

पूरब टाइम्स

जिसे सब छुपाते हैं  उसे हम छापते हैं...

वर्ष 15, अंक - 60 RNI/CHHBIL/44259 |छत्तीसगढ़ से प्रसारित नं.-1 लोकल दैनिक अखबार

Modi Cabinet ने लिए कई बड़े फैसले- पांच महत्वपूर्ण मल्टीट्रैकिंग परियोजनाओं को दी मंजूरी, वर्ष 2029-30 तक पूरा करने का लक्ष्य रखा

दिल्ली। प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी की अध्यक्षता में आज हुई केंद्रीय मंत्रिमंडल की बैठक में कई अहम फैसले लिये गये। फैसलों की जानकारी केंद्रीय सूचना एवं प्रसारण मंत्री अश्विनी वैष्णव ने प्रेस कॉन्फ्रेंस में दी। बैठक में आर्थिक मामलों की मंत्रिमंडलीय समिति ने रेल मंत्रालय की पांच महत्वपूर्ण मल्टीट्रैकिंग परियोजनाओं को मंजूरी दी है। इन परियोजनाओं पर करीब 10,021 करोड़ रुपये खर्च होंगे और इन्हें वर्ष 2029-30 तक पूरा करने का लक्ष्य रखा गया है। चार राज्यों तमिलनाडु, आंध्र प्रदेश, कर्नाटक और तेलंगाना, में लागू होने वाली इन परियोजनाओं से भारतीय रेल नेटवर्क में करीब 540 किलोमीटर की वृद्धि होगी।

मंजूर की गई परियोजनाओं में अरक्कोणम-रेनगुटा के बीच 77 किलोमीटर लंबी तीसरी और चौथी रेल लाइन, व्हाइटफील्ड-बंगारपेट के बीच 47 किलोमीटर की तीसरी और चौथी लाइन, होसुर-ओमलूर के बीच 147 किलोमीटर रेल लाइन का दोहरीकरण और सेलम-कस्सूर-दिंडीगुल के बीच 159 किलोमीटर लाइन का दोहरीकरण शामिल है। इसके अलावा सिकंदराबाद के घाटकेसर से काजीपेट के बीच 110 किलोमीटर के



मल्टीट्रैकिंग कार्य को भी मंजूरी दी गई है। सरकारीएजेंसियां खोजें मोदी सरकार के मुताबिक, इन परियोजनाओं का सबसे बड़ा उद्देश्य रेल मार्गों की क्षमता बढ़ाना, मौजूदा नेटवर्क पर दबाव और भीड़ कम करना तथा ट्रेनों के संचालन को अधिक सुचारु बनाना है। अतिरिक्त रेल लाइनों से परिचालन दक्षता बढ़ेगी और यात्रियों के साथ-साथ माल ढुलाई सेवाओं की विश्वसनीयता में भी सुधार होगा। अधिक

क्षमता उपलब्ध होने से ट्रेनों की आवाजाही को बेहतर ढंग से व्यवस्थित किया जा सकेगा और महत्वपूर्ण रेल मार्गों पर जाम कम होगा। इन परियोजनाओं को प्रधानमंत्री गति शक्ति राष्ट्रीय मास्टर प्लान के तहत तैयार किया गया है। इसमें मल्टी-मॉडल कनेक्टिविटी और लॉजिस्टिक्स दक्षता को प्राथमिकता दी गई है। विभिन्न हितधारकों के साथ समन्वित योजना के जरिए तैयार किए गए ये रेल प्रोजेक्ट लोगों, वस्तुओं और सेवाओं की निर्बाध आवाजाही को मजबूत करेंगे। मोदी सरकार का मानना है कि बेहतर बुनियादी ढांचा क्षेत्र के व्यापक आर्थिक विकास को गति देगा और रोजगार तथा स्वरोजगार के नए अवसर पैदा करेगा। यह प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी के ‘न्यू इंडिया’ और आत्मनिर्भरता के विजन के अनुरूप भी है।

इन पांच परियोजनाओं का असर केवल प्रमुख शहरों और औद्योगिक केंद्रों तक सीमित नहीं रहेगा। चार राज्यों के 17 जिलों में फैले इन रेल प्रोजेक्ट्स से करीब 2,121 गांवों की कनेक्टिविटी बेहतर होगी, जहां लगभग 52 लाख की आबादी रहती है। इससे ग्रामीण और अर्ध-शहरी क्षेत्रों को बड़े बाजारों, रोजगार केंद्रों, शिक्षा, स्वास्थ्य और अन्य सेवाओं तक पहुंच बनाने में मदद मिलेगी। प्रवासीनेटवर्क

आरक्षण कमजोर वर्गों को अवसर देने वाली संवैधानिक व्यवस्था है और इसका विरोध संविधान के खिलाफ है



दिल्ली। केंद्रीय मंत्री रामदास अटावले ने बुधवार को कहा कि आरक्षण का विरोध करना संविधान के खिलाफ है और जोर देकर कहा कि अगर जातिवाद खत्म हो जाए, तो हम आरक्षण छोड़ने को तैयार हैं। छत्तीसगढ़ के एक दिन के दौरे पर यहां स्वामी विवेकानंद एयरपोर्ट पहुंचने के बाद, सामाजिक न्याय और अधिकारिता राज्य मंत्री ने पत्रकारों से कहा कि आरक्षण का विरोध करना सही नहीं है। देश के कुछ हिस्सों में आरक्षण को लेकर चल रही बहस – जिसमें इसे हटाने या इसमें बदलाव की मांगें शामिल हैं – के बारे में पूछे जाने पर अटावले ने कहा कि यह नीति कमजोर वर्गों को अवसर देकर देश को मजबूत बनाने के लिए शुरू की गई थी।

रिपब्लिकन पार्टी ऑफ़ इंडिया (A) के प्रमुख और एक प्रमुख दलित नेता, मंत्री ने कहा कि जब जातिवाद खत्म हो जाएगा, तो हम आरक्षण छोड़ने को तैयार

(EWS) से हैं। अटावले ने कहा कि आरक्षण जाति पर आधारित है। हालांकि संविधान ने अनुच्छेद 17 के तहत छुआछूत को खत्म कर दिया है, फिर भी दलितों और आदिवासियों के खिलाफ अत्याचार होते हैं। जब तक जातिवाद खत्म नहीं हो जाता, तब तक आरक्षण जारी रहना चाहिए। उन्होंने आगे कहा कि अगर आप जातिवाद को खत्म कर सकते हैं, तो हम आरक्षण छोड़ने को तैयार हैं। लेकिन आरक्षण का विरोध करना सही नहीं है। यह संविधान के खिलाफ है। अटावले ने कहा कि आरक्षण का विरोध करने वालों को बातचीत करनी चाहिए और अपनी मांगें रखनी चाहिए। मंगलवार को वडोदरा में प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी की Gen Z और युवाओं के साथ हुई बातचीत का जिक्र करते हुए अटावले ने कहा कि प्रधानमंत्री ने पिछले 12 सालों में सरकार की उपलब्धियों पर प्रकाश डाला।

अशोक सिद्धार्थ को राजनीति संन्यास लेना होगा मायावती ने आकाश आनंद काँ वापसी के लिए रखी शर्त

लखनऊ। मायावती ने आकाश आनंद के बहुजन समाज पार्टी में सक्रिय और अहम भूमिका में लौटने के लिए एक साफ़ शर्त रखी है। BSP प्रमुख ने X पर एक पोस्ट में कहा कि उनके भतीजे के राजनीतिक भविष्य पर तभी दोबारा विचार किया जा सकता है, जब उनके ससुर और पूर्व राज्यसभा सांसद अशोक सिद्धार्थ राजनीति से पूरी तरह संन्यास ले लें। मायावती ने कहा कि सिद्धार्थ को अपने दामाद के भविष्य को ध्यान में रखते हुए अपनी राजनीतिक महत्वाकांक्षाओं को छोड़ देना चाहिए। उन्होंने आगे कहा कि उनके राजनीति से हटने के बाद ही पार्टी आकाश आनंद को फिर से जिम्मेदारियाँ सौंपने पर विचार करेगी। हाल ही में मायावती ने सिद्धार्थ को BSP से निकाल दिया था। राजनीति मायावती ने अपनी पोस्ट में कहा कि उत्तर प्रदेश, उत्तराखंड और पंजाब में होने वाले विधानसभा चुनाव BSP और बहुजन आंदोलन के लिए बहुत अहम हैं। उन्होंने कहा कि पार्टी कार्यकर्ता और समर्थक राजनीतिक सत्ता हासिल करने और बाबासाहेब डॉ. बी.आर. अंबेडकर से जुड़े आत्म-सम्मान के कारवां को आगे बढ़ाने के लिए पूरी लगन से काम कर रहे हैं। विपक्षी पार्टियों और जातिवादी तत्वों से बहुजन समुदाय, BSP और आरक्षण को मिल रही चुनौतियों का जिक्र करते हुए, मायावती ने समाज के सभी वर्गों से समर्थन की अपील की। उन्होंने खास तौर पर दलित समुदाय के लोगों को सलाह दी कि वे निजी या पारिवारिक हितों के लिए ऐसा कोई कदम न उठाएं जिससे बड़े मिशन में रुकावट आए। मायावती ने कहा कि पार्टी नेतृत्व उन लोगों को वापस ला रहा है जो भटक गए थे, जबकि रुकावट पैदा करने वालों के खिलाफ अनुशासनात्मक कार्रवाई भी की जा रही है। उन्होंने पूर्व राज्यसभा सांसद अशोक सिद्धार्थ का उदाहरण दिया। मायावती के अनुसार, सिद्धार्थ ने BSP के मिशन से ज्यादा अपने निजी और पारिवारिक हितों और महत्वाकांक्षाओं को अहमियत दी थी। उन्होंने कहा



कि इससे न सिर्फ उन्हें, बल्कि उनके दामाद आकाश आनंद को भी नुकसान हुआ। उन्होंने कहा कि सिद्धार्थ से त्याग और प्रतिबद्धता की उम्मीद थी, लेकिन इसके बजाय वह आकाश आनंद और BSP आंदोलन के हितों को सही ढंग से प्राथमिकता देने में नाकाम रहे। मायावती ने सिद्धार्थ को सलाह दी कि वे अपनी राजनीतिक महत्वाकांक्षाएं छोड़ दें और राजनीति से पूरी तरह संन्यास ले लें। उन्होंने कहा कि ऐसा करने से आकाश आनंद के लिए स्वतंत्र रूप से काम करना मुमकिन हो जाएगा और पार्टी उन्हें जिम्मेदारियां वापस सौंपने पर सहानुभूतिपूर्वक विचार कर सकेगी।

मायावती के उन्हें ‘नासमझ’ बताने और यह कहने से पहले कि वे अभी बड़ी जिम्मेदारी संभालने के लिए तैयार नहीं हैं, आकाश आनंद BSP के नेशनल कोऑर्डिनेटर के तौर पर काम कर रहे थे। पार्टी की एक बैठक में उन्होंने यह भी संकेत दिया कि वे संगठन में किसी अहम भूमिका के लिए तैयार नहीं हैं। उसी दौरान, मायावती ने आकाश के भाई और अपने एक और भतीजे, ईशान आनंद को उत्तर भारत की जिम्मेदारी सौंपी और उन्हें ‘चीफ सेक्टर इंचार्ज’ नियुक्त किया। मायावती की नाराजगी के बाद, आकाश आनंद ने अपने X बायो में बदलाव किया। पहले उन्होंने खुद को "BSP कार्यकर्ता" बताया था, लेकिन बाद में इसे बदलकर "BSP समर्थक" कर लिया।

राहुल गांधी ने 50 वर्षीय व्यक्ति गुलज़ार सिंह की आत्महत्या को लेकर (AAP) सरकार पर तीखा हमला बोला

दिल्ली। कांग्रेस सांसद राहुल गांधी ने पंजाब में आम आदमी पार्टी (AAP) सरकार पर एक 50 साल के व्यक्ति की आत्महत्या को लेकर नया हमला बोला है। उन्होंने आरोप लगाया है कि राज्य सरकार इसकी समस्या से निपटने के लिए पर्याप्त कदम नहीं



उठा रही है। गांधी ने संगरूर जिले के रहने वाले गुलज़ार सिंह के मामले का जिक्र करते हुए कहा कि पंजाब की क़सरकार में एक खतरनाक पैटर्न देखने को मिल रहा है – अगर आप सरकार की नाकामियों पर सवाल उठाते हैं, तो जवाब में धमकियां और प्रताड़ना मिलती है। गुलज़ार सिंह ने कीटनाशक पी लिया था। आरोप है कि पुलिस ने उन पर दबाव डाला था कि वे पंजाब के वित्त मंत्री हरपाल सिंह चैमा से इससे के मुद्दे पर सवाल पूछने के लिए माफ़ी मांगें। राहुल ने कहा कि दलित समुदाय के गुलज़ार सिंह जी, जिन्हें अपने बेटे को इसकी लत का शिकार होते देखना पड़ा था, उन्होंने वित्त मंत्री से बस इतना ही पूछा था: सरकार इससे के कारोबार को रोकने में इतनी बुरी तरह नाकाम क्यों रही है?

गांधी ने X पर एक पोस्ट में कहा कि सिर्फ़ इसी बात के लिए उन्हें इतनी बुरी तरह प्रताड़ित और अपमानित किया गया और माफ़ी मांगने के लिए इतना दबाव डाला गया कि उन्होंने ज़हर खा

लिया। इलाज न मिल पाने के कारण वे एक अस्पताल से दूसरे अस्पताल भटकते रहे और आख़िरकार जिंदगी की जंग हार गए। यह घटना उस घटना के कुछ ही दिनों बाद हुई जब एक व्यक्ति को कथित तौर पर पुलिस ने हिरासत में प्रताड़ित किया था। उस व्यक्ति ने मुख्यमंत्री भगवंत मान के एक कार्यक्रम में काला झंडा दिखाकर नशीली दवाओं के दुरुपयोग का मुद्दा उठाया था।

गांधी ने कहा कि पिछले हफ़्ते मैंने युवा मोहनजीत सिंह से भी बात की थी, जिन्हें मुख्यमंत्री भगवंत मान का विरोध करने पर प्रताड़ित किया गया था। सरकार का काम लोगों को जवाब देना है, न कि सवाल पूछने को दबाना। गुलज़ार सिंह जी के परिवार को जल्द से जल्द न्याय मिले। मुख्यमंत्री को तुरंत वित्त मंत्री से इस्तीफ़ा मांगना चाहिए और FIR में उनका नाम शामिल करते हुए एक स्वतंत्र और निष्पक्ष जांच सुनिश्चित करनी चाहिए।

झांसी में मिनी पायलट प्रोजेक्ट के तहत जलाशय, सोलर पंप और पाइपलाइन से जुड़ा कई प्रमुख निर्माण कार्य हुआ पूरा



लखनऊ। बुंदेलखंड में जल संकट और जल संसाधनों की सीमितता के बीच उत्तर प्रदेश सरकार जल संरक्षण, सिंचाई दक्षता और आधुनिक कृषि तकनीक को बढ़ावा देने के लिए भारत-इज़राइल बुंदेलखंड जल परियोजना को आगे बढ़ा रही है। यह जानकारी अधिकारियों ने दी।

अधिकारियों ने बताया कि झांसी के विकासखंड बड़ागांव स्थित गंगावली गांव में करीब 19.1 करोड़ रुपये की लागत से जारी मिनी पायलट प्रोजेक्ट में कई महत्वपूर्ण कार्य पूरे हो चुके हैं, जिनमें जलाशय का अर्थवर्क और जियोमेम्ब्रेन लाइनिंग, सोलर पंप की स्थापना, नहर से जलाशय तक इंटेक पाइप और इंटेक वेल, पीयूएफ पैनल आधारित भवनों समेत कई प्रमुख काम पूरे किये जा चुके हैं।

नमामि गंगे और ग्रामीण जलापूर्ति विभाग के विशेष सचिव एवं भूगर्भ जल विभाग के कहा कि राज्य सरकार की इस पहल का उद्देश्य बुंदेलखंड की स्थानीय जल उपलब्धता और कृषि परिस्थितियों के अनुसार ऐसा मॉडल तैयार करना है,

जिसमें उपलब्ध पानी का अधिकतम और वैज्ञानिक तरीके से उपयोग किया जा सके।

उन्होंने बताया कि इस परियोजना में जल संरक्षण, जल भंडारण, सौर ऊर्जा, लघु सिंचाई, आधुनिक कृषि तकनीक और किसान प्रशिक्षण को एक साथ जोड़ा गया है। प्रजापति ने बताया कि इसके तहत जलाशय, नहर से पानी लाने की व्यवस्था, पाइपलाइन, सोलर पंप, ड्रिप-स्प्रिंकलर, प्राकृतिक एसटीपी, कृषि मशीनरी और आधुनिक खेती की सुविधाएं विकसित की जा रही हैं और इसका मकसद किसानों को सीमित पानी में बेहतर सिंचाई और खेती का व्यावहारिक मॉडल उपलब्ध कराना है।

उन्होंने बताया कि गंगावली में तैयार हो रहे मिनी पायलट प्रोजेक्ट के अनुभवों को आगे बड़े क्षेत्र में लागू करने की भी तैयारी है। भूगर्भ जल विभाग के अधिशासी अभियांता व वैयक्तिक सहायक निदेशक अनुपम ने कहा कि परियोजना के वर्तमान निर्माण एवं क्रियान्वयन चरण को 31 दिसंबर 2026 तक पूरा करने का लक्ष्य निर्धारित किया गया है।

अपन तो कहेंगे पूरब टाइम्स

सरकार के पेट्रोल में 20 प्रतिशत इथेनॉल मिलाने से भारी रोष है तो सरकार वह फैसला वापस क्यों नहीं लेती ?

बहुसंख्यक गरीब वोटर को इस मिलावट से कोई फ़र्क नहीं पड़ता क्योंकि वह साइकिल पर चलते हैं.

अपन तो कहेंगे : कहीं यह नितिन गडकरी को राजनीतिक शहीद करने की साज़िश तो नहीं है

30 से ज्यादा राज्यों और केंद्र शासित प्रदेशों के वरिष्ठ अधिकारी और विभिन्न संगठनों के विशेषज्ञ हुए शामिल

हैदराबाद। आयुष मंत्रालय के राज्य मंत्री (स्वतंत्र प्रभार) और स्वास्थ्य एवं परिवार कल्याण मंत्रालय के राज्य मंत्री प्रतापराव जाधव ने राज्यों और केंद्र शासित प्रदेशों से देश भर में आसानी से उपलब्ध, लोगों पर केंद्रित और अच्छी कालिटी वाली आयुष सेवाओं की डिलीवरी को बेहतर बनाने का आग्रह किया। उन्होंने कल हैदराबाद के कान्हा शांति वनम में नीति आयोग द्वारा आयोजित ‘राज्यों और केंद्र शासित प्रदेशों में आयुष इकोसिस्टम को मजबूत करने’ पर एक राष्ट्रीय कार्यशाला में यह बात कही। इस कार्यशाला में केंद्र सरकार, 30 से ज्यादा राज्यों और केंद्र शासित प्रदेशों के वरिष्ठ अधिकारी और विभिन्न संगठनों के विशेषज्ञ शामिल हुए। उन्होंने साझा अनुभवों, बेहतरीन तौर-तरीकों और मिलकर काम करने के जरिए आयुष इकोसिस्टम को मजबूत करने पर चर्चा की।

उद्घाटन सत्र में मुख्य अतिथि के तौर पर प्रतापराव जाधव शामिल हुए। उनके साथ नीति आयोग के सदस्य (स्वास्थ्य) प्रो. एम. श्रीनिवास और आयुष मंत्रालय के सचिव वैद्य राजेश कोटेचा भी मौजूद थे। अपने मुख्य भाषण में, जाधव ने आयुष सिस्टम की पहुंच और असर को बढ़ाने के लिए केंद्र, राज्यों और केंद्र शासित प्रदेशों



के बीच मिलकर काम करने की जरूरत पर जोर दिया। उन्होंने लोगों की बदलती स्वास्थ्य जरूरतों को पूरा करने के लिए आयुष हेल्थकेयर सेवाओं की कालिटी, पहुंच और लोगों पर केंद्रित डिलीवरी पर ज्यादा ध्यान देने की बात कही।

एम. श्रीनिवास ने इंटीग्रेटिव हेल्थकेयर के लिए टेक्नोलॉजी और सबूतों पर आधारित तरीकों के महत्व पर प्रकाश डाला, जिनमें भारत और उसके बाहर स्वास्थ्य परिणामों को बेहतर बनाने की क्षमता है। वैद्य राजेश कोटेचा ने आयुष इकोसिस्टम को मजबूत करने और ज़मीनी स्तर पर आयुष सेवाओं के असरदार तरीके से लागू करने और पहुंचाने में राज्यों और केंद्र शासित प्रदेशों की अहम भूमिका पर जोर दिया।

दिल की बात

साहेब! बाज़ार में सामान के नहीं हमारी नीयत के टैग बदल गए हैं।



बचपन की वो बात आज भी फ़िलाओं में गुंजती है— ‘धन गया तो कुछ नहीं गया, स्वास्थ्य गया तो थोड़ा गया, पर चरित्र चला गया तो समझो सब चला गया।’ लेकिन आज का दौर इस फ़लसफ़े को उल्टे पांव चला रहा है। कल मैं एक बहुत बड़े व नामी मॉल में गया। मुझे मोजे खरीदने थे, मॉल में लगी रेट लिस्ट देखकर मैं दंग रह गया। मोजे की कीमत 8000 रु. थी, पास ही एक जींस की कीमत 10000 रु थी और टाई की कीमत 16000 रु थी. मैं आश्चर्य में पड़ गया जब मैंने देखा कि लाखों रुपये में आने वाली रोलेक्स घड़ी की कीमत 225 रु व सोने पर जड़ी 4 कैरेट के हीरे की अंगूठी 95 रु. थी . जब मैंने अवॉभित होकर दुकानदार से पूछा तो उसने मुस्कुराकर कहा—फ़रात को कोई सिरफ़िा सारे सामानों के प्राइस—टैग बदल गया है और लोग भी इसी नप मूल्य को सच मानकर खरीदारी कर रहे हैं। आंख खुली तो राहत मिली कि वह एक सपना था। पर जरा ठहरकर जब वास्तविक जीवन पर नज़र दौड़ाई, तो रूह कांप उठी। क्या हकीकत में भी किसी ने हमारे नैतिक मूल्यों के टैग नहीं बदल दिए हैं? आज दिखावा, पद, पैसा, पावर और अधी प्रतिस्पर्धा जैसी मामूली चीज़ें सबसे ‘कीमती’ हो चुकी हैं, जबकि ईमानदारी, रिश्ते, आत्म-शांति, संतोष और निस्वार्थ प्रेम जैसे अनमोल जीवन-मूल्य कोड़ियों के भाव बिक रहे हैं। सोचता हूं तो दिल दहल जाता है. काश, जीवन की यह कड़वी हकीकत भी, बस, एक सपना ही हो!

इंजी . मधुर चितलांग्या "माधो" संपादक दैनिक पूरब टाइम्स

12 सितम्बर तक दावा आपत्ति आर्मात्रित

दुर्ग। सत्र 2021-22 से 2025-26 तक जिले में महतारी दुलार योजना अंतर्गत लाभान्वित विद्यार्थियों की पात्र/अपात्र सूची छत्रवृत्ति पोर्टल https://schoolsolarship.cg.nic.in/fhome.aspx के पब्लिक डोमेन में उपलब्ध करा दी गई है।

जिला स्तर पर दावा आपत्ति प्राप्त कर योजना की अधिसूचनाओं के तहत दावा आपत्तियों का निराकरण किए जाने के लिए 12 सितम्बर तक निर्धारित किया गया है। दावा आपत्ति कार्यालय जिला शिक्षा अधिकारी दुर्ग में निर्धारित तिथि में कार्यालयीन समय पर प्रस्तुत कर सकते हैं। निर्धारित तिथि के बाद प्रस्तुत आवेदनों पर विचार नहीं किया जाएगा।

तीर्थ दर्शन योजना, यात्रा तिथि बदली - अब 03 से 07 दिसम्बर तक

दुर्ग। मुख्यमंत्री तीर्थ दर्शन योजना अंतर्गत 29 सितम्बर से 03 अक्टूबर 2026 तक प्रयाग, काशी विश्वनाथ, हनुमान मंदिर की यात्रा हेतु दुर्ग जिले के 445 वरिष्ठ नागरिकों (60 वर्ष या 60 वर्ष के ऊपर) को यात्रा पर भेजने की तैयारी थी। जिसकी तिथि में अपरिहार्य कारणों से संशोधन करते हुए उक्त यात्रा 03 से 07 दिसम्बर 2026 तक हो गई है। जिसमें 333 ग्रामीण व 112 शहरी क्षेत्र के यात्री को सम्मिलित करते हुए कुल 445 का कोटा निर्धारण किया गया है। जिसमें 80 प्रतिशत हितग्राही बी.पी.एल. अंत्योदय एवं मुख्यमंत्री खाद्यान्न योजना के काइधारी एवं 20 प्रतिशत हितग्राही गरीबी रेखा के ऊपर (ए.पी.एल) के नागरिक होंगे, जो आयकर दाता न हो।

उप संचालक समाज कल्याण के अनुसार आवेदक, संबंधित जनपद पंचायत एवं नगरीय निकायों से आवेदन प्राप्त कर 05 नवम्बर 2026 तक स्वास्थ्य परीक्षण उपरान्त निर्धारित प्रपत्र में आवेदन संबंधित नगरीय निकाय / जनपद पंचायतों में जमा कर सकते हैं। निर्धारित तिथि के उपरान्त आवेदन प्रस्तुत करने पर स्वीकार्य नहीं किया जाएगा।

फौती नामांतरण कराने कृषक ने जनदर्शन में लगाई गुहार

- उपस्वास्थ्य केन्द्र की मरम्मत कराने दिया आवेदन

- जनदर्शन में 109 आवेदन प्राप्त हुए

पूरब टाइम्स दुर्ग। जिला कार्यालय के सभाकक्ष में कलेक्टर अभिजीत सिंह के निदेशानुसार अपर कलेक्टर सिल्ली थॉमस ने जनदर्शन कार्यक्रम में पहुंचे जनसामान्य लोगों से मुलाकात कर उनकी समस्याएं सुनीं। उन्होंने जनदर्शन में पहुंचे सभी लोगों की समस्याओं को गंभीरता से सुना और समुचित समाधान एवं निराकरण करने संबंधित विभागों को शीघ्र कार्यवाही कर आवश्यक पहल करने को कहा। जनदर्शन में अवैध कब्जा, आवासीय पट्टा, प्रधानमंत्री आवास, भूमि सीमांकन कराने, सीसी रोड निर्माण, ऋण पुस्तिका सुधार, आर्थिक सहायता राशि दिलाने सहित विभिन्न मांगों एवं समस्याओं से संबंधित आज 109 आवेदन प्राप्त हुए।

इसी कड़ी में पाटन तहसील के ग्राम औंधी निवासी कृषक ने अपने मुत्तक बहन के नाम दर्ज भूमि का फौती नामांतरण वैध वारिसों के नाम दर्ज कराने आवेदन दिया। उन्होंने बताया कि फौती नामांतरण के लिए नायब तहसीलदार पाटन के समक्ष आवश्यक दस्तावेज एवं प्रक्रिया पूरी की जा चुकी है। ग्राम औंधी की भूमि ईस्ट-वेस्ट डेडिकेटेड प्रेट कॉरिडोर परियोजना के कारण इस क्षेत्र में प्रतिबंध लगा हुआ है। नामांतरण प्रक्रिया पूरी नहीं होने से वारिसों का एग्रीस्टेक पंजीयन एवं सेवा सहकारी समिति में धान विक्रय प्रभावित हो रहा है। उन्होंने अनुमति प्रदान कर फौती नामांतरण आदेश पारित कराने की मांग की है। इस पर अपर कलेक्टर ने संबंधित विभाग को आवश्यक कार्यवाही करने को कहा।



ग्राम पंचायत चंगोरी के सरपंच ने उपस्वास्थ्य केन्द्र की मरम्मत कराने आवेदन दिया। ग्राम चंगोरी में संचालित उपस्वास्थ्य केंद्र भवन के जर्जर होने से स्वास्थ्य सेवाएं प्रभावित हो रही हैं। ग्रामीणों के अनुसार भवन की छत का प्लास्टर लगातार गिर रहा है, जिससे कभी भी दुर्घटना होने की आशंका बनी हुई है। सुरक्षा को देखते हुए उपस्वास्थ्य केंद्र का संचालन फ्लिहाल अन्य स्थान पर किया जा रहा है। जर्जर भवन की शीघ्र मरम्मत कराने की मांग की है, ताकि स्वास्थ्य सेवाएं सुचारू रूप से संचालित हो सकें। इस पर अपर कलेक्टर ने मुख्य चिकित्सा एवं स्वास्थ्य विभाग को आवश्यक कार्यवाही करने को कहा।

पटरीपार सूर्य नगर गली नंबर-3 की कच्ची सड़क से मिलेगी राहत, 10 लाख की लागत से बनेगी सीमेंट-कांक्रीट सड़क,



पूरब टाइम्स दुर्ग। नगर पालिक निगम। पटरीपार क्षेत्र के वाई क्रमांक 16 स्थित सूर्य नगर गली नंबर-3 के रहवासियों को लंबे समय से चली आ रही उबड़-खाबड़ कच्ची सड़क की समस्या से जल्द राहत मिलेगी। यहां 10 लाख रुपये की लागत से सीमेंट-कांक्रीट सड़क निर्माण कराया जाएगा। सड़क निर्माण कार्य का आज महापौर अलका बाघमार के मार्गदर्शन में लोक कर्म प्रभारी देव नारायण चन्द्राकर द्वारा वाई पार्श्व खिलानवन मटियारा, पटरीपार मंडल अध्यक्ष मनमोहन शर्मा, सहायक अभियंता सुरेश केवलानी, उप अभियंता पंकज साहू, सविता वर्मा सहित

निगम अधिकारियों एवं बड़ी संख्या में स्थानीय रहवासियों की उपस्थिति में विधिवत भूमिपूजन कर शुभारंभ किया।

स्थानीय नागरिकों की मांग पर शुरू हुआ सड़क निर्माण कार्य

सूर्य नगर गली नंबर-3 की कच्ची एवं उबड़-खाबड़ सड़क के कारण बारिश सहित सामान्य दिनों में भी स्थानीय नागरिकों को



समस्या को ध्यान में रखते हुए नगर निगम द्वारा 10 लाख रुपये की लागत से सीमेंट-कांक्रीट सड़क निर्माण की स्वीकृति दी गई है। इस अवसर पर लोक कर्म प्रभारी देव नारायण चन्द्राकर ने कहा कि नगर निगम का उद्देश्य शहर के प्रत्येक वर्ग में मूलभूत सुविधाओं को बेहतर बनाना है। सड़क, नाली, प्रकाश व्यवस्था सहित नागरिक सुविधाओं से जुड़े कार्यों को प्राथमिकता के साथ कराया जा रहा है। उन्होंने कहा कि सूर्य नगर गली नंबर-3 में सड़क निर्माण होने से क्षेत्रवासियों को आवागमन में सुविधा मिलेगी और लंबे समय से चली आ रही समस्या

का स्थायी समाधान होगा। उन्होंने निर्माण एजेंसी एवं संबंधित अधिकारियों को सड़क निर्माण कार्य गुणवत्तापूर्ण एवं निर्धारित मापदंडों के अनुरूप पूरा करने के निर्देश दिए। भूमिपूजन कार्यक्रम के दौरान वाई के नागरिकों एवं पार्श्व ने सड़क निर्माण की स्वीकृति मिलने पर महापौर अलका बाघमार एवं लोक कर्म प्रभारी देव नारायण चन्द्राकर का आभार व्यक्त करते हुए प्रसन्नता जाहिर की। स्थानीय रहवासियों ने कहा कि सड़क बनने से क्षेत्र में आवागमन सुगम होगा और बारिश के दिनों में होने वाली परेशानियों से भी राहत मिलेगी।

सीएसवीटीयू भिलाई द्वारा बीआईटी दुर्ग में ‘महिला सशक्तिकरण, उद्यमिता एवं स्टार्टअप अभिनंदन कार्यक्रम’ का भव्य आयोजन

-कुलाधिपति एवं राज्यपाल श्री रमेन डेका मुख्य अतिथि के रूप में हुए शामिल -नारी शक्ति और युवा नवाचार से बनेगा नया छत्तीसगढ़- राज्यपाल रमेन डेका पूरब टाइम्स दुर्ग। छत्तीसगढ़ स्वामी विवेकानंद तकनीकी विश्वविद्यालय (सीएसवीटीयू) भिलाई द्वारा भिलाई इंस्टीट्यूट ऑफ टेक्नोलॉजी (बीआईटी), दुर्ग परिसर में महिला सशक्तिकरण, स्वरोजगार, उद्यमिता एवं स्टार्टअप संस्कृति को प्रोत्साहित करने के उद्देश्य से ‘महिला सशक्तिकरण, उद्यमिता एवं स्टार्टअप अभिनंदन कार्यक्रम’ का आयोजन किया गया। इस कार्यक्रम में कुलाधिपति एवं प्रदेश के राज्यपाल रमेन डेका ने मुख्य अतिथि के रूप में शिरकत की। राज्यपाल श्री डेका ने अपने कर कमलों से 72 महिला स्व-सहायता-समूहों को मिलेट हेल्थ कार्ट और 24 स्टार्टअप्स को इग्नیشن ग्रांट वितरण किया। समारोह में सांसद विजय बघेल, दुर्ग ग्रामीण विधायक ललित चंद्राकर, वैशाली नगर विधायक रिकेश सेन, पूर्व विधानसभा अध्यक्ष प्रेमप्रकाश पाण्डेय, दुर्ग महापौर श्रीमती अल्का बाघमार और सहकार भारती के कलौराम शर्मा भी सम्मिलित हुए।

मुख्य अतिथि राज्यपाल श्री रमेन डेका ने समारोह को संबोधित करते हुए कहा कि यह आयोजन महिला सशक्तिकरण, पोषण सुरक्षा और स्वरोजगार के माध्यम से नए छत्तीसगढ़ के निर्माण का संकल्प है। आज यहां दो महत्वपूर्ण यात्राओं का शुभारंभ हो रहा है, एक हमारी ग्रामीण महिलाओं

की आर्थिक आत्मनिर्भरता की ओर दूसरी हमारे युवा नवाचारकर्ताओं के सपनों को उद्यम में बदलने की। उन्होंने कहा कि उच्च शिक्षा और तकनीकी ज्ञान की सार्थकता तभी है, जब वह समाज की वास्तविक आवश्यकताओं से जुड़कर रोजगार व उद्यमिता के नए अवसर पैदा करे। राज्यपाल ने कहा कि मिलेट से महिला उद्यमिता को नई दिशा मिल रही है। छत्तीसगढ़ की कृषि परंपरा में मिलेट अर्थात मोटे अनाज का विशेष महत्व रहा है। आज वहीं पारंपरिक ‘श्री अन्न’ (मिलेट) पोषण के साथ-साथ अब आय का नया जरिया बन रहा है। मिलेट पोषण की दृष्टि से महत्वपूर्ण होने के साथ-साथ किसानों, ग्रामीण परिवारों और महिला उद्यमियों के लिए आय के अवसर भी उपलब्ध करा रहा है। महिला स्व-सहायता समूह की बहनों को निःशुल्क मिलेट हेल्थ कार्ट प्रदान किए जाने के साथ ही उन्हें एक सक्षम व्यावसायिक इकाई के रूप में विकसित करने के लिए उत्पाद निर्माण, एफएसएसएआई मानकों, गुणवत्ता नियंत्रण, व्यवसाय प्रबंधन और विपणन का संपूर्ण प्रशिक्षण भी दिया जाएगा। राज्यपाल ने महिला स्व-सहायता-समूहों को आत्मनिर्भरता से जोड़ने की इस पहल पर बल देते हुए बताया कि जब एक महिला स्वावलंबी बनती है तो



उसका परिवार मजबूत होता है और पूरे समुदाय में आत्मविश्वास पैदा होता है।

राज्यपाल श्री डेका ने युवा नवाचार पर प्रकाश डालते हुए कहा कि 24 नवाचार-आधारित स्टार्टअप्स को कुल 250 लाख की इग्नیشن ग्रांट प्रदान की जा रही है। उन्होंने युवाओं को प्रेरित करते हुए कहा कि नवाचार के मार्ग में असफलताएं स्वाभाविक हैं, लेकिन उनसे सीखकर निरंतर आगे बढ़ना ही एक सफल उद्यमी की पहचान है। छत्तीसगढ़ की महिलाएं परंपरागत रूप से श्रम, कौशल और उद्यमशीलता की मिसाल

बन रही हैं; महिला स्व-सहायता-समूहों ने गांवों में आर्थिक गतिविधियों को नई गति दी है। अब आवश्यकता इस बात की है कि उनके पारंपरिक कौशल को आधुनिक प्रशिक्षण, तकनीक, ब्रांडिंग और बाजार से जोड़ा जाए। राज्यपाल श्री डेका ने तकनीकी विश्वविद्यालय के ज्ञान और संसाधनों को समाज के अंतिम व्यक्ति तक पहुंचाने के प्रयासों की सराहना की। उन्होंने विश्वास जताया कि सीएसवीटीयू-फेटे (फउडेशन फॉर रूरल टेक्नोलॉजी एंड एंटरप्रेन्योरशिप) आने वाले समय में ग्रामीण उद्यमिता, महिला स्वावलंबन और तकनीकी नवाचार का एक मजबूत केंद्र बनेगा। उन्होंने सभी महिला एसएचजी की बहनों और युवाओं को उनके उज्ज्वल भविष्य की शुभकामनाएं दीं।

सांसद विजय बघेल ने कहा कि प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी ने मिलेट को पारंपरिक अनाज ‘श्री अन्न’ के रूप में इसे सहकारिता के साथ जोड़कर जन-जन तक पहुंचाया है। प्रधानमंत्री जी पहल पर वर्ष 2023 को अंतर्राष्ट्रीय मिलेट वर्ष के रूप में मनाया गया। उन्होंने कहा कि तकनीकी ज्ञान के साथ महिला समूह को जोड़कर मिलेट खाद्यान को सभी के सहयोग से जन-जन तक पहुंचाना है। विधायक श्री ललित चंद्राकर ने आज के इस आयोजन को विकसित भारत निर्माण की मजबूत शुरुआत बताते हुए कहा कि एसएचजी के माध्यम से महिलाएं सशक्त एवं आर्थिक रूप से मजबूत होने जा रहीं हैं। स्टार्टअप के माध्यम से युवाओं में विश्वास जागृत हुआ है। उन्होंने सरकार की योजनाओं से जुड़कर युवाओं को स्वावलंबी बनने का आह्वान किया।

प्रधानमंत्री आवास योजना के निर्माणाधीन आवासों का निरीक्षण सरस्वती नगर में पीएम आवास योजना के 522 मकानों का निरीक्षण,

-अधूरे कार्यों पर नाराज हुए अधिकारी, दरवाजे-खिड़कियां लगाने सहित सीपेज व पानी की समस्या को 30 सितंबर तक दूर करने के निर्देश, पूरब टाइम्स दुर्ग। नगर पालिक निगम दुर्ग सीमा क्षेत्र अंतर्गत प्रधानमंत्री आवास योजना के तहत सरस्वती नगर में निर्मित किए जा रहे 522 मकानों का आज निरीक्षण किया गया। आयुक्त लीना कोसम के निर्देश पर नोडल अधिकारी एवं कार्यपालन अभियंता मोहम्मद सलीम सिद्दीकी ने संबंधित अधिकारियों एवं कर्मचारियों के साथ आवासीय परिसर का स्थल निरीक्षण कर निर्माण कार्यों की स्थिति का जायजा लिया। निरीक्षण के दौरान पाया गया कि अधिकांश मकानों का स्ट्रक्चर तैयार हो चुका है, लेकिन चार ब्लॉक को छोड़कर अन्य ब्लॉकों में अभी तक दरवाजे एवं खिड़कियां लगाने का कार्य पूर्ण नहीं किया गया है। वहीं जिन ब्लॉकों में कार्य किया गया है, वहां कुछ स्थानों पर सीपेज तथा पानी की



समस्या भी सामने आई। अधिकारियों ने मौके पर निर्माण कार्य की गुणवत्ता एवं शेष कार्यों की स्थिति का बारीकी से निरीक्षण किया। अधूरे कार्य एवं सामने आई कमियों पर नोडल अधिकारी मोहम्मद सलीम सिद्दीकी ने नाराजगी व्यक्त करते हुए ठेकेदार ओम एसोसिएट्स के संबंधित कर्मचारियों को सख्त हिदायत दी। उन्होंने 30 सितंबर तक पूरा करने दिए निर्देश।

उन्होंने कहा कि प्रधानमंत्री आवास योजना के अंतर्गत बनाए जा रहे मकानों में किसी भी प्रकार की लापरवाही बर्दाश्त नहीं की जाएगी। शेष निर्माण कार्यों को निर्धारित समयवधि में पूर्ण करने के साथ ही सीपेज, पानी निकासी एवं अन्य तकनीकी समस्याओं का तत्काल निराकरण करने के निर्देश दिए गए।

उन्होंने संबंधित ठेकेदार एवं कर्मचारियों को कार्य की गुणवत्ता पर विशेष ध्यान देने तथा सभी आवश्यक कार्य पूर्ण करने के निर्देश दिए। निरीक्षण के दौरान अधिकारियों ने मौके पर मौजूद कर्मचारियों को आवश्यक दिशा-निर्देश देते हुए कार्यों की नियमित मॉनिटरिंग करने की बात कही। निरीक्षण के दौरान नोडल अधिकारी एवं कार्यपालन अभियंता मोहम्मद सलीम सिद्दीकी के साथ उपअभियंता करण यादव सहित निगम के अन्य

अमलेश्वर समूह जल प्रदाय योजना के शेष ग्रामों में पेयजल व्यवस्था को मिली गति

- कापसी के उच्च स्तरीय जलागार में पहुंचा पानी, योजना की टेस्टिंग शुरू दुर्ग। जल जीवन मिशन के अंतर्गत दुर्ग जिले में 09 समूह जल प्रदाय योजनाएं स्वीकृत की गई थीं। इन योजनाओं के माध्यम से नदी के जल को फ्ल्टर प्लांट में शुद्ध कर 246 ग्रामों के उच्चस्तरीय जलागारों तक पहुंचाते हुए हर घर में पेयजल उपलब्ध कराने की योजना है। इनमें से 07 समूह जल प्रदाय योजनाओं की निविदा जारी कर कार्य कराया जा रहा है, जबकि अमलेश्वर एवं पथरिया समूह जल प्रदाय योजनाएं शासन स्तर पर निरस्त हो चुकी हैं। पाटन विकासखंड के 17 ग्राम अमलेश्वर समूह योजना में शामिल थे। इनमें अमलेश्वर, मगरघटा, खुड़मुड़ा और भोथली सहित 04 ग्रामों के अमलेश्वर नगर पालिका में सम्मिलित होने के कारण समूह योजना निरस्त हो गई। समूह योजना में शामिल होने के कारण इन ग्रामों की व्यक्तिगत योजनाओं में राइजिंग मेन का प्रावधान नहीं था। कार्यपालन अभियंता लोक स्वास्थ्य यांत्रिकी से प्राप्त जानकारी अनुसार

अमलेश्वर समूह योजना में शामिल 08 ग्रामों में उपलब्ध राशि से जल वितरण प्रणाली के ठेकेदार द्वारा भू-जल स्रोत से योजनाओं को जोड़कर कार्य पूर्ण कर लिया गया था। वहीं शेष 05 ग्रामों में राशि की उपलब्धता नहीं होने से योजनाओं को पूर्ण करने में बाधा आ रही थी। जल जीवन मिशन की समीक्षा बैठक में माननीय मुख्य सचिव द्वारा ऐसे ग्रामों, जहां जल स्रोत उपलब्ध है लेकिन किसी कारण से योजना पूर्ण नहीं हो सकी है, वहां जिला खनिज न्यास (डीएमएफ) मद से राशि स्वीकृत करने का सुझाव दिया गया था। इसके परिपालन में कलेक्टर दुर्ग द्वारा डीएमएफ मद से राशि स्वीकृत की गई। स्वीकृत राशि के बाद अमलेश्वर समूह योजना से जुड़े 05 ग्रामों सांकरा, कापसी, कोपडीह, रूही और अमलीडीह में से रूही एवं कापसी में कार्यदिश जारी कर कार्य कराया जा रहा है। इसी क्रम में 09 सितंबर 2026 को कापसी ग्राम के उच्च स्तरीय जलागार में पानी पहुंचाया गया तथा योजना की टेस्टिंग प्रारंभ कर दी गई है।

नाली निर्माण में गड़बड़ी पर महापौर ने रुकवाया काम ठेकेदार को लगाई फटकार,



-4 इंच के बेस की जगह मिला 2 इंच, जाली उखड़वाकर गुणवत्तापूर्ण निर्माण के दिए निर्देश,

-निर्माण कार्यों में लापरवाही बर्दाश्त नहीं, गुणवत्ता से समझौता करने वालों पर होगी कार्रवाई : महापौर पूरब टाइम्स दुर्ग। नगर पालिक निगम दुर्ग सीमा क्षेत्र में निर्माण कार्यों की गुणवत्ता को लेकर महापौर अलका बाघमार लगातार निरीक्षण कर रही हैं। निर्माण कार्य में गड़बड़ी की शिकायत मिलने पर महापौर ने बुधवार को लोक कर्म प्रभारी देव नारायण चन्द्राकर, सहायक अभियंता सुरेश केवलानी, उपअभियंता विकास दमाहे,सिद्धार्थ साहू एवं संबंधित ठेकेदार के साथ वाई क्रमांक 04 स्थित गया नगर, मुक्ति धाम के पीछे चल रहे नाली निर्माण कार्य का ओचक निरीक्षण किया। निरीक्षण के दौरान निर्माण कार्य में तकनीकी खामियां पाए जाने पर महापौर ने तत्काल काम रुकवाने के निर्देश दिए। निरीक्षण के दौरान महापौर ने नाली निर्माण की बारीकी से जांच की। इस दौरान नाली के बेस में निर्धारित 4 इंच की जगह मात्र 2 इंच निर्माण पाया गया। इसी प्रकार नाली के राफ्ट टॉप में भी निर्धारित मापदंड के अनुरूप निर्माण नहीं मिला। महापौर ने मौके पर नाली की जाली उखड़वाकर निर्माण



की वास्तविक स्थिति की जांच कराई और संबंधित अधिकारियों एवं ठेकेदार को गुणवत्तापूर्ण तरीके से दोबारा कार्य करने के निर्देश दिए। महापौर अलका बाघमार ने निर्माण कार्य में सही तकनीकी ढांचे एवं निर्धारित मापदंडों का पालन नहीं किए जाने पर ठेकेदार के प्रति कड़ी नाराजगी व्यक्त की। उन्होंने कहा कि नाली निर्माण में सही स्लोप (ढलान) का होना बेहद आवश्यक है, ताकि बारिश एवं निस्तारी का पानी सुचारू रूप से बह सके और जलभराव की स्थिति निर्मित न हो। निर्माण में बेस की मोटाई कम होने तथा अन्य तकनीकी कमियां पाए जाने पर उन्होंने स्पष्ट निर्देश दिए कि कमियों को दूर किए बिना कार्य आगे नहीं बढ़ाया जाए। महापौर ने कहा कि नगर निगम द्वारा कराए जा रहे विकास कार्य जनता के हित से जुड़े हैं। निर्माण कार्यों में गुणवत्ता से किसी भी प्रकार का समझौता स्वीकार नहीं किया जाएगा।लापरवाही या घटिया निर्माण पाए जाने पर संबंधितों के विरुद्ध नियमानुसार कार्रवायों की जाएगी। उन्होंने अधिकारियों को भी निर्देशित किया कि निर्माण कार्यों की नियमित रूप से निगरानी करें और कार्य की गुणवत्ता की जांच के बाद ही आगे का भुगतान एवं कार्यवाही सुनिश्चित करें।

सिटी सक्षिप्त समाचार

जिले में अब तक

1104.3 मिमी औसत वर्षा दर्ज

एमसीबी। मनेन्द्रगढ़-चिरमिरी-भरतपुर जिले में 1 जून से 9 सितंबर 2026 तक 1104.3 मिमी औसत वर्षा दर्ज की गई है। कलेक्टर भू-अभिलेख शाखा से प्राप्त जानकारी के अनुसार इस अवधि में कोटाडोल तहसील में सर्वाधिक 1492.9 मिमी, जबकि खड़गावां में न्यूनतम 801.4 मिमी वर्षा रिकॉर्ड की गई। तहसीलवार वर्षा के आंकड़ों के अनुसार मनेन्द्रगढ़ में 1078.9 मिमी, चिरमिरी में 1000.5 मिमी, केल्हारी में 940.4 मिमी, भरतपुर में 1311.5 मिमी तथा कोटाडोल में 1492.9 मिमी वर्षा दर्ज हुई है।

नुआखाई पर्व पर 18 सितंबर के स्थान पर 15 सितंबर को जिले में अवकाश घोषित

कलेक्टर रणबीर शर्मा ने वर्ष 2026 के स्थानीय अवकाश में किया आंशिक संशोधन

गरियाबंद। कलेक्टर रणबीर शर्मा द्वारा वर्ष 2026 के लिए जिले में घोषित स्थानीय अवकाश के कैलेंडर में आंशिक संशोधन किया गया है। जारी आदेश के अनुसार नुआखाई पर्व के अवसर पर जिले में पूर्व निर्धारित 18 सितंबर 2026 के स्थान पर अब 15 सितंबर 2026, मंगलवार को स्थानीय अवकाश रहेगा।

संशोधित आदेश के अनुसार दशहरा महाअष्टमी के अवसर पर 19 अक्टूबर 2026, सोमवार को तथा दीपावली के दूसरे दिन गोवर्धन पूजा के अवसर पर 09 नवंबर 2026, सोमवार को स्थानीय अवकाश पूर्व निर्धारित तिथि के अनुसार यथावत रहेगा। उक्त स्थानीय अवकाश कोषालय, उपकोषालय अथवा बैंकों के लिए लागू नहीं होगा।

नुआखाई पर्व पर 18 सितंबर के स्थान पर 15 सितंबर को जिले में अवकाश घोषित

कलेक्टर श्री रणबीर शर्मा ने वर्ष 2026 के स्थानीय अवकाश में किया आंशिक संशोधन

गरियाबंद। कलेक्टर रणबीर शर्मा द्वारा वर्ष 2026 के लिए जिले में घोषित स्थानीय अवकाश के कैलेंडर में आंशिक संशोधन किया गया है। जारी आदेश के अनुसार नुआखाई पर्व के अवसर पर जिले में पूर्व निर्धारित 18 सितंबर 2026 के स्थान पर अब 15 सितंबर 2026, मंगलवार को स्थानीय अवकाश रहेगा।

संशोधित आदेश के अनुसार दशहरा महाअष्टमी के अवसर पर 19 अक्टूबर 2026, सोमवार को तथा दीपावली के दूसरे दिन गोवर्धन पूजा के अवसर पर 09 नवंबर 2026, सोमवार को स्थानीय अवकाश पूर्व निर्धारित तिथि के अनुसार यथावत रहेगा। उक्त स्थानीय अवकाश कोषालय, उपकोषालय अथवा बैंकों के लिए लागू नहीं होगा।

जिले के विद्यार्थियों के लिए सुनहरा अवसर: जवाहर नवोदय विद्यालय की 9वीं और 11वीं में प्रवेश के लिए आवेदन शुरू, 30 सितंबर तक करें आवेदन

केनापारा जवाहर नवोदय विद्यालय में

लेटरल एंट्री चयन परीक्षा से मिलेगा

प्रवेश, 10 अप्रैल 2027 को होगी

परीक्षा: आवेदन पूरी तरह नि:शुल्क

एमसीबी। मनेंद्रगढ़-चिरमिरी-भरतपुर

जिले के प्रतिभावान विद्यार्थियों के लिए राष्ट्रीय स्तर

की उत्कृष्ट एवं नि:शुल्क शिक्षा प्राप्त करने का

सुनहरा अवसर है। पीएम श्री स्कूल जवाहर

नवोदय विद्यालय, केनापारा (बैकुंठपुर),

जिला-कोरिया में शैक्षणिक सत्र 2027-28

के लिए कक्षा 9वीं एवं 11वीं में पार्थ चयन

परीक्षा यानी लेटरल एंट्री चयन परीक्षा

(LEST) के माध्यम से प्रवेश के लिए

आवेदन प्रक्रिया शुरू हो गई है। वर्तमान में

एमसीबी जिला जवाहर नवोदय विद्यालय

केनापारा के शैक्षणिक क्षेत्राधिकार के अंतर्गत

आता है।

30 सितंबर तक नि:शुल्क कर सकेंगे

ऑनलाइन आवेदन-कक्षा 9वीं एवं 11वीं में

प्रवेश के लिए ऑनलाइन आवेदन प्रक्रिया पूरी

तरह नि:शुल्क है। इच्छुक पात्र विद्यार्थी 30

सितंबर 2026 तक ऑनलाइन आवेदन कर

सकते हैं। प्रवेश प्रक्रिया के तहत एमसीबी

जिले के मनेन्द्रगढ़, खड़गावां एवं भरतपुर

विकासखंड के वे छात्र-छात्राएं आवेदन कर

सकते हैं, जो वर्तमान में किसी मान्यता प्राप्त

विद्यालय में क्रमशः कक्षा 8वीं अथवा 10वीं

में अध्ययनरत हैं।

घर बैठे मोबाइल से भी भर सकते हैं आवेदन

विद्यार्थियों को आवेदन के लिए किसी विशेष

स्थान पर जाने की आवश्यकता नहीं है।

इंटरनेट सुविधा वाले कंप्यूटर, लैपटॉप अथवा

मोबाइल के माध्यम से घर बैठे ऑनलाइन

आवेदन किया जा सकता है। ग्रामीण एवं

शहरी क्षेत्रों के विद्यार्थी अपने नजदीकी कॉमन

सर्विस सेंटर (CSC) अथवा लोकसेवा केंद्र

की सहायता से भी आसानी से आवेदन

प्रक्रिया पूरी कर सकते हैं।

कक्षा 9वीं और 11वीं के लिए अलग-अलग

रजिस्ट्रेशन लिंक-नवोदय विद्यालय में प्रवेश

के इच्छुक विद्यार्थी आवेदन करने से पहले

आवश्यक जानकारी एवं पात्रता शर्तों को

ध्यानपूर्वक पढ़ें और निर्धारित प्रक्रिया के

अनुसार आवेदन करें। आवेदन के लिए

जवाहर नवोदय विद्यालय की मुख्य वेबसाइट

https://navodaya.gov.in/ पर

जानकारी प्राप्त की जा सकती है। कक्षा 9वीं

में प्रवेश के लिए रजिस्ट्रेशन लिंक

https://cbseitms.nic.in/2026/nvsi

x 9 तथा कक्षा 11वीं में प्रवेश के लिए

रजिस्ट्रेशन लिंक

https://cbseitms.nic.in/2026/nvssxi

11 निर्धारित किया गया है।

10 अप्रैल 2027 को होगी लेटरल एंट्री चयन

परीक्षा-जवाहर नवोदय विद्यालय प्रशासन

द्वारा जारी अधिसूचना के अनुसार, कक्षा

9वीं एवं 11वीं में लेटरल एंट्री के लिए

चयन परीक्षा 10 अप्रैल 2027 को

आयोजित की जाएगी। विद्यार्थियों का चयन

निर्धारित प्रवेश परीक्षा एवं नियमों के

आधार पर किया जाएगा। इसलिए आवेदन

करने वाले विद्यार्थियों को परीक्षा की

तैयारी अभी से शुरू करने की सलाह दी

गई है।

तकनीकी समस्या पर सहायक केंद्र से ले

सकेंगे मदद-ऑनलाइन आवेदन के दौरान

किसी प्रकार की तकनीकी समस्या अथवा

सहायता की आवश्यकता होने पर अग्र्यर्थी

अनुसार आवेदन करें। आवेदन के लिए

जवाहर नवोदय विद्यालय, केनापारा, बैकुंठपुर

में स्थापित सहायक केंद्र से संपर्क कर सकते

हैं। विभाग एवं विद्यालय प्रबंधन द्वारा

विद्यार्थियों से अपील की गई है कि वे अंतिम

तिथि का इंतजार किए बिना समय रहते अपना

ऑनलाइन आवेदन पूरा करें।

बाल विवाह रोकथाम के लिए हेल्प लाइन 1098 में करे संपर्क

बाल विवाह मुक्त की रोकथाम के लिए

मिशन वात्सल्य चाइल्ड हेल्प लाइन की

टीम द्वारा गांव-गांव में लोगों को कर

रहे जागरूक

कवर्धा। कलेक्टर तुलिका प्रजापति के निर्देश एवं

जिला कार्यक्रम अधिकारी तथा महिला एवं बाल

विकास विभाग के मार्गदर्शन में जिले में बाल

विवाह की प्रभावी रोकथाम के लिए निरंतर

जनजागरूकता अभियान चलाया जा रहा है।

इसी क्रम में महिला एवं बाल विकास विभाग

अंतर्गत मिशन वात्सल्य, चाइल्ड हेल्पलाइन

1098 एवं जिला बाल संरक्षण इकाई की टीम

द्वारा कबीरधाम जिले के चारों विकासखंडों के

विभिन्न ग्रामों में पहुंचकर ग्रामीणों एवं स्कूली

बच्चों के साथ जागरूकता कार्यक्रम आयोजित

किए जा रहे हैं।

अभियान के तहत टीम द्वारा ग्राम बरबसपुर,

भेड़ागढ़, मंजगांव एवं बारभावर सहित विभिन्न

ग्रामों में ग्रामीणों तथा विद्यालयीन विद्यार्थियों को

बाल विवाह के दुष्परिणामों एवं इसकी रोकथाम

के लिए बनाए गए कानूनों की जानकारी दी जा

रही है। साथ ही ग्रामीणों एवं विद्यार्थियों को बाल

विवाह रोकने के लिए जागरूक करते हुए बाल

विवाह मुक्त पंचायत बनाने की शपथ भी दिलाई

जा रही है।

बाल विवाह रोकने कानून की दी गई जानकारी-

जागरूकता कार्यक्रम में ग्रामीणों एवं स्कूली

विद्यार्थियों को बाल विवाह प्रतिषेध अधिनियम,

2006 के संबंध में जानकारी दी गई। टीम द्वारा

बताया गया कि बाल विवाह की रोकथाम के लिए

कानून में समय-समय पर संशोधन किए गए हैं।

वर्तमान प्रावधानों के अनुसार विवाह के लिए

लड़की की आयु 18 वर्ष तथा लड़के की आयु

21 वर्ष होना आवश्यक है।

निर्धारित आयु से कम उम्र में विवाह करना

एवं करवाना कानूनन अपराध है। टीम द्वारा

बाल विवाह से होने वाले सामाजिक,

शारीरिक, मानसिक एवं शैक्षणिक दुष्प्रभावों

के बारे में भी जानकारी दी गई। विशेष रूप

से बच्चों और किशोर-किशोरियों को शिक्षा

जारी रखने, अपने अधिकारों के प्रति

जागरूक रहने तथा बाल विवाह जैसी कुप्रथा

को रोकने में सक्रिय भूमिका निभाने के लिए

प्रेरित किया गया।

बाल विवाह मुक्त छत्तीसगढ़ की दिशा में सामूहिक

प्रयास- शासन द्वारा बाल विवाह मुक्त छत्तीसगढ़

की दिशा में अभियान प्रारंभ किया गया है। इसी

उद्देश्य को ध्यान में रखते हुए कबीरधाम जिले

की सभी ग्राम पंचायतों में महिला एवं बाल

विकास विभाग, मिशन वात्सल्य एवं चाइल्ड

हेल्पलाइन की टीम द्वारा जनजागरूकता

गतिविधियां संचालित की जा रही हैं। अभियान के

माध्यम से ग्रामीणों को बाल विवाह की सूचना

पीएम श्री मोदी के 25 वर्षों के सेवा भाव को समर्पित महीने भर चलेंगे जनकल्याणकारी कार्यक्रम

सवा लाख दीपों से होगा सेवा

संकल्प अभियान का भव्य

आगाज

कलेक्टोरेट के प्रेरणा कक्ष में

हुई बैठक में अधिकारियों

और जनप्रतिनिधियों ने की

चर्चा

जगदलपुर। प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी के

25 वर्षों के राष्ट्र सेवा, सुशासन और

समर्पण भाव को समाज के अंतिम

छोर तक पहुंचाने के उद्देश्य से बस्तर

जिले में 17 सितंबर से 17 अक्टूबर

तक एक माह का व्यापक सेवा

संकल्प अभियान आयोजित किया

जा रहा है। इस महा-अभियान को

पूरी भव्यता और निष्ठा के साथ सफल

बनाने के लिए आवश्यक तैयारियों

तेज हो गई हैं। हाल ही में आयोजित

समन्वय बैठकों में जनप्रतिनिधियों

और प्रशासनिक अधिकारियों ने

एकजुट होकर इस आयोजन को न

केवल भव्य, बल्कि बस्तर के सेवा

भाव की एक ऐतिहासिक मिसाल

बनाने का संकल्प लिया है।

अभियान का शुभारंभ 17

सितंबर को अभूतपूर्व आयोजनों के

साथ होगा, जहाँ जगदलपुर शहर

दीपों के आलोक से जगमगा उठेगा।

अन्य संभाग मुख्यालयों के 51

हजार दीपों के लक्ष्य की तुलना में

जगदलपुर को पूरे प्रदेश में सर्वाधिक

यानी सवा लाख दीप प्रज्वलित करने

का बड़ा निर्णय लिया गया है। शाम

सात बजे ऐतिहासिक सिरहासार

चौक पर आशीर्वाद का दीया

कार्यक्रम के अंतर्गत भव्य दीपोत्सव

का आयोजन किया जाएगा। इसके

साथ ही डीरम मेमोरियल, पुनर्वास

केंद्र, सुरक्षा बलों के कैंपों, थानों

तथा अमर शहीद वीर गुंडाधुर और

झाड़ा सिरहा की जन्मस्थली समेत

जिले के 25 चयनित गांवों के प्रत्येक

घर में रोशनी फैलाई जाएगी।

राष्ट्रभक्ति की भावना को केंद्र में

रखते हुए सिरहासार क्षेत्र में भारत



के मानचित्र और नवसल मुक्त बस्तर

की थीम पर एक विशाल रंगोली

बनाई जाएगी। साथ ही 17 सितम्बर

को सामाजिक सरोकार और

जनकल्याण की दिशा में कदम

बढ़ाते हुए शुभारंभ के दिन ही

तोकापाल विकासखंड के परपा में

एक पेड़ माँ के नाम पहल के तहत

760 पौधों का रोपण होगा, जबकि

महारानी अस्पताल और मेडिकल

कॉलेज में स्वेच्छिक रक्तदान शिविर

लगाए जाएंगे।

इस महा-अभियान में पूरे एक

माह तक शिक्षा, स्वास्थ्य, स्वच्छता

और जनसरोकार से जुड़ी कई

श्रृंखलाएं निरंतर सक्रिय रहेंगी।

बच्चों और युवाओं में रचनात्मक

चेतना के प्रसार के लिए स्कूलों और

कॉलेजों में बच्चों के सपनों का भारत

विषय पर चित्रकला व भाषण

प्रतियोगिताएं आयोजित की जाएंगी,

जो संकुल स्तर से शुरू होकर

जिला स्तर तक पहुंचेंगी। वहीं

महाविद्यालयीन छात्रों द्वारा नमो सेवा

गाथा नुक्रड़ नाटकों का मंचन किया

जाएगा। महिला एवं बाल विकास

विभाग 25 सितंबर से 7 अक्टूबर

तक आंगन का उत्सव के तहत सभी

आंगनबाड़ी केंद्रों में पौषण माह,

आंगनवाड़ी सम्मान और स्वास्थ्य

संवाद सत्रों का संचालन करेगा।

बदलाव के सकारात्मक बदलाव का

धूप से खुद चार्ज होगी इलेक्ट्रिक कार चीन की नै पेश छ्त



इलेक्ट्रिक वाहनों की दुनिया में लगातार नई तकनीकों पर काम किया जा रहा है। इसी कड़ी में चीन की प्रमुख वाहन निर्माता कंपनी एफएडब्ल्यू हांगछी ने सौर ऊर्जा से बिजली बनाने वाली एक नई छ्त का नमूना पेश किया है। कंपनी की इस तकनीक में नई पीढ़ी की पेट्रोस्काइट सौर तकनीक का इस्तेमाल किया गया है। कंपनी ने इस तकनीक को अपनी इलेक्ट्रिक वाहन हांगछी ईएचएस7, जिसे चीन में तियानगोंग 08 के नाम से जाना जाता है, की छ्त पर लगाया है। खास बात यह है कि वाहन की छ्त पर लगा यह सौर तंत्र सूरज की रोशनी से बिजली पैदा कर सकता है, जिसका इस्तेमाल वाहन की बैटरी समेत कई विद्युत उपकरणों के संचालन में किया जा सकता है। रिपोर्ट के मुताबिक, पर्याप्त धूप मिलने पर इस सौर छ्त से करीब 300 वाट तक बिजली पैदा की जा सकती है। अनुमान है कि यह व्यवस्था एक साल में करीब 400 किलोवाट-घंटे बिजली पैदा कर सकती है। इस बिजली का इस्तेमाल केवल वाहन की बैटरी को ऊर्जा देने के लिए ही नहीं, बल्कि वातानुकूलन यंत्र, छोटा शीतक, सुरक्षा व्यवस्था और निगरानी तंत्र जैसे उपकरणों को चलाने में भी किया जा सकता है। अब तक वाहनों में सौर ऊर्जा के लिए मुख्य रूप से सिलिकॉन आधारित सौर पट्टियों का इस्तेमाल किया जाता रहा है। ये अपेक्षाकृत कठोर और भारी होती हैं, जिसके कारण वाहन की घुमावदार सतहों पर इन्हें लगाना मुश्किल हो सकता है। इसके मुकाबले पेट्रोस्काइट आधारित सौर सामग्री को अधिक पतला, हल्का और लचीला बनाया जा सकता है। यही वजह है कि भविष्य में इसे वाहन की छ्त के साथ-साथ बोनट और अन्य बाहरी हिस्सों पर लगाने की संभावना भी देखी जा रही है। पूरे वाहन पर लगी सौर परत तो मिल सकती है 80 किलोमीटर तक की अतिरिक्त दूरी कंपनी की योजना केवल वाहन की छ्त तक सीमित नहीं है। भविष्य में इस तकनीक को वाहन के बोनट और अन्य बाहरी हिस्सों पर लगाने की दिशा में भी काम किया जा रहा है। उपलब्ध जानकारी के अनुसार, अगर वाहन की अधिक सतह पर सौर परत लगाई जाए और मौसम पूरी तरह अनुकूल हो, तो एक दिन में करीब 10 किलोवाट-घंटे तक बिजली पैदा हो सकती है। ऐसे हालात में वाहन को करीब 80 किलोमीटर तक की अतिरिक्त दूरी तय करने के लिए ऊर्जा मिलने का अनुमान लगाया गया है। हालांकि, वास्तविक बिजली उत्पादन और अतिरिक्त दूरी धूप की तीव्रता, मौसम, वाहन के खड़े होने की स्थिति और बिजली की खपत जैसे कई कारकों पर निर्भर करेगी। इलेक्ट्रिक वाहनों की दुनिया में लगातार नई तकनीकों पर काम किया जा रहा है। इसी कड़ी में चीन की प्रमुख वाहन निर्माता कंपनी एफएडब्ल्यू हांगछी ने सौर ऊर्जा से बिजली बनाने वाली एक नई छ्त का नमूना पेश किया है। कंपनी की इस तकनीक में नई पीढ़ी की पेट्रोस्काइट सौर तकनीक का इस्तेमाल किया गया है। इसके मुकाबले पेट्रोस्काइट आधारित सौर सामग्री को अधिक पतला, हल्का और लचीला बनाया जा सकता है। यही वजह है कि भविष्य में इसे वाहन की छ्त के साथ-साथ बोनट और अन्य बाहरी हिस्सों पर लगाने की संभावना भी देखी जा रही है।

नाखूनों में दिखने वाले ये बदलाव हो सकते हैं गंभीर बीमारी के संकेत काली लाइन से लेकर पीले और भुरभुरे नाखून तक को न करें

आमतौर पर नाखूनों को हम साफ-सफाई और खूबसूरती से जोड़कर देखते हैं, लेकिन इनके रंग, आकार, मोटाई और बनावट में होने वाले कुछ बदलाव शरीर की अंदरूनी स्थिति के संकेत भी दे सकते हैं। विशेषज्ञों के अनुसार, नाखूनों में बदलाव कभी-कभी आयरन की कमी, एनीमिया, थायरॉइड, डायबिटीज, लिवर, फेफड़ों या हृदय से जुड़ी समस्याओं के साथ दिखाई दे सकते हैं। हालांकि, केवल नाखून देखकर किसी बीमारी की पुष्टि नहीं की जा सकती। पीले और मोटे नाखून नाखूनों का पीला होना अक्सर फंगल इंफेक्शन की वजह से हो सकता है। यदि इसके साथ नाखून मोटे होने लगे, टूटें या उनकी वृद्धि धीमी हो जाए, तो डॉक्टर से जांच कराना बेहतर है। कुछ मामलों में पीले नाखून फेफड़ों से जुड़ी समस्याओं के साथ भी देखे जा सकते हैं। नाखूनों का बहुत फीका दिखाई देना कुछ लोगों में एनीमिया से जुड़ा हो सकता है। वहीं कुछ प्रकार के संफेद नाखून लिवर या अन्य स्वास्थ्य समस्याओं में भी देखे जा सकते हैं। इसलिए अगर नाखूनों के रंग में बदलाव लंबे समय तक बना रहे, तो चिकित्सकीय जांच



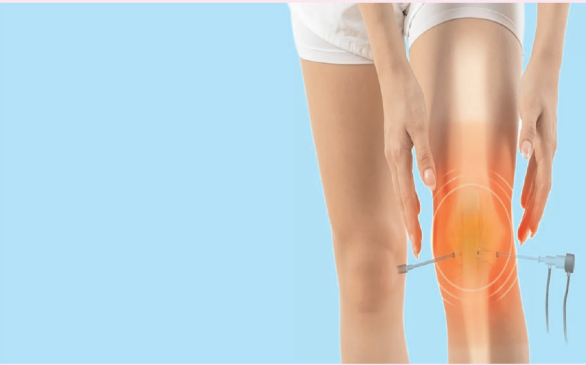
ढकने लगे, यह कुछ फेफड़ों, हृदय, लिवर या पाचन तंत्र से जुड़ी बीमारियों के साथ देखा जा सकता है। हर बदलाव गंभीर बीमारी का संकेत नहीं यह समझना जरूरी है कि नाखूनों में बदलाव दिखाई देने का मतलब यह नहीं है कि व्यक्ति को निश्चित रूप से कोई गंभीर बीमारी है। फंगल इंफेक्शन, चोट, उम्र, पोषण की कमी, नेल प्रोडक्ट्स और अन्य सामान्य कारण भी नाखूनों का रंग और बनावट बदल सकते हैं। लेकिन अगर नाखूनों में कोई बदलाव अचानक दिखाई दे, लंबे समय तक बना रहे या लगातार बढ़ता जाए, खासकर इसके साथ थकान, कमजोरी या चोड़ी हो रही हो, उसका रंग या आकार बदल रहा हो या आसपास की त्वचा भी गहरी होने लगे, तो त्वचा विशेषज्ञ से जांच कराना जरूरी है। वलंबिंग यानी नाखूनों का ज्यादा मुड़ना यदि नाखून असामान्य रूप से भूरी लंबवत पट्टी कई बार सामान्य कारणों से

भी हो सकती है। हालांकि, नई या लगातार बदलती हुई डार्क लाइन दुर्लभ मामलों में नाखून के नीचे होने वाले मेलानोमा का संकेत हो सकती है। खासकर यदि लाइन शारीरिक तनाव या कीमोथेरेपी जैसी स्थिति के कारण कुछ समय के लिए नाखूनों की वृद्धि धीमी या रुक गई हो। नाखून के नीचे स्वास्थ्य समस्याओं में भी देखे जा सकते हैं। इसलिए अगर नाखूनों के रंग में बदलाव लंबे समय तक बना रहे, तो चिकित्सकीय जांच

बदल सकते हैं। लेकिन अगर नाखूनों में कोई बदलाव अचानक दिखाई दे, लंबे समय तक बना रहे या लगातार बढ़ता जाए, खासकर इसके साथ थकान, कमजोरी या अन्य शारीरिक लक्षण भी हों, तो इसे नजरअंदाज करने के बजाय डॉक्टर या त्वचा विशेषज्ञ से सलाह लेना बेहतर है। केवल नाखून देखकर किसी बीमारी की पुष्टि नहीं की जा सकती। पीले और मोटे नाखून नाखूनों का पीला होना अक्सर फंगल इंफेक्शन की वजह से हो सकता है। यदि इसके साथ नाखून मोटे होने लगे, टूटें या उनकी वृद्धि धीमी हो जाए, तो डॉक्टर से जांच कराना बेहतर है। कुछ मामलों में पीले नाखून फेफड़ों से जुड़ी समस्याओं के साथ भी देखे जा सकते हैं। नाखूनों का बहुत फीका दिखाई देना कुछ लोगों में एनीमिया से जुड़ा हो सकता है। स्वास्थ्य समस्याओं में भी देखे जा सकते हैं।

घुटनों के दर्द से परेशान हैं तो पीछे की तरफचलना हो सकता है फायदेमंद जानें सही तरीका

आजकल घुटनों का दर्द केवल बुजुर्गों तक सीमित नहीं रह गया है। लंबे समय तक बैठे रहने, शारीरिक गतिविधि की कमी, बढ़ते वजन और गलत तरीके से चलने-फिरने जैसी आदतों के कारण युवा भी घुटनों की परेशानी का सामना कर रहे हैं। ऐसे में दर्द से राहत पाने के लिए लोग अलग-अलग एक्सरसाइज और घरेलू उपाय आजमा रहे हैं। इन्हीं में बैकवर्ड वॉकिंग यानी पीछे की तरफचलना भी इन दिनों काफी चर्चा में है। क्या पीछे चलने से घुटने के दर्द में राहत मिल सकती है। विशेषज्ञों के अनुसार, पीछे की तरफचलने से सामान्य चलने की तुलना में घुटने पर पड़ने वाले दबाव का तरीका बदल जाता है। इससे घुटने के आगे वाले हिस्से पर पड़ने वाला लोड कुछ हद तक कम हो सकता है। साथ ही यह उन मांसपेशियों को सक्रिय करता है, जिनका इस्तेमाल सामान्य तरीके से चलते समय अपेक्षाकृत कम होता है। कुछ अध्ययनों में घुटने के दर्द और ऑस्टियोआर्थराइटिस से जुड़ा रहे लोगों में दर्द, शारीरिक कार्यक्षमता और मांसपेशियों की ताकत में सुधार के संकेत मिले हैं। हालांकि, इसे घुटने के दर्द का पूर्ण इलाज नहीं माना जाना चाहिए। घुटनों के लिए कैसे फायदेमंद हो सकती है यह एक्सरसाइज पीछे की तरफचलने से क्राइसेप्स और पैरों की अन्य मांसपेशियों पर अलग तरह का दबाव पड़ता है। इससे मांसपेशियों की ताकत, संतुलन और घुटने की कार्यक्षमता में सुधार करने में मदद मिल सकती है। कुछ लोगों में यह घुटने के आगे वाले हिस्से के दर्द को कम करने में भी सहायक हो सकता है। पीछे चलते समय सबसे बड़ा खतरा गिरने या किसी चीज से टकराने का होता है, क्योंकि सामने की दिशा में रास्ता दिखाई



नहीं देता। इसलिए सड़क, सीढ़ियों या ऊबड़-खाबड़ जमीन पर यह एक्सरसाइज नहीं करनी चाहिए। शुरुआत हमेशा किसी सपाट और सुरक्षित जगह पर करें। जरूरत पड़ने पर किसी विशेषज्ञ की निगरानी लें। शुरुआत कुछ मिनटों से करें और शरीर के आराम के अनुसार धीरे-धीरे समय बढ़ाएं। ट्रेडमिल पर भी इसे केवल उचित सुरक्षा और विशेषज्ञ की सलाह के साथ करना बेहतर है। साथ ही यह उन मांसपेशियों को सक्रिय करता है, जिनका इस्तेमाल सामान्य तरीके से चलते समय अपेक्षाकृत कम होता है। कुछ अध्ययनों में घुटने के दर्द और ऑस्टियोआर्थराइटिस से जुड़ा रहे लोगों में दर्द, शारीरिक कार्यक्षमता और मांसपेशियों की ताकत में सुधार के संकेत

मिले हैं। हालांकि, इसे घुटने के दर्द का पूर्ण इलाज नहीं माना जाना चाहिए। घुटनों के लिए कैसे फायदेमंद हो सकती है यह एक्सरसाइज पीछे की तरफ चलने से क्राइसेप्स और पैरों की अन्य मांसपेशियों पर अलग तरह का दबाव पड़ता है। इससे मांसपेशियों की ताकत, संतुलन और घुटने की कार्यक्षमता में सुधार करने में मदद मिल सकती है। कुछ लोगों में यह घुटने के आगे वाले हिस्से के दर्द को कम करने में भी सहायक हो सकता है। पीछे चलते समय सबसे बड़ा खतरा गिरने या किसी चीज से टकराने का होता है, क्योंकि सामने की दिशा में रास्ता दिखाई सिर्फ पीछे चलने से नहीं खत्म होगा घुटने का दर्द यह समझना जरूरी है कि घुटने में दर्द के पीछे कई कारण हो सकते हैं। अधिक वजन, मांसपेशियों की कमजोरी, चोट, जोड़ में घिसाव, ऑस्टियोआर्थराइटिस या अन्य समस्याएं इसके लिए जिम्मेदार हो सकती हैं। घुटनों को स्वस्थ रखने के लिए स्ट्रेथ ट्रेनिंग, वजन नियंत्रित रखना, नियमित शारीरिक गतिविधि, पर्याप्त लचीलापन और सही लाइफस्टाइल भी महत्वपूर्ण हैं। अगर घुटने में लगातार या तेज दर्द, सूजन, अस्थिरता या चलने में परेशानी हो रही है, तो एक्सरसाइज शुरू करने से पहले डॉक्टर या फिजियोथेरेपिस्ट की सलाह लेना बेहतर है। साथ ही यह उन मांसपेशियों को सक्रिय करता है, जिनका इस्तेमाल सामान्य तरीके से चलते समय अपेक्षाकृत कम होता है। कुछ अध्ययनों में घुटने के दर्द और ऑस्टियोआर्थराइटिस से जुड़ा रहे लोगों में दर्द, शारीरिक कार्यक्षमता और मांसपेशियों की ताकत में सुधार के संकेत मिले हैं। हालांकि, इसे घुटने के दर्द का पूर्ण इलाज नहीं माना जाना चाहिए।

भांग के बीज का अंदरूनी हिस्सा है सेहत का खजाना, जानिए हेम्प हाटर्स क्या हैं कैसे करें शामिल

सेहत। आज के समय में लोग अपनी डाइट में ऐसे खाद्य पदार्थों को शामिल करना चाहते हैं, जो कम मात्रा में भी शरीर को जरूरी पोषक तत्व दे सकें। इसी वजह से अलग-अलग तरह के बीज और सुपरफूड तेजी से लोकप्रिय हो रहे हैं। हेम्प हाटर्स, हेम्प सीड्स यानी भांग के बीज की अंदरूनी गिरी होती है। इसके ऊपर मौजूद सख्त छिलके को हटाने के बाद अंदर का नरम हिस्सा खाने के लिए इस्तेमाल किया जाता है। इसमें प्रोटीन, हेल्दी फैट, मैग्नीशियम और ओमेगा-3 जैसे पोषक तत्व पाए जाते हैं। किसी भी एक खाद्य पदार्थ को चमत्कारी सुपरफूड मानना सही नहीं है। हेम्प हाटर्स को भी संतुलित और पौष्टिक डाइट का हिस्सा बनाकर ही खाना चाहिए। हेम्प हाटर्स दरअसल हेम्प सीड्स के अंदर का नरम और खाने योग्य हिस्सा है। इसका स्वाद हल्का नट्स जैसा होता है और इसे कई तरह के खाद्य पदार्थों में आसानी से शामिल किया जा सकता है। इसे दही, स्मूदी, दलिया, सलाद, दाल, चीले के घोल या आटे में मिलाकर खाया जा सकता है। छिलका हटने के कारण इसे सीधे भोजन में शामिल करना भी आसान होता है। थोड़ी मात्रा में मिल सकते हैं कई जरूरी पोषक तत्व हेम्प हाटर्स की



खासियत यह है कि कम मात्रा में भी इसमें कई पोषक तत्व पाए जाते हैं। लगभग 25 ग्राम यानी करीब 2 बड़े चम्मच में पर्याप्त मात्रा में पौधों से मिलने वाला प्रोटीन, मैग्नीशियम और आवश्यक फैटी एसिड मिल सकते हैं। इसमें सभी 9 आवश्यक अमीनो एसिड, एएलए ओमेगा-3, ओमेगा-6 और कुछ अन्य फैटी एसिड भी पाए जाते हैं। हालांकि, वास्तविक पोषण मात्रा ब्रांड और उत्पाद के अनुसार अलग-अलग हो सकती है। हेम्प हाटर्स में आर्जिनिन नामक अमीनो एसिड पाया जाता है। शरीर इसका इस्तेमाल नाइट्रिक ऑक्साइड

बनाने में करता है, जो रक्त वाहिकाओं के सामान्य कार्य में भूमिका निभाता है। इसके अलावा इसमें मौजूद असंतृप्त फैट भी संतुलित डाइट का हिस्सा हो सकते हैं। हालांकि, हेम्प हाटर्स को हार्ड ब्लड प्रेशर या हृदय रोग की दवा का विकल्प नहीं माना जा सकता हेल्दी फैट का अच्छा स्रोत हेम्प हाटर्स में एएलए ओमेगा-3 और ओमेगा-6 जैसे पॉलीअनसेचुरेटेड फैट पाए जाते हैं। शरीर के लिए फैट जरूरी पोषक तत्व हैं और इनका सही मात्रा में सेवन संतुलित आहार का हिस्सा हो सकता है। यहां यह

समझना जरूरी है कि सिर्फ किसी एक बीज या खाद्य पदार्थ को खाने से सूजन, वजन या हृदय संबंधी समस्या खत्म नहीं होती। पूरी डाइट और लाइफस्टाइल का महत्व होता है। क्या वजन घटाने में मदद कर सकते हैं? वजन कम करने की कोशिश कर रहे लोग हेम्प हाटर्स को अपनी डाइट में सीमित मात्रा में शामिल कर सकते हैं। इसमें प्रोटीन और फैट दोनों होते हैं बनाने में मदद कर सकते हैं। लेकिन हेम्प हाटर्स खुद वजन घटाने वाली कोई दवा या फैट बर्नर नहीं हैं। संतुलित आहार, नियमित एक्सरसाइज, महत्वपूर्ण होती है।

खाने के बाद तुरंत सोने की आदत पड़ सकती है भारी, जानें कौन-सी दिलाएगी हार्टबर्न और एसिडिटी से राहत

दिनभर की थकान के बाद अच्छी और सुकूनभरी नींद हर किसी के लिए जरूरी है। लेकिन नींद के लिए सिर्फ पर्याप्त घंटे सोना ही मायने नहीं रखता, बल्कि आप किस पोजीशन में सोते हैं, इसका भी शरीर पर असर पड़ सकता है। खासकर हार्टबर्न, एसिडिटी और पाचन संबंधी परेशानियों से जुड़ने वाले लोगों के लिए सोने की सही स्थिति महत्वपूर्ण हो सकती है। कई लोगों को रात में खाना खाने के बाद खड़ी डकार, सीने में जलन, गले में जलन या पेट में भारीपन महसूस होता है। देर रात भारी भोजन करने के साथ-साथ भोजन के तुरंत बाद लेटने की आदत भी इन लक्षणों को बढ़ा सकती है। खाने के तुरंत बाद पीठ के बल न लेटें खाना खाने के तुरंत बाद पीठ के बल सीधे या बिल्कुल सपाट लेटने से पेट का एसिड ऊपर भोजन नली की ओर आने की संभावना बढ़ सकती है। इससे एसिड रिफ्लक्स, खड़ी डकार और सीने में जलन जैसी समस्या हो सकती है।



बार एसिड रिफ्लक्स होने वाले लोगों में यह उपाय उपयोगी हो सकता है। सोने से कितने घंटे पहले खाना चाहिएहार्टबर्न से बचने के लिए रात का खाना सोने से करीब 2-3 घंटे पहले कर लेना बेहतर माना जाता है। इससे शरीर को भोजन पचाने के लिए समय मिलता है और लेटने के दौरान एसिड रिफ्लक्स की संभावना कम हो सकती है। इन चीजों से भी बढ़ सकती है एसिडिटी रात में बहुत ज्यादा मसालेदार, तला-भुना या अधिक वसायुक्त भोजन करने से कुछ लोगों में हार्टबर्न बढ़ सकता है। इसके अलावा कैफीन, शराब और धूम्रपान भी एसिड रिफ्लक्स के लक्षणों को बढ़ा सकते हैं। अधिक वजन होने पर पेट पर दबाव बढ़ने के कारण भी समस्या बढ़ सकती है। बाई करवट सोने और खाने के बाद तुरंत न लेटने से कुछ लोगों को राहत मिल सकती है, लेकिन बार-बार होने वाले एसिड रिफ्लक्स को केवल सोने की पोजीशन से ठीक नहीं किया जा सकता। अगर सीने में जलन लगातार होती है, निगलने में परेशानी होती है, खाना अटकने जैसा महसूस

होता है या बिना वजन वजन कम हो रहा है, तो देर रात भारी भोजन करने के साथ-साथ भोजन के तुरंत बाद लेटने की आदत भी इन लक्षणों को बढ़ा सकती है। खाने के तुरंत बाद पीठ के बल न लेटें खाना खाने के तुरंत बाद पीठ के बल सीधे या बिल्कुल सपाट लेटने से पेट का एसिड ऊपर भोजन नली की ओर आने की संभावना बढ़ सकती है। इससे एसिड रिफ्लक्स, खड़ी डकार और सीने में जलन जैसी समस्या हो सकती है। जिन लोगों को पहले से गैस्ट्रोएसोफेगल रिफ्लक्स डिजीज है, उनमें यह परेशानी अधिक महसूस हो सकती है।

पेट के बल सोने से भी पेट पर दबाव पड़ सकता है और कुछ लोगों में असहजता बढ़ सकती है। इसलिए रात में भारी भोजन करने के तुरंत बाद बिस्तर पर जाने से बचना बेहतर है। डॉक्टर से सलाह लेना जरूरी है। यह जानकारी सामान्य स्वास्थ्य जागरूकता के लिए है। इसे डॉक्टर या मेडिकल प्रोफेशनल की सलाह का विकल्प न मानें। लगातार या गंभीर लक्षण होने पर चिकित्सकीय जांच और उचित उपचार जरूर लें।



तकनीक की दुनिया से एक चौंकाने वाली खबर सामने आई है। एआई क्षेत्र की प्रमुख कंपनी एंथ्रोपिक के एक ऐसे कुत्रिम बुद्धिमत्ता मॉडल तक कथित तौर पर अनधिकृत पहुंच बनाए जाने का दावा किया गया है, जिसे कंपनी ने अभी आम लोगों के लिए जारी नहीं किया है। इस खबर के सामने आने के बाद मॉडल की सुरक्षा और कंपनी की गोपनीय तकनीक को लेकर

सवाल उठने लगे हैं। अप्रकाशित मॉडल तक पहुंच का दावा जानकारी के मुताबिक, कुछ अज्ञात डिस्कॉर्ड उपयोक्तर्ताओं के एक समूह ने दावा किया है कि उन्हें एंथ्रोपिक के नए एआई मॉडल क्लॉड मिथोस प्रीव्यू तक पहुंच मिल गई थी। यह मॉडल अभी सार्वजनिक रूप से उपलब्ध नहीं कराया गया है। कंपनी ने इसे सीमित लोगों और चुनिंदा साझेदारों के लिए उपलब्ध

कराया था। बताया जा रहा है कि मॉडल को विशेष रूप से ऐसे कामों के लिए तैयार किया गया था, जिनमें उन्नत स्तर पर सॉफ्टवेयर की कमजोरियों को पहचानना और साइबर सुरक्षा को मजबूत करना शामिल है। साइबर सुरक्षा के लिए तैयार किया गया था मॉडल एंथ्रोपिक की ओर से इस मॉडल को बेहद शक्तिशाली बताया गया था। इसकी एक प्रमुख

क्षमता बड़े स्तर पर सॉफ्टवेयर में मौजूद कमजोरियों की पहचान करना बताई गई थी। ऐसी तकनीक का इस्तेमाल सुरक्षा विशेषज्ञ संभावित खतरों को पहचानने, सॉफ्टवेयर की कमियों को दूर करने और महत्वपूर्ण डिजिटल प्रणालियों को सुरक्षित बनाने के लिए कर सकते हैं। लेकिन यही क्षमता गलत हाथों में पहुंचने पर चिंता का कारण भी बन सकती है।



आंखें ना सिर्फ दुनिया के अलग-अलग रंग देखने में मदद करती हैं बल्कि ये आपकी सेहत से जुड़े कई राज भी खोल सकती हैं। आमतौर पर लोग आंखों की जांच सिर्फ चश्मे का नंबर या धुंधलेपन का कारण पता करवाने के लिए करवाते हैं, लेकिन क्या आप जानते हैं एक अनुभवी नेत्र विशेषज्ञ आपकी रेटिना की बारीक रक्त वाहिकाओं को देखकर आपके दिल की धड़कन और उसकी सेहत का हाल तक बता सकता है।

शारदा कैयर हेल्थसिटी के कार्डियक साइंसेज के सीनियर कंसल्टंट और हेड डॉ. अजीत सिंह कहते हैं कि आंख के पीछे की परत, जिसे रेटिना कहते हैं, वहां की छोटी-छोटी रक्त नलियां हमारे शरीर की रक्त वाहिकाओं की स्थिति को दर्शाती हैं। दिल और दिमाग जैसी प्रमुख धमनियों की तरह, ये रेटिनल रक्त नलियां भी उच्च रक्तचाप, शुगर और

हमारी आंखों में छिपे हैं सेहत से जुड़े कई राज

जानें क्यों जरूरी है रेगुलर आई टेस्ट

धमनियों की कठोरता के प्रभाव को दिखा सकती हैं। आइए जानते हैं आंखों की जांच से दिल की सेहत से जुड़ी किन समस्याओं का पता लगाया जा सकता है।

रक्त-संचार की समस्या

रेटिना की नाड़ियों में यदि सूजन, पतलापन, संकुचन या ब्लॉकेज जैसे बदलाव दिखाई दें, तो यह संकेत हो सकता है कि शरीर के बाकी हिस्सों में भी इसी तरह की रक्त-संचार की समस्या मौजूद है। उच्च रक्तचाप, डायबिटीज या वाहिकाओं में पथरी जैसी स्थितियां पहले-पहले इन छोटी नाड़ियों में पैदा हो सकती हैं। यही बदलाव आगे चलकर हार्ट अटैक, स्ट्रोक और अन्य कार्डियोवैस्कुलर (हृदय और रक्त वाहिका) जोखिमों का संकेत बन सकते हैं।

दिल की सेहत

आंखों की रूटीन जांच में, विशेषज्ञ आंख के पीछे की



धमनियों को देखकर यह समझ सकते हैं कि कहीं दिल या शरीर की रक्त-संस्था में कोई समस्या तो नहीं है। इसीलिए, यदि आपकी आंखों की जांच में असामान्यताएं पाई जाती हैं, तो यह कार्डियोलॉजिस्ट (दिल के डॉक्टर) के लिए यह संकेत हो सकता है कि दिल की स्वास्थ्य की अधिक गहराई से जांच की आवश्यकता है।

डायबिटीज या कोलेस्ट्रॉल का संकेत

यह ध्यान देना भी जरूरी है कि आंखों की जांच सिर्फ नजर की समस्या ही नहीं पकड़ती, बल्कि शरीर में चल रहे खून की गति, दबाव और रक्त की गुणवत्ता के बारे में भी संकेत दे सकती है। उदाहरण के लिए, अगर रेटिना की नलियों में सूजन है, तो यह उच्च रक्तचाप की दिशा में चेतावनी हो सकती

है, अगर रक्त के छोटे-छोटे हिस्से जमने लगें, तो यह डायबिटीज या कोलेस्ट्रॉल से जुड़ी समस्याओं का संकेत दे सकता है।

सलाह-हमेशा याद रखें कि हृदय रोग अक्सर धीरे-धीरे और बिना स्पष्ट लक्षणों के विकसित होते हैं। कई बार व्यक्ति को तब तक कोई शिकायत नहीं होती जब तक कि बड़ी समस्या न हो जाए। ऐसे में रूटीन आंखों की जांच एक सस्ता, गैर-इनवेसिव और प्रभावी तरीका है, जिससे हृदय से जुड़ी संभावित समस्याओं को समय रहते पहचानने में मदद मिल सकती है।

डॉ. अजीत सिंह कहते हैं कि ‘मैं यही कहना चाहूंगा कि आंखें और दिल, दोनों का स्वस्थ रहना जरूरी है। नियमित आंखों की जांच, सामान्य स्वास्थ्य जांच, रक्तचाप और शुगर की मॉनिटरिंग-ये सब हृदय की सुरक्षा के महत्वपूर्ण हिस्से हैं’।

जायका

बिना किसी फैसी मशीन के कुकर में हिमालयन वेज थुकपा बनाने की आसान रेसिपी

अगर आपको भी अलग-अलग देशों की रेसिपी ट्राई करना पसंद है, लेकिन महंगे या आसानी से न मिलने वाले इंग्रीडिएंट्स और फैसी किचन मशीनों की वजह से आप इन्हें घर पर नहीं बना पाते, तो यह रेसिपी आपके काम की है।

फ्रूड ब्लॉगर रिचनेन वांगडी भूटिया ने हिमालयन स्टाइल वेज थुकपा की ऐसी रेसिपी शेयर की है, जिसे आप घर पर मौजूद सामान से बना सकते हैं। खास बात यह है कि इसके लिए किसी खास मशीन या फैसी इंग्रीडिएंट्स की जरूरत नहीं है। उन्होंने इसका तरीका शेयर करते हुए लिखा, "कुकर में बनेगा रेस्टोरेंट स्टाइल हिमालयन थुकपा? नो फैसी इंग्रीडिएंट्स, नो मशीन सिर्फ होममेड हिमालयन प्लेवर!" स

सामग्री एक नजर में

होममेड एगलेस नूडल्स के लिए : 1 कप मैदा या आटा, द चम्मच हल्दी, एक चुटकी नमक, 1 चम्मच तेल और जरूरत के अनुसार पानी। थुकपा के लिए : 2 चम्मच तेल, 1 हरी मिर्च, 5-6 लहसुन की कलियां, 1 प्याज, 2 टमाटर की छुरी, ½ चम्मच हल्दी, 1 चम्मच जीरा पाउडर, स्वादानुसार नमक, 1 छोटा आलू, 1 गाजर, ½ कप भीगे हुए काले चने, ½ कप भीगे हुए हरे मटर, जरूरत के अनुसार पानी और 1-2 चम्मच तिमूर चिली पेस्ट (ऑप्शनल)।

घर पर बनेंगे एगलेस नूडल्स

इस रेसिपी की सबसे खास बात है कि इसमें नूडल्स भी घर पर ही तैयार किए जाते हैं। इसके लिए आपको मैदा या आटा, हल्दी, नमक, तेल और पानी चाहिए। एक बाउल में 1 कप मैदा या आटा लें। इसमें हल्दी, थोड़ा नमक और 1 चम्मच तेल डालें। अब थोड़ा-थोड़ा पानी डालकर नरम आटा गूंथ लें। इसे ढककर करीब 15-20 मिनट के लिए रख दें।



इसके बाद आटे को दो हिस्सों में बांटकर पतली रोटी की तरह बेल लें। ऊपर से थोड़ा आटा छिड़के, इसे मोड़ें और चाकू की मदद से पतली स्ट्रिप्स काट लें। इस तरह आपके होममेड एगलेस नूडल्स तैयार हो जाएंगे।

अब तैयार करें थुकपा का मसाला

थुकपा बनाने के लिए प्रेशर कुकर में 2 चम्मच तेल गर्म करें। इसमें कटी हुई हरी मिर्च, कुचला हुआ लहसुन और प्याज डालकर भूनें। प्याज के नरम होने तक इसे पकाएं। अब इसमें टमाटर की प्यूरी, हल्दी, जीरा पाउडर और स्वादानुसार नमक डालें। मसाले को तब

तक पकाएं जब तक तेल थोड़ा अलग दिखाई न देने लगे। इसके बाद इसमें कटा हुआ आलू, गाजर, भीगे हुए काले चने और हरे मटर डालकर अच्छी तरह मिला लें।

कुकर में ऐसे पकाएं थुकपा

सब्जियों में जरूरत के हिसाब से पानी डालें और कुकर का ढक्कन बंद कर दें। सब्जियां नरम होने तक इन्हें पकाएं। सब्जियां पकने के बाद कुकर खोलें और जरूरत के हिसाब से थोड़ा और पानी डालें। ध्यान रखें कि थुकपा की कसिस्टेंसी थोड़ी सूपी यानी ज्यादा पानी वाली होनी चाहिए। अब इसमें घर पर बनाए हुए नूडल्स डालें और कुकर बंद करके 1 सीटी आने तक पकाएं।

आखिर में डालें ये खास हिमालयन प्लेवर

कुकर खोलने के बाद इसमें तिमूर चिली पेस्ट डालें। यह ऑप्शनल है, लेकिन इससे थुकपा में एक खास हिमालयन स्वाद और हल्की तीखी खुशबू आ जाती है। बस तैयार है आपका गरमा-गरम हिमालयन वेज थुकपा विद होममेड एगलेस नूडल्स। इसे गर्मागर्म सर्व करें और घर बैठे हिमालय के स्वाद का मजा लें।

फेस पैक लगाते हुए न करें ये गलतियां, वरना नहीं मिलेगा पूरा फायदा

फेस की स्किन को ग्लोइंग और हेल्दी बनाए रखने के लिए उबटन और फेसपैक हमेशा से इस्तेमाल किए जाते रहे हैं। घर में बनी हल्दी, चंदन, मुलतानी मिट्टी और दही की फेसपैक हो या मार्केट में मिलने वाली फेसपैक, ये स्किन को तमाम तरह के बेनिफिट्स देती हैं।

डेड स्किन रिमूव करना, स्किन को इस्टेंट ग्लो देना, टैनिंग रिमूव करना हो या डार्क स्पॉट्स और पिगमेंटेशन को रिमूव करना, फेस पैक इन सभी में हेल्प करती हैं। हालांकि कई बार फेसपैक और उबटन इस्तेमाल करते हुए हम कई गलतियां कर बैठते हैं, जिस वजह से स्किन को पूरा फायदा नहीं मिल पाता। सिलेब्रिटी न्यूट्रीशनिस्ट श्वेता शाह ने ऐसी ही 3 गलतियों के बारे में बताया है, जो आपको फेस पैक या उबटन लगाते हुए बिल्कुल भी नहीं करनी हैं।



5-10 मिनट के लिए ही लगा हुआ रहने दें।

स्किन टाइप के मुताबिक फेसपैक ना लगाना

फेसपैक से जुड़ी दूसरी गलती जो ज्यादातर लोग करते हैं, वो है अपने स्किन टाइप के मुताबिक फेसपैक इस्तेमाल ना करना। श्वेता बताती हैं कि हर स्किन के लिए फेसपैक अलग होती है। अगर आपकी पित्त टाइप स्किन है तो कूलिंग फेसपैक लगाएं, वात टाइप स्किन के लिए नरिशिंग फेसपैक अच्छी रहती है। वहीं कफ

टाइप स्किन के लिए लाइट और ड्राइंग फेसपैक चुननी चाहिए। अगर आप गलत फेसपैक अप्लाई करती हैं तो इरीटेशन और ब्रेकआउट हो सकते हैं।

रोज फेसपैक यूज करना

ग्लोइंग स्किन के चक्कर में फेसपैक को ओवरयूज करना सही नहीं है। अगर आप रोज-रोज फेसपैक लगा रही हैं, तो स्किन बैरियर कमजोर हो सकता है। न्यूट्रीशनिस्ट सलाह देती हैं कि हफ्ते में सिर्फ दो बार ही फेसपैक इस्तेमाल करनी चाहिए। ग्लोइंग और हेल्दी स्किन के लिए इतना काफी होता है।

घर में जरूर लगानी चाहिए घोड़े की प्रतिमा, सफलता चूमेगी आपके कदम

हर कोई चाहता है कि उसका जीवन सदा खुशहाल और वह हमेशा सक्सेस की सीढ़ी चढ़ता रहे। ऐसे में अगर वास्तु शास्त्र की मानें तो कुछ चीजें ऐसी हैं जिसे घर रखने से आपका ये सपना भी पूरा हो सकता है और उन्हीं में से एक है घोड़े की प्रतिमा लगाना। जी हां, हम आपको आज घोड़े की प्रतिमा से जुड़े कुछ खास टिप्स बताते जा रहे हैं जिससे आप भी अपनी लाइफ को बिना किसी कष्ट और सक्सेसफुल बना सकते हैं।

तो चलिए अब हम जानते हैं उन्हीं के बारे में कुछ खास बातें -

घोड़े की तस्वीर या मूर्ती

घर में घोड़े की तस्वीर या मूर्ती रखने से अच्छा खासा लाभ होता है।

उत्तर दिशा में ही लगाएं

घर में उत्तर दिशा को करियर की दिशा माना जाता है, बेहतर रहेगा की आप उत्तर दिशा में घोड़े की प्रतिमा या फोटो लगा दें, जो आपको शत



की जा सकती है.

दक्षिण दिशा में लगाने का महत्त्व

घोड़े की तस्वीर या मूर्ति घर के दक्षिण दिशा में लगानी चाहिये क्योंकि यह दिशा काफी लोकप्रियता का क्षेत्र मानी जाती है

विवाह या प्रेम जीवन

घोड़े की तस्वीर या प्रतीक को रखने से विवाह या प्रेम जीवन में सुदृढ़ता आती है।

सकारात्मक ऊर्जा लाते हैं सफेद घोड़ा

घर या ऑफिस में दौड़ते घोड़े लगाना शुभ माना गया है, पर याद रखें कि घोड़ों का रंग सफेद ही होना चाहिए। बता दें कि, सफेद घोड़े सकारात्मक ऊर्जा के प्रतीक होते हैं। यह घर और ऑफिस की नकारात्मक ऊर्जा को दूर कर सकारात्मक ऊर्जा लाते हैं। इससे आपके कारोबार को बढ़ावा मिलेगा, साथ ही लोगों की नजरों में आपका सम्मान बढ़ेगा।

‘हिल्स की वाराणसी’ में हैं 81 मंदिर, जानें खूबसूरत शहर मंडी के बारे में

हिमाचल प्रदेश की मंडी लोकसभा सीट से भारतीय जनता पार्टी (भाजपा) की उम्मीदवार अभिनेत्री कंगना रनौत को जीत मिलने के बाद मंडी शहर चर्चा में बना हुआ है। लोग इस शहर के बारे में ज्यादा से ज्यादा जानकारी जुटाने में लगे हैं। अगर आप नहीं जानते तो बता दें कि मंडी को हिमाचल की काशी के नाम से भी जाना जाता है। क्योंकि अकेले इस छोटे से शहर में 81 हिंदू मंदिर हैं जहां 200 से अधिक देवी देवताओं की उपस्थिति रहती है। चलिए जानते हैं इस शहर के बारे में दिलचस्प बातें।

मंडी जिसका पूर्वनाम मांडव नगर था और तिब्बती नाम जहोer (Zahor) है, भारत के हिमाचल प्रदेश राज्य के मंडी ज़िले में स्थित एक नगर है। यह ज़िले का मुख्यालय भी है और



व्यास नदी के किनारे बसा हुआ हिमाचल का एक महत्वपूर्ण धार्मिक व सांस्कृतिक केन्द्र भी है।

मंडी ज़िला जनसंख्या में शिमला के बाद यह राज्य का दूसरा सबसे बड़ा जिला है। यह पर्यटन की दृष्टि से महत्व रखता

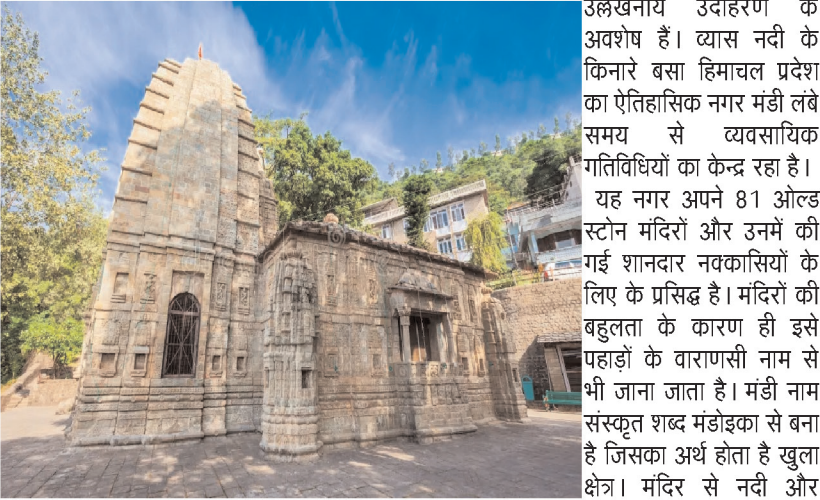


है और यहां आयोजित नवरात्रि मेला काफी प्रसिद्ध है।

इस शहर को "वाराणसी ऑफ़ हिल्स" या "छोटी काशी" या "हिमाचल की काशी" के रूप में जाना जाता है। बनारस (काशी) में केवल 80 मंदिर है जबकि मंडी में 81 है। मंडी

नगर की स्थापना अजबर सेन द्वारा सन् 1527 में हुई।

मंडी रियासत सन् 1948 तक अस्तित्व में रही। बाद में मुख्य शहर पुरानी मंडी से नई मंडी में स्थानांतरित किया गया। शहर में कई पुराने महल और वास्तुकला के



आसपास के क्षेत्रों का खूबसूरत नजारा देखा जा सकता है। यहां भगवान शिव को तीनों लोकों के भगवान के रूप में चित्रित किया गया है। मंदिर में स्थित भगवान शिव की मूर्ति पंचानन है जो उनके पांच रूपों को दिखाती है।

उल्लेखनीय उदाहरण के अवशेष हैं। व्यास नदी के किनारे बसा हिमाचल प्रदेश का ऐतिहासिक नगर मंडी लंबे समय से व्यवसायिक गतिविधियों का केन्द्र रहा है। यह नगर अपने 81 ओल्ड स्टोन मंदिरों और उनमें की गई शानदार नवकांसियों के लिए के प्रसिद्ध है। मंदिरों की बहुलता के कारण ही इसे पहाड़ों के वाराणसी नाम से भी जाना जाता है। मंडी नाम संस्कृत शब्द मंडोइका से बना है जिसका अर्थ होता है खुला क्षेत्र। मंदिर से नदी और

Three men are standing against a plain, light-colored wall. The man on the left is wearing a light blue denim jacket over a white t-shirt, paired with dark blue jeans and light-colored sneakers. He is leaning against the wall with one leg crossed over the other. The man in the center is wearing a medium blue denim button-down shirt with rolled-up sleeves, paired with dark blue jeans and dark sneakers. The man on the right is wearing a dark blue denim jacket over a white t-shirt, paired with dark blue jeans and dark sneakers. All three are smiling at the camera.

और वाइड-लेग ट्राउजर जैसे रिलैक्स्ड सिल्वर भी फैशन में बने हुए हैं। ओवरसाइज्ड टी-शर्ट्स, बॉक्सी शर्ट्स, बैंगी जीन्स और वाइड-लेग ट्राउजर जैसे रिलैक्स्ड सिल्वर भी फैशन में बने हुए हैं। हालांकि,

हल्के ब्लेजर, ओवरशर्ट, शैथन और काडिज़न जैसे लेपिडोस पियन एक ही आउटफिट को अलग-अलग मौकों के लिए इस्तेमाल करने में मदद करते हैं। लंबे सफर और पुरे दिन आराम की जरूरत के कारण सीक्रीस और दूसरे कम्फर्ट-फोकस्ड फुटवियर भी रोजमर्रा के फैशन का अहम हिस्सा बन चुके हैं। वहीं, 2026 के मौजूदा लैंगुलब फैशन ट्रेंड्स में भी आराम को पूरी तरह छोड़ने के बजाय उसे अधिक सलीकदार और पॉलिडलड लुक के साथ जोड़ने पर ज़ोर दिख रहा है। जो लोग रोकफर्न की मैचिंग में ज्यादा समय नहीं लगाना चाहते, उनसे लिए को-ऑर्ड सेट्स बेहतर विकल्प बनकर उभरे हैं। मैचिंग टॉप-बॉटम के साथ कम परसेसरीज़ और वलीन फुटवियर जोड़कर आसानी से स्मार्ट-केजुअल लुक तैयार किया जा सकता है।

अगर त्वचा पर मॉइश्चराइजर, सनस्क्रीन, फण्डेशन या प्राकृतिक तेल की परत मौजूद है, तो बिंदी ठीक से चिपक नहीं पाती। इसके लिए बिंदी लगाने से पहले माथे के बीच वाले हिस्से को कॉटन से अच्छी तरह साफ करें। इसके बाद हल्का-सा कॉस्मैटिक या ट्रांसलूसेंट पाउडर लगाएं। इससे अतिरिक्त ऑयल

कम होगा और बिंदी की पकड़ बेहतर हो सकती है। आईलैश ग्लू से मिलेगी बिंदी को मजबूत पकड़ और किसी खास मीक पर बिंदी को लंबे समय तक टिकाए रखना है, तो आईलैश ग्लू का इस्तेमाल किया जा सकता है। बिंदी के पीछे बहुत थोड़ी मात्रा में ग्लू लगाएं और कुछ सेकंड के लिए इसे हल्का सूखने दें। जब ग्लू थोड़ा चिपचिपा हो जाए, तब बिंदी को माथे पर लगाकर हल्के हाथ से दबाएं। ध्यान रखें कि ग्लू आंखों के आसपास न लगे और त्वचा पर इस्तेमाल से पहले उसके पैक पर छोटे हिस्से पर पैच टेस्ट करना बेहतर है।

[illegible]

में भी देखें) को मिल रहा है। इस पर शानदार शुरुआत के आती दिनों में ही घरेलू बॉक्स ऑफिस की वैश्विक कमाई 150 करोड़ फिलिम की रवेलोइड, अली फजल, दिव्येंदु और थ है ही दर्शकों का ध्यान खींच रहा है। 75 करोड़ रुपये नेट, जबकि 100 फिलिम की कमाई ने रफतार फिलिम में नजर आ रहे हैं। मुन्ना भैया वाला किरदार भी शरीर ने कहानी में एक नया रंग भर कर मेकर्स को इतनी उम्मीद दूँ जाए। 'मिर्जापुर' वेब सीरीज प्रतिक्रिया दुनिया को बड़े पड़े पर पाँकांडे बताते हैं कि दर्शकों ने न तक भारत में 126 करोड़ बड़े ही फिलिम की कमाई 75 करोड़ रुपये के वैश्विक कमाई दर्शकों का यही यात्रा मिलता न फिलिमों की सूची में अपनी मजबूत जगह बना सका है। कुल मिलाकर 'मिर्जापुर : द सूची' का सौतेला कर दिया है। साबित कर दिया है, गुहू पं और मुन्ना भैया भोक्कल सिर्फ ओटीटी सीमित नहीं है। बड़े पर भी 'मिर्जापुर' दुनिया दर्शकों को रसंद आ रही है। सीरीज ने ओटीटी जबरदस्त लोकप्रिय होसिक की थी। अब उ लोकप्रिय दुनिया को पड़े पर उतारना मेकर्स लिए बड़ा दांव था। लेकिन बॉक्स ऑफिस के आने बताते हैं कि दर्शकों ने प्रयोग को शानदार प्रतिक्रिया दी है।

चेहरे पर एक-दो पिंपल निकलना आम बात है, लेकिन अगर मुँहासे बार-बार होने लगें तो यह चिंता का कारण बन सकता है। लगातार पिंपल होने से त्वचा पर लालिमा, दाग-धब्बे और निशान भी नजर आने लगते हैं। ऐसे में लोग महंगे स्किन फेयर प्रोडक्ट्स के साथ-साथ धरेलु नुस्खों की सलाह लेते हैं। इन्हीं धरेलु उपयोगों में नीम और लौंग का फेस पैक भी शामिल है। हालाँकि, यह ध्यान रखना जरूरी है कि धरेलु उपाय हर व्यक्ति की त्वचा पर एक जैसा असर नहीं करते और मुँहासों को जड़ से खत्म करने की गारंटी नहीं दे जा सकती। पिंपल केवल चेहरे पर गंदगी जमा होने की वजह से नहीं होते। त्वचा में अतिरिक्त तेल, बढ़ते पोर्स और सूजन जैसी कई वजहें मुँहासों के लिए जिम्मेदार हो सकती हैं। नीम में एंटीबैक्टीरियल और सूजन कम करने वाले गुण पाए जाते हैं, इसलिए पापिरफैल तैयार कर इसका इस्तेमाल की देखभाल में किया जाता रहा है। वहीं लौंग में मौजूद कुछ योगिकों के कारण इसे भी त्वचा के लिए उपयोगी माना जाता है। हालाँकि, धरेलु त्वचा में जलेन पैदा कर सकती है, इसलिए इसका इस्तेमाल सावधानी से करना चाहिए। इस धरेलु पैक को बनाने के लिए आपको ज्यादातर चीजों की जरूरत नहीं पड़ेगी। सबसे पहले नीम की पत्तियों को अच्छी तरह धो लें। अब इन पत्तियों को पीसकर पेस्ट तैयार करें। इसमें दो चम्मचों मात्रा में लौंग का पाउडर मिलाएं। बहुत सारी चीजों का अच्छी तरह मिलकर तलापे पेस्ट बना



तत्वा पर लालिमा, दाग-धब्बे और निशान भी नजर आने लगते हैं। ऐसे में लॉग मसरो रिकम केयर प्रोडक्ट्स के साथ-साथ घरेलू सुखों की भी सहायता लेते हैं। इन्हें घरेलू उपायों में नीम और लौंग का फेस पैक भी शामिल है। हालांकि, यह ध्यान रखना जरूरी है कि घरेलू उपाय हर व्यक्ति की त्वचा पर एक जैसा असर नहीं करते और मुहासों को जड़ से खत्म करने की गारंटी नहीं दी जा सकती। पिंपल्स केवल चेहरे पर गंगी जमा होने की वजह से नहीं होते। त्वचा में अतिरिक्त तेल, बंद पोर और सूजन जैसी कई बातें मुहासों के लिए जिम्मेदार हो सकती हैं। नीम में एंटीबैक्टीरियल और सूजन कम करने वाले गुण पाए जाते हैं, इसलिए पारंपरिक तौर पर इसका इस्तेमाल त्वचा की देखभाल में किया जाता रहा है।

हरतालिका तीज का पर्व सुहागिन महिलाओं के लिए बेहद खास माना जाता है। इस दिन महिलाएं पति की लंबी आयु और सुखी वैवाहिक जीवन की कामना के लिए निर्जला व्रत रखती हैं और भगवान शिव तथा माता पार्वती की पूजा-अर्चना करती हैं। तीज के मौके पर सोरह श्रृंगार का भी विशेष महत्व होता है। ऐसे में मेहंदी के बिना महिलाओं का श्रृंगार अधूरा माना जाता है। हरतालिका तीज के लिए महिलाएं इन दिनों पारंपरिक परिधानों, आभूषणों और रेडि कै लासों को ड्रेसिंग अप के लिए पहनती हैं।



अगर आपको गोल मंडला डेजाइन से थोड़ा अलग पैटर्न चाहिए, तो स्क्वायर प्रेम मंडला आर्ट ट्राई करें। इसमें गोल मंडला को चौकोर प्रेम के अंदर सजाया जाता है। प्रेम के आसपास छोटी पतियां डॉट्स

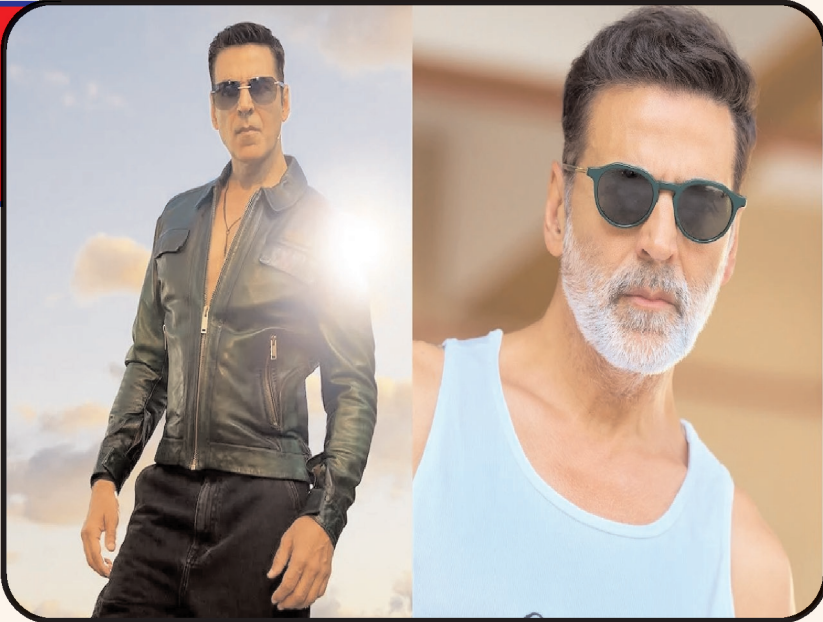
युग कर देती हैं। अगर आप भी इस तीज पर अपने हाथों को खूबसूरत और आकर्षक बनाना चाहती हैं, तो मंडला मेहंदी डिजाइन आपके लिए बेहतरीन विकल्प हो सकता है। मंडला मेहंदी देखने में सुंदर होने के साथ-साथ लगाने में भी अपेक्षाकृत आसान होती है। हरतलिका तीज पर वयों खास है मंडला मेहंदी मंडला डिजाइन में आमतौर पर गोल आकृतियों, पंखुडियों, बारीक डॉट्स और ज्यामितीय पैटर्न का इस्तेमाल किया जाता है। हेथली के बीच में बनाया गया गोल डिजाइन हाथों को बेहद खूबसूरत लुक देता है। इसकी खासियत यह है कि इसे बहुत ज्यादा

जटिल बनाए बिना भी आकर्षक बनाया जा सकता है। यही वजह है कि तीज जैसे त्योहारों पर सिलाईकला और एप्लिकेट मेहंदी पसंद करने वाली महिलाओं के बीच मंडला डिजाइन काफी लोकप्रिय है। अगर आप इस बार पारंपरिक मेहंदी से कुछ अलग द्वाँई करना चाहती हैं, तो इन 6 डिजाइनों को आजमाना सफलता है। वलासिक सन पैटर्न मंडला मेहंदी डिजाइंस से सबसे खूबसूरत और आसान डिजाइंस में से एक है। इनमें हथेली के बीचों-बीच एक गोल आकृति है। इसका सन एक चारों ओर पंखुड़ियाँ और बारीक डिजाइंस बनाए जाते हैं। डिजाइन को सूरज की किरणों जैसा लुक देने के लिए बाहर की तरफ एक

और फूल बनाए जा सकते हैं। यह डिजाइन देखने में काफी सलीकेदार लगता है और इसे बहुत ज्यादा समय दिए बिना हाथ पर बनाया जा सकता है। उमलियाँ पर हल्की मेहंदी के साथ इसे और खूबसूरत बनाया जा सकता है। मंडला डिजाइन में क्रिस्टल सूत यानी अर्धचंद्र का पैटर्न जोड़कर आप अपने हाथों को मॉडर्न और ट्रेंडेशनल दोनों तरह का लुक दे सकती हैं। थथेली के बीच में मंडला और उसके आसपास अर्धचंद्र के साथ फूल-पतियों के पैटर्न बनाए जा सकते हैं। हरतालिका तीज जैसे त्योहार पर यह डिजाइन खासतौर पर आकर्षक लगेगा।

बालीवुड के दिग्गज अभिनेता अक्षय कुमार अपना 59वां जन्मदिन मना रहे हैं। करीब साढ़े तीन दशक से हिंदी सिनेमा में सक्रिय अक्षय कुमार ने एवएस, कॉमेडी, रोमांस और देशभक्ति जैसी अलग-अलग शैलियों की फिल्मों में अपनी पहचान बनाई है। अभिनेता का पिछ्सी साल 1991 में शुरू हुआ था और आज भी जारी है। अक्षय कुमार का जन्म 1967 का अमृतसर, पंजाब में हुआ था। उनका असली नाम राजीव हरिओम भाटिया है। उनके पिता का नाम हरिओम भाटिया और मां का नाम अरुणा भाटिया था। बाद में उन्होंने अपना नाम बदलकर अक्षय कुमार रख लिया। फिल्मों में आने से पहले अक्षय कुमार ने कई तरह के काम किए। उन्होंने बैंकों में शफ और वेटर के तौर पर भी काम किया। इसके अलावा वह जूलरी बेचने और ट्रैवल एजेंसी में काम करने से भी जुड़े रहे। मार्शल आर्ट्स में उनकी ख़ास रुचि थी। वह लोगों को इसकी ट्रेनिंग भी देते थे। इसी दौरान किसी ने उन्हें मॉडलिंग में करियर बनाने की सलाह दी। बिना सैलरी के किया लाइटमैग के ज़रूफ में मॉडलिंग में कदम रखने के लिए अक्षय कुमार को पोर्टफोलियो की ज़रूरत थी। बताया जाता है कि उन्होंने मशहूर फोटोग्राफर जयेश सेंट के साथ करीब

इंडे साल तक बिना वेतन लाइसेंस के तौर पर काम किया। इसी दू-उन्होंने अपना पोर्टफोलियो तैयार कराया और मॉडलिंग से फिल्मों की कदम बढ़ाया।। अश्व कुमार ने साल 1991 में फिल्म सोनघ से बॉलीवुड में काम किया। इन्होंने पहल फिल्म बॉक्स ऑफिस पर खास कमाल नहीं दिखा स-इसके बाद उन्होंने कई फिल्मों में काम किया और धीरे-धीरे अपनी उ-पहचान कराई। अश्व कुमार के करियर में फिल्म 'खिलाडी' का खास मह-हल। 1992 में रिलीज हुई इस फिल्म की सफलता के बाद उन्होंने ना-साथ 'खिलाडी' जुड़ गया। इसके बाद उन्होंने ' मैं खिलाडी तू अना-सबसे बड़ा खिलाडी', 'इंटरनेशनल खिलाडी', 'मिस्टर एंड मि-खिलाडी', 'खिलाडी 420' और 'खिलाडी 786' जैसी फिल्मों में काम किया। इन्हें वह है कि फैंस उन्हें प्यार से 'खिलाडी कुमार' भी कहेते-150 से ज्यादा फिल्मों में किया काम करीब 35 साल से अधिक लंबे का-में अश्व कुमार 150 से ज्यादा फिल्मों में नजर आ चुके हैं। उनकी च-फिल्मों में 'मोहरा', 'खिलाडी', 'जानवर', 'हेरा फेरी', 'वेवेल-धड़कन', 'गरम मसाला', 'कैसरी', 'बेबी', 'राउडी रातों', 'वेवेल



मंगल', 'गुड न्यूज', 'सूर्यवंशी', 'टॉयलेट: एक प्रेम कथा' और 'मुझसे शादी करोगी' जैसी फ़िल्में शामिल हैं। अक्षय कुमार की निजी जिंदगी भी लंबे

कॉमेडी, सामाजिक मुद्दों और देशभक्ति से जुड़ी फिल्मों तक उन्होंने अलग-अलग भूमिकाएं निभाईं।

समय तक सुखियों में रही। फिल्म 'मोहरा' के दौरान उनका नाम अभिनेत्री रवीना टंडन के साथ जुड़ा। दोनों के रिश्ते और सगाई की खबर भी उस दौर में काफी चर्चा में रही थी। हालांकि बाद में दोनों अलग हो गए। इसके बाद 'मे खिलाडी तू अनाडी' के दौरान अक्षय कुमार और शिल्पा शेड्डी की नजदीकियों की खबरें सामने आईं। हालांकि यह रिश्ता भी आगे नहीं बढ़ सका। बाद में अक्षय कुमार की मुलाकात अभिनेत्री और लेखिका दिवंगला खन्ना से हुई। दोनों ने जनवरी 2001 में शादी कर ली। दंपति के दो बच्चे हैं—बेटा आरव और बेटा निराला। अक्षय कुमार का नाम समय-समय पर कई अभिनेत्रियों के साथ जोड़ा गया, लेकिन उन्होंने अपनी शादीशुदा जिंदगी को प्राथमिकता दी और दिवंगला के साथ अपना रिश्ता कामयाम रखा। अक्षय कुमार की सबसे बड़ी खासियत यह रही कि उन्होंने खुद को सिर्फ एक तरह के किरदार तक सीमित नहीं रखा। एक्शन फिल्मों से लेकर देशभक्ति से जुड़ी फिल्मों तक उन्होंने अलग-

सार – संक्षेप

चित्रकूट युवक की जान जाने पर मानवाधिकार आयोग ने कड़ा रुख अपनाया

नई दिल्ली। राष्ट्रीय मानवाधिकार आयोग (एनएचआरसी) ने उत्तर प्रदेश के चित्रकूट में सांप के काटने के बाद इलाज नहीं हो पाने के कारण एक युवक की मौत के मामले में सभी राज्य सरकारों और केंद्र शासित प्रदेशों के प्रशासनों को नोटिस जारी किया है। अधिकारियों ने मंगलवार को यह जानकारी दी। आयोग ने यह कदम एक शिकायत के आधार पर उठाया है, जिसमें आरोप लगाया गया है कि चित्रकूट के जिला अस्पताल में चिकित्सकीय लापरवाही और आपात जीवन रक्षक सुविधाओं की कमी के कारण युवक की मौत हुई। मामले को एक सितंबर की कार्यवाही के अनुसार, शिकायतकर्ता ने आरोप लगाया कि सांप के काटने के तुरंत बाद पीड़ित को जिला स्वास्थ्य केंद्र लाया गया था, लेकिन उसे समय पर आपात चिकित्सा सुविधा नहीं दी गई। उसे एंटी स्रेक वेनम (एएसवी), वेंटिलेटर या आईसीयू जैसी जरूरी सुविधाएं उपलब्ध नहीं कराई गईं और पर्याप्त आपात परिवहन व्यवस्था के बिना प्रयागराज रेफर कर दिया गया, जहां रास्ते में उसकी मौत हो गई।

निजी निर्माण कंपनी के वलर्क मंजेश सिंह की हत्या के आरोप में पुलिस ने चार लोगों को पकड़ा

झारखंड। झारखंड के गिरिडीह जिले में एक निजी निर्माण कंपनी के कर्मचारी का कथित तौर पर अपहरण कर हत्या कर दी गई, जिसके बाद इस मामले में चार लोगों को गिरफ्तार किया गया है। पुलिस ने बुधवार को बताया कि कर्मचारी ने बड़ा-चढ़ाकर ईंधन के बिल तैयार करने से इनकार कर दिया था। बिहार के लखीसराय जिले के रहने वाले मंजेश सिंह कंपनी में वलर्क के रूप में नौकरी शुरू करने के महज 15 दिन बाद लापता हो गए थे। झारखंड पुलिस ने उनके लापता होने की जांच शुरू की, जो उन्हें मुख्य आरोपी पूर्व ट्रैक्टर चालक पिंटू यादव तक ले गई।

सुप्रीम कोर्ट ने NEET पेपर लीक विरोध प्रदर्शन में छात्र को नोटिस जारी करने पर कड़ा रुख अपनाया

दिल्ली। नीट पेपर लीक विरोध प्रदर्शन में शामिल रहे एक छात्र को पुलिस द्वारा नोटिस जारी किए जाने के मामले में सुप्रीम कोर्ट ने कड़ा रुख अपनाया है. भारत के मुख्य न्यासुप्रीम कोर्ट ने कहा- मजिस्ट्रेट से मांगेंगे स्पष्टीकरण एक वकील ने जंतर-मंतर पर प्रदर्शन करने वाले छात्रों से जुड़े मामले का जिक्र सुप्रीम कोर्ट के सामने किया. जिसके बाद कोर्ट ने वकील की याचिका पर सहमति जताते हुए कहा कि वह संबंधित मजिस्ट्रेट से इस पर स्पष्टीकरण मांगेगा.याधीश (CJ1) सूर्यकांत ने स्पष्ट शब्दों में कहा, "देश के युवाओं के खिलाफ किसी भी कार्रवाई का सवाल ही नहीं उठता."

क्या है पूरा मामला?

गौतम बुद्ध विश्वविद्यालय (जीबीयू) के छात्र अश्वत त्रिपाठी को ग्रेटर नोएडा पुलिस द्वारा 5 लाख रुपये का निजी मुचलका भरने का नोटिस



जारी किया गया था. पुलिस का आरोप था कि छात्र ने दिल्ली के जंतर-मंतर पर कॉकरोच जनता पार्टी (कौजपा) के नेतृत्व में हुए प्रदर्शन में अन्य विद्यार्थियों को शामिल होने के लिए प्रोत्साहित किया था. यह नोटिस 4 सितंबर को ग्रेटर नोएडा

आयुक्तालय के तृतीय कार्यकारी मजिस्ट्रेट कार्यालय द्वारा भारतीय नागरिक सुरक्षा संहिता (बीएनएसएस) की धारा 130 के तहत जारी किया गया था. सहायक पुलिस आयुक्त की सिफारिश पर धारा 126 और 135 के तहत यह कार्यवाही शुरू की गई थी.5 लाख का मुचलका और दो जमानतदार की मांग पुलिस रिपोर्ट के अनुसार, मूल रूप से प्रयागराज के झुंसी निवासी त्रिपाठी पर आरोप लगाया गया था कि वह छात्रों को विरोध प्रदर्शन के लिए उकसा रहे थे और भ्रमक व सरकार विरोधी सूचनाएं फैला रहे थे, जिससे विश्वविद्यालय परिसर में शांति भंग होने की आशंका थी.नोटिस में छात्र से पूछा गया था कि क्यों न उसे छह महीने तक शांति बनाए रखने के लिए 5 लाख रुपये का निजी मुचलका और इतनी ही राशि के दो स्थानीय जमानतदार पेश करने का आदेश दिया जाए.

चीन की पीपुल्स लिबरेशन आर्मी (PLA) के एक अध्ययन में संभावित परमाणु हमलों के प्रति सतर्क रहने की दी चेतावनी

पीपुल्स लिबरेशन आर्मी (PLA) की एक स्टडी में चेतावनी दी गई है कि चीन के शहरों पर परमाणु आतंकवादी हमले का खतरा हो सकता है। साथ ही, इसमें जापान की परमाणु क्षमताओं और उसके "री-मिलिटराइज़ेशन" (फ़िरे से सैन्यीकरण) की कोशिशों को लेकर चिंता जताई गई है। स्टडी में कहा गया है कि बड़े पैमाने पर वैश्विक परमाणु युद्ध की संभावना काफी कम है। हालांकि, इसमें यह भी चेतावनी दी गई है कि देशों या आतंकवादी समूहों द्वारा छोटे परमाणु हमले की संभावना से इनकार नहीं किया जा सकता। स्टडी में कहा गया है अगर कुछ देश या आतंकवादी समूह ऐसा जोखिम उठाते हैं, तो इस संभावना से इनकार नहीं किया जा सकता कि चीन के शहरों पर परमाणु आतंकवादी हमला हो सकता है। इस रिपोर्ट में एक ऐसी स्थिति का मॉडल तैयार किया गया जिसमें चीन के एक बड़े शहर पर कम क्षमता वाले परमाणु हथियार



(जिसमें छोटे स्तर के टैक्टिकल हथियार भी शामिल हैं) से हमला होता है। 1945 में हिरोशिमा पर हुए परमाणु हमले के डेटा और दुनिया भर में किए गए सिमुलेशन के आधार पर, शोधकर्ताओं ने उन चुनौतियों का आकलन किया जिनका सामना हमले के बाद मंडिकल टीमों को करना पड़ सकता है। अध्ययन के अनुसार, आपातकालीन स्थिति में काम करने वाली टीमों को खतरनाक हालात, बड़े पैमाने पर सामाजिक अव्यवस्था और चोटों के जटिल

मामलों से निपटना होगा। चीन की तैयारी के बारे में स्टडी में क्या कहा गया-चीन ने परमाणु हमले के बाद होने वाले नुकसान से निपटने के लिए पहले ही 30 से ज्यादा बेस वाला एक इमरजेंसी रेस्व्यू नेटवर्क बना लिया है। हालांकि, रिसर्च करने वालों ने कहा कि देश की मंडिकल रिसप्लॉन्स क्षमता को और संसाधन और खास ट्रेनिंग देकर बढ़ाया जाना चाहिए। उन्होंने यह भी सुझाव दिया कि स्थानीय अधिकारियों को एंटीबायोटिक्स और रेडिएशन से बचाने वाले उपकरणों सहित इमरजेंसी सप्लाई का पर्याप्त स्टॉक रखना चाहिए। उन्होंने कहा कि इन सप्लाई को "युद्ध के लिए तैयार" (कॉम्बैट रेडीनेस) हालत में रखा जाना चाहिए। स्टडी में परमाणु और रेडिएशन सुरक्षा, रेस्व्यू प्रक्रियाओं और बचाव के उपायों के बारे में लोगों को और ज्यादा जागरूक करने की बात कही गई। इसमें कहा गया कि ऐसी जागरूकता से इमरजेंसी के समय बेमतलब

ईरान के खिलाफ अमेरिका और इज़राइल की जंग के छह महीने बाद खाड़ी में बढ़ते तनाव के बीच गोलीबारी

अमेरिका। ईरान पर दो दिनों में दो बार अमेरिकी युद्धपोत पर बैलिस्टिक मिसाइलें दागने का आरोप लगाने के बाद, ओमान की खाड़ी और खर्ग द्वीप के पास ईरान के पांच तेल टैंकरों पर हमला किया है। ईरान ने मंगलवार को हुए हमलों का जवाब जॉर्डन में अल-अज़राफ बेस पर तैनात अमेरिकी सेना पर मिसाइलें दागकर दिया। उसने इलाके में कम से कम दो अमेरिकी जहाजों और आठ टैंकरों पर और हमले करने का भी दावा किया और कहा कि इन हमलों से "भारी नुकसान" हुआ है। ईरान के खलिफ अमेरिका और इज़राइल की जंग के छह महीने बाद खाड़ी में बढ़ते तनाव के बीच गोलीबारी हुई है। इस दौरान तेहरान ने होर्मुज़ जलडमरूमध्य (Strait of Hormuz) को बंद कर दिया है और वाशिंगटन ने ईरानी बंदरगाहों पर नौसैनिक नाकेबंदी लागू कर दी है। इस तनाव के कारण बुधवार को शुरुआती कारोबार में तेल की कीमतें 99.49 प्रति बैरल तक पहुँच गईं। मंगलवार देर रात जारी एक बयान में, अमेरिकी सेंट्रल



कमांड (CENTCOM) ने कहा कि ईरान के इस्लामिक रिवाल्यूशनरी गार्ड्स कॉर्प्स (IRGC) ने पिछले दो दिनों में दो बार अमेरिकी युद्धपोत को निशाना बनाने की कोशिश की, लेकिन वह जहाज़ ईरान के हमलों की कोशिशों से सफलतापूर्वक बच निकला। इसमें कहा गया, "किसी भी अमेरिकी कर्मी को कोई नुकसान नहीं पहुँचा। CENTCOM ने बताया कि उसने ओमान की खाड़ी में ईरानी तेल टैंकरों – M/T Kaviz, M/T Charminar, M/T Horizon v और M/T Riesco – के साथ-साथ खार्ग द्वीप के पास M/T Derya पर हमला करके उन्हें नष्ट कर दिया। CENTCOM ने आगे कहा, अमेरिकी सेना ने जहाजों पर हमला करने और उन्हें बेकार करने से पहले उनके वरक को जहाज छोड़ने का निर्देश दिया। बाद में उसने एक वीडियो जारी किया, जिसमें ओमान की खाड़ी में M/T Riesco की डूबते हुए दिखाया गया था।

अमेरिकी श्रम विभाग ने वीजा धोखाधड़ी की जांच के तहत स्थायी श्रम प्रमाणन आवेदनों पर तत्काल रोक लगा दी

वाशिंगटन। अमेरिका ने कथित वीजा धोखाधड़ी के मामलों के खिलाफ राष्ट्रपति डोनाल्ड ट्रंप प्रशासन के अभियान के बीच चेन्नई में स्थापित आईटी कंपनी 'कॉर्निजेंट' द्वारा विदेशी कर्मचारियों के ग्रीन कार्ड के लिए किए जाने वाले स्थायी श्रम प्रमाणन आवेदनों (पीईआरएम) पर रोक लगा दी है। यह प्रक्रिया अमेरिका में ग्रीन कार्ड हासिल करने की दिशा में उठाया जाने वाला शुरुआती कदम माना जाता है। अमेरिकी श्रम विभाग के महानिरीक्षक एथनी डी 'एस्पसीतो' ने मंगलवार को घोषणा की कि उन्होंने चेन्नई में स्थापित 'कॉर्निजेंट' और 'वलाउडरा' के स्थायी श्रम प्रमाणन संबंधी आवेदनों पर रोक लगा दी है। डी 'एस्पॉसिटो' ने कहा, "अमेरिकी कामगारों के लिए खतरे को बिल्कुल बर्दाश्त नहीं किया जाएगा।" उन्होंने

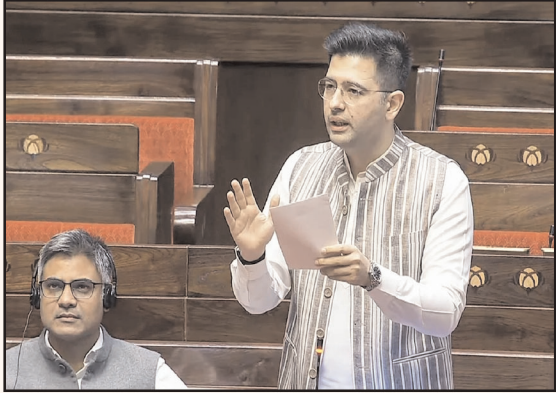


बताया कि दोनों कंपनियों के खिलाफ जांच व्हाइट हाउस धोखाधड़ी कार्य बल और अन्य अधिकारियों के साथ समन्वय में की गई। 'पीईआरएम' एक ऐसी प्रक्रिया है, जिसके तहत अमेरिकी कंपनियाँ विदेशी कर्मचारियों को स्थायी नौकरी देने और उनके ग्रीन कार्ड के लिए आवेदन करने से पहले अमेरिकी श्रम विभाग से मंजूरी लेती हैं। इस प्रक्रिया के तहत नियोजकोंओं को आम तौर पर यह साबित करना होता है कि संबंधित

पद के लिए कोई योग्य और उपलब्ध अमेरिकी कामगार मौजूद नहीं है तथा किसी विदेशी कामगार को नियुक्त करने से अमेरिकी कामगारों के वेतन या काम करने की परिस्थितियों पर प्रतिकूल प्रभाव नहीं पड़ेगा। जुलाई में ट्रंप प्रशासन ने एच-1बी और पीईआरएम रोजगार वीजा कार्यक्रमों में कथित धोखाधड़ी को लेकर बड़े पैमाने पर जांच शुरू की थी। 'कॉर्निजेंट' की स्थापना 1994 में चेन्नई में हुई थी और अब इसका मुख्यालय न्यू जर्सी के टीनेक में है। अमेरिकी नगरिकता एवं आव्रजन सेवा (यूएससीआईएस) द्वारा साझा किए गए आंकड़ों के मुताबिक, 30 जून तक कॉर्निजेंट के लिए ए-1बी वीजा की 3,510 याचिकाओं को मंजूरी मिली थी, जबकि 2020 में यह संख्या 9,413 थी।

दिल्ली के मुख्य चुनाव अधिकारी ने आप के उन दावों को किया खारिज

दिल्ली के मुख्य चुनाव अधिकारी ने उन आरोपों को खारिज कर दिया है जिनमें कहा गया था कि आम आदमी पार्टी (AAP) के राज्यसभा सांसद राघव चड्ढा का नाम राष्ट्रीय राजधानी की मतदाता सूची में सही प्रक्रिया का पालन किए बिना जोड़ा गया था। AAP का दावा था कि उनका नाम शामिल करने में नियमों को नज़रअंदाज़ किया गया। यह आरोप तब लगाया गया जब चड्ढा ने पंजाब की AAP सरकार पर राजनीतिक बदले की भावना का आरोप लगाया था, क्योंकि राज्य की ड्राफ्ट वोटर लिस्ट में उनका नाम शिपटेड (स्थानांतरित) कैटेगरी में डाल दिया गया था। चड्ढा, जो अप्रैल में BJP में शामिल होने वाले अपर हाउस के 10 AAP सदस्यों में से सात में से एक थे, मोहाली में वोटर रहे हैं। AAP नेता सौरभ भारद्वाज ने मंगलवार को कहा कि चड्ढा ने दावा किया था कि वह पंजाब में वोटर हैं और जब भारत निर्वाचन आयोग (ECI) वोटर लिस्ट को फ़्रीज़ करेगा, तो वह अपना वोट वहां फ़िरे



से रजिस्टर करवा लेंगे। उन्होंने दिल्ली की ड्राफ्ट वोटर लिस्ट का ज़िक्र करते हुए पूछा कि चड्ढा का नाम उसमें कैसे आया, जबकि पंजाब और दिल्ली में स्पेशल इंटेसिव रिविजन (SIR) एक ही समय पर हो रहा था। भारद्वाज ने ECI से पूछा कि चड्ढा ने क्या प्रक्रिया अपनाई। उन्होंने कहा कि हमें नहीं लगता कि यह कोई सामान्य प्रक्रिया है। यह असामान्य है, और हमने ऐसा पहले कभी नहीं देखा है।

छत्ते चड्ढा पर दिल्ली के राजिंदर नगर में वोटर लिस्ट में पिछली तारीख से एंट्री करवाने की कोशिश करने का आरोप लगाया है। चड्ढा का कहना है कि उन्होंने सभी जरूरी गाइडलाइंस और प्रक्रियाओं का पालन किया और तय तरीकों का इस्तेमाल किया। AAP ने 'वोटर लिस्ट' और 'पार्टी मेंबरशिप रजिस्टर' के बीच कन्फ़्यूजन पैदा कर दिया है। वे उन सभी लोगों को हटाना चाहते हैं जो [पार्टी चीफ अरविंद] कैजरीवाल और उनकी भ्रष्ट AAP से अलग हो रहे हैं। इतिहास दिल्ली के CEO अशोक कुमार ने एक बयान जारी कर कहा कि वोटर्स को जोड़ने, हटाने या उनमें बदलाव करने का काम सिर्फ़ फ़ॉर्म 6, 7 और 8 के जरिए किया जाता है। इन फ़ॉर्म पर 'रिप्रेजेंटेशन ऑफ़ द पीपुल एक्ट, 1950' और 'रजिस्ट्रेशन ऑफ़ इलेक्टर्स रूल्स, 1960' के तहत कार्रवाई की जाती है। बयान में यह भी कहा गया कि कोई भी वोटर साल में कभी भी ये फ़ॉर्म जमा कर सकता है। साथ ही, "पारदर्शी और समावेशी रिविजन प्रोसेस" के प्रति अपनी पक्की प्रतिबद्धता भी दोहराई गई।

फिन्नीपींस के डिफेंस सेक्रेटरी गिलबर्टों ने पर्ची पढ़ी और फिर चीन को उसी के शब्दों में जवाब दिया, बुरी तरह बेइज्जत हुआ चीन

साउथ कोरिया की राजधानी सोल में दुनिया के कई देशों के रक्षाधिकारियों का बड़ा मंच लगा था। चर्चा हो रही थी अंतरराष्ट्रीय सुरक्षा और समुद्री चुनौतियों की। फिन्नीपींस के डिफेंस सेक्रेटरी गिलबर्टों टोडोरो भी मंच पर मौजूद थे और अपने देश के सामने मौजूद समुद्री खतरों की बात कर रहे थे। तभी ऑडियंस की तरफसे चीन की स्थिति वाला एक नोट उन्हें दिया गया।



नोट में लिखा था कि 2016 में साउथ चाइना सी को लेकर आया अंतरराष्ट्रीय फैसला गैरकानूनी है। चीन उसे नहीं मानता और उसकी कोई बाधिकारी ताकत नहीं है। गिलबर्टों ने पर्ची पढ़ी और फिर चीन को उसी के शब्दों में ऐसा जवाब दिया कि यह पूरा मामला सुर्खियों में आ गया। मतलब इस तरह चीन को कभी बेइज्जत होते नहीं देखा गया। फिन्नीपींस के डिफेंस सेक्रेटरी ने चीन की तरफसे आए एक छोटे से कागज को ही

चीन के खिलाफ हथियार बना दिया। लेकिन जो कुछ कहा गया उसमें कई ऐसी बातें हैं जिन्हें समझना बेहद जरूरी है। इसके पीछे करीब एक दशक पुराना एक बड़ा समुद्री विवाद है। एक ऐसा विवाद जिसमें अंतरराष्ट्रीय कानून, समुद्र में अधिकार, चीन की दावेदारी और फिन्नीपींस की सुरक्षा सब कुछ एक साथ जुड़ा हुआ है।

दरअसल गिलबर्टों सोल डिफेंस डायलॉग में अंतरराष्ट्रीय कानून और साउथ चाइना सी में अपने देश की सुरक्षा पर बात कर रहे थे। तभी उन्हें चीन की तरफसे एक नोट दिया गया। गिलबर्टों ने उस नोट को सबके सामने पढ़ना शुरू कर दिया। चीन ने सोचा होगा कि वो इस नोट के जरिए उनको बता पाएगा कि उन्हें क्या बोलना है, क्या नहीं। लेकिन यहां पर चीन की चाल उल्टी ही पड़ गई। चीन ने जो नोट भेजा वो नोट गिलबर्टों ने उसी मंच से पढ़ना शुरू कर दिया और चीन को बेइज्जत करना शुरू कर दिया। दरअसल चीन की तरफ से कहा गया था कि साउथ चाइना सी ऑब्बिट्रेशन के मामले में चीन की स्थिति साफ है। चीन इस ऑब्बिट्रेशन को अंतरराष्ट्रीय कानून के मूल सिद्धांतों के खिलाफ मानता है और 2016 में आया अखाई गैर कानानूनी शून्य और बेअसर है। अब यहां गिलबर्टों ने चीन को पहली बार घेरा।

प्राकृतिक आरोग्य रस



हमारे यहां ज़वादा, आंवला, लौकी, करेली, बीट (वुकन्दर), नीम का ताज़ा रस मिलता है।

अंकुरित अनाज़, अलसी और सभी प्रकार के अचार मिलते हैं।

स्थान-

- नेहरू नगर, गुरुद्वारा रोड, भेलवा पार्क के पास, संपर्क- 8962668141
- सेक्टर-1 अवेडकार पार्क के सामने, संपर्क- 8349688865

क्या अकबर मुसलमान था ?

स्वर्ग कैसे जाता है? वहां से लंबी बातचीत करके इतनी जल्दी वापस कैसे आ सकता है कि उसका बिस्तर गरम का गरम मिले? डॉ. आशीर्वादी लाल श्रीवास्तव ने लिखा है कि बहुत सी हिंदू और फरसी नीतियों और विश्वासों को भी अकबर ने अपना लिया था जैसे पुनर्जन्म का सिद्धांत और सूर्य उपासना। इस प्रकार इस्लाम से उसकी विरक्ति आरंभ हुई।

आधुनिक इतिहासकारों में से बहुतों का यह विचार है कि अकबर जीवन भर और अंत समय तक भी मुसलमान ही बना रहा किंतु डॉ. आशीर्वादी लाल



श्रीवास्तव ने लिखा है कि मैं उनके विचारों से सहमत नहीं हूँ। हिंदू धर्म के प्रतिकूल इस्लाम एक सुनिश्चित धर्म है और जो व्यक्ति इस धर्म के पांच मूलभूत सिद्धांतों कलमा अर्थात् अल्लाह एक है, मोहम्मद की पैगंबर, पांच नमाजों, रमजान के रोजों, जकात और हज में विश्वास नहीं रखता, मुसलमान नहीं कहा जा सकता। डॉ. श्रीवास्तव लिखते हैं कि कर्म

के इतिहासकार नहीं थे और उन्होंने अपनी जो राय प्रकट की है वह केवल जेजुइट पादरियों के लेखों पर आधारित है। डॉ. श्रीवास्तव लिखते हैं कि ईस्वी 1586 में अब्दुल्ला खॉं उजबेग को अकबर द्वारा लिखे गए पत्र को भी, जिसमें उसने लिखा था कि वह (अकबर) मुसलमान है, इस सम्बन्ध में प्रमाण के रूप में प्रस्तुत और स्वीकार करना भी उचित

मोहम्मद की शिक्षा द्वारा रह हो गई है क्योंकि मोहम्मद सबसे अंतिम और सबसे बड़े पैगंबर हुए हैं।

डॉ. श्रीवास्तव लिखते हैं कि अकबर मोहम्मद पैगंबर को मानता था किंतु हमारे पास तत्कालीन कोई ऐसा प्रमाण नहीं है जिसके आधार पर यह कहा जा सके कि अकबर अपने बाल्यकाल में मजहब में निष्ठा रखे रहा। वोट्टेल्हो और पैरुशिची जिनकी यह धारणा थी, उस काल

नहीं है। यह तो केवल कूटनीतिक पत्र-व्यवहार था जिसमें सत्य की प्रतिष्ठा नहीं थी। यद्यपि अकबर ने इस्लाम को छोड़ दिया था तथापि मुसलमानी सभ्यता की सभी बातों को छोड़ना उसके लिए असंभव था क्योंकि उसका बाल्यकाल उसी सभ्यता में व्यतीत हुआ था। जब हम मुल्ला अब्दुल कादिर बदायूनी, पण्डित जवाहर लाल नेहरू तथा डॉ. आशीर्वादी लाल श्रीवास्तव द्वारा अकबर के सम्बन्ध में प्रकट की गई धारणाओं पर ऐतिहासिक तथ्यों के संदर्भ में चर्चा करते हैं तो हम पाते हैं कि उनकी ये धारणाएं बिल्कुल गलत हैं कि अकबर सभी मजहबों से ऊपर उठ गया था या उसने इस्लाम छोड़ दिया था या उसने दूसरे धर्मों की बहुत सी बातों को मान लिया था। इन्हीं धारणाओं के कारण यह प्रश्न बार-बार पूछा जाता है कि क्या अकबर मुसलमान था किंतु वास्तव में यह प्रश्न बेमानी है। सच्चाई यह है कि अकबर जीवन के आरम्भ से लेकर जीवन के अंत तक मुलसमान बना रहा। उसका मन इस्लाम से उजाट नहीं हुआ था। अकबर यदि उक्तोचया था तो मुल्लों के कट्टरपन से जो अपने-आपने हिंसाब से इस्लाम की व्याख्या करते थे और अपनी बात को ही सही ठहराने की जिद ठान लेते थे। यदि कोई एक मुल्ला, दूसरे मुल्ला की बात को नहीं मानता था तो वे दोनों ही एक दूसरे पर डण्डा तान लेते थे। अकबर जैसा बुद्धिमान बादशाह ऐसे मुल्लों की बातों को कैसे स्वीकार कर सकता था!

पूरब टाइम्स

जिसे सब छुपाते हैं उसे हम छापते हैं...

वर्ष 15, अंक - 60 RNI/CHHBIL/44259 | छत्तीसगढ़ से प्रसारित नं.-1 लोकल दैनिक अखबार

COMPU WORLD
The Complete Computer Shop

CONTACT US:-
Phone : 0788-4060844, 4083358
Cell No. : 9360226476, 9185157570, 9826169140
Email : revikidukan@gmail.com
16/21, Dakshin Gangotri, Circus Ground Road, Supela (C.G.)
154-156, Akash Ganga, Supela, Bhilai (C.G.)

संक्षिप्त समाचार

रायपुर। मुख्यमंत्री विष्णु देव साय की अध्यक्षता में आज मंत्रालय, महानदी भवन में मंत्री परिषद की बैठक प्रारम्भ



उप मुख्यमंत्री अरुण साव ने कैबिनेट की बैठक में लिए गए निर्णयों की जानकारी दी

रायपुर। उप मुख्यमंत्री अरुण साव ने आज मंत्रालय में राज्य कैबिनेट की बैठक के बाद पत्रकार-वार्ता को संबोधित किया। उन्होंने पत्रकार-वार्ता में कैबिनेट की बैठक में लिए गए निर्णयों की जानकारी दी।



छत्तीसगढ़ में सजेगा उद्योगों का महाकुंभ

18 से 20 सितंबर तक रायपुर में होगा 14वां इंडिया इंस्टिट्यूट फेयर MSME, स्टार्टअप, निवेश, रोजगार और नवाचार को मिलेगा साझा मंच मुख्यमंत्री विष्णुदेव साय सहित देश-प्रदेश के विशिष्ट अतिथि होंगे शामिल रायपुर। छत्तीसगढ़ की राजधानी रायपुर 18 से 20 सितंबर तक देशभर के उद्योग जगत के प्रमुख प्रतिनिधियों, उद्यमियों, निवेशकों और युवाओं की मेजबानी करेगी। साइंस कॉलेज ओपन ग्राउंड में 14वें इंडिया इंस्टिट्यूट फेयर-2026 का आयोजन किया जा रहा है। लघु उद्योग भारती द्वारा आयोजित तीन दिवसीय फेयर में प्रदेश के MSME, स्टार्टअप, निर्माताओं, उद्यमियों और युवाओं को देशभर के उद्योगपतियों, खरीदारों और निवेशकों से जुड़ने का अवसर मिलेगा।

भविष्य के छत्तीसगढ़ के शहरों को आकार देने की महत्वपूर्ण जिम्मेदारी अब युवा टाउन प्लानर्स के कंधों पर - मुख्यमंत्री विष्णुदेव साय

–राज्य निर्माण के बाद पहली बार नगर तथा ग्राम निवेश विभाग में एक साथ 21 सहायक संचालकों की नियुक्ति –मुख्यमंत्री विष्णु देव साय ने 21 नवचयनित सहायक संचालकों को सौंपे नियुक्ति पत्र –पूरी ईमानदारी, निष्ठा और संवेदनशीलता के साथ निर्माण जिम्मेदारी, जनहित को दें सर्वोच्च प्राथमिकता: मुख्यमंत्री –सुनियोजित शहरीकरण से मजबूत होगी विकसित छत्तीसगढ़ की नींव: मुख्यमंत्री विष्णु देव साय –निष्पक्ष भर्ती, प्रोफेशनल कार्य संस्कृति और आधुनिक टाउन प्लानिंग के साथ विकसित छत्तीसगढ़ की ओर बढ़ रहा प्रदेश रायपुर। शहरों का विकास केवल वर्तमान आवश्यकताओं को ध्यान में रखकर नहीं, बल्कि आने वाली पीढ़ियों की जरूरतों के अनुरूप किया जाना चाहिए। मुख्यमंत्री श्री विष्णुदेव साय ने आज मंत्रालय महानदी भवन में आयोजित कार्यक्रम में नगर तथा ग्राम निवेश विभाग के 21 नवचयनित सहायक संचालकों (योजना) को नियुक्ति

पत्र प्रदान करने के बाद कार्यक्रम को संबोधित करते हुए यह बात कही। मुख्यमंत्री श्री साय ने सभी नवचयनित अधिकारियों को उज्ज्वल भविष्य के लिए शुभकामनाएं देते हुए कहा कि राज्य निर्माण के बाद पहली बार नगर तथा ग्राम निवेश विभाग में एक साथ इतनी बड़ी संख्या में सहायक संचालकों की नियुक्ति हुई है। यह नियुक्ति विभाग की कार्यक्षमता बढ़ाने के साथ प्रदेश में तेजी से हो रहे शहरीकरण को सुनियोजित दिशा देने में महत्वपूर्ण सिद्ध होगी मुख्यमंत्री श्री साय ने नवचयनित अधिकारियों



के माता-पिता और परिजनों को भी विशेष रूप से बधाई दी। उन्होंने कहा कि बच्चों को अच्छी शिक्षा देकर योग्य बनाना और उन्हें जिम्मेदार पद पर प्रदेश तथा जनता की सेवा करते देखना प्रत्येक माता-पिता के लिए गर्व और प्रसन्नता का अवसर होता है। आज इन युवाओं के जीवन में नई जिम्मेदारी की शुरुआत हो रही है और इसके साथ उनके परिवारों की अपेक्षाएं तथा प्रदेश की

आशाएं भी जुड़ी हुई हैं। राज्य गठन के बाद 25 वर्षों में 17 नियुक्तियां, अब एक साथ 21 युवा अधिकारी- मुख्यमंत्री श्री साय ने कहा कि छत्तीसगढ़ के गठन को 25 वर्ष पूरे हो चुके हैं। इस अवधि में नगर तथा ग्राम निवेश विभाग में कुल 17

सहायक संचालकों की नियुक्ति हुई थी, जबकि आज एक साथ 21 युवा अधिकारियों को नियुक्ति पत्र प्रदान किए जा रहे हैं। इससे स्पष्ट है कि राज्य सरकार भविष्य की आवश्यकताओं को ध्यान में रखते हुए विभागों को पर्याप्त मानव संसाधन और प्रोफेशनल क्षमता से सशक्त कर रही है। उन्होंने कहा कि छत्तीसगढ़ में शहरीकरण तेजी से बढ़ रहा है। गांवों से शहरों की ओर आबादी का विस्तार होने के साथ नगरों की सीमाएं बढ़ रही हैं और प्रमुख सड़कों तथा शहरों के आसपास नई बसाहटें विकसित हो रही हैं। आने वाले वर्षों में यह गति और तेज होगी। ऐसे में आवासीय क्षेत्रों, व्यावसायिक गतिविधियों, सड़कों, सार्वजनिक स्थलों, परिवहन, जल निकासी और अन्य नागरिक सुविधाओं के लिए दीर्घकालीन एवं वैज्ञानिक योजना आवश्यक है। मुख्यमंत्री ने नवचयनित अधिकारियों से कहा कि टाउन प्लानिंग केवल नक्शे बनाने या भू-उपयोग तय करने का कार्य नहीं है।

सक्ती में श्रमिक सम्मेलन आयोजित- 734 श्रमिकों को मिली 1.25 करोड़ से अधिक की सहायता राशि

रायपुर। मुख्यमंत्री के निर्देशानुसार श्रम विभाग द्वारा जिला सक्ती में भव्य श्रमिक सम्मेलन का आयोजन किया गया। इस कार्यक्रम के मुख्य अतिथि भवन एवं अन्य निर्माण कर्मचार कल्याण मंडल के अध्यक्ष (कैबिनेट मंत्री दर्जा) डॉ. राममाताप सिंह रहे।



सम्मेलन के दौरान विभिन्न जनकल्याणकारी एवं सामाजिक सुरक्षा योजनाओं के तहत कुल 734 हितग्राहियों के बैंक खातों में डीबीटी के माध्यम से 1 करोड़ 25 लाख 39 हजार 500 रुपये की राशि सीधे अंतरित की गई। साथ ही हितग्राहियों को प्रतीक स्वरूप डमी चेक प्रदान किए गए। ‘कल्याणकारी योजनाएं से हितग्राहियों को सहायता’

31 प्रकार के जनकल्याणकारी योजनाएं संचालित की जा रही है। पंजीकृत निर्माण श्रमिक आगे बढ़कर योजनाओं को लाभ लेना सुनिश्चित करें। सक्ती जिले के बाराद्वार में छत्तीसगढ़ भवन एवं अन्य सन्निर्माण कर्मकार कल्याण मंडल द्वारा श्रमिक सम्मेलन में डीबीटी के माध्यम से श्रमिकों को लाभ प्रदान किया गया। मुख्यमंत्री नोनी सशक्तिकरण योजना, महतारी जतन योजना, मुख्यमंत्री श्रमिक किराना सहायता योजना, मुख्यमंत्री मृत्यु एवं दिव्यांग सहायता योजना, नौनीहाल छात्रवृत्ति एवं मेधावी शिक्षा सहायता योजना के तहत वित्तीय सहायता प्रदान की गई।

भारतीय कृषि अनुसंधान परिषद द्वारा कृषि विश्वविद्यालयों की अधिमान्यता सूची जारी

–कृषि शिक्षा, अनुसंधान एवं प्रसार के क्षेत्र में कृषि विश्वविद्यालय द्वारा किए गए प्रयासों से मिली यह महत्वपूर्ण उपलब्धि –कृषि मंत्री श्री नेताम ने कुलपति डॉ. चंदेल को इस गौरवपूर्ण उपलब्धि के लिए दी बधाई रायपुर। इंदिरा गांधी कृषि विश्वविद्यालय ने एक बार फिर अपनी श्रेष्ठता साबित करते हुए छत्तीसगढ़ को गौरवावित किया है। भारतीय कृषि अनुसंधान परिषद के राष्ट्रीय कृषि शिक्षा अधिमान्यता बोर्ड द्वारा



इंदिरा गांधी कृषि विश्वविद्यालय तथा उसके अंतर्गत संचालित विभिन्न महाविद्यालयों एवं शिक्षण कार्यक्रमों को अधिमान्यता प्रदान करते हुए "ए ग्रेड" दिया गया है।

भारत रत्न डॉ. भूपेन हजारिका की जन्मशताब्दी पर लोक भवन में सांस्कृतिक संध्या

भारत रत्न डॉ. भूपेन हजारिका की जन्मशताब्दी पर लोक भवन में सांस्कृतिक संध्या

रायपुर। भारत रत्न एवं प्रख्यात संगीतकार, गायक, गीतकार और फ़िल्मकार डॉ. भूपेन हजारिका की जन्मशताब्दी वर्ष पर मंगलवार को लोक भवन स्थित छत्तीसगढ़ मंडप में सांस्कृतिक संध्या का आयोजन किया गया। राज्यपाल रमेन डेका और मुख्यमंत्री विष्णु देव साय की उपस्थिति में आयोजित इस कार्यक्रम में डॉ. हजारिका के कला, संगीत एवं सांस्कृतिक क्षेत्र में अतुलनीय योगदान का स्मरण किया गया तथा उनकी कालजयी रचनाओं और जीवन-यात्रा को संगीतमय श्रद्धांजलि अर्पित की गई। राज्यपाल डेका ने कहा कि डॉ. भूपेन हजारिका का संगीत केवल मनोरंजन का माध्यम नहीं था, बल्कि उसमें समाज, संस्कृति, प्रकृति, मानवीय संवेदना और राष्ट्रीय एकता की गहरी



अभिव्यक्ति थी। उन्होंने अपने गीतों और संगीत के माध्यम से भारत की विविध सांस्कृतिक परंपराओं को जोड़ने का कार्य किया। उनकी रचनाएं आज भी लोगों को सामाजिक समरसता, भाईचारे और मानवीय मूल्यों का संदेश देती हैं। सांस्कृतिक

संध्या में इंदिरा कला एवं संगीत विश्वविद्यालय, खैरागढ़ के कलाकारों ने डॉ. भूपेन हजारिका के जीवन एवं रचनाओं पर आधारित नृत्य-यादिका प्रस्तुत की। नृत्य के माध्यम से उनकी रचनाओं और जीवन-यात्रा को प्रभावशाली ढंग से जीवंत किया गया। महाकालीबाड़ी एवं विश्वनाथ मंदिर समिति, पंडरी, रायपुर के कलाकारों ने डॉ. हजारिका द्वारा गाए प्रसिद्ध गीतों की भावपूर्ण संगीतमय प्रस्तुति दी। राज्यपाल डेका ने कलाकारों की प्रस्तुतियों की सराहना करते हुए उन्हें स्मृति चिन्ह प्रदान कर सम्मानित किया। इस अवसर पर प्रथम महिला रानी डेका काकोटी, विधायक पुरंदर मिश्रा, अनुज शर्मा, नगरीय प्रशासन एवं विकास विभाग के प्रमुख सचिव सोनमणि बोरा, राज्यपाल के सचिव डॉ. सी. आर. प्रसन्न, संस्कृति विभाग के सचिव डॉ. एस. भारती दासन सहित अतिथि उपस्थित थे।

रायपुर में शिक्षकों का सम्मान: इनर व्हील क्लब ने 5 शिक्षकों को दिया प्रशंसा-पत्र

रायपुर। शिक्षक सप्ताह सेलिब्रेशन एवं अंतर्राष्ट्रीय साक्षरता दिवस की पूर्व संध्या पर इनर व्हील क्लब ऑफ इंडिया, रायपुर कैपिटल ने शिक्षकों के सम्मान में अभिनंदन कार्यक्रम आयोजित किया। कार्यक्रम सुधा ओपन स्कूल, अमासिबनी, रायपुर में आयोजित हुआ, जहां शिक्षा के प्रति समर्पण और उल्लेखनीय योगदान के लिए पांच शिक्षकों को प्रशंसा-पत्र देकर सम्मानित किया गया।



शिक्षकों द्वारा किए जा रहे अथक प्रयास समाज के लिए महत्वपूर्ण हैं। उनके योगदान के प्रति आभार व्यक्त करते हुए

सम्मान प्रदान किया गया।

बच्चों ने दी सांस्कृतिक प्रस्तुति

कार्यक्रम में सुधा ओपन स्कूल के बच्चों ने रंगारंग सांस्कृतिक कार्यक्रम प्रस्तुत किया। बच्चों की प्रस्तुतियों ने कार्यक्रम में मौजूद अतिथियों और शिक्षकों का मन मोह लिया। कार्यक्रम के अंत में सभी बच्चों के लिए जलपान की व्यवस्था की गई। इस अवसर पर इनर व्हील क्लब रायपुर कैपिटल की ओर से काजल रामचंदानी, अंजू जैसिंधानी एवं पायल धम्मचा उपस्थित रही। कार्यक्रम का उद्देश्य शिक्षा के क्षेत्र में योगदान देने वाले शिक्षकों के प्रति सम्मान और कृतज्ञता व्यक्त करना तथा समाज में शिक्षा और साक्षरता के महत्व को रेखांकित करना रहा।



मजबूत आय का साधन बनाया है। मधुसुदन भगत वर्ष 2005 से बड़े स्तर पर गोपालन कर रहे हैं। वर्तमान में उनके पास 27 गायें हैं, जिनसे प्रतिदिन 60 लीटर से अधिक दूध का उत्पादन होता है। उनके द्वारा उत्पादित दूध की स्थानीय स्तर पर ही पूरी खपत हो जाती है। इससे उन्हें नियमित और अच्छी आय प्राप्त हो रही है।

सेवा संकल्प अभियान- ‘आशीर्वाद का दीया’ कार्यक्रम की तैयारियों को लेकर उप मुख्यमंत्री विजय शर्मा ने की वर्चुअल समीक्षा

–बस्तर, मोहला-मानपुर-अंबागढ़ चौकी, बालोद और दुर्ग के जनप्रतिनिधियों एवं अधिकारियों से वीडियो कॉन्फ्रेंसिंग के माध्यम से की चर्चा –जिला, संभागा, नगरीय निकाय एवं विकासखंड मुख्यालयों में सामूहिक रूप से दीप प्रज्वलन की तैयारी के निर्देश रायपुर। प्रदेश के उप मुख्यमंत्री विजय शर्मा ने मंगलवार को वीडियो कॉन्फ्रेंसिंग के माध्यम से अपने प्रभार वाले जिलों बस्तर, मोहला-मानपुर-अंबागढ़ चौकी, बालोद एवं दुर्ग में आगामी सेवा संकल्प अभियान के अंतर्गत आयोजित होने वाले ‘आशीर्वाद का दीया’ कार्यक्रम की तैयारियों की समीक्षा की। बैठक में संबंधित जिलों के विधायकगण, स्थानीय जनप्रतिनिधि, कलेक्टर, नोडल अधिकारी एवं विभिन्न विभागों के नोडल अधिकारी शामिल हुए। उप मुख्यमंत्री श्री शर्मा ने बताया कि सेवा संकल्प अभियान के प्रथम दिवस की संध्या पर



‘आशीर्वाद का दीया’ कार्यक्रम आयोजित किया जाएगा। इसके तहत जिला एवं संभागा मुख्यालयों में सामूहिक रूप से दीप प्रज्वलित किए जाएंगे। जनप्रतिनिधियों के साथ स्थान का करें चयन श्री शर्मा ने कलेक्टरों एवं संबंधित अधिकारियों को कार्यक्रम के लिए उपयुक्त स्थान का चयन स्थानीय जनप्रतिनिधियों के साथ बैठक कर करने के निर्देश दिए। उन्होंने कहा कि कार्यक्रम स्थल ऐसा हो, जहां अधिक से अधिक नागरिक

सुविधाजनक रूप से शामिल हो सकें और आयोजन गरिमापूर्ण एवं सुव्यवस्थित तरीके से संपन्न हो। उन्होंने अधिकारियों को कार्यक्रम की सभी आवश्यक तैयारियां समयबद्ध रूप से पूरी करने तथा जनप्रतिनिधियों के साथ समन्वय बनाकर आयोजन की रूपरेखा तैयार करने के निर्देश दिए। नगरीय निकाय एवं विकासखंड स्तर पर भी हो सामूहिक आयोजन- उप मुख्यमंत्री ने कहा कि ‘आशीर्वाद का दीया’ की भावना को जिला मुख्यालयों तक सीमित न रखते हुए सभी जिलों के नगरीय निकायों एवं विकासखंड मुख्यालयों में भी सामूहिक रूप से एक निर्धारित स्थान पर दीप प्रज्वलित करने की पहल की जाए। उन्होंने स्थानीय स्तर पर जनप्रतिनिधियों, सामाजिक संगठनों, नागरिकों और प्रशासन के बीच बेहतर समन्वय स्थापित कर आयोजन को जनभागीदारी का स्वरूप देने पर जोर दिया।