

सत्संग में भगदड़, केस दर्ज साजिश या हादसा, होगी जांच

हरिभूमि न्यूज नई दिल्ली/हाथरस

सत्संग भगदड़ हादसे के बाद हाथरस में हर जगह मातम का माहौल है। इस दर्दनाक हादसे में अब तक 121 लोगों की मौत की पुष्टि हो चुकी है। जिसने भी इस हादसे के बारे में सुना, उसकी आंखें भर आईं। पुलिस ने केस दर्ज किया है।

यूपी के सीएम योगी आदित्यनाथ ने बुधवार को यहां धार्मिक समारोह स्थल पर पहुंचे और घटना में घायल हुए लोगों से मुलाकात की। मुख्यमंत्री योगी आदित्यनाथ ने घटना में साजिश की आशंका जाहिर करते हुए इसकी न्यायिक जांच कराने का बुधवार को ऐलान किया। सेवानिवृत्त न्यायमूर्ति ब्रजेश कुमार श्रीवास्तव अध्यक्ष होंगे। उन्होंने घटना में साजिश की तरफ इशारा करते हुए कहा, यह हादसा था या कोई साजिश और अगर साजिश थी तो इसमें किसका हाथ है।

किसी की पसली टूटी तो किसी का दम घुटा

हादसे में जान गंवाने वाले 102 मुक्तकों के शवों की पोस्टमॉर्टम रिपोर्ट में अधिकतर मौतों का कारण पसली टूटना, फेफड़े फट जाना व भगदड़ में दम घुटना आया है। पोएम रिपोर्ट में चोट लगना इस बात को दर्शाता है कि सत्संग स्थल पर भगदड़ में कैसे लोग एक-दूसरे को रौंदते हुए चलते गए।



छत्तीसगढ़, मध्यप्रदेश, हरियाणा व दिल्ली से एक साथ प्रकाशित

समाचार ही नहीं, विचार भी

हाथरस भगदड़ में अपने बच्चों को खोकर सदमे में कई परिवार

दो बच्चों के पिता का छलका दर्द...कहा- जिसने हंसी देने की बात कही, उसने रुलाकर भेजा



मुख्य सेवादार समेत अन्य पर केस

पुलिस ने मुख्य सेवादार और अन्य के खिलाफ प्राथमिकी दर्ज की है। भारतीय न्याय संहिता की धारा 105 (गैर इरादतन हत्या), 110, 126 (2) (गलत तरीके से रोकना), 223 (लोक सेवक द्वारा जारी आदेश की अवज्ञा), 238 (साक्ष्यों को मिटाना) के तहत मुकदमा दर्ज किया गया है।

सत्संग में मची भगदड़ से शाहजहांपुर के कई परिवारों की खुशियां कुचल गईं। कांट के गांव भमौली निवासी आनंद बिहारी के नौ साल के पुत्र आयुष व तीन साल की बेटी काव्या की मौत हो गई। उनकी मौत की खबर सुनकर गांव में बाबा रामविलास व दादी सावित्री बिलख पड़ीं। आनंद जयपुर में प्राइवेट नौकरी करते हैं। घटना की खबर मिलते ही वह रात में ही अपने घर आ गए। मासूम बच्चों की मौत के बाद से उनके आंसू नहीं थम रहे। मां दुर्गाश बच्चों के शवों को सीने से लगाकर रो-रोकर बेसुध हो गईं। आनंद ने कहा कि इतना बड़ा नुकसान हो जाएगा, इसका अंदाजा नहीं था। गांव भमौली निवासी आनंद बिहारी भोले बाबा के अनुयायी हैं। हाथरस में सत्संग की सूचना पर आनंद की पत्नी दुर्गाश, बहन रामा व सीमा व बेटे आरुष, आयुष और काव्या के साथ शोष पेज 4 पर



बाबा ने खुद को बताया बेकसूर

खुद को भोला बाबा बताने वाले सूरजपाल उर्फ नारायण साकार हरि का बयान भी आया। खुद को निर्दोष बताते हुए भोला बाबा ने कहा वो तो पहले ही निकल गया था और भगदड़ आसामाजिक तत्वों की वजह से हुई है। ये बाबा खुलकर सामने नहीं आया है। बस बयान जारी किया है। धार्मिक उपदेशक भोले बाबा ने दो दशक पहले पुलिस की नौकरी छोड़ दी थी। उसके कई आश्रम हैं। इनमें सबसे बड़ा आश्रम मैनापुरी में है जिसके बाहर बुधवार को पुलिस ने घेरा डाल दिया।

POOJA SPINE
आरामदायक और दमदार
+91 9912000025

खबर संक्षेप

अमरनाथ मंदिर के लिए 5,700 श्रद्धालु रवाना

जम्मू। दक्षिण कश्मीर हिमालय में स्थित अमरनाथ गुफा मंदिर के लिए 5,700 से अधिक तीर्थयात्रियों का नया जत्था बुधवार को जम्मू से रवाना हुआ।

मंगलवार शाम तक 74,000 से अधिक तीर्थयात्रियों ने 3,880 मीटर की ऊंचाई पर स्थित गुफा मंदिर में बाबा बर्फानी के दर्शन किए।

सेना प्रमुख ने एलओपी पर की तैयारियों की समीक्षा

पुंछ/जम्मू। सेना प्रमुख जनरल उपेंद्र द्विवेदी ने जम्मू-कश्मीर में सुरक्षा स्थिति और नियंत्रण रेखा पर सैनिकों की अभियानगत तैयारियों का जायजा लिया।

सीयूईटी-यूजी के रिजल्ट जल्द घोषित होंगे

नई दिल्ली। यूजीसी के अध्यक्ष एम. जगदीश कुमार ने बुधवार को कहा कि संयुक्त विश्वविद्यालय प्रवेश परीक्षा-स्नातक के परिणाम घोषित करने की तारीख का ऐलान जल्द किया जाएगा। स्नातक पाठ्यक्रमों में दाखिले के लिए महत्वपूर्ण परीक्षा सीयूईटी-यूजी के परिणाम 30 जून तक घोषित किए जाने थे।

हंसते दांत, मुस्कराते दांत आसानी से आते दांत...
100 वर्ष सेवा के
दांत निकलते वक्त बच्चों को देने के लिए
डॉ. वडनेरे टीथिंग सायरप
अन्य उत्पाद: डॉ. वडनेरे एक्सपेक्टोरेंट (कफ वाली खांसी के लिए उत्तम)
वडनेरे केमिकल वर्क्स, इन्डौर (Serving Since 1924)
रायपुर • अपेक्स फार्मा © 90283-11247
आशा डिस्ट्रीब्यूटर © 92011-77000
पूजा ट्रेडर्स © 82090-10223
राजपाल ट्रेडर्स © 98930-89300
राजनांददाबाब • महेश एजेंसी © 88391-51023
Be regular in your child's vaccinations - A Vadnere Chemicals Initiative

राज्यसभा में पीएम मोदी के जवाब के बीच में ही विपक्ष ने किया बहिर्गमन

मोदी बोले- नीट पेपर लीक के दोषियों को 'सख्त से सख्त' सजा दिलाने उठाए जा रहे कदम

हरिभूमि न्यूज नई दिल्ली

प्रधानमंत्री मोदी ने राज्यसभा में राष्ट्रपति अभिभाषण पर धन्यवाद प्रस्ताव पढ़ते हुए चर्चा का जवाब देते कहा कि उनकी अपेक्षा थी कि चर्चा के दौरान विपक्षी दलों के सदस्य दलीय अपेक्षाओं से ऊपर उठकर पेपर लीक के विषय पर अपनी राय रखेंगे। उन्होंने कहा, लेकिन दुर्भाग्य से इतना संवेदनशील मुद्दा, मेरे देश के नौजवानों के भाग्य से जुड़ा मुद्दा भी, इन्होंने (विपक्षी सदस्यों ने) राजनीति की भेंट चढ़ा दिया। इससे बड़ा दुर्भाग्य क्या हो सकता है। मोदी ने देश के युवाओं को यह आश्वासन दिया कि उन्हें धोखा देने वालों को सरकार नहीं छोड़ेगी। उन्होंने कहा, मेरे देश के नौजवानों के भविष्य के साथ खिलवाड़ करने वालों को सख्त से सख्त सजा मिले, इसके लिए एक के बाद एक कदम उठाये जा रहे हैं। उन्होंने कहा कि इन गड़बड़ियों के खिलाफ संसद में एक कानून भी सरकार ने बनाया है। प्रधानमंत्री ने शोष पेज 4 पर

प्रधानमंत्री मोदी ने उच्च सदन में राष्ट्रपति अभिभाषण पर धन्यवाद प्रस्ताव पढ़ते हुए चर्चा का जवाब देते हुए नीट यूजी को लेकर बड़ी बात कही। पीएम मोदी ने नीट-यूजी सहित कई प्रतियोगी परीक्षाओं के प्रश्न पत्र लीक होने के मामले में विपक्ष पर कई सकारात्मक सुझाव देने के बजाय केवल राजनीति करने का आरोप लगाया। प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी ने बुधवार को राज्यसभा में देश के युवाओं को आश्वासन दिया कि ऐसे मामलों में दोषियों को 'सख्त से सख्त' सजा दिलाने के लिए कदम उठाये जा रहे हैं। इस बीच, विपक्ष ने सदन से बहिर्गमन किया।

मोदी का मेन फोकस कांग्रेस पर रहा

प्रधान मंत्री नरेन्द्र मोदी ने आज पूरी सपीच के दौरान राहुल गांधी और कांग्रेस पार्टी को ही टारगेट पर रखा। जबकि कल से ही उन पर टारगेट करने वालों में तुण्मूल कांग्रेस और समाजवादी पार्टी के नेता भी शामिल थे, पर पीएम मोदी का फोकस कहीं और नहीं था। उन्होंने नेहरू, इंदिरा गांधी यहां तक राजीव गांधी की भी चर्चा की। मोदी की कोशिश यह साबित करने पर रही कि कांग्रेस अपने सदस्यों दलों के लिए परजीवी की तरह है।



संविधान की रक्षा को मुद्दा बनाने पर कांग्रेस को आड़े हाथ लिया

प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी ने 2024 के आम चुनाव में संविधान की रक्षा को मुद्दा बनाने के लिए बुधवार को कांग्रेस को आड़े हाथ लिया। उन्होंने कहा कि भारतीयों ने केवल एक ही बार इस मुद्दे पर मतदान किया जब उन्होंने आपातकाल के बाद 1977 में इंदिरा गांधी की सरकार को उखाड़ फेंका था। उन्होंने कहा कि हालिया लोकसभा चुनाव भी अगर संविधान की रक्षा का ही चुनाव था तो देशवासियों ने आजपा को इसके योग्य पाया। मोदी ने विपक्षी गठबंधन इंडिया पर लोकसभा चुनाव में संविधान की रक्षा का 'फर्जी विमर्श' गढ़ने का आरोप लगाया।

इधर, कांग्रेस ने साधा निशाना

झूठ बोलना उनकी आदत बन गई

कांग्रेस अध्यक्ष मल्लिकार्जुन खड़गे ने बुधवार को आरोप लगाया कि प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी ने राज्यसभा में राष्ट्रपति के अभिभाषण पर लाए गए धन्यवाद प्रस्ताव पर चर्चा का जवाब देते हुए गलतबयानों की जिसके विरोध में विपक्ष को सदन से वाकआउट करना पड़ा। उन्होंने संसद भवन परिसर में संवाददाताओं से बातचीत में यह दावा भी किया कि झूठ बोलना और लोगों को भ्रमित करना प्रधानमंत्री मोदी की आदत बन गई है। खड़गे ने जब संवाददाताओं को संबोधित किया तो उनके साथ कांग्रेस संसदीय दल की प्रमुख सोनिया गांधी और इंडिया गठबंधन के कई एडवोकेट दलों के नेता भी थे। राज्यसभा में नेता प्रतिपक्ष ने आरोप लगाया, 'हम सबने इसलिए वाकआउट किया क्योंकि प्रधानमंत्री ने राष्ट्रपति के अभिभाषण पर चर्चा पर जवाब देते हुए कुछ गलत बातें सदन में रखीं।

वारदात सीसीटीवी में कैद

दिनदहाड़े नकाबपोशों ने उड़ाए 30 लाख के जेवर



हरिभूमि न्यूज रायगढ़

पहले की गई थी रेकी

शहर के चक्रधरनगर चौक के पास बाइक सवार दो नकाबपोश करीब 30 लाख रुपए से अधिक सोने-चांदी के जेवरों को लूटकर सरेंआम चंपत हो गए। हालांकि, बदाशों का हुलिया सीसीटीवी कैमरे में कैद हो गया है लेकिन रात हो जाने की वजह से लुटेरों को दबोचने की पुलिस की अब तक की सारी कोशिशें नाकाफी साबित हुई हैं। बीते 2 जुलाई मंगलवार को रात करीब 9:15 बजे चक्रधरनगर चौक में रोज की तरह श्री शोष पेज 4 पर

खोजबीन जारी

उठाई गिरां की धरपकड़ के लिए शहर में नाकेबंदी कर पुलिस की चार टीम गठित कर सर्च ऑपरेशन शुरू किया गया है। संदिग्धों से पूछताछ जारी है। सीसीटीवी फुटेज भी तलाश जा रहे हैं आरोपी जल्द गिरफ्तार होंगे। डा. दिव्यांग पटेल, एसपी, रायगढ़

एसडीआरएफ की टीम ने निकाला

फोटोग्राफी पड़ी महंगी, चित्रकोट वाटरफाल में 5 घंटे फंसे रहे 3 युवक



हरिभूमि न्यूज जगदलपुर

मंगलवार शाम चित्रकोट वाटरफाल के तेज बहाव में बहे तीन युवकों को देर रात रेस्क्यू कर एसडीआरएफ की टीम द्वारा सुरक्षित बाहर निकाला गया। सेनानी संतोष कुमार ने बताया कि जगदलपुर निवासी नितीश कुमार कुंरे (22) वाटरफाल के नीचे किनी गोवा नामक स्थान पर पत्थर पर खड़े होकर वीडियो बना रहा था, वहीं शोष पेज 4 पर

शवों की आज तक नहीं हो पाई थी पहचान

8 मृतकों का दो साल बाद अंतिम संस्कार, 'सक्षम' ने किया पिंडदान

हरिभूमि न्यूज जगदलपुर



अस्थियों पुष्प वर्षा के साथ रवाना

कोरोना काल के दौरान बस्तर जिले में 8 लोगों की असांमयिक मृत्यु के बाद उनकी पहचान न होने के कारण उनकी अस्थियों का विसर्जन नहीं हो पाया था। इन अस्थियों को प्रवीर वाई स्थित मुक्तिधाम में सुरक्षित रखा गया था। बुधवार को सक्षम प्रमुख अविनाश गौतम ने पूरे विधि-विधान से पिंडदान के मंत्रोच्चार के बीच पिंडदान किया। अस्थि विसर्जन आंध्रप्रदेश के भद्राचलम स्थित गोदावरी नदी में किया जाएगा। जिला प्रशासन के सहयोग से सामाजिक संस्था शोष पेज 4 पर

इस कार्य में सहभागी बनने मात्रा प्रदेश अध्यक्ष व विधायक किरण देव भी उपस्थित रहे। अस्थियों को सम्मानपूर्वक पुष्प वर्षा के साथ भद्राचलम रवाना किया गया। किरण देव ने उन सभी मृत आत्माओं की शांति एवं मोक्ष प्राप्ति की प्रार्थना की। इस दौरान कलेक्टर विजय दयाराम के, संजय पांडे, अमिल लुक्कड़, सुनील नन्दाजी, चालीसागांवकर, एलेकजेंडर चैरियन व अन्य लोग उपस्थित थे।

टी20 रैंकिंग : पंड्या शीर्ष पर पहुंचने वाले पहले भारतीय

एजेंसी दुबई

हार्दिक पंड्या बुधवार को अंतरराष्ट्रीय क्रिकेट परिषद की टी20 अंतरराष्ट्रीय ऑलराउंडर रैंकिंग में शीर्ष पर पहुंचने वाले पहले भारतीय बने। हाल में संपन्न टी20 विश्व कप में खिताब जीतने के बाद भारत के क्रिकेटर्स की रैंकिंग में सुधार



शीर्ष पांच आलराउंडर

रैंक	खिलाड़ी	देश	अंक
1	हार्दिक पंड्या	भारत	222
2	वानिंदर हसरंगा	श्रीलंका	222
3	मार्कस स्टोइनिस्	ऑस्ट्रेलिया	211
4	सिक्ंदर रजा	जिम्बाब्वे	210
5	शाकिब अल हसन	बांग्लादेश	206

आज घर पहुंचेगी टी20 विश्व चैंपियन भारतीय टीम
खिताउजमा। टी20 विश्व कप जीतने वाली भारतीय क्रिकेट टीम श्रेणी चार के तुलना के कारण तीन दिन यहां फंसे रहने के बाद अंततः गुरुवार को भारतीय संसदास्य सुबह लगभग छह बजेकर 20 मिनट पर दिल्ली पहुंचेगी। भारतीय टीम बुधवार को टांटली एडवंस अंतरराष्ट्रीय हवाई अड्डे से विशेष विमान के जरिए दिल्ली के लिए रवाना हो गई।

SAWANSUKHA
शादी की मीठी तैयारी
FLAT 55% OFF on making charges of all jewellery
30 June onwards
Sadar Bazar, Raipur ©91470 75332

महंगे हो गए निजी कंपनियों के प्लान, जानिए बीएसएनएल के कुछ किरफायती प्लान

एजेंसी नई दिल्ली

जियो, एयरटेल और वोडाफोन आइडिया के प्लान | जिस दिन टेलीकॉम कंपनियों के प्लान महंगे हुए, उस दिन सोशल मीडिया पर ट्रेंड कर रहा था बीएसएनएल

बीएसएनएल का 397 रुपए का प्लान

बीएसएनएल के इस प्लान में 150 दिनों की वैलिडिटी मिलती है। इसमें सभी नेटवर्क पर अनलिमिटेड कॉलिंग के साथ शुरूआती 30 दिनों तक 2जीबी डाटा मिलेगा।

बीएसएनएल का 797 रुपए का प्लान

बीएसएनएल का यह प्लान 300 दिनों की वैधता के साथ आता है। इस प्लान के साथ शुरूआती 60 दिनों तक सभी नेटवर्क पर अनलिमिटेड कॉलिंग और 2जीबी 4जी डाटा मिलेगा।

बीएसएनएल का 1,999 रुपए का प्लान

बीएसएनएल का 1,999 रुपये वाला प्लान 365 दिनों की वैधता के साथ आता है। इस प्लान में भी अनलिमिटेड कॉलिंग मिलती है। इस प्लान में 600जीबी 4जी डाटा मिलता है। इसमें कई सारी थर्ड पार्टी सर्विसेज मिलती हैं।

सभी निजी टेलीकॉम कंपनियों के प्लान 3 जुलाई से महंगे हो गए हैं। जियो, एयरटेल और वोडाफोन आइडिया के प्लान में करीब 600 रुपए तक की बढ़ोतरी हुई है। ऐसे में सभी लोगों को भारतीय संचार निगम लिमिटेड (बीएसएनएल) की याद आ रही है, हालांकि बीएसएनएल के पास 5जी सर्विसेज नहीं है। यहां तक कि 4जी सर्विसेज भी नहीं है। जिस दिन टेलीकॉम कंपनियों के प्लान महंगे हुए थे उस दिन सोशल मीडिया पर बीएसएनएल ट्रेंड कर रहा था। लोगों का कहना था कि सरकार की अनदेखी की वजह से बीएसएनएल की यह हालत हुई है। आइए आपको बीएसएनएल के कुछ प्लान के बारे में बताते हैं जो बेहद ही सस्ते हैं और निजी टेलीकॉम कंपनियों के पास इस तरह के प्लान नहीं हैं।

बीएसएनएल का 107 रुपए का प्लान

यह बीएसएनएल का किरफायती प्लान है। इसके साथ 35 दिनों की वैधता मिलती है और कुल 3जीबी 4जी डाटा मिलता है। बीएसएनएल के इस प्लान के साथ 200 मिनट वॉयस कॉल मिलती है। इसी तरह का एक प्लान है जिसकी कीमत 108 रुपये है। इस प्लान के साथ रोज 1जीबी 4जी डाटा और 28 दिनों की वैधता मिलती है।



बीएसएनएल का 197 रुपए का प्लान

सरकारी कंपनी बीएसएनएल के पास एक 197 रुपये का प्लान है। इस प्लान में 70 दिनों की वैधता मिलती है। इसके अलावा इसमें अनलिमिटेड कॉलिंग और रोज 2जीबी 4जी डाटा मिलता है। इसमें रोज 100 एसएमएस मिलते हैं जो कि पहले 18 दिन मिलेंगे। कॉलिंग भी शुरूआती 18 दिनों के लिए होगी।

खबर संक्षेप

राहुल पर एक्शन क्यों नहीं लेते मोदी-शाह?

नई दिल्ली। भारतीय जनता पार्टी (बीजेपी) के सीनियर सदस्य सुब्रमण्यम स्वामी ने कहा कि "हार्वर्ड से इकनॉमिक्स में पीएचडी होल्डर सुब्रमण्यम स्वामी ने पोस्ट में बताया कि राहुल गांधी के पास ब्रिटिश नागरिकता है, जिसके उनके पास सबूत हैं। सुब्रमण्यम स्वामी ने आगे सवाल उठाया कि इस सबके बाद भी केंद्रीय गृह मंत्री अमित शाह एक्शन लेने (राहुल गांधी के खिलाफ) से क्यों बच रहे हैं? स्वामी के मुताबिक, "नरेंद्र मोदी या अमित शाह मेरे सबूतों के आधार पर राहुल गांधी की नागरिकता रद्द कर सकते हैं। छह बार सांसद रहे सुब्रमण्यम स्वामी ने बुधवार को कहा कि नरेंद्र मोदी गांधी परिवार के लोगों से नहीं लड़ सकते हैं। एक्स" (पहले ट्विटर) पोस्ट के जरिए पूर्व कैबिनेट मंत्री ने कहा, "नरेंद्र मोदी जब मुख्यमंत्री (गुजरात के) थे, तब से वह उनसे मिले हुए हैं।"

राहुल गांधी के पास ब्रिटिश नागरिकता है, जिसके उनके पास सबूत हैं। सुब्रमण्यम स्वामी ने आगे सवाल उठाया कि इस सबके बाद भी केंद्रीय गृह मंत्री अमित शाह एक्शन लेने (राहुल गांधी के खिलाफ) से क्यों बच रहे हैं? स्वामी के मुताबिक, "नरेंद्र मोदी या अमित शाह मेरे सबूतों के आधार पर राहुल गांधी की नागरिकता रद्द कर सकते हैं। छह बार सांसद रहे सुब्रमण्यम स्वामी ने बुधवार को कहा कि नरेंद्र मोदी गांधी परिवार के लोगों से नहीं लड़ सकते हैं। एक्स" (पहले ट्विटर) पोस्ट के जरिए पूर्व कैबिनेट मंत्री ने कहा, "नरेंद्र मोदी जब मुख्यमंत्री (गुजरात के) थे, तब से वह उनसे मिले हुए हैं।"

कंगना को थपड़ मारने वाली पर एक और एक्शन

नई दिल्ली। बॉलीवुड एक्ट्रेस और हिमाचल प्रदेश के मंडी से सांसद कंगना रनौत को थपड़ जड़ने वाली सीआईएसएफ महिला कर्मी कुलविंदर कौर का ट्रांसफर कर दिया गया है। इंडियन एक्सप्रेस के अनुसार, कुलविंदर को ट्रांसफर चंडीगढ़ से बेंगलूर किया गया है। सीआईएसएफ ने साफ किया है कि वह अभी स्पेसडेड ही हैं और उनके खिलाफ विभागीय जांच जारी है। कुलविंदर कौर ने पिछले दिनों चंडीगढ़ एयरपोर्ट पर कंगना को उनके अतीत में किसान आंदोलन को लेकर दिए गए बयान से अहत होकर थपड़ जड़ दिया था। इसके बाद कुलविंदर को नौकरी से सस्पेंड कर दिया गया था।

नासा ने दी खुशखबरी

सुनीता के अंतरिक्ष यान को नहीं है 'खतरा'



एजेंसी न्यूयार्क

बोइंग स्टारलाइनर की पृथ्वी पर वापसी को लेकर बढ़ती चिंताओं के बीच नासा ने एक अच्छी खबर साझा की है। एजेंसी ने पिछले एक कॉन्फ्रेंस में खुलासा किया है कि अंतरिक्षयान काफ़ी स्थिति में है और अपनी 45-दिन की सीमा से ज्यादा भी अपनी कक्षा में रह सकता है। नासा के वाणिज्यिक क्रू प्रोग्राम के प्रबंधक स्टीव स्टिच ने संवाददाताओं से कहा, "हमने 45 दिन की सीमा के बारे में बात की, जो स्टारलाइनर पर चालक दल मॉड्यूल बैटरी द्वारा सीमित है, और हम उस सीमा को अपडेट करने की प्रक्रिया में हैं।" उन्होंने कहा, "हम उन बैटरियों और कक्षा में उनके प्रदर्शन को देख रहे हैं।" स्टिच ने आगे कहा, "वे स्टेशन में रिचार्ज हो रहे हैं। लेकिन अब भी जोखिम बना हुआ है। इसलिए अगले 45 दिनों के लिए जोखिम पहले 45 दिनों के जैसा ही है।" उन्होंने आगे कहा, "हम असली में अब शिप में बैटरी के प्रदर्शन को देख रहे हैं। हम बैटरी वाले किसी भी सेल के प्रदर्शन में कोई गिरावट नहीं देख रहे हैं।"

5 जून को किया गया था लॉन्च

5 जून को लॉन्च किया गया अंतरिक्ष यान शुरू में एक सप्ताह के मिशन के लिए भेजा गया था। लेकिन, स्टारलाइनर के सर्विस मॉड्यूल से हेलियम लीक की बात सामने आने के बाद इसे अंतरिक्षयान अंतरिक्ष स्टेशन में डॉक करना पड़ा। अंतरिक्ष यान बुध विस्फोर और सुनीता विलियम्स केप कैम्पेरेल से अंतरिक्षयान के लॉन्च होने के बाद आईएसएस में डॉक करने में कामयाब रहे थे। हालांकि, डॉकिंग से पहले, रिपेक्शन कंट्रोल सिस्टम के 28 घटक में से पांच खराब हो गए। इससे मिशन को अनिश्चितकालीन के लिए आगे बढ़ा दिया गया। अंतरिक्ष यान की पृथ्वी पर वापसी में लाभावर देते नै इसके कू की सुरक्षा को लेकर सवाल खड़े कर दिए।

पिछले 15 दिन में राज्य में पुल गिरने की 10वीं घटना



एजेंसी नई दिल्ली

बिहार में फिर से पुल हादसा हुआ है। सीवान में बक टू बक तीन पुल ध्वस्त हो गए। लगातार बारिश के कारण कुछ ही घंटों में तीन पुल गिरने से कई गांवों के बीच संपर्क टूट गया है। पहली घटना महाराजगंज अनुमंडल के पेटड़ा गांव और देवरिया गांव के बीच की है। यहां गंडक नदी पर बना 35 साल पुराना पुल का एक पाया धंसने लगा। देखते ही देखते पुल गंडक नदी में समा गया। दूसरी घटना महाराजगंज

बिहार में फिर हादसा, सीवान में एक-के-बाद-एक तीन पुल ध्वस्त



एजेंसी नई दिल्ली

प्रखंड के तेवथा पंचायत की है। नौतन और सिक्करपुर गांव के गंडक नदी पर बना पुल गिर गया। वहीं तीसरा पुल धीमही गांव में गंडक नदी में बना था। यह भी धाराशाही हो गया। ग्रामीणों का कहना है कि कुछ दिन पहले इस पुल की मरम्मत भी हुई थी। उसके बाद भी यह पुल टूट गया है। पानी के तेज बहाव के कारण बताया जा रहा है। हादसे के बाद कई गांव के बीच आवागमन बाधित हो गया है। इलाके में हड़कंप मच गया। लोग पुल के निर्माण कार्य पर सवाल उठा रहे हैं।

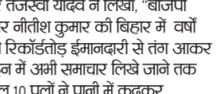


एजेंसी नई दिल्ली

लोगों का कहना है यह पुल 35 से 40 साल पुराना था। हजारों लोगों के आने-जाने का मात्र एक यही साधन था। जो अब पूरी तरह से टूट गया है। गनीमत रही कि इस हादसे में जानमाल की कोई नुकसान नहीं पहुंचा। पिछले 15 दिन में राज्य में ऐसी सातवीं घटना है। हाल में मधुबनी, अररिया, पूर्वी चंपारण और किशनगंज जैसे जिलों में भी ऐसी ही घटनाएं हुई हैं, जिसके बाद बिहार सरकार ने इन घटनाओं की जांच के लिए एक उच्च स्तरीय समिति गठित की है।

पुलों ने पानी में कूदकर आत्महत्या कर ली : तेजस्वी

इस घटना को लेकर बिहार के पूर्व उपमुख्यमंत्री और आरजेडी नेता तेजस्वी यादव ने नीतीश सरकार पर निशाना साधा है। उन्होंने पुलों के ध्वस्त होने की खबर का वीडियो शेयर करते हुए बिहार की डबल इंजन सरकार पर तंज किया है। तेजस्वी ने कहा कि अब इसका दोष भी बिहार की सरकार विपक्ष पर नष्ट देगी। अपने एक्स टैटल पर तेजस्वी यादव ने लिखा, "बीजेपी और नीतीश सरकार को बिहार में वर्षों की रिफॉर्मों के इमानदारी से तंग आकर किन में अभी समाचार लिखे जाने तक कुल 10 पुलों ने पानी में कूदकर आत्महत्या कर ली।" डबल इंजन सरकार अब इसका दोष भी विपक्ष को देकर अपने कर्तव्यों, सुशोचिता से परिपूर्ण वसूली तंत्र एवं डबल इंजन पॉवर्ड कृपाचार का इतिश्री कर सकती है।" पोस्ट शेयर करते हुए तेजस्वी यादव ने क्राइम और करप्शन का हैशटैग भी डाला है।



इस हादसे के पहले 22 जून को महाराजगंज अनुमंडल के पेटड़ा गांव की गंडक नदी पर पुल अचानक गिर गया था। 28 जून को मधुबनी जिले के मधुपुर प्रखंड के भेजा कोशी बांध चौक से महापतिरा मुख्य सड़क में ललवारही निकट का है। ग्रामीणों का कहना है कि गार्ड के लिए शटरिंग का काम चल रहा था। तभी मूठही बालन नदी में अचानक जलस्तर बढ़ गया जिस वजह से पानी के तेज बहाव में गार्ड बह गया। 23 जून को पूर्वी चंपारण के घोड़ासहन प्रखंड में डेढ़ करोड़ की लागत से बन रहा निर्माणाधीन पुल मरभरा कर गिर गया। पुल की ढलाई का काम कई दिनों से चल रहा था। अचानक रात में करीब 40 फीट लंबा हिस्सा गिर गया। 18 जून को अररिया जिले सिकटी प्रखंड में बकरा नदी पर बना पुल उद्घाटन से पहले ही पुल ध्वस्त हो गया था। 182 मीटर का पुल कुल तीन हिस्सों में बंटा था। दो पाए के साथ दो हिस्सा नदी में समा गया। इसी तरह और भी पुल गिरे हैं।

आप नेताओं को नहीं मिल रही राहत

एजेंसी नई दिल्ली

दिल्ली की एक अदालत ने बुधवार (3 जुलाई) को कथित आबकारी नीति घोटाले से जुड़े मनी लॉन्डिंग मामले में दिल्ली के मुख्यमंत्री अरविंद केजरीवाल की न्यायिक हिरासत अवधि 12 जुलाई तक बढ़ा दी। दिल्ली की राजज एवेन्यू कोर्ट ने आम आदमी पार्टी (आप) के मुखिया अरविंद केजरीवाल और विनोद चौहान की न्यायिक हिरासत 12 जुलाई तक बढ़ा दी है। केजरीवाल वीडियो कॉन्फ्रेंस के जरिए विशेष जज कावेरी बावेजा के समक्ष पेश हुए। इस बीच, दिल्ली हाई कोर्ट ने बुधवार को कहा कि कथित

केजरी, सिसोदिया को फिर झटका, बढ़ी हिरासत अवधि



आबकारी नीति घोटाले के सिलसिले में सीबीआई द्वारा दर्ज भ्रष्टाचार के मामले में मुख्यमंत्री अरविंद केजरीवाल को जमानत याचिका पर वह 5 जुलाई को सुनवाई करेगा। अरविंद केजरीवाल ने बुधवार को दिल्ली हाई कोर्ट का रुख कर कथित आबकारी नीति घोटाले के सिलसिले में CBI द्वारा दर्ज भ्रष्टाचार के मामले में जमानत का अनुरोध किया है।

जेल से बाहर आएगा अमृतपाल, मिली पैरोल

नई दिल्ली। असम की डिब्रूगढ़ जेल में बंद खालिस्तान समर्थक अमृतपाल सिंह को कुछ शर्तों के साथ 5 जुलाई से 4 दिनों की पैरोल मिल गई है। खालिस्तानी संगठन 'वारिस पंजाब दे' के प्रमुख अमृतपाल सिंह ने लोकसभा चुनाव में पंजाब की खड्ड साहिब सीट से निर्दलीय जीत दर्ज की है। अमृतपाल को कुछ शर्तों के साथ 4 दिनों के लिए पैरोल दी गई है जिसकी शुरुआत 5 जुलाई से होगी। डीसी अमृतसर घनश्याम थियोरी ने बताया कि जेल अधीक्षक डिब्रूगढ़ को इस बारे में जानकारी दे दी गई है। अमृतपाल सिंह पिछले साल मार्च से जेल में बंद है। 'वारिस पंजाब दे' के प्रमुख अमृतपाल सिंह और उनके तीन सहयोगियों की हिरासत अवधि 24 जुलाई को समाप्त होनी थी, जबकि 6 अन्य सहयोगियों की हिरासत अवधि 18 जून को समाप्त होनी थी।



भारत के राष्ट्रीय सुरक्षा सलाहकार (एनएसए) अजीत डोभाल ने अपनी एनएससीएसए टीम में बड़े बदलाव किए हैं। इटैलिजेंस ब्यूरो में स्पेशल डायरेक्टर और 1990 बैच के आईपीएस टीवी रविचंद्रन को भारत का नया डिप्टी एनएसए नियुक्त किया गया है। 1990 बैच के आईएफएस पवन कपूर को भी डिप्टी एनएसए बनाया गया है। वह विदेश में विभिन्न भारतीय मिशनों, विदेश

एनएसए अजीत डोभाल ने अपनी टीम में किए बड़े बदलाव

एजेंसी नई दिल्ली

भारत के राष्ट्रीय सुरक्षा सलाहकार (एनएसए) अजीत डोभाल ने अपनी एनएससीएसए टीम में बड़े बदलाव किए हैं। इटैलिजेंस ब्यूरो में स्पेशल डायरेक्टर और 1990 बैच के आईपीएस टीवी रविचंद्रन को भारत का नया डिप्टी एनएसए नियुक्त किया गया है। 1990 बैच के आईएफएस पवन कपूर को भी डिप्टी एनएसए बनाया गया है। वह विदेश में विभिन्न भारतीय मिशनों, विदेश

68 सांसदों ने राष्ट्रपति के अभिभाषण पर की चर्चा

लोकसभा के पहले सत्र में हुआ 103 प्रतिशत काम

एजेंसी नई दिल्ली

18वीं लोकसभा का पहला सत्र मंगलवार को अनिश्चितकाल के लिए स्थगित कर दिया गया। स्पीकर ओम बिरला ने बताया कि लोकसभा के पहले सत्र में 103 प्रतिशत काम हुआ। स्पीकर ने बताया कि पहले सत्र में 7 बैठकें हुईं और ये बैठकें 34 घंटे चलीं। पहले सत्र में 539 नवनिर्वाचित सांसदों को पद और गोपनीयता की शपथ दिलाई गई। पहले सत्र में लोकसभा स्पीकर ओम बिरला भी फिर से अध्यक्ष पद के लिए चुने गए। स्पीकर ने बताया कि राष्ट्रपति के अभिभाषण पर 68 सदस्यों ने चर्चा में हिस्सा लिया। स्पीकर की तरफ से जोरि बयान में ओम बिरला ने लोकसभा अध्यक्ष



पर ध्वनिमत से लगातार दूसरी बार अपने चुनाव के लिए कुतज्ञता प्रकट की। लोकसभा स्पीकर ने बताया सदन में 27 जून को राष्ट्रपति का अभिभाषण हुआ, जिस पर लोकसभा में 18 घंटे चर्चा हुई। 68 सदस्यों ने इस चर्चा में भाग लिया और 50 सदस्यों ने लोकसभा में अपनी बात रखी। राहुल गांधी को लोकसभा में नेता विपक्ष नियुक्त किया गया। राष्ट्रपति के अभिभाषण पर प्रधानमंत्री ने जवाब दिया।

उठाए गए 41 मामले

18वीं लोकसभा के पहले सत्र में नियम 377 के तहत 41 मामले उठाए गए और नियम 73ए के तहत तीन बयान जारी किए गए। इनके अलावा सत्र के दौरान 338 दस्तावेज सदन के पटल पर रखे गए। लोकसभा स्पीकर ने प्रोटेम स्पीकर भृगुहरि महताब के प्रति भी कुतज्ञता जाहिर की। भृगुहरि महताब के नेतृत्व में ही संसद के सदस्यों को शपथ दिलाई गई। स्पीकर ने प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी, संसदीय कार्य मंत्रालय, विभिन्न पार्टियों के नेताओं, सदन के सदस्यों को भी धन्यवाद दिया। लोकसभा का सत्र 24 जुलाई से शुरू हुआ था।

आईबी और राॅ के दो अधिकारी बनाए गए डिप्टी एनएसए

एजेंसी नई दिल्ली

भारत के राष्ट्रीय सुरक्षा सलाहकार (एनएसए) अजीत डोभाल ने अपनी एनएससीएसए टीम में बड़े बदलाव किए हैं। इटैलिजेंस ब्यूरो में स्पेशल डायरेक्टर और 1990 बैच के आईपीएस टीवी रविचंद्रन को भारत का नया डिप्टी एनएसए नियुक्त किया गया है। 1990 बैच के आईएफएस पवन कपूर को भी डिप्टी एनएसए बनाया गया है। वह विदेश में विभिन्न भारतीय मिशनों, विदेश

लगातार तीसरी बार एनएसए बने हैं डोभाल

अजीत डोभाल 1968 बैच के आईपीएस अधिकारी रहे हैं। प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी के नेतृत्व वाली केंद्र सरकार में उन्हें कैबिनेट मंत्री का दर्जा प्राप्त है। 20 जनवरी, 1945 को उत्तराखंड के पौड़ी गढ़वाल में जन्मे डोभाल को देश के लिए उनकी विशिष्ट सेवाओं को ध्यान में रखकर 1988 में कर्तित चक्र से सम्मानित किया गया था। गौरतलब है कि अजीत डोभाल भारतीय पुलिस पदक पाते वाले सबसे कम उम्र के आईपीएस अधिकारी रहे हैं।

हरिभूमि HEALTH CARE

उत्तीसगढ़ के मेडिकल विशेषज्ञ

<p>सभी प्रकार के स्किन एवं बाल संबंधी समस्याओं का निदान, मुंहासे, झार्र, झुर्रियों का इलाज, अनावाहे बालों हेतु लेजर ट्रीटमेंट</p> <p>सिंधानिया स्किन केयर 36, प्रथम तल, गुरुकुल कॉलेज रोड, कालीबाड़ी, रायपुर 0771-4053131 Email:bsinghania11@yahoo.co.in</p>	<p>मो. 94252-14479 0771-4020411 www.makeoverraipur.com</p> <p>Makeover Skin, Hair & Aesthetic Centre</p>	<p>सुविचारणः पी.एफ.टी. ब्रांकोस्कोपी स्लीप स्टडी</p> <p>डॉ. राठौर चेस्ट क्लिनिक दमा, टी.बी., छाती एवं एलर्जी रोग विशेषज्ञ स्पेशलिस्ट : खासी, श्वास, दमा, टी.बी., निमोनिया, एलर्जी फेफड़े का कैंसर, खरटे व नींद</p> <p>गरवा कॉम्प्लेक्स, कचहरी चौक, जेल रोड, रायपुर मो. 7999450384, 7042974029 समय : देरह 2.00 बजे से शाम 7.00 बजे तक (रविवार अवकाश)</p>
<p>कान, नाक, गला, एलर्जी एवं सर्जिकल (चक्कर) कोआलेशन एवं लेजर सर्जरी हॉस्पिटल</p> <p>डॉ. जाऊलकर ई.एन.टी. हॉस्पिटल (ISO 9001-2000 Certified)</p>	<p>सेन्ट्रल एवेन्यू चौबे कालोनी प्रगति कॉलेज रायपुर (छ.ग.) फोन: 0771-4044551 समय: सुबह 9.30 से 4.30 तक</p>	<p>मनोरोग नशा उन्मूलन एवं यौन रोग विशेषज्ञ</p> <p>प्रभा मनोचिकित्सा क्लिनिक मो. 9977247553 नया पता : शॉप नं. 119, प्रथम तल, लालगंगा मिडार्स, फाफडीह, रायपुर समय : सुबह 11.00 से शाम 5.00 बजे तक</p>
<p>उपलब्ध विशेषताएं • नोएनार्थिक एवं जलदस्तर सर्जरी • जलदस्तर मेडिकेशन • ऑनोलॉजिकल • जोड प्रस्थापना सर्जरी • ऑर्थोपेडी (एनडोप्रोथीसिस) • मायोटोमी</p> <p>अग्रवाल हॉस्पिटल (मल्टीस्पेशियलिटी सेन्टर) जी.ई.स्टेड, आर.के.सी. कॉम्प्लेक्स के सामने, रायपुर (छ.ग. 492001) फोन: +91-0771-4088107/108, ईमेल:असी नंबर 9109187735, सी. सनन अग्रवाल - 9329101037</p>	<p>मोडर्न/ऑर्थोपेडी सर्जरी में सभी प्रकार की सर्जिकल, ऑर्थोपेडी, पिन की वैसी, क्लिपिंग और से सर्जिकल ऑपरेशन सभी तरह की कैंसर सर्जरी एवं कोमोरेटिवी की सुविधा उपलब्ध OPD समय - शाम 4 से 6 बजे</p>	<p>डायबिटीज / सुगन्ध संबंधी सभी समस्याएं, वाटरहाइड, मोटापा, प्रेग्नेंसी डायबिटीस, फुलबॉडी चेकअप, डायबिटिक सेक्स रोग, नती को सुनना।</p> <p>डायबिटिक क्लिनिक Dr. Satyajee Sahu Advance Diabetes & Thyroid care centre 17, गुरुकुल कॉम्प्लेक्स, कालीबाड़ी रायपुर, समय - सुबह 10 से 5, शाम 6 से रात 9 बजे तक</p>
<p>अष्टविनायक हॉस्पिटल बच्चों के सभी ऑपरेशन किये जाते हैं। * आयुष्मान कार्ड / राशन कार्ड द्वारा ऑपरेशन संभव * आमा सिवनी, विधानसभा रोड, रायपुर (छ.ग.) 97987225800, 9301744425</p>	<p>बच्चों के विशेषज्ञ सर्जन डॉ. रितेश रंजन (MCH, पीडियाट्रिक सर्जन)</p>	<p>मेडिकल सुविधा उपलब्ध राज-राजेश्वरी आयुर्वेदिक वेलेनेस सेंटर मो. 9039050422 १. नमनस चैम्बर, कल्याण हॉस्पिटल के पीछे, विलासपुर रोड, फाफडीह रायपुर</p>
<p>मोतियाबिंद आयुष्मान कार्ड सुविधा छोटी लार्डन ब्रिज के पास, फाफडीह, रायपुर 9644099925</p>	<p>SBI साई बाबा नेत्र हॉस्पिटल</p>	<p>विज्ञापन हेतु संपर्क करें: 7987119756, 9303508133</p>



सरकारी अस्पताल का कमाल, विश्व में पहली बार किडनी की 100 फीसदी ब्लॉक नस को खोला

हरिभूमि न्यूज ▶▶ रायपुर

किडनी को खून की आपूर्ति करने वाली बार्थी नस के सौ प्रतिशत ब्लॉकेज और हृदय की मुख्य धमनी के 90 फीसदी रुकावट का एक्जाइमर लेजर विधि से सफल इलाज किया गया। उपलब्ध मेडिकल लिटरेचर के अनुसार विश्व में लेजर एंजियोप्लास्टी द्वारा किडनी की नस के पूर्ण ब्लॉक के उपचार का यह पहला केस है, जिसके माध्यम से 66 वर्षीय मरीज को राहत मिली। एडवॉंस कार्डियक इंस्ट्रुमेंट्री के कार्डियोलॉजी विभागाध्यक्ष डॉ. स्मित श्रीवास्तव के नेतृत्व में उपचार कर



कुछ दिन निगरानी में

ऑपरेशन के बाद कुछ दिनों तक मरीज को चिकित्सकों की निगरानी में रखा गया। उसकी स्थिति अब सामान्य हो चुकी है और अब वह अस्पताल से छुटी लेकर घर जाने को तैयार है। उसे डिस्चार्ज किया जा रहा है।

हृदय की मुख्य नस में भी थी रुकावट एसीआई में मिली मरीज को राहत



ऐसे हुआ उपचार

डॉ. श्रीवास्तव ने बताया कि सी फोसफ्री कठोर ब्लॉकेज लेप्ट रीनल आर्टरी में एक्जाइमर लेजर से रास्ता बनाया, फिर बैलून से उसे बड़ा किया। इसके बाद उसमें स्टेंट लगाकर ब्लॉकेज को पूरी तरह खोल दिया गया। ब्लॉकेज हटने से ब्लडप्रेशर अपनी सामान्य स्थिति में आ गया। इसके पूर्व हृदय की बायीं तरफ की मुख्य नस के भीतर लगे पुराने स्टेंट के 90 प्रतिशत ब्लॉकेज को भी इसी प्रक्रिया से हटाया गया। इसके बाद एक अतिरिक्त स्टेंट डालकर रुकावट की समस्या का समाधान किया गया।

मरीज को रीनल फेल्योर और हार्ट फेल्योर होने से बचा लिया गया। डॉ. स्मित श्रीवास्तव ने बताया कि मरीज की किडनी को खून की आपूर्ति करने वाली दोनों नसों में ब्लॉकेज था। एक में 100 प्रतिशत ब्लॉकेज/रुकावट था, एक में 70-80 प्रतिशत ब्लॉकेज था। लेप्ट रीनल आर्टरी जहां से शुरू होती है, वहीं मुख्य ब्लॉकेज था। इसके कारण खून का प्रवाह बिल्कुल बंद हो चुका था। इसके साथ ही हृदय की मुख्य नस में ब्लॉकेज था, जिसके इलाज के लिए उसे 2023 में निजी अस्पताल में स्टेंट लगा था, जो बंद हो चुका था। इन सब समस्याओं के कारण मरीज को हार्ट फेल्योर हाईप्रेशर, सांस लेने में तकलीफ के साथ अनियंत्रित वीपी की समस्या थी।



स्वबर संक्षेप

नीट पेपर लीक मामले में साजिशकर्ता गिरफ्तार

नई दिल्ली। नीट यूजी परीक्षा गड़बड़ी मामले में झारखंड में सीबीआई की बड़ी कार्रवाई सामने आई है। सीबीआई ने बुधवार को धनबाद से नीट-यूजी पेपर लीक मामले में कथित सह-साजिशकर्ता अमन सिंह को गिरफ्तार कर लिया। नीट-यूजी गड़बड़ी मामले की जांच के सिलसिले में यह सातवीं गिरफ्तारी है।

'चाइनटाउन' के ऑस्कर विजेता लेखक रॉबर्ट टाउन का निधन

न्यूयॉर्क। 'चाइनटाउन' फिल्म के लिए ऑस्कर पुरस्कार जीतने वाले अमेरिका के जाने माने लेखक एवं फिल्म निर्देशक रॉबर्ट टाउन का लॉस एंजिल्स में निधन हो गया। वह 89 वर्ष के थे। रॉबर्ट की प्रचारक कैरी मैककलर ने बताया कि टाउन का निधन सोमवार को हुआ। उन्होंने यह नहीं बताया कि टाउन की मौत का क्या कारण था।

बाल आश्रम बीमार बच्चों की तादाद 38 हुई

इंदौर। इंदौर में विशेष बच्चों के एक आश्रम में सदिग्ध खाद्य विषाक्तता के कारण सात और बच्चों को एक सरकारी अस्पताल में भर्ती कराया गया है। इसके बाद इस समस्या के कारण अस्पताल में भर्ती बच्चों की तादाद बढ़कर 38 पर पहुंच गई है। श्री युगपुरुष धाम बाल आश्रम में मंगलवार देर रात सात और बच्चों में उल्टी-दस्त के लक्षण दिखाई दिए।

लदाख में 4.4 तीव्रता का भूकंप

लेह/जम्मू। लदाख में बुधवार को 4.4 तीव्रता का भूकंप आया। अधिकारियों ने बताया कि भूकंप के कारण जान-माल का नुकसान होने की फिलहाल कोई खबर नहीं मिली है। राष्ट्रीय भूकंप विज्ञान केंद्र (एनसीएस) के अनुसार, भूकंप सुबह आठ बजकर 12 बजे 15 मिनट पर आया और इसका केंद्र 15 किलोमीटर की गहराई में था।

गर्मवती की जीका वायरस जांच कराएं

नई दिल्ली। महाराष्ट्र में जीका वायरस के कुछ मामले सामने आने के बाद, केंद्रीय स्वास्थ्य मंत्रालय ने राज्यों को परामर्श जारी कर निगरानी बनाये रखने का निर्देश दिया। राज्यों से आग्रह किया गया है कि वे गर्भवती महिलाओं की जीका वायरस जांच कराये जाने पर ध्यान दें।



छत्तीसगढ़ में छाए रहे बादल, अरुणाचल प्रदेश में 60 हजार बाढ़ से जूझ रहे

कई राज्यों में भारी बारिश का अलर्ट, असम में बाढ़ का कहर, 11 लाख से अधिक प्रभावित

मौसम विभाग ने 7 जुलाई तक के लिए जारी की चेतावनी

पूर्वोत्तर भारत में हो रही मानसूनी बारिश



असम में बाढ़ से विगड़े हालात

असम के मुख्यमंत्री हिमंत बिस्वा सरमा ने बाढ़ प्रभावित क्षेत्रों का दौरा किया। उन्होंने कहा कि भौगोलिक कारणों के चलते बाढ़ की ऐसी स्थिति बनी है। उन्होंने कहा कि चीन, भूटान और अरुणाचल प्रदेश के ऊंचाई वाले इलाकों में भारी बारिश के चलते असम में बाढ़ आई है जो राज्य के नियंत्रण से परे है। राज्य में ब्रह्मपुत्र समेत सभी नदियां उफान पर हैं। बारपेटा, कछार, दरंग, धेमाजी, डिब्रुगढ़, गोलाघाट, जोरहाट, कामरूप समेत राज्य के 28 जिले बाढ़ की दूसरी लहर से बुरी तरह प्रभावित हैं।

मौसम विभाग ने 7 जुलाई तक कई राज्यों के अलग-अलग हिस्सों में भारी से अत्यधिक बारिश की चेतावनी दी है। असम में बाढ़ से 28 जिलों में 11.5 लाख से अधिक लोग प्रभावित हुए हैं।

हरिभूमि न्यूज ▶▶ नई दिल्ली

उत्तर पश्चिम से लेकर पूर्व और पूर्वोत्तर भारत तक देश के अधिकांश क्षेत्रों में मानसूनी बारिश हो रही है। बुधवार को पश्चिमी हिमालयी पहाड़ी राज्यों में अलग-अलग स्थानों पर वर्षा हुई। राष्ट्रीय राजधानी और आसपास के इलाकों के साथ मध्य भारत के कुछ क्षेत्रों में भारी तो कुछ में अत्यधिक वर्षा दर्ज की गई। इससे उमसभरी गर्मी से राहत मिली है। लेकिन पिछले कुछ दिनों से लगातार बारिश के चलते असम समेत पूर्वोत्तर के राज्य बाढ़ का सामना कर रहे हैं। असम में स्थिति अत्यधिक गंभीर है। राज्य के 28 जिलों में 11.5 लाख से अधिक लोग प्रभावित हुए हैं। मणिपुर में स्कूल-कॉलेज गुरुवार तक बंद कर दिए गए हैं। मौसम विभाग ने 7 जुलाई तक कई राज्यों के अलग-अलग हिस्सों में भारी से अत्यधिक बारिश की चेतावनी दी है और रेड, ऑरेंज और यलो अलर्ट जारी किया है।



उत्तराखंड-असम में आज बारिश का रेड अलर्ट

असम और उत्तराखंड में भारी बारिश की संभावना है और दोनों राज्यों के लिए रेड अलर्ट जारी किया गया है। वहीं, पूर्वी मध्य प्रदेश, उत्तर प्रदेश, उड़ीसा, पश्चिम बंगाल और सिक्किम, बिहार, नगालैंड, मणिपुर, मिजोर, त्रिपुरा, अरुणाचल प्रदेश और मेघालय में भारी से भारी बारिश की चेतावनी जारी की जा रही है।

छत्तीसगढ़ समेत देश में बारिश के लिए अनुकूल हालात

आईएसडी के अनुसार, पूरे देश में मानसूनी बारिश के लिए अनुकूल परिस्थितियां बनी हैं। इसके चलते अगले चार दिनों तक जम्मू-कश्मीर, लद्दाख, हिमाचल प्रदेश, हरियाणा, पंजाब, चंडीगढ़, राजस्थान, छत्तीसगढ़, पूर्व में ओडिशा और झारखंड और दक्षिण में केरल, कर्नाटक, तमिलनाडु, तेलंगाना, आंध्र प्रदेश के तटीय क्षेत्र, गोवा, मध्य महाराष्ट्र और गुजरात में अलग-अलग स्थानों पर हल्की से मध्य स्तर की बारिश की चेतावनी जारी की जा रही है।

मंगलवार सुबह हिकुलनार व घमण्डी ग्राम के बीच माओवादियों के साथ हुई थी मुठभेड़

माड़ से 5 पुरुष माओवादी के शव व हथियार लेकर लौटी फोर्स



हरिभूमि न्यूज ▶▶ जगदलपुर/नारायणपुर

नारायणपुर के माड़ स्थित कोहकमेटा थाना क्षेत्र के ग्राम हिकुलनार व घमण्डी के जंगल में पिछले 48 घंटे तक चले अंतरजिला नक्सल अभियान में सुरक्षाबलों ने जिन 5 पुरुष नक्सलियों को मार गिराया था, उनके शवों को लेकर सुरक्षित लौट चुकी है। शवों के साथ सुरक्षाबलों ने मुठभेड़ स्थल से श्री नॉट श्री रायफल के अलावा भारी मात्रा में विस्फोटक व हथियार बरामद किया है। नक्सलियों के शव के अलावा ▶▶शेष पेज 4 पर

मारे गए नक्सलियों की संलिप्तता सेंट्रल कमेटी सुरक्षा टीम के पीएलजीए कंपनी नंबर एक से

6 माह में 136 डेर 482 नक्सली गिरफ्तार, 453 ने किया समर्पण

आईजी सुंदरराज पी ने बताया कि वर्ष 2024 में माओवादियों के खिलाफ नक्सल विरोधी अभियान संचालित किए जाने के परिणाम स्वरूप बस्तर रेंज में अंतर्गत अब तक कुल 136 माओवादियों को शव बरामद किए जा चुके हैं वहीं 482 माओवादियों को गिरफ्तार किया गया और 453 माओवादी आत्मसमर्पण कर मुख्यधारा में शामिल हो चुके हैं। माड़ मुठभेड़ में मारे गए नक्सलियों की प्राथमिक शिनाखी के आधार पर इनके सेंट्रल कमेटी सुरक्षा टीम के पीएलजीए कंपनी नंबर 1 से संलिप्त होना पाया गया है।

बस्तर को नई सकारात्मक पहचान देने प्रयास

बस्तर रेंज में तैनात पुलिस एवं सुरक्षा बल के जवानों द्वारा क्षेत्र की जनता की जान-माल की रक्षा के लिए सदैव तत्पर है। माओवादियों के विरुद्ध प्रभावी कार्रवाई करते हुए क्षेत्र की जनता को नक्सल गतिविधियों से मुक्ति दिलाने के साथ बस्तर को एक नई सकारात्मक पहचान मिल सके इसके लिए हम प्रयासरत हैं। - सुदरराज पी, आईजी बस्तर

2 थाना, 3 कैम्प से 4 जिले की फोर्स आपरेशन में शामिल

पिछले 48 घंटे से नक्सलियों के खिलाफ चलाए जा रहे अभियान में 1 हजार से अधिक संयुक्त बल के जवान शामिल थे। जिन्हें नारायणपुर के थाना कोहकमेटा व थाना सोनपुर के अलावा इंटरकम्पटी, मोहदी व दोदरीबेड़ा कैम्प से रवाना किया गया था। डीआईजी केशव धुव ने बताया कि संयुक्त अभियान में देवेवाडा, जगदलपुर व कोण्डागान डीआरजी के अलावा एसटीएफ, आईटीबीपी 53 वीं बटालियन व बीएसएफ 135 वीं बटालियन का बल शामिल था।

छूट रही पढ़ाई 60 हजार से अधिक स्पेशल बच्चे शिक्षक सिर्फ 888

हरिभूमि न्यूज ▶▶ बिलासपुर

हार्डकोर्ट ने आरसीआई ट्रेंड टीचर्स एसोसिएशन की जनहित याचिका पर सुनवाई करते हुए स्कूलों में विशेष शिक्षकों की भर्ती पर स्कूल शिक्षा सचिव से 6 सप्ताह में शपथपत्र पर जवाब मांगा था। बुधवार को हुई सुनवाई में इसे पेश नहीं किया जा सका। हार्डकोर्ट ने मामले की सुनवाई फिर से 6 हफ्ते के लिए बढ़ा दी है। आरसीआई ट्रेंड टीचर्स एसोसिएशन ने हार्डकोर्ट में जनहित याचिका दायर ▶▶शेष पेज 4 पर

शिक्षा के अधिकार में भी उल्लेख
चीफ जस्टिस रमेश सिन्हा और जस्टिस रविंद्र अग्रवाल की डीबी में हुई सुनवाई में अधिवक्ता विचारी ने बताया है कि यही मामला सुप्रीम कोर्ट भी गया था। इसमें जस्टिस रजनीश पाण्डेय ने सभी राज्य सरकारों को विशेष शिक्षक अपने स्कूलों में नियुक्त करने के निर्देश दिए थे। सुको ने राज्यों से इसकी कम्प्लायंस रिपोर्ट भी मांगी थी।

हेमंत सोरेन फिर चुने गए विधायक दल के नेता

एजेसी ▶▶ रांची

झारखंड के मुख्यमंत्री चंपई सोरेन ने बुधवार को अपने पद से इस्तीफा दे दिया। इसके बाद झामुमो नेता हेमंत सोरेन ने राज्यपाल सीपी राधाकृष्णन से मुलाकात कर सरकार बनाने का दावा पेश किया। इसके पहले, सतारूद गठबंधन के नेताओं और विधायकों ने यहां चंपई सोरेन के आवास पर एक बैठक में सर्वसम्मति से हेमंत सोरेन को झारखंड विधायक दल का नेता चुना। हेमंत सोरेन की गिरफ्तारी के बाद दो फरवरी को झारखंड के 12वें मुख्यमंत्री के रूप में शपथ लेने वाले चंपई

चंपई ने झारखंड सीएम पद से दिया इस्तीफा, हेमंत ने पेश किया दावा

एजेसी ▶▶ रांची

सोरेन ने राजभवन में राज्यपाल सीपी राधाकृष्णन से मुलाकात की और झामुमो के कार्यकारी अध्यक्ष की उपस्थिति में अपना इस्तीफा दे दिया जिससे दिन भर चर्चा अटकलों पर विराम लग गया। हेमंत सोरेन ने सरकार बनाने का दावा पेश किया और जल्द ही शपथग्रहण समारोह आयोजित होने की संभावना है। शपथ लेने के बाद हेमंत सोरेन झारखंड के 13वें मुख्यमंत्री होंगे। झारखंड 15 नवंबर 2000 को बिहार से अलग होकर एक पृथक राज्य बना था। इस बीच, हेमंत सोरेन ने मीडिया से कहा कि सरकार बनाने की सभी औपचारिकताएं पूरी हो चुकी हैं। जल्द ही सबकुछ बताया जाएगा।

आज ले सकते हैं शपथ

काबिले विधायक बनना गुप्ता के मुताबिक, राजभवत की ओर से गुरुवार को पूर्वाह्न 11 बजे तक शपथग्रहण के बारे में जानकारी दिए जाने की बात कही गई है। चंपई सोरेन ने राजभवत से बाहर आने के बाद कहा, मैंने झामुमो-नीत गठबंधन के फैसले के अनुसार इस्तीफा दे दिया है। हमारा गठबंधन मजबूत है।

अब 11 की जगह 10 को भिलाई में बैठक संभावित प्रदेश भाजपा कार्यसमिति की बैठक 10 को, खट्टर रहेंगे मौजूद

हरिभूमि न्यूज ▶▶ रायपुर

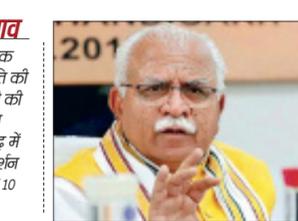
छत्तीसगढ़ में भाजपा की प्रदेश कार्यसमिति की प्रस्तावित बैठक बदले हुए कार्यक्रम के मुताबिक अब 10 जुलाई को संभावित है। पूर्व में यह बैठक 11 जुलाई के लिए प्रस्तावित थी, लेकिन इसी दिन 16वें केंद्रीय वित्त आयोग के आगमन के कारण तारीख बदलनी पड़ रही है। बताया गया है कि इस बैठक में शामिल होने विशेष रूप से हरियाणा के पूर्व मुख्यमंत्री और वर्तमान केंद्रीय मंत्री मनोहर लाल खट्टर आएंगे।

पेश होगा राजनीतिक प्रस्ताव

प्रदेश कार्यसमिति की बैठक में राजनीतिक प्रस्ताव भी पेश किया जाएगा। कार्यसमिति की बैठक में प्रधानमंत्री के रूप में नरेंद्र मोदी की तीसरी पारी के संबंध में ध्वजवाद प्रस्ताव पारित किया जाएगा। इधर छत्तीसगढ़ में भी लोकसभा चुनाव में पार्टी का प्रदर्शन शानदार रहा है। राज्य की 11 में से 10 सीटें भाजपा के ▶▶शेष पेज 4 पर

नगरीय निकायों के सीधे चुनाव पर भी बात

भाजपा सूत्रों की माने तो प्रदेश कार्यसमिति में छत्तीसगढ़ के नगरीय निकायों के चुनाव को प्रत्यक्ष रूप से करने के संबंध में चर्चा होगी। इससे पहले पिछले दिनों दिल्ली में हुई पार्टी के संसदीय बोर्ड की बैठक में इस विषय पर विचार विमर्श किया गया था। इस बैठक में राज्य के मुख्यमंत्री विष्णुदेव साय और प्रदेश अध्यक्ष किरणदेव शामिल हुए थे। इसी क्रम में रायपुर में पिछले दिनों भाजपा के प्रदेश प्रमारी नितिन नबीन की ▶▶शेष पेज 4 पर



उनकी उपस्थिति राष्ट्रीय संगठन के प्रतिनिधि के रूप में होगी। प्रदेश भाजपा सूत्रों के अनुसार कार्यसमिति की बैठक 10 जुलाई को संभावित है। यह बैठक भिलाई में प्रस्तावित है। इस बैठक के संबंध में जानकारी मिली है कि यहां पार्टी के राष्ट्रीय अध्यक्ष के चुनाव के पूर्व की प्रक्रिया के संबंध में चर्चा होगी। दरअसल पार्टी के राष्ट्रीय अध्यक्ष जेपी नड्डा का कार्यकाल पिछले महीने 20 जून को समाप्त हो चुका है। अब पार्टी को नया अध्यक्ष बनाना है, लेकिन राष्ट्रीय अध्यक्ष के चुनाव के पहले ▶▶शेष पेज 4 पर

MARUTI SUZUKI

NEXA

EXTEND YOUR PEACE OF MIND.

AVAIL 5 YEARS EXTENDED WARRANTY ON THE GRAND VITARA STRONG HYBRID.

5 YEARS WARRANTY
2 YEARS + 3 EXTENDED YEARS

STRONG HYBRID



1200+ km IN ONE FULL TANK*

INTELLIGENT ELECTRIC (HYBRID)



PANORAMIC SUNROOF



VENTILATED SEATS



6 AIRBAGS



EV MODE



WIRELESS SMARTPLAY PRO+



DIGITAL MULTI-INFORMATION DISPLAY



Features and accessories shown may not be a part of standard fitment. Black glass shade on the vehicle is due to lighting effect. Images used are for illustration purposes only.

- SUZUKI-TECT BODY
- DUAL FRONT AIRBAGS
- ESP
- SEAT BELT PRE-TENSIONERS WITH FORCE LIMITERS
- ISOFIX CHILD SEAT ANCHORAGES
- PEDESTRIAN PROTECTION COMPLIANCE
- COMPLIANT WITH -
 - FULL FRONTAL IMPACT
 - FRONTAL OFFSET IMPACT
 - SIDE IMPACT

“VISIT YOUR NEAREST NEXA DEALERSHIP TO GET EXCITING OFFERS UP TO ₹ 1 00 000”**

RAIPUR: NEXA ONE RING ROAD (SPARSH AUTOMOBILES PH: 9926127774),
NEXA MAGNETO (SKY AUTOMOBILES PH: 9584433160),
NEXA VIDHAN SABHA ROAD (VISHWABHARTI AUTOMOBILES PVT. LTD. PH: 6262620047),
BHILAI: NEXA SUPELA (SPARSH AUTOMOBILES PH: 9589214824),
DURG: NEXA DURG BYPASS (CHOUHAN AUTOMOBILES LLP. PH: 7909999302),
JAGDALPUR: NEXA JAGDALPUR (SKY AUTOMOBILES PH: 9584433160).

Contact us at **1800-200-[6392]**, **1800-102-[NEXA]** and visit www.nexaexperience.com to book online.



*Terms & conditions apply. Black glass shade on the vehicle is due to the lighting effect. For details on functioning of safety features, including airbags, kindly refer to owner's manual. *Fuel efficiency as certified by test agency under rule 115 of CMVR 1989, with Fuel Tank capacity of 45L, range is 1258.65 km (45L x 27.97km/l) under standard test conditions. Results may differ depending on actual driving, road, and other conditions. Car model and accessories shown may vary from the actual product and car colour may vary due to printing on paper. All offers are brought to you by NEXA dealers only. Offers may vary subject to the model and variant purchased. Offers applicable for Zeta+ and Alpha+ variants of Grand Vitara only. All offers are applicable till 07th July'24 or till stocks last. Maruti Suzuki reserves the right to withdraw offers at any point in time without any advance notice. **Maruti Suzuki offers warranty of ninety six (96) months or 1,60,000 kilometers (whichever occurs first) for Hybrid Electric Vehicle (HEV) battery from the date of invoice to the first owner.

8 YEAR WARRANTY ON THE BATTERY*

Maruti Suzuki offers warranty of 8 years on Strong Hybrid battery.



कैटरेक्ट के शुरुआती लक्षणों को ना करें इग्नोर

कैटरेक्ट में आंखों के नेचुरल लेंस में ग्लोबलाइज होने लगती है। इसकी वजह से स्पष्ट रूप से देखने में कठिनाई होती है। लापरवाही से गंभीर दृष्टि दोष और अंधापन भी हो सकता है। ऐसे में समय रहते उपचार आवश्यक है।

प्रिक्वॉशन

डॉ. संजीव तनेजा

नेत्र रोग विशेषज्ञ

अपोलो स्पेकट्रम हॉस्पिटल, नई दिल्ली

मोतियाबिंद या कैटरेक्ट, आंखों की एक आम समस्या है। अगर समय रहते इसका इलाज ना किया जाए तो यह समस्या गंभीर दृष्टिदोष और अंधेपन का कारण बन सकती है। इसके कारण आंखों के लेंस में धुंधलापन आ जाता है, जिससे दृष्टि पर बुरा असर पड़ता है। अक्सर मोतियाबिंद की समस्या, बढ़ती उम्र के लोगों में देखने को मिलती है। लेकिन अब यह समस्या केवल वृद्ध लोगों में ही नहीं बल्कि 40 से 50 वर्ष की आयु के लोगों में भी देखी जाती है। धुंधलेपन के कारण कई लोगों में पढ़ना, लिखना, टीवी देखना, गाड़ी चलाना और अन्य कई दैनिक गतिविधियों में बाधा आने लगती है। इसलिए आंखों में धुंधलेपन की समस्या हो तो तुरंत किसी नेत्र विशेषज्ञ डॉक्टर की सलाह लेना जरूरी है।

रोग का कारण: उम्र का बढ़ना मोतियाबिंद का प्राथमिक कारण है। उम्र बढ़ने के साथ, आंख के लेंस में मौजूद प्रोटीन आपस में मिलकर मोतियाबिंद की परत बना देते हैं। समय के साथ जैसे-जैसे मोतियाबिंद बढ़ता है, लेंस ज्यादा अपारदर्शी या धुंधला हो जाता है। इससे व्यक्ति की दृष्टि कमजोर हो सकती है। यह आमतौर पर धीरे-धीरे विकसित होता है। हालांकि इसकी दर सभी व्यक्तियों में अलग-अलग हो सकती है। उम्र के अलावा मधुमेह, धूम्रपान, शराब, लंबे समय तक धूप में रहने और दवाओं के अधिक सेवन के कारण भी कैटरेक्ट का खतरा बढ़ता है।

मोतियाबिंद के लक्षण: आंखों में धुंधलापन, कम रोशनी में देखने में दिक्कत होना, तेज रोशनी के प्रति संवेदनशीलता, कैंटरेक्ट के प्रमुख लक्षणों में शामिल हैं। उपचार का तरीका: मोतियाबिंद के निदान की पुष्टि करने के लिए व्यापक नेत्र परीक्षण करवाना जरूरी है। कैटरेक्ट का पता चलते ही उपचार शुरू करना चाहिए क्योंकि इस स्थिति की उपेक्षा करने से आगे और जटिलताएं हो सकती हैं, जिससे सर्जरी मुश्किल हो सकती है। इससे रिकवरी और उपचार बहुत धीमा हो सकता है। मोतियाबिंद के परिपक्व होने या पकने का इंतजार करने से ना केवल आपकी दृष्टि लंबे समय तक प्रभावित होगी, बल्कि सर्जरी और रिकवरी में भी अधिक समय लग सकता है। प्रभावित लेंस को हटाने या बदलने के लिए सर्जरी जैसे तत्काल उपचार के बिना, कैटरेक्ट परमानेंट विजन लॉस का कारण बन सकता है। शुरुआती मोतियाबिंद के लक्षणों को चश्मे का उपयोग करके या चश्मे की पावर बदलकर प्रबंधित किया जा सकता है। सर्जरी, धुंधले लेंस को हटाने और डॉक्टर द्वारा सुझाए गए कृत्रिम लेंस लगाने में मदद करती है। कैटरेक्ट, को हटाने की आवश्यकता तब होती है, जब दृष्टि हानि के कारण आपके लिए पढ़ना और गाड़ी चलाना जैसी गतिविधियां करना मुश्किल हो जाता है।

बरतें सावधानी: मोतियाबिंद से बचाव के लिए आप अपनी जीवनशैली में कुछ बातों पर अमल कर सकते हैं। धूप का चश्मा पहनें, धूम्रपान छोड़ें, हरी पत्तेदार सब्जियां और एंटीऑक्सीडेंट्स युक्त खाद्य पदार्थ जैसे गाजर, जामुन, केला, खुबानी, कद्दू और नट्स आदि का सेवन करें। इससे आंखों की स्वस्थ रखने में मदद मिलेगी। इसके साथ ही नियमित रूप से आंखों की जांच करवाते रहने से कैटरेक्ट के शुरुआती लक्षणों को पहचान कर उपचार कराया जा सकता है। *

प्रस्तुति: सेहत डेस्क

डॉक्टर एडवाइस

डॉ. मोहसिन वली

जजरल फिजिशियन

सर गंगा राम अस्पताल, नई दिल्ली

हर मौसम के अनुकूल खान-पान हमारी सेहत के लिए फायदेमंद है। खासकर बारिश के मौसम में यह काफी मायने रखता है। इस मौसम में अधिकतर लोगों के लिए हेल्दी और फिट रहना काफी चुनौतीपूर्ण हो जाता है। नमी और उमस भरे वातावरण से हवा में कई तरह के वायरस और बैक्टीरिया पनपते हैं, जो ध्यान ना देने पर खाद्य पदार्थों को विषाक्त कर देते हैं। ऐसी चीजों के सेवन से ये कीटाणु, शरीर में पहुंच जाते हैं। इससे पाचन तंत्र गड़बड़ा जाता है और प्रतिरक्षा प्रणाली कमजोर हो जाती है। इससे अपच, दस्त, पेटिश, हैजा, आंत्र शोथ जैसी पाचन संबंधी समस्याएं हो सकती हैं। ऐसे में मानसून के सुहाने मौसम को आप खुलकर एंजॉय करना चाहते हैं, तो अपने खान-पान और रहन-सहन का ध्यान रखना बेहद जरूरी है। सही खान-पान जहां आपको फिट और हेल्दी रहने में अहम भूमिका निभाता है, वहीं रहन-सहन की अच्छी आदतें, कई तरह के संक्रमणों से बचाव करती हैं।

खान-पान में बरतें सावधानी: बरसात के मौसम में बीमारियों से बचने के लिए, हेल्दी डाइट लेनी चाहिए। बाहर का खाना खाने के बजाय, घर का बना ताजा खाना ही खाना चाहिए। घर पर बना हुआ खाना भी 3 घंटे से ज्यादा देर से अगर खाया है, तो खाने से बचना चाहिए। क्योंकि इस मौसम में खाने में बैक्टीरिया तेजी से विकसित होते हैं, जो पेट संबंधी इंफेक्शन की बड़ी वजह बनते हैं। **लाइट फूड लें:** इस मौसम में पूरे दिन में 3 हैवी मील में भरपेट भोजन करने के बजाय तकरीबन 2 घंटे के अंतराल पर लाइट मीलस लें। इसमें फ्रूट्स, ड्राई फ्रूट्स, स्नैक्स, सूप जैसे हल्के और पौष्टिक आहार लें। ध्यान रखें कि भूख हो, तभी खाएं। वरना अपच, पेट में संक्रमण और पिलिया जैसी बीमारियां होने का खतरा रहता है।

हल्का-सुपाच्य भोजन करें: बरसात के मौसम में हल्का, सुपाच्य, संतुलित आहार का सेवन करें। गेहूँ, मक्का, जौ, बाजरा जैसे साबुत सूखे आसन और मूंग, चना जैसी दालों को शामिल करना बेहतर है। प्रोटीन, लौह और मैंगनीशियम युक्त इन खाद्य पदार्थों के सेवन से वॉटर रिटेंशन कम होता है और शरीर की प्रतिरक्षा प्रणाली में सुधार होता है।

फल-सब्जियां: अपने आहार में मौसमी फल-सब्जियों को ज्यादा से ज्यादा शामिल करें। पिया, तोरड़, टिंडा, भिंडी, फ्रेंच बींस जैसी हल्की और सुपाच्य सब्जियों का सेवन करें। केला, मूली जैसी कड़वी तासीर वाली सब्जियां संक्रमण से बचाती हैं। ताजे फलों का ही सेवन करें। जामुन, मौसंबी, अमरूद, आंवला, नाशपाती, आलू बुखारा, पपीता जैसे विटामिन-सी से भरपूर फल शरीर से विषाक्त पदार्थ बाहर निकालने और संक्रमण से बचाव कर हमारी रोग-प्रतिरोधक क्षमता बढ़ाते हैं। मुरझाए हुए, दागी, कटे-फटे या ढीले-गले हुए फल खाने से



बचें, क्योंकि ऐसे फल विषाक्त हो जाते हैं और आपकी पाचन प्रक्रिया को प्रभावित करते हैं। विषाक्त फल खाने से बचने के लिए छीलकर खाएं। इस मौसम में तरबूज, खरबूजा जैसे जलीय फल ना खाएं। नम प्रकृति के कारण इनमें बैक्टीरिया होने की संभावना अधिक होती है।

उपयोगी मसाले: इस दौरान अपने भोजन में अदरक, लहसुन, पुदीना, धनिया, काली मिर्च, हल्दी, हींग, मेथी दाना, जायफल, तुलसी, बड़ी इलायची, सौंफ, अजवायन, करी पत्ता जैसे मसालों का उपयोग करें। ये पाचन शक्ति बढ़ाने में उपयोगी हैं। **प्रोबायोटिक फूड:** गट में गुड़ बैक्टीरिया को बढ़ाने के लिए प्रोबायोटिक फूड्स को आहार में शामिल करें। इसके लिए घर पर बने दही और संधा

नमक, अजवायन, जीरा मिलाकर नमकीन लस्सी का सेवन कर सकते हैं। ध्यान रखें कि रूढ़ी फ्रिज में रखा ठंडा ना हो। खाने से करीब 15 मिनट पहले फ्रिज से बाहर निकाल लें।

पिएं स्वच्छ-शुद्ध पानी: इस मौसम में पेयजल होने की शुद्धता का विशेष ध्यान रखें। घर में चाहे एक्वागार्ड या आरओ लगा हो या जल बोर्ड का पानी आता हो। बेहतर होगा कि पानी को कम से कम 2-3 मिनट तक उबालें। ठंडा होने पर छानकर ही इस्तेमाल करें। या फिर 20 लीटर पानी में 500 मिलीग्राम क्लोरोन की गोली मिलाकर पानी साफ करें। तांबे या चांदी के बर्तन में पानी पीना फायदेमंद है। इससे कीटाणुओं का नाश होता है और पानी भी स्टर्लाइज होता है। कोशिश करें, फ्रिज का ठंडा पानी इस

इनसे करें परहेज बारिश के मौसम में पकौड़े और समोसे आदि खाने में बहुत मजा आता है लेकिन इनकी वजह से ब्लोटिंग यानी पेट फूलने की समस्या हो सकती है। ऑयल कम इस्तेमाल होने के कारण इनके सेवन से पाचन संबंधी समस्याएं कम होती हैं। फ्राइड खाना बनाने के लिए सरसों, मूंगफली और तिल जैसे हेवी ऑयल के बजाय सोंयाबीन, ऑयल ऑयल का इस्तेमाल करें। हेवी ऑयल पित्त बढ़ाने के अलावा शरीर को कमजोर बनाते हैं। बरसात के मौसम में इन्फेक्शन से बचने के लिए आइसक्रीम, कुल्फी, जूस, मिल्क शेक जैसी ठंडी चीजों के सेवन से बचें। इनके अलावा मीट, मछली, चिकन जैसे मीसाहारी पदार्थों से भी परहेज करें। इनमें बैक्टीरिया बहुत जल्दी पनपते हैं। बहुत जरूरी हो तो पकवाने से पहले अच्छी तरह साफ करें और पूरी तरह पके हुए नॉनवेज ही खाएं।

स्वच्छ-शुद्ध पानी: इस मौसम में पेयजल होने की शुद्धता का विशेष ध्यान रखें। घर में चाहे एक्वागार्ड या आरओ लगा हो या जल बोर्ड का पानी आता हो। बेहतर होगा कि पानी को कम से कम 2-3 मिनट तक उबालें। ठंडा होने पर छानकर ही इस्तेमाल करें। या फिर 20 लीटर पानी में 500 मिलीग्राम क्लोरोन की गोली मिलाकर पानी साफ करें। तांबे या चांदी के बर्तन में पानी पीना फायदेमंद है। इससे कीटाणुओं का नाश होता है और पानी भी स्टर्लाइज होता है। कोशिश करें, फ्रिज का ठंडा पानी इस

मौसम में ना पिएं। **सूप-काढ़ा है फायदेमंद:** शरीर को डिटॉक्स करने के लिए इस मौसम में लिक्विड डाइट अधिक लें। वेजिटेबल सूप, अदरक, तुलसी, काली मिर्च की चाय या काढ़ा जैसे पेय लें। हर्बल या ग्रीन टी, कॉफी जैसे गर्म पेय और रात को सोने से पहले गोल्डन मिल्क या हल्दी वाला गर्म दूध भी ले सकते हैं। इनमें मौजूद विटामिन और मिनरल्स बारिश के मौसम में आपकी इन्धन सिस्टम को मजबूत बनाते हैं।

रखें साफ-सफाई: भोजन बनाते समय सफाई का विशेष ध्यान रखें। बाजार से लाए गए फल-सब्जियों को नमक मिले गुनगुने पानी या सिरका मिले पानी से अच्छी तरह धोने के बाद ही इस्तेमाल करें। ताकि इनमें मौजूद हानिकारक बैक्टीरिया खत्म हो सकें और हमारे स्वास्थ्य को किसी तरह का नुकसान ना हो। इस मौसम में संक्रमण से बचने के लिए हाइजीन का खास ख्याल रखें। छींकने-खांसने के बाद, खाना पकाने से पहले और भोजन करने से पहले हाथों को साबुन और पानी से साफ करें। वॉशरूम यूज करने के बाद या फिर बाहर से घर में आने पर हाथों को जरूर धोएं। *

प्रस्तुति: रजनी अरोड़ा

हालांकि सोया को स्वादिष्ट भाजी के रूप में अधिकतर स्थानों पर खाया जाता है, लेकिन इसका हर हिस्सा स्वास्थ्य के लिए भी बेहद फायदेमंद होता है। इसकी वजह इसमें मौजूद पौष्टिक तत्व होते हैं। 100 ग्राम सोया में 43 कैलोरी पाई जाती है। इसमें 1.1 ग्राम वसा होता है, 0 मिलीग्राम कोलेस्ट्रॉल होता है, 61 मिलीग्राम सोडियम, 738 मिलीग्राम पोटेसियम, 7 ग्राम कार्बोहाइड्रेट और 3.5 ग्राम प्रोटीन पाई जाती है। पौष्टिकता से भरपूर इन तत्वों के कारण सोया (एनेथम प्रोवोलेंस) को स्वास्थ्यवर्धक बूटी माना जाता है। इसके पौधे की ऊंचाई आमतौर पर 16 से 24 इंच होती है। कुछ प्रजातियों की ऊंचाई 4 से 8 इंच तक ही होती है। सोया के पौधे में पीले और सफेद रंग के फूल आते हैं और इन्हें फूलों के अंदर बाद में बीज बनते हैं। सोया की सूखी पत्तियां भी जड़ी-बूटी के रूप में इस्तेमाल होती हैं। इसकी सब्जी खाने से मेटाबॉलिज्म में सुधार होता है। ब्लोटिंग की समस्या नहीं होती और पेट में एसिडिटी और गैस से छुटकारा तो मिलता ही है।

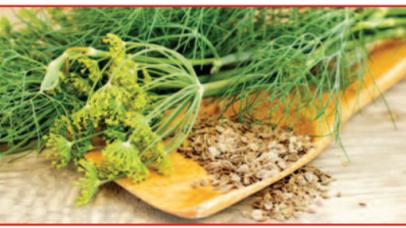
बीज भी होते हैं फायदेमंद: सोया को अंग्रेजी डिल कहते हैं। इसके बीज भी ना सिर्फ स्वादिष्ट बल्कि अनगिनत पौष्टिक तत्वों से भरपूर होते हैं। इसलिए आयुर्वेद में सोया की पत्तियां और इसके बीजों को औषधियों के रूप में वर्गीकृत किया गया है। ये पाचन क्रिया में सुधार करते हैं, कैंटरेक्ट के प्रमुख लक्षणों में शामिल हैं। उपचार का तरीका: मोतियाबिंद के निदान की पुष्टि करने के लिए व्यापक नेत्र परीक्षण करवाना जरूरी है। कैटरेक्ट का पता चलते ही उपचार शुरू करना चाहिए क्योंकि इस स्थिति की उपेक्षा करने से आगे और जटिलताएं हो सकती हैं, जिससे सर्जरी मुश्किल हो सकती है। इससे रिकवरी और उपचार बहुत धीमा हो सकता है। मोतियाबिंद के परिपक्व होने या पकने का इंतजार करने से ना केवल आपकी दृष्टि लंबे समय तक प्रभावित होगी, बल्कि सर्जरी और रिकवरी में भी अधिक समय लग सकता है। प्रभावित लेंस को हटाने या बदलने के लिए सर्जरी जैसे तत्काल उपचार के बिना, कैटरेक्ट परमानेंट विजन लॉस का कारण बन सकता है। शुरुआती मोतियाबिंद के लक्षणों को चश्मे का उपयोग करके या चश्मे की पावर बदलकर प्रबंधित किया जा सकता है। सर्जरी, धुंधले लेंस को हटाने और डॉक्टर द्वारा सुझाए गए कृत्रिम लेंस लगाने में मदद करती है। कैटरेक्ट, को हटाने की आवश्यकता तब होती है, जब दृष्टि हानि के कारण आपके लिए पढ़ना और गाड़ी चलाना जैसी गतिविधियां करना मुश्किल हो जाता है।

बरतें सावधानी: मोतियाबिंद से बचाव के लिए आप अपनी जीवनशैली में कुछ बातों पर अमल कर सकते हैं। धूप का चश्मा पहनें, धूम्रपान छोड़ें, हरी पत्तेदार सब्जियां और एंटीऑक्सीडेंट्स युक्त खाद्य पदार्थ जैसे गाजर, जामुन, केला, खुबानी, कद्दू और नट्स आदि का सेवन करें। इससे आंखों की स्वस्थ रखने में मदद मिलेगी। इसके साथ ही नियमित रूप से आंखों की जांच करवाते रहने से कैटरेक्ट के शुरुआती लक्षणों को पहचान कर उपचार कराया जा सकता है। *

प्रस्तुति: सेहत डेस्क

हर्बल जोन / रेखा देशराज

स्वास्थ्यवर्धक सोया



क्योंकि इसके बीजों में विटामिन-बी होता है, जो शरीर को आराम देता है और नींद में मददगार होता है। जिने लोगों के मुँह से दुर्गंध आती हो, मितली उल्टी की समस्या हो, उनके लिए भी यह एक बेहतरीन घरेलू उपचार है। हाई ब्लड प्रेशर की समस्या में भी सोया फायदेमंद है। लेकिन ध्यान रखें कि बिना किसी अनुभवी वैद्य या आयुर्वेद विशेषज्ञ की सलाह के सोया के बीज ना खाएं, क्योंकि इसके कुछ नुकसान भी हो सकते हैं। *

प्रतिरोधक क्षमता बढ़ाते हैं, रक्तचाप को नियंत्रित करते हैं। आजकल शहरों में ज्यादातर लोग अपनी बेतरतीब लाइफस्टाइल के कारण खराब पाचन तंत्र से परेशान रहते हैं। सोया के बीज इस समस्या से छुटकारा दिलाते हैं। इसके बीज गैस, एसिडिटी और कब्ज जैसी सामान्य समस्याओं से छुटकारा दिलाते हैं। ये हमारी हड्डियों को भी मजबूत बनाते हैं। दरअसल सोया के बीजों में भरपूर मात्रा में कैल्शियम होता है, जिससे हड्डियों के घनत्व को ये बचाकर रखते हैं। इयूनिटी बूस्टर के रूप में भी सोया के बीजों की ख्याति है। साथ ही ये डायरिया जैसी बीमारी में भी कारगर हैं, क्योंकि इसके बीजों में फ्लेवोनोइड्स और मोनोटेरपीन पाया जाता है, ये दोनों ही चीजें शक्तिशाली एंटीबैक्टीरियल एजेंट का काम करती हैं। अगर कोई व्यक्ति अनिद्रा से पीड़ित है तो उसे भी सोया के बीज फायदा पहुंचाते हैं, क्योंकि इसके बीजों में विटामिन-बी होता है, जो शरीर को आराम देता है और नींद में मददगार होता है। जिने लोगों के मुँह से दुर्गंध आती हो, मितली उल्टी की समस्या हो, उनके लिए भी यह एक बेहतरीन घरेलू उपचार है। हाई ब्लड प्रेशर की समस्या में भी सोया फायदेमंद है। लेकिन ध्यान रखें कि बिना किसी अनुभवी वैद्य या आयुर्वेद विशेषज्ञ की सलाह के सोया के बीज ना खाएं, क्योंकि इसके कुछ नुकसान भी हो सकते हैं। *

जिस समय आप सोने की प्रक्रिया में हो तो आपके इर्द-गिर्द ऐसी आवाजें हों, जिनसे आपको दिली सुकून मिले। ये कोई पॉडकास्ट भी हो सकता है, किसी का भाषण या पक्षियों और प्रकृति से जुड़ी आवाजें, जो आपको सुकून-शांति दें। **वातावरण को सुगंधित बनाएं:** रात को बिस्तर पर जाने से पहले कमरे के माहौल को खुशनुमा बनाएं, जिससे आपको अच्छी नींद आए। इसके लिए सबसे आसान उपाय है कि आप सुगंधित अगरबत्ती जलाएं और घर में एक अच्छा माहौल बनाकर रखें, ताकि घर का वातावरण खुशनुमा रहे। **वर्कस्टेशन अलग रखें:** अगर आप वर्क फ्रॉम होम करते हैं तो हो सकता है आप अपने बेडरूम में ही दिन के समय काम करें और इसके बाद आप वहीं सो जाएं। लेकिन यह कोई अच्छी बात नहीं है। अच्छी नींद के लिए आपके आस-पास का वातावरण बोझिल नहीं होना चाहिए। वहां का माहौल ऐसा हो, जो आपको शारीरिक और

मानसिक शांति प्रदान करे। यहां बचाए गए तमाम उपाय आपको रात में अच्छी और गहरी नींद से सोने में काफी मददगार साबित हो सकते हैं। *

योगोपचार

दिव्यज्योति 'नंदन'

योग से मानसिक-शारीरिक दोनों स्वास्थ्य बेहतर होते हैं। जहां तक योग से अपने मानसिक स्वास्थ्य को दुस्त रखने की बात है, तो इसमें कोबरा पोज या भुजंगासन विशेष रूप से फायदेमंद हैं। चूंकि यह आसन करने से रक्तप्रवाह बढ़ता है और दिमाग की कार्यक्षमता में सुधार होता है। इसलिए भुजंगासन, मानसिक स्वास्थ्य के लिए सबसे शानदार माना जाता है। हालांकि भुजंगासन के साथ-साथ मानसिक स्वास्थ्य को बेहतर बनाने के लिए योग गुरु उतानासन योग के नियमित अभ्यास का भी सुझाव देते हैं।

आसन की विधि: भुजंगासन करने का सही तरीका यह है कि किसी समतल और शुद्ध हवा वाली जगह पर चटाई या अपना योगा मैट बिछाकर सबसे पहले लेट के बल लेट जाएं। इसके बाद अपनी हथेलियों को कंधे की चौड़ाई से अलग जमीन पर रखें और दोनों पैरों के तलवों को ऊपर की ओर रखें। साथ ही अब पैरों के अंगुठों को आपस में मिलाएं। इस दौरान खूब गहरी सांस लें और धीरे-धीरे सिर को ऊपर उठाएं। सिर को ऊपर उठाने के साथ गर्दन को भी ऊपर उठाएं और फिर सीने को और फिर पेट को क्रमशः धीरे-धीरे ऊपर उठाते चले जाते हैं, तो सिर से नाभि तक के हिस्से को ही आसन के दौरान ऊपर उठाना चाहिए। जबकि नाभि के नीचे से पैरों की उंगलियों तक का भाग जमीन से बिल्कुल सटा रहना चाहिए। जब शरीर के अग्र भाग को ऊपर उठाएं तो इस बात का ध्यान रखना चाहिए कि ये दोनों बाजूओं

स्वस्थ दिमाग के लिए नियमित करें भुजंगासन



के सहारे ही ऊपर उठें। इस दौरान कोहनियां नहीं मुड़ी होनी चाहिए। **ऊपर की ओर देखने की कोशिश:** भुजंगासन करते हुए लगातार ऊपर की ओर देखने की कोशिश करनी चाहिए। लेकिन हां, जितनी देर आसानी से हो सके, ऊपर की ओर उतनी ही देर देखने की कोशिश करनी चाहिए। अगर ज्यादा देर तक ऊपर की ओर देखना संभव ना हो तो जबरदस्ती कोशिश नहीं करनी चाहिए। गहरी सांस लें और फिर धीरे-धीरे सांस छोड़ते हुए पहले पेट, फिर छाती और सबसे बाद में सिर को भी वापस जमीन पर ले आएं। **और भी हैं फायदे:** भुजंगासन का अभ्यास करने के फायदे और भी बहुत हैं। जैसे- नियमित रूप से यह आसन किए जाने से कंधों की

जकड़न और पेट की चर्बी का नामो-निशान नहीं रहता। सांसों से संबंधित समस्याएं दूर होती हैं और शरीर अच्छी तरह से डिटॉक्स हो जाता है। इसके अलावा हमारा पाचन बेहतर होता है, लिबर मजबूत होता है, किडनी को अपने कार्य करने में आसानी होती है। इससे किडनी की कार्यक्षमता बेहतर होती है। यह आसन विशेषकर रीढ़ की हड्डी के लिए भी रामबाण होता है। छाती और फंफड़ों को, कंधों और पेट की मांसपेशियों के लिए भी यह बहुत लाभदायक है। **ये लोग ना करें:** गर्भवती महिलाओं, मेरूदंड के रोग से पीड़ित, हर्निया, अल्सर या कोलाइटिस जैसी बीमारियों से ग्रस्त लोगों को इस आसन से दूर रहना चाहिए। *

रखें ध्यान

भुजंगासन देखने में भले सरल आसन लगता हो, लेकिन यह काफी सख्त आसन है। भुजंगासन करते समय शरीर को अपनी शारीरिक क्षमताओं के मुताबिक ही लें, क्योंकि शरीर को बहुत ज्यादा मोड़ना भी हानिकारक हो सकता है, खासकर तब जब ऐसा करने में दिक्कत हो। भुजंगासन सही से करते समय इस बात का ध्यान जरूर रखना चाहिए कि इस दौरान कोहनियां बंद ना हों, कोहनी हमेशा मुड़ी होनी चाहिए। शुरुआत में सिर्फ 30 सेकंड तक ही कोबरा पोज में रहें। फिर जैसे-जैसे शरीर को सुकून महसूस हो, इसे क्रमशः बढ़ाकर 1 मिनट तक किया जा सकता है। इससे ज्यादा देर तक करने से परहेज करना चाहिए और 4 से 5 बार पोज दोहराना चाहिए। लेकिन शुरू में 2 से 3 बार ही काफी होता है।

रायपुर-जगदलपुर मार्ग को फोर लेन की सांसद ने केंद्रीय मंत्री से की मांग

हरिभूमि न्यूज | जगदलपुर

जगदलपुर से रायपुर मार्ग को 4 लेन बनाने के लिए रायपुर से विशाखापटनम भारतमाला रोड निर्माणधीन है। इसे जगदलपुर से एक लिंक रोड प्रदान करने व बीजापुर से गढ़चिरोली होकर महाराष्ट्र को जोड़ने वाली सड़क को शीघ्र पूर्ण करने सांसद महेश कश्यप ने केंद्रीय मंत्री से आग्रह किया है। साथ ही भोपालपटनम से बारागुड़ा रोड लंबाई 12 किमी मट्टीमारका में इंद्रावती नदी पुल स्वीकृत कर महाराष्ट्र को जोड़ने की मांग सांसद ने की है। राष्ट्रीय राजमार्ग



30 जो बस्तर को दक्षिण राज्य को जोड़ने वाली मुख्य मार्ग जगदलपुर से कोंडा में जगदलपुर से कोंडा तक दूरी 90 किमी सीसी रोड बनी है उस पर डामरीकरण करने की मांग की है। साथ ही दंतवाड़ा जिले में आवश्यक रेलवे क्रॉसिंग पर फ्लाईओवर निर्माण व यातायात और आवागमन व्यवस्था सुलभ कराने की मांग की है। केंद्रीय मंत्री गडकरी ने सांसद महेश कश्यप के पत्र का अवलोकन करते शीघ्र आवश्यक कार्रवाई करने अफसरों से चर्चा कर सार्थक पहल करने का भरोसा दिलाया है।

बाइक की टोकर से साइकिल सवार की मौत

हरिभूमि न्यूज | धमतरी

काम निबटार करने घर लौट रहे साइकिल सवार मजदूर को तेज रफ्तार बाइक ने टोकर मार दी। घटना में गंभीर रूप से घायल मजदूर की घर में मौत हो गई। पुलिस व परिजनों के अनुसंधान के बाद बाइक सवार को गिराया गया।



पोटियाडीही की घटना के बाद बाइक सवार मौके से

से राइस मिल से निकल मुख्य मार्ग पर पहुंचा था। इसी दौरान आमदी की ओर से आ रही तेज रफ्तार बाइक ने उसे जोरवार टक्कर मार दी। बाइक में दो लोग सवार थे। घटना के बाद बाइक समेत मौके से भाग गए। बाइक की टोकर से मजदूर साइकिल समेत सड़क पर गिर गया। इस घटना में मजदूर

घायल हो गया जिसे मिल मालिक उपचार के लिए आमदी के प्राथमिक स्वास्थ्य केन्द्र ले गया। पैर में आई चोट का प्राथमिक उपचार किया गया। उसके बाद मिल मालिक मजदूर को उसके घर छोड़ दिया। घर में घायल मजदूर व उसकी पत्नी रहती है। उसकी कोई संतान नहीं है।

पानी में डूबने से युवक की मौत

महासमुंद। सरायपाली के कुटेला तालाब में डूबने से एक युवक की मौत हो गई। पुलिस ने बताया कि मुकेश दास पिता कारादास (28 साल) का शव कुटेला तालाब में पाया गया।

पूर्व तट रेलवे

ई-निविदा सूचना सं.: VSKP-EL-C-T-183E, दिनांक: 24.06.2024
कार्य का नाम: पूर्व तट रेलवे के वाटियर मंडल में कोरापट-जगदलपुर एवं कोरापट-सिंगारु रोड दोहरीकरण परियोजनाओं के संबंध में मालीगुन-जराति, सिंगारु रोड-केउरगुड़ा, केउरगुड़ा-किरपाई, तिकरपाई-भद्रगुड़ा/सोनाई के बीच 56TKM के लिए 25KV AC OHE की बिजाने, अगुडि, स्वान, जराति, सिंगारु रोड, केउरगुड़ा, सिकरपाई में वाई OHE का चुनाव करव त्वा चालू करने के लिए प्री-नॉन इंटरलॉकिंग (NI) एवं नॉन-इंटरलॉकिंग (NI) कायों के दौरान OHE सुधार कायों का भी निष्पादन। साथ में 01 संव्यक्त TSS विस्तार, 01 संव्यक्त 25 KV SSP एवं SP से संव्यक्त PSI कायों के साथ SCADA कायों का निष्पादन।
कार्य की अनुमानित लागत: ₹. 3027.98 लाख, जमा की जाने वाली बयाना राशि/बोली सुरक्षा: ₹. 16,64,000.00, कार्य समापन की अवधि: 24 महीने।
निविदा बंद होने की तारीख एवं समय: दिनांक 16.07.2024 को 1530 बजे।
ऐसी ई-निविदा के तहत डाक/कूरियर/फैक्स या व्यक्तिगत रूप से भेजा गया कोई भी मैन्युअल प्रस्ताव स्वीकार नहीं किया जायेगा, भले ही ये सभी फर्म (Firm) के लेटर हेड एवं नियत समय पर प्राप्त किया गया हो। ऐसे सभी मैन्युअल प्रस्तावों को अवेब माना जायेगा तथा उसके संबंध में किसी विचार के बिना तत्काल निस्तर कर दिया जायेगा।
उपरोक्त ई-निविदा के ई-निविदा दस्तावेज के साथ समुप्य जानकारी वेबसाइट: www.ireps.gov.in पर उपलब्ध है। प्रस्तावित निविदाकारों को इस निविदा के लिए जारी किए जाने वाले किसी भी अंतर्देश/सुझाव/सुझाव की ओर ध्यान देने के लिए निविदा बंद होने की तारीख से चंद्र दिवस पहले वेबसाइट पुनः अवलोकन करने की सलाह दी जाती है। निविदाकारों/बोलीदाताओं के पास क्लर-आइ डिजिटल सिग्नेचर सॉफ्टवेयर होना चाहिए एवं अंतर्देश/सुझाव/सुझाव की ओर ध्यान देना चाहिए। ई-निविदा में सिक्रेट कीयुटिलिटी/बोलीदाता की भाग ले सकते हैं।
निविदाकारों को निविदाकारों के लिए उचित सभी निर्देशों को सावधानीपूर्वक पढ़ना चाहिए तथा निविदा दस्तावेज के कौटुक 2 के निविदा फॉर्म की शर्तों, परिभाषाओं के वाणिज्यिक अनुपालन, जॉब सूची, सिलेब सभी निर्देशावली का अनुपालन करना चाहिए।
उप मुख्य विद्युत अतिथि (निर्माण), विशाखापटनम

पुणे में कामकाजी युवक को बनाया बंधक, छोड़ने रुपये की डिमांड

हरिभूमि न्यूज | मिलाई

कंपनी का पैसा लेकर दोस्त भागने पर युवक से जबर्न वसूली का मामला सामने आया है। शिकायत पर पुलिस ने अज्ञात आरोपियों के खिलाफ धारा 384, 34 के तहत जुर्म दर्ज किया है।

सुपेला पुलिस ने बताया कि कांटेन्टर कालोनी सुपेला निवासी लता यादव फायनेंस कंपनी में काम करती हैं। 25 जून को उन्हें कंपनी का पैसा लेकर घर से काम करने के लिये पुना जाने के लिए निकला था। 29 जून की शाम भीषम का कॉल आया कि पुना में काम करने आया हू। जहां एक कमरे में बंद कर रखा है। छोड़ने के एवज में उसे रुपये का डिमांड किया जा रहा है। पीड़िता ने अपने भाई भीषम से बात हुई तो उसने आकाश का मोबाइल नंबर दिया। उससे बात करने पर उसने बताया कि भीषम जिस आफिस में काम कर रहा था। उस आफिस में उसका दोस्त भी काम करता था लेकिन उसके दोस्त ने कंपनी का 50 हजार रुपये का नुकसान कर दिया। जिसकी भरपाई भीषम से कंपनी वाले कर रहे हैं।

भीषम को छोड़ने के लिए 50 हजार मांग रहे हैं। रुपये देने के बाद उसे छोड़ने की बात कंपनी वालों ने कहा है। इस दौरान आकाश के द्वारा बताया गए बैंक खाते में फोन पे के माध्यम से 50 हजार रुपये ट्रांसफर किया गया। फिर कुछ देर बाद भीषम यादव का फोन करने पर बताया कि लोगों ने उसे छोड़ दिया है। इसके बाद 30 जून की रात को पीड़िता को भीषम का कॉल आया कि वो लोग नहीं छोड़े है। भीषम को छोड़ने के एवज में दोबारा कंपनी वालों ने 2 लाख 50 हजार रुपये का डिमांड करने की बात सामने आई है। पीड़िता को बताया गया कि भीषम की कोई गलती नहीं है। बल्कि उसका दोस्त दोस्त ए चिरंजीवी कंपनी का पैसा लेकर भाग निकला है। इस कारण रुपये का डिमांड किया जा रहा है। रुपये नहीं देने के एवज में भीषम को नहीं छोड़ने की बात कही है। इसके बाद से आकाश और अन्य लोगों का मोबाइल स्वीच ऑफ होना पीड़िता ने बताया है। सुपेला टीआई राजेश मिश्रा ने बताया कि शिकायत के बाद पुलिस ने जुर्म दर्ज कर जांच में लिया गया है।

बीच सड़क सिलेंडर से भरा ट्रक पलटा, बड़ी घटना टली



हरिभूमि न्यूज | भाटापारा

भाटापारा-बलौदाबाजार सड़क मार्ग पर बुधवार को ग्राम खपरवीडीह के पास घरेलू सिलेंडर से भरा ट्रक पलट गया है। इससे यातायात सुविधा बाधित होते देख तत्काल रोड से हटाया गया। घटना की सूचना पर उप पुलिस अधीक्षक अमृत कुजूर यातायात टीम के साथ तत्काल घटना स्थल पहुंचे। घटना स्थल में ट्रक सड़क मार्ग के बीचों बीच पलटा हुआ था, जिससे दोनों ओर से वाहनों की आवाजाही में राहगीरों को परेशानी हो हो रही थी। साथ ही ट्रक में आग लगने, सिलेंडर फटने का डर भी आने जाने वाले राहगीरों को लग रहा था। इस दौरान तत्काल यातायात बल द्वारा ट्रक को सड़क से हटाकर सुरक्षित स्थल पर रखा गया।

अपराध पार्षद पति और देवर के साथ मारपीट का वीडियो वायरल

हरिभूमि न्यूज | मिलाई

नगर पालिक निगम रिसाली के कांग्रेस पार्षद के पति और देवर की जमकर धुलाई करने का वीडियो सोशल मीडिया में वायरल हो रहा है। नेवई पुलिस ने दोनों पक्षों के खिलाफ जुर्म दर्ज कर जांच में लिया है। वीडियो में वार्ड 15 की पार्षद ईश्वरी साहू के पति को सड़क पर युवकों द्वारा लात-घूसों से पिटाई हो रही है। पार्षद पति पर आरोप है कि शिव मंदिर के पास रिटायरमेंट पार्टी के दौरान शराब के नशे में पहुंचे और गाली-गलौज कर रहे थे।

निवासी प्रदीप साहू शिकायत किया है कि 30 जून को वो सामुदायिक भवन के पास उमेश रावटे की दादी की रिटायरमेंट पार्टी में शामिल होने गया था। कुछ लोग एक दूसरे को गाली गलौज कर रहे थे। पार्षद ईश्वरी साहू और उनके देवर ने उन्हें मना किया। जब ईश्वरी साहू ने मारपीट का विरोध किया, तो ईश्वरी के पति और देवर को बुरी तरह पिटाई कर दी। रिसाली नगर निगम के वार्ड 15 मोहारी की पार्षद ईश्वरी साहू और दूसरा पक्ष उमेश रावटे, उसके समर्थक भी नेवई थाने पहुंच गए। दोनों पक्षों पर कार्रवाई की गई है।

पूर्व तट रेलवे

निविदा सूचना सं.: eT-BR-WAT-21-2024, दिनांक: 26.06.2024
कार्य का नाम: वाटियर (WAT) मंडल में राहस्यक मंडल अतिथि/BR/वाटियर के बेनाधिकार के अधीन रस्सों के मध्य में कैम्बर/डिप्लोमेट/रिजिस्ट्रेशन लेने के बुकिंग/ MID रस्सों में कम्प्यूटिड/PSG गार्डों के लिए इस्तेखान प्लेटफॉर्म का प्रावधान तथा बीयरिंगों के निरीक्षण के लिए रस्सों की व्यवस्था का प्रावधान।
कार्य की अनुमानित लागत: ₹. 2,53,51,170.15, EMD: ₹. 2,76,800.00, कार्य समापन की अवधि: 12 महीने।
निविदा बंद होने की तारीख एवं समय: 19.07.2024 को 1500 बजे।
ऐसी ई-निविदा के तहत डाक/कूरियर/फैक्स या व्यक्तिगत रूप से भेजा गया कोई भी मैन्युअल प्रस्ताव स्वीकार नहीं किया जायेगा, भले ही ये सभी फर्म (Firm) के लेटर हेड एवं नियत समय पर प्राप्त किया गया हो। ऐसे सभी मैन्युअल प्रस्तावों को अवेब माना जायेगा तथा उसके संबंध में किसी विचार के बिना तत्काल निस्तर कर दिया जायेगा।
उपरोक्त ई-निविदा के ई-निविदा दस्तावेज के साथ समुप्य जानकारी वेबसाइट: www.ireps.gov.in पर उपलब्ध है। प्रस्तावित निविदाकारों को इस निविदा के लिए जारी किए जाने वाले किसी भी अंतर्देश/सुझाव/सुझाव की ओर ध्यान देने के लिए निविदा बंद होने की तारीख से चंद्र दिवस पहले वेबसाइट पुनः अवलोकन करने की सलाह दी जाती है। निविदाकारों/बोलीदाताओं के पास क्लर-आइ डिजिटल सिग्नेचर सॉफ्टवेयर होना चाहिए एवं अंतर्देश/सुझाव/सुझाव की ओर ध्यान देना चाहिए। ई-निविदा में सिक्रेट कीयुटिलिटी/बोलीदाता की भाग ले सकते हैं।
निविदाकारों को निविदाकारों के लिए उचित सभी निर्देशों को सावधानीपूर्वक पढ़ना चाहिए तथा निविदा दस्तावेज के कौटुक 2 के निविदा फॉर्म की शर्तों, परिभाषाओं के वाणिज्यिक अनुपालन, जॉब सूची, सिलेब सभी निर्देशावली का अनुपालन करना चाहिए।
उप मुख्य विद्युत अतिथि (निर्माण), विशाखापटनम

कार्यालय मुख्य चिकित्सा एवं स्वास्थ्य अधिकारी, जिला-रायगढ़ (छ.ग.)

दूरभाष 07762-213868 ई-मेल raigarhcmho@gmail.com

राष्ट्रीय स्वास्थ्य मिशन अन्तर्गत वित्तीय वर्ष 2023-24 हेतु जिले में स्वीकृत आर.ओ.पी. के अनुसार तथा मानव संसाधन नीति-2018 में दिये गये निर्देशानुसार राष्ट्रीय स्वास्थ्य मिशन, जिला रायगढ़ अन्तर्गत निर्माकित विभिन्न संविदा पदों में भर्ती हेतु विज्ञापन प्रकाशित कर इच्छुक एवं पात्र उम्मीदवारों को निर्धारित प्रपत्र में आवेदन पत्र कार्यालय मुख्य चिकित्सा एवं स्वास्थ्य अधिकारी, भगवानपुर, जिल्द रोड, रायगढ़, जिला-रायगढ़ (छ.ग.) के पते पर स्पीड पोस्ट/पंजीकृत डाक के माध्यम से दिनांक 16.07.2024 तक कार्यालयीन समय में सार्य 5:00 बजे तक आमंत्रित किया जाता है। पदवार रिक्तियों का विवरण निम्नानुसार है:-
आवेदन पत्र प्राप्ति का प्रकार - निर्धारित प्रारूप में संलग्नकों के साथ केवल /स्पीड पोस्ट/पंजीकृत डाक के माध्यम से आमंत्रित किया जाता है।

क्र.	पद नाम	कुल रिक्त पद	कुल रिक्त पदों का प्रवर्गवार विवरण				शैक्षणिक योग्यता	संविदा आधारित एकमुश्त मासिक वेतन
			UR	OBC	SC	ST		
1	2 ND ANM (NHM)	2	0	1	1	0	12th Passed, ANM Passed & INC affiliated Training center & live Registration in Chhattisgarh Nursing Registration Council	12000/-
2	Nursing Officer (NHM)	10	3	4	1	2	BSC. Nursing OR GNM Course Passed & Live Registration in Chhattisgarh Nursing Registration Council	16500/-
3	OT Technician (LaQsya FRUs)	1	0	0	0	1	1. जीव विज्ञान, रसायन एवं भौतिक विषय में 10+2 उत्तीर्ण। 2. ओ.टी. टेक्नीशियन पैरामेडिकल कोर्स एवं छ.ग. पैरामेडिकल काउंसिल में जीवित पंजीयन होना अनिवार्य है।	14000/-
4	MO - AYUSH (Male)	1	0	0	0	1	BHMS/ BAMS/BUMS Degree Registration from any GOI Reconised (BAMS/BHMS/BUMS) Ayush, Homeo, Unani Registration Board	25000/-
5	MO - AYUSH (Female)	4	1	0	0	3	BHMS/BAMS/BUMS Degree Registration from any GOI Reconised (BAMS/BHMS/BUMS) Ayush, Homeo, Unani Registration Board	25000/-
6	ANM (RBSK)	2	1	1	0	0	ANM Course Passed in Indian Nursing Board & Live Registration in Chhattisgarh Nurses Registration Council	12000/-
7	Technical Assistant - Optometrist (DEIC)	1	1	0	0	0	Diploma in Optometry form a Recognized Institution However. Candidates Having Masters/Bachelor Degree in Optometry will be given preference.	15000/-
8	Laboratory Technician (DEIC)	1	1	0	0	0	D.M.L.T. Or B.M.L.T./Passed in Pathology Paramedical Course With Ragistration in C.G. Paramedical Council.	14000/-
9	Dental Assistant (DEIC)	1	1	0	0	0	Diploma in Dental Technology from a recognized intitution(Reference will be given to candidates having at least 2 years post Qualification experience in related field)	14000/-
10	Staff Nurse - (NRC)	2	0	0	0	2	BSC. Nursing OR GNM Course Passed & Live Registration in Chhattisgarh Nursing Registration Council	16000/-
11	Feeding Demonstrator (NRC)	1	0	0	0	1	BSC Home Science	12000/-
12	Staff Nurse - (SNCU)	1	1	0	0	0	BSC. Nursing OR GNM Course Passed & Live Registration in Chhattisgarh Nursing Registration Council	16000/-
13	Counselor - (NHM)	2	1	0	0	1	PG Degree/Diploma in Psychology/ Counselling/health/education/Mass Communication/ Social Science	12000/-
14	Psychologist - Clinical (NMHP)	1	1	0	0	0	1- एम.फिल क्लिनिकल साइकोलॉजी, यदि योग्यता न होने की दशा में एम.एस.सी. साइकोलॉजी/एमएससी रिहैबिलिटेशन साइकोलॉजी/एमए साइकोलॉजी, रिहैबिलिटेशन काउंसिल ऑफ इंडिया से रजिस्टर्ड होना अनिवार्य है एवं 02 वर्ष मानसिक स्वास्थ्य अस्पताल अथवा क्लिनिक में कार्य करने का अनुभव 2- अतिरिक्त शैक्षणिक योग्यता डिप्लोमा इन कम्युनिटी मेंटल हेल्थ (क्लिनिकल साइकोलॉजी) को प्राथमिकता दी जायेगी।	31500/-
15	Secretarial Assistant - NMHP1	1	1	0	0	0	मान्यता प्राप्त विश्व विद्यालय से स्नातक उपाधि के साथ मान्यता प्राप्त संस्थान से डिप्लोमा इन कम्यूटर एप्लीकेशन	13650/-

16	ANM (NUHM)	3	1	1	0	1	12th passed, ANM passed with INC affiliated Training centre & Live Registration in Chhattisgarh Nurse Registration Council	12000/-
17	Nursing Officer (NUHM)	1	0	0	0	1	BSC. Nursing OR GNM Course Passed & Live Registration in Chhattisgarh Nursing Registration Council	16500/-
18	Pharmacists (NUHM)	2	0	1	0	1	Degree or Diploma in Pharmacy & Registration in Pharmacy Registration Council	16500/-
19	Ophthalmic Assistant(NUHM)	1	1	0	0	0	2 Year Diploma Course in Optometry/01 Year Govt Hospital NPCB Training in Ophthalmic Assistant	12000/-
20	Secretarial Assistant - (SNCU)	1	1	0	0	0	B.com (Minimum 55%)+ 1 Year Diploma (PGDCA)	12000/-
21	Block Manager - Account (NHM)	1	0	0	0	1	B.com (Minimum 55%)+ 1 Year Diploma (PGDCA) Knowledgeed Tally	21000/-
22	Secretarial Assistant - (IDSP)	1	0	0	0	1	Graduate with at least 1 Year Diploma In Computer Applications	13650/-
23	Jr. Secretarial Assistant - (NHM)	1	1	0	0	0	12 th Passed with At least 1 Year Diploma in Computer Application	12000/-
24	Jr. Secretarial Assistant - PADA	6	2	1	1	2	12th Passed with At least 1 year Diploma in Computer Applications	12000/-
25	Staff Nurse - UHWC(15th Finance)	12	5	2	1	4	01. B.Sc Nursing/Post Basic B.Sc. Nursing 02. General Nursing and Midwifery (GNM) with CG Nursing Council registration (Final Merit list prepared on the basis of order of priority like 1 & 2)	16500/-
26	MPW Male - UHWC (15th Finance)	13	6	2	1	4	Must have passed Higher Secondary Examination (10+2) examination with Biology Subject. One Year Diploma in Multipurpose worker Training or Equivalent Training from Training center recognized by the state government with registered in chhattisgarh Paramedical Council.	14000/-
27	Jr.Secretarial Assistant - UHWC (15th Finance)	13	5	2	1	5	12th Passed with at least 1 year Computer Diploma	12000/-
28	Class IV - UHWC (15th Finance)	12	5	2	1	4	10th Passed	10000/-
29	Physiotherapist	7	3	0	1	3	Bechelor's Degree in Physiotherapy (BPT)	18000/-
30	Staff Nurse - (NBSU)	18	6	2	2	8	BSC. Nursing OR GNM Course Passed & Live Registration in Chhattisgarh Nursing Registration Council	16000/-
31	Community Health Officer	88	31	0	18	39	B.Sc. Nursing/Post Basic Nursing Certificate in Community Health Integrated Course Registration in Chhattisgarh Nursing Registration Council	16500/-
Total		211	79	19	28	85		

कार्यालय कार्यपालन अभियन्ता

लोक निर्माण विभाग, दक्षिण बस्तर संभाग, दन्तेवाड़ा
फ़ोन नं. :- +91-7856-252240, 91-7856-252475
ई-मेल - ee.dantewada@nic.in

:- निविदा संशोधन सूचना :-

इस कार्यालय द्वारा आमंत्रित निविदा विज्ञापित क्र. 02/ जि.नि.स./ लो.नि.वि./23-24 दन्तेवाड़ा, दिनांक 11/03/2024 को आमंत्रित किया गया था। परन्तु लोकसाध चुनाव 2024 हेतु आचार संहिता लागू होने के कारण निम्नानुसार संशोधन किया जाता है:-

क्र.	विवरण	पूर्वानुसार	संशोधित
1	निविदा प्रपत्र विक्रय करने की अन्तिम तिथि	20.03.2024	08.07.2024
2	कार्यालय में निविदा प्रपत्र प्राप्ति की अन्तिम तिथि	27.03.2024	15.07.2024
3	निविदा खोलने की तिथि	28.03.2024	16.07.2024

निविदा से संबंधित अन्य समस्त शर्तें यथावत रहेंगी।
नोडल अधिकारी
जिला निर्माण समिति शाखा
(का.अ.लो.नि.वि.) दन्तेवाड़ा
G -242500777/2

MUNICIPAL CORPORATION ZONE-10 RAIPUR

Email:- rmczone10@gmail.com
e-Procurement Tender Notice, Main Portal: <http://eproc.cgstate.gov.in> (1st Call)

NIT No: 12 RAIPUR DATED : 02/07/2024
Online bids are invited for the following works up to 03/07/2024 at 17:30 hours.

Sr. No./Tender No.	System	Name of work/ Description of work	Probable Amount of contract
1	155685	रानी दुर्गावती वार्ड क्र. 50 अंतर्गत राम मंदिर के पास नाला निर्माण कार्य।	198.76 Lakh

The details can be viewed and downloaded online directly from the Government of chhattisgarh e-Procurement Portal <https://eproc.cgstate.gov.in> from 03/07/2024, 17:30 Hours (IST) on wards.

For more details on the tender and bidding process you may please visit the above mentioned portal. NIT Details and other documents.

Note:- 1. All eligible / interested contractors are mandated to get enrolled on e-Procurement portal.
2. Contractors can contact Help Desk for any clarification of their doubts regarding the process of Electronic Procurement System. Help Desk at Toll Free No. 18004199140 or through Email ID helpdesk.eproc@cgswan.gov.in

ZONE COMMISSIONER
ZONE - 10
MUNICIPAL CORPORATION RAIPUR (C.G.)

कार्यालय प्राचार्य, शासकीय पॉलीटेक्निक, कबीरधाम

ग्राम एवं पोस्ट- महाराजपुर, राजनांदगांव रोड, तह- बोड़ला, जिला- कबीरधाम
ई-मेल poly_kabirdham@rediffmail.com
वेबसाइट www.gpkabirdham.ac.in
दूरभाष क्रमांक 07741-232636, 07741 233306

क्र. /शापांक./स्था./2024/..... कबीरधाम, दिनांक
//Walk-in-Interview for Part Time Lecturers//

शासकीय पॉलीटेक्निक, कबीरधाम में निम्न विषय में पूर्णातः अस्थाई रूप से अंशकालीन आधार पर व्याख्याता के रूप में कार्य करने हेतु इच्छुक उम्मीदवारों को अपने बायोडाटा, मूल दस्तावेजों एवं 01 सेट छायाप्रतियों के साथ वाक-इन-इन्टरव्यू के लिए संस्था में आमंत्रित किया जाता है-

स.क्र.	विषय	रिक्तियां	न्यूनतम शैक्षणिक अर्हताएं	साक्षात्कार की तिथि
1.	गणित	01	किसी भी मान्यता प्राप्त विश्वविद्यालय/ संस्था से संबंधित विषय में प्रथम श्रेणी में स्नातकोत्तर की उपाधि।	22.07.2024 समय प्रातः 11.00 बजे

विज्ञापन की विस्तृत जानकारी संस्था की वेबसाइट www.gpkabirdham.ac.in से प्राप्त करें।
प्राचार्य
शासकीय पॉलीटेक्निक, कबीरधाम
G- 242500803/3

नोट:- विस्तृत जानकारी रायगढ़ जिले की वेबसाइट www.raigarh.gov.in में उपलब्ध है।
मुख्य चिकित्सा एवं स्वास्थ्य अधिकारी,
जिला रायगढ़ (छ.ग.)
S-40679/1

अर्जेंटीना की ओलंपिक फुटबॉल टीम में मेसी को नहीं मिली जगह



एजेसी►► **ब्यून्स आयर्स**

लियोनेल मेसी इस महीने के अंत में पेरिस में शुरू होने वाले ओलंपिक में अर्जेंटीना की फुटबॉल टीम का हिस्सा नहीं होंगे। कोच जेवियर माशोरानो ने घोषित टीम में विश्व कप विजेता टीम के चार सदस्यों को जगह दी जिसमें स्ट्राइकर जूलियन अल्वारैज और डिफेंडर निकोलस ओटामेंडी शामिल हैं। इस साल चोटों से जूझ रहे 37 वर्षीय मेसी अभी कोपा अमेरिका में अर्जेंटीना का प्रतिनिधित्व कर रहे हैं। टीम का लक्ष्य 2021 में जीते गए महाद्वीपीय खिताब का बचाव करना है। अर्जेंटीना ने 2021 में कोपा अमेरिका जीतने के बाद 2022 में विश्व कप भी

जीता था। मेसी ने अपने एकमात्र ओलंपिक अभियान में 2008 में बीजिंग में टीम को स्वर्ण पदक दिलाने में मदद की थी। ओलंपिक पुरुष फुटबॉल टूर्नामेंट अंडर-23 टीम के लिए होता है लेकिन प्रत्येक टीम में तीन अधिक उम्र के खिलाड़ियों को खेलाने की अनुमति दी जाती है। वर्ष 2004 और 2008 में खिलाड़ी के तौर पर ओलंपिक स्वर्ण पदक जीतने वाले माशोरानो कोपा अमेरिका खत्म होने के बाद गोलकीपर गेरैनिमो रूली, ओटामेंडी और अल्वारैज को टीम में शामिल करेंगे। हाल ही में रिवर प्लेट से मैनचेस्टर सिटी में शामिल हुए मिडफील्डर क्लॉडियो एचेवेरो भी टीम में शामिल होंगे। अर्जेंटीना 24 जुलाई को मोरक्को के खिलाफ ओलंपिक फुटबॉल टूर्नामेंट के अपने पहले मैच से पूर्व फ्रांस में दो मैत्री मैच खेलेगा।



कोलंबिया-बाजील ने खेला ड्रॉ : सेंट क्लारा। डेनियल मुनोज के पहले हाफ के इंजरी टाइम में दावे गोल की मदद से कोलंबिया ने बाजील को 1-1 से बराबरी पर रोककर कोपा अमेरिका फुटबॉल टूर्नामेंट के ग्रुप डी में शीर्ष पर रहते हुए क्वाटर फाइनल में प्रवेश किया। बाजील को टीम भी दूसरे स्थान पर रहते अंतिम आठ में जगह बनाने में सफल रही। कोलंबिया ने 12वें मिनट में बाजील को बढ़त दिलाई लेकिन मुनोज ने पहले हाफ के इंजरी टाइम में गोल करके स्कोर 1-1 पर रोक दिया जिसके बाद दोनों ही टीमों गोल करने में नाकाम रही। इस ड्रॉ से कोलंबिया ने अपने अजेय अभियान को 26 मैच तक पहुंचाया।

16 साल में पहली बार क्वाटर फाइनल में पहुंचा नीदरलैंड्स

म्यूनिख। नीदरलैंड ने यूरो 2024 के प्री क्वाटर फाइनल में टूर्नामेंट का अपना अंत तक का सर्वश्रेष्ठ प्रदर्शन करते हुए रोमानिया को 3-0 से हराकर 16 वर्षों में पहली बार यूरोपीय फुटबॉल चैंपियनशिप के क्वाटर फाइनल में प्रवेश किया। कोडी गार्को ने 20वें मिनट में नीदरलैंड को बढ़त दिलाई जिसके बाद स्थानापन्न खिलाड़ी डेनियल मालेन ने दो गोल और दागकर नीदरलैंड को 2008 के बाद पहली बार टूर्नामेंट के क्वाटर फाइनल में पहुंचा दिया।



कोस्टा रिका कोपा अमेरिका से बाहर

ऑस्टिन। फ्रांसिस्को केल्को और जोसिमर अलरोसेर के शुरुआती सात मिनट में दावे गोल से परावर्ते को 2-1 से हराने के बावजूद कोस्टा रिका कोपा अमेरिका फुटबॉल टूर्नामेंट से बाहर हो गया। कोस्टा रिका को ग्रुप डी में चार अंकों के साथ तीसरे स्थान पर रखा। कोलंबिया सात अंकों के साथ शीर्ष पर रहा जबकि बाजील ने पांच अंकों के साथ दूसरा स्थान हासिल किया। पराग्वे अपने शुरुआती दो मैच गंवाकर पहले ही बाहर हो गया था। कोस्टा रिका की टीम 1997, 2011 और 2016 के बाद चौथी बार ग्रुप चरण से बाहर हुई।

खबर संक्षेप



ओलंपिक में अच्छे प्रदर्शन की उम्मीद

नई दिल्ली। सात्विक साईराज रंकीरेड्डी और चिराग शेटी की स्टार भारतीय पुरुष युगल जोड़ी 'सर्विस वैरिएशन' चुनौती से पार पाने के बाद आगामी पेरिस ओलंपिक में अपना सर्वश्रेष्ठ प्रदर्शन सुनिश्चित करने के लिए पूरी तरह से 'शारीरिक और मानसिक अनुकूलन' पर फोकस बनाए हुए हैं। सात्विक (23 वर्ष) और चिराग (26 वर्ष) की जोड़ी को अपने प्रतिद्वंद्वी की सर्विस में बहुत सारी विविधता जैसे 'टंबल', 'स्पिन' और 'वाइड' से परेशानी होती रही है जिसमें विशेष रूप से कोरियाई और इंडोनेशियाई जोड़ियां शामिल हैं जिन्होंने हाल के टूर्नामेंट में इनका इस्तेमाल किया।

भारत के खिलाफ मैच था, सोते रहे तारिकन हाका। बांग्लादेश ने उप कप्तान तारिकन अहमद को टी20 विश्व कप में भारत के खिलाफ महत्वपूर्ण सुपर आठ मुकाबले से कथित तौर पर इसलिए हटा दिया गया क्योंकि वह अधिक समय तक सोते रहे और टीम को बस में सवार होने के लिए नहीं पहुंचे थे। इस दावे का हालांकि इस तेज गेंदबाज ने खंडन करते हुए कहा कि टीम संयोजन के कारण वह बाहर हुए। बाइस जून को एंटीगा के नॉर्थ साउंड में हुए मैच में बांग्लादेश को 50 रन से हार का सामना करना पड़ा था। टीम ने इस मैच में एक बदलाव करते हुए तारिकन को जगह जाकिर अली को खिलाया था।

एशियाई चैंपियनशिप में जीते आडवाणी

रियाद। दिग्गज क्यू खिलाड़ी पंकज आडवाणी ने यहां 2024 एशियाई बिलियर्ड्स चैंपियनशिप में शानदार शुरुआत करते हुए ऑन्या फियो और युटोपोप पाकपाज को हराया। एशियाई बिलियर्ड्स खिताब की हैट्रिक बनाने के इरादे से उतरे 38 साल के आडवाणी ने म्यांमार के फियो को 4-2 से हराने के बाद कड़े मुकाबले में थाईलैंड के पाकपोज को 4-3 से शिकस्त दी। आडवाणी ने कहा, 'टूर्नामेंट की सकारात्मक शुरुआत करना हमेशा अच्छा होता है। इन दो जीत से मेरा आत्मविश्वास बढ़ा है और मेरी नजरें अब लक्ष्य पर हैं। यह खेल काफी अप्रत्याशित है इसलिए मैं किसी भी चीज को हल्के में नहीं ले रहा हूँ।'

अभय-वेलावन को मिली शीर्ष वरीयता

जोहोर। अभय सिंह और वेलावन सैथिलकुमार की भारतीय जोड़ी को गुरुवार से यहां शुरू हो रही एशियाई युगल स्क्वाश चैंपियनशिप के पुरुष युगल में शीर्ष वरीयता दी गई है। अभय मिश्रित युगल में दिग्गज जोशना चिनपा के साथ खेलेंगे। यह जोड़ी 15 टीमों में तीसरी वरीयता प्राप्त है। रथिका सुधाथिर सीलन और पूजा आरती आर की महिला युगल जोड़ी को पांचवीं वरीयता मिली है। दोनों जोड़ियों ने इस साल की राष्ट्रीय चैंपियनशिप जीती थी जिसे 17 साल बाद दोबारा शुरू किया गया।

विंबलडन : जेसिका ने 6-4, 6-2 से हराया वोंद्रोसोवा 30 साल में पहले दौर से बाहर होने वाली पहली पूर्व चैंपियन

एजेसी►► **लंदन**

मार्केटा वोंद्रोसोवा 1994 से विंबलडन टेनिस टूर्नामेंट के पहले दौर से बाहर होने वाली पहली महिला गत चैंपियन खिलाड़ी बनीं। ऑल इंग्लैंड क्लब पर 12 महीने पहले खिताब जीतकर सभी को हैरान करने वाली वोंद्रोसोवा को जेसिका बोजास मनेइरो ने 6-4, 6-2 से हराया। वोंद्रोसोवा पिछले साल घास के कोर्ट पर होने वाले इस ग्रैंडस्लैम को जीतने वाली पहली गैर वरीयता प्राप्त महिला खिलाड़ी बनीं थी। वोंद्रोसोवा ने हालांकि मंगलवार को एक अनचाहा रिकॉर्ड अपने नाम कराया। वर्ष 1964 में शुरू हुए खेल के ओपन युग में इससे पहले सिर्फ एक बार विंबलडन को गत चैंपियन महिला खिलाड़ी को अगले साल पहले दौर में शिकस्त झेलनी पड़ी थी। दिग्गज स्टेफी ग्राफ को 30 साल पहले लोरी मैकनील के खिलाफ इस स्थिति का सामना करना पड़ा था। वोंद्रोसोवा को इस बार छठी वरीयता मिली थी लेकिन तोक्यो ओलंपिक की रजत पदक विजिता उम्मीद के मुताबिक प्रदर्शन नहीं कर पाईं।



नागल पुरुष युगल के पहले दौर में बाहर

भारतीय टेनिस खिलाड़ी सुमित नागल के अपने सर्वियाई जोड़िवर दुसान लाजोविच के साथ बुधवार को यहां पुरुष युगल स्पर्धा के पहले दौर में बाहर होने के बाद विंबलडन टेनिस ग्रैंडस्लैम में उनका अभियान खत्म हो गया। नागल और लाजोविच की जोड़ी को एक घंटे और सात मिनट तक चले मैच में जाउमे मुनार और पेद्रो मार्टिनेज की स्पेनिश जोड़ी से 2-6, 2-6 से हार मिली। भारत के शीर्ष रैंकिंग के खिलाड़ी नागल सोमवार को पुरुष एकल के पहले दौर में हार गए थे।

जेसिका ने रचा इतिहास

जेसिका ने अपने तीसरे ही ग्रैंडस्लैम में गत चैंपियन खिलाड़ी को हराया। उन्होंने इससे पहले दोनों ग्रैंडस्लैम में पहले दौर के मुकाबले गंवाए थे। जेसिका ने इससे पहले टूर स्तर पर बास कोर्ट पर कोई मैच नहीं जीता और शीर्ष 10 में शामिल खिलाड़ी को भी कभी नहीं हरा पाई थी।

जोकोविच ने कोपरिवा को हराया

पुरुष वर्ग में सात के बार चैंपियन नोवाक जोकोविच, चौथे वरीय एलेक्जेंडर उजेरेव और सातवें वरीय ह्यूबर्ट हुरकाज ने अगले दौर में जगह बनाई। जोकोविच ने क्वालीफायर विट कोपरिवा को सीधे सेट में 6-1, 6-2, 6-2 से हराया। पांच जून को दाएं घुटने की सर्जरी के बाद यह उनका पहला मैच था।

मरे एकल से हटे, खेलेंगे युगल

एंडी मरे और एमा राडुकानु विंबलडन टेनिस टूर्नामेंट के मिश्रित युगल में जोड़ी बनाकर खेलेंगे। हाल में हुई सर्जरी के कारण मरे ने विंबलडन में अंतिम बार खेलते हुए पुरुष एकल में शिरकत नहीं करने का फैसला किया। मरे पुरुष युगल अपने बड़े भाई जेमी के साथ जोड़ी बनाकर खेलेंगे। वर्ष 2013 और 2016 में यहां एकल खिताब जीतने वाले 37 साल के मरे ने कहा है कि वह आखिरी बार इस टूर्नामेंट में हिस्सा ले रहे हैं। राडुकानु ने 2021 में अमेरिका ओपन का खिताब जीता था।

आईआईएस में ट्रेनिंग लेंगे 30 भारतीय तैराक



एजेसी►► **बेल्गारदी**

भारत के 30 'उच्च क्षमता वाले' तैराकों की पहचान की गई है जो 'मिजुहो एलीट कार्यक्रम' के तहत यहां इस्पायर इंस्टीट्यूट ऑफ स्पोर्ट्स में ट्रेनिंग लेंगे जिससे कि उन्हें 2026 एशियाई खेलों तथा 2028 ओलंपिक क्वालीफायर के लिए तैयार किया जा सके।

नीरज के पदक जीतने की संभावना : मैके

विजयनगर। इस्पायर इंस्टीट्यूट ऑफ स्पोर्ट्स में 'स्ट्रैथ एंड कंडिशनिंग' कोच रॉयस मैके का कहना है कि भारत के स्टार माला फेंक एथलीट नीरज चोपड़ा पिछले ओलंपिक में पदक जीतने के लिए शारीरिक रूप से सर्वश्रेष्ठ स्थिति में हैं। भारत का यह 26 साल का एथलीट पिछले दो महीनों से जांच की चोट से परेशान है जिससे वह रिविवा को होने वाली पेरिस डायमंड लीग में भी हिस्सा नहीं ले रहा है और सीधे ओलंपिक के लिए तैयार होगा। ओलंपिक और विश्व चैंपियन चोपड़ा ने फिनलैंड में पावो नुर्मी खेलों में पहला स्वर्ण पदक जीतने के बाद एक महीने के लंबे बेक के बाद जून में प्रतियोगिताओं में वापसी की।

सम्मान समारोह

वर्ल्ड चैंपियन भारतीय टीम का रोड शो आज



एजेसी►► **मुंबई**

टी20 विश्व कप विजेता भारतीय क्रिकेट टीम को गुरुवार को खुली बस में रोड शो के बाद यहां वानखेड़े स्टेडियम में आयोजित समारोह में सम्मानित किया जाएगा। भारतीय टीम के गुरुवार को सुबह छह बजकर 20 मिनट पर नई दिल्ली पहुंचने की उम्मीद है। भारतीय टीम गुरुवार को भारतीय समयानुसार सुबह लगभग छह बजकर 20 मिनट पर दिल्ली पहुंचेगी। विमान में भारतीय टीम, उसका सहयोगी स्टाफ, खिलाड़ियों के परिवार और कुछ भारतीय क्रिकेट बोर्ड के अधिकारी तथा भारतीय मीडिया के कुछ

नरीमन प्वाइंट पर खुली बस में रोड शो

शुक्ला ने कहा, 'नरीमन प्वाइंट से खुली बस में रोड शो करवाया जाएगा और फिर खिलाड़ियों को घोषित 125 करोड़ रुपये की पुरस्कार राशि से सम्मानित किया जाएगा। बीसीसीआई सचिव शाह ने सभी खेल प्रेमियों का गुरुवार की शाम 'विक्ट्री परेड' (जीत के जश्न में परेड) में जुड़ने का स्वागत किया। शाह ने 'ध्वज पर लिखा, 'टीम इंडिया को विश्व कप जीत के जश्न में आयोजित 'विक्ट्री परेड' में हमारे साथ जुड़िए। चार जुलाई को शाम पांच बजे नरीमन प्वाइंट से वानखेड़े स्टेडियम तक पहुंच कर हमारे साथ जश्न मनाइए। तारीख याद रखिए।'

प्रज्ञानानंदा ने बोगडान डेनियल से ड्रा खेला



बुकारेस्ट। भारतीय ग्रैंडमास्टर आर प्रज्ञानानंदा को यहां सुपरबेट क्लासिक टूर्नामेंट के छठे दौर में रोमानिया के कम रैंकिंग वाले डीएफ बोगडान डेनियल से ड्रा खेलकर अंक बांटने पड़े। ईरानी-फ्रांसिसी ग्रैंडमास्टर अलीरेजा फिरोजा ने अमेरिकन के वेस्लो सो को पराजित किया। भारत के डी गुकेश ने फ्रांस के मैक्सिम वाचियर लाग्रोव से बाजी ड्रा कराई। प्रज्ञानानंदा ने जीतने की कोशिश करते हुए इंडिया चाल चली लेकिन रोमानियाई खिलाड़ी डटकर सामना करता रहा और 38 चाल के बाद ड्रा खेलने में कामयाब रहा।

अक्टूबर में फीफा विंडो के दौरान तीन देशों के टूर्नामेंट में भाग लेगी भारतीय टीम

एजेसी►► **नई दिल्ली**

भारतीय फुटबॉल टीम अक्टूबर में फीफा विंडो के दौरान वियतनाम में तीन देशों के टूर्नामेंट में भाग लेगी। भारत और वियतनाम के अलावा लेबनान इस टूर्नामेंट में हिस्सा लेगा। अखिल भारतीय फुटबाल महासंघ ने यह जानकारी दी। वियतनाम (116) और लेबनान (117) फीफा की ताजा विश्व रैंकिंग में भारत (124) से आगे हैं। एआईएफएफ ने भारतीय टीम के विश्व कप क्वालीफायर्स के तीसरे दौर में नहीं पहुंच पाने के बाद मुख्य कोच इंगोर स्टिमक को बर्खास्त कर दिया था। उसके बाद यह पहला टूर्नामेंट होगा जिसमें भारतीय टीम भाग लेगी।

वियतनाम में तीन देशों के टूर्नामेंट में भाग लेगा भारत



एआईएफएफ ने अभी तक नए कोच की घोषणा नहीं की है और यह देखा होगा कि तीन देशों के टूर्नामेंट में कौन भारतीय कोच की भूमिका निभाता है। इस टूर्नामेंट में भारत अपना पहला मैच नौ अक्टूबर को वियतनाम के खिलाफ खेलेगा जबकि 12 अक्टूबर को उसका सामना लेबनान से होगा। टूर्नामेंट का तीसरा मैच 15 अक्टूबर को वियतनाम और लेबनान के बीच खेला जाएगा।

पाकिस्तान क्रिकेट बोर्ड ने की अस्थायी कार्यक्रम की घोषणा

चैंपियंस ट्राफी : 1 मार्च को होगा भारत-पाक मैच

एजेसी►► **नई दिल्ली**

पाकिस्तान क्रिकेट बोर्ड ने चैंपियंस ट्राफी के अस्थायी कार्यक्रम में अपनी टीम का चिर प्रतिद्वंद्वी भारत के खिलाफ मैच अगले साल एक मार्च को रखा है, हालांकि बीसीसीआई ने अभी तक इस पर सहमति नहीं दी है। अंतरराष्ट्रीय क्रिकेट परिषद बोर्ड के एक सीनियर सदस्य ने बुधवार को पीटीआई को यह जानकारी दी। टूर्नामेंट अगले साल 19 फरवरी से नौ मार्च तक खेला जाएगा जिसमें 10 मार्च 'रिजर्व डे' होगा। पता चला है कि पीसीबी चेरमैन मोहसिन नकवी ने 15



मैच का कार्यक्रम सौंप दिया है जिसमें भारत के मैच सुरक्षा और 'लाजिस्टिकल' कारणों से लाहौर में ही रखे गए हैं। नकवी को टी20 विश्व कप फाइनल देखने के

दिया है जिसमें सात मैच लाहौर में, तीन मैच कराची में और पांच मैच रावलपिंडी में रखे गये हैं। सूत्र ने कहा, 'पहला मैच कराची में रखा गया है जबकि दो सेमीफाइनल कराची और रावलपिंडी में जबकि फाइनल लाहौर में कराया जाएगा। भारत के सभी मैच (टीम के क्वालीफाई करने के स्थिति में सेमीफाइनल सहित) लाहौर में रखे गए हैं।' भारत को ग्रुप ए में पाकिस्तान, बांग्लादेश और न्यूजीलैंड के साथ रखा गया है। ग्रुप बी में आस्ट्रेलिया, दक्षिण अफ्रीका, इंग्लैंड और अफगानिस्तान शामिल हैं।

भारत को छोड़कर सभी देशों का समर्थन

हाल में आईसीसी के टूर्नामेंट प्रमुख क्रिस टेटले ने पीसीबी चेरमैन नकवी से इस्लामाबाद में मुलाकात की थी। इससे पहले विश्व संस्था की सुरक्षा टीम ने स्थल और अन्य इंतजामों का मुआयना किया था। पिछली बार पाकिस्तान ने 2023 में 'हाइड्रिड मॉडल' के हिस्से के तहत एक कच की मेजबानी की थी जिसमें भारत ने अपने मैच श्रीलंका में खेले थे क्योंकि सरकार ने खिलाड़ियों को सीमा के बाहर रात्रा करने की अनुमति नहीं दी थी। यूएन ने कहा, 'आईसीसी चैंपियंस ट्राफी के प्रतिभागी देशों के सभी बोर्ड प्रमुखों ने पूरा समर्थन दिया है लेकिन बीसीसीआई सरकार से सलाह मंथन करके आईसीसी को अपडेट करेगा।'

डा. ऑर्थो
Ayurvedic Oil, Capsules, Spray & Ointment

8 गुणकारी आयुर्वेदिक तेलों से बना डा. ऑर्थो तेल जोड़ों के दर्द को जड़ से कम करने में विशेष सहायता करता है। मात्र 8-10ml तेल दिन में सिर्फ एक या दो बार हल्के हाथों से पीड़ित अंग पर मालिश करें।

Dr. Ortho
An Ayurvedic Medicine Oil

Clinically Tested*
For efficacy and safety

Helpful in Painful Conditions
20% EXTRA

पुराने जोड़ों के दर्द का असरदार ईलाज, यह कोई Temporary Pain Killer नहीं आयुर्वेदिक औषधि है

घुटना दर्द | गर्दन दर्द | कलाई दर्द | कमर दर्द

Helpline : 7876977777 | www.drorthooil.com | Available at all medical & general stores

वैज्ञानिकों ने खोजा पृथ्वी का 'नया चंद्रमा', साथ लगा रहा सूर्य का चक्कर, जानिए इसके बारे में...

एजेसी ▶ लॉस एंजलिस

ब्रह्मांड रहस्यों से भरा पड़ा है। इन रहस्यों का पता लगा रहे वैज्ञानिक समय-समय पर चौकाने वाला खुलासा करते हैं। अब इस बीच वैज्ञानिकों ने एक क्षुद्रग्रह की खोज की है। यह सूर्य की परिक्रमा करता है और अपनी सालाना परिक्रमा में पृथ्वी के साथ-साथ चल रहा है। वैज्ञानिकों ने इस एस्टेरॉयड को 2023 एफ डब्ल्यू 13 नाम दिया है। वैज्ञानिकों का कहना है कि यह एस्टेरॉयड अर्द्ध-चंद्रमा या अर्द्ध-उपग्रह है, क्योंकि यह पृथ्वी के समान समय सीमा में सूर्य की परिक्रमा कर रहा है। हालांकि, इस एस्टेरॉयड पर धरती की गुरुत्वाकर्षण का भी

ऐसे एस्टेरॉयड को किया गया नामित

खगोलशास्त्री एड्रियन कॉफिनेट ने एस्टेरॉयड के मार्ग की मॉडलिंग की। इसके लिए उन्होंने एक कक्षा सिमुलेटर का इस्तेमाल किया। शौकिया खगोलशास्त्री टोनी डन ने इस कक्षा सिमुलेटर को विकसित किया था। मॉडल में एस्टेरॉयड 2023 एफ डब्ल्यू 13 सूर्य के चारों ओर पृथ्वी के बराबर ही घूमता दिखाई दिया। पृथ्वी के चारों तरफ एस्टेरॉयड चक्कर लगा रहा था। इसलिए, कॉफिनेट ने इसे अर्द्ध-चंद्रमा के रूप में वर्गीकृत किया है। वैज्ञानिकों का कहना है कि एस्टेरॉयड कम से कम 100 ईसा पूर्व से पृथ्वी के साथ चक्कर लगाता हुआ प्रतीत हो रहा है।



पृथ्वी से टकराने की संभावना नहीं

वैज्ञानिकों ने संभावना जताई है कि एस्टेरॉयड के सूर्य के चारों ओर अपनी कक्षा में पृथ्वी के चारों ओर करीब साल 3700 अनुसरण कर सकता है। कॉफिनेट का कहना है कि यह पृथ्वी का अब तक ज्ञात सबसे लंबा अर्द्ध-उपग्रह लगाता है। वैज्ञानिक मानते हैं कि क्षुद्रग्रह मले ही पृथ्वी की अपेक्षाकृत करीब घूम रहा है, लेकिन इसके पृथ्वी से टकराने की संभावना नहीं है।

खिंचाव पड़ा है। यह एस्टेरॉयड 50 फीट यानी 15 मीटर का है, जो पृथ्वी से करीब 1.4 करोड़ किलोमीटर दूर स्थित है। वैज्ञानिकों ने इस एस्टेरॉयड को 28 मार्च 2023 को पैन-स्टार्स सर्वे दूरबीन की मदद से खोजा था। उन्होंने इस दूरबीन को हवाई द्वीप पर एक निष्क्रिय ज्वालामुखी के ऊपर रखा था। कनाडा-फ्रांस-हवाई दूरबीन अलावा एरिजोना में दो ऑब्जर्वेटरी ने भी क्षुद्रग्रह की पुष्टि की है। अंतरराष्ट्रीय खगोलीय संघ में माइनर प्लैनेट सेंटर ने क्षुद्रग्रह को आधिकारिक तौर पर 1 अप्रैल को सूचीबद्ध किया था। यही संगठन हमारे सौर मंडल में नए चंद्रमा, ग्रहों के साथ-साथ अन्य खगोलीय वस्तुओं को नामित करती है।

नासा की इस फोटो को देख दुनिया हुई हैरान

समंदर पार की इस दुनिया को देखकर फटी रह जाएंगी आंखें

एजेसी ▶ लॉस एंजलिस

न्यूयार्क। दुनिया रहस्यों से भरी हुई है। वैज्ञानिक अक्सर नई-नई खोज करते हैं। इनमें कई बेहद हैरान करने वाली होती हैं। अब इस बीच अमेरिकी अंतरिक्ष एजेंसी नासा ने हाल ही में कुछ तस्वीरें जारी की हैं। यह एक ऐसा द्वीप है, जिसने दुनिया का ध्यान एक बार फिर अपनी तरफ खींचा है। यह द्वीप दुनिया का हिस्सा तो है, लेकिन इसकी अपनी एक अलग दुनिया है। इस द्वीप का नाम ट्रिस्टन दा कुन्हा है। दरअसल, यह एक द्वीप समूह है और दुनिया का सबसे दूरस्थ आइसलैंड है। समंदर में फैले विशाल शैवाल के जंगल से ट्रिस्टन दा कुन्हा द्वीप चारों तरफ से घिरा हुआ है। दुनिया में कई ऐसी जगहें हैं जहां पर तापमान 50 डिग्री सेल्सियस से अधिक होता है। इन इलाकों में जीवन गुजारना बेहद मुश्किल होता है। लेकिन, चुनौतियों के बाद भी मानव की इच्छाशक्ति और जिजीविषा उसे इन हालात का मुकाबला करने लायक बनाकर रखती है।

द्वीप की आबादी में गिरावट

दुनिया के सभी इलाके विपरीत मौसमी परिस्थितियों को झेलते हैं, लेकिन इनमें एक समानता दिखाई देती है। इन इलाकों में आबादी बेहद कम है। डेनमार्क की आबादी 60 लाख से भी कम है। ग्रीनलैंड एक बड़ा देश है, लेकिन आबादी सिर्फ 56 हजार है। इसके अलावा अलास्का में करीब साढ़े सात लाख रहते हैं और साइबेरिया में साढ़े तीन करोड़ लोग रहते हैं। एकाकी द्वीप ट्रिस्टन दा कुन्हा की आबादी सिर्फ 234 रह गई है। यहां के सभी निवासी डिजिटल ओवरसीज टेरिटरियल के नागरिक हैं।



द्वीप को इसने खोजा

रिपोर्ट के मुताबिक, सन 1506 में पुर्तगाली अन्वेषक ट्रिस्टाओ दा कुन्हा ने ट्रिस्टन द्वीपों को सबसे पहले देखा था, लेकिन वह समुद्र की खराब स्थितियों की वजह से द्वीप पर नहीं पहुंच पाए। लेकिन उन्होंने प्रमुख द्वीप का नामकरण अपने नाम पर ट्रिस्टाओ दा कुन्हा किया। बाद में इसका नाम ट्रिस्टन दा कुन्हा कर दिया गया। 19वीं शताब्दी के शुरुआती समय में ब्रिटेन के सैनिक और आम नागरिक इस द्वीप पर पहुंचे थे और वहां रहने लगे।

ऐसे करते हैं जीवन यापन

ट्रिस्टन दा कुन्हा द्वीप पर के निवासी अपना जीवन यापन मछली के व्यवसाय से करते हैं। इसके अलावा इस द्वीप पर टूरिस्ट भी आते हैं। इससे यहां के लोगों को आय होती है। इस द्वीप समूह का अपना संविधान भी है। यह दुनिया से कई तरह से अलग है। यहां का पारिस्थितिक तंत्र समुद्र पर आश्रित है।

करोड़ों की है मालकिन, है आलीशान घर, फिर भी रहती है पिढ़ी सी वैन में

एजेसी ▶ लंदन

चाहे आप देश में रहते हों या विदेश में, अगर बड़े शहर में हैं तो घर खरीदना बेहद महंगा है। ऐसे में लोग अब किराये पर रहने को ही विकल्प मान रहे हैं। हालांकि, अब तो किराया भी इतना ज्यादा हो चुका है कि लोगों को लगता है, इससे भी अच्छा रास्ता ढूंढा जाए, भारत में तो अभी नहीं, लेकिन विदेशों में अब इसीलिए वैन कल्चर जोर पकड़ रहा है। जैसे अगर सिर्फ किराया बचाने को वैन कल्चर से जोड़ा जाए तो भी ठीक नहीं होगा। क्योंकि, कुछ लोग दौलतमंद होने के बाद भी छोटी सी जगह पर रहना पसंद करते हैं। लोग खुशी और संतुष्टि के लिए पैसे को सबसे ज्यादा तरजोह देते हैं, लेकिन आपको जानकर हैरानी होगी कि एक करोड़पति महिला दौलत होने के बाद भी एक छोटी सी वैन में जिंदगी गुजार रही है।



वैन में रहती है महिला

वायरल हो रहे एक वीडियो में एक महिला बता रही है कि वो पिछले दिनों अपने पति से तलाक ले चुकी है। वो काफी दौलतमंद है, क्योंकि उसने अपनी जिंदगी में खूब मेहनत की और कुल 5 मिलियन डॉलर यानी 43 करोड़ से भी ज्यादा की संपत्ति बना चुकी है। उसके पास अच्छे बंगला भी था, बावजूद उसके वो एक छोटी सी 84 स्क्वेयरफुट की वैन में रहती है। उसने ऐसा इसलिए किया, क्योंकि उसके लिए मानसिक स्वास्थ्य और खुश रहना ज्यादा जरूरी था।

चीन में खाए जाते हैं ऐसे गोलगप्पे, आलू चना नहीं, भरते हैं ऐसी खौफनाक चीज

एजेसी ▶ बीजिंग

चीन के लोग अपने अजीबोगरीब खान-पान की वजह से अक्सर चर्चा में रहते हैं। हम जिस जीव को देखकर डर जाते हैं, वहां के लोग उसी का सूप पीते हैं। हम जिस जानवर को घर में पालते हैं, वे उसी का मीट खा जाते हैं। कुत्ते, बिल्ली से लेकर मगरमच्छ के अलावा सांप और बिच्छू को भी यहां के लोग खाने से नहीं हिचकते हैं। लेकिन सोचिए, आपके गोलगप्पे के साथ कोई ऐसा छेड़छाड़ करे तो कैसा लगेगा? निश्चित रूप से खराब लगेगा। लेकिन सोशल मीडिया पर चीन की एक महिला का गोलगप्पा खाते हुए वीडियो वायरल हो रहा है।

वीडियो वायरल

वायरल हो रहे इस वीडियो में आप देख सकते हैं कि चीन की रहने वाली एक महिला अपने हाथों में एक प्लेट पकड़े हुई हैं, जिसमें 2 गोलगप्पे रखे हुए हैं। गोलगप्पे के बगल में एक छोटा सा टमाटर है और उसके चारों ओर एक ब्राम मछली को लपेटा गया है। महिला को शायद उस मछली को गोलगप्पे में भरना था, लेकिन वो उसे उठाकर कच्चा खाबने लगती है। इस दौरान उसका फेसप्रेसन देखने लायक है। ये चीनी महिला चचा-चचाकर ब्राम को खाने की कोशिश कर रही है, लेकिन वो टूट नहीं रही है। लेकिन उस महिला की कोशिश जारी रहती है। इस दौरान प्लेट में गोलगप्पे को भी प्लेज जा सकता है।

ट्रेन में कितने घंटे सो सकते हैं? ज्यादातर यात्रियों को नहीं होती जानकारी

एजेसी ▶ नई दिल्ली

ट्रेन में यात्रा तो हम सभी करते हैं, लेकिन बहुत से लोगों को ये पता ही नहीं होता है कि अंदर बैठने और सोने के भी कुछ नियम होते हैं। ज्यादातर यात्रियों को आपने बर्थ गिराने और उठाने को लेकर लड़ते हुए भी देखा होगा, तो क्या इसके लिए भी कुछ नियम हैं?

अगर आप अक्सर लंबी दूरी की ट्रेन से यात्रा करते हैं तो आपको कुछ नियम-कानूनों के बारे में जानकारी होनी चाहिए, जो लोगों को अक्सर नहीं होती है। क्या आपको ट्रेनों में यात्रियों के सोने के समय के बारे में पता है? ज्यादातर लोगों को इसके बारे में जानकारी नहीं होती। पहले ट्रेन में यात्रियों को 9 घंटे सोने की सुविधा दी जाती थी। रात 9 बजे से पहले मिडिल बर्थ को उठाया नहीं जा सकता था, ताकि निचली सीट पर बैठे यात्री को परेशानी न हो। हालांकि ये समय भी यात्रा के हिसाब से जरा जल्दी ही था। नए नियमों के मुताबिक अब आप रात 10 बजे से सुबह 6 बजे तक सो सकते हैं। पहले यह समय रात 9 बजे से सुबह 6 बजे तक था।

ओम हॉस्पिटल
डॉ. शारदा पहिरदार
एम एस (सी) एवं प्रसूति रोग विशेषज्ञ

हार्ड टिस्क प्रेगनेसी (गर्भावस्था संबंधित जटिलताओं का संभव सफलतापूर्वक इलाज)
नार्बन एवं सिनेथियन डिलीवरी की सुविधा
बांझपन का इलाज
मासिक धर्म में दर्द, अनियमितता, मासिक धर्म का रुक जाने का इलाज एवं यंत्रण
गर्भाशय के रोग जैसे बच्चेदानी में गोंद, यूजिन
संक्रमण, अंडे प्रवाह (स्पंदेद पानी आना), गर्भाशय का अपने स्थान से हट जाने का इलाज
बच्चेदानी एवं अंडेदानी का ईसा का इलाज
बच्चेदानी एवं अंडेदानी संबंधित सभी बीमारियों का वैज्ञानिक इलाज

करोड़ों चीन नागरिक फिर अनुपस्थित ब्रामब्राम, BSKY, ESC, CSE, TPA एवं INSURANCE से भी हैं हमारे पास

मो. 8370008551
खरौदा रोड, तिब्बत (छा.)
मो. 9302734809

स्व. राजा बीर सिंह शाक्यकी महोदयताय के पास, एम्बुला रोड, सखामाती (छा.)
मो. 8370008558

स्वर्ग में जमीन बेच रहा है पादरी, वो भी इतनी सस्ती, खरीदने वालों की लग गई लाइन!

कालड़ा बर्न एवं प्लास्टिक कॉस्मेटिक सर्जरी सेंटर

पलकों का न खुलना टोसिस PTOIS का ईलाज

आर. के. सी. के सामने, चौथे फ्लोर की एवं पर्यटकी नाका, धर्मशाला रोड, नरसिंह मॉड के पास, रायपुर कॉल - 9827143060/8871003060
Ajay Advt.

‘मैं भगवान से मिला था ...’

‘भगवान से मिलकर आया हूँ मैं’

‘स्वर्ग में जमीन बिक रही है, ले लो’

आपने अपनी जिंदगी में कई बार स्वर्ग और नर्क को लेकर बहुत सी बातें सुनी होंगी। नर्क में जहां बुरी से बुरी चीजों की कल्पना की जाती है, वहीं स्वर्ग को खूबसूरत और सुकून भरा बताया जाता है। हालांकि, अब तक किसी ने ये नहीं बताया होगा कि स्वर्ग में भी प्लॉटिंग होती है, जमीनें बिकती हैं और घर बनते हैं! आजकल ऐसा ही एक मामला सुखियों में है, जिसने लोगों के होश उड़ा दिए हैं।

आप किसी सुंदर सी जगह को देखकर कह उठते हैं कि ये तो ‘स्वर्ग’ है। सोचिए अगर आपको स्वर्ग में ही रहने का मौका दिया जाए तो? अरे, हम ऐसा नहीं कह रहे, मेक्सिको के एक पादरी ने लोगों को ये ऑफर दिया है। ‘इग्लेसिया डेल फॉनल दे लॉस टिमपोस’ या फिर ‘चर्च ऑफ द एंड ऑफ टाइम्स’ के पादरी ने ये दावा किया है कि वो लोगों के स्वर्ग में रहने की बुकिंग पहले ही कर सकता है।

मेक्सिको के ‘चर्च ऑफ द एंड ऑफ टाइम्स’ का दावा है कि इस पादरी को साल 2017 में भगवान से एक प्राइवेट मीटिंग हुई थी और उन्हें ये अनुमति दी गई कि स्वर्ग की जमीनों की बिक्री और खरीद की जा सकती है। स्थानीय रिपोर्ट्स की मानें तो भगवान के महल के पास ही मौजूद जगहों पर लोगों को जमीन दिलवाने का दावा किया जा रहा है और उसका भुगतान अलग-अलग पैमेंट मोड से लिया जा रहा है।

स्वर्ग में जमीन खरीदने के लिए लोगों को जो रेट बताया गया है, वो महज 100 डॉलर प्रति वर्ग मीटर यानी 8000 रुपये/वर्ग मीटर है। इसके लिए पैमेंट गुगल पे, बीजा, मास्टरकार्ड जैसे फ्लेक्सिबल पैमेंट प्लान के तहत लिया जा रहा है। वीडियो में ये भी बताया गया है कि चर्च स्वर्ग के लाखों डॉलर कमा चुका है। टिवट्टर पर इस वीडियो को शेयर किया गया है, जो एक व्यंग्य की तरह बनावया गया है। इसे एक हंसी-मजाक वाले पोस्ट शेयर करने वाले फेसबुक पेज से साझा किया गया है। इस पर लोगों ने मजेदार कमेंट किया है। किसी ने कहा कि ये सब का सबसे बड़ा मजाक है, तो एक अन्य यूजर ने पूछ- मुझे कौन 100 डॉलर उधार देगा!

स्वच्छ रहें, रोग प्रतिरोधक क्षमता बढ़ाएं

मात्र ₹ 5* में

NO कब्ज
NO एसिडिटी
NO गैस

पेट सफा
Natural Laxative GRANULES

4g

Clinically Tested*
For efficacy and safety.

एक शॉट में फ्रेश हो जाएं

यह तो सभी जानते हैं कि ‘पेट सफा’ के उत्पादों ने पूरे भारत में धूम मचा रखी है और यह अपनी श्रेणी में सर्वाधिक लोकप्रिय ब्रांड है, परंतु फिर भी यदि आप अभी तक अपनी उपरोक्त समस्याओं के लिए किसी अन्य प्रोडक्ट का सहारा लेते हैं तो पेट सफा आपके लिए प्रस्तुत करता है, एक स्पेशल ट्रायल पाउच, आप बस इसे एक बार प्रयोग कीजिए, हमारा वादा है कि फिर आप भी इसके दीवाने हो जाएंगे।

पेट सफा...तो हर रोग दफा

24x7 Helpline: 91197 88888 | petsaffa.com | Available at all medical & general stores