तापमान
अधिकतम 34 डिग्री
न्यूनतम 21 डिग्री

हरिभूमि
सरगुजा-कोरिया भूमि

बिलासपुर, गुरुवार, 16 जुलाई 2026

अम्बिकापुर | सूरजपुर | बलरामपुर | विश्रामपुर | लखनपुर | रामानुजगंज

4 लो-प्रेशर के प्रभाव से मौसम हुआ अनुकूल, हुई 23.7 मिमी बारिश

खबर संक्षेप

बाल संप्रेक्षण गृह से भागे 6 अपचारी बालक बरामद

अंबिकापुर। बाल संप्रेक्षण गृह से चकमा देकर भागने के मामले में अब तक छह अपचारी बालक को पकड़ा जा चुका है जबकि शेष की तलाश जारी है। इस घटना के बाद बाल संप्रेक्षण गृह में सुरक्षा व्यवस्था को लेकर सवाल खड़े हो गए है। बड़ी बात यह है कि लगातार हो रही घटनाओं के बाद भी बाल संप्रेक्षण गृह में सुरक्षा व्यवस्था को लेकर कोई ठोस उपाय नहीं किए जा रहे है। बता दे कि मंगलवार की रात 8 बजे बाल संप्रेक्षण गृह से 13 अपचारी बालक फरार हो गए थे। इस दौरान यह बात सामने आई थी कि बच्चों ने परिसर के पिछले गेट में लोहे की ग्रिल को खींचकर चौड़ा कर दिया और भाग निकले। बाल संप्रेक्षण गृह से भागने वालों में दस नए और तीन पुराने अपचारी बालक शामिल है और पुराने अपचारी बालकों को इस घटना का मास्टर माइंड माना जा रहा है क्यों कि इनमें से एक अपचारी बालक 23 जून की रात भी भाग निकला था और उसे सबसे अंतिम में पकड़ा गया था। इधर इस घटना की सूचना के बाद गांधीनगर पुलिस द्वारा अपचारी बालकों की तलाश की जा रही है। गांधीनगर पुलिस द्वारा अब तक 5 अपचारी बालकों को बरामद कर लिया गया है। थाना प्रभारी गांधीनगर प्रवीण कुमार द्विवेदी ने बताया कि शेष अपचारी बालकों की तलाश चल रही है।

रेलवे स्टेशन से तीन साल का बच्चा चोरी, थाने में की गई शिकायत

अंबिकापुर। शहर के रेलवे स्टेशन से बच्चा चोरी का मामला सामने आया है। पिता के साथ आए बच्चे को कोई अज्ञात व्यक्ति बहला फुसलाकर ले गया। घटना के समय पिता स्टेशन के प्लेट फ़ार्म नम्बर एक पर सो रहा था। अब इस घटना की शिकायत पिता ने पुलिस से की है। फिलहाल पुलिस द्वारा मामले में अपराध दर्ज कर जांच की जा रही है। बताया जा रहा है कि मूलतः कोरिया जिले पटना डबरीपानी निवासी 40 वर्षीय कुन्नी लाल आ. तीरथ सिंह शहर के अजिरमा पानी टंकी के पास रंगा के किराए के मकान में रहकर मजदूरी का काम करता है। युवक का तीन साल का बच्चा है। पुलिस के अनुसार 14 जुलाई को कुन्नी लाल लाल मेमू ट्रेन से डबरी पानी गया था और अपने तीन साल के बेटे को लेकर मेमू से वापस लौटा। अंबिकापुर आने के दौरान ट्रेन में उसकी पहचान एक अन्य व्यक्ति से हुई थी जिसने स्टेशन में पहुंचने के बाद उन्हें अंडा खिलाने की बात कही। ऐसे में अपने बेटे के साथ युवक बाहर आया और अंडा खाने के बाद वापस स्टेशन में प्लेट फार्म नम्बर एक पर सो गया। जब कुन्नी लाल सोकर उठा तो उसका बच्चा गायब था। काफी खोजबीन के बाद भी जब बच्चा नहीं मिला तो उसने घटना की शिकायत गांधीनगर पुलिस से की है। थाना प्रभारी प्रवीण कुमार द्विवेदी ने बताया कि बच्चे को रेलवे स्टेशन से बहला फुसलाकर ले जाने की शिकायत आई है। मामले में अपराध दर्ज कर जांच की जा रही है।

ट्री प्लांटेशन के साथ होगा योग और बच्चों का प्ले एरिया

कला केंद्र मैदान होगा पार्क के रूप में विकसित बीच में फाउंटेन के साथ ग्रास सीटिंग एरिया

हरिभूमि न्यूज ⏭ अम्बिकापुर

शहर के कला केंद्र मैदान को अब आम लोगों के मनोरंजन और घूमने फिरने व विभिन्न गतिविधियों के लिए मिनी पार्क के रूप में विकसित किया जाएगा। कला केंद्र पार्क में ग्रास सिटिंग एरिया, योगा-जुम्बा के साथ ही बच्चों के लिए खेल कूद का क्षेत्र विकसित होगा। इसके साथ ही कला केद्र मैदान को रौशनी से सजाने के साथ ही बीचो बीच में फाउन्टेन लगाया जाएगा। इस हेतु नगर निगम के पास एक करोड़ रूपए की राशि स्वीकृत है और कार्य योजना का प्रताव बनाकर शासन को भेजा जा रहा है।

खास बात
- कार्य योजना को स्वीकृति के लिए शासन के पास भेजा

बता दें कि शहर के बीच स्थित कला केंद्र मैदान वर्तमान में मेला मीना बाजार के उपयोग में आता है। मीना बाजार संचालक इस मैदान में महीनों तक मीना बाजार लगाते है। इसके साथ ही शेष समय पर विभिन्न शासकीय गतिविधियां होती है। वहीं मैदान के कुछ क्षेत्र में घुमंतू लोगों द्वारा कब्जा कर लिया जाता है। ऐसे में शहर के बीच स्थिति इस कला केंद्र मैदान का आम नागरिकों को कोई लाभ सीधे तौर पर नहीं मिल पाता है। दूसरी तरफ शहर के बीच में ऐसा कोई भी स्थान नहीं है जहां शाम के समय लोग अपने परिवार के साथ बैठकर सुकून के पल बिता सके। यही वजह है कि नगर निगम की महापौर श्रीमती मंजूषा भगत द्वारा कला केंद्र मैदान को मिनी पार्क के रूप में विकसित करने की योजना बनाई गई है। इस कार्य के लिए एक करोड़ बीस लाख रूपए की राशि नगर निगम में मौजूद है और अब नगर निगम दवारा कार्य योजना तैयार शासन को भेजा जा रहा है। कार्य योजना को विशेष रूप से कलेक्टर सरगुजा अजीत वसंत ने भी अपनी मंजूरी दी है। कार्य योजना में आंशिक संसोधन के बाद कलेक्टर ने ड्राइंग डिजाइन को अप्रूव कर दिया है जिसके बाद कला केंद्र मैदान पार्क के लिए शासन से अंतिम मंजूरी मिलने के बाद कार्य शुरू किया जाएगा। योजना है कि अगले तीन से चार महीने के भीतर इस कला केंद्र पार्क को लोगों के लिए खोल दिया जाए।

प्रस्तावित नक्शा।

आकांक्षी शौचालय के लिए राशि स्वीकृत

कला केंद्र मैदान को पार्क के रूप में विकसित करने के बाद यहां आने वाले लोगों के साथ ही आम नागरिकों के लिए एक आकांक्षी शौचालय का निर्माण भी कराया जा रहा है। जिला न्यायालय वाले गेट की तरफ शौचालय निर्माण के लिए स्थल का चयन करने के साथ ही 24 लाख रूपए की राशि स्वीकृत कराई गई है। ननि द्वारा शौचालय निर्माण के लिए टेंडर भी कर दिया गया है और पार्क निर्माण के साथ ही इसका भी निर्माण कर लिया जाएगा।

होने है ये निर्माण कार्य

कला केंद्र पार्क को खुले ग्रीन एरिया के रूप में विकसित किया जाएगा जिसमें ओपन एयर स्टेज को बेहतर तरीके से फिर से सजाया जाएगा और इसके सामने बैठक व्यवस्था बनाई जाएगी ताकि यहां कार्यक्रम हो सके। इसके सहत ही बड़े क्षेत्र में मौसमी फूलों का पौधरोपण किया जाएगा। मैदान में किनारे की तरफ कलेक्टर कार्यालय बाउंड्री की ओर ट्री प्लान्टेशन कराया जाएगा। कला केंद्र मैदान में चारो तरफ चार मीटर चौड़ा पाथ वे बेगा जबकि मैदान के बीचो बीच फाउंटेन लगाने के साथ ही बेंच के साथ सिटिंग एरिया तैयार किया जाएगा। फाउंटेन की तरफ जाने के लिए चारो ओर से पाथ-वे निर्मित किया जाएगा। पाथ वे के किनारे 30 लाख रूपए की लागत से लाइटिंग की जाएगी। मैदान में एक जगह ग्रास एरिया विकसित करने के साथ ही बच्चों के लिए प्ले एरिया भी बनाया जाएगा जिसमें खेल कूद के उपकरण होंगे। एक अतिरिक्त ग्रास एरिया बनाया जाएगा जिसमें लोग बैठकर योगा, मेडिटेशन और जुम्बा जैसी गतिविधियां कर सकेंगे।

बनाई गई है कार्य योजना

कला केंद्र मैदान को पार्क के रूप में विकसित करने की योजना है। ड्राइंग डिजाइन तैयार हो गया है। कार्य योजना की स्वीकृति के लिए शासन को भेजा जा रहा है। जल्द ही कार्य शुरू कराया जाएगा।

-**श्रीमती मंजूषा भगत**, महापौर

गाली देने से मना किया तो रेत दिया युवक का गला

हरिभूमि न्यूज ⏭ अम्बिकापुर

फोन पर बात करते समय गाली गलौज करने से मना करने पर युवक के ऊपर जानलेवा हमले का मामला सामने आया है। घटना को एक सनकी नाबालिक ने अंजाम दिया है। गाली देने से मना करने पर अचानक ही पीछे से आकर अपचारी बालक ने युवक के गले पर चाकू से हमला कर दिया। युवक के गले और चेहरे पर हमला किया गया। इस मामले में पुलिस ने शिकायत के बाद अपचारी बालक को हिरासत में लेकर बाल संप्रेक्षण गृह भेज दिया है।

- युवक की हालत गंभीर, पुलिस ने अपचारी बालक को किया गिरफ्तार

जानकारी के अनुसार बौरीपारा पुलिस लाइन रोड निवासी 27 वर्षीय दीपक सोनी आ. हरजीत सोनी द्वारा डांस क्लास का संचालन किया जाता है। 14 जुलाई की रात दस बजे दीपक सोनी को उसके पिता ने फोनकर तत्काल मेडिकल कॉलेज अस्पताल आने को कहा और बताया कि उसके भाई सागर सोनी को धारदार हथियार से गला में हमला कर दिया है। दीपक सोनी जब अस्पताल पहुंचा और अपने घायल भाई से पूछताछ की तो भाई सागर सोनी ने बताया कि कम्पनी के कॉल पर बात करते समय एक युवक शराब के नशे में जोर-जोर से गाली-गलौज करते हुए अपशब्दों का प्रयोग कर रहा था। फोन में कम्पनी के सर से बात करने की बात कहते हुए जब वह उसे तेज आवाज में बोलने और गालीगलौज करने से मना किया। इसी बात से आक्रोशित होकर हमलावर ने अचानक ही पीछे से आकर उसके सिर को पकड़ा और चाकू से गले में हमला कर दिया। एक बार वार करने के बाद दुबारा जब वह जानलेवा हमले की कोशिश किया तो मित्र करन व अजीज ने उनके भाई सागर को बचाया, यह वार चेहरे में लगा, जिसमें वह जख्मी हो गया था। दीपक सोनी ने घटना की शिकायत कोतवाली पुलिस से की थी जिसके बाद कोतवाली पुलिस ने मामले में विधि से संघर्षरत बालक को पकड़कर हत्या के प्रयास के मामले में गिरफ्तार किया है।

शराब के नशे में हंगामा करने पर युवक के खिलाफ कार्रवाई

बैकुण्ठपुर। जिले की पटना थाना क्षेत्र में डायल 112 को सार्वजनिक स्थान पर शराब के नशे में उत्पात मचाने वाले एक युवक के विरुद्ध पुलिस ने कार्रवाई की है। पुलिस के अनुसार, 14 जुलाई को आरोपी टुबलाल यादव (34 वर्ष), निवासी कुड़ेली स्कूलपारा, ने डायल 112 पर फोन कर ग्राम कुड़ेली के बांधपारा में मारपीट एवं विवाद होने की सूचना दी। सूचना पर डायल 112 की टीम मौके पर पहुंची, टुबलाल यादव सार्वजनिक स्थान पर शराब के नशे में मिला, जिससे आम लोगों को आवागमन में परेशानी हो रही थी। पुलिस द्वारा आरोपी को थाना लाकर चिकित्सीय परीक्षण कराया गया।

बेटी दामाद ने मिलकर की बुजुर्ग की हत्या, मारपीट के बाद घोंटा गला

हरिभूमि न्यूज ⏭ अम्बिकापुर

बाइक की क़्स्ति पटाने के लिए पैसे मांगने को लेकर हुए विवाद में बेटी ने अपने पति के साथ मिलकर पिता की हत्या कर दी। आरोपियों ने बुजुर्ग की बेदम पिटाई करने के बाद साफी से उसका गला घोंट दिया। इतना ही नहीं साक्ष्य छिपाने के लिए आरोपियों ने घर को गोबर से लीप दिया। मामले का खुलासा होने के बाद पुलिस ने आरोपी दम्पति को गिरफ्तार कर लिया है।

- बाइक की किश्त पटाने को लेकर हुआ था विवाद, दम्पति को पुलिस ने किया गिरफ्तार

बताया जा रहा है कि बतौली बांसाझाल निवासी माइकल टोप्पो ने 14 जुलाई को पुलिस को सूचना दी थी कि बांसाझाल बालपानी निवासी राजू कोरवा ने उसे फोन कर बताया था कि लोहार साय कोरवा को उसकी बेटी सोनकुंवारी और दामाद बंधन कोरवा ने मारपीट और गला घोंटकर हत्या कर दी है। सूचना के बाद माइकल टोप्पो घटना स्थल पर पहुंचा जहां लोहार साय अपने दामाद बंधन कोरवा के घर की परछी में मृत पीडीए था उसके शरीर पर गंभीर चोट के निशान थे और जमीन पर खून गिरा हुआ था। वहीं मौके पर मृतक की बेटी सोन कुंवारी खून के धब्बों को गोबर से लीप रही थी। पूछताछ में मृतक की पुत्री सोन कुंवारी और दामाद बंधन कोरवा ने बताया कि 14 जुलाई की सुबह लोहार साय मोटर साइकिल की क़्स्ति पटाने को लेकर अपनी पत्नी रामपति से मारपीट करने के बाद उनके घर आया था और घर में भी वह मोटर साइकिल की क़्स्ति पटाने को लेकर विवाद कर रहा था। विवाद के दौरान उन्होंने मारपीट करने के साथ ही साफी (गमछा) से गला घोंटकर हत्या कर दी। इसके साथ ही हत्या के बाद घर में गिरे हुए खून को गोबर से लीप रहे है। माइकल टोप्पो की शिकायत पर पहुंची पुलिस ने शव को पीएम उपरान्त परिजन के सुपुर्द करने के साथ ही जांच शुरू की। एसएसपी राजेश अग्रवाल के निर्देश पर पुलिस ने जांच उपरान्त बतौली बांसाझाल बालापानी निवासी 40 वर्षीय बंधन कोरवा आ. स्व. नधिया कोरवा व 35 वर्षीया सोन कुंवारी पति बंधन कोरवा को हिरासत में लेकर पूछताछ की तो उन्होंने गाड़ी का किश्त पटाने के लिए रुपयों की मांग करते हुए लड़ाई झगड़ा करने पर आवेश में आयकर गले में पहने हुए साफी (गमछा) से लोहार साय का गला घोंटकर पटक कर मारपीट कर हत्या करने की बात कही। इसके साथ ही साक्ष्य छिपाने के लिए जमीन में लगे खून को गोबर से लीपने की बात भी स्वीकार की। पुलिस ने दोनों आरोपियों को बीएनएस की धारा 103(1), 238, 3(5) के तहत गिरफ्तार कर जेल भेज दिया है। इस कार्रवाई में थाना प्रभारी बतौली विवेक सेंगर, सउनि अरुण गुप्ता, महिला आरक्षक किरण तांडे, आरक्षक विकाश एक्का, राजेश खलखो, जोगी बड़ा, रवि सिंह, सैहुन सिंह, जितेंद्र सक्रिय रहे।

वन भूमि पर अवैध जुताई करते ट्रैक्टर जब्त, वन विभाग की कार्रवाई

रामानुजगंज। जिले में वन भूमि पर अवैध गतिविधियों के खिलाफ वन विभाग ने कार्रवाई करते हुए एक ट्रैक्टर जब्त किया है। वनमंडलाधिकारी आलोक वाजपेयी के निर्देश और वन परिक्षेत्र अधिकारी डॉ. दिलरुबा बानो के नेतृत्व में यह कार्रवाई विजयनगर क्षेत्र में की गई।जानकारी के अनुसार, विजयनगर कटानपारा निवासी जबार अंसारी आ. जसमुद्दीन अंसारी द्वारा वन भूमि कक्ष क्रमांक पी-3490 में बीती रात करीब 1 बजे ट्रैक्टर के माध्यम से अवैध रूप से जुताई की जा रही थी। सूचना मिलने पर वन विभाग विजयनगर की टीम और पुलिस मौके पर पहुंचे और जुताई करते हुए ट्रैक्टर को पकड़ कर जब्त कर लिया। मामले में वन विभाग द्वारा नियमानुसार जब्ती की कार्रवाई की गई है। कार्रवाई के दौरान वनपाल घनश्याम शर्मा, वनरक्षक जितेंद्र मांझी, दीपेंद्र ओइके सहित वन सुरक्षा श्रमिक मौजूद रहे। वन विभाग अधिकारियों ने कहा है कि वन भूमि पर अवैध कब्जा, अतिक्रमण या किसी भी प्रकार की गतिविधियों के खिलाफ लगातार कार्रवाई जारी रहेगी।

गैंगस्टर को भागने में सहयोग करने वालों के खिलाफ अपराध दर्ज कराने पहुंची झारखंड पुलिस

हरिभूमि न्यूज ⏭ अम्बिकापुर

गैंग्स ऑफ वासेपुर के गैंगस्टर सब्बीर आलम और उसके सहयोगियों को संरक्षण देने के साथ ही भागने में मदद करने वालों के खिलाफ अब कार्रवाई तेज हो गई है। गैंगस्टर की मदद करने वालों के खिलाफ अपराध दर्ज कराने के लिए झारखंड की पुलिस सरगुजा पहुंची। झारखंड पुलिस ने कोतवाली थाना में अपनी ओर से शिकायत दी है। इस दौरान एक और बड़ा खुलासा हुआ है। गैंगस्टर सब्बीर आलम के साथ ही गैंगस्टर शाकिब अफजल ही शहर में पहचान छिपाकर रह रहा था और जमीन कारोबार के साथ ही अन्य कारोबारों से साम्राज्य खड़ा कर चुका था। गैंगस्टर शाकिब अफजल के खिलाफ साल 2004 में धनबाद के डॉन फहीम खान के कार्यालय पर एके-47 समेत घातक हथियारों से हमला करने, हत्या और लूट जैसे कई मामले दर्ज हैं। झारखंड में घर कुर्क होने के बाद शाकिब अफजल पहचान बदलकर अंबिकापुर में रह रहा था।

- शहर में छिपा था एक और गैंगस्टर शाकिब अफजल, छापे के बाद हुआ फरार, थाने में दी गई शिकायत

विदित हो कि झारखंड के धनबाद की पुलिस शहर के एक मोहल्ले में गैंग्स ऑफ वासेपुर के गैंगस्टर सब्बीर आलम को गिरफ्तार करने पहुंची थी। इस दौरान शब्बीर का बेटा और उसके कुछ साथी वहां पहुंच गए। उन्होंने पुलिस से बहस शुरू कर दी। मौके का फायदा उठाकर शब्बीर आलम और उसका साथी जावेद फरार हो गए। शब्बीर को शरण देने के आरोप में राजहंस बस के संचालक बैदुल खान के खिलाफ कोतवाली थाने में एफआईआर दर्ज की गई है। मामला दर्ज होने के बाद से बैदुल भी फरार है। इधर झारखंड की पुलिस ने भी आरोपियों की गिरफ्तारी के लिए तलाश शुरू कर दी है। इसी कड़ी में बुधवार को झारखंड की पुलिस अंबिकापुर पहुंची थी। इस दौरान झारखंड की पुलिस टीम ने शब्बीर और उसके साथी को फरार होने में मदद करने वालों के खिलाफ कोतवाली थाने में शिकायत दी। झारखंड पुलिस का दावा है कि जिस मोहल्ले से शब्बीर आलम फरार हुआ, वहां उसके मददगारों ने अपने प्रभाव का इस्तेमाल कर आसपास लगे 17 सीसीटीवी कैमरों का फुटेज हटवा दिया।

13 साल से छिपा था गैंगस्टर शाकिब

इस बीच एक नई जानकारी सामने आई है कि वर्ष 2004 में धनबाद के डॉन फहीम खान के दफ्तर पर एके-47 और पिस्टलों से हुए हमले में नामजद गैंगस्टर शाकिब अफजल भी कई सालों तक अंबिकापुर में छिपकर रहा। इस मामले में शब्बीर आलम और उसके भाइयों पर जेल में रहकर हमला कराने का भी आरोप लगा था। शाकिब अफजल झारखंड से फरार हो गया था। घर कुर्क होने के बाद वह अंबिकापुर पहुंचा, जहां उसने अपनी पहचान बदल ली। इसके बाद शहर से लगे लालमाटी इलाके में जंगल किनारे आलीशान मकान बनाकर रहने लगा। जानकारी के अनुसार शाकिब अंबिकापुर में एक होटल भी चलाता था। इसके अलावा वह जमीन के कारोबार से भी जुड़ा था। शाकिब अफजल उर्फ नेता, बस संचालक बैदुल खान का रिश्तेदार भी बताया जाता है। पिछले दिनों झारखंड पुलिस की कार्रवाई के बाद शाकिब अफजल भी फरार हो गया।

मेरे लिए फिटनेस का मतलब है हेल्दी-एक्टिव-एनर्जेटिक रहना

इन दिनों सोनी सब चैनल पर टेलिकास्ट हो रहे शो 'हस्तिनापुर के वीर' में गुरु द्रोणाचार्य की भूमिका जितेन लालवानी निभा रहे हैं। शो में उनकी बॉडी बहुत फिट और टोंड दिख रही है। इसे मेंटेन करने के लिए वे किस तरह का डाइट प्लान और वर्कआउट रूटीन फॉलो करते हैं, बता रहे हैं अपनी जुबानी।

फिटनेस फंडा

जितेन लालवानी

मेरे लिए फिटनेस का मतलब सिर्फ मसल्स बनाना नहीं है, बल्कि हेल्दी, एक्टिव और एनर्जेटिक रहना है, ताकि मैं स्क्रीन पर ही नहीं अपनी निजी जिंदगी में भी अपना बेस्ट दे सकूं।

डाइट प्लान: मैं आमतौर पर एक दिन में 2,000 से कम कैलोरी लेता हूं। हालांकि जब मेरा लक्ष्य मसल्स गेन करना था, तब मैंने अपनी कैलोरी बढ़ाकर लगभग 2,800-3,000 प्रतिदिन कर दी थी। मैं मोस्टली वेजीटेरियन हूं, इसलिए प्रोटीन के लिए मुख्य रूप से पनीर, दाल, सोया चंक्स और अंडों पर निर्भर रहता हूं। मैं दिन में तीन बार भोजन करता हूं और कोशिश करता हूं कि रात का खाना जल्दी खा लूं। अगर रात में 9 बजे से ज्यादा लेट हो जाता है तो मैं आमतौर पर डिनर छोड़ देता हूं।

वर्कआउट रूटीन: मैं सप्ताह में कम से कम 4-5 दिन वर्कआउट करता हूं। मेरा रूटीन इस प्रकार का होता है-

सोमवार को लेग्स स्ट्रेंथनिंग। मंगलवार को चेस्ट, शोल्डर्स और ट्राइसेप्स। बुधवार को बैक और बाइसेप्स। गुरुवार को एब्स और कार्डियो। शुक्रवार को फिर लेग्स स्ट्रेंथनिंग। शनिवार को फुल अपर बॉडी वर्कआउट। जिम के अलावा मैं हर शाम अपने शेड्यूल के अनुसार 5,000 से 10,000 स्टेप्स वॉक भी करता हूं।

मैं हमेशा अपने साथ एक रेजिस्टेंस बैंड भी रखता हूं। अगर किसी दिन जिम जाना संभव नहीं हो पाता, तो मैं अपने मेकअप रूम में ही कुछ सेट्स पुश-अप्स और रेजिस्टेंस बैंड की बेसिक एक्सरसाइज कर लेता हूं, ताकि मेरा वर्कआउट मिस न हो।

मैनेज करता हूं टाइम: अगर मैं सिर्फ एक शो का शूट कर रहा होता हूं, तो फिटनेस के लिए समय निकालना अपेक्षाकृत आसान होता है, क्योंकि आमतौर पर महीने में 15-20 दिन ही शूटिंग करनी होती है। लेकिन जब एक साथ दो शो कर रहा होता हूं, तब टाइम मैनेजमेंट करना थोड़ा चैलेंजिंग हो जाता है। दो शोज को साथ में मैनेज करना मुश्किल जरूर होता है, लेकिन मैं उसे भी पूरी पॉजिटिविटी के साथ निभाता हूं और जो भी जितना भी टाइम मिलता है, उसमें वर्कआउट करता हूं।

मेंटल हेल्थ: मानसिक रूप से स्वस्थ रहने के लिए, मैं खुद को हमेशा एक्टिव और बिजी रखने की कोशिश करता हूं। नियमित वर्कआउट करता हूं, वॉक करता हूं और अपने परिवार के साथ अच्छा समय बिताता हूं। साथ ही, मैं हमेशा कुछ नया सीखने की कोशिश करता हूं, चाहे वह अभिनय से जुड़ा हो या जीवन से, क्योंकि नई चीजें सीखना मुझे प्रेरित करता है। बेशक हर किसी की जिंदगी में तनाव वाले दिन आते हैं, लेकिन मैंने यह सीख लिया है कि नकारात्मकता को ज्यादा देर तक अपने ऊपर हावी नहीं होने देना चाहिए। मैं उन चीजों पर ध्यान देता हूं, जो मेरे नियंत्रण में हैं, हर दिन के लिए आभारी रहता हूं और एक-एक दिन करके आगे बढ़ता हूं। यही संतुलन मुझे मानसिक रूप से मजबूत बनाए रखता है।

फिटनेस आइडल: ऐसे कई लोग हैं, जिनसे मैं इंस्पायर होता हूं। लेकिन अगर मुझे किसी एक का नाम लेना हो, तो मैं अनिल कपूर का नाम लेना चाहूंगा। जिस तरह उन्होंने वर्षों से अपनी फिटनेस, एनर्जी और डिसिप्लिन को बनाए रखा है, वह वास्तव में इंस्पायरिंग है।

रीडर्स को मैसेज: मैं रीडर्स से यही कहना चाहूंगा कि सीखना और खुद पर काम करना कभी बंद मत कीजिए। सफलता रातों-रात नहीं मिलती, बल्कि हर दिन लगातार मेहनत करने से मिलती है, चाहे उस दिन आपका मन करे या नहीं। अपनी सेहत का भी पूरा ध्यान रखें, क्योंकि वही आपकी सबसे बड़ी पूंजी है। अनुशासित रहें और मेहनत करने से कभी न घबराएं। चुनौतियां जरूर आएंगी, लेकिन अगर आप लगातार प्रयास करते रहेंगे और धैर्य बनाए रखेंगे, तो वही चुनौतियां आपको और मजबूत बनाएंगी। सबसे जरूरी बात, हमेशा विनम्र रहें, कृतज्ञ रहें और इस सफर का आनंद लें। मंजिल महत्वपूर्ण है, लेकिन उससे भी ज्यादा अहम वह इंसान है, जो आप इस सफर के दौरान बनते हैं। *

प्रस्तुति: सेहत फीचर्स

अवेयरनेस

रजनी अरोड़ा

अधिकतर लोग रोजाना कोई न कोई ऐसा सेल्फ केयर प्रोडक्ट यूज करते हैं, जिसमें केमिकल्स होते हैं। ऐसे प्रोडक्ट्स किस तरह से आपके लिए हार्मफुल हो सकते हैं, इनके साइड इफेक्ट्स से बचने के लिए आप क्या सावधानियां बरत सकते हैं और इनके क्या बेहतर ऑप्शंस हो सकते हैं, आपको जरूर जानना चाहिए।

क्या आप भी अकसर करते हैं यूज केमिकल बेस्ड सेल्फ-केयर प्रोडक्ट्स!

आज के समय में शैंपू, साबुन, फेस वॉश, मॉयश्चराइजर, डिओडरेंट, परफ्यूम, हेयर डाई, शेविंग क्रीम, मेकअप, लिपस्टिक और इंटीमेट हाइजीन उत्पाद दैनिक जीवन का हिस्सा बन चुके हैं। पुरुष हों या महिलाएं, लगभग हर व्यक्ति किसी-न-किसी सेल्फ-केयर प्रोडक्ट का उपयोग करता है। लेकिन केमिकल बेस्ड ऐसे उत्पादों का लंबे समय तक, बार-बार या गलत तरीके से उपयोग स्वास्थ्य को प्रभावित भी कर सकता है।

कुछ शोधों से पता चला है कि सेल्फ-केयर उत्पादों के माध्यम से अनेक महिलाएं (करीब 168) और पुरुष (करीब 120) अलग-अलग रसायनों के संपर्क में रोजाना आते हैं। ये रसायन मानव रक्त, बाल, मूत्र और यहां तक कि मां के स्तन के दूध में भी पाए गए हैं। यानी ये केवल त्वचा पर नहीं रहते, वे शरीर के भीतर तक पहुंच जाते हैं और जमा होते रहते हैं। वैज्ञानिकों का मानना है कि सेल्फ-केयर उत्पादों का उद्देश्य शरीर को नुकसान पहुंचाना नहीं, बल्कि उसे स्वस्थ, साफ और आरामदायक रखना है। लेकिन ये उत्पाद कितने सुरक्षित हैं, यह उसमें मौजूद विभिन्न घटकों की मात्रा, गुणवत्ता और नियामक मानकों के माध्यम से ही तय नहीं होता। उसके सही ढंग से उपयोग करने और उससे शरीर या त्वचा पर होने वाले नुकसान पर भी निर्भर करता है। इसलिए स्त्री-पुरुष दोनों के लिए जरूरी है कि उत्पादों को समझदारी से चुनें, अनावश्यक रसायनों के संपर्क को कम करें और अपनी त्वचा की वास्तविक जरूरतों को पहचानें।

शैंपू-साबुन-बॉडी वॉश: झाग बनाने के लिए अकसर इनमें सोडियम लॉरिल सल्फेट (एसएलएस) और सोडियम लॉरेथ सल्फेट (एसएलईएस) जैसे पदार्थ मिलाए जाते हैं। संवेदनशील त्वचा वालों में एक्जिमा, रूसी या सूखे बालों वाले लोगों में खुजली, रूखापन, जलन और बालों का खिंचाव बढ़ा सकते हैं। कुछ उत्पादों में पैराबेंस, कृत्रिम रंग और तेज कृत्रिम सुगंध भी होती है, जो एलर्जी या त्वचा पर चकत्ते पैदा कर सकते हैं। ऐसे में सल्फेट मुक्त, कम सुगंध वाले, पीएच संतुलित और डर्मेटोलॉजिकली टेस्टेड उत्पाद बेहतर विकल्प हो सकते हैं। रीठा, शिकाकाई, आंवला, एलोवेरा, ओटमील और ग्लिसरीन जैसे घटकों वाले हल्के उत्पाद भी उपयोगी हो सकते हैं। हालांकि नया उत्पाद लगाने से पहले त्वचा के छोटे हिस्से पर पैच टेस्ट करना उचित रहता है।

पानी एक यूनिवर्सल सॉल्वेंट है, जो नहाने पर गंदगी को आसानी से हटा देता है। केमिकलयुक्त साबुन के बजाय बेसन और हल्दी का उबटन, मुल्तानी मिट्टी, कच्चा दूध और हल्दी, मूंग दाल पावडर, चंदन पावडर इस्तेमाल कर सकते हैं। ये प्राकृतिक क्लींजर बिना नेचुरल ऑयल निकाले स्किन को साफ करते हैं।

फेस वॉश, क्रीम और मॉयश्चराइजर: चेहरे की त्वचा शरीर के अन्य हिस्सों की तुलना में अधिक नाजुक होती हैं। बहुत अधिक अल्कोहल, तेज सुगंध, कठोर क्लींजर या अनावश्यक स्क्रबिंग वाले फेस वॉश त्वचा की प्राकृतिक सुरक्षा परत को नुकसान पहुंचा सकते हैं। इससे चेहरा सूखा, लाल, खिंचा हुआ या संवेदनशील महसूस हो सकता है।

फेस वॉश चुनते समय सोप-फ्री, फ्रेगनेंस-फ्री, जेंटल क्लींजर या आयुर्वेदिक क्रीम उपयोगी हो सकते हैं। मॉयश्चराइजर में ग्लिसरीन, सेरामाइड, हायलूरोनिक एसिड, शिया बटर, जोजोबा ऑयल या बादाम तेल जैसे तत्व त्वचा को नमी देने में मदद कर सकते हैं। तैलीय त्वचा वाले व्यक्ति हल्के, नॉन-कॉमेडोजेनिक मॉयश्चराइजर चुन सकते हैं, जबकि शुष्क त्वचा वालों को अधिक मॉयश्चराइजिंग क्रीम की आवश्यकता हो सकती है।

फेयरनेस-स्किन व्हाइटनिंग क्रीम: त्वचा को गोरा बनाने का दावा करने वाली कुछ नकली उत्पादों में हाइड्रोक्विनोन, कॉर्टिकोस्टेरॉइड और पारा यानी मरकरी जैसे रसायन पाए गए हैं। हाइड्रोक्विनोन त्वचा के मेलानिन पर असर डाल सकता है, जबकि कॉर्टिकोस्टेरॉइड का बिना चिकित्सकीय सलाह लंबे समय तक उपयोग त्वचा को पतला, लाल और संवेदनशील बना सकता है। मरकरी युक्त उत्पाद त्वचा के अलावा किडनी और तंत्रिका तंत्र के लिए भी गंभीर चिंता का विषय हो सकते हैं। ऐसी क्रीमों से तत्काल चमक या गोरेपन का अनुभव हो सकता है, लेकिन लंबे समय में दाग-धब्बे, मुंहासे, त्वचा की कमजोरी, असमान रंगत और सूर्य की रोशनी से अधिक नुकसान जैसी समस्याएं हो सकती हैं। सुरक्षित विकल्प के रूप में नियमित सनस्क्रीन, हल्का मॉयश्चराइजर, विटामिन-सी या नियासिनामाइड युक्त प्रमाणित उत्पाद, एलोवेरा जैल तथा त्वचा विशेषज्ञ की सलाह अधिक उचित है। आयुर्वेदिक या हर्बल बेस्ड क्रीम का यूज करना भी सुरक्षित विकल्प है।

हेयर डाई-हेयर स्प्रे-स्ट्रेटनिंग प्रोडक्ट्स: बालों को रंगने, सीधा करने या लंबे समय तक सेट रखने वाले उत्पादों में मौजूद कुछ रसायन स्वास्थ्य के लिए परेशानी पैदा कर सकते हैं। कुछ हेयर डाई में पैरा-फेनिलीनडायमीन यानी पीपीडी और अमोनिया हो सकते हैं, जिनसे सिर की त्वचा में खुजली, जलन, सूजन या एलर्जी हो सकती है। सुरक्षित विकल्प के रूप में अमोनिया-फ्री और पीपीडी-फ्री हेयर कलर, शुद्ध मेहंदी, नारियल तेल, आर्गन ऑयल, एलोवेरा हेयर मास्क और अलसी का तेल उपयोग किए जाते हैं।

लिपस्टिक-नेल पॉलिश: महिलाओं के द्वारा यूज किए जाने वाले मेकअप उत्पादों जैसे लिपस्टिक और नेल पॉलिश में प्रिजर्वेटिव, कृत्रिम रंग, सुगंध और अन्य रसायन हो सकते हैं। इसलिए लिपस्टिक, काजल, फाउंडेशन और अन्य मेकअप केवल विश्वसनीय ब्रांड वाले ही खरीदने चाहिए। एक्सपायरी डेट के बाद मेकअप का उपयोग नहीं करना चाहिए। नेल पॉलिश में नुकसानदायक तत्व हो सकते हैं। इनमें से कुछ रसायन त्वचा, आंखों और श्वसन तंत्र में जलन पैदा कर सकते हैं। नेल पॉलिश लगाते समय कमरे में हवा का अच्छा आवागमन होना चाहिए और पूरी सतर्कता के साथ इनका उपयोग किया जाना चाहिए।

डिओडरेंट-परफ्यूम-बॉडी स्प्रे: ये शरीर की दुर्गंध कम करने के लिए उपयोग किए जाते हैं, लेकिन इनमें कृत्रिम सुगंध, फ्थैलेट्स और कभी-कभी एल्यूमिनियम सॉल्ट्स जैसे घटक हो सकते हैं। कृत्रिम सुगंध कुछ लोगों में सिरदर्द, माइग्रेन, सांस की तकलीफ, त्वचा की खुजली या एलर्जी को बढ़ा सकती है। संवेदनशील त्वचा वाले लोग एल्यूमिनियम-फ्री या फ्रेगरेंस-फ्री डिओडरेंट इस्तेमाल कर सकते हैं। प्राकृतिक विकल्पों में कम सुगंध वाले मिनरल डिओडरेंट, फिटकरी का पानी, बेकिंग सोडा आधारित उत्पाद या केवल नियमित स्नान और साफ कपड़ों की आदत उपयोगी हो सकती है। नारियल तेल में एक-दो बूंद टी ट्री, लेवेंडर, रोज, जैस्मिन, सेंडल वुड, यूक्लिप्टस ऑयल मिलाकर भी इस्तेमाल कर सकते हैं। इन सावधानियों से आप हमेशा सुरक्षित रहेंगे। *

(दिल्ली के डर्मेटोलॉजिस्ट, डॉ. गौरव नाकरा और जनरल फिजीशियन, डॉ. जे. रावत से बातचीत पर आधारित)

ऐसे करें सुरक्षित सेल्फ-केयर

- आवश्यकता से अधिक कॉस्मेटिक या रासायनिक उत्पादों का उपयोग न करें।
- सेल्फ-केयर उत्पाद चुनते समय सबसे पहले उसमें मौजूद तत्वों की डिटेल पढ़ें।
- बहुत अधिक सुगंध, चमकीले रंग, इंस्टेंट व्हाइटनिंग, केमिकल-फ्री या शत-प्रतिशत नेचुरल जैसे दावों पर बिना जांचे भरोसा न करें।
- कम केमिकल सामग्री वाले, फ्रेगरेंस-फ्री, प्रमाणित और विश्वसनीय उत्पाद अधिक अच्छे विकल्प हो सकते हैं।
- नए उत्पाद का उपयोग करने से पहले पैच टेस्ट करके जरूर देखें यानी हाथ की स्किन पर हल्का-सा लगाकर देखें। अगर कोई समस्या न हो, तभी वो उत्पाद इस्तेमाल करें।
- एक्सपायरी डेट का ध्यान रखें। क्योंकि इनमें बैक्टीरिया पनपने लगते हैं, जो ज्यादा नुकसानदायक हो सकते हैं।
- त्वचा में लगातार जलन, लालपन, खुजली या दाने हों। तो उपयोग बंद कर त्वचा विशेषज्ञ से सलाह लें।

एडवाइस

शिखर चंद जैन

हमारा शरीर मुख्य तौर पर हमारे मस्तिष्क यानी ब्रेन से ही संचालित होता है। इसलिए इसकी सुरक्षा, इसका बेहतर स्वास्थ्य और इसका अच्छे ढंग से कार्य करना बहुत जरूरी है। **वर्ल्ड ब्रेन डे (22 जुलाई)** के अवसर पर यहां बता रहे हैं कि हमारा ब्रेन कैसे हेल्दी और हमारी मेमोरी कैसे शार्प बन सकती है?

तब ब्रेन रहेगा हेल्दी मेमोरी होगी शार्प

मात्र तीन पौंड वजन का हमारा मस्तिष्क आकार में भले ही बहुत बड़ा नहीं होता, लेकिन यह एक शक्तिशाली अंग है। शरीर के इस छोटे से हिस्से में ही हमारा व्यक्तित्व और सभी यादें समाहित होती हैं। मस्तिष्क ही विचारों, भावनाओं और गतिविधियों का समन्वय करता है। जीवन को सुचारू रूप से चलाने, सफलता व सुकून के लिए इसका स्वस्थ रहना बेहद जरूरी है।

न्यूरॉन्स का रोल: मस्तिष्क में अरबों तंत्रिका कोशिकाएं न्यूरॉन्स होती हैं। ये ही शरीर के बाकी हिस्सों को जानकारी भेजती हैं। यदि ये ठीक से काम नहीं करेंगी तो शरीर के अंग और मांसपेशियों में संवेदना कम हो सकती है। सोचने और कार्य करने की क्षमता धीमी हो सकती है।

क्यों जरूरी है बचाव: मस्तिष्क, क्षतिग्रस्त या नष्ट हुए न्यूरॉन्स की जगह नए न्यूरॉन्स नहीं बना पाता है। सिर में चोट लगना, नशीली दवाओं का सेवन, अल्जाइमर और पार्किंसंस जैसी स्वास्थ्य समस्याएं मस्तिष्क कोशिकाओं को नुकसान पहुंचा सकती हैं या उन्हें नष्ट कर सकती हैं। इसलिए ब्रेन की हिफाजत करना बेहद जरूरी है। साथ ही मस्तिष्क को स्वस्थ रखने के लिए अच्छी आदतें विकसित करना महत्वपूर्ण है। इसके लिए आपको अपनी जीवनशैली में कुछ बदलाव करने होंगे।

पसीना बहाएं: जो लोग शारीरिक रूप से सक्रिय रहते हैं, उनका दिमाग तेज रहने की संभावना अधिक होती है। नियमित शारीरिक गतिविधि संतुलन, लचीलापन, ताकत, ऊर्जा और मनोदशा में सुधार लाने में भी सहायक होती है। शोध से पता चलता है कि व्यायाम करने से अल्जाइमर रोग होने का खतरा कम हो सकता है।

सिर की सुरक्षा जरूरी: मस्तिष्क की चोट किसी व्यक्ति के जीवन पर दीर्घकालिक रूप से गहरा प्रभाव डाल सकती है। मस्तिष्क की चोटें सोचने-समझने की क्षमता, स्मृति, समन्वय, वाणी और भावनाओं को प्रभावित कर सकती हैं। अपने मस्तिष्क की सुरक्षा के लिए, सिर में चोट लगने के जोखिम वाली किसी भी गतिविधि को करते समय हमेशा हेलमेट पहनें। जैसे-साइकिल चलाना, स्कीइंग करना, घुड़सवारी करना या मोटरसाइकिल, स्नोमोबाइल या ऑल-टेरेन वाहन का उपयोग करते समय हेलमेट जरूर पहनें। सिर में चोट लगने के अन्य सामान्य कारणों में कार दुर्घटनाएं भी शामिल हैं। कार में सीट बेल्ट पहनकर सिर पर चोट लगने से बच सकते हैं। गिरने से बचने के लिए, सीढ़ियों पर, ऊबड़-खाबड़ जमीन पर या किसी अपरिचित जगह पर सावधानी से चलें। घर में सीढ़ियों और गलियारों से फालतू सामान हटाकर गिरने से बचाव करें। सीढ़ियों में पर्याप्त रोशनी रखें। सुनिश्चित करें कि सभी कालीन और गलीचे फर्श पर मजबूती से बिछे हों ताकि आप फिसलें नहीं।

पर्याप्त सावधानी बरतें: कुछ स्वास्थ्य समस्याएं हमारी सोचने और याददाश्त संबंधी परेशानियों को बढ़ा सकती हैं। इनसे स्ट्रोक का खतरा भी बढ़ सकता है, जिससे मस्तिष्क की रक्त वाहिकाएं क्षतिग्रस्त हो सकती हैं। इनमें से सबसे आम समस्याएं मधुमेह, हृदय रोग और उच्च रक्तचाप हैं। यदि आपको इनमें से कोई स्वास्थ्य समस्या है, तो अपने डॉक्टर के निर्देशों का पालन करें।

सामाजिक दायरा बढ़ाएं: सामाजिक मेलजोल अवसाद और तनाव को दूर करने में सहायक होता है। ये दोनों मानसिक रोग याददाश्त कमजोर होने की समस्या को बढ़ा सकते हैं। सामाजिक अलगाव और अकेलापन सोचने-समझने की क्षमता में गिरावट और अल्जाइमर रोग के जोखिम से भी जुड़े हुए हैं। इसलिए अपना सामाजिक दायरा बढ़ाएं, लोगों से मेलजोल रखें।

अच्छी नींद लें: रोज अच्छी नींद लेना, ठीक वैसे ही है जैसे फोन को चार्ज करने के लिए प्लग लगाना। अच्छी नींद लेने से मस्तिष्क की कार्यक्षमता और याददाश्त बेहतर होती है, सतर्कता बढ़ती है और दैनिक कार्यों को करना आसान हो जाता है। आराम करने से तनाव और अवसाद भी कम होता है।

ब्रेन फूड लें: स्वस्थ खाद्य पदार्थों से भरपूर आहार मस्तिष्क को ऊर्जा प्रदान करता है, जिससे मानसिक एकाग्रता में सुधार होता है और सोचने-समझने की क्षमता में गिरावट धीमी होती है। माइंड डाइट यानी मेडिटरेनियन डैश इंटरवेंशन फॉर न्यूरो डिजेनरेटिव डिले एक विशेष खान-पान प्लान है, जो दिमाग की सेहत को सुधारने, याददाश्त तेज करने और अल्जाइमर या डिमेंशिया (मनोभ्रंश) के जोखिम को कम करने के लिए डिजाइन की गई है। यह 'मेडिटेरेनियन' और 'डैश' डाइट का मिश्रण है, जो मुख्य रूप से हरी पत्तेदार सब्जियों, बेरीज, नट्स और साबुत अनाज को अपने डाइट में शामिल करने पर जोर देती है। *

(अपोलो हॉस्पिटल, कोलकाता के न्यूरोसर्जन डॉ. बिनोद कुमार सिंघानिया से बातचीत पर आधारित)

ब्रेन एक्सरसाइज करें

जिस प्रकार शारीरिक गतिविधि आपके शरीर को चुस्त-दुरुस्त रखती है, उसी प्रकार दिमाग को सक्रिय रखने वाली गतिविधियां आपके मस्तिष्क को भी चुस्त-दुरुस्त रखती हैं। ये गतिविधियां मस्तिष्क की कार्यक्षमता और स्मृति को बेहतर बनाने में सहायक हो सकती हैं। इसके लिए क्रॉसवर्ड पहेलियां हल करें, अलग-अलग विषय पढ़ें, खेल खेलें या कोई वाद्य यंत्र बजाना सीखें। साथ ही कोई नया शौक अपनाएं या किसी स्थानीय विद्यालय या सामुदायिक समूह में स्वयंसेवा करें।

खबर संक्षेप

साइबर अपराध से बचाव व जागरूकता पुलिस ने गांवों और स्कूलों में दिलाई शपथ

बिश्रामपुर। डिजिटल युग में तेजी से बढ़ रहे साइबर अपराधों पर अंकुश लगाने और लोगों को ऑनलाइन ठगी से बचाने के उद्देश्य से सूरजपुर पुलिस द्वारा जिलेभर में साइबर जागरूकता महा अभियान चलाया जा रहा है। इसी कड़ी में लटोरी पुलिस चौकी क्षेत्र के विभिन्न गांवों, विद्यालयों एवं महाविद्यालयों में जागरूकता कार्यक्रम आयोजित कर लोगों और विद्यार्थियों को साइबर सुरक्षा की शपथ दिलाई गई। इस दौरान लटोरी चौकी प्रभारी सुनील सिंह ने ग्रामीणों, छात्र-छात्राओं और शिक्षकों को बताया कि वर्तमान समय में साइबर अपराधी फर्जी कॉल, व्हाट्सएप लिंक, ओटीपी, बैंक खाते की जानकारी, केवाईसी अपडेट, ऑनलाइन नौकरी, लॉटरी, निवेश और सोशल मीडिया हैकिंग जैसे कई हथकंडों से लोगों को अपना शिकार बना रहे हैं। ऐसे मामलों में थोड़ी सी लापरवाही भी बड़ी आर्थिक क्षति का कारण बन सकती है। लोगों को समझाया गया कि किसी भी अनजान व्यक्ति के साथ अपना ओटीपी, बैंक खाता, एटीएम, यूपीआई पिन या पासवर्ड साझा न करें। किसी भी संदिग्ध लिंक पर क्लिक करने से बचें और सोशल मीडिया पर आने वाले आकर्षक ऑफरों या इनाम के झांसे में न आएं। ऑनलाइन लेनदेन करते समय केवल अधिकृत और सुरक्षित माध्यमों का ही उपयोग करें,उपस्थित सभी लोगों को साइबर अपराध से स्वयं सुरक्षित रहने और अपने परिवार तथा आसपास के लोगों को भी जागरूक करने की शपथ दिलाई गई।

शिकायतों का समाधान नहीं तो इस्तीफा दें अध्यक्ष

राजपुर। नगर पंचायत के पार्षद विश्वास कुमार गुप्ता ने प्रेस विज्ञप्ति जारी कर नगर पंचायत अध्यक्ष धरम सिंह की कार्यप्रणाली और उनकी

शिकायतों के निराकरण को लेकर तीखी प्रतिक्रिया व्यक्त की है। पार्षद विश्वास कुमार गुप्ता ने कहा कि प्रदेश, केंद्र और नगर पंचायत में एक ही दल की सरकार होने के बावजूद नगर पंचायत में विकास कार्यों और प्रशासनिक व्यवस्था को लेकर लगातार सवाल उठ रहे हैं। उनका आरोप है कि नगर पंचायत अध्यक्ष द्वारा विभिन्न मामलों में की गई शिकायतों को न तो प्रशासन गंभीरता से ले रहे है और न ही उनके ही दल के जनप्रतिनिधि अपेक्षित पहल कर रहे हैं। उन्होंने कहा कि नगर पंचायत में स्ट्रीट लाइट की खरीद, सीएमओ पर लगाए गए डीजल अफरा तफरी के आरोप तथा परिषद बैठक पंजी में कथित कूटरचना कर प्रतीक्षा बस स्टैंड में अतिक्रमण हटाने की कार्रवाई से जुड़े मामलों में अध्यक्ष द्वारा शिकायत की गई थीं। इन मामलों में अब तक अपेक्षित कार्रवाई नहीं होने से प्रशासन की कार्यप्रणाली पर सवाल खड़े हो रहे हैं। पार्षद का दावा है कि डीजल अफरा तफरी के मामले में आरोप प्रमाणित होने के बावजूद संबंधित सीएमओ के विरुद्ध अब तक कोई ठोस कार्रवाई नहीं की गई है। पार्षद विश्वास कुमार गुप्ता ने कहा कि यदि नगर पंचायत अध्यक्ष अपने ही कार्यकाल में शिकायतों का समाधान कराने में सफल नहीं हो पा रहे हैं, तो उन्हें नैतिक जिम्मेदारी लेते हुए अपने पद से इस्तीफा देना चाहिए।

मध्यान भोजन बनाने वाली रसोइयों का हुआ एक दिवसीय प्रशिक्षण

सेदम। बतौली के स्कूलों में कार्यरत 234 रसोइयों को एक दिवसीय कार्यक्रम बीआरसी भवन के सभाकक्ष में संपन्न हुआ। प्रशिक्षण में रसोइयों को मध्यान भोजन बनाने का उचित मार्गदर्शन दिया गया है साथ ही सख्त हिदायत दी गई कि भोजन बनाते वक्त लापरवाही बर्दाश्त नहीं की जाएगी। बतौली के स्कूलों में कार्यरत रसोइयों को मध्यान भोजन बनाने के संबंध में उचित मार्गदर्शन विकास खंड शिक्षा अधिकारी शरदचंद्र मेस्पाल एवं विकास खंड परियोजना अधिकारी उमेश गुप्ता द्वारा दिया गया। इस दौरान मध्यान भोजन बनाने वाली रसोईयों को विद्यालय में बच्चों की संख्या अधिक होने पर एलपीजी गैस शुरुआत करने भी प्रेरित किया है। प्रशिक्षण में मौजूद रसोइयों को प्रतिदिन स्कूल आने से पहले स्वयं की साफ सफाई, रसोई घर के आस पास की साफ सफाई, भोजन बनाने के पूर्व बर्तन की अच्छे से साफ सफाई ,मसालों के डिब्बों की साफ सफाई के साथ उचित रखरखाव संबंधी जानकारी दी गई है। प्रशिक्षण में रसोइयों को बताया गया कि बच्चों को गर्म एवं पौष्टिक भोजन खिलाएं साथ ही भोजन खिलाने के समय बच्चों को टाट पट्टी या ब्रेंच में बैठा कर ही भोजन परोसें। प्राथमिक विद्यालय एवं माध्यमिक विद्यालय में बनने वाले मध्यान्ह भोजन प्रतिदिन मीनू के अनुसार बनाने, फोर्टिफाइड चावल की गुणवत्ता उसकी साफ सफाई एवं पकाने के संबंध में संपूर्ण जानकारी रसोइयों को बताई गई है।

11 करोड़ की लागत से बन रही सड़क

गुणवत्ताहीन सड़क निर्माण पर ग्रामीणों में भारी आक्रोश, कलेक्टर से शिकायत

हरिभूमि न्यूज ⏭ प्रतापपुर

प्रधानमंत्री ग्राम सड़क योजना के तहत निर्माणाधीन 11 करोड़ रुपए के लागत से बनने वाली सड़क चंदौरा–जजावल डामरीकरण सड़क की गुणवत्ताहीन बनने पर क्षेत्र के ग्रामीणों में भारी आक्रोश है। ग्रामीणों ने सड़क की गुणवत्ता की जांच व कार्रवाई किए जाने की मांग को लेकर कलेक्टर से शिकायत किया है।

खास बात
- बनने के बाद उखड़ रही सड़क, ग्रामीणों की जांच करने की मांग

ग्रामीणों का आरोप है कि निर्माणाधीन सड़क की डामर परत निर्धारित गुणवत्ता के अनुरूप नहीं है तथा सड़क का नीचे का बेस काफी गुणवत्ता विहीन है। सड़क निर्माण के बाद मोटी मोटी डामर की परत उखड़ रही है जगह-जगह दब गया है। ऐसे में सड़क बनने के बाद अब जर्जर होने लगी है। स्थानीय ग्रामीणों के अनुसार सड़क का निर्माण कार्य पूर्ण होने से पहले ही डामर की ऊपरी परत हाथों से उखड़ रही है। जिसका ग्रामीणों द्वारा वीडियो भी बनाया गया है और सड़क की गुणवत्ता को लेकर सोशल मीडिया में वायरल कर रहे है। ग्रामीणों का कहना है कि ठेकेदार और प्रधानमंत्री सड़क योजना के अधिकारियों की मिलीभगत के वजह से ग्रामीण क्षेत्र में इस तरह का भारी भ्रष्टाचार किया जा रहा है। चंदौरा, चिकनी, जजावल, लांजित सहित आसपास के कई गांवों को जोड़ने वाला यह प्रमुख संपर्क मार्ग है और प्रतिदिन यात्री बसों सहित बड़ी संख्या में छोटे-बड़े वाहनों का आवागमन होता है। ऐसे में निर्माण कार्य में निर्धारित तकनीकी मानकों का पालन नहीं किया गया तो सड़क के अल्प समय में क्षतिग्रस्त हो जाएगी। शिकायत में निर्माण कार्य की स्वतंत्र एवं उच्चस्तरीय तकनीकी जांच कराने, डामर, गिट्टी, बेस लेयर सहित निर्माण सामग्री की मान्यता प्राप्त प्रयोगशाला से जांच कराने, आवश्यकतानुसार जांच पूर्ण होने तक भुगतान एवं निर्माण कार्य पर रोक लगाने पर विचार करने तथा अनियमितता पाए जाने पर संबंधित ठेकेदार, अभियंताओं एवं जिम्मेदार अधिकारियों के विरुद्ध नियमानुसार कार्रवाई की मांग की गई है।

रोकेंगे भुगतान

सड़क निर्माण में लापरवाही बरतने तथा गुणवत्ता हीन कार्य होने की शिकायत लगातार मिल रही है। कड़ी कार्रवाई एवं गुणवत्ता के लिए अधिकारियों को निर्देशित किया गया है। साथ ही भुगतान रोकने के भी कार्रवाई की जाएगी।
-रैना जमील, कलेक्टर सूरजपुर

गुणवत्ता से समझौता नहीं

सड़क मरम्मत की मांग 2 दशकों से अधिक समय से ग्रामीणों द्वारा की जा रही थी। बड़ी मेहनत करके प्रधानमंत्री सड़क योजना के तहत यह सड़क निर्माण 11 करोड़ रुपए की कराई जा रही है। गुणवत्ता में लापरवाही की शिकायत लगातार प्राप्त हो रही है। गुणवत्ता से किसी प्रकार का समझौता नहीं किया जाएगा।
-शकुंतला सिंह पोर्ते, विधायक

बरियों प्राथमिक स्वास्थ्य केंद्र को 20 बिस्तरीय अस्पताल बनाने की मांग

राजपुर। बलरामपुर जिले के राजपुर विकासखंड अंतर्गत बरियों प्राथमिक स्वास्थ्य केंद्र को 20 बिस्तरीय अस्पताल में उन्नयन किए जाने की मांग तेज हो गई है। भाजपा मंडल बरियों के अध्यक्ष जितेंद्र जायसवाल ने सरगुजा सांसद चिंतामणि महाराज को ज्ञापन सौंपकर मांग की है। ज्ञापन में बताया गया है कि बरियों प्राथमिक स्वास्थ्य केंद्र के करीब 20 गांवों के लोगों के लिए प्रमुख स्वास्थ्य केंद्र है। यह केंद्र राष्ट्रीय राजमार्ग-343 पर स्थित होने के कारण सड़क दुर्घटनाओं में घायल होने वाले मरीजों का भी प्रमुख उपचार केंद्र बन गया है। यहां प्रतिदिन लगभग 150 ओपीडी और 40 आईपीडी मरीज उपचार के लिए पहुंचते हैं, जिससे स्वास्थ्य केंद्र पर लगातार मरीजों

का दबाव बना रहता है। जितेंद्र जायसवाल ने कहा कि मरीजों की बढ़ती संख्या के बावजूद स्वास्थ्य केंद्र में पर्याप्त बिस्तर, संसाधन और विशेषज्ञ कर्मचारियों का अभाव है। सीमित सुविधाओं के कारण गंभीर मरीजों को उच्च स्वास्थ्य केंद्रों के लिए रेफर करना पड़ता है, जिससे उन्हें समय और आर्थिक दोनों तरह की परेशानी का सामना करना पड़ता है। उन्होंने सांसद से मांग की है कि बरियों प्राथमिक स्वास्थ्य केंद्र को शीघ्र 20 बिस्तरीय अस्पताल में उन्नत किया जाए तथा आवश्यक चिकित्सक, नर्सिंग स्टाफ, तकनीकी कर्मचारी, चिकित्सा उपकरण और अन्य मूलभूत सुविधाएं उपलब्ध कराई जाएं। इससे क्षेत्र के हजारों ग्रामीणों को बेहतर स्वास्थ्य सेवाएं स्थानीय स्तर पर मिल सकेंगी और दुर्घटना पीड़ितों सहित गंभीर मरीजों का समय पर उपचार संभव हो सकेगा।

एसईसीएल कॉलोनियों में आवारा कुत्तों से बचाव के लिए बनेगी विशेष कार्ययोजना

हरिभूमि न्यूज ⏭ बिश्रामपुर

■ एसईसीएल मुख्यालय बिलासपुर से आदेश जारी

आवारा कुत्तों के बढ़ते हमलों और इससे बच्चों की सुरक्षा को लेकर सुप्रीम कोर्ट की सख्ती के बाद एसईसीएल ने अपनी सभी कॉलोनियों में व्यापक सुरक्षा और प्रबंधन अभियान शुरू करने का निर्णय लिया है। एसईसीएल मुख्यालय द्वारा 15 जुलाई को जारी आदेश के तहत सभी क्षेत्रों में तत्काल प्रभाव से विशेष कार्ययोजना लागू करने के निर्देश दिए गए हैं।

यह आदेश भारत सरकार के स्वास्थ्य एवं परिवार कल्याण मंत्रालय द्वारा सुप्रीम कोर्ट की संज्ञान याचिका के संबंध में जारी दिशा-निर्देशों के अनुरूप जारी किया गया है। इसका उद्देश्य एसईसीएल कॉलोनियों में रहने वाले कर्मचारियों, उनके परिवारों और विशेष रूप से बच्चों की सुरक्षा सुनिश्चित करना है। आदेश के अनुसार एसईसीएल के सभी क्षेत्रों के टाउन एडमिनिस्ट्रेशन टीए प्रभारी, मुख्यालय सहित, अपने-अपने क्षेत्र के नोडल अधिकारी होंगे। इनकी जिम्मेदारी स्थानीय नगर पंचायत एवं जिला प्रशासन के साथ समन्वय स्थापित कर आवारा कुत्तों के नियंत्रण और सुरक्षा उपायों को प्रभावी ढंग से लागू कराना होगी। साथ ही सभी कार्यों का रिकॉर्ड तैयार कर मुख्यालय को नियमित रिपोर्ट भेजनी होगी। एसईसीएल ने स्थानीय प्रशासन के सहयोग से कॉलोनियों में एनिमल बर्थ कंट्रोल यानी आवारा कुत्तों की नसबंदी तथा एंटी रेबीज टीकाकरण अभियान चलाने का निर्णय लिया है। इससे कुत्तों की अनियंत्रित संख्या पर रोक लगाने और रेबीज जैसी घातक बीमारी के खतरे को कम करने का प्रयास किया जाएगा। आदेश में स्पष्ट किया गया है कि आवारा कुत्तों के लिए निर्धारित फीडिंग जोन बनाए जाएंगे। ये स्थान आवासीय कॉलोनियों, स्कूलों, खेल मैदानों और अधिक आवाजाही वाले क्षेत्रों से दूर होंगे, ताकि बच्चों और आम नागरिकों के साथ कुत्तों का अनावश्यक संपर्क कम हो तथा उनके आक्रामक व्यवहार की संभावना घटे। एसईसीएल कॉलोनियों में विशेष जागरूकता अभियान भी चलाए जाएंगे। इनमें लोगों, खासकर बच्चों को बताया जाएगा कि आवारा कुत्तों के आसपास किस प्रकार व्यवहार करना चाहिए, उन्हें उकसाने या पत्थर मारने जैसी हरकतों से कैसे बचना चाहिए तथा कुत्ते के काटने की स्थिति में तत्काल प्राथमिक उपचार और चिकित्सकीय सहायता कैसे प्राप्त करनी चाहिए।आदेश में कहा गया है कि कॉलोनियों, कैंटीनों, बाजारों और घरों से निकलने वाले जैविक एवं खाद्य अपशिष्ट का वैज्ञानिक तरीके से निपटान सुनिश्चित किया जाए। खुले में पड़ा खाद्य कचरा आवारा कुत्तों को आकर्षित करता है, इसलिए प्रभावी कचरा प्रबंधन को इस अभियान का महत्वपूर्ण हिस्सा बनाया गया है। एसईसीएल ने अपने सभी अस्पतालों और डिस्पेंसरी में एंटी रेबीज वैक्सीन तथा रेबीज इम्युनोग्लोब्युलिन की पर्याप्त उपलब्धता सुनिश्चित करने के निर्देश दिए हैं, ताकि किसी भी आपात स्थिति में प्रभावित व्यक्ति को तुरंत उपचार मिल सके। सुप्रीम कोर्ट और स्वास्थ्य मंत्रालय के निर्देशों के पालन के लिए प्रत्येक क्षेत्र के नोडल अधिकारी निर्धारित प्रारूप में सभी जानकारियां संकलित करेंगे। इन रिपोर्टों को समय-समय पर एसईसीएल मुख्यालय बिलासपुर भेजा जाएगा, जिससे उच्च अधिकारियों को पूरे अभियान की प्रगति की जानकारी मिलती रहे।

न्यायालय अपर कलेक्टर एवं विशेष विवाह अधिकारी, जिला-सूरजपुर (छ.ग.)
प्रकरण क्रमांक- 202606260200016/ब-121/2025-26
सूरजपुर, दिनांक- 19.06.2026

// इश्तहार //

क्रमांक / 288 / वाचक / 2026 :- आवेदक सचिन कुमार सिंह आ. स्व. रामबरन सिंह, उम्र 29 वर्ष, जाति राजपूत, निवासी वार्ड नं. 15, स्वामी विवेकानंद स्कूल के पास बिश्रामपुर, तहसील लटोरी, जिला-सूरजपुर (छ.ग.) एवं आवेदिका पूजा सिंह आ.कन्नीलाल, उम्र 27 वर्ष, निवासी वार्ड क्रमांक 01, मिश्रागली सूरजपुर, तहसील सूरजपुर, जिला-सूरजपुर (छ.ग.) के द्वारा विशेष विवाह अधिनियम 1954 की धारा 15 के तहत आवेदन पत्र मय शपथ पत्र, चालान, उम्र सत्यापन हेतु आधार कार्ड की प्रति, अंकसूची की प्रति प्रस्तुत किया गया है, जिसके संबंध में प्रकरण विचाराधीन लंबित है।

अतः इस संबंध में जिस किसी व्यक्ति को कोई दावा/आपत्ति हो तो वे स्वयं अथवा अपने अभिभावक के माध्यम से इस न्यायालय में दिनांक- 22.07.2026 को दिन के 02:00 बजे उपस्थित होकर दावा / आपत्ति प्रस्तुत कर सकते हैं। नियत तिथि अवसान पश्चात प्राप्त दावा/ आपत्ति पर कोई विचार नहीं किया जायेगा।

आज दिनांक- 19.06.2026 को मेरे हस्ताक्षर एवं न्यायालय की पदमुद्रा सहित इश्तहार जारी किया गया।

अपर कलेक्टर
एवं विशेष विवाह अधिकारी
जिला-सूरजपुर (छ.ग.)

नाम परिवर्तन सूचना

मैं चेतन लाल आ धरमू राम, उम्र 40 वर्ष, निवासी ग्राम मामूलीपारा, वार्ड नम्बर 10 छुरा, तह. छुरा जिला गरियाबंद छ.ग. मैं शपथपूर्वक कथन करता हूं कि मैं ग्राम मामूलीपारा वार्ड नम्बर 10 छुरा, तह. छुरा जिला गरियाबंद छ.ग. का स्थायी निवासी हूँ। मैं अपने नाबालिक पुत्र का पुराना नाम भेवेन्द्र सिंह (BHEVENDRA SINGH) से बदलकर भेवेन्द्र सिंह ओगारे (BHEVENDRA SINGH OGARE) करवाना चाहता हूँ। मैं अपने पुत्र नाम बदलकर, यदि कोई गैर कानूनी काम करता हूँ तो उसके लिए स्वंय जिम्मेदार रहूँगा। मेरे पत्नी श्रीमती डिगेश्वरी ओगारे को हमारे नाबालिक पुत्र के नाम बदलने में कोई आपत्ति नहीं है। मैं यह शपथ पत्र अपने पूरे होशों हवास में रहकर हस्ताक्षर कर रहा हूँ तथा समक्ष प्राधिकारी के समक्ष प्रस्तुत कर रहा हूँ।

जिस हेतु मैं स्वयं का शपथ पत्र निष्पादित कर रहा हूं।

भवदीय
चेतन लाल
आ. धरमू राम
निवासी- ग्राम ग्राम मामूलीपारा, वार्ड नम्बर 10 छुरा, तह. छुरा जिला गरियाबंद छ.ग.

नाम परिवर्तन सूचना

मैं, चेतन लाल आ. धरमू राम, उम्र 40 वर्ष, निवासी ग्राम मामूलीपारा वार्ड नंबर 10 छुरा, तह. छुरा जिला गरियाबंद छ.ग. मैं शपथपूर्वक कथन करता हूं कि मैं ग्राम मामूलीपारा वार्ड नंबर 10 छुरा, तह. छुरा जिला गरियाबंद छ.ग. का स्थायी निवासी हूँ। मैं अपने नाबालिग पुत्र का पुराना नाम सागर सिंह ओगरे (SAGR SINGH OGRE) से बदलकर सागर सिंह ओगरे (SAGAR SINGH OGARE) करवाना चाहता हूँ। मैं अपने पुत्र नाम बदलकर, यदि कोई गैर कानूनी काम करता हूँ तो उसके लिए स्वयं जिम्मेदार रहूँगा। मेरे पत्नी श्रीमती ईश्वरी ओगरे को हमारे नाबालिग पुत्र के नाम बदलने में, कोई आपत्ति नहीं है। मैं यह शपथ पत्र अपने पूरे होशों हवास में रहकर हस्ताक्षर कर रहा हूँ तथा समक्ष प्राधिकारी के समक्ष प्रस्तुत कर रहा हूँ।

जिस हेतु मैं स्वयं का शपथ पत्र निष्पादित कर रहा हूं।

भवदीय
चेतन लाल
आ. धरमू राम
निवासी- ग्राम ग्राम मामूलीपारा, वार्ड नम्बर 10 छुरा, तह. छुरा जिला गरियाबंद छ.ग.

न्यायालय तहसीलदार अम्बिकापुर जिला-सरगुजा (छ.ग.)
रा.प्र.क्र. /ब-121/2025-26

ईश्तहार

एतद् द्वारा सर्व साधारण को सूचित किया जाता है कि आवेदक मेसर्स इस्टेट बिल्डकॉन द्वारा डायरेक्टर सुनील कुमार सिन्हा आ.स्व. जमुना प्रसाद सिन्हा जाति कायस्थ निवासी मोहल्ला मायापुर थाना व तहसील अम्बिकापुर जिला सरगुजा छ.ग. के द्वारा अपने स्वामित्व एवं आधिपत्य की भूमि ग्राम फुन्दुरडिहारी स्थित भूमि खसरा नंबर 15/2 रकबा 0.355 हे. मेसे 1080 वर्गफीट भूमि एवं उस पर निर्मित मकान को अनावेदक राहुल कुमार पाण्डेय आ.विश्वेश्वर पाण्डेय निवासी वार्ड नंबर-14 भटगांव कॉलोनी सूरजपुर छ.ग. के पास निजी कार्य हेतु रूपयो की आवश्यकता होने के कारण अंकन राशि 44,00,000/- मे सौदा तय कर बिक्री अनुमति हेतु आवेदन पत्र श्रीमान कलेक्टर महोदय सरगुजा के समक्ष प्रस्तुत किया गया है, जो जांच एवं प्रतिवेदनार्थ इस न्यायालय को प्राप्त हुआ है। उक्त संबंध में यदि किसी व्यक्ति अथवा संस्था को कोई आपत्ति हो तो सुनवाई दिनांक 10.08.2026 के पूर्व स्वयं अथवा अपने प्रतिनिधि अथवा अभिभाषक के माध्यम से इस न्यायालय में उपस्थित होकर अपना दावा-आपत्ति प्रस्तुत कर सकते है। समय-सीमा के बाद प्राप्त दावा-आपत्ति पर कोई विचार नहीं किया जावेगा।

आज दिनांक – 14/07/2026 को मेरे हस्ताक्षर एवं न्यायालीन पदमुद्रा से जारी।

तहसीलदार
अम्बिकापुर, सरगुजा

न्यायालय तहसीलदार अम्बिकापुर जिला-सरगुजा (छ.ग.)
रा.प्र.क्र. /ब-121/2025-26

ईश्तहार

एतद् द्वारा सर्व साधारण को सूचित किया जाता है कि आवेदक जितेन्द्र कुमार जैन आ.स्व. सुभाषचंद्र जैन निवासी खरसिया रोड अम्बिकापुर वर्तमान निवासी टिटलागढ़ द्वारा मुख्तार खास सरला अग्रवाल पत्नी संजय अग्रवाल पिता स्व.सुभाषचंद्र जैन निवासी अग्रसेन वार्ड अम्बिकापुर तहसील अम्बिकापुर जिला सरगुजा छ.ग. के द्वारा अपने स्वामित्व एवं आधिपत्य की भूमि ग्राम अम्बिकापुर स्थित भूमि खसरा नंबर 4402/4 रकबा 0.027 हे.भूमि को अनावेदक रेसू अग्रवाल पति नवीन अग्रवाल निवासी खरसिया नाका ग्रीन पार्क कॉलोनी अम्बिकापुर तहसील अम्बिकापुर जिला सरगुजा छ.ग. के पास निजी कार्य हेतु रूपयो की आवश्यकता होने के कारण अंकन राशि 18,00.000/- में सौदा तय कर बिक्री अनुमति हेतु आवेदन पत्र श्रीमान कलेक्टर महोदय सरगुजा के समक्ष प्रस्तुत किया गया है, जो जांच एवं प्रतिवेदनार्थ इस न्यायालय को प्राप्त हुआ है। उक्त संबंध में यदि किसी व्यक्ति अथवा संस्था को कोई आपत्ति हो तो सुनवाई दिनांक 10.08.2026 के पूर्व स्वयं अथवा अपने प्रतिनिधि अथवा अभिषाक के माध्यम से इस न्यायालय में उपस्थित होकर अपना दावा-आपत्ति प्रस्तुत कर सकते है। समय-सीमा के बाद प्राप्त दावा-आपत्ति पर कोई विचार नहीं किया जावेगा।

आज दिनांक 14/07/2026 को मेरे हस्ताक्षर एवं न्यायालीन पदमुद्रा से जारी।

तहसीलदार
अम्बिकापुर, सरगुजा

न्यायालय तहसीलदार अम्बिकापुर जिला-सरगुजा (छ.ग.)
रा.प्र.क्र. /ब-121/2025-26

ईश्तहार

एतद् द्वारा सर्व साधारण को सूचित किया जाता है कि आवेदक शारदा अग्रवाल पत्नी ओ.पी. अग्रवाल निवासी बसंतलाल मार्ग अम्बिकापुर तहसील अम्बिकापुर जिला सरगुजा छ.ग. के द्वारा अपने स्वामित्व एवं आधिपत्य की भूमि ग्राम अम्बिकापुर स्थित भूमि खसरा नंबर 4557/55 रकबा 0.011 हे.भूमि एवं उस पर निर्मित मकान को अनावेदक पूजा अग्रवाल पत्नी विश्वास कुमार अग्रवाल निवासी सी.ई.-21 वसुधरा कुण्डला सिटी, अम्बिकापुर तहसील अम्बिकापुर जिला सरगुजा छ.ग. के पास निजी कार्य हेतु रूपयो की आवश्यकता होने के कारण अंकन राशि 48,00,000/- में सौदा तय कर बिक्री अनुमति हेतु आवेदन पत्र श्रीमान कलेक्टर महोदय सरगुजा के समक्ष प्रस्तुत किया गया है, जो जांच एवं प्रतिवेदनार्थ इस न्यायालय को प्राप्त हुआ है। उक्त संबंध में यदि किसी व्यक्ति अथवा संस्था कोई आपत्ति हो तो सुनवाई दिनांक 10.08.2026 के पूर्व स्वयं अथवा अपने प्रतिनिधि अथवा अभिषाक के माध्यम से इस न्यायालय में उपस्थित होकर अपना दावा-आपत्ति प्रस्तुत कर सकते है। समय-सीमा के बाद प्राप्त दावा-आपत्ति पर कोई विचार नहीं किया जावेंगा।

आज दिनांक- 14/07/2026 को मेरे हस्ताक्षर एवं न्यायालीन पदमुद्रा से जारी।

तहसीलदार
अम्बिकापुर, सरगुजा

न्यायालय तहसीलदार अम्बिकापुर जिला-सरगुजा (छ.ग.)
रा.प्र.क्र. /ब-121/2025-26

ईश्तहार

एतद् द्वारा सर्व साधारण को सूचित किया जाता है कि आवेदक हरमीत कौर पत्नी मंजीत सिंह छाबड़ा वअ न्य निवासी कुण्डला सिटी, अग्रसेन वार्ड मकान नंबर बीडब्ल्यू-7 अम्बिकापुर तहसील अम्बिकापुर जिला सरगुजा छ.ग. के द्वारा अपने स्वामित्व एवं आधिपत्य की भूमि ग्राम अम्बिकापुर स्थित भूमि खसरा नंबर 4557/41 रकबा 0.018 हे.भूमि एवं उस पर निर्मित मकान को अनावेदक सुनील कुमार अग्रवाल आ.स्व. किशोरी लाल अग्रवाल निवासी कुण्डला सिटी अम्बिकापुर तहसील अम्बिकापुर जिला सरगुजा छ.ग. के पास निजी कार्य हेतु रूपयों की आवश्यकता होने के कारण अंकन राशि 60,00,000/- मे सौदा तय कर बिक्री अनुमति हेतु आवेदन पत्र श्रीमान कलेक्टर महोदय सरगुजा के समक्ष प्रस्तुत किया गया है, जो जांच एवं प्रतिवेदनार्थ इस न्यायालय को प्राप्त हुआ है। उक्त संबंध में यदि किसी व्यक्ति अथवा संस्था को कोई आपत्ति हो तो सुनवाई दिनांक 10.08.2026 के पूर्व स्वयं अथवा अपने प्रतिनिधि अथवा अभिषाक के माध्यम से इस न्यायालय में उपस्थित होकर अपना दावा-आपत्ति प्रस्तुत कर सकते है। समय-सीमा के बाद प्राप्त दावा-आपत्ति पर कोई विचार नहीं किया जावेंगा।

आज दिनांक – 14/07/2026 को मेरे हस्ताक्षर एवं न्यायालीन पदमुद्रा से जारी।

तहसीलदार
अम्बिकापुर, सरगुजा

न्यायालय तहसीलदार अम्बिकापुर जिला-सरगुजा (छ.ग.)
रा.प्र.क्र. /ब-121/2025-26

ईश्तहार

एतद् द्वारा सर्व साधारण को सूचित किया जाता है कि आवेदक मेसर्स इस्टेट बिल्डकॉन द्वारा डायरेक्टर सुनील कुमार सिन्हा आ.स्व. जमुना प्रसाद सिन्हा जाति कायस्थ निवासी मोहल्ला मायापुर थाना व तहसील अम्बिकापुर जिला सरगुजा छ.ग. के द्वारा अपने स्वामित्व एवं आधिपत्य की भूमि ग्राम फुन्दुरडिहारी स्थित भूमि खसरा नंबर 15/2 रकबा 0.355 हे. मेसे 1080 वर्गफीट भूमि एवं उस पर निर्मित मकान को अनावेदक चंदन कुमार आ.अजीत कुमार व अन्य निवासी वार्ड नंबर 12 इमलीपारा भटगांव तहसील भटगांव जिला सूरजपुर छ.ग. के पास निजी कार्य हेतु रूपयो की आवश्यकता होने के कारण अंकन राशि 65,00,000/- में सौदा तय कर बिक्री अनुमति हेतु आवेदन पत्र श्रीमान कलेक्टर महोदय सरगुजा के समक्ष प्रस्तुत किया गया है, जो जांच एवं प्रतिवेदनार्थ इस न्यायालय को प्राप्त हुआ है। उक्त संबंध में यदि किसी व्यक्ति अथवा संस्था को कोई आपत्ति हो तो सुनवाई दिनांक 10.08.2026 के पूर्व स्वयं अथवा अपने प्रतिनिधि अथवा अभिषाक के माध्यम से इस न्यायालय में उपस्थित होकर अपना दावा-आपत्ति प्रस्तुत कर सकते है। समय-सीमा के बाद प्राप्त दावा आपत्ति पर कोई विचार नहीं किया जावेगा।

आज दिनांकः-14/07/2026 को मेरे हस्ताक्षर एवं न्यायालीन पदमुद्रा से जारी।

तहसीलदार
अम्बिकापुर, सरगुजा

TOP IN SURGUJA
GURUKRIPA COLLEGE ADMISSION GUIDENS 2026-27 SC/ST/OBC FEE Discount 20%

SN.	Cours	Duration	Qualification
1.	BMLT (बेचलर ऑफ मेडिकल लैब टेक्नीसियन)	3 Year	12th Bio
2	DMLT (डिप्लोमा इन मेडिकल लैब टेक्नीसियन)	2 Year	12th Bio
3.	B.Sc Nursing (बेचलर ऑफ साइंस)	4 Year	12th Bio
4.	OT (ऑपरेशन थियेटर असिस्टेंट)	2 Year	12th Bio
5.	B. PHARMA, D. PHARMA (डिप्लोमा इन फार्मेसी)	4 & 2 Year	12th Bio & Maths

Kamla Complex, Nehru Chowk, Bilaspur 07752-796378, 9329528463, 9329536742

हमारी सेवाएं: गर्भावस्था की सम्पूर्ण देखभाल, सुरक्षित प्रसव सुविधा, बांझपन परामर्श एवं उपचार, पीसीओडी/पीसीओएस उपचार
गायत्री हॉस्पिटल MULTISPECIALITY HOSPITAL CREATING HEALTHY TOMORROW
CGHS से मान्यता प्राप्त
बनारस रोड, पी.जी. कॉलेज मैदान के सामने, अम्बिकापुर (छ.ग.)
9424250281 | 8120906000 | 8120809000
समय :- सुबह 11:00 बजे से शाम 05 बजे तक
अब महिलाओं की हर समस्या का सम्पूर्ण समाधान !
स्त्री एवं प्रसूति रोग विशेषज्ञ की सम्पूर्ण सुविधाएं उपलब्ध
DR. SONAL DUBEY MBBS, MS (OBSTETRICS & GYNAECOLOGY) LAPAROSCOPIC SURGEON

DR. ABHIMANYU'S AYURVEDA MULTISPECIALITY HOSPITAL
छत्तीसगढ़ का प्रथम 20 बिस्तरीय हॉस्पिटल जो की पूर्ण रूप से आयुर्वेदिक उपचार को समर्पित
समस्त रोगों का आयुर्वेदिक पद्धति द्वारा इलाज
सेक्टर -7 B कमल विहार, रायपुर (छ.ग.) | सिटी सेंटर- कृष्णा टॉकीज के सामने, समता कॉलोनी रायपुर (छ.ग.) 9826446666 | मिलाई सेन्टर- नेहरू नगर (पूर्व), एसबीआई बैंक के पास, भिलाई (छ.ग.) 95224 66605
95224-66664, 62622-22003

भास्कर आई केयर
कालामोतिया नजर चुराता है और दर्द भी नहीं होता!
प्रदेश के प्रसिद्ध ग्लूकोमा विशेषज्ञ द्वारा सम्पूर्ण कालामोतिया जांच एवं उपचार
डॉ. दिलीप लालवानी नेत्र रोग विशेषज्ञ
लेजर एवं बिना टांकों की ग्लूकोमा MIGS सर्जरी • आंखों की सूखती नस का इलाज
EYE PRESSURE (IOP) • GONIOSCOPY • OCT & FIELD TEST
07714024989 | 9329124989

एडवांस्ड यूरोलॉजी सेवाएं अब गावरी नर्सिंग होम में
मूत्र रोग एवं सर्जरी • किडनी की पथरी का संपूर्ण इलाज • प्रोस्टेट का संपूर्ण इलाज • यौन संबंधी समस्याएं • महिलाओं में पेशाब लीक की समस्याएं
फाफाडीह, टिम्बर मार्केट रोड, रायपुर
9827144197, 9827144777
DR. ABHISHEK GAWRI MBBS, MS (Surgery), DrNB (Urology) Consultant Urologist Andrologist & Reconstructive Surgery
आयुष्मान कार्ड की सुविधा उपलब्ध

सरगुजा मार्केट

डॉ. कल्पना दाश M.B.B.S, MD., DM (ENDO) अपोलो डायबिटिक हास्पिटल, रायपुर
मधुमेह (शुगर), ब्लड प्रेशर, थाईराईड, हार्मोन एवं फर्टिलिटी संबंधी जॉच एवं उपचार हेतु।
डॉ. प्रसून सागर M.B.B.S, MD, DM (Cardiology) पूर्व कंसल्टेंट इंटरवेंशनल कार्डियोलॉजिस्ट, मैक्स हॉस्पिटल, दिल्ली
धड़कन बढ़ना,उत्तेजना, हृदय की व्याकुलताव घुटन हृदय रोग से संबंधित सभी रोगों के लिए
दिनांक - 19 जुलाई 2026, दिन -रविवार समय - सुबह 10 बजे से 3 बजे तक
निशांत मेडिकोज देवीगंज रोड अम्बिकापुर सरगुजा (छ.ग.) पंजीयन हेतु फोन नं.- 7354260555

सरगुजा के सर्वप्रथम स्पाईन एवं ब्रेन विशेषज्ञ
डॉ.अमित मुखर्जी M.S.Mch Neuro Mumbai श्री अमृतम सुपरस्पेशलिटी हॉस्पिटल, रायपुर
लकवा, मिर्गी, झटका, सिरदर्द, पीठ, कमर, गर्दन दर्द, माइग्रेन, रीढ़ की हड्डी की चोट, सिर की चोट, हाथ-पैर की झुनझुनी एवं कमजोरी, टी.बी, ब्रेन एवं स्पाईन की बीमारी के उपचार के लिए
दिनांक - 26 जुलाई 2026, दिन - रविवार
नोट- डॉक्टर चौथे रविवार को उपलब्ध रहेंगे
सम्पर्क विद्या डायग्नोस्टिक एण्ड सुपर स्पेशलिटी सेंटर पारस हाइट्स गेहूंबाड़ी, सीएमओ ऑफिस के पास दर्रीपारा अम्बिकापुर, छ.ग. मो :- 7587722255

THE LOTUS CONSULTANCY JABALPUR
INVITES YOU ALL FOR 2026-27
LOW PACKAGE/MERIT / MANAGEMENT/NRI
MBBS | BDS | MS | MD | BE | B.TECH
ADMISSION STARTED
COLLEGES COUNSELLING • DEEMED COLLEGE COUNSELLING • STATE PVT./ GOVT. COLLEGES • FORM FILLUP ASSISTANCE • LOW PACKAGE
CG, MP, UP, BIHAR, KARNATAKA, CHENNAI MAHARASHTRA, DELHI, HARYANA, UTTARAKHAND, etc..
100% Admission Assistance | Available On Sunday in Ambikapur | CALL FOR PERSONAL GUIDANCE ANU SHARMA 9109920477

गुप्त रोग का 100% शर्तिया ईलाज
गुप्त रोग, नामर्दी, नपुंसकता, शीघ्रपतन, स्वप्नदोष, धातु गिरना, जलन, छोटापन, टेढ़ापन, सिपलिस गनौरिया सभी प्रकार के गुप्त रोगों की आयुर्वेदिक दवा द्वारा शर्तिया ईलाज किया जाता है ।
लिंग वर्धक यंत्र भी उपलब्ध
बिना आपरेशन के अण्डकोष, बवासीर, भगंदर का गारंटी के साथ आयुर्वेदिक दवा द्वारा ईलाज
25 साल से स्थायी
संपर्क - विश्वास औषधालय बिलासपुर रोड, लक्ष्मीपुर शास.स्कूल के पास अम्बिकापुर- मोबा. 7898942870
समय- सुबह 8 बजे से रात्रि 8 बजे तक

आप परेशान क्यों हैं ?
वारसी शिफा
खाना रूहानी जड़ी-बूटी द्वारा ईलाज
अगर दवा काम नहीं करती तो आज ही मिलिए हकीमुल्क जनाब वारसी साहब के साहबजादे से अपने वालिद से 35 वर्षों का अनुभव प्राप्त कर कई सालों से सेवा देते आ रहे है अनेक बे औलादों को औलाद प्राप्त हुई किसी भी साया का बुरा असर भुत-प्रेत, पति-पत्नी के झगड़े, मोहब्बत, दिमागी परेशानी, कारोबार में बरकत के लिए, गर्भ न ठहरना, नामर्दगी, रूहानी एवं जड़ी-बूटी द्वारा
बीमारीयों से छुटकारा पाने के लिए मिलिए।
परामर्श शुल्क मात्र 500 रु.
मिलने का समयः- सुबह 09 बजे से 11 बजे तक
पता - वारसी मंजिल, महामाया प्रवेश द्वार, शहीद अब्दुल हमीद चौक वारसी नगर रिंग रोड अम्बिकापुर, जिला- सरगुजा (छ.ग.)
मो. 9753266386

खबर संक्षेप

नक्सलवाद को संरक्षण देने वाली कांग्रेस का असली चेहरा एक बार फिर बेनकाब : भाजपा

सूरजपुर। भारतीय जनता पार्टी अनुसूचित जनजाति मोर्चा के प्रदेश अध्यक्ष सत्यनारायण सिंह ने कांग्रेस विधायक अटल श्रीवास्तव द्वारा

दुर्दान्त और खूखार नक्सली कमाण्डर हिड़मा का महिमामण्डन किए जाने पर कड़ा प्रतिकार किया है। उन्होंने इसे छत्तीसगढ़ की शांति, लोकतंत्र और बस्तर में शहादत देने वाले वीर जवानों व निर्दोष आदिवासियों का घोर अपमान बताया और कांग्रेस विधायक से इस शर्मनाक कृत्य के लिए जनता और शहीदों के परिवारों से बिना शर्त माफी की मांग की है। भाजपा अनुसूचित जनजाति मोर्चा के प्रदेश अध्यक्ष सत्यनारायण सिंह ने कहा कि यह अत्यंत दुर्भाग्यजनक और निंदनीय है कि कांग्रेस के एक जिम्मेदार विधायक उस नक्सली हिड़मा की तुलना महान विभूतियों से कर रहे हैं, जो झीरम घाटी हमले, ताड़मेटला और बीजापुर-सुकमा के अनगिनत नक्सली हमलों का मास्टरमाइण्ड रहा है। हिड़मा ने छत्तीसगढ़ की धरती को वीर जवानों और निर्दोष आदिवासियों के खून से लाल किया है। ऐसे राष्ट्रविरोधी का महिमामण्डन करना कांग्रेस की विकृत और नक्सल-समर्थक सोच को उजागर करता है। उन्होंने कहा कि आज जब भाजपा सरकार बस्तर में विकास पहुंचा रही है और नक्सलियों को बैकफुट पर धकेल रही है, तब कांग्रेस नेताओं की यह छटपटाहट और नक्सलियों के प्रति हमदर्दी शर्मनाक रूप से सामने आ रही है। बस्तर के जिन परिवारों ने नक्सली हिंसा में अपनों को खोया है, कांग्रेस विधायक का यह बयान उनके जख्मों पर नमक छिड़कने जैसा है। यदि अटल श्रीवास्तव अविलम्ब और बिना शर्त सार्वजनिक रूप से माफी नहीं मांगते हैं, तो भाजपा उनके इस कृत्य के खिलाफ सड़क से लेकर सदन तक उग्र प्रदर्शन करेगी।

अग्रवाल महिला मंडल ने पोस्ट मैट्रिक बालक छात्रावास में किया पौधरोपण

सूरजपुर। समाज सेवी संस्था अग्रवाल महिला मंडल द्वारा अग्रसेन वार्ड स्थित पोस्ट मैट्रिक बालक छात्रावास में पौधारोपण किया गया। इस संबंध में छात्रावास अधीक्षक उत्तम धीरही ने बताया कि अग्रवाल महिला मंडल की अध्यक्ष श्रीमती लता गोयल के नेतृत्व में छात्रावास परिसर में पौधरोपण किया गया और छात्रों को दैनिक उपयोग की सामग्री का वितरण किया गया। इस दौरान अग्रवाल महिला मंडल की अध्यक्ष श्रीमती लता गोयल, मीरा अग्रवाल, संगीता अग्रवाल, सपना अग्रवाल, सोनू अग्रवाल, रेखा अग्रवाल, पिंकी अग्रवाल सहित अन्य सदस्य एवं छात्रावास के बच्चे उपस्थित रहे।

पौधरोपण कार्यक्रमः पर्यावरण संरक्षण की दिशा में एक सार्थक पहल

सोनगरा। पर्यावरण संरक्षण एवं हरित भविष्य के निर्माण के उद्देश्य से कृषि महाविद्यालय एवं बालक छात्रावास, लोलकी के संयुक्त तत्वावधान में संस्थान परिसर में पौधरोपण कार्यक्रम का आयोजन किया गया। कार्यक्रम का उद्देश्य विद्यार्थियों एवं समाज में पर्यावरण संरक्षण के प्रति जागरूकता बढ़ाना तथा वृक्षों के महत्व को जन-जन तक पहुंचाना था। कार्यक्रम के दौरान परिसर में विभिन्न प्रजातियों के छायादार, फलदार एवं औषधीय पौधों का रोपण किया गया। इस अवसर पर कृषि महाविद्यालय के अधिष्ठाता, प्राध्यापक, छात्रावास अधीक्षक, विद्यालय के शिक्षक, अधिकारी, कर्मचारी तथा महाविद्यालय एवं विद्यालय के छात्र-छात्राओं ने उत्साहपूर्वक भाग लेकर पौधारोपण किया। सभी ने वृक्षों को पृथ्वी का अमूल्य धरोहर बताते हुए अधिक से अधिक पौधे लगाने और उनकी सुरक्षा करने का संदेश दिया। कार्यक्रम के दौरान डॉ. पीएस राठिया ने बताया कि वर्तमान समय में बढ़ते पर्यावरण प्रदूषण, जलवायु परिवर्तन तथा वनों के निरंतर घटते क्षेत्रफल को देखते हुए पौध रोपण केवल एक औपचारिकता नहीं, बल्कि प्रत्येक नागरिक का नैतिक एवं सामाजिक दायित्व है। शिक्षक पंकज सिन्हा ने बताया कि भविष्य में भी ऐसे जन-जागरूकता कार्यक्रम नियमित रूप से आयोजित किए जाएंगे, ताकि अधिक से अधिक लोगों को पर्यावरण संरक्षण अभियान से जोड़ा जा सके।

ट्रक से मार्बल गिरने से तीन मजदूर घायल

अम्बिकापुर। चर्च रोड में मार्बल पत्थर उतारने के दौरान एक मार्बल गिरने से तीन मजदूर गंभीर रूप से घायल हो गए। घायलों को मेडिकल कॉलेज अस्पताल में भर्ती कराया गया है। जानकारी के अनुसार सलेहाडीह निवासी शिव मंगल राम पैकरा (40 वर्ष), तिलकनाथ पैकरा (22 वर्ष) व ग्राम कुडकैल निवासी विजय (22 वर्ष) सुबह चर्च रोड स्थित एक निर्माणाधीन भवन निर्माण के लिए मंगाए गए मार्बल पत्थर को ट्रक से उतार रहे थे। इस दौरान एक बड़ा पत्थर अचानक मजदूर पर गिर गया जिससे तीनों मजदूर गंभीर रूप से घायल हो गए। घटना को देख आसपास मौजूद लोगों ने तत्काल घायलों को मेडिकल कॉलेज अस्पताल में भर्ती कराया जहां मजदूरों का उपचार जारी है।

चार दिनों तक अच्छी वर्षा होने की संभावना

लो-प्रेशर के प्रभाव से मौसम हुआ अनुकूल, हुई 23.7 मिमी बारिश

हरिभूमि न्यूज ⏭ अम्बिकापुर

बंगाल की खाड़ी में कम दबाव का क्षेत्र विकसित होने के बाद मौसम बदल गया है। लो-प्रेशर के प्रभाव से आसमान पर बादलों का घनत्व बढ़ने के साथ ही सुबह शहर सहित आसपास के क्षेत्रों में वर्षा हुई। मौसम विज्ञानी आगामी तीन-चार दिनों तक वर्षा होने की अनुकूल परिस्थियां बनने एवं आगामी दिनों में अच्छी वर्षा होने की संभावना व्यक्त कर रहे हैं।

खास बात

- ठप पड़ी खेती किसानी में आएगी तेजी

बारिश के दौरान लबालब सड़क।

पिछले तीन-चार दिनों से वर्षा बंद होने के कारण तापमान में वृद्धि होने के साथ ही उमस बढ़ गई थी तथा धान की रोपाई लगभग ठप हो गई थी। स्थिति से किसान काफी चिंतित थे। बंगाल की खाड़ी में कम दबाव का क्षेत्र विकसित होने के कारण बुधवार को मौसम अनुकूल हो गया। बुधवार को आसमान पर बादलों का घनत्व बढ़ने के साथ ही शहर सहित आसपास के क्षेत्रों में मध्यम वर्षा हुई। इस दौरान दरिमा एवं लखनपुर सहित आसपास के क्षेत्रों में मूसलाधार वर्षा होने की सूचना है। दरिमा में मूसलाधार वर्षा होने के कारण दृश्यता कम हो गई है जिसके कारण कुछ देर तक दिल्ली की फ्लाइट को आसमान पर ही चक्कर लगाना पड़ा। दृश्यता में सुधार होने के बाद दरिमा एयरपोर्ट पर फ्लाइट की सुरक्षित लैंडिंग हुई। मूसलाधार वर्षा होने के कारण कुछ देर तक हवाई सेवा प्रभावित रही। मौसम विज्ञानी के अनुसार लो-प्रेशर की सक्रियता से आगामी तीन-चार दिनों तक अच्छी वर्षा होने की परिस्थितियां अनुकूल हैं। लोप्रेशर के प्रभावी होने के बाद मानसून द्रोणिका के पूर्वी छोर में भी बदलाव आया है तथा द्रोणिका का पूर्वी छोर सामान्य स्थिति में आ गया है तथा घटना के ऊपर से बंगाल की खाड़ी तक प्रभावी है। निकट भविष्य में मानसून द्रोणिका की स्थिति में और अधिक सकारात्मक बदलाव होने की संभावना जताई जा रही है। मानसून द्रोणिका के पूर्वी छोर के अनुकूल होने के बाद द्रोणिका पश्चिमी उत्तर की ओर खिसक गई है। हालांकि द्रोणिका के पश्चिमी छोर खिसकने का प्रभाव छत्तीसगढ़ की वर्षा पर नहीं पड़ेगा। इसके प्रभाव से उत्तरप्रदेश, दिल्ली सहित आसपास के क्षेत्रों की वर्षा विपरीत प्रभाव पड़ने की संभावना है। मौसम कार्यालय द्वारा बुधवार को 23.7 मिमी वर्षा रिकॉर्ड की गई है। मौसम कार्यालय के आंकड़े के अनुसार मानसून सत्र में अब तक 350 मिमी वर्षा हो चुकी है। मौसम विज्ञानी 18 जून तक अच्छी वर्षा होने की संभावना व्यक्त कर रहे है। वर्षा होने के बाद किसानों की सक्रियता बढ़ गई है तथा किसानों ने अपने खेतों में तेजी से धान की रोपाई प्रारंभ कर दी है।

गिरा तापमान, उमस से राहत

बुधवार को हुई बारिश के बाद तापमान में तेज गिरावट दर्ज की गई है तथा वातावरण में नमी घुलने के कारण उमस एवं गर्मी से राहत मिल गई है। बुधवार को अपराह्न 2 बजे धूप निकलने के कारण कुछ देर के लिए तापमान 30.4 डिग्री सेल्सियस तक पहुंच गया था। वर्षा के बाद कुछ देर के लिए ऐसी स्थिति भी निर्मित हुई कि कुछ देर के लिए दिन का तापमान सुबह 8.30 बजे रिकार्ड किए गए न्यूनतम तापमान से भी नीचे पहुंच गया था। न्यूनतम पारा रात का तापमान होता है तथा सर्वाधिक कम होता है। दिन निकलने के बाद क्रमशः तापमान में वृद्धि होती है। मौसम विज्ञान की भाषा में इसे लोअर मिनियम टम्प्रेचर नाम दिया गया है तथा ऐसा यदा-कदा ही होता है। मौसम कार्यालय द्वारा सुबह न्यूनतम तापमान 24.5 डिग्री रिकॉर्ड किया गया था जबकि दोपहर में कुछ देर के लिए तापमान गिरकर 23.7 डिग्री सेल्सियस पहुंच गया था। मौसम कार्यालय द्वारा शाम 5.30 बजे अधिकतम तापमान 28.0 डिग्री सेल्सियस रिकॉर्ड किया गया है।

संगठन की वास्तविक ताकत उसके समर्पित कार्यकर्ता : सिंहदेव

हरिभूमि न्यूज ⏭ राजपुर

प्रदेश के पूर्व उपमुख्यमंत्री टीएस सिंहदेव बुधवार को जिले के राजपुर विकासखंड के दौरे पर पहुंचे। इस दौरान पूर्व डिप्टी सीएम श्री सिंहदेव का कांग्रेस पदाधिकारी और कार्यकर्ताओं ने जोरदार स्वागत किया। इसके साथ ही मंडी प्रांगण में बूथ, पंचायत, जोन, सेक्टर एवं मंडल समिति कार्यकर्ता सम्मेलन का आयोजन किया गया जिसमें जिलेभर से बड़ी संख्या में कांग्रेस कार्यकर्ताओं ने भाग लिया। इस दौरान सम्मेलन को संबोधित करते हुए पूर्व डिप्टी सीएम श्री सिंहदेव ने कहा कि किसी भी राजनीतिक संगठन की वास्तविक ताकत उसके समर्पित कार्यकर्ता होते हैं। उन्होंने कार्यकर्ताओं से बूथ स्तर तक संगठन को मजबूत बनाने, जनता के बीच लगातार सक्रिय रहने, उनकी समस्याओं को प्राथमिकता से उठाने तथा कांग्रेस की विचारधारा को मजबूती से आगे बढ़ाने का आह्वान किया। इस दौरान उन्होंने जोन, सेक्टर, मंडल, पंचायत एवं पोलिंग बूथ अध्यक्षों के साथ संगठनात्मक गतिविधियों, आगामी रणनीति और क्षेत्रीय मुद्दों पर विस्तार से चर्चा की। कार्यकर्ताओं ने भी अपने सुझाव रखे और क्षेत्र की विभिन्न समस्याओं से उन्हें अवगत कराया। कार्यक्रम की विशेष आकर्षण 60 वर्ष से अधिक आयु के वरिष्ठ कार्यकर्ताओं एवं बुजुर्गों का शॉल एवं श्रीफल भेंट कर सम्मान रहा। वहीं बूथ, मंडल, जोन, सेक्टर एवं पंचायत समिति के पदाधिकारियों को प्रशंसा (प्रणाम) पत्र प्रदान कर उनके संगठनात्मक योगदान का सम्मान किया गया। इस अवसर पर पूर्व मंत्री डॉ. प्रेमसाय सिंह, पूर्व विधायक डॉ. प्रीतम राम, जिले के प्रभारी सफी अहमद, जिला कांग्रेस अध्यक्ष हरिहर यादव, पूर्व जिलाध्यक्ष राजेंद्र तिवारी, केपी सिंहदेव, जिला उपाध्यक्ष सुनील सिंह, जिला महामंत्री जितेंद्र गुप्ता, जिला लघु वनोपज संघ अध्यक्ष लालसाय मिंज, ब्लॉक अध्यक्ष राजपुर नीरज तिवारी, ब्लॉक अध्यक्ष चांदो अब्दुला खान, राजेंद्र भगत, अश्विनी यादव, विजय पैकरा, बृजेश मिश्रा, रामकिशुन एक्का, सतेंद्र पाण्डेय, भुनेश्वर सिंह, विद्यानंद दुबे, राजेंद्र श्रीवास्तव, गीता अम्बष्ट, लक्ष्मी सोनी, खोरेन खलखो, ललिता सिंह, विकास अम्बष्ठ, प्रमोद ठाकुर, सुनील भगत, पी.एन. विश्वास, रामप्रसाद, अभिषेक सिंह, पंकज जायसवाल, मनोज अग्रवाल, मुमताज, रवि सोनी, कौशल चौबे, हिमांशु जायसवाल, देवबली टेकाम, पंकज ठाकुर, संतोष सोनी, बरसाती, सहित सैकड़ों की संख्या में कांग्रेस के पदाधिकारी एवं कार्यकर्ता उपस्थित रहे।

- पूर्व डिप्टी सीएम के आतिथ्य में किया गया कार्यकर्ता सम्मेलन, वरिष्ठ कार्यकर्ताओं का हुआ सम्मान,

भाजपा छोड़ लोगों ने थामा कांग्रेस का दामन

कार्यक्रम में सरगुजा महाराज के समक्ष छ लोगों ने कांग्रेस में प्रवेश किया। प्रवेश करने वालों में श्रीमती दीपिका तिर्की, परसागुड़ी ग्राम पंचायत से श्याम दास, विनोद शर्मा, अनिल चौबे, अनिल यादव, जयनाथ कौशिक ने कांग्रेस के विचारधारा से प्रभावित होकर कांग्रेस का दामन थामा।

मानव तस्करी, अपहरण और गुमशुदगी के मामलों पर विधानसभा में गंभीर सवाल

हरिभूमि न्यूज ⏭ अम्बिकापुर

विधानसभा के मानसून सत्र के तीसरे दिन सीतापुर विधानसभा क्षेत्र के विधायक रामकुमार टोप्पो ने सरगुजा संभाग में मानव तस्करी, अपहरण एवं गुमशुदगी के बढ़ते मामलों को लेकर गंभीर मुद्दा सदन में उठाया। उन्होंने प्रश्न के माध्यम से जनवरी 2018 से जून 2026 तक दर्ज सभी प्रकरणों का वर्षवार एवं थानावार विस्तृत ब्यौरा शासन से मांगा है।

- विधायक रामकुमार टोप्पो ने मांगी आठ वर्षों की विस्तृत रिपोर्ट

विधायक श्री टोप्पो ने शासन से पूछा है कि उक्त अवधि में सरगुजा संभाग में मानव तस्करी, अपहरण एवं गुमशुदगी के कितने मामले दर्ज किए गए, उनमें अब तक कितने मामलों का निराकरण हुआ, कितने प्रकरण लंबित हैं तथा प्रत्येक प्रकरण में की गई कार्रवाई का विवरण क्या है। उन्होंने यह भी जानना चाहा है कि ऐसे संवेदनशील मामलों की प्रभावी जांच एवं त्वरित कार्रवाई के लिए क्या किसी विशेष टीम का गठन किया गया है। यदि टीम गठित है, तो उसे किस पद के सक्षम अधिकारी द्वारा लीड किया जा रहा है, तथा उस टीम में किन-किन पदों के अधिकारी एवं कर्मचारियों को शामिल किया गया है। विधायक ने टीम की संरचना एवं उसकी कार्यप्रणाली से संबंधित विस्तृत जानकारी भी मांगी है। विधायक श्री टोप्पो ने कहा कि मानव तस्करी, अपहरण और गुमशुदगी जैसे अपराध समाज के लिए अत्यंत गंभीर चुनौती हैं। ऐसे मामलों में त्वरित कार्रवाई, प्रभावी जांच और पीड़ितों की सुरक्षित बरामदगी शासन की सर्वोच्च प्राथमिकता होनी चाहिए। उन्होंने इन मामलों में पुलिस एवं प्रशासन द्वारा किए गए प्रयासों की पारदर्शी जानकारी सदन के समक्ष प्रस्तुत करने की मांग की।

कीटनाशक पीने से गंभीर ग्रामीण की गई जान

अम्बिकापुर। बलरामपुर थाना अंतर्गत ग्राम रघुनाथनगर निवासी राम सुंदर पोर्ते आ. स्व. जॉनसाय (45 वर्ष) सोमवार को शराब पीकर घर आया और घर के परछी में खाट पर सो गया। अगले दिन सुबह पत्नी उठी तो देखा पति उल्टी कर रहा है। पूछताछ में राम सुंदर ने कीटनाशक पीने की बात बताई। परिजन उसे बलरामपुर अस्पताल में भर्ती कराया। चिकित्सकों ने ग्रामीण की हालत गंभीर होने पर मेडिकल कॉलेज अस्पताल रेफर कर दिया जहां उपचार के दौरान ग्रामीण की मौत हो गई। सूचना पर पुलिस ने मर्ग कायम करने के पश्चात शव का पोस्टमार्टम कराकर परिजन के सुपुर्द किया है।

वन भूमि पर अवैध जुताई कर रहे ट्रैक्टर को वन अमले ने किया जब्त

कुसमी। जिले में वन भूमि पर अवैध गतिविधियों के खिलाफ वन विभाग द्वारा कार्रवाई करते हुए एक ट्रेक्टर, कल्टीवेटर सहित जब्त किया है। वन विभाग के कर्मचारियों ने बीट बैरडीह पूर्व क्षेत्र में वन भूमि सीमा के अंदर ट्रैक्टर से हल जुताई करते हुए इस ट्रैक्टर एवं ट्रैक्टर मालिक के ऊपर कार्रवाई की गईं। कार्रवाई से क्षेत्रों में दहशत देखने को मिल रही है।जानकारी के अनुसार कंजिया थाना भंडरिया निवासी सुमेश कच्छप व बैरडीह कला निवासी नंदकेश्वर द्वारा वन भूमि के कक्ष क्रमांक पी-3170 में गत दिन 8 बजे टैक्टर के माध्यम से अवैध रूप से जुताई की जा रही थी। सुचना मिलने पर वन विभाग कुसमी एवं चान्दो रेंज की टीम मौके पर पहुची और जुताई करते हुए ट्रैक्टर को जब्त कर लिया गया। इस मामले में वन विभाग द्वारा नियमानुसार जब्ती की कार्रवाई की गई है। कार्रवाई के दौरान वन परिक्षेत्राधिकारी गजेंद्र सिदार, वन रक्षक बनवीर, परिसर सहायक प्रदीप टोप्पो, रामदुलारे यादव ,पीएस दीवान सहित वन सुरक्षा श्रमिक मौजूद रहे। वन विभाग के अधिकारियों ने बताया कि वन भूमि पर अवैध कब्जा. अतिक्रमण या किसी भी प्रकार की गतिविधियों के खिलाफ वरिष्ठ अधिकारियों द्वारा दिए गए दिशा निर्देश के अनुसार लगातार की जाएगी।

शिवनंदनपुर नपं की पहली परिषद की बैठक में विकास कार्यों की कार्ययोजना तैयार

हरिभूमि न्यूज ⏭ बिश्रामपुर

नवगठित नगर पंचायत शिवनंदनपुर में मंगलवार को पहली बार नगर पंचायत परिषद की बैठक आयोजित की गई। बैठक में नगर के समग्र विकास, आधारभूत सुविधाओं के विस्तार और स्वच्छता व्यवस्था को सुदृढ़ बनाने के लिए कई महत्वपूर्ण एजेंडों पर विस्तार से चर्चा की गई। बैठक में नगर के सभी वार्डों के लिए विकास कार्यों की कार्ययोजना तैयार करने पर विशेष जोर दिया गया। परिषद ने स्पष्ट किया कि प्रत्येक वार्ड की आवश्यकताओं के अनुरूप योजनाएं बनाकर चरणबद्ध तरीके से विकास कार्य कराए जाएंगे, ताकि नवगठित नगर पंचायत के प्रत्येक क्षेत्र को समान रूप से सुविधाओं का लाभ मिल सके।

बैठक में राज्य प्रवर्तित मुक्तिधाम योजना अंतर्गत प्रस्तावित मुक्तिधाम निर्माण की प्राविधिक स्वीकृति पर चर्चा हुई। साथ ही स्वच्छ भारत मिशन शहरी 2.0 के तहत नगर में मटेरियल रिकवरी फैसिलिटी प्लांट की स्थापना के लिए प्रशासकीय स्वीकृति का विषय भी प्रमुखता से रखा गया। इस प्लांट के स्थापित होने से नगर में कचरे के वैज्ञानिक प्रबंधन और पुनर्चक्रण व्यवस्था को नई दिशा मिलने की उम्मीद है। नगरवासियों की लंबे समय से चली आ रही मांग को ध्यान में रखते हुए सर्व समाज मांगलिक भवन के निर्माण का प्रस्ताव भी एजेंडे में शामिल रहा। परिषद ने इस भवन को सामाजिक, सांस्कृतिक एवं सामुदायिक आयोजनों के लिए उपयोगी बताते हुए इसकी आवश्यकता पर चर्चा की। इसी क्रम में नगर में व्यवस्थित व्यापारिक गतिविधियों को बढ़ावा देने के उद्देश्य से हाट-बाजार निर्माण, सार्वजनिक सुविधाओं के विस्तार के लिए आकांक्षी शौचालय निर्माण, तथा स्वच्छ भारत मिशन के तहत डोर-टू-डोर कचरा संग्रहण के लिए आवश्यक सामग्री एवं मशीनरी की स्वीकृति पर भी विचार-विमर्श किया गया। बैठक में यह भी प्रस्ताव रखा गया कि नगर की स्वच्छता व्यवस्था को और अधिक प्रभावी बनाने के लिए स्वयं सहायता समूहों के माध्यम से स्वच्छता दीदियों द्वारा डोर-टू-डोर कचरा संग्रहण कराया जाए। इससे एक ओर नगर की साफ-सफाई बेहतर होगी तो दूसरी ओर महिला स्व-सहायता समूहों को रोजगार के अवसर भी प्राप्त होंगे। परिषद ने अध्यक्ष एवं पार्षद निधि से कराए जाने वाले विकास कार्यों की स्वीकृति पर भी चर्चा की। साथ ही प्रधानमंत्री आवास योजना शहरी 2.0 अंतर्गत स्वीकृत आवासों की प्रगति की समीक्षा की गई, ताकि पात्र हितग्राहियों को समय पर आवास उपलब्ध कराया जा सके। बैठक में प्रधानमंत्री स्वनिधि योजना के प्रभावी क्रियान्वयन पर भी विचार हुआ। योजना के माध्यम से नगर के रेहड़ी-पटरी एवं छोटे व्यवसायियों को ऋण सुविधा उपलब्ध कराकर उन्हें आत्मनिर्भर बनाने की दिशा में कार्य करने पर जोर दिया गया। बैठक के अंतिम चरण में अध्यक्ष की अनुमति से अन्य विकास संबंधी विषयों पर भी चर्चा की गई। परिषद सदस्यों ने नगर की मूलभूत समस्याओं के समाधान और भविष्य की विकास योजनाओं को लेकर अपने-अपने सुझाव प्रस्तुत किए। यहां पर कांग्रेसी पार्षदों ने नियमित रूप से ध्यान न देने वाले आवास मित्र के खिलाफ कार्रवाई की मांग की गई, जिस पर नोटिस जारी कर तीन दिनों का मौका दिया गया है। साथ ही नगर पंचायत गठन उपरांत अभी तक कराए गए निर्माण कार्यों का जांच उपरांत ही भुगतान किए जाने की बात कही गई। साथ ही सीएसआर मद से शव वाहन व स्ट्रीट लाइट की व्यवस्था की बात भी कही गई। पार्षद प्रशांत अग्रवाल ने बारात घर के पास पानी जमाव का निराकरण व आरसीसी सड़क निर्माण जल्द कराने की मांग की है। यहां पर अध्यक्ष द्वारा गठित पीआईसी गठन पर भी कांग्रेसी पार्षदों ने आपत्ति दर्ज कराई, जिस पर अध्यक्ष रितेश जायसवाल ने आश्वस्त किया कि दो आदिवासी कांग्रेसी पार्षदों द्वारा जो पत्र दिया गया है, उसे भी संलग्न करके मंत्रालय प्रेषित किया जाएगा। इस दौरान नगर पंचायत शिवनंदनपुर अध्यक्ष रितेश जायसवाल, उपाध्यक्ष अंशुल गोयल, पार्षद द्वय श्यामू साहू, प्रमिला साहू, मंजू गोयल, विमला देवी सिंह,विजेंद्र सिंह, अंजली राजवाड़े, हर्ष दनोदिया, वर्षा जायसवाल, संतोष जायसवाल, चंदन सिंह, मनी बग्गा, दीपमाला सोनी, प्रशांत अग्रवाल के अलावा सीएमओ सुनील कुमार सिन्हा व अन्य उपस्थित थे।

पदोन्नति में टीईटी अनिवार्यता सुनिश्चित करने की मांग

अंबिकापुर। छत्तीसगढ़ टीईटी उत्तीर्ण शिक्षक कल्याण संघ के प्रतिनिधिमंडल ने संयुक्त संचालक शिक्षा सरगुजा संभाग को ज्ञापन सौंपकर पदोन्नति प्रक्रिया में शिक्षक पात्रता परीक्षा (टीईटी) की अनिवार्यता का कड़ाई से पालन सुनिश्चित करने की मांग की। संघ ने कहा कि राष्ट्रीय अध्यापक शिक्षा परिषद द्वारा वर्ष 2010 से जारी अधिसूचनाओं एवं सर्वोच्च न्यायालय के निर्णय अनुसार टीईटी पदोन्नति के लिए निर्धारित आवश्यक योग्यता है।

इसके बावजूद वर्तमान पदोन्नति प्रक्रिया में जारी वरिष्ठता सूची में टीईटी संबंधी विवरण को शामिल नहीं किया गया है, जिससे टीईटी उत्तीर्ण शिक्षकों के वैधानिक अधिकार प्रभावित हो रहे हैं। संघ का स्पष्ट मत है कि टीईटी केवल भर्ती-पदोन्नति की औपचारिकता नहीं, बल्कि शिक्षकीय गुणवत्ता का राष्ट्रीय मानक एवं वैधानिक पात्रता है। अतः पदोन्नति प्रक्रिया में इसकी अनदेखी न केवल एनसीटीई के दिशा-निर्देशों की भावना के विपरीत है, बल्कि योग्य एवं पात्र शिक्षकों के साथ अन्याय भी है। संघ ने मांग की कि पदोन्नति प्रक्रिया में टीईटी उत्तीर्णता का पृथक उल्लेख करते हुए केवल पात्र अभ्यर्थियों को ही पदोन्नति का लाभ दिया जाए। साथ ही सभी जिला शिक्षा अधिकारियों को स्पष्ट निर्देश जारी कर पूरे संभाग में एक समान, पारदर्शी एवं नियमसम्मत प्रक्रिया अपनाई जाए। प्रतिनिधिमंडल ने यह भी कहा कि न्यायालयों के निर्णयों, शासन के आदेशों एवं एनसीटीई के दिशा-निर्देशों का पूर्ण पालन करते हुए पदोन्नति प्रक्रिया को समयबद्ध ढंग से पूर्ण किया जाना चाहिए, जिससे भविष्य में किसी प्रकार के विवाद की स्थिति उत्पन्न न हो। संघ ने चेतावनी दी कि यदि टीईटी की अनिवार्यता की उपेक्षा करते हुए पदोन्नति प्रक्रिया संचालित की जाती है तो प्रदेशभर के टीईटी उत्तीर्ण शिक्षकों के हितों की रक्षा हेतु लोकतांत्रिक एवं संवैधानिक माध्यमों से व्यापक आंदोलन एवं वैधानिक कार्रवाई की जाएगी। संयुक्त संचालक शिक्षा ने ज्ञापन प्राप्त कर विषय का नियमानुसार परीक्षण कर आवश्यक कार्रवाई का आश्वासन दिया। इस अवसर पर छत्तीसगढ़ टीईटी उत्तीर्ण शिक्षक कल्याण संघ के प्रदेश अध्यक्ष एवं अन्य सदस्य उपस्थित रहे।

- छत्तीसगढ़ टीईटी उत्तीर्ण शिक्षक कल्याण संघ ने सौंपा ज्ञापन

हरिभूमि नं. 1 आवश्यक सूचना
प्रिय ग्राहक बंधुओं आपका अपना
प्रिय अखबार हरिभूमि के स्थान पर
अगर कोई अन्य अखबार दिया जा रहा है
तो कृपया इस नंबर पर संपर्क करें
रिंग रोड चोपड़ापारा, काली मंदिर के पास उड़िया पण्डित काम्पलेक्स अम्बिकापुर मो. 9826154736

तेज डायग्नोस्टिक
ब्लड बैंक (सेंटर)/ डॉक्टर्स हाउस (A unit of MRM Pvt. Ltd.)
MRI & CT Scan
सुविधा उपलब्ध
अत्याधुनिक मशीनों के साथ
सटीक, तेज़ और भरोसेमंद जाँच
24/7 डायग्नोस्टिक सेवाएँ
क्योंकि सही समय पर जाँच
सही इलाज की पहली ज़रूरत है
अनुभवी रेडियोलॉजिस्ट
की देखरेख में हर रिपोर्ट –
पूरी सावधानी और मेडिकल एक्सपर्टीज़ के साथ
Tej Diagnostic
अपॉइंटमेंट के लिए संपर्क करें
ब्लड बैंक की सुविधा उपलब्ध
8224007799
7000619700
UNIT-1 बाबूपारा जोड़ा तालाब के सामने, अम्बिकापुर
UNIT-2 रानी तालाब के सामने, अम्बिकापुर

online Booking:-www.tripuryatra.com
सुविधा ज्यादा सबसे कम राशि पर
स्लीपर मात्र 18,500/-
15 दिन
चार धाम यात्रा
श्री केदार नाथ, श्री बद्रीनाथ, श्री गंगोत्री
श्री यमुनोत्री, श्री हरिद्वार, श्री ऋषिकेश
श्री त्रियुगीनारायण
अन्य दर्शन:-काशी विश्वनाथ, पंच प्रयाग दर्शन- (विष्णुप्रयाग, नंदप्रयाग, कर्णप्रयाग, रुद्रप्रयाग, देवप्रयाग), माना गाँव (भारत का अंतिम गाँव),धारी देवी,चोपता
15 सितम्बर, 26 सितम्बर,10 अक्टूबर, 22 अक्टूबर, 2026, 02 मई 2027
राशि:-स्लीपर-18,500/-, 3 एसी- 26,500/-, 2 एसी- 30,500/- (+5%GST)
Since-2007
श्री त्रिपुर तीर्थ यात्रा सेवा समिति
RAIPUR- D-36, Sector-4, Kamal Vihar, KORBA- Shop No. 301,302,303 S.S. Plaza, Power House Road
संपर्क करें:-7354-411411