शर्मा, भारत सरकार के ग्रामीण विकास मंत्रालय के सचिव तथा मुख्यमंत्री के प्रमुख सचिव सुबोध सिंह भी उपस्थित थे। इस दौरान गृह मंत्री विजय शर्मा ने बस्तर सहित प्रदेश में ग्रामीण विकास, आधारभूत सुविधाओं के विस्तार और राज्य सरकार की विभिन्न विकास योजनाओं की प्रगति से केंद्रीय मंत्री को अवगत कराया।

पीएमजीएसवाय-4 में 10 किमी क्लस्टर की विशेष व्यवस्था का प्रस्ताव

मुख्यमंत्री श्री साय ने कहा कि बस्तर के अनेक गांव घने जंगलों, पहाड़ियों और कठिन भौगोलिक परिस्थितियों में स्थित हैं। वर्तमान में प्रधानमंत्री ग्राम सड़क योजना के तहत केवल 500 मीटर की परिधि में स्थित बसाहटों को एक क्लस्टर माना जाता है। इस व्यवस्था के कारण बस्तर के अनेक छोटे और दूरस्थ गांव सड़क सुविधा से वंचित रह जाते हैं। उन्होंने आग्रह किया कि अरुणाचल प्रदेश की तरह बस्तर में भी 10 किलोमीटर की परिधि में स्थित बसाहटों को एक क्लस्टर मानने की विशेष अनुमति दी जाए, ताकि अधिक से अधिक गांवों को सड़क संपर्क से जोड़ा जा सके।



प्रस्ताव को दें प्राथमिकता के आधार पर स्वीकृति

मुख्यमंत्री ने कहा कि बस्तर अब नक्सलवाद के दौर से निकलकर तेजी से विकास के रास्ते पर आगे बढ़ रहा है। ऐसे समय में बेहतर सड़क संपर्क क्षेत्र के लोगों को शिक्षा, स्वास्थ्य, कृषि, रोजगार और सरकारी योजनाओं से जोड़ने का सबसे प्रभावी माध्यम बनेगा। उन्होंने कहा कि सड़कें केवल आवागमन का साधन नहीं हैं, बल्कि विकास, सुरक्षा और समृद्धि की आधारशिला हैं। इसलिए बस्तर को विशेष भौगोलिक परिस्थितियों को ध्यान में रखते हुए इस प्रस्ताव को प्राथमिकता के आधार पर स्वीकृति दी जानी चाहिए।

शिवराज ने दिया आश्वासन

केंद्रीय ग्रामीण विकास एवं कृषि मंत्री शिवराज सिंह चौहान ने मुख्यमंत्री के प्रस्ताव को गंभीरता से सुना और इस पर सकारात्मक विचार करने का आश्वासन दिया। उन्होंने कहा कि केंद्र सरकार बस्तर जैसे दूरस्थ और जनजातीय क्षेत्रों के विकास के लिए पूरी संवेदनशीलता के साथ कार्य कर रही है और राज्य सरकार के प्रस्ताव पर आवश्यक कार्रवाई की जाएगी।

राज्य सरकार की सराहना

बैठक के दौरान केंद्रीय मंत्री ने छत्तीसगढ़ सरकार द्वारा ग्रामीण विकास के क्षेत्र में किए जा रहे कार्यों की सराहना की। उन्होंने कहा कि जौराजजी योजना के तहत भुवित्थाम और शैवाल्य निर्माण जैसे कार्य प्रगती ढंग से हो रहे हैं। साथ ही प्रधानमंत्री आवास योजना के बेहतर क्रियान्वयन की प्रशंसा करते हुए उन्होंने कहा कि राज्य में प्रतिदिन लगभग 1,500 आवासों का निर्माण एक उल्लेखनीय उपलब्धि है। उन्होंने विश्वास व्यक्त किया कि केंद्र और राज्य सरकार के समन्वित प्रयासों से बस्तर सहित पूरे छत्तीसगढ़ में विकास कार्य और अधिक गति से आगे बढ़ेंगे।

ख़बर संक्षेप

देशकर एडवटाइजिंग को राष्ट्रीय पुरस्कार

रायपुर। गोवा में आयोजित आउटडोर एडवटाइजिंग अवॉर्ड्स में रायपुर छत्तीसगढ़ के देशकर एडवटाइजिंग को दो राष्ट्रीय पुरस्कार से नवाजा गया। यह पुरस्कार आउट ऑफ़ होम मीडिया ऑनर (ईस्ट) के श्रेणी में मिला है देशकर एडवटाइजिंग का यह पांचवा राष्ट्रीय पुरस्कार है पूर्व में भी एजेंसी को विभिन्न श्रेणियों में राष्ट्रीय पुरस्कार मिल चुका है। राज्य की पहली एडवटाइजिंग एजेंसी है ,जिसे कुल पाँच राष्ट्रीय पुरस्कार मिला चुका है।

संविदा और दैवेगो कर्मचारियों को सम्मान सूची से बाहर रखने का आरोप

रायपुर। दक्षिण बस्तर दंतेवाड़ा कलेक्ट्रेट की आदिवासी विकास शाखा से जारी एक आदेश को लेकर विवाद खड़ा हो गया है। संविदा और दैनिक वेतनभोगी कर्मचारियों ने आरोप लगाया है कि आदेश में उन्हें सम्मान के दायरे से बाहर रखा गया है। कर्मचारियों ने इसका विरोध करते हुए संबंधित अधिकारियों के खिलाफ कार्रवाई और आदेश निरस्त करने की मांग मुख्यमंत्री विष्णुदेव साय से की है। छत्तीसगढ़ संविदा कर्मचारी संघ के प्रदेश प्रवक्ता पुरन दास ने कहा कि प्रदेश में 2 लाख से अधिक संविदा, दैनिक वेतनभोगी और अन्य अनियमित कर्मचारी विभिन्न सरकारी विभागों में सेवाएं दे रहे हैं। उन्होंने कहा कि ये कर्मचारी ड्राइवर से लेकर मंत्रालय स्तर तक अपनी जिम्मेदारियां निभा रहे हैं और सरकार को योजनाओं के क्रियान्वयन में अहम भूमिका निभाते हैं। उन्होंने कहा कि संविदा और दैनिक वेतनभोगी कर्मचारी मुख्यमंत्री निवास, मंत्रियों के कार्यालयों, आईएएस अधिकारियों के शासकीय आवासों और अन्य विभागों में लगातार काम करते हैं। ऐसे में उन्हें सम्मान के दायरे से बाहर दिखाना उनके वर्षों के परिश्रम और योगदान का अपमान है।

तंबाकू पर छत्तीसगढ़ का ‘कड़ा प्रहार’, 14,948 शिक्षण संस्थान तंबाकू मुक्त

रायपुर। तंबाकू के खिलाफ छत्तीसगढ़ में चल रही मुहिम अब सिर्फ जागरूकता अभियान तक सीमित नहीं रही है। राज्य में तंबाकू की रोकथाम से लेकर इसे छोड़ने के लिए काउंसिलिंग, उपचार, शिक्षण संस्थानों को तंबाकू मुक्त बनाने और कार्यों के उल्लंघन पर कार्रवाई तक एक साथ काम किया जा रहा है। इसी समर्पित प्रयास का अक्सर है कि वर्ष 2025-26 में 70,440 लोगों ने तंबाकू छोड़ने के लिए काउंसिलिंग ली, जबकि 6,563 लोगों को काउंसिलिंग के साथ फार्माकोथेरेपी उपलब्ध कराई गई। युवाओं को तंबाकू से दूर रखने के लिए 4,577 नए शिक्षण संस्थानों को तंबाकू मुक्त घोषित किया गया, जिससे राज्य में ऐसे संस्थानों की संख्या बढ़कर 14,948 हो गई है। अभियान का विशेष फोकस युवाओं को तंबाकू से दूर रखने पर रहा। अभियान के तहत वर्ष के दौरान 4,577 नए शिक्षण संस्थानों को तंबाकू मुक्त घोषित किया गया। जिससे राज्य में 1,088 चालान तथा शिक्षण संस्थानों के 100 गज के दायरे में तंबाकू उत्पादों की बिक्री के विरुद्ध 1,187 चालान किए गए।

हरिभूमि न्यूज ►►रायपुर

राज्य में खरीफ सीजन के लिए इस साल खाद और बीज की पर्याप्त उपलब्धता बनाई गई है। राज्य के 25 लाख से अधिक किसान डीबीटी से लाभान्वित हुए हैं और 36 लाख किसानों का एग्री-स्टैक पोर्टल में पंजीयन किया गया है। यह जानकारी शुक्रवार को नवा रायपुर में आयोजित प्रेस कॉन्फ्रेंस में कृषि मंत्री रामविचार नेताम ने दी। इस अवसर कृषि उत्पादन आयुक्त सिद्धार्थ कोमल परदेशी ने विभागीय उपलब्धियों और आगामी योजनाओं की जानकारी दी।

अधिकारियों ने खाद-बीज की उपलब्धता, खरीफ की बोनी, कृषि यंत्रीकरण, प्राकृतिक खेती, एग्रीस्टैक, उद्यानिकी, पशुपालन, मत्स्य पालन और कृषि अधोसंरचना से जुड़े आंकड़े साझा किए। प्रत्यक्ष लाभ अंतरण (डीबीटी) के जरिए किसानों को हजारों करोड़ रुपये की सहायता दी गई है और कृषि से जुड़े अन्य क्षेत्रों में भी उल्लेखनीय प्रगति हुई है।

खरीफ सीजन के लिए 98 प्रतिशत उर्वरक भंडारण

सरकार के मुताबिक खरीफ 2026 के लिए अप्रैल से सितंबर तक 15.55 लाख मीट्रिक टन रासायनिक उर्वरकों के भंडारण का लक्ष्य रखा गया था। 30 जुलाई तक 15.16 लाख मीट्रिक टन उर्वरकों का भंडारण हो चुका है, जो लक्ष्य का लगभग 98 प्रतिशत है। अब तक 10.23 लाख मीट्रिक टन उर्वरकों का वितरण किया जा चुका है।

आज से कांग्रेस का स्मार्ट मीटर के खिलाफ आंदोलन

हरिभूमि न्यूज ►►रायपुर

प्रदेश में स्मार्ट मीटर के खिलाफ कांग्रेस ने शनिवार से प्रदेशभर में आंदोलन करने का फैसला किया है।

प्रदेश कांग्रेस अध्यक्ष दीपक बैज ने कहा, बिजली के दाम की व द्दो त री वापस लेने तथा स्मार्ट मीटर हटाने के लिए फार्म

बिजली बिल हॉफ योजना को फिर से शुरू करने के लिए कांग्रेस आंदोलन करने जा रही है।

पत्रकारों से चर्चा करते हुए श्री बैज ने बताया पहले दिन एक अपस्त को सभी जिलों में पत्रकार वार्ता लेकर बिजली के दाम बढ़ोतरी का विरोध किया जाएगा तथा बिजली के बढ़े दाम वापस लिए जाने की मांग की जाएगी।



बैज ने बताए बिजली बिल ज्यादा आने के तीन कारण

श्री बैज ने कहा, बिजली बिल ज्यादा आने के तीन कारण हैं। पहला सरकार ने बिजली के दाम बढ़ा दिए हैं। दूसरा बिजली बिल हाफ योजना बंद हो गई। तीसरा स्मार्ट मीटर लगाए गए हैं जो अनाप शनाप खपत से अधिक रीडिंग बता रहा जिससे बिल अधिक आ रहा।

दो अगस्त से कांग्रेस के कार्यकर्ता स्मार्ट मीटर के खिलाफ घर-घर से आवेदन भ्रवा कर स्मार्ट मीटर हटाने की मांग करेंगे तथा आम जनता के द्वारा बिजली के दाम बढ़ाने के विरोध में विरोध पत्र भरवाएंगे, बिजली के दाम बढ़ोतरी को वापस लेने की मांग दो माह तक करेंगे। दो माह परचट जिलों में भरवाए गए फार्म को लेकर प्रदेश भर में हम जिले के बिजली

की गई है। भाजपा की सरकार बनने के बाद लगातार पांचवीं बार बिजली के दाम बढ़ाए गए हैं। भाजपा की सरकार आने के बाद अभी तक 31.23 प्रतिशत बिजली के दाम बढ़ाए गए हैं। कांग्रेस की सरकार ने 5 साल में केवल 2 पैसे की बढ़ोतरी बिजली के दामों में की थी, उसमें भी 400 यूनिट तक बिजली बिल हाफ योजना लागू थी। श्री बैज ने कहा, 400 यूनिट तक बिजली बिल हाफ योजना बंद करने के बाद पांच बार बिजली के दाम बढ़ाया जाना जनता पर बोझ है। सरकार जा बिजली विभाग उपभोक्ताओं को बिल के नाम पर लूटने में लगा है। पिछले कुछ महीनों से बिजली के बिल तीन से चार गुना आ रहे हैं। बिजली के खपत का अनुबंध भार क्षमता बिना उपभोक्ता की सहमति के बढ़ा दिया जा रहा है। जबकि उपभोक्ता की सहमति के बिना उसका अनुबंध भार नहीं बढ़ाया जा सकता।

155 शिक्षकों की भर्ती निरस्त करने का मामला कांग्रेस ने किया डीईओ कार्यालय का घेराव

हरिभूमि न्यूज ►►रायपुर

शिक्षा विभाग द्वारा 155 शिक्षकों की भर्ती प्रक्रिया निरस्त किए जाने तथा सरकारी स्कूलों के विद्यार्थियों को निम्न गुणवत्ता की साइकिल वितरित किए जाने के विरोध में शहर जिला कांग्रेस कमेटी के अध्यक्ष श्रीकुमार शंकर मेनन के नेतृत्व में जिला शिक्षा अधिकारी कार्यालय का घेराव किया गया।

कांग्रेस कार्यकर्ता जैसे ही डीईओ कार्यालय पहुंचे, पुलिस प्रशासन ने बैरिकेडिंग कर उन्हें कार्यालय के बाहर ही रोक दिया। इससे नाराज कांग्रेस नेताओं एवं कार्यकर्ताओं ने जमकर नारेबाजी करते हुए विरोध प्रदर्शन किया। शहर जिला कांग्रेस कमेटी के अध्यक्ष श्रीकुमार शंकर मेनन ने कहा, कांग्रेस सरकार के कार्यकाल में प्रारंभ किए गए स्वामी आत्मानंद उत्कृष्ट विद्यालयों ने शिक्षा के क्षेत्र में नया कीर्तिमान स्थापित किया था। इन विद्यालयों की शिक्षा

दलहन-तिलहन उद्यानिकी और कृषि अधोसंरचना

सरकार ने कहा कि पीएम-आशा, राष्ट्रीय खाद्य सुरक्षा एवं पोषण मिशन और अन्य योजनाओं के जरिए दलहन एवं तिलहन उत्पादन बढ़ाने पर विशेष जोर दिया जा रहा है। किसानों को प्रगतिगत बीज, प्रशिक्षण और अनुदान उपलब्ध कराया जा रहा है। पिछले द्वाई वर्षों में उद्यानिकी फसलों का रकबा 8.42 लाख हेक्टेयर से बढ़कर 8.91 लाख हेक्टेयर हो गया है।

पशुपालन और मत्स्य उत्पादन में बढ़ोतरी

सरकार के अनुसार पशुपालन क्षेत्र में दूध, अंडा और मांस उत्पादन में लगातार वृद्धि दर्ज की गई है। राज्य सरकार, छत्तीसगढ़ सहकारी दुग्ध महासंघ और एनडीडीबी के बीच हुए समझौते के बाद दुग्ध उत्पादकों को हर दस दिन में भुगतान की व्यवस्था लागू की गई है। इसके अलावा नई दुग्ध समितियां, धिलिंग सेंटर और मोबाइल पशु चिकित्सा सेवाओं का भी विस्तार किया गया है। पिछले द्वाई वर्षों में राज्य का मत्स्य उत्पादन लगभग 23 प्रतिशत बढ़कर 9.59 लाख टन तक पहुंच गया है।

पवित्र माटी युक्त कलश की राम मंदिर में विशेष पूजा-अर्चना

हरिभूमि न्यूज ►►रायपुर

भारतीय जनता पार्टी द्वारा संत शिरोमणि रविदास की 650वीं जयंती के अवसर पर आयोजित समरसत संकल्प अभियान के तहत वाराणसी से पवित्र माटी युक्त कलश लेकर निकला भाजपा का प्रतिनिधिमण्डल शुक्रवार को राजधानी पहुंचा।

श्रीराम मंदिर में साधु-संतों की उपस्थिति में पवित्र कलश, वाराणसी की माटी का विधि-विधान एवं वैदिक मंत्रोच्चार के साथ पूजन कर कलश की स्थापना की गई।रविदास जयंती कार्यक्रम के प्रदेश संयोजक अखिलेश सोनी ने बताया, यह पवित्र कलश प्रदेश भाजपा के सभी संगठन जिलों में दर्शान एवं पूजन हेतु पहुंचाया जाएगा, ताकि पूरे प्रदेश में समरसता और सद्भाव का वातावरण निर्मित हो सके। 4 अगस्त को पं. दीनदयाल ऑडिटोरियम में कलश वितरण के कार्यक्रम का आयोजन किया गया है जिसमें मुख्यमंत्री विष्णुदेव साय,



प्रदेश के साधु-संत एवं विभिन्न समाजों के समाज प्रमुख उपस्थित रहेंगे। ये कलश प्रदेश के 36 संगठन जिला के जिलाध्यक्षों को चढ़ा जाएंगे, जिसके बाद प्रदेश के 479 मण्डलों के सभी गांवों में दर्शन के लिए जाएंगा। श्री राम मंदिर के कार्यक्रम में प्रदेश महामंत्री यशवंत जैन, डॉ. नवीन

मार्कंडेय, उप मुख्यमंत्री अरुण साव, कैबिनेट मंत्री रामविचार नेताम, श्यामबिहारी जायसवाल, टंकराम वर्मा, गुरु खुशवंत साहेब, विधायक राजेश मृणाल, पुरन्दर मिश्रा, सुनील सोनी, मोतीलाल साहू, भाजपा प्रदेश उपाध्यक्ष नंदन जैन, प्रदेश कोषाध्यक्ष राम गर्ग, समरसता संकल्प अभियान सह संयोजक शंकर अग्रवाल, सुरेंद्र पाटनी, रमेश सिंह ठाकुर, श्याम नारांग, संजय श्रीवास्तव, दीपक म्हस्के, गौरीशंकर श्रीवास, मोना सन, अमित साहू, किशोर महानंद, भाजपा पदाधिकारी, सहित बड़ी संख्या में आम जन व भाजपा कार्यकर्ताओं ने पवित्र कलश का दर्शन किया।

खबर संक्षेप

आरटीआई अधिनियम पर आज विशेष कार्यशाला

रायपुर। वी-कैन शाइन फाउंडेशन द्वारा शनिवार 1 अगस्त को सूचना का अधिकार अधिनियम-2005 विषय पर एक विशेष निशुल्क कार्यशाला का आयोजन किया जा रहा है। कार्यशाला का उद्देश्य नागरिकों को आरटीआई अधिनियम के प्रावधानों, उसके प्रभावी उपयोग तथा सूचना प्राप्त करने की कानूनी प्रक्रिया की व्यावहारिक जानकारी उपलब्ध कराना है। कार्यशाला में विषय विशेषज्ञ आरटीआई आवेदन तैयार करने एवं प्रस्तुत करने की सही प्रक्रिया, प्रथम एवं द्वितीय अपील दायर करने की विधि, सूचना आयोग में प्रकरणों की पैरवी से जुड़े महत्वपूर्ण पहलुओं तथा आरटीआई के प्रभावी उपयोग के व्यावहारिक अनुभवों पर विस्तृत मार्गदर्शन देंगे। साथ ही प्रतिभागियों के प्रश्नों का समाधान भी किया जाएगा। यह कार्यशाला शाम 4 बजे से रात्रि 8 बजे तक विमतारा (छोटा हॉल), शांतिनगर में आयोजित है। कार्यक्रम में प्रवेश पूर्णतः नि:शुल्क रहेगा।आरटीआई एक्टिविस्ट कुणाल शुक्ला एवं अभिषेक प्रताप सिंह ने यह जानकारी दी।

फायरमैन मर्ती परीक्षा के मॉडल आंसर जारी

रायपुर। कर्मचारी चयन मंडल ने फायरमैन भर्ती परीक्षा के मॉडल आंसर जारी कर दिए हैं। नगर सेना अग्निशमन एवं आपातकालीन सेवाएं तथा एसडीआरएफ के अंतर्गत रिक्त पदों के लिए यह भर्ती परीक्षा 19 जुलाई को आयोजित की गई थी। अभ्यर्थी 5 अगस्त तक दावा-अपॉलिट पेश कर सकते हैं। विस्तृत जानकारी व्यापम की आधिकारिक वेबसाइट पर अपलोड कर दी गई है।

प्रखर को पीएचडी

रायपुर। पं.रविशंकर शुक्ल विवि ने प्रखर मिश्रा को विधि विषय में शोध



कार्य के लिए पीएचडी की उपाधि प्रदान की है। उनके शोध का विषय वायु अधिनियम-1981 का क्रियान्वयन रहा।

उन्होंने अपना शोध कार्य प्रो.विनीता अग्रवाल के निदेशन में पूर्ण किया। उनका शोध केंद्र छत्तीसगढ़ महाविद्यालय रहा। वे रविवि के भी छात्रसंघ अध्यक्ष रह चुके हैं। भाजपा पदाधिकारी प्रखर भारतीय जनता युवा मोर्चा के प्रदेश मंत्री भी रह चुके हैं।

सोनवानी न्यायिक रिमांड पर जेल दाखिल

रायपुर। सीजीपीएससी घोटाले में गिरफ्तार पीएससी के पूर्व चेयरमैन टामन सोनवानी से पूछताछ के बाद शुक्रवार को ईडी ने उन्हें स्पेशल कोर्ट में पेश किया। कोर्ट को ईडी ने बताया कि उनकी पूछताछ पूरी हो गई है। सोनवानी से मिले इनपुट के आधार पर मामले की जांच की जा रही है। किसी भी तरह का आवेदन नहीं चलाने पर कोर्ट ने टामन को 14 दिन के न्यायिक रिमांड पर जेल भेजने का आदेश दिया। ईडी ने सोनवानी को 24 जुलाई को गिरफ्तार कर कोर्ट में पेश कर पूछताछ के लिए सात दिन 31 जुलाई तक के लिए रिमांड हासिल की थी।

सर्विस रोड पर खड़े 68 वाहन चालकों के खिलाफ कार्रवाई



रायपुर। राष्ट्रीय राजमार्ग सर्विस रोड पर अवैध रूप से खड़े ट्रक एवं ट्रेलरों के खिलाफ ट्रैफिक डीसीपी अर्चना झा के निर्देश पर विशेष अभियान चलाया जा रहा है। पिछले एक सप्ताह के दौरान 524 वाहन चालकों के खिलाफ वैधानिक कार्रवाई की गई है। शुक्रवार को अभियान चलाते हिए सर्विस रोड पर खड़े ट्रक एवं ट्रेलर चालकों को पहले समझाश्री देकर वाहन हटाने के निर्देश दिए गए। नियमों की अवहेलना करने वाले 63 वाहन चालकों के विरुद्ध ई-चालान की कार्रवाई की गई। गंभीर रूप से यातायात बाधित करने वाले 5 वाहन चालकों के विरुद्ध बीएनएस की धारा 285 के तहत वैधानिक कार्रवाई की गई।

130 किमी की रफ्तार वाली ट्रेनों के लिए आधुनिक मशीनों से रखरखाव

हरिभूमि न्यूज ►► रायपुर

दक्षिण पूर्व मध्य रेलवे आधुनिक ट्रैक मशीनों की मदद से रेलवे पटरियों की देखरेख और मरम्मत के काम को लगातार मजबूत बना रहा है। करीब 5,500 ट्रैक किलोमीटर के नेटवर्क पर प्रतिदिन 400 से अधिक यात्री एवं मालगाड़ियों का सुरक्षित संचालन सुनिश्चित करने के लिए अत्याधुनिक मशीनों का उपयोग किया जा रहा है। रेलवे का कहना है कि इन मशीनों से पटरियों की मरम्मत पहले की तुलना में अधिक तेजी, सटीकता और बेहतर गुणवत्ता के साथ हो रही है। इससे ट्रेनों के सुरक्षित संचालन के साथ यात्रियों को अधिक आरामदायक सफर भी मिल रहा है। विशेष रूप से नागपुर-झारसुगढ़ रेलखंड पर 130 किलोमीटर प्रति घंटे की गति से ट्रेनों के संचालन को देखते हुए पटरियों के रखरखाव पर विशेष ध्यान दिया जा रहा है।

5,500 ट्रैक किलोमीटर के नेटवर्क पर प्रतिदिन 400 से अधिक ट्रेनों का हो रहा है संचालन

पहली तिमाही में ये रहे प्रमुख कार्य
दक्षिण पूर्व मध्य रेलवे ने वित्तीय वर्ष 2026-27 की पहली तिमाही 1 अप्रैल से 30 जून में ट्रैक मशीनों के माध्यम से व्यापक स्तर पर पटरियों के रखरखाव का कार्य किया। इस दौरान 2,042 किलोमीटर प्लेन ट्रैक टैपिंग, 907 टर्नआउट टैपिंग, 102 किलोमीटर डीप स्कीनिंग, गिट्टी छनाई, 50 किलोमीटर ट्रैक रिन्यूअल तथा 58 टर्नआउट रिन्यूअल का कार्य पूरा किया गया। रेलवे के अनुसार उपलब्ध ब्लॉक समय के बेहतर उपयोग और सुनियोजित कार्ययोजना के कारण ये उपलब्धियां हासिल हुईं।



92 आधुनिक मशीनें, 900 प्रशिक्षित कर्मचारी

रेलवे अधिकारियों के अनुसार रेल ट्रैक केवल पटरियों तक सीमित नहीं है, बल्कि रेल, स्लीपर, बैलास्ट (गिट्टी), फास्टनिंग और ट्रैक की ज्यामितीय संरचना का समन्वित तंत्र है। ट्रैक की लाइनिंग, लेवलिंग, अलाइनमेंट और बैलास्ट की गुणवत्ता सीधे तौर पर रेल संचालन की सुरक्षा और ट्रेनों की गति को प्रभावित करती है। दक्षिण पूर्व मध्य रेलवे में वर्तमान में 92 आधुनिक ट्रैक मशीनें कार्यरत हैं। इनमें सीएसएम, ड्योमैटिक, एमपीटी, यूनिमेट, बीसीएम, एफआरएम, पीक्यूआरएस, टी-28, बीआरएम, डीजीएस और यूटीवी जैसी मशीनें शामिल हैं। इनके संचालन और रखरखाव के लिए ट्रैक मशीन संगठन में लगभग 900 प्रशिक्षित कर्मचारी तैनात हैं। रेलवे के अनुसार आधुनिक मशीनों और प्रशिक्षित कर्मचारियों के समन्वित प्रयासों से पटरियों का रखरखाव लगातार किया जा रहा है, जिससे रेल संचालन अधिक सुरक्षित, विश्वसनीय और समयबद्ध बना हुआ है।

रेलवे ने वसूले 2.02 लाख रुपए

स्टेशन पर किलाबंदी टिकट जांच में 235 यात्री पकड़े गए

हरिभूमि न्यूज ►► रायपुर

दक्षिण पूर्व मध्य रेलवे के रायपुर मंडल ने रायपुर रेलवे स्टेशन पर विशेष किलाबंदी टिकट जांच अभियान चलाया। वरिष्ठ मंडल वाणिज्य प्रबंधक डॉ. सुस्कर विपुल विलासराव के निर्देश पर 30 जुलाई को स्टेशन के सभी प्लेटफॉर्म और 12 ट्रेनों में हुई जांच के दौरान कुल 235 मामले दर्ज किए गए।



- बिना टिकट, अनियमित यात्रा और अन्य मामलों में हुई कार्रवाई
- स्टेशन के सभी प्लेटफॉर्म और 12 ट्रेनों में हुई जांच

रेल परिसर में गंदगी फैलाने के दो मामलों में 2,000 रुपए का जुर्माना लगाया गया। रेलवे के अनुसार अभियान का उद्देश्य यात्रियों को वैध टिकट लेकर यात्रा करने के प्रति जागरूक करना है।

रेलवे की यात्रियों से अपील

रेल प्रशासन ने यात्रियों से यात्रा से पहले उचित टिकट और रेलवे स्टेशन में प्रवेश से पहले प्लेटफॉर्म टिकट लेने की अपील की है। साथ ही यात्रियों से रेल परिसर को स्वच्छ रखने में सहयोग करने का आग्रह किया गया है। रेलवे ने बताया कि रेल परिसर में गंदगी फैलाने पर 1,000 से 5,000 रुपए तक जुर्माना या छह माह तक के कारावास का प्रावधान है। रेलवे ने यह भी कहा कि टिकट जांच अभियान आगे भी समय-समय पर जारी रहेगा, ताकि बिना टिकट यात्रा पर रोक लगाई जा सके और यात्रियों को नियमों के प्रति जागरूक किया जा सके।



विवादित होने के कारण अफसर पुराने प्रकरणों में नहीं ले रहे रुचि

अफसरों के अनुसार राजस्व न्यायालयों में सालों से लंबित पड़े ऐसे कई प्रकरण हैं, जो विवादित हैं। इन प्रकरणों में किसी पक्षकारों की मृत्यु हो चुकी है, किसी प्रकरण में दोनों पक्षकारों के पास दस्तावेजों की कमी है। किसी के पास दस्तावेज ही नहीं हैं। कई प्रकरणों में दोनों पक्षकारों में कोई पक्षकार उपस्थित नहीं हो पाता। कोई बीमारी के कारण सुनवाई में आ नहीं पा रहा है। इस तरह के विवादित प्रकरणों के निराकरण करने में अफसर भी रुचि नहीं ले रहे।

प्रमुख जिले में लंबित प्रकरणों की स्थिति

रायपुर	4681
बिलासपुर	4821
दुर	9435
रायगढ़	4756
राजनांदगांव	2634
महसुंद	3924
जांजगीर	2157
सुरजगढ़	3874
कोरबा	4066
कवरीगाम	3523
कंठेर	4939
गरियाबंद	2398
जशपुर	3583

तहसीलों में 2 से लेकर 10 वर्ष अवधि के हजारों प्रकरण लंबित

तहसील दफ्तरों में राजस्व के लंबित प्रकरणों में 2 साल से लेकर 10 वर्ष से भी पुराने हैं। इनमें 5 से 10 वर्ष बीच के लगभग 40 हजार से अधिक प्रकरण लंबित हैं, जिनके निराकरण नहीं किए गए हैं। इसी प्रकार 2 से 5 वर्ष के बीच के 50 हजार से अधिक प्रकरण लंबित हैं। एक से दो वर्ष के पहले के प्रकरणों की संख्या भी लगभग 15 हजार है।

पीडब्ल्यूडी को मिली नई वित्तीय शक्तियां

अब 10 लाख तक के डिजाइन-इस्टीमेट को कार्यपालन अभियंता देंगे मंजूरी

हरिभूमि न्यूज ►► रायपुर

छत्तीसगढ़ सरकार ने लोक निर्माण विभाग में निर्माण कार्यों की प्रशासनिक प्रक्रिया को सरल बनाने के लिए वित्तीय अधिकारों में संशोधन किया है। वित्त विभाग ने वित्तीय अधिकार पुस्तिका (भाग-2) में नया प्रावधान जोड़ते हुए लोक निर्माण विभाग के अधिकारियों को डिजाइन (अवधारणा) और कार्य के इस्टीमेट की स्वीकृति संबंधी वित्तीय अधिकार सौंपे हैं। यह संशोधन वित्त निर्देश के तहत जारी किया गया है और 27 जुलाई से प्रभावी हो गया है।

कार्यपालन अभियंता को 10 लाख रुपए तक का अधिकार

संशोधित प्रावधान के अनुसार अब कार्यपालन अभियंता को 10 लाख रुपए तक के निर्माण कार्यों के डिजाइन और अनुमान को स्वीकृत करने का वित्तीय अधिकार दिया गया है। वहीं प्रमुख अभियंता को इस संबंध में पूर्ण शक्तियां प्रदान की गई हैं। पहले यह प्रावधान वित्तीय अधिकार पुस्तिका में अलग स्वरूप में था, जिसे अब संशोधित कर नया 9-क जोड़ा गया है।

- इलाज के बाद अस्पताल सीधे अंतरण प्रबंधन सिस्टम के जरिए वलेम प्रस्तुत करेगा

हरिभूमि न्यूज ►► रायपुर

छत्तीसगढ़ सरकार राज्य के शासकीय कर्मचारियों और उनके आश्रित परिवारजनों के लिए कैशलेस चिकित्सा सुविधा लागू करने की तैयारी में है। स्वास्थ्य विभाग द्वारा जारी प्रस्ताव के अनुसार, वर्तमान प्रतिपूर्ति (रिडम्बर्समेंट) व्यवस्था की जगह अब कर्मचारी सूचीबद्ध अस्पतालों में बिना भुगतान किए इलाज करा संकेंग।

नई व्यवस्था के तहत पात्र कर्मचारियों और उनके परिवार के सदस्यों का ई-हेल्थ कार्ड बनाया जाएगा। अस्पताल में इलाज के समय इसी कार्ड के माध्यम से बायो-ऑथेंटिकेशन होगा और मरीज को मौके पर कोई भुगतान नहीं करना पड़ेगा। इलाज के बाद अस्पताल सीधे अंतरण प्रबंधन सिस्टम (टीएमएस) के जरिए क्लेम प्रस्तुत करेगा, जिसका भुगतान सरकार करेगी। योजना का लाभ

कर्मचारियों को कैशलेस चिकित्सा सुविधा लागू

पिछले पांच सालों में इतनी प्रतिपूर्ति
राज्य सरकार को चिकित्सा प्रतिपूर्ति के रूप में करोड़ों रुपए खर्च किए जाते हैं। वर्ष 2021-22 में 118.45 करोड़, वर्ष 2022-23 में 177.06 करोड़, वर्ष 2023-24 में 176.05 करोड़, वर्ष 2024-25 में 225 करोड़ और वर्ष 2025-26 में 221 करोड़ का प्रावधान किया गया है। हर साल इस राशि में बदलेरी हुई है, अब इसमें होने वाली हिक्रती के वरते कर्मचारियों को बीमारी के आधार पर इलाज की नई सुविधा दी गई है।

छत्तीसगढ़ सिविल सेवा नियम, 2013 के तहत पात्र शासकीय सेवकों एवं उनके आश्रित परिवारजनों को मिलेगा। प्रस्तावित व्यवस्था में सबसे बड़ा बदलाव यह होगा कि कर्मचारियों को पहले अपनी जेब से इलाज का खर्च नहीं उठाना पड़ेगा। वे सीधे



लिए राष्ट्रीय स्वास्थ्य प्राधिकरण के आईटी प्लेटफॉर्म जैसे बीएसईएस, एवईएस 2.0 और टीएमएस का उपयोग किया जाएगा। शिकारों के समाधान के लिए कॉल सेंटर और ऑनलाइन पोर्टल की व्यवस्था भी रहेगी, जबकि लोक स्वास्थ्य एवं परिवार कल्याण विभाग को योजना का नोडल विभाग बनाया जाएगा।

सूचीबद्ध अस्पतालों में कैशलेस इलाज करा संकेंग। वर्तमान में राज्य के 134 निजी अस्पताल और राज्य के बाहर 64 निजी अस्पताल मान्यता प्राप्त हैं। आवश्यकता के अनुसार नए अस्पतालों को भी योजना में शामिल किया जाएगा।

दूसरे राज्यों में मेडिकल काउंसिल एनओसी जरूरी, छत्तीसगढ़ में अनदेखी, इलाज में लापरवाही की तो नहीं होगी सुनवाई

हरिभूमि न्यूज ►► रायपुर

दूसरे राज्यों में प्रैक्टिस अथवा पढ़ाई के लिए जाने वाले डाक्टरों को मेडिकल काउंसिल से अनापत्ति प्रमाण पत्र की आवश्यकता पड़ रही है, मगर गैर राज्यों से आने वाले डाक्टरों के दस्तावेजों का क्रास वैरिफिकेशन नहीं किया जाएगा। सवाल यह खड़ा किया जा रहा है कि संबंधित डाक्टर से अगर इलाज में लापरवाही होती है, तो उसकी सुनवाई यहां नहीं हो पाएगी, क्योंकि वह यहां पंजीकृत ही नहीं होगा।

राज्य में खुलने वाले नए मेडिकल कालेज और सुपरस्पेशलिटी हास्पिटल में डाक्टरों की भर्ती के लिए देशभर से आवेदन मंगाया गया है। यानी भर्ती के लिए छत्तीसगढ़ मेडिकल काउंसिल में संबंधित चिकित्सक का पंजीयन होना जरूरी नहीं है। इस निर्देश के बाद चिकित्सा जगत में खलबली मची हुई है। डाक्टर लॉबी इसका विरोध कर रही है। उनका तर्क है कि इससे फर्जीबाड़ा होने के व्यापक आसार हैं। दूसरे राज्य से आने वाले डाक्टर अपने जो दस्तावेज प्रस्तुत करेंगे, उनका क्रास वैरिफिकेशन कराने के विकल्प पर भी सहमति नहीं बन पाई है, जबकि दूसरे राज्यों में जाने वाले डाक्टरों को छत्तीसगढ़ मेडिकल काउंसिल से एनओसी लेना जरूरी है। ऐसा नहीं करने पर अन्य राज्य उन्हें प्रैक्टिस अथवा पढ़ाई की अनुमति नहीं देंगे। बड़े कॉर्पोरेट अस्पताल में आने वाले डॉक्टर खासकर कॉन्टिनेंटल सुपर स्पेशलिटी अस्पताल जगदलपुर की सुविधा के

डाक्टरों की कमी दूर करने भर्ती ओपन, दस्तावेजों की जांच का विकल्प भी खुला नहीं



मलेरिया टेस्ट किट ही नहीं, कैसे हो रही जांच

कांग्रेस कमेटी चिकित्सा प्रकोष्ठ के अध्यक्ष डॉ राकेश गुप्ता ने कहा कि छत्तीसगढ़ मेडिकल सर्विसेज कॉरपोरेशन में 30 जुलाई को 3588 मलेरिया रैपिड टेस्ट किट के स्टॉक की अद्यान स्थिति की जानकारी देते हुए बताया है कि जब मलेरिया टेस्ट किट ही उपलब्ध नहीं है; तो मैदान अमले द्वारा किस प्रकार की जांच की जा रही है। मैदानी स्थिति का आकलन करने में असफल स्वास्थ्य मंत्री को ये स्पष्ट करना चाहिए कि बिना रैपिड डायग्नोस्टिक किट के क्या मितामिन ब्लाड स्लाइड सैप्लिंग कर रही है; गैर तकनीकी सलाहकारों द्वारा तैयार स्पीच को बिना तर्क और विभाग लगाए पढ़ने से पहले उन्हें प्रोटोकॉल की जानकारी लेनी चाहिए थीं, क्योंकि विभाग की सफलता और नाकामी में वो अंतिम जिम्मेदार हैं। सच तो यह है की रैपिड डिग्नोस्टिक किट के बिना ना तो मितामिन टेस्ट कर पा रही, ना तो मैदानी अमला, इसका सीधा अर्थ यह है कि मैदानी स्कीनिंग की स्थिति आगे पाठ और पीछे सपाट वाली है।

लिए ऐसा किया गया है। छत्तीसगढ़ में नियम को शिथिल किए जाने के बाद सवाल उठाया जा रहा है कि यदि राज्य में गैर पंजीकृत डाक्टर के साथ

राज्य में किसी मरीज को दुर्भाग्य से कोई एथिकल इशू या इलाज में कोई दुर्घटना हो जाए, तो उसमें छत्तीसगढ़ में कोई सुनवाई नहीं हो पाएगी।

चिकित्सा प्रतिपूर्ति में 230 करोड़ रुपए व्यय

रेफरल की अनिवार्यता समाप्त होगी, क्लेम प्रक्रिया पूरी तरह डिजिटल होगी और भुगतान सीधे अस्पतालों की किया जाएगा। साथ ही, मेडिकल ऑडिट, फॉड डिटेक्शन और ऑनलाइन शिकायत निवारण जैसी व्यवस्थाएं भी लागू की जाएंगी। वित्तीय प्रावधान के तहत सरकार ने वर्ष 2026-27 में 100 करोड़ रुपये का बजटरीय प्रावधान किया है। दस्तावेज के अनुसार चिकित्सा प्रतिपूर्ति पर राज्य सरकार का वार्षिक व्यय लगभग 220 से 230 करोड़ रुपये है, जबकि आईटी प्लेटफॉर्म, क्लेम प्रोसेसिंग और प्रशासनिक व्यवस्था के लिए लगभग 10 करोड़ रुपये अतिरिक्त खर्च का अनुमान है।

online Booking- www.tripuryatra.com

स्लीपर मात्र 10,900/-

गंगा सागर यात्रा

गंगा सागर, श्री जगन्नाथ पुरी, माँ कामाख्या देवी, कोलकाता (दक्षिणेश्वर काली मंदिर, कालीघाट काली मंदिर, बेलूर मठ)

ऑफर राशि- स्लीपर 10,900/-, 3 एसी-18,500/-, 2 एसी 23,500/- (+5% GST)

श्री त्रिपुर तीर्थ यात्रा सेवा समिति

Since-2007

संपर्क करें:- 7354-411411

हेल्थ लाइव

सुपाच्य भोजन के साथ व्रतधारी फलों और पानी का सेवन करें



रायपुर। सावन में ज्यादातर लोग सोमवार को व्रत करते हैं। कई भक्त महीनेभर व्रत करते हैं। इसके अलावा बारिश के मौसम में आम लोगों की सेहत के लिए किस तरह का खानपान होना चाहिए। इसको लेकर कम लोग ही सजग हैं। इसको लेकर आंबेडकर अस्पताल के डॉ. स्मित श्रीवास्तव और डायटिशियन डॉ. नेहा जैन ने बताया कि वैसे भी बारिश के दिनों में ज्यादा तले-भुने व्यंजन खाने से बचना चाहिए। अगर खाते हैं तो पूड़ी, पुलाव और भाजी का सेवन करने से बचना चाहिए। रात में सामान्य लोगों को भी यही प्रयास करना चाहिए कि हल्दी भोजन के बजाय चावल-दाल, खिचड़ी, दलिया, उपमा जैसे गर्म एवं सुपाच्य भोजन करना स्वास्थ्य के लिहाज से बेहतर होगा।

व्रतधारी रात में तले हुए फलाहार से बनाएं दूरी

उन्होंने बताया कि बारिश के मौसम में पाचन तंत्र कमजोर होता है। इससे बैक्टीरिया जन्मित बीमारी की संभावना ज्यादा रहती है। इससे बचाव के लिए पानी को उबालने के बाद उसे ठंडा होने दें, इसके बाद ही उपयोग करें। अगर सोमवार या सावन में महीनेभर व्रत करने वाले लोगों को रात में तले हुए साबूदाने के व्यंजन, फल्लू का सेवन नहीं करना चाहिए। इसके स्थान पर नासपत्ती, सेब, पपीता, नींबू-पानी और ताजे जूस का उपयोग करना चाहिए। व्रतधारी दूध-दही, छेना और पनीर का उपयोग कर सकते हैं। विशेषज्ञों का मत है कि व्रतधारी हो या सामान्य दिनचर्या से जुड़े हुए लोग, सभी को इस मौसम में भी पानी का पर्याप्त सेवन करना चाहिए, इससे हमेशा सेहतमंद रह सकते हैं।

प्रदेश का पहला संस्थान, जहां बीटेक के स्टूडेंट्स के लिए माइनर शैक्षणिक प्रोग्राम के तहत विषय की पढ़ाई

जर्मनी का 'बिजनेस इन्फॉर्मेटिक्स' सब्जेक्ट अब ट्रिपल आईटी में, 90 स्टूडेंट्स के साथ पहले बैच की शुरुआत

ट्रिपल आईटी नवा रायपुर के बीटेक के स्टूडेंट्स जर्मनी के विश्व विद्यालयों में पढ़ाए जाने वाले बिजनेस इन्फॉर्मेटिक्स सब्जेक्ट की पढ़ाई शुरू की गई है। यह प्रदेश का पहला संस्थान है, जहां बीटेक के स्टूडेंट्स को यह सब्जेक्ट पढ़ाया जा रहा है। ट्रिपल आईटी नवा रायपुर के निदेशक प्रो. डॉ. ओमप्रकाश व्यास ने बताया कि बिजनेस इन्फॉर्मेटिक्स की अवधारणा का उद्भव जर्मनी में हुआ और आज विश्व के लगभग 30-40 देशों के विश्वविद्यालयों में पढ़ाया जा रहा है।

रायपुर। जर्मनी सहित ऑस्ट्रिया, स्विट्जरलैंड, नीदरलैंड, फ्रांस, आयरलैंड, स्वीडन, फिनलैंड, पोलैंड, दक्षिण अफ्रीका, ऑस्ट्रेलिया, मलेशिया, कनाडा, अमेरिका तथा भारत शामिल है। यह शैक्षणिक कार्यक्रम इन देशों के विश्वविद्यालयों में बिजनेस इन्फॉर्मेटिक्स, बिजनेस इन्फॉर्मेशन सिस्टम, इन्फॉर्मेशन सिस्टम अथवा बिजनेस इन्फॉर्मेशन टेक्नोलॉजी जैसे विभिन्न नामों से पढ़ाया जा रहा है। राष्ट्रीय शिक्षा नीति के बहुविषयक एवं अंतर्राष्ट्रीयकरण के उद्देश्यों को साकार करते हुए ट्रिपल आईटी के बीटेक विद्यार्थियों के लिए बिजनेस इन्फॉर्मेटिक्स माइनर कार्यक्रम का शुभारंभ किया गया है। इस कार्यक्रम के प्रथम बैच में 90 विद्यार्थियों ने नामांकन लिया है। प्रो. व्यास ने बिजनेस इन्फॉर्मेटिक्स: ब्रिगिंग बिजनेस, टेक्नोलॉजी एंड एआई जर्मनी टू इंडिया पर जानकारी देते हुए बताया कि आज यह का य ा क अंतर्राष्ट्रीय संस्थानों के सर्वाधिक लोकप्रिय एवं उद्योगोन्मुख पाठ्यक्रमों में से एक बन चुका है और हमारे देश के अन्य तकनीकी संस्थानों के लिए भी एक प्रेरणास्रोत है।



स्टूडेंट्स बनेंगे बहुआयामी पेशेवर एक्सपर्ट

प्रो. व्यास ने कहा कि राष्ट्रीय शिक्षा नीति का उद्देश्य केवल तकनीकी विशेषज्ञ तैयार करना नहीं, बल्कि ऐसे बहुआयामी पेशेवर विकसित करना है, जो व्यवसाय, प्रौद्योगिकी और कृत्रिम बुद्धिमत्ता के समन्वय से उद्योग एवं शासन की जटिल समस्याओं का समाधान कर सकें। उन्होंने विश्वास व्यक्त किया कि ट्रिपल आईटी-नवा रायपुर का यह नया माइनर कार्यक्रम विद्यार्थियों को वैश्विक दृष्टिकोण, उद्योगोन्मुख कौशल तथा अंतर्राष्ट्रीय अवसर प्रदान करेगा और संस्थान को बिजनेस इन्फॉर्मेटिक्स शिक्षा, अनुसंधान एवं नवाचार के क्षेत्र में देश के अग्रणी केंद्रों में स्थापित करने की दिशा में एक महत्वपूर्ण मील का पत्थर सिद्ध होगा।

अंतर्राष्ट्रीय विश्वविद्यालयों व कंपनीज में शोध-प्लेसमेंट

ट्रिपल आईटी नवा रायपुर ने बिजनेस इन्फॉर्मेटिक्स के क्षेत्र में उद्योग एवं अंतर्राष्ट्रीय विश्वविद्यालयों के साथ सहयोग की दिशा में महत्वपूर्ण पहल की है। संस्थान ने जर्मनी की विश्वविख्यात सेलोनिस कंपनी के साथ प्रोसेस माइनिंग एवं प्रोसेस इंटेलिजेंस तथा इटली की स्मार्ट-मी के साथ तकनीकी सहयोग स्थापित किया है। इसके अतिरिक्त, ऑस्ट्रिया के यूनिवर्सिटी ऑफ वियना सहित अन्य अंतर्राष्ट्रीय शैक्षणिक संस्थानों के साथ संयुक्त अनुसंधान, छात्र एवं संकाय आदान-प्रदान तथा वैश्विक शैक्षणिक सहयोग को आगे बढ़ाया जा रहा है।



बिजनेस इन्फॉर्मेटिक्स के अंतर्गत इन क्षेत्रों की पढ़ाई

ऐसे परिवर्तित परिदृश्य में ट्रिपल आईटी-नवा रायपुर द्वारा प्रारंभ किया गया यह बिजनेस इन्फॉर्मेटिक्स माइनर कार्यक्रम विद्यार्थियों को कृत्रिम बुद्धिमत्ता, डेटा साइंस, बिजनेस प्रोसेस मैनेजमेंट, प्रोसेस माइनिंग, बिजनेस एनालिटिक्स तथा डिजिटल ट्रांसफॉर्मेशन जैसे उभरते क्षेत्रों का बहुविषयक ज्ञान प्रदान करेगा। इससे विद्यार्थी तकनीकी दक्षता के साथ-साथ व्यावसायिक समझ विकसित कर उद्योग, स्टार्टअप, वित्तीय क्षेत्र तथा डिजिटल शासन की बदलती आवश्यकताओं के अनुरूप स्वयं को तैयार कर सकेंगे। आज उद्योग एवं व्यवसाय अमूल्यवर्धन गति से डिजिटल और प्रौद्योगिकी-आधारित होते जा रहे हैं। फिनटेक, डिजिटल मुगतान, ई-कॉमर्स, डेटा-आधारित निर्णय प्रणाली तथा कृत्रिम बुद्धिमत्ता ने व्यवसाय संचालन की कार्यप्रणाली को पूरी तरह बदल दिया है।

सिटी इवेंट

मुंशी प्रेमचंद ने साहित्य के माध्यम से दी जनमानस की संवेदनाओं को अभिव्यक्ति



रायपुर। एनआईटी में निबंध लेखन प्रतियोगिता का आयोजन किया गया। शुक्रवार को राजभाषा समिति द्वारा हिंदी साहित्य के महान उपन्यासकार एवं कथाकार मुंशी प्रेमचंद की जयंती के अवसर पर सम्मान समारोह एवं निबंध लेखन प्रतियोगिता का आयोजन किया गया। कार्यक्रम का शुभारंभ दीप प्रज्वलन एवं मुंशी प्रेमचंद के चित्र पर मान्यार्पण के साथ हुआ। राजभाषा समिति के प्रभारी प्राध्यापक डॉ. संजय कुमार ने सभी अतिथियों एवं प्रतिभागियों का स्वागत करते हुए कहा कि श्रेष्ठ साहित्य समाज की वास्तविक परिस्थितियों और अनुभवों से जन्म लेता है। उन्होंने कहा कि मुंशी प्रेमचंद ने अपने साहित्य के माध्यम से आम जनमानस, विशेषकर मध्यम एवं वंचित वर्ग की

संवेदनाओं को सरल भाषा में अभिव्यक्ति दी तथा साहित्य को लोगों के जीवन से जोड़ने का कार्य किया। अपने उद्बोधन में निदेशक प्रो. एनवी रमना राव ने मुंशी प्रेमचंद के साहित्य की समकालीन प्रासंगिकता पर प्रकाश डालते हुए कहा कि यदि आज प्रेमचंद हमारे बीच होते तो वे वर्तमान समाज को किस दृष्टि से देखते, यह विचारणीय है। उन्होंने कहा कि प्रेमचंद ने अपने साहित्य में किसानों, गरीबों, महिलाओं तथा समाज के वंचित वर्ग की पीड़ा और संघर्ष को सशक्त रूप से प्रस्तुत किया। वर्तमान सामाजिक परिवेश में उनकी मानवीय दृष्टि और विचार आज भी उतने ही प्रासंगिक हैं। अंत में उन्होंने प्रतियोगिता के प्रतिभागियों को शुभकामनाएं देते हुए राजभाषा समिति के इस आयोजन की सराहना की।

कविता पाठ, साहित्यिक प्रस्तुति में लिया भाग
कार्यक्रम में छात्र-छात्राओं द्वारा मुंशी प्रेमचंद के जीवन, व्यक्तित्व एवं साहित्य पर आधारित कविता-पाठ की साहित्यिक प्रस्तुति दी गई। छात्र-छात्राओं ने मुंशी प्रेमचंद की कलम से आज का समाज विषय पर निबंध लेखन प्रतियोगिता में उत्साहपूर्वक भाग लिया। यह आयोजन मुंशी प्रेमचंद के साहित्यिक अवदान को स्मरण करने के साथ-साथ विद्यार्थियों में हिंदी भाषा एवं साहित्य के प्रति रुचि विकसित करने की दिशा में एक सार्थक पहल सिद्ध हुआ।
कार्यक्रम में इनकी रही उपस्थिति
इस अवसर पर संस्थान के निदेशक प्रो. एनवी रमना राव, एसोसिएट डीन डॉ. पवन कुमार मिश्रा, लिटरेचर समिति के प्रभारी प्राध्यापक डॉ. संजय कुमार, राजभाषा समिति के फैक्टल्टी इन चार्ज डॉ. शारदा नंदन राव, संस्थान के प्राध्यापक, कर्मचारी तथा छात्र-छात्राएं उपस्थित रहे।

सीपीआर सीखकर बने जीवन रक्षक 200 विद्यार्थियों को व्यावहारिक प्रशिक्षण

रायपुर। हृदयाघात और आकस्मिक दुर्घटनाओं के दौरान समय पर सीपीआर नहीं मिलने से हर वर्ष अनेक लोगों की जान चली जाती है। इसे ध्यान में रखते हुए अगवाला हेल्थ ऑर्गेनाइजेशन व एम्स रायपुर के संयुक्त प्रयास से विभिन्न स्कूलों में विद्यार्थियों को सीपीआर का प्रशिक्षण दिया जा रहा है, ताकि वे आपात स्थिति में किसी की जान बचाने में सक्षम बन सकें। इसी क्रम में गुरुवार को तिलक नगर, गुड्डियारी स्थित रायपुर कॉन्वेंट हायर सेकेंडरी स्कूल में 200 विद्यार्थियों को सीपीआर का व्यावहारिक प्रशिक्षण दिया गया। प्रशिक्षण से पहले विशेषज्ञों ने विद्यार्थियों को सीपीआर के महत्व, हार्ट अटैक और कार्डियक अरेस्ट के बीच अंतर तथा आपात स्थिति में सही समय पर चेस्ट कंप्रेशन कब और कैसे करना चाहिए, इसकी विस्तार से जानकारी दी। प्रशिक्षण के दौरान प्रत्येक विद्यार्थी को ऑर्टोफिथियल मैनिकिन पर व्यक्तिगत रूप से सीपीआर का अभ्यास कराया गया, ताकि वे वास्तविक परिस्थितियों में भी सही तरीके से जीवन रक्षक प्रक्रिया का उपयोग कर सकें। विद्यार्थियों की जिज्ञासाओं का समाधान भी विशेषज्ञों द्वारा किया गया।



जीवन रक्षक तकनीकों का अभ्यास कराया

कार्यक्रम में एम्स रायपुर के अस्थिरोग विभागध्यक्ष प्रो. डॉ. आलोकचंद अगवाला एवं असिस्टेंट प्रोफेसर डॉ. हर्षित वर्मा भी उपस्थित रहे। उन्होंने विद्यार्थियों का उत्साहवर्धन करते हुए स्वयं भी प्रशिक्षण सत्र में भाग लिया और जीवन रक्षक तकनीकों का अभ्यास कराया। कार्यक्रम के अंत में एम्स रायपुर एवं अगवाला हेल्थ ऑर्गेनाइजेशन ने विद्यालय की प्राचार्य डॉ. श्वेता वासनिक, शिक्षकों, प्रबंधन समिति और विद्यार्थियों का सफल आयोजन के लिए आभार व्यक्त किया। विशेषज्ञों ने कहा कि यदि प्रत्येक विद्यार्थी सीपीआर सीख ले तो भविष्य में हजारों लोगों का जीवन समय पर प्राथमिक उपचार देकर बचाया जा सकता है।

सामाजिक संस्था सुहिणी सोच द्वारा सास भी कभी बहू थी कार्यक्रम का भव्य आयोजन



रायपुर। शहर के महिलाओं में सावन सेलिब्रेशन का खुमार जमकर छाया हुआ है। इसी कड़ी में सामाजिक संस्था सुहिणी सोच की महिला सदस्यों ने सावन उत्सव सास भी कभी बहू थी, कार्यक्रम का भव्य आयोजन किया। यह उत्सव शुक्रवार को शाम 4 बजे विमलतारा हॉल न्यू शांतिनगर में आयोजित किया गया। यह सावन उत्सव का कार्यक्रम सावन की फुहार-सास बहू का प्यार रखा गया। सावन उत्सव में सास-बहू के रिश्ते में प्रेम, सम्मान, विश्वास और आपसी सामंजस्य की गजब की ट्यूनिंग देखने को मिली। कार्यक्रम की विशेष प्रस्तुति के रूप में सुहिणी सोच के मैनर सीए चेतन तारवानी सास-बहू के रिश्ते पर अपने प्रेरणादायी विचार साझा किया। इससे कार्यक्रम में उपस्थित सभी परिवारों के लिए मार्गदर्शन एवं प्रेरणास्रोत बन। कार्यक्रम के रैप शो पर प्रतिभागी



बेस्ट सास-बहू जोड़ी को अवार्ड

कार्यक्रम के प्रतिभागियों के लिए देर सास आकर्षक उपहार रखे गए। कार्यक्रम में बेस्ट सास-बहू जोड़ी, फर्स्ट रनर-अप जोड़ी, सेकंड रनर-अप जोड़ी, मोस्ट एनर्जेटिक जोड़ी, बेस्ट टैडिशनल ड्रेसअप जोड़ी, बेस्ट सावन जोड़ी, बेस्ट टैलेण्टेड जोड़ी, बेस्ट ज्वेलरी अवॉर्ड, बेस्ट एक्जोसिव जोड़ी एवं न्यू जर्नी अवॉर्ड सहित विभिन्न श्रेणियों में उत्कृष्ट प्रदर्शन करने वाली जोड़ियों को सम्मानित किया गया। सुहिणी सोच की संस्थापक मनीषा तारवानी ने बताया कि कार्यक्रम में मुख्य अतिथि दीपिका भार्गवी एवं बरखा भार्गवी शामिल हुईं। वहीं सुहिणी सोच की अध्यक्ष पल्लवी विमलानी, सचिव रेणु कुशानी एवं निवर्तमान अध्यक्ष दीक्षा बुधवानी सहित शहर की सभी सास-बहू जोड़ियों एवं परिवारों से इस अनूठे आयोजन में भाग लेकर यादगार बनाया।

सास-बहू की जोड़ियों ने रैप पर जलवा बिखेरी। वहीं टैलेंट राउंड, टॉक शो एवं भव्य तंबोला में धमाल मचाया। कार्यक्रम में बड़ी संख्या में शहर के सास-बहूओं ने भाग लेकर सावन उत्सव को खूब एंजॉय किया। इस उत्सव

से सास-बहू की रिश्तों में विश्वास, सम्मान को और अधिक मजबूत मिला। सांस-बहू के अलावा उत्सव में प्रतिभागियों के परिवार के महिला सदस्यों व बच्चों ने खेल व मनोरंजन का पूरा आनंद उठाया।

एक राखी सरहद तक, सिंधी सेवा महापंचायत महिला विंग की पहल

रायपुर। छत्तीसगढ़ सिंधी सेवा महापंचायत महिला विंग द्वारा एक राखी सरहद तक अभियान की शुरुआत की गई है। इसके तहत सरहद पर सुरक्षा में तैनात वीर सैनिकों को इस रक्षाबंधन स्नेह और सम्मान की राखी भेजने की एक छोटी-सी पहल की जा रही है। प्रदेश अध्यक्ष छत्तीसगढ़ सिंधी सेवा महापंचायत महिला विंग की भावना कुकरेजा ने बताया कि देश के बहनों व वीर सिपाही भाइयों के बीच रक्षाबंधन के पारिवर्ग पर्व को साझा करने आह्वान किया जा रहा है। इस पुण्य अभियान का शहर की अधिक से अधिक बहनें हिस्सा बनें। एक लिफाफे में

एक राखी तथा हमारे वीर सैनिकों के नाम अपना स्नेहपूर्ण संदेश लिखकर 5 अगस्त तक एमएम जूनियर स्कूल जगन्नाथ मंदिर के पास मेन रोड गायत्री नगर अवॉित विहार और अमलीडीह, सी-84 टैगोर नगर स्थित ब्रांच पर जमा करा सकेंगे। छत्तीसगढ़ सिंधी सेवा महापंचायत महिला विंग बहनों के स्नेह, सम्मान और शुभकामनाओं से भरे इन लिफाफों को डाक के माध्यम से सरहद तक सैनिक भाइयों तक पहुंचाएंगे। इस पारिवर्ग रक्षाबंधन पर देश के रक्षकों के प्रति अपना प्रेम और कृतज्ञता व्यक्त करें तथा इस मुहिम का हिस्सा बनें।

रक्षाबंधन पर जवानों के नाम संदेश और राखी भेजने की तैयारी

सावन सेलिब्रेशन में सास-बहू की जोड़ी ने रैप पर बिखेरा जलवा, तंबोला गेम में मचाया धमाल

लाहोटी मित्रमंडल का सावन उत्सव और फ्रेंडशिप-डे कल

लाहोटी मित्र मंडल द्वारा सावन उत्सव व फ्रेंडशिप-डे का आयोजन 2 अगस्त को सिविल लाइंस स्थित वृंदावन हॉल में दोपहर 3 से रात्रि 10 बजे तक आयोजित है। सावन महोत्सव व फ्रेंडशिप डे में बड़ी संख्या में महिलाएं भाग लेकर अपना जलवा बिखेरेंगी। कार्यक्रम की संयोजिका कृष्णा लाहोटी ने बताया कि महोत्सव में सावन वीली, फैसी ड्रेस, एकल व गुप डांस, फनी गेम, रैपवॉक जैसे कई मनोरंजन कार्यक्रम होंगे। कार्यक्रम आयोजन पर लाहोटी मित्रमंडल के मीडिया प्रभारी चेतन चंदेल ने बताया कि इस आयोजन में प्रवेश बिल्कुल निशुल्क रखा गया है, जिसमें रुचि रखने वाली कोई भी बहनें भाग ले सकती हैं। कार्यक्रम के दौरान विजेता सभी महिलाओं को आकर्षक उपहार व प्रत्येक महिला को रिटर्न गिफ्ट भेंट दिया जाएगा। सभी के लिए ड्रेस कोड हरा परिधान निर्धारित किया गया है। कार्यक्रम की तैयारी के लिए कृष्णा लाहोटी, अनन्यपूर्ण धर्मा, अनोता हतुल चौधान, अजंता चौधरी, गायत्री साहू, वीणा रावत, सुचित्रा वर्धन, कृष्णा परमार आदि जुटी हुई हैं। कार्यक्रम को लेकर बहनें काफी उत्साहित हैं।

धर्म लाइव

धम्म चक्र प्रवर्तन विषय पर वक्ताओं ने की चर्चा



रायपुर। धम्मघोष बुद्ध विहार टिकरापारा में बौद्ध महिला मंडल द्वारा धार्मिक आयोजन किया गया। इसमें महिला समिति की अध्यक्ष धम्म मित्र संगीता नगराले की अध्यक्षता में धम्मघोष बुद्ध विहार में आषाढ़ पूर्णिमा के उपलक्ष्य में धम्म जयंती का आयोजन हर्षोल्लास के साथ किया गया। इसमें धम्मचारी नागरत्न ने आषाढ़ पूर्णिमा के छह प्रसंग और महत्व को बताते हुए धम्मचक्र प्रवर्तन कौन कर सकता है, इस विषय पर अपने विचार व्यक्त किए। इसके बाद वर्षावास मात्र सफेद, नीले कपड़े पहनकर ग्रंथ पठन करना या उपवास करना ही नहीं, उपासक को माह की दो अष्टमी, अमावस्या और पूर्णिमा ऊपेसथ ग्रहण करने का प्रावधान है।

गुणों पर धम्मचारी ने सारगर्भित प्रवचन दिए

मात्र पूजा करना ही नहीं, महानाम और जीवक के गुणों पर बुद्ध द्वारा उपासक के गुणों के संदर्भ में उपदेश दिया गया। इनमें कुछ गुणों पर धम्मचारी ने सारगर्भित प्रवचन दिया। मंच संचालन प्रशांत बोधि और पूजा का नेतृत्व, धम्मचारी का परिचय और सभी का अमार पुण्यानुमोदन धम्ममित्र यामिनी बौद्ध ने किया। खीर वितरण करते हुए आयोजन का समापन किया गया। इसकी जिम्मेदारी प्रशांत बोधि ने निभाई। सुरेश बौद्ध, यूजी शम्भरकर, गणेश कांबडे, भावना लोखंडे, अशोक पाटिल, अनिल टेम्बेकर, अरुण नगराले की उपस्थिति में यह आयोजन किया गया।

सिटी लाइव

देशभर के विशेषज्ञों ने श्वसन रोगों के उपचार की नई तकनीकों पर किया मंथन



रायपुर। एम्स के पल्मोनरी, क्रिटिकल केयर एवं स्लीप मेडिसिन विभाग द्वारा 7वें राष्ट्रीय पल्मोनरी अपडेट-2026 का सफल आयोजन किया गया। दो दिवसीय इस राष्ट्रीय सम्मेलन में देशभर के प्रमुख पल्मोनोलॉजिस्ट, क्रिटिकल केयर विशेषज्ञ, स्लीप मेडिसिन विशेषज्ञ और विभिन्न चिकित्सा संस्थानों के प्रतिनिधियों ने भाग लिया। यह सम्मेलन मध्यभारत के सबसे बड़े पल्मोनरी शैक्षणिक आयोजनों में शामिल रहा। सम्मेलन का आयोजन डॉ. अजय कुमार बेहरा, डॉ. सजल डे, डॉ. रंगनाथ टीजी, डॉ. दिवाकर साहू एवं डॉ. प्रवीण दुबे के नेतृत्व में किया गया। उद्घाटन समारोह में एम्स रायपुर के कार्यपालक निदेशक एवं सीईओ लेफ्टिनेंट जनरल (सेवानिवृत्त) अशोक जिंदल, डीन प्रो. एली मोहापात्रा, केजीएमयू लखनऊ के प्रो. सूर्यकांत, एम्स नई दिल्ली के प्रो. विजय हड्डा तथा सीएमआरआई कोलकाता के डॉ. अरूप हलदार उपस्थित रहे। सम्मेलन के पहले दिन बेसिक ब्रोंकोस्कोपी, एंडोब्रोंकियल अल्ट्रासाउंड (ईबीयूपएस), क्रायोथेरेपी एवं आर्गन प्लाज्मा कोएगुलेशन (एपीसी) पर हैंड्स-ऑन कार्यशाला आयोजित की गई। छत्तीसगढ़ में अपनी तरह की पहली व्यापक इंटरवेंशनल पल्मोनोलॉजी कार्यशाला में 60 प्रतिभागियों ने आधुनिक उपकरणों के माध्यम से व्यावहारिक प्रशिक्षण प्राप्त किया। रोग विशेषज्ञों के बीच सहयोग को मजबूत बनाने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाते हैं।

लाइव इवेंट

गुरुपूर्णिमा पर गुरु पूजन और सांगीतिक अनुष्ठान, आचार्य पं. त्यागी सम्मानित



रायपुर। पं. गुणवंत माधवलाल व्यास स्मृति संस्थान, गुनरस पिया फाउंडेशन एवं महफिल के संयुक्त तत्वावधान में गुरुपूर्णिमा के अवसर पर व्यास भवन बुद्धापारा में पारंपरिक गुरु पूजन एवं सांगीतिक अनुष्ठान का आयोजन किया गया। कार्यक्रम में गुरु-शिष्य परंपरा का सम्मान करते हुए विभिन्न कला साधकों ने संगीत के माध्यम से अपनी श्रद्धांजलि अर्पित की। कार्यक्रम की शुरुआत धनश्री पेंडसे द्वारा 'कला साधकों के लिए गुरुपूर्णिमा का महत्व' विषय पर आलेख वाचन से हुई। इस अवसर पर आचार्य पं. अमरनाथ त्यागी को साहित्य एवं कला के क्षेत्र में उनके दीर्घकालीन योगदान के लिए

'श्रेष्ठ कला साधक सम्मान-2026' से सम्मानित किया गया। सांगीतिक अनुष्ठान में डॉ. विजय जोशी, विनोद शेष, पालकर बंधु, अनुराग शुक्ल, डॉ. जावेद अली, डॉ. नूतन डेगन्हेकर, डॉ. केआर पुरोहित, डॉ. प्रदीप तिवारी, रमा धारवाड़कर, वैशाली जोशी, धनश्री पेंडसे, सुप्रिया शेष, नीता डुमरे, रचना चांडक, महेंद्र तिवारी, निखिल मोकादम एवं मिलिंद शेष सहित अनेक कलाकारों ने स्वरांजलि अर्पित की। सभी प्रस्तुतियों में राकेश देशमुख एवं सुशील गोल्हानी ने तबल पर तथा संस्था प्रमुख दीपक गुणवंत व्यास ने हारमोनियम पर संगत की। कार्यक्रम के अंत में दीपा व्यास ने आभार व्यक्त किया।

राजधानी में तीन ऐसे आस्था केन्द्र जहां सावन में भक्तों द्वारा निभाई जाती है परंपरा, खुले रहते हैं मंदिर के पट

शिवभक्ति में गुरु पूर्णिमा से अखंड रामायण वाचन करने प्रतिदिन की टीम और समय तय

सावन शुरू होने के साथ ही भगवान शिव को रिझाने के लिए कोई सोमवार व्रत तो कोई नियमित शिव चालीसा पाठ करने लगा है। वहीं शहर में तीन ऐसे भी आस्था केंद्र हैं, जहां शिवजी को प्रसन्न करने के लिए उनके आराध्य श्रीराम की महिमा गायन करने अखंड रामायण वाचन की परंपरा निभाई जाती है। 30 से 40 दिनों तक अनवरत चलने वाले रामायण पाठ को सफल बनाने के लिए आयोजकों ने टीम बनाने के साथ समय भी तय किया है, ताकि संकल्प के साथ गुरु पूर्णिमा से शुरू किए गए रामायण पाठ को तय तिथि तक संचालित किया जाए।



रामायण वाचन के लिए 25 सक्रिय सदस्य तय

श्रावण मास अखंड रामायण पाठ समिति श्री हनुमान मंदिर की पहल पर 26वें वर्ष भी भगवान शिव के आराध्य भगवान श्रीराम की आस्था का रंग चढ़ने लगा है। श्री हनुमान मंदिर प्रांगण में गुरु पूर्णिमा से अखंड श्री रामायण पाठ शुरू किया गया है। जो रक्षाबंधन तक यानी 31 दिनों तक जारी रहेगा। इस भक्तिमय आयोजन को सफल बनाने में जहां समिति से जुड़े मंबर्स सहभागिता निभा रहे हैं। इसकी जानकारी देते हुए समिति के अध्यक्ष मनोज इन्चुरकर ने बताया कि इस भक्तिमय आयोजन को सफल बनाने के लिए रामायण पाठ करने के लिए 25 सक्रिय रामायण वाचकों को जिम्मेदारी दी गई है। इसके अलावा दिन और रात में 30 से भी ज्यादा लोग स्वयं रामायण महापाठ को अखंड बनाए रखने में सहयोग के लिए आते हैं। क्षेत्र के लोग समय निकालकर रामायण पढ़ने के लिए आते हैं।

अखंड वाचन के लिए बनाई सात टीमें



पवित्र श्रावण मास के पहले दिन यानी गुरुवार से ही राधाकृष्ण मंदिर संजय नगर में श्री रामचरित मानस का अखंड पाठ शुरू किया गया। यह आयोजन लगातार 40 दिन जारी रहेगा। 7 सितंबर को पूर्णाहुति आरती की जाएगी। श्री राधाकृष्ण मंदिर परिवार ने इस आयोजन में प्रति घंटे रामायण वाचन करने के लिए त्रिभुवन नाथ तिवारी, बद्धि गुप्ता, कामता प्रसाद त्रिपाठी सहित 100 से अधिक लोगों को जिम्मेदारी दी है। इस धार्मिक अनुष्ठान को सफल बनाने और सहयोग करने क्षेत्र के लोग रामायण वाचन के लिए पहुंचते हैं। आयोजन को सफल बनाने 5-5 रामायण वाचकों की सात टीमें हर दिन के लिए बनाई गई हैं, जो तय समय पर वाचन करने वाले साथियों को राहत देने के लिए आते हैं। इसके अलावा आसपास के लोग भी स्वयं रामायण पाठ करने में सहयोग दे रहे हैं।



नरहर्षेश्वर मंदिर में अब भी निभाई जाती है परंपरा

श्री स्वयंम् नरहर्षेश्वर महादेव मंदिर सिद्धार्थ चौक के पुजारी श्री शर्मा ने बताया कि आषाढ़ मास की पूर्णिमा से अखंड रामायण पाठ की



परंपरा 38 सालों से निभाई जा रही है। आयोजन को सफल बनाने के लिए 24 लोगों की जिम्मेदारी रामायण वाचन के लिए तय की है। इस अखंड रामायण की पूर्णाहुति श्रावण मास की पूर्णिमा तिथि पर विधि-विधान से की जाती है। रामायण पाठ खंडित न होने पाए या किसी तरह का व्यवधान उत्पन्न न होने पाए, इसके लिए दो पंडितों को अलग से दायित्व दिया गया है। अगर कोई तय समय पर नहीं पहुंचते हैं तो उस स्थिति में अतिरिक्त दो पंडितों का सहयोग लिया जाता है। इसके चलते मंदिर का पट 24 घंटे खुला रहता है।

सुरों के सरताज मो. रफी के गीतों से सजाई महफिल ओपन माइक पर फनकारों ने पेश किए सुरमयी नगमे

रायपुर। सुर सम्राट मो. रफी की पुण्यतिथि पर संगीतमय श्रद्धांजलि देने के लिए हेमंत म्यूजिकल ग्रुप ने फनकारों को ओपन माइक देने जेल रोड स्थित एक होटल में समारोह किया गया। स्वर कभी नहीं मरते, वे सदैव दिलों में गूंजते रहते हैं। मो. रफी के इन भावों को रसिक श्रोताओं के बीच जीवंत करने का प्रयास युवा फनकारों ने किया। भारतीय सिनेमा के अमर पाश्चात्यक, सुर सम्राट मो. रफी की पुण्यतिथि को यादगार बनाने के लिए म्यूजिकल ग्रुप ने उनके सदाबहार गीतों को समर्पित करने का प्रयास किया। इस संगीत का लुप्त उठाने के लिए श्रोताओं की उपस्थिति ने श्रद्धांजलि संध्या को खास बनाया। इस बीच कमल और श्रीशा ने मेरी जान..., फहीम खान ने सुबह न आई...गीत की प्रस्तुति देते हुए श्रोताओं से वाहवाही लूटी। अलग-अलग गीतों पर फनकारों ने शाम 7 से रात 9 बजे के बीच 16 गीतों की प्रस्तुति से माहौल को संगीतमय बनाया।



गीतों से जुड़ी रोचक यादों से श्रोताओं को जोड़ा

इस विशेष अवसर पर आकर्षण का केंद्र रहे इंडियन आइडल फेम सचिन सोनवानी ने अपनी शानदार प्रस्तुति से इस संगीतमय शाम को और भी यादगार बनाया। मेल और फिमेल वाइस में गाने में महारत रखने वाले सचिन ने लोगों के सामने कई गीतों की प्रस्तुति दी। वहीं मंच संचालन सुप्रसिद्ध एंकर संजय कुमार शर्मा ने किया। गीत-संगीत के बीच उन्होंने रफी साहब के जीवन, उनके संघर्ष, उपलब्धियों और अमर गीतों से जुड़ी रोचक जानकारीयों से भी श्रोताओं को जोड़ने का प्रयास किया। इससे श्रोताओं को संगीतमय माहौल के साथ ही मो. रफी के जीवन से जुड़ी खास यादों का गुलदस्ता भी मिला, जिसने प्रेम, भक्ति, देशभक्ति, दर्द और जीवन के हर भाव को अपनी आवाज से अमर बना दिया।

गीतों के बीच क्लासिकल नृत्य ने बांधा सगा

गीत-संगीत की इस महफिल के बीच टी. जाश्रीथा श्री ने क्लासिकल नृत्य की बेजोड़ प्रस्तुति से लोगों को खुशनुमा माहौल दिया। इसके साथ ही ज्योति पाटिल, तृप्ति श्रीवास्तव, शिरिषा राव, मंजू शर्मा और रूपा मंडावी ने इस आयोजन को सफल बनाने के लिए स्वरांजलि देते हुए लोगों से वाहवाही लूटी। साथ ही नंदिनी दुबे सहित अतिथि गायकों में श्रीनिवास राव, सत्यम, सीके रामटेके, जाहिद पाशा और प्रशांत नाग ने रफी के गीतों से उन्हें श्रद्धांजलि अर्पित की।

ग्रंथ वरघोड़ा, पंच ज्ञान पूजन और गुरु वंदना के साथ धार्मिक आयोजन

बाजे-गाजे के साथ निकला ग्रंथ का वरघोड़ा चातुर्मास में नियमित स्वाध्याय, प्रवचन शुरू

कार्नर न्यूज

रायपुर। श्री शांति कल्याण चातुर्मास समिति के तत्वावधान में अभिनंदन स्वामी जिनालय परिसर स्थित श्रावक भवन उपाश्रय में आयोजित आम्रपाली चातुर्मास के दौरान दीक्षा धर्म के महानायक एवं आध्यात्मिक सम्राट श्री विजय योगतिलक सूरेश्वर जी के शिष्यरत्न मुनिराज श्रीशांततिलक विजयजी महाराज को प्रवचन के लिए श्री धन्यकुमार चरित्र तथा स्वाध्याय के लिए श्री तत्त्वार्थ सूत्र वोहराया गया। इसके साथ ही पावन बेला में प्रवचन का शुभारंभ हुआ। समिति के मुख्य सलाहकार अशोक सुराणा ने बताया कि श्री धन्यकुमार चरित्र वोहराने का लाभ रायसोनी परिवार के संजय कुमार एवं अमित कुमार रायसोनी परिवार ने लिया, जबकि श्री तत्त्वार्थ सूत्र वोहराने का लाभ श्री स्वाध्याय ग्रुप को प्राप्त हुआ। प्रातः श्रद्धालुओं ने बाजे-गाजे के साथ ग्रंथ का वरघोड़ा निकाला। इसके बाद पंच ज्ञान का पूजन किया गया। पंच ज्ञान पूजन का लाभ मोहनचंद-मीना देवी मुणोत परिवार, चुकी देवी-चंदनमल सुराणा परिवार, मोहनचंद-पारसमल कानुगा परिवार तथा करमचंद-राजेश लुंकड़ परिवार ने लिया। गुरु पूजन का लाभ रायसोनी परिवार द्वारा लिया गया।



बच्चों के संस्कार निर्माण के उद्देश्य से आध्यात्मिक शाला



पाठशाला तथा रात्रि 8 से 9 बजे तक धर्म चर्चा का आयोजन किया जाएगा। वहीं प्रत्येक रविवार को बच्चों के संस्कार निर्माण के उद्देश्य से आध्यात्मिक शाला का आयोजन भी होगा।

धर्म में रुचि ही आत्मकल्याण का मार्ग प्रशस्त करती है

आत्म उत्कर्षित आध्यात्मिक चातुर्मास-2026 के अंतर्गत श्री कृष्णकुशलसुरि जैन दादाबाड़ी में आयोजित प्रवचन में साध्वी मंजुलालाश्रीजी ने शुक्रवार को कहा कि मनुष्य कई पीढ़ियों का धन तो अर्जित कर लेता है, लेकिन धर्म को जीवन में स्थान नहीं दे पाता, क्योंकि धर्म धृति वास्तविक रुचि का अभाव होता है। धर्म केवल मंदिर जाने से नहीं, बल्कि श्रद्धा और रुचि के साथ जुड़ने से जीवन में उतरता है। उन्होंने एक प्रेरक प्रसंग सुनाते हुए बताया कि एक माता अपने छोटे बच्चे को प्रतिदिन मंदिर लेकर जाती थी। माता नियमित रूप से मंदिर तो जाती थी, लेकिन उसका ध्यान धर्म के मर्म को समझने में नहीं था। वहीं बालक की रुचि मंदिर की पूजा-विधि, मंत्रों और धार्मिक संस्कारों में बढ़ती गई। एक दिन गुरु ने माता से मंत्र सुनाने को कहा, लेकिन वह उन्हें नहीं सुना सकी। तब बालक ने अनुमति लेकर सभी मंत्र कंठस्थ सुनाए। यह देखकर सभी आश्चर्यचकित रह गए। साध्वीश्री ने कहा कि यह घटना बताती है कि जहां रुचि होती है, वहीं ज्ञान स्वतः प्राप्त होने लगता है।

किचन टिप्स

कुकिंग स्टाइल पर ध्यान दें, अपनाएं सही तरीका



अगर सब्जियों को ओवरकुक कर लिया जाए, तो इससे डिश का रंग, स्वाद और पोष्टिकता तीनों खराब हो जाते हैं। इसलिए समय आ गया है कि हम अपनी कुकिंग स्टाइल पर ध्यान दिया जाए।

कम तेल का इस्तेमाल करें

खाना पकाते समय ज्यादा तेल का इस्तेमाल न सिर्फ खाने को भारी बना देता है, बल्कि इससे पोषक तत्व भी नष्ट हो सकते हैं। तेल में ज्यादा देर तक तलने या फ्राई करने से उसमें मौजूद अच्छे तत्व पूरी तरह से नष्ट हो जाते हैं। इसलिए आप कम मात्रा में सरसों का तेल का इस्तेमाल करें।

दाल को कुकर में ज्यादा न पकाएं

दालों को प्रेशर कुकर में पकाना तेज और आसान तरीका है, लेकिन अगर आप ज्यादा सीटी लगाते हैं, तो इससे दाल में मौजूद विटामिन B और प्रोटीन टूटने लगते हैं। इसलिए जरूरत से ज्यादा दाल पकाना ठीक नहीं है।

सब्जियों को पहले धोएं, फिर काटें

कई लोग आदतवश सब्जियों को काटने के बाद धोते हैं, लेकिन यह तरीका गलत है। इसलिए हमेशा सब्जियों को बहते पानी में अच्छी तरह धोकर ही काटें। वहीं, हरी पत्तेदार सब्जियों को 10-15 मिनट नमक वाले पानी में भिगोकर फिर धोएं।

कुकिंग में ढक्कन का इस्तेमाल करें



जब हम बिना ढक्कन के सब्जियां पकाते हैं, तो गर्मी और भाप के साथ-साथ कई जरूरी विटामिन और मिनरल्स उड़ जाते हैं। वहीं, ढक्कन लगाने से खाना जल्दी पकता है और स्वाद भी बेहतर बनता है। इसलिए बेहतर होगा कि आप कुकिंग करते वक्त ढक्कन का इस्तेमाल करें।

सही कुकिंग करने के हैक्स

सब्जियों को काटने से पहले अच्छी तरह से धोएं। फिर काटने के बाद मौजूद विटामिन और मिनरल्स कम हो जाते हैं। सब्जी बनाते वक्त कम पानी का इस्तेमाल करें, क्योंकि ज्यादातर सब्जियां जरूरत से ज्यादा पक जाती हैं और भाप बनकर निकल जाती है। सब्जियों को ज्यादा देर तक पकाने से उनका रंग, स्वाद और पोषण तीनों खराब हो जाते हैं। बस उतना पकाएं कि वे हल्की नरम या कुरकुरी रहें। कई सब्जियों और फलों के छिलकों में पोषण भरपूर होता है। जैसे गाजर, खीरा और आलू का छिलका भी फाइबर और विटामिन से भरपूर होता है। पकाते समय बर्तन को ढकने से न सिर्फ खाना जल्दी पकता है, बल्कि पोषक तत्व भी बचे रहते हैं। साथ ही, सब्जियों को बहुत छोटे टुकड़ों में काटने से पोषक तत्व जल्दी नष्ट हो जाते हैं। ज्यादा समय तक फ्रिज में रखी सब्जियां और दालों की पोष्टिकता कम हो सकती है। कोशिश करें कि फ्रेश सामग्री का इस्तेमाल करें। इसके अलावा, खाना बनाते समय नॉन-स्टिक पैन या कास्ट आयरन तवा का इस्तेमाल करें।



इन पर दें ध्यान

सही कुकिंग स्टाइल अपनाने के लिए हमेशा सामग्री की सही तैयारी (मीज-एन-प्लास), तापमान का उचित नियंत्रण और सही पकाने की तकनीक का उपयोग करें। महत्वपूर्ण कुकिंग टिप्स में गरम तेल में हल्दी या लाल मिर्च डालते समय गैस की फ्लेम धीमी रखें ताकि मसाले जले नहीं और सब्जी का रंग व स्वाद बर्दग्न आएं। सब्जियों को काटने या छीलने के बाद कभी न धोएं, इससे उनके जरूरी पोषक तत्व पानी में बह जाते हैं। दाल या सब्जियां बनाते समय आवश्यकतानुसार ही पानी का उपयोग करें और उसे बाद में फेंके नहीं।कुकर में पुलाव या चावल बनाते समय थोड़ा सा नींबू का रस मिला देने से चावल के दाने एकदम खिले-खिले बनते हैं।

सेहतमंद रहने के लिए जरूरी है नींद पूरी करना

अच्छी सेहत के लिए लोभ 'स्लीप डिवोर्स' अपना रहे तेजी से, भरपूर नींद लेने की जरूरत समझ में आने लगी नई पीढ़ी को भी

एक अच्छी सेहत के लिए नींद कितनी जरूरी है ये हम सभी अक्सर पढ़ते-सुनते रहते हैं। पर क्या हमें रोजाना रात में अच्छी नींद मिल पा रही है? अध्ययन की रिपोर्ट से पता चलता है कि भारत सहित दुनिया के कई देशों में बड़ी आबादी नींद की समस्याओं से जूझ रही है। स्वस्थ शरीर के लिए रात में कम से कम सात से नौ घंटे अच्छी और निरबाध नींद जरूरी है। यही कारण है कि अमेरिकी में बड़ी संख्या में लोग अपनी रात की नींद को बेहतर बनाने में मदद के लिए 'स्लीप डिवोर्स' का विकल्प चुन रहे हैं।

अमेरिकन एकेडमी ऑफ स्लीप मेडिसिन (एएएसएम) के सर्वेक्षण के अनुसार, एक तिहाई से अधिक लोगों का कहना है कि साथी के खराबों की आवाज, पंखे की स्पीड, एसी के तापमान को सेट करने जैसी समस्याएं नींद में बाधा डालती हैं, इससे बचने के लिए पति-पत्नी कभी-कभी या लगातार अलग-अलग कमरों में सोते हैं। ये चलन भारत में भी बढ़ता हुआ देखा जा रहा है।

क्या 'स्लीप डिवोर्स' का चलन पति-पत्नी के आपसी संबंधों के लिए सही है या फिर दीर्घकालिक तौर पर इसके नुकसान हो सकते हैं, आइए स्वास्थ्य विशेषज्ञों से समझते हैं।



पहले जान लीजिए 'स्लीप डिवोर्स' क्या है?

'स्लीप डिवोर्स' जैसा कि नाम से ही स्पष्ट है कि ये 'नींद के लिए आपसी अलगाव' की एक शैली है। इसे ऐसे समझा जा सकता है कि अच्छी नींद पाने के लिए पति-पत्नी अलग कमरों, अलग बिस्तर पर या फिर अलग-अलग समय पर सोते हैं। साथी के खराबों की आवाज नींद को बाधित कर देती है, इसके अलावा एसी के तापमान, पंखे की गति या कुछ और चीजों को लेकर युगल में बहस या मतभेद हो सकती है, इसका असर उनकी नींद को प्रभावित न करे इसलिए कई देशों में ये चलन तेजी से बढ़ रहा है।

'स्लीप डिवोर्स' पर क्या है विशेषज्ञ की राय?

क्या 'स्लीप डिवोर्स' का चलन आपसी रिश्तों के लिए ठीक है, इस बारे में समझने के लिए हमने मनोचिकित्सक डॉ सत्यकांत त्रिवेदी से बातचीत की। डॉ सत्यकांत बताते हैं, नींद की समस्याएं रिश्तों को महत्वपूर्ण रूप से प्रभावित कर सकती हैं। बार-बार स्वास्थ्य विशेषज्ञ सभी लोगों को अच्छी नींद लेने के लिए सुझाव देते आ रहे हैं, ये मानसिक और शारीरिक दोनों प्रकार की सेहत के लिए जरूरी है। एक रात भी ठीक से नींद न पूरी होने का असर अगले दिन गुस्सा, थकान, चिड़चिड़ेपन के रूप में



आटे में मिलाएं बर्फ के टुकड़े, रोटी बनाने का यह तरीका नहीं जानती होंगी आप

गर्मियों में गैस के पास खड़े होकर रोटियां बनाना तो किसी को भी अच्छा नहीं लगता होगा और उस पर रोटियां खराब या कड़क बनें तब तो और भी बुरा। ऐसे में आटे से जुड़ी ये ट्रिक्स जरूर जान लें।

आटा गूंथना वैसे तो आसान है, लेकिन कई लोगों को यह बहुत बोरिंग काम लग सकता है। गर्मियों के समय तो किचन में खड़े रहना ही और मुश्किल लगता है। गर्मियों की एक और समस्या होती है कि आटा अगर आपने गूंथकर रख लिया, तो वह काला पड़ने लगता है या खट्टा हो जाता है। आटा फ्रिज में रखने के बाद भी खट्टा होने लगता है और यह वाकई अच्छा नहीं है। ऐसे में अगर आप कुछ ऐसी ट्रिक्स को आजमाएंगी जिससे फ्रिज में रखे हुए आटे से भी सॉफ्ट रोटी बने, तो आपके लिए अच्छा होगा। आज हम भी आपको कुछ ऐसी ही ट्रिक्स बताने जा रहे हैं, जो शायद आपको पसंद आएंगी।

रोटी का आटा ना पड़े काला उसके लिए क्या करें?

इस एक ट्रिक से ही आटे के काले और खट्टे होने की समस्या से छुटकारा मिल सकता है। दरअसल, जब भी हम आटा गूंथते हैं तब पानी का तापमान हमेशा ही रूम टेम्परेचर पर रहते हैं। पर इससे आटे में फर्मेंटेशन का प्रोसेस जल्दी होने लगता है। ऐसे में आटा थोड़ी देर के लिए भी अगर बाहर रह गया, तो वह काला पड़ने लगेगा। इसे रोकने के लिए आप बर्फ के टुकड़े डालकर पानी को जितना ठंडा हो सके उतना ठंडा करें और फिर उस पानी से आटा गूंथें।

ऐसा करने से आपका आटा फर्मेंटेशन प्रोसेस में नहीं जाएगा। अगर आप तुरंत रोटियां नहीं बनाने वाली हैं, तो आटे को गूंथ कर उसे तुरंत ही फ्रिज में रख दें।



किसी कटोरी या खुले हुए बर्तन में रखेंगी, तो आटा सख्त हो जाएगा। इसलिए बेहतर है कि उसे तुरंत ही एयरटाइट बर्तन में रख दें।

रोटियां हमेशा सॉफ्ट ही रहें उसके लिए क्या करें?

कई बार आटा अच्छा गूंथने के बाद भी हम रोटियां ठीक से नहीं बना पाते हैं। उसका कारण होता है आटे का ठीक से मिक्स ना होना। इस एक समस्या का हल भी एक छोटी सी ट्रिक से हो जाएगा। आपको करना यह है कि आटा थोड़ा कम पानी डालकर गूंथें और जब यह हो जाए, तो उसके ऊपर से दो तीन चम्मच पानी डालकर उसे रेस्ट करने के लिए ढक कर 10 मिनट छोड़ दें। 10 मिनट बाद उसे दोबारा निकालें और फिर से गूंथ लें। अब आप पाएंगी कि आपका आटा बहुत ज्यादा सॉफ्ट हो गया है और इस आटे का टेक्सचर भी पहले से ज्यादा स्मूथ हो गया है। इस ट्रिक में बस आपको यह ध्यान रखना है कि कहीं गलती से भी आटे में जरूरत से ज्यादा पानी ना मिल जाए।

बच्चे खुद रखें साफ-सफाई का ध्यान, अभिभावक छोटी उम्र से ही तैयार करें भविष्य के नागरिक

माता-पिता की जिम्मेदारी है कि वे अपने बच्चों में साफ-सफाई की अच्छी आदतें डालें, क्योंकि ये उनकी सेहत और लाइफस्टाइल, दोनों से जुड़ी हैं। बच्चे कुछ बड़े क्या होते हैं कि खुद से नहाने की जिद करने लगते हैं। आप जब उन्हें नहलाती हैं तो उनकी साफ-सफाई का पूरा ध्यान रखती हैं। लेकिन वे खुद से इस उम्र में सही तरह से नहीं नहा सकते, जिससे उन्हें कई तरह की बीमारियों का खतरा हो सकता है। इसी तरह बच्चों की इम्युनिटी हमारे मुकाबले काफी कमजोर होती है और ऐसे में सेहत के प्रति

बरती गई थोड़ी-सी लापरवाही भी उन्हें बीमार कर सकती है। इसलिए बेहतर होगा कि आप बच्चों की हाइजीन का खास ख्याल रखें और उन्हें छोटी उम्र से ही बॉडी हाइजीन हैबिट्स सिखाएं।

हाथों की सफाई

सेहतमंद रहने के लिए हाथों की सफाई बहुत जरूरी है। हमारे हाथों पर कई तरह के बैक्टीरिया और वायरस होते हैं। ये बैक्टीरिया और वायरस हमारे शरीर के भीतर सबसे आसानी से हाथों से ही पहुंचते हैं। इसलिए

देखने को मिलता है।

अलग सोने की व्यवस्था व्यावहारिक दृष्टिकोण के रूप में उभर रही है। ये किसी भी तरह से रिश्ते के विफल होने का संकेत नहीं है बल्कि नींद की गुणवत्ता को बढ़ावा देने के लिए दंपति अगर ऐसा फैसला करते हैं तो इसे बेहतर सेहत के लिए अच्छा कदम माना जा सकता है।

नींद की गुणवत्ता में इससे हो सकता है सुधार

डॉ सत्यकांत कहते हैं, युगल अगर अपनी समस्याओं के बारे में खुलकर बात करते हैं और नींद की गुणवत्ता को



प्राथमिकता देने के लिए 'स्लीप डिवोर्स' का फैसला लेते हैं तो इसके दीर्घकालिक स्वास्थ्य लाभ भी हो सकते हैं। इससे न सिर्फ अच्छी नींद लेने में मदद मिलती है साथ ही मानसिक तौर पर शांति मिलने से आपसी प्रेम बढ़ता है और झगड़ा-चिड़चिड़ेपन की दिक्कत भी दूर होती है। अनिद्रा वैश्विक स्तर पर तेजी से बढ़ती गंभीर स्वास्थ्य समस्या है, 'स्लीप डिवोर्स' का चलन कुछ हद तक इसमें मददगार हो सकता है।

इन बातों का ध्यान रखना भी जरूरी

मनोचिकित्सक कहते हैं, 'स्लीप डिवोर्स' की पहली और सबसे जरूरी शर्त ये है कि इसमें युगल की आपसी सहमति हो, वरना अलग-अलग सोने से भावनात्मक दूरी पैदा हो सकती है, खासकर अगर इससे शारीरिक संबंध प्रभावित होते हैं। इसलिए नींद को प्रभावित करने वाली समस्याओं के बारे में खुलकर बातचीत की जानी चाहिए।

घर का फर्नीचर साफ करने अपनाएं किफायती उपाय

महंगे फर्नीचर को चमकाने के लिए घर में मौजूद कुछ चीजों को पानी में मिलाकर घोल बना



सकती हैं। इस घोल को कपड़े पर स्प्रे कर फर्नीचर साफ करें। यह मुफ्त का घोल मिनटों में कमाल कर, फर्नीचर को नया जैसा चमकाएगा। इसकी मदद से महंगे से महंगा फर्नीचर भी चकाचक हो जाएगा।

फर्नीचर को इस होममेड घोल से बनाएं चकाचक

आपके घर का महंगा फर्नीचर समय के साथ अपनी चमक खोने लगता है, लेकिन इसे फिर से नया जैसा बनाने के लिए आपको महंगे क्लीनर खरीदने की जरूरत नहीं है। आपकी रसोई में ही कुछ ऐसी चीजें मौजूद हैं, जिनसे आप एक ऐसा प्रभावी घोल बना सकती हैं और इससे मिनटों में फर्नीचर की खोई हुई चमक वापस ला सकती हैं। दरअसल हम बात कर रहे हैं नारियल तेल और नींबू के घोल की। यह घोल लकड़ी, लैमिनेट और कुछ हद तक धातु के फर्नीचर के लिए बेहद प्रभावी है। नींबू का रस गंदगी और चिकनाई को काटता है, जबकि नारियल तेल फर्नीचर को नमी देता है और प्राकृतिक चमक प्रदान करता है।

महंगे फर्नीचर के लिए घोल तैयार करने का तरीका

एक स्प्रे बोतल या एक साफ बोतल में नारियल तेल और नींबू का रस डालें।सभी सामग्री को अच्छी तरह से मिलाएं। चूँकि तेल और नींबू का रस सीधे पूरी तरह से नहीं घुलते, इसलिए हर बार इस्तेमाल करने से पहले बोतल को अच्छी तरह से हिलाना जरूरी है।

अच्छी तरह साफ करें। वे खेलने, जानवरों को छूने, रोगियों से मिलने और बाहर से घर आने के बाद अच्छी तरह साबुन से अपने हाथों को साफ करें।

दांतों पर ध्यान

बच्चों के दांत आने के बाद आप उन्हें सही तरीके से उनकी सफाई करना सिखाएं। इसके अलावा कुछ भी खाने के बाद कुल्ला करना, सोने से पहले ब्रश करना और कोई भी ऐसी-वैसी चीज मुंह में लेने से मना करें। दांतों को साफ रखने की आदत उन्हें कैविटी से



व्हे प्रोटीन अधिक लेने के हैं ये साइड इफेक्ट, इसलिए ध्यान से करें सेवन

बॉडी बिल्डिंग और फिटनेस की दुनिया में व्हे प्रोटीन ऐसा सप्लीमेंट की है, जिसे अधिकतर लोग लेते हैं। इतना ही नहीं इसकी डिमांड भी सबसे अधिक होती है। दुनिया में हजारों ब्रांड व्हे प्रोटीन बनाते हैं। लेकिन लोग ईडिया में बिकने वाले कुछ बेस्ट व्हे प्रोटीन ब्रांड पर ही विश्वास करते हैं और उनका सेवन करते हैं।

फिटनेस इंडस्ट्री में सबसे अधिक डुप्लीकेसी जिस सप्लीमेंट की है, वो भी व्हे प्रोटीन ही है। इसलिए इसे लेने से पहले व्हे प्रोटीन असली है या नकली, इसकी जांच करना जरूरी है।

व्हे प्रोटीन वेट लॉस और बॉडी बिल्डिंग में मदद करता है। इसी कारण अधिकतर फिटनेस फ्रीक इसका सेवन करते हैं। यह तुरंत अब्जॉर्ब होकर मसल्स रिकवरी करता है।

इसके अलावा भी व्हे प्रोटीन के कई फायदे हैं। जैसे : प्रोटीन का कंस्लीट सोर्स, पचने में आसान होता है। इसे आप शेक में मिक्स करके भी पी सकते हैं। साथ ही यह फास्ट मसल्स रिकवरी में भी मददगार होता है।

एक्सपर्ट के मुताबिक, नॉर्मल पर्सन को 0.8-1 ग्राम /



किलो बॉडी वेट प्रोटीन का सेवन करना चाहिए। वहीं फिटनेस फ्रीक को 1.5-1.8 ग्राम / किलो बॉडी वेट और हाई इंटेन्सिटी वर्कआउट करने वाले लोगों को 2 ग्राम / किलो

बॉडी वेट के हिसाब से प्रोटीन लेना चाहिए।

प्रोटीन का अधिकतर हिस्सा प्रोटीन फूड से आना चाहिए। लेकिन कुछ लोग ज्यादा हिस्सा व्हे प्रोटीन से लेने की कोशिश करते हैं। ऐसा करने से प्रोटीन की मात्रा तो पूरी हो सकती है, लेकिन इसके कुछ साइड इफेक्ट होते हैं।

एक्सपर्ट अधिक मात्रा में व्हे प्रोटीन का सेवन करने की सलाह नहीं देते। इसलिए इस आर्टिकल में हम आपको अधिक व्हे प्रोटीन लेने के साइड इफेक्ट के बारे में बताएंगे।

पाचन संबंधी समस्याएं

व्हे प्रोटीन के अधिकतर साइड इफेक्ट डाइजेशन / पाचन संबंधी होते हैं। जो लोग व्हे प्रोटीन का अधिक सेवन करते हैं या जो लोग इसे डाइजैस्ट नहीं कर पाते उन लोगों में सूजन, गैस, पेट में ऐंठन और दस्त जैसे लक्षण आ सकते हैं।

ये साइड इफेक्ट लैक्टोज की मात्रा ज्यादा होने से जुड़े होते हैं। व्हे प्रोटीन में लैक्टोज मुख्य कार्ब का कारण करता है। जो लोग लैक्टोज असहिष्णु हैं, उनको इसका सेवन करने से डाइजेशन संबंधित समस्याएं हो सकती हैं। इसका कारण है कि उनकी बॉडी पर्याप्त लैक्टोज एंजाइम का प्रोडक्शन नहीं करती, जिससे शरीर को लैक्टोज पचाने में परेशानी होती है।

रिसर्च के मुताबिक, लैक्टोज असहिष्णुता आम बात है। यह दुनियाभर में 75% लोगों को प्रभावित कर सकती है। यदि आप लैक्टोज असहिष्णु हैं तो व्हे प्रोटीन आइसोलेट का सेवन करें।

असंतुलित न्यूट्रिशन

नेचुरल फॉर्म में प्रोटीन का सेवन सुरक्षित माना जाता है, क्योंकि वो न्यूट्रिशन से भरपूर होता है। लेकिन जब व्हे प्रोटीन की बात आती है तो इसे संसाधित किया जाता है और विभिन्न केमिकल प्रोसेस से होकर गुजरता है।



बचाएगी। साथ ही बच्चों में ज्यादा से ज्यादा पानी पीने की आदत डालें। इससे उनके मुंह से बदबू नहीं आएगी और वे दिन भर हाइड्रेंट भी रहेंगे।

वॉशरूम में

टॉयलेट भी ऐसी जगहों में से एक है, जहां से सबसे ज्यादा बीमारियां फैलती हैं। इसलिए आप बच्चों को छोटी उम्र से ही साफ तरीके से टॉयलेट यूज करना सिखाएं, ताकि उन्हें कोई बीमारी न लगे। आप उन्हें बताएं कि टॉयलेट को बिना गंदा किए इस्तेमाल करें।

रायपुर बाजार

Contact For Advertisement
79871 19756
90981 38778

पटेल बोरवेल्ल्स

संतोषी नगर, रायपुर

9200003357, 7999898750

Kinkor, KINKO, C.R.I. PUMPS, JALPURA

मोटर वाईडिंग, 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

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

93404-44755

फिल्म इवेंट

हॉलीवुड

'द टर्मिनेटर' श्वार्जनेगर ने दिया ऑफर, कहा- फिटनेस के लिए नुकसान उठाने को तैयार

हॉलीवुड के दिग्गज कलाकार अर्नोल्ड श्वार्जनेगर ने अपना 79वां जन्मदिन खास अंदाज में मनाया है। उन्होंने लोगों से अपील की कि उन्हें तोहफे भेजने के बजाय अपनी फिटनेस बनाने पर ध्यान दें। इस एक्टर और कैलिफोर्निया के पूर्व गवर्नर ने इंस्टाग्राम पर अपनी तस्वीरें शेयर कीं, जिनमें वे वर्कआउट करते दिख रहे थे। साथ ही, उन्होंने अपने फिटनेस ऐप के नए यूजरस के लिए एक खास ऑफर की घोषणा भी की। श्वार्जनेगर ने अपनी तस्वीरों के साथ लिखा, 'आज मैं 79 साल का हो गया हूं। मुझे कोई तोहफा नहीं चाहिए। इसके बजाय, मैं और मेरी टीम फिटनेस इंडस्ट्री में बड़ा बदलाव लाना जा रहे हैं।' उन्होंने अपने क्लब में नए यूजरस को ऑफर देते हुए लिखा 'नए यूजरस 9 अगस्त तक सात दिन के फ्री ट्रायल के लिए साइन अप कर सकते हैं और फिर पहले साल के लिए 100 डॉलर का भुगतान कर सकते हैं।' उन्होंने आगे कहा कि जो यूजरस फािर फिटनेस प्रोग्राम पूरे करेंगे, उन्हें उनके 100 डॉलर वापस मिल जाएंगे। फिटनेस के प्रति अपने जीवन भर के जुनून के बारे में बात करते हुए श्वार्जनेगर ने लिखा, 'मैं छह दशकों से लोगों को ट्रेनिंग के लिए प्रेरित करने की कोशिश कर रहा हूं और आखिरकार मुझे कुछ ऐसा मिल गया है जो काम करता है। अगर मैं आप में से लाखों लोगों को पूरे साल ट्रेनिंग करवा सकूँ, तो मैं नुकसान उठाने को भी तैयार हूँ।' अपनी फिटनेस पहलों के अलावा, श्वार्जनेगर एंटरटेनमेंट इंडस्ट्री में भी सक्रिय हैं। वे अभी नेटफ्लिक्स की एक्शन-कॉमेडी सीरीज 'फुबा' में काम कर रहे हैं और 'द मैन विद द बैग' में सांता क्लॉज का किरदार निभाने वाले हैं, जो 2 दिसंबर को प्राइम वीडियो पर रिलीज होगी।

टॉलीवुड

सलाह पर ट्रोल हुए अल्लू,स्टॉकिंग को बढ़ावा देने के लगे आरोप

'पुष्पा' फेम सुपरस्टार अल्लू अर्जुन बीते दिन हैदराबाद में एक फैन मीट में अपने चाहने वालों से रूबरू हुए। इस दौरान उन्होंने कुछ ऐसा कहा, जिसके लिए उन्हें ट्रोल किया जा रहा है। अभिनेता ने हालांकि, मजाकिया अंदाज में एक सलाह दी थी, मगर अब इस पर फजीहत हो रही है। आखिर क्या थी वह सलाह? अल्लू अर्जुन ने फैन मीट के दौरान लोगों से रूबरू होते हुए मजाकिया अंदाज में क्रश के घर के बाहर खड़े होने की सलाह दे डाली। दरअसल, अल्लू अर्जुन ने अपने प्रशंसकों, एंटी फैस और नफरत करने वालों से कहा कि वे दूसरों को ट्रोल करने में अपना समय बर्बाद न करें। इसके बजाय 'उस लड़की के घर के बाहर इंतजार करें, जिसे आप पसंद करते हैं'। पैन इंडिया स्टार को इसी टिप्पणी के लिए ट्रोल किया जा रहा है। अल्लू अर्जुन को एक वीडियो सोशल मीडिया पर वायरल हो रही है। अल्लू अर्जुन ब्लैक कलर के आउटफिट्स में नजर आ रहे हैं। उन्होंने लोगों को एक मैसेज दिया। एक्टर ने कहा कि ऑनलाइन नेगेटिविटी फैलाने में अपना समय बर्बाद नहीं करना चाहिए। लोगों को संबोधित करते हुए अल्लू अर्जुन ने कहा कि जिन लोगों को वे पसंद नहीं करते, उनसे नफरत करने में समय बर्बाद करने के बजाय, उन्हें उन चीजों पर ध्यान देना चाहिए, जिनसे उन्हें खुशी मिलती है। अभिनेता ने आगे कहा, 'मैं लंबे समय से अपने फैस, एंटी-फैस और हेटर्स से कुछ कहना चाहता था। अगर आप किसी को पसंद नहीं करते, तो उनसे नफरत करने और उन्हें ट्रोल करने में अपना समय बर्बाद न करें। अगर वे आपको पसंद नहीं हैं, तो उन्हें छोड़ दें। उन पर अपना एक प्रतिशत भी समय बर्बाद न करें। अगर आपके पास 100 रुपये हों, तो क्या आप उन्हें किसी ऐसी चीज पर खर्च करेंगे जो आपको पसंद नहीं है? बिल्कुल नहीं, खर्च न करें।

भोजपुरी

नेपो किड कहे जाने पर बोलीं रिवा-लंबे समय तक टिके रहने हर दिन करनी पड़ती है मेहनत

अभिनेता रवि किशन की बेटी रिवा किशन ने नेपो कहे जाने पर अपनी बात रखी है। हाल ही में वह रियलिटी शो 'अलायंस' में नजर आई थीं। उनका कहना है कि वह रवि किशन का सरनेम इस्तेमाल करने के साथ-साथ कुछ खास फायदे और दबाव भी महसूस करती हैं। एक आलेख में रिवा किशन कहती हैं-मैंने बहुत करीब से देखा है कि इस प्रोफेशन में असल में क्या चाहिए होता है। लोग अक्सर सफलता देखते हैं लेकिन मैंने उसे पाने के लिए बरसों का अनुशासन, हिम्मत और कड़ी मेहनत देखी है। अपने पिता को अलग-अलग इंडस्ट्रीज में काम करते और खुद को लगातार बदलते हुए देखकर मैंने सीखा कि लंबे समय तक टिके रहने के लिए हर दिन मेहनत करनी पड़ती है। वह आगे कहती हैं, 'मुझे रवि किशन की बेटी होने पर बहुत गर्व है, यह मेरी पहचान का एक ऐसा हिस्सा है, जिससे मैं कभी पीछे नहीं हटूंगी। लेकिन मैं यह भी जानती हूँ कि एक एक्टर के तौर पर मुझे अपनी अलग पहचान बनानी होगी और अपनी जगह खुद बनानी होगी।' वह कहती हैं 'उम्मीदें तो हमेशा रहेंगी, चाहे मेरे सरनेम की वजह से हों या इसलिए कि लोग यह देखने के लिए उत्सुक हों कि मैं क्या नया लेकर आती हूँ। मैंने इसे दबाव के बजाय प्रेरणा के तौर पर देखा है। मेरे लिए सफलता का मतलब अपने पिता की परछाई से बाहर निकलना नहीं है, बल्कि अपनी खुद की पहचान के साथ आत्मविश्वास से खड़े होना है।'



ट्रेड में फैशन



आम तौर पर ट्रेड एग्जिबिशन अपने सौदे पक्के करने और कमाई के लिए इंडस्ट्री का केंद्र होते हैं। लेकिन, लंदन में 'ब्रांड लाइसेंसिंग यूरोप' इवेंट ने इस आम सोच को बदलने की कोशिश की। यह यूरोप का सबसे बड़ा ट्रेड एग्जिबिशन है और यहां फैशन पर भी खुल कर बात हुई। खास कर बदलते ट्रेड पर नुमाइश में कई नामचीन डिजाइनरों ने हिस्सा लिया।

चाहिए ठलोइंग स्किन तो एक्सपर्ट की ये टिप्स करें

अगर आप गामया क बाद बारश क साजन म भी ग्लोइंग स्किन चाहती हैं तो एक्सपर्ट दी गयी टिप्स को फॉलो कर सकती हैं। मानसून सीजन में कई सारे वजहों से स्किन के ड्राई होने की समस्या पैदा हो जाती हैं। वहीं ऐसे में जरूरी है इस मौसम में स्किन की ज्यादा से ज्यादा ध्यान रखा जाए। वहीं मानसून सीजन में ड्राइनेस की समस्या न हो इसके लिए ब्यूटी एक्सपर्ट रेनु माहेश्वरी कुछ टिप्स दे रही हैं जिसकी मदद से स्किन के ड्राई होने की समस्या से निजात पाया जा सकता है। दूध: एक्सपर्ट ने बताया हैं कि समर सीजन में त्वचा की ड्राइनेस को खत्म करने के लिए दूध का इस्तेमाल किया जा सकता हैं। दूध में कई सारे विटामिन्स प्रोटीन्स होते हैं और इन दोनों चीजों को मदद से हाथों को ड्राइनेस को खत्म हो सकता है। थोड़ा-सा दूध लें। दूध से हाथ-पैरों पर मसाज करें। इसके बाद साफ पानी से हाथ-पैरों को धो लें। चावल का आटा: एक्सपर्ट के अनुसार,चावल का आटाभी ड्राइनेस को खत्म करने के लिए इस्तेमाल किया जा सकता हैं। चावल के आटे में कई सारे गुण और पोषक तत्व होते हैं। वहीं शहद की मदद से भी आप हाथों की ड्राइनेस की खत्म हो सकती हैं।



इस तरह करें इस्तेमाल: चावल के आटे को आप 20 मिनट तक के लिए पानी में भीगा लें इसमें शहद को ऐड करें। इस पेस्ट से हाथों और पैरों को स्क्रब करें। इसके बाद हाथों और पैरों को मॉइस्चराइज का इस्तेमाल करें।

सलवार-सूट की सही फिटिंग आएगी ऐसे

किसी भी लुक को खास बनाने के लिए कपड़ों की सही फिटिंग आना बेहद जरूरी होता है। इसके लिए आप फैब्रिक का खास खयाल रखें। सलवार-सूट को हर मौके के लिए कई तरह से स्टाइल किया जाता है। इसका डिजाइन भी ओकेजन के हिसाब से ही बनवाया जाता है। तेजी से बदलते दौर में आपको रेडीमेड सलवार-सूट की काफी बड़ी बेरायटी देखने को मिल जाएगी, लेकिन परफेक्ट फिटिंग पाने के लिए हम सलवार-सूट को खुद सिलवाना पसंद करते हैं। कई बार कुछ गलतियों के कारण सूट की सही फिटिंग नहीं आ पाती है और हमारा पूरा लुक बिगड़ जाता है। तो आइये आज हम बताने वाले हैं किन कारणों से सलवार-सूट में सही फिटिंग नहीं आ पाती है और कैसे इन्हें सुधारा जा सकता है।

गिरते कंधों को सही फिटिंग कैसे दें?

अक्सर सूट के कंधे गिरने लगते हैं, जिससे पूरे लुक की फिटिंग खराब नजर आने लगती है। इसका मुख्य कारण ज्यादा बड़े और चौड़े नेक डिजाइन भी हो सकता है। इस वजह से ब्रा स्ट्रेप भी बाहर नजर आने लगते हैं। इस तरह की परेशानी से बचने के लिए आप तिच बटन



लगवा सकती हैं और ब्रा के स्ट्रेप में सूट को पिन अप कर सकती हैं। इसके अलावा आप सूट को सही फिटिंग और स्टाइलिश लुक पाने के लिए बैक की नेकलाइन में डोरी भी लगवा सकती हैं। मार्केट में आपको अनेक तरह के कपड़ों की बेरायटी देखने को मिल जाएगी। अब आपको अपनी बॉडी शोप और जरूरत के अनुसार ही फैब्रिक को चुनना है।

कार्नर न्यूज

क्या आपने कभी सोचा है कि कुछ व्यक्ति अपने पहने हुए कपड़ों के कारण काफी स्टाइलिश क्यों दिखते है? इसका जवाब है क्योंकि वह उनके महत्व को भलीभांति जानते हैं। जब आप अपने कपड़ों के कारण लोगों का ध्यान आकर्षित करते हैं तो आप भीड़ से कुछ अलग नजर आते हैं। अगर आप भी भीड़ से जुदा दिखना चाहते हैं तो शर्ट के कॉलर से लेकर जूते तक ये चार चीजें अपनाएं ताकि लोगों का ध्यान आपके ऊपर भी जाए।

सीक्रेट, जिन्हें केवल स्टाइलिश पुरुष ही जानते हैं

क्या आपने कभी सोचा है कि कुछ व्यक्ति अपने पहने हुए कपड़ों के कारण काफी स्टाइलिश क्यों दिखते है? इसका जवाब है क्योंकि वह उनके महत्व को भलीभांति जानते हैं। जब आप अपने कपड़ों के कारण लोगों का ध्यान आकर्षित करते हैं तो आप भीड़ से कुछ अलग नजर आते हैं। अगर आप भी भीड़ से जुदा दिखना चाहते हैं तो शर्ट के कॉलर से लेकर जूते तक ये चार चीजें अपनाएं ताकि लोगों का ध्यान



कपड़ों से लेकर डिजाइन तक में बरतें सावधानी

मेंस फैशन के कुछ सीक्रेट आपको देंगे अलग लुक स्टाइलिश दिखने के लिए जरूरी है इन्हें अपनाएं

आपके ऊपर भी जाए।

उस कॉलर का चुनाव करें, जो आपके चेहरे पर फिट हो

अगर आपका चेहरा गोल है तो आप पतले कॉलर की शर्ट पहनें, जिससे आपके चेहरे को लंबाई मिलेगी। अगर आपका चेहरा सामान्य है तो सेमी-स्प्रेड कॉलर वाली शर्ट पहनें, जिसपर टाई खूब जंचेगी। अगर आपका चेहरा पतला है तो फैले हुए कॉलर वाली शर्ट पहनें, जिससे आपका जॉलाइन बड़ा दिखाई देगा। शर्ट के शोल्डर्स ठीक उसी जगह आने चाहिए जहां आपके शोल्डर्स हैं, जिससे शर्ट की रूपरेखा निखर कर सामने आएगी। शर्ट की बाजू आपको कलाई से ठीक ऊपर खत्म होनी चाहिए। अगर आप चाहते हैं तो अपनी शर्ट के कफ को एक चौथाई इंच तक छोड़ सकते हैं। अपने टेलर से कहें कि आपके जैकेट को ज्यादा नीची



न करें क्योंकि ज्यादा लंबी जैकेट स्टाइल खराब करती है।

अपनी लंबाई के हिसाब से कपड़े पहनें

अगर आपकी लंबाई कम है तो एक बटन वाला सूट पहनें। एक बटन वाले सूट में आपकी ज्यादातर शर्ट दिखाई देगी, जिससे आप लंबे लगेंगे। अगर आपकी लंबाई सामान्य है तो बटन वाला सूट पहनें। हकीकत है कोई भी व्यक्ति दो बटन वाले सूट में बुरा नहीं दिखाई देता।

आपको परफेक्ट लुक देंगे आउटिंग के लिए कुछ खास आउटफिट्स



मानसून सीजन में अक्सर महिलाएं कहीं न कहीं घूमने का प्लान बना लेती हैं लेकिन आउटिंग के दौरान महिलाएं एक ऐसे आउटफिट चाहती हैं जिसमें वो खूबसूरत नजर आए। आपको कुछ मैक्सी ड्रेस के बारे में जानना चाहिए, जिन्हें आप आउटिंग के दौरान वियर कर सकती हैं। इस तरह के आउटफिट्स में जहां आप खूबसूरत लगेंगी तो वहीं इन ड्रेस को वियर करने के बाद आप भीड़ से भी अलग नजर आएंगी।

पलोरल मैक्सी ड्रेस

इन दिनों ये प्लोरल मैक्सी ड्रेस काफी ट्रेंड में हैं और इस तरह की ड्रेस को आप आउटिंग के दौरान वियर कर सकती हैं। ब्लैक कलर की ये मैक्सी ड्रेस पॉलिस्टर में है और इस ड्रेस में आप काफी खूबसूरत भी नजर आएंगी। इस ड्रेस को ऑनलाइन या फिर बाजार से खरीद सकती हैं।

जॉजेंट मैक्सी ड्रेस

इस तरह की जॉजेंट डिजिटल प्रिंटेड मैक्सी ड्रेस में आप भीड़ से अलग नजर आएंगी। ये मैक्सी ड्रेस जॉजेंट में है साथ ही इसमें फ्लावर प्रिंट है। वहीं ये ड्रेस इस हाफ स्लीव्स में आती है और इस वजह से इस समर सीजन में आउटिंग के दौरान वियर करने के लिए बेस्ट हैं। इस तरह की ड्रेस को आप बाजार से ले सकती हैं या फिर ऑनलाइन भी खरीद सकती है। ये ड्रेस आप 700 तक की कीमत में खरीद सकती हैं।

मल्टीकलर मैक्सी ड्रेस

मल्टीकलर मैक्सी ड्रेस आउटिंग के साथ-साथ किसी पार्टी के दौरान भी वियर कर सकती हैं। यह मल्टीकलर मैक्सी ड्रेस पॉलिस्टर में है और इस तरह की ड्रेस को आप जहां खूबसूरत नजर आएंगी तो वहीं आप भीड़ से अलग लगेंगी।



बेस्ट आईलाइनर चुनिए, बढ़ जाएगी आंखों की रौनक

आंखों की खूबसूरती बढ़ाने के लिए आप भी आइलाइनर लगाते वक़्ते बताए गए तरीकों को अपना सकती हैं। किसी का चेहरा एक सा नहीं होता है और चेहरे को युनिक बनाते हैं आंख, नाक, होंठ और आइब्रो के शेप। हमारे फीचर्स ही हमारा लुक तय करते हैं और इन्हें संवारने के लिए अब हमारे पास बहुत सारे विकल्प हैं। हम ब्यूटी प्रोडक्ट्स के इस्तेमाल से ही अपने फेशियल फीचर्स को सुधार सकते हैं। आंखों के भी अलग-अलग शेप होते हैं और इन्हेस और भी ज्यादा खूबसूरत बनने के लिए आप आइलाइनर का सहारा ले सकती हैं। आंखों के शेप में बादाम के शेप की आंखें,राउंडेड आई शेप,क्लोज सेट आई शेप और मोनोलिड आई शेप खास हैं।

बादाम के शेप की आंखें

अगर आपकी आंखों का आकार बादाम के शेप जैसा है तो आपको बता दें कि इस आई शेप को सबसे खूबसूरत माना जाता है। आप इस तरह की आंखों में आइलाइनर से कई तरह के प्रयोग कर सकती हैं। इन आंखों को बड़ा दिखाने की जरूरत नहीं होती है, मगर इनकी खूबसूरती में चार-चांद लगाने हैं तो आप आइलाइनर से आउटर कॉनर पर विंग निकाल सकती हैं।



मोनोलिड आई शेप

मोनोलिड आई शेप बहुत ही छोटा होता है और आमतौर पर इस तरह के आई शेप को संवारना बहुत कठिन होता है। आपको कई ऐशियन देशों के लोगों के आइशेप इस तरह के मिल जाएंगे। भारत में पूर्वी राज्यों की महिलाओं की आंखें भी कभी-कभी इसी शेप में पाई जाती हैं। इसके लिए आपको आंखों के इनर कॉनर से मोटा आइलाइनर लगाते हुए आंखों के आउटर कॉनर तक लाना चाहिए और लाइन को और मोटा कर देना चाहिए। अगर आपकी आंखें छोटी हैं तो आपको आइलाइनर इस तरह लगाना चाहिए कि वह बड़ी नजर आए। आमतौर पर क्लोज सेट आई शेप ऐसा ही होता है। कई बार इस तरह की आंखों में एक आंख छोटी और एक आंख बड़ी होती है।