हरिभूमि रायपुर भूमि

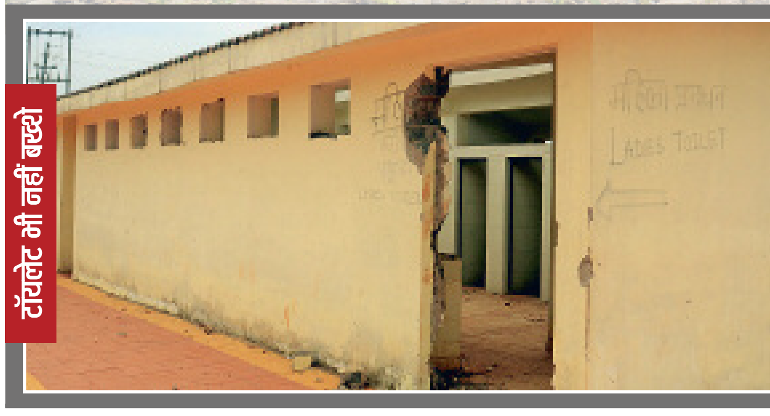
छोटे समूह, सिंगल में एक भी धरना नहीं

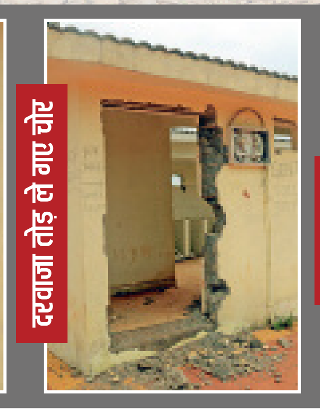
नया धरना स्थल बनने के बाद से आम लोग जो अपनी छोटी मोटी परेशानियों को लेकर धरना प्रदर्शन करते थे, ऐसे लोगों ने अगस्त, सितंबर के बाद से एक भी प्रदर्शन नहीं किया है। ऐसे में सवाल उठता है कि आम लोग अपनी समस्याओं का हल नहीं होने की स्थिति में शासन तक अपनी आवाज पहुंचाने कहां धरना प्रदर्शन करें।

शहर के नजदीक धरना स्थल की जरूरत

आम लोगों को शासन तक अपनी बात पहुंचाने प्रशासन को शहर के नजदीक एक धरना स्थल बनाने की जरूरत है, जहां 10 से कम संख्या में लोग धरना प्रदर्शन कर शासन तक अपनी बात पहुंचा सकें। इसके साथ ही तूता में 40 लाख से ज्यादा की लागत में बने धरना स्थल की सुरक्षा के उपाय के बारे में प्रशासन को सोचने की जरूरत है।

छिन गई आम आदमी की आवाज, आठ महीने में न धरना न कोई प्रदर्शन, लोगों ने जाना छोड़ा, स्थल बना खंडहर





गिरीश केशरवानी के साथ किशन लोखंडे ▶▶| रायपुर

राज्य के लोगों के पास अपनी पीड़ा व्यक्त करने कोई उचित मंच नहीं है। तूता में धरना स्थल बनने के पूर्व ऐसी स्थिति नहीं थी, तब शहर के साथ राज्य के अलग शहरों से लोग अपनी समस्याओं को शासन तक पहुंचाने बूढ़ा तालाब धरना स्थल पर जुटते थे। धरना देने वालों में ज्यादातर लोग मकान कब्जा करने से लेकर सड़क, नाली, बिजली पानी या फिर अपने ▶▶|शेष पेज 13 पर

अपनी समस्याओं से अवगत कराने बूढ़ा तालाब धरना स्थल पर जुटते थे लोग

प्रशासन ने किए थे बड़े-बड़े दावे

शहर से 15 किलोमीटर दूर वीरान जगह में धरना स्थल का निर्माण किया गया, तब धरना स्थल की सुरक्षा के लिए प्रशासन ने बड़े-बड़े दावे किए थे। धरना स्थल की सुरक्षा के लिए सुरक्षाकर्मी तैनात करने से लेकर धरना देने आने वाले लोगों को मूलभूत सुविधा उपलब्ध कराने की बात कही गई थी। वर्तमान में नया धरना स्थल में ऐसी कोई मूलभूत सुविधाएं उपलब्ध नहीं है।

जानकारी नहीं

धरना स्थल पर चोरी होने की मुझे जानकारी नहीं है, जानकारी लेने के बाद धरना स्थल की सुरक्षा करने के साथ आसामाजिक तत्वों के खिलाफ उचित कार्रवाई करवाता हूं।

- कीर्तन राठौर
एएसपी ग्रामीण

खबर संक्षेप

शादी नहीं होने से परेशान युवक ने की खुदकुशी

रायपुर। आजाद चौक थाना क्षेत्र के एक होटल में युवक ने फांसी लगाकर खुदकुशी कर ली। ब्राह्मण पारा निवासी नितीन दीवान ने बालाजी होटल में फांसी लगाकर खुदकुशी कर ली। पुलिस के अनुसार नितीन ने 16 मई को होटल में कमरा बुक किया था। दूसरे दिन सुबह कमरा नहीं खुलने पर दोपहर को होटल कर्मियों ने पुलिस को सूचना दी। मौके पर पहुंचे पुलिस ने कमरे का दरवाजा तोड़कर अंदर घुसे तो नितीन को फांसी के फंदे पर लटकते देखा। पूछताछ में परिजनों ने पुलिस को बताया कि शादी नहीं होने की वजह से परेशान होकर नितीन ने खुदकुशी की है।

कार की ठोकर से बाइक सवार महिला की मौत

रायपुर। आमानाका थाना क्षेत्र में शनिवार को अज्ञात कार की ठोकर से बाइक सवार महिला की मौत हो गई। कार की ठोकर लगने से दुर्ग निवासी उर्मिला वैष्णव की मौत हुई है। मृतक का बेटा बसंत वैष्णव ने पुलिस को बताया कि वह अपनी मां को बाइक से छोड़ने दुर्ग जा रहा था। एमपी ढाबा के पास अज्ञात कार ने उसकी बाइक को ठोकर मार दी। कार की ठोकर से वह और उसकी मां बाइक सहित गिर गए। मौके पर डायल 112 की टीम उन्हें उपचार के लिए एम्स अस्पताल लेकर गई, जहां चिकित्सकों ने उर्मिला को मृत घोषित कर दिया। कार की ठोकर लगने से बसंत को भी चोटें आई हैं।

पारिवारिक विवाद पर महिला से मारपीट, केस

रायपुर। आरंग थाने में एक महिला ने अपनी डेढ़ सास उसके पति तथा अन्य के खिलाफ पारिवारिक विवाद के चलते मारपीट करने की रिपोर्ट दर्ज कराई है। पुष्पा धृतलहरे ने मानिका बांधे, उसके पति नोहर बांधे तथा अन्य के खिलाफ मारपीट करने की शिकायत दर्ज कराई है। पुष्पा ने पुलिस को बताया कि उसकी बेटी की विवाह समारोह में शामिल होने आए मानिका तथा नोहर उसके पति के साथ मारपीट कर रहे थे, बीचबचाव करने पर मानिका तथा नोहर ने पुष्पा के साथ मारपीट की।

एक माह बाद दर्ज की चोरी की रिपोर्ट

रायपुर। सिविल लाइंस थाने में एक युवक ने माहभर बाद अपने निर्माणाधीन मकान से अज्ञात चोरों द्वारा 80 हजार रुपए के इलेक्ट्रॉनिक सामान चोरी कर ले जाने की रिपोर्ट दर्ज कराई है। गौरव पाण्डेय ने चोरी की शिकायत दर्ज कराई है। गौरव ने पुलिस को बताया कि पिछले महीने 3 अप्रैल को अज्ञात चोर पहुना के सामने उनके निर्माणाधीन मकान से इलेक्ट्रॉनिक सामान चोरी कर ले गए।

कमियां ही नहीं, खूबियां भी जानिए....

नापतौल विभाग के साथ हरिभूमि ने बांट, तराजू और मशीनों की जांच की, पहली बार सही मिलीं

लक्ष्मण लेखवानी ▶▶| रायपुर

हरिभूमि सरोकार

हरिभूमि ने बीते वक्त कई दफा, शहर में अनाज, सब्जी और फल विक्रेताओं के बांट, तराजू और मशीनों की जांच की है। अमूमन ऐसा होता है कि तीस फीसदी से ज्यादा तौल में गड़बड़ी करते पाए जाते रहे हैं। लेकिन पहली बार ऐसा हआ कि डेढ़ दर्जन से ज्यादा जगहों पर जांच की गई, सभी जगह सही तौल पाई गई। यह खबर देना इसलिए भी आवश्यक है कि पाठकों को खामियां ही न बताई जाएं, खूबियों की खबर भी होनी चाहिए।

- दुकानों में जाकर तौल मशीनों को जांचा

नापतौल विभाग की टीम के साथ हरिभूमि की टीम ने शहर में पीडीएस दुकानों के साथ राशन और फलों की थोक दुकानों में जाकर तौल मशीनों की जांच की। सभी दुकानों में इलेक्ट्रानिक तौल मशीनें मिलीं। इन मशीनों की तौल परखने के लिए पहले दुकानदारों से सामग्री तौलाई गई। उसी सामग्री को दोबारा नापपौल विभाग ने अपनी मशीन में तौला, जिसमें हर चीज 5 ग्राम से ▶▶|शेष पेज 13 पर

नापतौल की टीम में ये रहे शामिल

सहायक नियंत्रक सुरेश कुमार देवांगन के नेतृत्व में नापतौल विभाग की टीम में निरीक्षक करुणा गौतम, महेंद्र कुमार, जितेंद्र कुमार तथा सहायक चुकेंद्र श्रम शामिल रहे।

केस 1

नापतौल विभाग और हरिभूमि की टीम ने सबसे पहले उचित मूल्य की दुकानों की तौल मशीनों की जांच की। लाखेनगर क्षेत्र में ठाकुर प्यारेलाल वार्ड क्रमांक 40 के मंगलबाजार स्थित पीडीएस दुकान क्रमांक 441001332 में दोनों टीम पहुंची। यहां दुकान में तौल मशीन अनबैलेंस तरीके से रखी हुई थी। नापतौल विभाग ने मशीन को पहले समतल जगह पर रखवाकर उसका बैलेंस सही कराया। इसके बाद दुकानदार को बारी-बारी से चावल और शक्कर को तौलने के लिए कहा। दुकानदार की तौलाई के बाद चावल और शक्कर को विभाग की टीम ने अपने साथ लाई इलेक्ट्रानिक तौल मशीन में वजन किया। दोनों वजन समान पाए गए।

केस 2

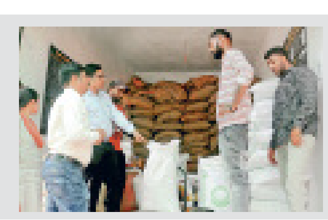
दोनों टीम इसके बाद सोनकरपारा लाखेनगर स्थित पीडीएस दुकान क्रमांक 860259662 में पहुंची। यहां भी पहले तौल मशीन में विभाग की टीम ने अपने साथ लाए 20-20 किलो के दो बाट को रखकर परखा। मशीन में उतना ही वजन दिखाया, जितने वजन के बाट रखे गए थे। इसके बाद दुकानदार ने बोरी में चावल और पॉलीथीन में शक्कर को भरकर तौला, जिसे दोबारा विभागीय टीम ने अपनी तौल मशीन में तौल कर परखा। इसमें चावल और शक्कर 5 से 10 ग्राम ज्यादा मिले। यानी कम की जगह तौल में ज्यादा खाद्यान्न मिला।

केस 3

जांच के दौरान टीम लालपुर थोक फल मार्केट भी पहुंची। यहां सूरज फ्रूट्स और बजरंग फल दुकान में तौल मशीन को परखा। यहां भी मशीनें सही पाई गईं। इन मशीनों में तौलाई का वजन भी सही मिला। थोक के साथ यहां कुछ चिल्हर फल दुकानों में जाकर भी तौल मशीनों को परखा गया। इस दौरान एक दुकान में हरिभूमि टीम के पत्रकार ने ग्राहक बनकर दो किलो आम खरीदा, जिसका वजन जब नापतौल टीम ने तौला, तो 10 ग्राम ज्यादा ही वजन मिला।

केस 4

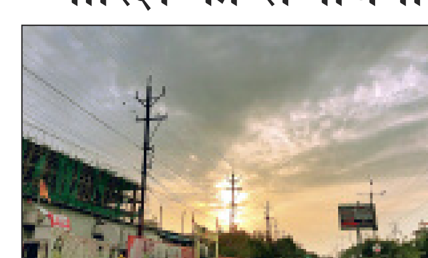
डूमरतराई थोक मार्केट में भी टीम ने इसी प्रकार कई दुकानों में जाकर वहां की तौल मशीनों की जांच की। इस दौरान दुकान नंबर ए-43 में हरेकृष्णा नामक चावल की थोक दुकान में रखे विभिन्न ब्रांड में चावल की 10, 26 और 30 किलो बोरी को तौलवाया गया। दुकान की तौल मशीन की तरह विभाग की मशीन में भी चावल की मात्रा सही पाई गई।



केस 5

डूमरतराई थोक मार्केट में भगत सेल्स दुकान नंबर ए-93 में टीम ने सोयाबीन बड़ी और साबूदाना से भरी बोरी तौलाई। दोनों बोरी का वजन विभाग की तौल मशीन में भी सही पाया गया।

तापमान थोड़ा बढ़ा पर सामान्य से कम, हल्की बारिश की संभावना



हरिभूमि न्यूज ▶▶| रायपुर

लगातार बारिश की गतिविधि बनी रहने की वजह से तापमान में वृद्धि होने के बाद भी गर्मी का प्रभाव महसूस नहीं हो रहा है। पिछले चौबीस घंटे में रायपुर का तापमान ढाई डिग्री बढ़ा है, मगर अभी भी सामान्य से पांच डिग्री कम है। मई के महीने में 9 दिन 40 डिग्री से कम तापमान के साथ बीता है।

- थोड़ा चढ़ा पारा पर सामान्य से पांच डिग्री कम

मौसम विज्ञान केंद्र के मुताबिक बंगाल की खाड़ी से आने वाली नमी युक्त हवा ने इस बार मई की तपिश को पूरी तरह कम कर दिया है। आंकड़ों के अनुसार रायपुर का तापमान बीते 18 में केवल 9 दिन चालीस डिग्री का तापमान पार कर पाया है और शेष नौ दिन ठंडकता के साथ बीत गया है। शनिवार को भी शहर का मौसम बादलों की ▶▶|शेष पेज 13 पर

ऐसे बीते मई के 18 दिन

मई	रायपुर	राज्य में अधि.	मई	रायपुर	राज्य में अधि.
18	37.6	42.2 दुर्ग	09	36.7	40.1 रायगढ़
17	35.0	37.6 सरगुजा	08	36.5	38.6 रायगढ़
16	39.7	41.9 राजनांदगांव	07	38.9	41.6 राजनांदगांव
15	39.8	41.6 रायगढ़	06	43.0	43.6 बेमेतरा
14	40.4	41.3 रायगढ़	05	43.6	44.2 बेमेतरा
13	38.1	40.5 रायगढ़	04	42.5	42.6 बेमेतरा
12	40.6	40.9 रायगढ़	03	41.2	42.8 दुर्ग
11	40.6	42.2 बेमेतरा	02	41.4	42.6 रायगढ़
10	38.5	43.3 कोरबा	01	42.2	43.9 बेमेतरा

एसी का बाजार गर्म , पहली बार बिके एक लाख, शहरों से निकले गांव तक पहुंचे

हरिभूमि न्यूज ▶▶| रायपुर

खास खबर

एयर कंडीशनर अब खास से आम होता जा रहा है। एक समय था, जब इसकी डिमांड बड़े शहरों और अमीरों के घरों के लिए होती थी, लेकिन अब एसी की डिमांड बड़े शहरों से हटकर गांवों और छोटे शहरों में भी बढ़ गई है। अब मध्य वर्ग के घरों में भी एसी एक से ज्यादा लग रहे हैं। इस सीजन में कारोबार में भी डिमांड की ऐसी गर्मी आई है कि पहली बार एक लाख से ज्यादा एसी बिक गए हैं और तीन सौ करोड़ से ज्यादा का कारोबार हुआ है। यही नहीं, कूलरों की बिक्री भी ताबड़तोड़ हुई है। पहली बार पांच लाख से ज्यादा कूलर बिके हैं।

कारोबारियों के लिए गर्मी का सीजन सबसे खास होता है। इस सीजन में ही साल भर के कारोबार का चालीस फीसदी से ज्यादा कारोबार हो जाता है। इस सीजन के लिए कारोबारी खास तैयारी भी करते हैं। एसी, ▶▶|शेष पेज 13 पर

सीजन में कूलर भी पहली बार पांच लाख से ज्यादा बिके, दो सौ करोड़ का कारोबार

एक लाख से ज्यादा बिके

इस सीजन में एसी का कारोबार जोरदार हुआ है। प्रदेश में एक लाख से ज्यादा एसी बिके हैं और तीन सौ करोड़ से ज्यादा का कारोबार हुआ है।

- राजेश वासवानी, संचालक लक्ष्मी इलेक्ट्रॉनिक्स

पहली बार इतने ज्यादा बिके एसी

एसी का कारोबार बड़ा होता है। ब्रांडेड एसी 20 हजार से एक लाख तक के आते हैं। कारोबारियों के मुताबिक गर्मी के सीजन में वैसे तो 60 से 65 हजार एसी बिक जाते हैं, लेकिन इस बार गांवों और छोटे शहरों से भी बड़ी डिमांड होने के कारण एक लाख से ज्यादा बिके हैं। राजधानी के लक्ष्मी इलेक्ट्रॉनिक्स में नई कंपनी एसर और ब्लैक एंड डेकर कंपनी के एक माह ही 17 सौ एसी बिके हैं। नामी कंपनियों के एसी हर माह पांच हजार से ज्यादा बिके हैं। कई नामी कंपनियों के एसी बाजार में हैं। फरवरी से लेकर अब तक एक लाख से ज्यादा एसी बिकने का अनुमान है। कम और ज्यादा कीमत को देखते हुए एक एसी की औसत कीमत अगर 30 हजार मान लें तो इस सीजन में तीन सौ करोड़ से ज्यादा का कारोबार हो गया है। इस बार तो कीमत भी पांच से सात फीसदी बढ़ी है, इसके बाद भी रिकॉर्ड एसी बिके हैं। प्रदेश में करीब सात सौ कारोबारी एसी बेचने का काम करते हैं। अब तो मोबाइल की दुकानों में भी एसी और एलईडी बिक रहे हैं।

कूलरों की बिक्री में गर्मी

गर्मी के सीजन में सबसे बड़ा कारोबार कूलरों का होता है। कूलरों की बिक्री भी फरवरी से लगातार हो रही है। आमतौर पर एक सीजन में तीन से साढ़े तीन लाख कूलर बिकते हैं, लेकिन इस बार सीजन में पांच लाख से ज्यादा कूलर बिके हैं। लोकल कूलरों में विंडो कूलरों की मांग ज्यादा रही है। ये कूलर चार से आठ हजार के बीच मिल रहे हैं। आज-कल तो दो हजार तक के छोटे कूलर भी आने लगे हैं। इसके अलावा रूम कूलरों की भी बड़ी डिमांड रही है। रूम कूलरों में ब्रांडेड कूलर जहां 10 से 12 हजार के मिल रहे हैं, वहीं लोकल कूलर 7 से 8 हजार में मिल रहे हैं। कूलरों का दो सौ करोड़ से ज्यादा का कारोबार हुआ है। थोक कूलर कारोबारी मनोज ग्वालानी के मुताबिक इस बार कारोबार बीते साल से 30 फीसदी ज्यादा हुआ है।

पार्किंग ठेकेदार पर रेलवे सख्त, दो दिनों में 10 हजार का ठोका जुर्माना

स्टेशन के नो पार्किंग में लागू होगा ई-चालान सिस्टम, पिक एंड ड्रॉप के लिए अलग सड़क
बैठक के बाद पार्किंग सिस्टम में बदलाव करने जुटा रेलवे

हरिभूमि न्यूज ▶▶| रायपुर

जिला प्रशासन और रेलवे अधिकारियों के बीच बीते दिन हुई बैठक के बाद रेलवे स्टेशन में पार्किंग व्यवस्था में सुधार देखा गया है। इस बीच रेलवे ने यात्रियों की शिकायत और गलत पाए जाने पर ठेकेदार पर दो दिनों में 10 हजार तक का जुर्माना ठोका है। रेलवे प्रशासन भी अब पार्किंग व्यवस्था को सुचारू रूप से चलाना चाहता था, इसलिए यात्रियों की शिकायतों पर सख्त कदम उठा रहा है।

सीनियर डीसीएम अवधेश कुमार त्रिवेदी ने बताया कि शिकायत में गलत पाए जाने पर दो बार 5-5 हजार फाइन लिया गया है। इसके अलावा नियमों का पालन करने ठेकेदार को निर्देश दिया गया है। जल्द ही पार्किंग व्यवस्था को बेहतर किया जाएगा, ताकि आम लोगों को किसी भी प्रकार की दिक्कत न हो। स्टेशन में पार्किंग नियमों की जानकारी वीडियो और ऑडियो की मदद से दी जा रही है। बूथ बनने के बाद आरपीएफ और जीआरपी की मौजूदगी रहेगी।

- शिकायत पर रेलवे ले रहा संज्ञान
- शिकायत में गलत पाए जाने पर दो बार 5-5 हजार फाइन लिया गया
- पार्किंग नियमों की जानकारी वीडियो और ऑडियो की मदद से दी जा रही

एक और शिकायत

पार्किंग कर्मचारी के खिलाफ एक और शिकायत अमनदीप सिंग ने की है। शिकायत में कहा गया है कि वे स्टेशन गए, घुसते ही उनसे हुज्जतबाजी की गई। पर्सनल एकाउंट में पैसे यूपीआई करने के लिए दबाव डाला गया। उन्हें जो रसीद दी गई उसमें न जीएसटी नंबर था न बाकी डिटेल। उसके बाद जैसे ही वे अंदर गए कर्मचारियों ने गुंडई भाषा में उनसे बदतमीजी की। इतना ही नहीं वे झगड़ा करने के लिए आतुर दिखे। अमनदीप ने कार्रवाई की मांग की है।

रीयल एस्टेट कारोबारी के ठिकानों पर स्टेट जीएसटी टीम की दबिश

हरिभूमि न्यूज ▶▶| रायपुर

स्टेट जीएसटी की टीम ने आमानाका स्थित एक रीयल एस्टेट कारोबारी तथा लोहा कारोबारी के ठिकानों पर छापे की कार्रवाई करते हुए करीब ढाई करोड़ रुपए की टैक्स चोरी का खुलासा किया है। कारोबारी के ठिकानों से जब्त दस्तावेजों की स्टेट जीएसटी की टीम जांच कर टैक्स चोरी की आकलन कर रही है।

- ढाई करोड़ रुपए की टैक्स चोरी पकड़ी गई

स्टेट जीएसटी द्वारा जारी बयान के मुताबिक कारोबारी द्वारा बड़े पैमाने पर टैक्स चोरी करने की शिकायत के बाद 15 मई को छापे की कार्रवाई की गई। जीएसटी की टीम कारोबारी के आमानाका स्थित एक कांप्लेक्स में संचालित रीयल एस्टेट ऑफिस में छापे की कार्रवाई की है। इस दौरान तलाशी में आवासीय प्लॉट फ्लैट, विला, आवासीय प्रोजेक्ट्स के साथ ही आयरन स्टील, कोयला ट्रेडिंग, होटल एवं रेस्तरां का कारोबार करने की जानकारी मिली। जीएसटी द्वारा जारी बयान के मुताबिक इन सभी का संचालन कारोबारी द्वारा एक ही जीएसटी नंबर से संचालित किया जा रहा था। तलाशी के दौरान पता चला कि कंपनी द्वारा लेखा पुस्तकों में प्रोजेक्टवार हिसाब-किताब नहीं रखा जा रहा था। छापे की कार्रवाई में जांच टीम ने कारोबारी ठिकानों से सर्वर तथा दस्तावेजों जब्त कर लिए और अपने साथ ले गए।

पाठक सूचना
हरिभूमि के सुधि पाठकों को अखबार की प्रतियां नहीं मिल रही हो या अन्य अखबार दिया जा रहा हो तो हमें निम्न नंबर पर संपर्क करें या वाट्सअप करें
9827555678, 8224868411

वित्त विभाग की अनुमति और जीएडी की सहमति से हो सकेगी संविदा नियुक्ति

हरिभूमि न्यूज ▶▶| रायपुर

संविदा नियुक्ति को लेकर राज्य शासन ने नियमों में बदलाव किया है। नियमों में संशोधन कर संविदा भर्ती नियमों में कई शर्तें जोड़ दी हैं। सामान्य प्रशासन विभाग ने संविदा नियुक्ति का जो नया निर्देश जारी किया है, उसमें अब सेवानिवृत्त कर्मचारियों एवं अधिकारियों की संविदा नियुक्ति से पहले वित्त विभाग की अनुमति और सामान्य प्रशासन विभाग की सहमति लेनी होगी। राज्य शासन ने सेवानिवृत्त कर्मचारियों की संविदा नियुक्ति के संबंध में कैबिनेट में लिए गए निर्णय को लागू किया गया। छत्तीसगढ़ सिविल सेवा (संविदा नियुक्ति) नियम 2012 में सरकार ने संशोधन किया है। माह अप्रैल में किए गए संशोधन का जिक्र किया गया है। बदले नियम के तहत सेवानिवृत्त कर्मचारियों के खिलाफ विभागीय जांच होने या अभियोजन लंबित होने पर नियुक्ति के लिए अपात्र माना जाएगा। उनके कार्यकाल में वृद्धि किए जाने के संबंध में भी वित्त की अनुमति और सामान्य प्रशासन विभाग की सहमति को अनिवार्य कर दिया गया है। यह एक बार में एक वर्ष के लिए ही वृद्धि की जा सकती है। वहीं विशिष्ट प्रकरणों में गैर शासकीय व्यक्ति विशेष और सेवानिवृत्त कर्मचारी की विशेषज्ञता या विशेष योग्यता के संबंध में उपयुक्तता का आकलन वित्त विभाग द्वारा किए जाने के बाद सामान्य प्रशासन की सहमति लेनी होगी। राज्य शासप ने अधिसूचना का प्रकाशन कर दिया है।

जिनके खिलाफ विभागीय जांच वे नियुक्ति के लिए होंगे अपात्र

संविदा नियुक्ति के नियमों में किया गया परिवर्तन

साल में 18 दिन अवकाश

संविदा कर्मियों को अब साल में 18 दिन अवकाश की पात्रता रहेगी। संविदा में नियुक्त किसी व्यक्ति को 70 साल की उम्र तक यह नियुक्ति दी जा सकती है।

खबर संक्षेप

देश में जो भी सरकार बनेगी वो यूपी से जाएगी

रायपुर। पूर्व सीएम भूपेश बघेल ने देश के आम चुनाव को लेकर कहा, देश में जो भी सरकार बनेगी वो यूपी से जाएगी। लोग इंडिया गठबंधन के पक्ष में हैं। यह चुनाव जनता का है। बहुत सालों बाद यह स्थिति बनी है।

रायबरेली लोकसभा क्षेत्र में प्रचार के बाद शनिवार को लौटे श्री बघेल ने प्रधानमंत्री के इस बयान पर प्रतिक्रिया दी, जिसमें कहा गया है कि कांग्रेस का इतिहास सशस्त्र बलों को धोखा देने वाला था। उन्होंने कहा, ताबूत घोटाला किसकी सरकार में हुआ। आतंकवादियों को घर छोड़ने का काम किसने किया। जरा इतिहास का अध्ययन कर लें। दरअसल स्मृति लोप हो गई है।

निर्दोष ग्रामीणों की हत्या न हो

बीजापुर के पीडिया जंगल में हुई पुलिस और नक्सली मुठभेड़ पर श्री बघेल ने कहा, उसकी जांच रिपोर्ट आ जाएगी। नक्सलवाद का खात्मा भी हम भी चाहते हैं, लेकिन निर्दोष ग्रामीणों की हत्या के हम खिलाफ हैं।

कांग्रेस को वोट न करने की अपील, कर्मचारी की शिकायत

रायपुर। लोकसभा चुनाव की आचार संहिता लागू होने के बावजूद श्रम विभाग में पदस्थ शासकीय कर्मचारी द्वारा सोशल मीडिया में मर जाना पर कांग्रेस को वोट नहीं करने की अपील करते हुए पोस्ट डाला गया है। चुनाव के दौरान यह पोस्ट व्हाटएपस ग्रुप में लगातार चलता रहा। मामले में जिला कांग्रेस के प्रवक्ता बंशी कन्नौजे को जानकारी होने पर उन्होंने पोस्ट का स्क्रीन शाट लेकर राज्य की मुख्य निर्वाचन पदाधिकारी से सहायक श्रम पदाधिकारी अशोक चौरसिया के खिलाफ शिकायत की है। उन्होंने कहा, लोक प्रतिनिधित्व अधिनियम एवं सिविल सेवा आचरण के नियमों के तहत कार्रवाई की जाए।

वन्यजीवों के संरक्षण के लिए सफारी प्रबंधन ने शुरू की वालंटियर योजना

हरिभूमि न्यूज ▶▶| रायपुर

वन्यजीव तथा प्रकृति प्रेमियों के लिए जंगल सफारी प्रबंधन ने स्वैच्छिक योगदान कार्यक्रम शुरू किया है। योजना के तहत इच्छुक प्रकृति प्रेमी तथा वन्यजीव प्रेमी एक रजिस्ट्रेशन फार्म भरकर जंगल सफारी में सप्ताह में एक दिन जाकर स्वैच्छिक योगदान दे सकते हैं। सफारी प्रबंधन ने यह योजना वन्यजीव तथा प्रकृति प्रेमियों को वन्यजीव संरक्षण, ईको-टूरिज्म और प्राणी उद्यान प्रबंधन विकसित करने के उद्देश्य से शुरू किया है। जंगल सफारी डायरेक्टर धम्मशील गणवीर के मुताबिक उक्त योजना से वन्यजीव तथा प्रकृति प्रेमियों को सीखने का अवसर मिलेगा। साथ ही वन्यजीव तथा प्रकृति के संरक्षण, संवर्धन करने में मदद मिलेगी। जंगल सफारी की इस योजना में स्कूल, कालेज के छात्र से लेकर वन्यजीव तथा प्रकृति के लिए कार्य करने वाला कोई भी व्यक्ति जुड़ सकता है। इस योजना से वन्यजीव तथा प्रकृति प्रेमी अपने रुचि और कौशल के अनुसार सफारी के दैनिक प्रबंधन में योगदान देकर जंगल सफारी प्रबंधन को बेहतर बनाने में मदद कर सकते हैं।

- रजिस्ट्रेशन फार्म भरकर स्वैच्छिक योगदान दे सकते हैं वालेंटियर
- योजना में राज्य के अलावा दूसरे राज्य के वालेंटियर शामिल हो सकते हैं

प्रचार : लगातार कर रहे हैं सभाएं, प्रचार और बैठकें

प्रदेश के मंत्री, नेताओं ने ओडिशा झारखंड में प्रचार में झोंकी ताकत

हरिभूमि न्यूज ▶▶| रायपुर

प्रदेश के मंत्री बृजमोहन अग्रवाल, अरुण साव, केदार कश्यप, ओपी चौधरी, रामविचार नेताम के साथ ही कई सांसद और विधायक ओडिशा और झारखंड में प्रचार में पूरी ताकत झोंक रहे हैं। ये नेता वहां पर भाजपा के प्रत्याशियों के पक्ष में लगातार सभाएं लेने और प्रचार करने का काम कर रहे हैं।

वनमंत्री केदार कश्यप ने ओडिशा लोकसभा एवं विधानसभा चुनावों के लिए अपना प्रचार तेज कर दिया है। उन्होंने शनिवार को सुंदरगढ़ लोकसभा क्षेत्र (ओडिशा) के ग्राम सालेपारी एवं बीरबीरा में आयोजित आम सभा को संबोधित किया। इस दौरान उन्होंने नवीन पटनायक सरकार पर तीखा प्रहार किया एवं पूरी तरह भ्रष्टाचार में लिप्त बताया। मंत्री बृजमोहन अग्रवाल ने कांटाबांजी में रोड शो कर भाजपा के पक्ष में वोट मांगे। उपमुख्यमंत्री अरुण साव ने ओडिशा में लगातार चुनावी सभाएं कर भाजपा के पक्ष में जबरदस्त माहौल बनाया है। श्री साव गांव गांव में सभाएं और बैठक कर जनता से सीधे जुड़ने का प्रयास कर रहे हैं। भाजपा प्रदेश अध्यक्ष किरण सिंह देव ने ओडिशा के बंदबहाल अंतर्गत लोकसभा बरगढ़ में रोड शो किया। मंत्री ओपी चौधरी बरगढ़ एवं संबलपुर क्षेत्र में धुआंधार जनसंपर्क एवं प्रचार अभियान चला रहे हैं। राजनांदगांव के सांसद संतोष पांडेय ओडिशा लोकसभा एवं विधानसभा क्षेत्र में भाजपा प्रत्याशियों के लिए जोर शोर से प्रचार में जुटे हैं। वरिष्ठ विधायक लता उसेंडी ने भुवनेश्वर में चुनावी अभियान में हिस्सा लिया। उन्होंने कहा, सुभद्रा योजना से ओडिसा प्रदेश की मातृशक्ति और मजबूत होंगी। छत्तीसगढ़ के पूर्व मंत्री व विधायक राजेश मूणत ने पुरी लोकसभा भाजपा प्रत्याशी संबित पात्रा के समर्थन में चुनावी जनसंपर्क अभियान में हिस्सा लिया।

झारखंड में भी प्रदेश के नेता सक्रिय

मंत्री रामविचार नेताम गिरीडीह लोकसभा क्षेत्र में चुनाव प्रचार एवं जनसंपर्क अभियान में हिस्सा लिया। चतरा लोकसभा प्रभारी छत्तीसगढ़ प्रदेश भाजपा प्रवक्ता अनुराग सिंहदेव लगातार प्रचार कर रहे हैं। झारखंड में प्रदेश के संगठन महामंत्री पवन साय लगातार बैठकें करके चुनावी रणनीति बना रहा है। विधायक भाजपा धरमलाल कौशिक, प्रदेश के उपाध्यक्ष भूपेंद्र सवन्नी ने प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी की 19 मई को जमशेदपुर के घाटशिला में होने वाली आमसभा की तैयारियों का जायजा लिया।

उपमुख्यमंत्री शर्मा ने 10वीं पास करने पर पूर्व नक्सली युवा से की वीडियो कॉल पर बात

हरिभूमि न्यूज ▶▶| रायपुर

उपमुख्यमंत्री व गृह मंत्री विजय शर्मा ने शनिवार को वीडियो कॉल कर कबीरधाम के उस युवा लिवरु उर्फ दिवाकर से बात की, जो कभी 14 लाख का इनामी नक्सली था, लेकिन अब समाज की मुख्यधारा से जुड़कर अपना भविष्य संवारने की दिशा में कदम बढ़ाते हुए पुलिस के सहयोग से उसने 10वीं की परीक्षा पास कर ली है। श्री शर्मा ने बड़ी आत्मीयता के साथ लिवरु से बात की, उसकी इस सफलता के लिए हार्दिक बधाई और उज्ज्वल भविष्य की शुभकामनाएं देते हुए उसका हौसला बढ़ाया। श्री शर्मा ने कहा छत्तीसगढ़ की भाजपा सरकार मुख्यमंत्री विष्णुदेव साय के नेतृत्व में प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी व गृह मंत्री अमित शाह के निर्देशानुसार छत्तीसगढ़ में नक्सलवाद को खत्म करने के लिए कृत संकल्पित है, लेकिन हमारा यह दृढ़ विश्वास है कि यह कार्य बिना खून खराबा के हो। इसके लिए आदिवासी क्षेत्रों में विकास के लिए नियद नेल्लानार योजना मतलब आपका अच्छा गांव योजना की शुरुआत की है। इससे नक्सल प्रभावित क्षेत्र का विकास शहरी क्षेत्र के समान किया जा रहा है। इसके साथ ही सरकार की आत्मसमर्पण और पुनर्वास नीति से भी नक्सली प्रभावित होकर बंदूक छोड़ रहे हैं और मुख्य धारा में शामिल हो रहे हैं। श्री शर्मा ने एक बार फिर से नक्सिलयों से मुख्यधारा में लौटकर अपना जीवन संवारने की अपील की है। श्री शर्मा ने कहा, हमारे जो भी भाई, बहन रास्ता भटककर नक्सली गतिविधियों से जुड़े हैं, वे लिवरु उर्फ दिवाकर से प्रेरणा लें और मुख्यधारा में लौटकर अपने जीवन में भी सुखद परिवर्तन लाएं। हमारी सरकार और हमारी पुलिस हर तरह से सहयोग करने को तैयार है।

खबर संक्षेप

श्री श्याम संकीर्तन महोत्सव व भंडारे का आयोजन आज

अभनपुर। विकासखंड के ग्राम बिरोदा मे श्री श्याम संकीर्तन महोत्सव एवं अमृतमय भंडारा का आयोजन 19 मई रविवार को रखा गया है। आयोजक समिति एवं पंचायत सरपंच ने बताया कि महोत्सव मे भगवान श्याम खाटू का अलौकिक श्रृंगार,इत्र व पुष्प वर्षा,अखंड ज्योत व 56 भोग अर्पित कर अमृतमयी भंडारा आयोजन किया जायेगा। रात्रिकालिन श्रीराम मंदिर मैदान मे बिहार व मध्यप्रदेश सहित रायपुर के कलाकारो द्वारा सांस्कृतिक कार्यक्रम की प्रस्तुति दी जायेगी।

कुरियर कंपनी के ब्रांच मैनेजर से शेयर ट्रेडिंग के नाम पर 20 लाख की ठगी

रायपुर। खमतराई थाना में एक कुरियर कंपनी के ब्रांच मैनेजर ने अज्ञात जालसाजों के खिलाफ शेयर ट्रेडिंग के नाम पर 20 लाख रुपए ठगी करने की रिपोर्ट दर्ज कराई है। जालसाजों ने एक मई से 14 मई के बीच ब्रांच मैनेजर के साथ ठगी की घटना को अंजाम दिया है। पुलिस अपराध दर्ज कर मामले की पड़ताल कर रही है। पुलिस के मुताबिक शिवानंद नगर निवासी रोहित कुमार सिंह ने ठगी की शिकायत दर्ज कराई है। रोहित ने पुलिस को बताया है कि उसके वाट्सएप 216 मैसेज ग्रुप में एक मई को एएमजेड एग्रीकल्चर प्रोडक्ट ट्रेडिंग का मैसेज आया। तीन मई को मैसेज खोलने पर रोहित को जानकारी मिली कि उसके पास जो मैसेज आया है वह एग्रीकल्चर प्रोडक्ट का ट्रेडिंग शेयर का है। इसके बाद रोहित ने मैसेज में दिए गए दिशा निर्देश के अनुसार ट्रेडिंग अकाउंट बनाया और 50 हजार रुपए की शेयर ट्रेडिंग शुरू की।

निधन

रमा वर्मा

पलारी। सिद्धेश्वर धाम ग्राम जारा निवासी रमा वर्मा 63 वर्ष का निधन विगत दिवस हो गया है। जिसका अंतिम संस्कार ग्राम जारा किया गया। ये भागवत सिंह वर्मा सेवानिवृत व्याख्याता की पत्नी डाक्टर विकास सिंह वर्मा रेणुका, मनीषा, मंजू ,रीना की मां व इंसालनी की दादी थी।

प्रवचन : कुरुक्षेत्र में भगवान श्री कृष्ण ने अर्जुन को जीवन का रहस्य बताकर युद्ध की प्रेरणा दी

भगवत गीता में जीवन का रहस्य और हर समस्याओं का है समाधान : आचार्य युगल

हरिभूमि न्यूज ▶▶| आरंग

शनिवार को श्री सार्वजनिक गौरा–गुड़ी समिति केवशी लोधी पारा आरंग के द्वारा आयोजित श्रीमद् भागवत ज्ञान सप्ताह के समापन अवसर पर श्रीमद् भागवत गीता के रहस्यों को समझाते हुए आचार्य युगल ने कहा कि श्रीमद् भागवत गीता ऐसा परम पावन सर्वमान्य ग्रंथ है जिसमें जीवन की सारी समस्याओं का हल है। उन्होंने कहा कि गीता हमें संशय से बाहर निकलती है, गीता के श्लोक हमें मनुष्य के रूप में हमारे कर्तव्यों का बोध कराते हैं एवं इसमें आत्म नियंत्रण का महत्व तथा अभ्यास के तरीके समझने में मदद मिलती है। उन्होंने कहा कि कुरुक्षेत्र में जब अर्जुन मोहवश अपने कर्तव्य से पीछे हटता है तो भगवान अपने विराट स्वरूप में कहते हैं कि तू कर्म कर और फल की चिंता भगवान पर छोड़। उन्होंने स्पष्ट कहा कि मनुष्य के हाथ में केवल कर्म है और यदि वह इस पर अपना ध्यान केंद्रित करें तो वह दुविधा की स्थिति से निकलकर बेहतर जीवन शैली की ओर कदम बढ़ा सकेगा। उन्होंने आगे कहा कि गीता ज्ञान अद्भुत है, जो बताती है कि (ब्रह्मा) ईश्वर एक ही है। आगे आचार्य ने अनेक श्लोक के द्वारा प्रमाणित किया कि मनुष्य को चाहिए कि वह श्री हरि संकीर्तन के साथ श्रीमद् भागवत गीता के मनन से अपने जीवन को ऊंचा उठाए। आचार्य युगल किशोर शर्मा ने अपनी व्यापक व्याख्या में कहा कि श्रीमद् भागवत गीता ऐसा अनुपम ग्रंथ है जो मानव को सिखाता है कि जीवन एक युद्ध भूमि की तरह ही है तथा विपरीत परिस्थितियों में भी उसे श्री हरि नाम को नहीं भूलना चाहिए तथा अपना धैर्य बनाकर चलना चाहिए। उन्होंने दार्शनिक अंदाज में कहा की दुख है तो सुख, दिन है तो रात, जो आया सो जाएगा अर्थात परिवर्तन ही प्रकृति का नियम है इसलिए मनुष्य को अपने कमोंर् पर ध्यान देना चाहिए तथा गीता वास्तव में मानव जीवन का यूजर मैनुअल है कैसे रहना है..? क्या करना है..? आदि। उन्होने आगे कहा कि गीता को लेकर जनसामान्य में यह भ्रांति है कि गीता केवल बुजुर्ग वर्ग के लिए है जबकि श्री कृष्ण ने गांडीवधारी अर्जुन को सुनाया अर्थात नवजवानों के लिए गीता है क्योंकि युवा वर्ग गीता को सुनकर अनुसरण कर सकता है तथा वृद्धजन उसका चिंतन। इस अवसर पर वैदिक शास्त्रेक्त मंत्रे के साथ सहयोगी आचार्य शैलेंद्र तिवारी एवं आशीष पांडे की सहभागिता से श्रद्धालुगणों ने हवनादी कार्य में भाग लेते हुए आहुतियां डाली एवं शुभसंकल्पों के साथ ब्राह्मण भोज के आयोजन के सहित हजारों श्रद्धालुओं ने श्री राधा माधव का प्रसाद समझकर भंडारे में भोजन ग्रहण किया। श्री सार्वजनिक गौरा–गुड़ी समिति केवशी लोधी पारा ने इस आयोजन को सफल बनाने के लिए श्रद्धालुगणों के साथ–साथ, विशेष कर नारी शक्ति, ब्राह्मण समाज एवं सर्वसमाज व प्रत्यक्ष तथा अप्रत्यक्ष रूप से सहयोगीजनों एवं मीडिया बंधुओ का भी आभार व्यक्त किया।

गोंदवारा, रायपुरा संतोषीनगर में अवैध प्लाटिंग पर कार्रवाई

हरिभूमि न्यूज ▶▶| रायपुर

राजधानी से लगे गोंदवारा, रायपुरा, संतोषीनगर बोरिया में नगर निगम के तोड़दस्ते ने शनिवार को जोन के नगर निवेश विभाग की टीम के साथ मिलकर अवैध प्लाटिंग रोकने कार्रवाई की। इस दौरान रायपुरा की वृंदावन कालोनी में 7 एकड़ निजी जमीन पर की जा रही अवैध प्लाटिंग पर प्लाट के लिए बनाई गई डीपीसी को काटा गया। अवैध बोर को स्थल पर तत्काल बंद कराकर आवागमन बाधित करने रोक लगाई। महादेव घाट विसर्जन कुंड के पास करीब 5 एकड़ निजी जमीन पर की जा रही अवैध प्लाटिंग पर वहां निर्मित अवैध मुरुम रोड को काट कर आवागमन बाधित किया गया।

निगम सीमा क्षेत्र में अवैध प्लाटिंग का सिलसिला थमने का नाम नहीं ले रहा है। शनिवार को एक ही दिन में 3 जोन कमिश्नरी द्वारा अलग-अलग इलाके में निजी भूमि पर अवैध प्लाटिंग रोकने तोड़ूदस्ता सुबह से देर शाम तक कार्रवाई करने डटा रहा। इस दौरान जोन 1 के गोंदवारा में करीब 3 एकड़, जोन 8 के रायपुरा में 3 अलग-अलग जगहों पर 13.51 एकड़ और जोन 10 के न्यू संतोषी नगर बोरिया इलाके में करीब 5 एकड़ निजी जमीन पर की जा रही अवैध प्लाटिंग पर रोक लगाई गई है। नगर निगम जोन 1 के यतियतन लाल वार्ड के गोंदवारा में 3 एकड़ भूमि पर बनाई गई अवैध मुरुम रोड को मुख्यालय उड़नदस्ता टीम और जोन की नगर निवेश टीम ने जेसीबी मशीन से काटकर मार्ग में आवागमन बाधित किया। वहीं माधवराव सप्रे वार्ड के रायपुरा की वृंदावन कालोनी में जोन 8 नगर निवेश विभाग टीम ने 7 एकड़ निजी जमीन पर की जा रही अवैध प्लाटिंग पर रोक लगाई। इसी तरह चिंगरी नाला के पास डेढ़ एकड़ निजी भूमि पर अवैध मुरुम रोड को जेसीबी मशीन से काटकर आवागमन बाधित किया गया।

नशे के विरुद्ध व्यापारियों ने चलाया अभियान

हरिभूमि न्यूज ▶▶| आरंग

सदर रोड के सभी छोटे–बड़े व्यवसायियों ने अवैध नशा के खिलाफ में जागरूकता अभियान प्रारंभ किया है। पुलिस प्रशासन के निजात कार्यक्रम में सदर बाजार रोड के ज्वेलरी, सराफा, फुटकर विक्रेताओं ने अवैध नशा के विरुद्ध कार्यवाही एवं जागरुकता अभियान का संकल्प लिया। इस अवसर पर सराफा संघ प्रमुख दीपक सोनी, शिव अग्रवाल, राजेंद्र सोनी, विकास गुप्ता, रविन्द्र गुप्ता, राहुल साहु, गणेश साहु, परदेशी लोधी, मेघराज साहु, दशरथ राम सहित स्थानीय व्यवसाई एवं पुलिस प्रशासन उपस्थित रहे।

नेमीचंद पर घातक हमला आरोपियों पर मामला दर्ज

हरिभूमि न्यूज ▶▶| मंदिर हसौद

मंदिर हसौद थाना क्षेत्र के अंतर्गत स्थित कुरुद में बीते दिनों 12 मई को रात्रि 10.30 को दो पक्ष के बीच हुए विवाद जिसमें तेज धार दार हत्यार से नेमिचंद् मारकंडे पर प्राण घातक हमला किया गया । जो पूरी तरह घायल है जिसका रायपुर के निजी अस्पताल में उपचार चल रहा है। वही मामले को लेकर परिजनों द्वारा मंदिर हसौद थाना में रिपोर्ट दर्ज कराया जिसमे मंदिर हसौद पुलिस ने आरोपी राधे धीवर, मोंटी धीवर, सूरज धीवर विकास यादव, जय धीवर समीर मोरवी व अन्य लोगों के खिलाफ धारा 296, 34, 323, 506 के तहत अपराध पंजीबद्ध कर लिया है। वही प्रार्थी के परिजनों का कहना है कि आरोपियों द्वारा माँ बहन को और जाति सूचक गली गलौच किया तथा तेज धारदार हथियार से प्राण घातक हमला किया गया । जिससे अभी भी नेमीचंद जिंदगी से संघर्ष कर रहे वहीं मामले की गंभीरता को देखते हुए जांच कर उचित कार्यवाही की मांग किया गया।

पेज 11 के शेष...

छिन गई आम आदमी...
बेटे या परिजनों द्वारा प्रताड़ित किए जाने के विरोध में धरना देने बूढ़ा तालाब पहुंचते थे। तूता में जो नया धरना स्थल बनाया गया है, वह अब आसामाजिक तत्वों का अड्डा बन गया है। शहर में ट्रैफिक जाम की स्थिति के देखते हुए एक वर्ष पूर्व धरना स्थल नया रायपुर के तूता में मेला स्थल के सामने नया धरना स्थल का निर्माण किया गया है। नया धरना स्थल बनने के बाद बूढ़ा तालाब धरना स्थल पर सीमित संख्या में धरना देने की अनुमति देने की बात प्रशासन ने कही थी, लेकिन इस पर अमल नहीं किया गया। धरना देने वाले प्रदर्शनकारियों को तूता में धरना देने की प्रशासन द्वारा अनुमति दी जाने लगी। आचार संहिता लगने के पूर्व नया धरना स्थल पर संयुक्त कर्मचारी संघ द्वारा आखिरी धरना-प्रदर्शन का आयोजन किया गया।
धरना स्थल बना आसामाजिक तत्वों का अड्डा - तूता में जिस उद्देश्य को लेकर धरना स्थल बनाया गया है, वह उद्देश्य तो पूरा नहीं हुआ, वर्तमान में धरना स्थल आसामाजिक तत्वों का अड्डा बन गया है। धरना स्थल के खाली मैदान में शराबी शराब पीकर गंदगी फैलाने का काम कर रहे हैं। इसके अलावा आसामाजिक तत्वों ने धरना स्थल में बाथरूम में लगे दरवाजे, नल, वाश बेसिन के साथ किचन में लगे पंखे के साथ ही चैंबर में लगी लोहे की प्लेट, यहां तक कि सुरक्षा घेरा के लिए लगाई लोहे की जाली चोरी कर ले गए हैं।

नापतौल विभाग के साथ...
लेकर 15 ग्राम ज्यादा ही मिली। कहीं बेची हुई सामग्री कम नहीं पाई गई। इलेक्ट्रानिक मशीनें भी सही मिलीं। बांट तराजू भी गड़बड़ नहीं थे। समानों की कीमत बढ़ने से बढ़ा लाभ का मार्जिन, इसलिए तौल भी सही महंगाई का असर खाद्यान्नों पर भी पड़ा है, जिसके कारण चावल, दाल, फल सहित हर चीज की कीमत बढ़ गई है। कीमत बढ़ने के कारण अब इनकी बिक्री के साथ लाभ का मार्जिन भी काफी ज्यादा बढ़ा है। यही कारण है कि व्यापारी भी अब तौल में ईमानदारी दिखाते हुए सही तौल के साथ सामान बेचने लगे हैं।
ग्राहक से हमेशा संबंध बनाए रखना भी एक कारण- व्यापारी थोक बाजार को हो या फिर चिल्हर बाजार, अब तौल में रिस्क लेना नहीं चाहता, क्योंकि खरीदार व्यापारी पर भरोसा करके उसकी दुकान में सामान लेता है, जिससे व्यापारी को सामान बेचकर अच्छा खासा मुनाफा होता है। इसके कारण अब व्यापारी भी तौल में डंडी मारकर रिस्क लेना नहीं चाहते, जिसके कारण नियमित ग्राहक दुकान में आना छोड़ दें।

तापमान थोड़ा बढ़ा पर...
वजह से गरमा नहीं पाया। तापमान में ढाई डिग्री की वृद्धि हुई, इसके बाद भी यह 38 से कम डिग्री में सिमट गया। रायपुर की तरह अन्य शहरों में भी कम गर्मी और कई इलाकों में हल्की से मध्यम बारिश भी हुई। पिछले चौबीस घंटे में बस्तर के कई हिस्सों में एक से दो सेमी. तक वर्षा हुई। विशेषज्ञ एचपी चंद्रा ने बताया कि अभी एक द्रोणिका उत्तरप्रदेश से गंगेटिक पश्चिम बंगाल और सिक्किम तक विस्तारित है। दूसरी द्रोणिका दक्षिण छत्तीसगढ़ से दक्षिण अंदरूनी कर्नाटक तक मौजूद है। रविवार को एक दो स्थानों पर हल्की वर्षा होने अथवा गरज-चमक के साथ छींटे पड़ने की संभावना है। इसके साथ तापमान में थोड़ी और वृद्धि होने के आसार हैं।

एसी का बाजार...
फ्रिज और कूलरों के स्टॉक का आर्डर दिसंबर में ही दे दिया जाता है। इसके बाद जनवरी से स्टॉक आने भी आ जाता है। अब तो आमतौर पर फरवरी से ही गर्मी अपने तेवर दिखने लगती है। इस बार भी फरवरी में गर्मी ने तेवर दिखाए और कारोबार होने लगा। फरवरी और मार्च में तो कारोबार की रफ्तार कम रही, लेकिन अप्रैल और मई में रफ्तार बहुत तेज हो गई है।

शपथ पत्र

मैं शपथकर्ती श्रीमती हिमांशी साहू पति श्री महेन्द्र साहू निवासी संतोषी नगर नहर किनारे बाजार के पीछे मुकेश किराना स्टोर्स के पास रायपुर छ.ग. निम्न कथन शपथपूर्वक बयान करती हूं कि:-

01. यह कि मेरा नाम व पता उपरोक्तानुसार है जो कि सही एवं सत्य है।
02. यह कि विवाह के पूर्व मेरा नाम कु. हसीना पिता श्री रिखीराम साहू निवासी ग्राम कन्हेरा तह. व जिला रायपुर छ.ग. था।
03. यह कि मेरा विवाह दिनांक 17/05/2013 को श्री महेन्द्र साहू पिता श्री मदन लाल साहू के साथ सामाजिक रिति रिवाज के साथ संपन्न हो चुका है।
04. यह कि विवाह के पश्चात अब मैं बतौर श्रीमती हिमांशी साहू पति श्री महेन्द्र साहू के नाम पर जानी एवं पहचानी जाऊं तथा मेरे समस्त शासकीय/अशासकीय दस्तावेजों में अब मैं अपना नाम बतौर श्रीमती हिमांशी साहू अपना नाम व पता दर्ज करवाना चाहती हूं जिसके समर्थन में संबंधित विभाग में शपथ पत्र प्रस्तुत करती हूं।

शपथकर्ती

सत्यापन

मैं उपरोक्त शपथकर्ती यह सत्यापित करती हूं कि उपरोक्त कथन मेरे स्वयं के ज्ञान के अनुसार सत्य एवं सही है व आज दिनांक को स्थान रायपुर में अपना हस्ताक्षर कर सत्याति करती हूं।

शपथकर्ती

26 जून 2018

न्यायालय नायब तहसीलदार, मंदिर हसौद, जिला-रायपुर (छ.ग.)

क्रंमाक / .... / वाचक/ ना. तह./ 2024
मंदिर हसौद, दिनांक 10.05.2024

-: ईश्तहार :-

एतद् द्वारा सर्वसाधारण को सूचित किया जाता है, कि न्यायालय तहसीलदार, मंदिर हसौद, तहसील- मंदिर हसौद, जिला रायपुर के विचाराधीन प्रकरण मे पक्षकार उर्मिला बाई एवं अन्य 10 पति गेंद लाल साहू वगैरह, निवासी-ग्राम-चपरीद, तहसील-आरंग, जिला रायपुर द्वारा आवेदन पत्र प्रस्तुत कर लेख किया गया है, कि ग्राम- धमनी, प.ह.नं.- 27, रा.नि.मं.- पलौद, तहसील - मंदिर हसौद जिला - रायपुर स्थित भूमि खसरा नंबर 353/1, 424 रकबा 0.18, 0.80 हे. भूमि जो राजस्व अभिलेख में आवेदकगण एवं अनावेदकगण के नाम पर संयुक्त रूप से भूमिस्वामी हक में दर्ज है, जिसका आवेदकगण अपने तथा अन्य सहखातेदार के मध्य बंटवारा कराना चाहते है। आवेदक के द्वारा संपूर्ण भूमि का बराबर भाग में आवेदकगण एवं अनावेदकगण के मध्य बंटवारा कराने हेतु आवेदन पत्र मय दस्तावेज न्यायालय में प्रस्तुत किया है, जिसमे हल्का पटवारी के द्वारा फर्द बंटवारा प्रस्तुत किया गया है, जो निम्नानुसार है :-

पक्ष क्रमांक 01
उर्मिला, सरोज, कुंती, सुशीला, हितेश्वरी, किरण, इन्द्र बाई पिता लाल जी, होरी लाल, विजय, लता पिता लखन लाल खसरा नंबर-रकबा-लगान, 353/1 का भाग, 0.13, 0.25, 424 का भाग 0.58, 1.10 **योग 02- 0.71, 1.35**

पक्ष क्रमांक 02
यशवंत, शकुनतला पिता लाल जी, लालजी पिता जोधन खसरा नंबर- रकबा- लगान , 353/1 का भाग, 0.05, 0.25 424 का भाग 0.22 1.10 , **योग 02- 0.27, 1.35**

अतः उक्तानुसार बंटवारा किये जाने में जिस किसी भी व्यक्ति/संस्था को दावा / आपत्ति प्रस्तुत करना हो तो वे स्वंय अथवा अपने अभिभाषक के माध्यम से दिनांक 07.06.2024 तक इस न्यायालय मे आपत्ति दावा पेश कर सकते है। उक्त तिथि के पश्चात प्राप्त दावा / आपत्ति पर किसी प्रकार का विचार नही किया जायेगा।

आज दिनांक 10.05.2024 को मेरे हस्ताक्षर व न्यायालय की मुहर से जारी किया गया।

मुहर

नायब तहसीलदार, मंदिर हसौद, जिला-रायपुर (छ.ग.)

कार्यालय रा.नि.मं. चंदखुरी तहसील मंदिर हसौद जिला रायपुर (छ.ग.)

आम सूचना

एतद् द्वारा सर्वसाधारण को सूचित किया जाता है कि आवेदक सीमा भाटिया पिता/ पति का नाम हरीश भाटिया निवासी रायपुर ग्राम धनसुली प.ह.नं. 2 रा.नि.मं. चंदखुरी तहसील मंदिर हसौद जिला रायपुर में स्थित भूमि खसरा नं. 374/1 क्रमशः रकबा 0.20 हे. भूमि का सीमांकन/बटांकन न्यायालय तहसीलदार मंदिर हसौद आदेश दिनांक 26.04.2024 के परिपालन में दिनांक 29.05.2024 को समय अपरान्ह 12 बजे मेरे द्वारा किया जाना नियत किया गया है।

अतः उक्त सीमांकन/बटांकन से जिस किसी व्यक्ति या संस्था को कोई दावा/आपत्ति हो वे उक्त सीमांकन हेतु नियत तिथि में राजस्व निरीक्षक कार्यालय में अपने दस्तावेजों सहित स्वंय अथवा अपने वैध अभिभाषक के माध्यम से उपस्थित होकर प्रस्तुत कर सकते है इसके उपरांत किसी दावा/आपत्ति पर मेरे द्वारा विचार किया जाना संभव नही होगा।

राजस्व निरीक्षक
रा.नि.मं. चंदखुरी

जादूगर सम्राट अजूबा का आखिरी शो आज

रायपुर। पिछले 45 दिनों से शहर के लोगों को अपनी जादुई कला से आनंदित कर रहे जादूगर सम्राट अजूबा के जादू शो का आज रायपुर में आखिरी दिन है। रविवार को तीनों शो 1 बजे, 4 बजे एवं शाम 7 बजे करने के बाद जादूगर सम्राट अजूबा अब यहां से विदा लेंगे। जादूगर अजूबा ने कहा कि 45 दिनों में रायपुर के दर्शकों का मुझे भरपूर प्यार मिला, उसके लिए मैं शुक्रिया अदा करता हूं एवं अगले साल फिर से ढेर सारे नए-नए करतबों के साथ आप लोगों के बीच आएंगे। अगला शो भिलाई सेक्टर-5 स्थित बालाजी मंदिर के पास आंध्रा भवन (एयरकूल्ड) में 24 मई से आयोजित होगा।

10वीं-12वीं के होनहार बच्चों का किया सम्मान

हरिभूमि न्यूज ▶▶| आरंग

शासकीय महात्मा गांधी उच्चतर माध्यमिक विद्यालय रींवा के कक्षा 10वीं व 12वीं में प्रथम, द्वितीय, तृतीय स्थान प्राप्त किए छात्र–छात्रओं का सम्मान शिव प्रसादी रुद्राक्ष के द्वारा किया गया। जिसमें कक्षा 12वीं में प्रथम पूर्णिमा 78 प्रतिशत, द्वितीय लकी 76 प्रतिशत, तृतीय तान्या राजपूत 74 प्रतिशत, कक्षा 10वीं में प्रथम रीमा धनगर 89 प्रतिशत, द्वितीय धनेश्वरी 82 प्रतिशत, तृतीय गायत्री 81 प्रतिशत को रामचरितमानस, गीता, दुर्गा सप्तशती सुंदरकांड, शालिग्राम, भगवान लड्डू गोपाल, धन लक्ष्मी यंत्र ब्रेसलेट से सम्मानित किया गया। इस दौरान राजकुमार दीप, एम.आर. साहू, पं. छत्रधर दीवान, लक्ष्मण साहू, जीवराखन यादव, लालू प्रसाद देवांगन, तोषण साहू, रूपराम, पीतांबर राजपूत, रामजी सिंहा, रमेश पाल, उपस्थित थे।

Health Town
डॉ. ठाकुर वुमन एंड चाइल्ड होम्योपैथिक क्लीनिक
Dr. Srishti Thakur
D/o Late Dr. Jitendra Thakur
For Appointment
7987959244
स्त्री रोग संबंधित समस्त समस्याएँ जैसे
PCOD|मासिक धर्म अनियमितता | अल्प स्त्राव मासिक|
इनफर्टिलिटी | बच्चने दानी की गांठ | स्तन की गांठ
सभी प्रकार के शिशु एवं बाल रोग जैसे
ADHD | AUTISM | व्यवहारिक चिकित्सा
Maa Ad.
टांसिल उम्र के हिसाब से वजन कम होना दांत निकलते समय की परेशानी रात को बिस्तर गीला की बीमारी इत्यादि।
शॉप नं.1,गोपिया पारा चौक, पटेल कॉम्प्लेक्स, रायपुर Online परामर्श उपलब्ध | दवाइयाँ कुरियर द्वारा भेजने की सुविधा

मूत्र किडनी एवं प्रोस्टेट
समस्त किडनी रोग गुर्दा, नेफ्रोलाजी किडनी में सुजन दर्द पेशाब कम होना या रूकावट जलन, सिरम क्रियेटिनिन, यूरिक एसिड, यूरिया का बढ़ना पैरो या आंखो में सूजन अगर डायलिसिस में चल रहे हो या किडनी बदलने कि नौबत आ गई हो तो इस चिकित्सा से जीवन बच सकता है, यह चिकित्सा किडनी के नेफ्रान्स सेल को पुनः एक्टीवेट (रिजनरेट) अर्थात् फिर से जीवन प्रदान करता है यूरेथ्रास्ट्रेक्चर (मूत्र नली का सिकुड़न) पेशाब न उतरना, बूंद बूंद टपकना या बन्द होना, आपरेशन कि आवश्यकता नहीं होती एवं पेशाब में जलन, पीला लालिमा रहना या खून या मवाद आना । प्रोस्टेट विकार बार बार पेशाब होना, बूंद-बूंद या रूकना, इसके कारण सेक्स में आई कमजोरी। समय : 11 से 3 बजे तक
जीवन ज्योति क्लीनिक डॉ. आर अग्रवाल (हर्बल मेडिसीन) नया बस स्टैण्ड के अंदर, गोलू पोहा जलेबी होटल के ऊपर शॉप नं. 25 दुर्ग (छ.ग.)
स्थायी चिकित्सा परामर्श के लिए मिले मो. 7587099540 (आने से पहले फोन करें)

विज्ञापन हेतु संपर्क करें : 0771- 4242213, 7987119756, 9303508133

Education Time
MODEL ENGLISH HR. SEC. SCHOOL
"Education makes future better"
Special Discount on ADMISSION FEES
ADMISSION OPEN
Nursery to 12th
(Biology, Maths, Commerce)
Register Now at www.mesraipur.com
Highlight
• Spoken English & Personality Development Classes • Transport & Surveillance Facility • Monthly Seminar & Discussion • Personal attention on each students • Scholarship will be provided for students coming from other schools who score above 90%
Civil lines, Katora Talab Road, Raipur (C.G.) Contact:- 07771-4000123

ROYAL PUBLIC SCHOOL
Play Group Nursery Pre Primary Class I to XII (Science, Commerce, Bio, Arts)
Special Discount on ADMISSION FEES
ADMISSION OPEN
Nursery to 12th
Register Now at www.rpsraipur.com
Silent Features
• Extra curricular activities • Personal attention to each student Limited student in each class • Music, Dance, personality development classes • Yoga
• Scholarship will be provided for students coming from other schools who score above 90%
Mathpurena, Chourasiya Colony, Raipur, (C. G.) Mo.:- 9589085558,9329621221, Email:- rpsraipur123@gmail.com

Eicher School Bus
ASSURANCE OF SUPERIOR SAFETY
• RELIABLE AND STRONG • NEXT GEN FEATURES
• BENCHMARK OF SAFETY • COMFORT & CONVENIENCE
EICHER PARTNERING PROSPERITY
GK Automotive Pvt Ltd
Opp. Kabir Nagar, Sondongri, Ring Road No.-2, Raipur (C.G.)
Mo.: 98268 97000
BRANCHES: DURG | RAJNANDGAON DHAMTARI | MAHASAMUND BALODA BAZAAR

Contact to Add Your School - 79871-19756

स्टेशन में 27 रुपए किलो में चावल-आटा मिलना शुरू, परिसर में खड़ी होने लगी मोबाइल वैन

हरिभूमि न्यूज ▶▶| रायपुर

खास खबर

दैनिक रेल यात्रियों को शहर से घर लौटते और स्टेशनों के आसपास रहने वाले लोगों को आटा और चावल को लेकर चिंता नहीं करनी पड़ेगी। अब रेलवे स्टेशनों पर ही उचित मूल्य पर भारत आटा और भारत चावल मिलना शुरू हो गया है। दक्षिण पूर्व मध्य रेलवे रायपुर रेल मंडल में नेशनल एग्रीकल्चर कोऑपरेटिव मार्केटिंग फेडरेशन ऑफ़ इंडिया लिमिटेड की योजना के अंतर्गत मोबाइल वैन के माध्यम से भारत आटा और भारत चावल बेचने के लिए रायपुर, दुर्ग, भिलाई पावर हाउस, भाटापारा और धमतरी रेलवे स्टेशनों के परिसर में अनुमति प्रदान की गई है। यह अनुमति 3 महीने की अवधि अर्थात 18 मई से 17 अगस्त तक के लिए दी गई है। भारत आटा और भारत चावल की मोबाइल वैन वेंडिंग शाम को 2 घंटे 16.00 बजे से 18.00 बजे तक के लिए उपलब्ध रहेगी। भारत आटा 27.50 रुपए प्रति किलो व भारत चावल 29 रुपए प्रति किलो की दर से उपलब्ध कराया जाएगा।

रायपुर, दुर्ग, भिलाई पावर हाउस, भाटापारा और धमतरी रेलवे स्टेशन परिसर में सुविधा

मध्य श्रेणी को मिलेगी राहत

बाजार में खाद्य सामग्री की कीमतें बढ़ने पर सरकार 'भारत ब्रांड' के नाम से निर्धारित उचित मूल्य पर लोगों को आटा, चावल और दाल उपलब्ध करा रही है। महंगाई बढ़ने पर मध्य श्रेणी के लोगों को सरकार की इस व्यवस्था से राहत मिल रही है। नई व्यवस्था की शुरुआत पायलट प्रोजेक्ट के अंतर्गत तीन माह के लिए होगी। रेल मंत्रालय की योजना सफल रही, तो आने वाले दिनों में इस व्यवस्था को नियमित कर दिया जाएगा। 15 मार्च 2024 को भारतीय रेलवे के समस्त क्षेत्रीय महाप्रबंधकों को लिखे पत्र के माध्यम से बोर्ड के एग्जिक्यूटिव डायरेक्टर, पैसेंजर मार्केटिंग नीरज शर्मा ने भारत आटा और भारत चावल की बिक्री सुनिश्चित करने के लिए दिशा-निर्देश जारी किया था।

विक्रेता सिर्फ बैनर लगा सकेंगे

एग्जिक्यूटिव डायरेक्टर क्षेत्रीय रेलवे के प्रमुख मुख्य वाणिज्य प्रबंधकों (पीसीसीएम) को इस व्यवस्था की निगरानी की जिम्मेदारी सौंपी है। एक स्टेशन पर भारत आटा और भारत चावल की बिक्री के लिए एक मोबाइल वैन को ही अनुमति प्रदान की गई है। स्टेशन परिसर में शाम को सिर्फ दो घंटे के लिए मोबाइल वैन के माध्यम से सिर्फ भारत आटा और भारत चावल की बिक्री होगी। इसके बाद मोबाइल वैन स्टेशन परिसर से बाहर हो जाएगी। विक्रेता मोबाइल वैन पर सिर्फ बैनर लगा सकेंगे।

तात्यापारा सड़क चौड़ीकरण को लेकर महापौर और एमआईसी सदस्यों ने की व्यापारियों से चर्चा

हरिभूमि न्यूज ▶▶| रायपुर

तात्यापारा-शारदा चौक सड़क चौड़ीकरण को लेकर महापौर एजाज ढेबर ने एमआईसी सदस्यों और कांग्रेसी पार्षदों के साथ प्रभावित व्यापारियों से मुलाकात कर बैठक ली और इस क्षेत्र का व्यापारियों के साथ भ्रमण भी किया। बैठक में महापौर ने व्यापारियों से चौड़ीकरण के संबंध में पत्राचार और मुआवजा राशि के संबंध में जानकारी ली। व्यापारियों ने उन्हें बताया कि 16 साल से वे बाट जोह रहे हैं, पर किसी विभाग या सरकार ने की ओर से अब तक सड़क चौड़ीकरण और मुआवजे के संबंध में पत्र नहीं मिला। महापौर एजाज ढेबर ने तात्यापारा के व्यापारियों से कहा कि तात्यापारा-शारदाचौक की यह सड़क सिर्फ रायपुर ही नहीं, पूरे छत्तीसगढ़ की लाइफ लाइन है। सड़क संकरी होने के कारण लंबा जाम लगता है, इससे राहत दिलाने हमारी परिषद ने पिछली सरकार में पूर्व सीएम भूपेश बघेल से आग्रह कर सड़क चौड़ीकरण के लिए 120 करोड़ की राशि स्वीकृत कराई। सरकार बदलते ही न तो राज्य सरकार के पास तात्यापारा-शारदा चौक सड़क चौड़ीकरण का जिक्र है, न ही सड़क चौड़ीकरण का काम शुरू हो पाया। सरकार इस मामले में उहापोह की स्थिति है।

महापौर ने जून अंत तक मुआवजा दिलवाने दिया आश्वासन

महापौर एजाज ढेबर ने सड़क चौड़ीकरण प्रभावित व्यापारियों से कहा कि इस मामले में उनकी परिषद और सभी पार्षद 4 जून के बाद मुख्य सचिव और मुख्यमंत्री के पास जाकर इस संबंध में चर्चा करेंगे। सड़क चौड़ीकरण के लिए राशि स्वीकृत है, तो व्यापारियों को मुआवजा के तौर पर राशि अब तक क्यों नही दी गई।

विकास रुक गया

कारोबारी संजय अग्रवाल ने कहा, 2005 में फूल चौक में जो व्यापार हुआ करता था वह 2024 में और खराब हो गया है। 2005 में रिंग रोड में एक पैसे का व्यापार नहीं था, लेकिन आज रिंग रोड में कई गुना व्यापार बढ़ गया है। सभी व्यापारी व्यापार को ऊंचा करना चाहते हैं। लोगों को सड़क चौड़ीकरण के साथ पार्किंग की भी सुविधा चाहिए। शारदा चौक से तात्यापारा सड़क चौड़ीकरण नहीं होने से विकास रुक गया है। बैठक में वरिष्ठ एमआईसी सदस्य ज्ञानेश शर्मा, जितेंद्र अग्रवाल, सुरेश चन्नावार, सहदेव व्यवहार, सुंदर जोगी, पार्षद प्रतिनिधि राधेश्याम विभार, हेमंत पटेल, जोन अध्यक्ष मनीराम साहू, मन्नू-विजेता यादव आदि शामिल रहे।

गोंदवारा, रायपुरा, संतोषीनगर में अवैध प्लाटिंग पर कार्रवाई

हरिभूमि न्यूज ▶▶| रायपुर

■ मुख्यालय उड़नदस्ता, नगर निवेश टीम ने की कार्रवाई

राजधानी से लगे गोंदवारा, रायपुरा, संतोषीनगर बोरिया में नगर निगम के तोड़दस्ते ने शनिवार को जोन के नगर निवेश विभाग की टीम के साथ मिलकर अवैध प्लाटिंग रोकने कार्रवाई की। इस दौरान रायपुरा की वृंदावन कालोनी में 7 एकड़ निजी जमीन पर की जा रही अवैध प्लाटिंग पर प्लाट के लिए बनाई गई डीपीसी को काटा गया। अवैध बोर को स्थल पर तत्काल बंद कराकर आवागमन बाधित करने रोक लगाई। महादेव घाट विसर्जन कुंड के पास करीब 5 एकड़ निजी जमीन पर की जा रही अवैध प्लाटिंग पर वहां निर्मित अवैध मुरुम रोड को काट कर आवागमन बाधित किया गया।

निगम सीमा क्षेत्र में अवैध प्लाटिंग का सिलसिला थमने का नाम नहीं ले रहा है। शनिवार को एक ही दिन में 3 जोन कमिश्नरी द्वारा अलग-अलग इलाके में निजी भूमि पर अवैध प्लाटिंग रोकने तोड़ूदस्ता सुबह से देर शाम तक कार्रवाई करने डटा रहा। इस दौरान जोन 1 के गोंदवारा में करीब 3 एकड़, जोन 8 के रायपुरा में 3 अलग-अलग जगहों पर 13.51 एकड़ और जोन 10 के न्यू संतोषी नगर बोरिया इलाके में करीब 5 एकड़ निजी जमीन पर की जा रही अवैध प्लाटिंग पर रोक लगाई गई है।

नगर निगम जोन 1 के यतियतन लाल वार्ड के गोंदवारा में 3 एकड़ भूमि पर बनाई गई अवैध मुरुम रोड को मुख्यालय उड़नदस्ता टीम और जोन की नगर निवेश टीम ने जेसीबी मशीन से काटकर मार्ग में आवागमन बाधित किया। वहीं माधवराव सप्रे वार्ड के रायपुरा की वृंदावन कालोनी में जोन 8 नगर निवेश विभाग टीम ने 7 एकड़ निजी जमीन पर की जा रही अवैध प्लाटिंग पर रोक लगाई। इसी तरह चिंगरी नाला के पास डेढ़ एकड़ निजी भूमि पर अवैध मुरुम रोड को जेसीबी मशीन से काटकर आवागमन बाधित किया गया। जोन कमिश्नर अरुण ध्रुव, कार्यपालन अभियंता अभिषेक गुप्ता, सहायक अभियंता ईश्वरलाल टावरे की टीम ने अवैध प्लाटिंग रोकने कार्रवाई की।

तहसीलदार को लिखा पत्र

जोन 1, जोन 8 और जोन 10 के नगर निवेश विभाग के माध्यम से रायपुर तहसीलदार को पत्र लिखकर निजी भूमि के स्वामियों की जानकारी उपलब्ध करवाने कहा गया है।

कुरियर कंपनी के ब्रांच मैनेजर से शेयर ट्रेडिंग के नाम पर 20 लाख की ठगी

रायपुर। खमतराई थाना में एक कुरियर कंपनी के ब्रांच मैनेजर ने अज्ञात जालसाजों के खिलाफ शेयर ट्रेडिंग के नाम पर 20 लाख रुपए ठगी करने की रिपोर्ट दर्ज कराई है। जालसाजों ने एक मई से 14 मई के बीच ब्रांच मैनेजर के साथ ठगी की घटना को अंजाम दिया है। पुलिस अपराध दर्ज कर मामले की पड़ताल कर रही है।

पुलिस के मुताबिक शिवानंद नगर निवासी रोहित कुमार सिंह ने ठगी की शिकायत दर्ज कराई है। रोहित ने पुलिस को बताया है कि उसके वाट्सएप 216 मैसेज ग्रुप में एक मई को एएमजेड एग्रीकल्चर प्रोडक्ट ट्रेडिंग का मैसेज आया। तीन मई को मैसेज खोलने पर रोहित को जानकारी मिली कि उसके पास जो मैसेज आया है वह एग्रीकल्चर प्रोडक्ट का ट्रेडिंग शेयर का है। इसके बाद रोहित ने मैसेज में दिए गए दिशा निर्देश के अनुसार ट्रेडिंग अकाउंट बनाया और 50 हजार रुपए की शेयर ट्रेडिंग शुरू की।

दस गुना मुनाफा मिलने के लालच में फंसा

रोहित के अनुसार उसने जिस राबर्ट से मोबाइल पर बात की थी, उसने उसे 10 लाख रुपए का ट्रेडिंग रीचार्ज कराने पर 15 दिन के भीतर एक करोड़ मुनाफा मिलने का झांसा दिया। मुनाफा की रकम हासिल करने 20 प्रतिशत कमीशन देने की बात कही। लालच में आकर रोहित ने 10 लाख रुपए का रीचार्ज ट्रेडिंग कराया। ट्रेडिंग रीचार्ज कराने के कुछ दिन बाद रोहित के पास जालसाजों ने पुनः काल करते हुए एक करोड़ प्राफिट मिलने का झांसा दिया। इसके बाद जालसाजों ने रोहित को 10 लाख रुपए और जमा करने पर एक करोड़ रुपए ट्रांसफर करने का झांसा देकर अपने अकाउंट में पैसे ट्रांसफर कराए।

नरेश को पीएचडी

रायपुर। दुर्ग के हेमचंद विश्वविद्यालय ने पुलिस महकमे में निरीक्षक नरेश पटेल को पीएचडी की उपाधि प्रदान की है। उन्होंने इतिहास विषय में छत्तीसगढ़ में पुलिस व्यवस्था के दो दशक विशेष संदर्भ दुर्ग जिला में अपना शोधकार्य किया। उन्होंने अपना शोधकार्य शोध निर्देशक सेवानिवृत्त प्राध्यापक डॉ. किशोर कुमार अग्रवाल एवं सह शोध निदेशक साइंस कॉलेज दुर्ग के सहायक प्राध्यापक डॉ. अनिल कुमार पांडे के मार्गदर्शन में किया।

निधन

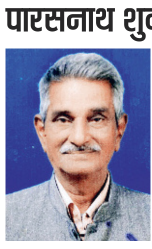
कुंती बाई लहरी

रायपुर। कोटा बस्ती निवासी कुंती बाई लहरी (75) का निधन बुधवार को हो गया। उनका अंतिम संस्कार गुरुवार को गुढ़ियारी मुक्ति धाम में किया गया। वे नंदकुमार, कृष्णा, शंकर की माता, युवराज, बंटी, चिंटू, सोनू, शानू की दादी एवं स्व.चैतराम लहरी की धर्मपत्नी थीं।

मनीष ठाकुर

रायपुर। सुंदर नगर निवासी मनीष ठाकुर (59) का 18 मई को निधन हो गया। उनका अंतिम संस्कार 19 मई को सुबह 10 बजे महादेवघाट श्मशानघाट में किया जाएगा। वे स्वाधीनता संग्राम सेनानी स्व. हरि ठाकुर के पुत्र, पत्रकार आशीष सिंह के अनुज तथा भारतेंदु व वैदिक ठाकुर के पिता थे।

पारसनाथ शुक्ला



रायपुर। रायपुरा खल्लारी चौक बस डिपो विप्रनगर निवासी पं. रविवि के पूर्व रिटायर्ड पारसनाथ शुक्ला का 18 मई को निधन हो गया। उनका अंतिम संस्कार महादेवघाट श्मशानघाट में किया गया। वे अरुण शुक्ला, अनिल शुक्ला के पिता, पीयूष शुक्ला व रुद्राक्ष शुक्ला के दादा थे।

भगवती दीवान

रायपुर। ब्राह्मणपारा निवासी भगवती दीवान का 18 मई को निधन हो गया। उनका अंतिम संस्कार मारवाड़ी श्मशानघाट में किया गया। वे योगेंद्र नारायण दीवान की माता, राकेश चंद्र एवं राजेश चंद्र दीवान की चाची थीं।

माधुरी शर्मा

रायपुर। प्रोफेसर कॉलोनी निवासी माधुरी शर्मा (80) बेमेतरा जेवरा वाली का 18 मई को निधन हो गया। उनकी अंतिम यात्रा 19 मई को उनके निवास स्थान से मारवाड़ी श्मशानघाट के लिए निकलेगी। वे शैलेन्द्र शर्मा की माता थीं।

पेज 11 के शेष

छिन गई आम ...

बेटे या परिजनों द्वारा प्रताड़ित किए जाने के विरोध में धरना देने बूढ़ा तालाब पहुंचते थे। तूता में जो नया धरना स्थल बनाया गया है, वह अब आसामाजिक तत्वों का अड्डा बन गया है। शहर में ट्रैफिक जाम की स्थिति के देखते हुए एक वर्ष पूर्व धरना स्थल नया रायपुर के तूता में मेला स्थल के सामने नया धरना स्थल का निर्माण किया गया है। नया धरना स्थल बनने के बाद बूढ़ा तालाब धरना स्थल पर सीमित संख्या में धरना देने की अनुमति देने की बात प्रशासन ने कही थी, लेकिन इस पर अमल नहीं किया गया। धरना देने वाले प्रदर्शनकारियों को तूता में धरना देने की प्रशासन द्वारा अनुमति दी जाने लगी। आचार संहिता लगने के पूर्व नया धरना स्थल पर संयुक्त कर्मचारी संघ द्वारा आखिरी धरना-प्रदर्शन का आयोजन किया गया। धरना स्थल बना आसामाजिक तत्वों का अड्डा - तूता में जिस उद्देश्य को लेकर धरना स्थल बनाया गया है, वह उद्देश्य तो पूरा नहीं हुआ, वर्तमान में धरना स्थल आसामाजिक तत्वों का अड्डा बन गया है। धरना स्थल के खाली मैदान में शराबी शराब पीकर गंदगी फैलाने का काम कर रहे हैं। इसके अलावा आसामाजिक तत्वों ने धरना स्थल में बाथरूम में लगे दरवाजे, नल, वाश बेसिन के साथ किचन में लगे पंखे के साथ ही चैंबर में लगी लोहे की प्लेट, यहां तक कि सुरक्षा घेरा के लिए लगाई लोहे की जाली चोरी कर ले गए हैं।

नापतौल विभाग के ...

लेकर 15 ग्राम ज्यादा ही मिली। कहीं बेची हुई सामग्री कम नहीं पाई गई। इलेक्ट्रानिक मशीनें भी सही मिलीं। बांट तराजू भी गड़बड़ नहीं थे। समानों की कीमत बढ़ने से बढ़ा लाभ का मार्जिन, इसलिए तौल भी सही महंगाई का असर खाद्यान्नों पर भी पड़ा है, जिसके कारण चावल, दाल, फल सहित हर चीज की कीमत बढ़ गई है। कीमत बढ़ने के कारण अब इनकी बिक्री के साथ लाभ का मार्जिन भी काफी ज्यादा बढ़ा है। यही कारण है कि व्यापारी भी अब तौल में ईमानदारी दिखाते हुए सही तौल के साथ सामान बेचने लगे हैं। ग्राहक से हमेशा संबंध बनाए रखना भी एक कारण- व्यापारी थोक बाजार को हो या फिर चिल्हर बाजार, अब तौल में रिस्क लेना नहीं चाहता, क्योंकि खरीदार व्यापारी पर भरोसा करके उसकी दुकान में सामान लेता है, जिससे व्यापारी को सामान बेचकर अच्छा खासा मुनाफा होता है। इसके कारण अब व्यापारी भी तौल में डंडी मारकर रिस्क लेना नहीं चाहते, जिसके कारण नियमित ग्राहक दुकान में आना छोड़ दें।

तापमान थोड़ा बढ़ा ...

वजह से गरमा नहीं पाया। तापमान में ढाई डिग्री की वृद्धि हुई, इसके बाद भी यह 38 से कम डिग्री में सिमट गया। रायपुर की तरह अन्य शहरों में भी कम गर्मी और कई इलाकों में हल्की से मध्यम बारिश भी हुई। पिछले चौबीस घंटे में बस्तर के कई हिस्सों में एक से दो सेमी. तक वर्षा हुई। विशेषज्ञ एचपी चंद्रा ने बताया कि अभी एक द्रोणिका उत्तरप्रदेश से गंगेटिक पश्चिम बंगाल और सिक्किम तक विस्तारित है। दूसरी द्रोणिका दक्षिण छत्तीसगढ़ से दक्षिण अंदरूनी कर्नाटक तक मौजूद है। रविवार को एक दो स्थानों पर हल्की वर्षा होने अथवा गरज-चमक के साथ छींटे पड़ने की संभावना है। इसके साथ तापमान में थोड़ी और वृद्धि होने के आसार हैं।

एसी का बाजार...

फ्रिज और कूलरों के स्टॉक का आर्डर दिसंबर में ही दे दिया जाता है। इसके बाद जनवरी से स्टॉक आने भी आ जाता है। अब तो आमतौर पर फरवरी से ही गर्मी अपने तेवर दिखने लगती है। इस बार भी फरवरी में गर्मी ने तेवर दिखाए और कारोबार होने लगा। फरवरी और मार्च में तो कारोबार की रफ्तार कम रही, लेकिन अप्रैल और मई में रफ्तार बहुत तेज हो गई है।

धन्वंतरि की जांच की मांग सीएम से मिले उपासने

रायपुर। भाजपा के पूर्व प्रदेश उपाध्यक्ष, प्रदेश कार्यसमिति सदस्य सच्चिदानंद उपासने ने मुख्यमंत्री विष्णुदेव साय से शनिवार को भेंट की। इसी दौरान श्री उपासने ने कहा कि प्रधानमंत्रीजी की गरीबों को सस्ती दवा उपलब्ध कराने प्रारंभ किए गए प्रधानमंत्री जनऔषधि केंद्रों को छत्तीसगढ़ में भूपेश बघेल की सरकार ने चलने नहीं दिया, उसके स्थान पर अपनी वाहवाही लूटने धन्वंतरि के नाम से जन औषधि केंद्र खोल जेनेरेक दवाएं कम दरों पर देने अपने समर्थकों को शासकीय जमीनों की मुफ्त बंदरबांट कर कीमती जमीनों पर खोल दिया गया, जहां प्रधानमंत्री जनऔषधि केंद्रों की तुलना में महंगी दवाएं बेचकर छत्तीसगढ़ के गरीबों के साथ छलावा किया गया तथा प्रधानमंत्री जनऔषधि केंद्रों को योजनापूर्वक सस्ती दवाओं से वंचित रखा गया, ताकि वे दुकानें बंद हो जाएं।

शपथ पत्र

मैं शपथकर्ती श्रीमती हिमांशी साहू पति श्री महेन्द्र साहू निवासी संतोषी नगर नहर किनारे बाजार के पीछे मुकेश किराना स्टोर्स के पास रायपुर छ.ग. निम्न कथन शपथपूर्वक बयान करती हूं किः-

01. यह कि मेरा नाम व पता उपरोक्तानुसार है जो कि सही एवं सत्य है।
02. यह कि विवाह के पूर्व मेरा नाम कु. हसीना पिता श्री रिखीराम साहू निवासी ग्राम कन्हेरा तह. व जिला रायपुर छ.ग. था।
03. यह कि मेरा विवाह दिनांक 17/05/2013 को श्री महेन्द्र साहू पिता श्री मदन लाल साहू के साथ सामाजिक रिति रिवाज के साथ संपन्न हो चुका है।
04. यह कि विवाह के पश्चात अब मैं बतौर श्रीमती हिमांशी साहू पति श्री महेन्द्र साहू के नाम पर जानी एवं पहचानी जाऊं तथा मेरे समस्त शासकीय/अशासकीय दस्तावेजों में अब मैं अपना नाम बतौर श्रीमती हिमांशी साहू अपना नाम व पता दर्ज करवाना चाहती हूं जिसके समर्थन में संबंधित विभाग में शपथ पत्र प्रस्तुत करती हूं।

शपथकर्ती

सत्यापन

मैं उपरोक्त शपथकर्ती यह सत्यापित करती हूं कि उपरोक्त कथन मेरे स्वयं के ज्ञान के अनुसार सत्य एवं सही है व आज दिनांक को स्थान रायपुर में अपना हस्ताक्षर कर सत्याति करती हूं।

शपथकर्ती

26 जून 2018

न्यायालय नायब तहसीलदार, मंदिर हसौद, जिला-रायपुर (छ.ग.)

क्रमांक / .... / वाचक/ ना. तह./ 2024
मंदिर हसौद, दिनांक 10.05.2024

-: ईश्तहार :-

एतद् द्वारा सर्वसाधारण को सूचित किया जाता है, कि न्यायालय तहसीलदार, मंदिर हसौद, तहसील- मंदिर हसौद, जिला रायपुर के विचाराधीन प्रकरण मे पक्षकार उर्मिला बाई एवं अन्य 10 पति गेंद लाल साहू वगैरह, निवासी-ग्राम-चपरीद, तहसील-आरंग, जिला रायपुर द्वारा आवेदन पत्र प्रस्तुत कर लेख किया गया है, कि ग्राम- धमनी, प.ह.नं.- 27, रा.नि.मं.- पलौद, तहसील - मंदिर हसौद जिला - रायपुर स्थित भूमि खसरा नंबर 353/1, 424 रकबा 0.18, 0.80 हे. भूमि जो राजस्व अभिलेख में आवेदकगण एवं अनावेदकगण के नाम पर संयुक्त रूप से भूमिस्वामी हक में दर्ज है, जिसका आवेदकगण अपने तथा अन्य सहखातेदार के मध्य बंटवारा कराना चाहते है। आवेदक के द्वारा संपूर्ण भूमि का बराबर भाग में आवेदकगण एवं अनावेदकगण के मध्य बंटवारा कराने हेतु आवेदन पत्र मय दस्तावेज न्यायालय में प्रस्तुत किया है, जिसमे हल्का पटवारी के द्वारा फर्द बंटवारा प्रस्तुत किया गया है, जो निम्नानुसार है :-

पक्ष क्रमांक 01

उर्मिला, सरोज, कुंती, सुशीला, हितेश्वरी, किरण, इन्द्र बाई पिता लाल जी, होरी लाल, विजय, लता पिता लखन लाल खसरा नंबर-रकबा-लगान, 353/1 का भाग, 0.13, 0.25, 424 का भाग 0.58, 1.10 **योग 02- 0.71, 1.35**

पक्ष क्रमांक 02

यशवंत, शकुनतला पिता लाल जी, लालजी पिता जोधन खसरा नंबर- रकबा- लगान , 353/1 का भाग, 0.05, 0.25 424 का भाग 0.22 1.10 , **योग 02- 0.27, 1.35**

अतः उक्तानुसार बंटवारा किये जाने में जिस किसी भी व्यक्ति/संस्था को दावा / आपत्ति प्रस्तुत करना हो तो वे स्वंय अथवा अपने अभिभाषक के माध्यम से दिनांक 07.06.2024 तक इस न्यायालय मे आपत्ति दावा पेश कर सकते है। उक्त तिथि के पश्चात प्राप्त दावा / आपत्ति पर किसी प्रकार का विचार नही किया जायेगा।

आज दिनांक 10.05.2024 को मेरे हस्ताक्षर व न्यायालय की मुहर से जारी किया गया।

मुहर

नायब तहसीलदार, मंदिर हसौद, जिला-रायपुर (छ.ग.)

कार्यालय रा.नि.मं. चंदखुरी तहसील मंदिर हसौद जिला रायपुर (छ.ग.)

आम सूचना

एतद् द्वारा सर्वसाधारण को सूचित किया जाता है कि आवेदक सीमा भाटिया पिता/ पति का नाम हरीश भाटिया निवासी रायपुर ग्राम धनसुली प.ह.नं. 2 रा.नि.मं. चंदखुरी तहसील मंदिर हसौद जिला रायपुर में स्थित भूमि खसरा नं. 374/1 क्रमशः रकबा 0.20 हे. भूमि का सीमांकन/बटांकन न्यायालय तहसीलदार मंदिर हसौद आदेश दिनांक 26.04.2024 के परिपालन में दिनांक 29.05.2024 को समय अपरान्ह 12 बजे मेरे द्वारा किया जाना नियत किया गया है।

अतः उक्त सीमांकन/बटांकन से जिस किसी व्यक्ति या संस्था को कोई दावा/आपत्ति हो वे उक्त सीमांकन हेतु नियत तिथि में राजस्व निरीक्षक कार्यालय में अपने दस्तावेजों सहित स्वंय अथवा अपने वैध अभिभाषक के माध्यम से उपस्थित होकर प्रस्तुत कर सकते है इसके उपरांत किसी दावा/आपत्ति पर मेरे द्वारा विचार किया जाना संभव नही होगा।

राजस्व निरीक्षक
रा.नि.मं. चंदखुरी

जादूगर सम्राट अजूबा का आखिरी शो आज

रायपुर। पिछले 45 दिनों से शहर के लोगों को अपनी जादुई कला से आनंदित कर रहे जादूगर सम्राट अजूबा के जादू शो का आज रायपुर में आखिरी दिन है। रविवार को तीनों शो 1 बजे, 4 बजे एवं शाम 7 बजे करने के बाद जादूगर सम्राट अजूबा अब यहां से विदा लेंगे। जादूगर अजूबा ने कहा कि 45 दिनों में रायपुर के दर्शकों का मुझे भरपूर प्यार मिला, उसके लिए मैं शुक्रिया अदा करता हूं एवं अगले साल फिर से ढेर सारे नए-नए करतबों के साथ आप लोगों के बीच आएंगे। अगला शो भिलाई सेक्टर-5 स्थित बालाजी मंदिर के पास आंध्रा भवन (एयरकूल्ड) में 24 मई से आयोजित होगा।

Health Town
डॉ. ठाकुर वुमन एंड चाइल्ड होम्योपैथिक क्लीनिक
Dr. Srishti Thakur
D/o Late Dr. Jitendra Thakur
For Appointment
7987959244
स्त्री रोग संबंधित समस्त समस्याएँ जैसे
PCOD|मासिक धर्म अनियमितता | अल्प स्त्राव मासिक|
इनफर्टिलिटी | बच्चने दानी की गांठ | स्तन की गांठ
सभी प्रकार के शिशु एवं बाल रोग जैसे
ADHD | AUTISM | व्यवहारिक चिकित्सा
टांसिल उम्र के हिसाब से वजन कम होना दांत निकलते समय की परेशानी रात को बिस्तर गीला की बीमारी इत्यादि।
शॉप नं.1,गोपिया पारा चौक, पटेल कॉम्प्लेक्स, रायपुर
Online परामर्श उपलब्ध | दवाइयाँ कुरियर द्वारा भेजने की सुविधा
Maa Ad.

मूत्र किडनी एवं प्रोस्टेट
समस्त किडनी रोग गुर्दा, नेफ्रोलाजी किडनी में सुजन दर्द पेशाब कम होना या रूकावट जलन, सिरम क्रियेटिनिन, यूरिक एसिड, यूरिया का बढ़ना पैरो या आंखो में सूजन अगर डायलिसिस में चल रहे हो या किडनी बदलने कि नौबत आ गई हो तो इस चिकित्सा से जीवन बच सकता है, यह चिकित्सा किडनी के नेफ्रान्स सेल को पुनः एक्टीवेट (रिजनरेट) अर्थात् फिर से जीवन प्रदान करता है यूरेथ्रास्ट्रेक्चर (मूत्र नली का सिकुड़न) पेशाब न उतरना, बूंद बूंद टपकना या बन्द होना, आपरेशन कि आवश्यकता नहीं होती एवं पेशाब में जलन, पीला लालिमा रहना या खून या मवाद आना । प्रोस्टेट विकार बार बार पेशाब होना, बूंद-बूंद या रूकना, इसके कारण सेक्स में आई कमजोरी। समय : 11 से 3 बजे तक
जीवन ज्योति क्लीनिक डॉ. आर अग्रवाल (हर्बल मेडिसीन) नया बस स्टैण्ड के अंदर, गोलू पोहा जलेबी होटल के ऊपर शॉप नं. 25 दुर्ग (छ.ग.)
स्थायी चिकित्सा परामर्श के लिए मिले मो. 7587099540 (आने से पहले फोन करें)

विज्ञापन हेतु संपर्क करें : 0771- 4242213, 7987119756, 9303508133

Education Time

MODEL ENGLISH HR. SEC. SCHOOL
"Education makes future better"
Special Discount on ADMISSION FEES
ADMISSION OPEN
Nursery to 12th
(Biology, Maths, Commerce)
Register Now
at www.mesraipur.com
Highlight
● Spoken English & Personality Development Classes
● Transport & Surveillance Facility ● Monthly Seminar & Discussion ● Personal attention on each students
● Scholarship will be provided for students coming from other schools who score above 90%
Civil lines, Katora Talab Road, Raipur (C.G.) Contact:- 07771-4000123

ROYAL PUBLIC SCHOOL
Play Group Nursery Pre Primary Class I to XII (Science, Commerce, Bio, Arts)
Special Discount on ADMISSION FEES
ADMISSION OPEN
Nursery to 12th
Register Now
at www.rpsraipur.com
Silent Features
● Extra curricular activities ● Personal attention to each student Limited student in each class ● Music, Dance, personality development classes ● Yoga
● Scholarship will be provided for students coming from other schools who score above 90%
Mathpurena, Chourasiya Colony, Raipur, (C. G.) Mo.:- 9589085558,9329621221, Email:- rpsraipur123@gmail.com

Eicher School Bus
ASSURANCE OF SUPERIOR SAFETY
• RELIABLE AND STRONG • NEXT GEN FEATURES
• BENCHMARK OF SAFETY • COMFORT & CONVENIENCE
EICHER PARTNERING PROSPERITY
GK Automotive Pvt Ltd
Opp. Kabir Nagar, Sondongri, Ring Road No.-2, Raipur (C.G.)
Mo.: 98268 97000
BRANCHES: DURG | RAJNANDGAON DHAMTARI | MAHASAMUND BALODA BAZAAR
Contact to Add Your School - 79871-19756

हरिभूमि लाइव
रायपुर, रविवार 19 मई 2024
Email id- zindgi.live.hb@gmail.com
0771- 4242222, Message at - 9630172937

सिटी इवेंट

बीपी को सही तरीके से मापना आवश्यक, शुगर भी साथ मापें

रायपुर। इस वर्ष भी विश्व उच्च रक्तचाप दिवस पर जिला स्वास्थ्य कार्यालय में रक्तचाप के विषय में जागरूकता लाने विशेष आयोजन किए गए। इस दौरान उच्च रक्तचाप से संबंधित बीमारियों के कारण, बचाव एवं रोकथाम के विषय में महत्वपूर्ण जानकारी प्रदान की गई। इस वर्ष की थीम 'अपने उच्च रक्तचाप को सही तरीके से मापें, इसे नियंत्रित करें, अधिक समय तक जीवित रहें' रखा गया है। थीम के अनुसार लोगों को स्वस्थ जीवन शैली अपनाने पर जोर दिया जा रहा है। कैंप में जांच के दौरान जिनका बीपी-शुगर नियंत्रित नहीं है, उन्हें इससे संबंधित टिप्स दिए जा रहे हैं, ताकि उनके स्वास्थ्य में सुधार हो सके।

शहरी केंद्रों में लगाए जा रहे हैं केंद्र

इसके तहत आज कार्यालय परिसर में कार्यक्रम सलाहकार डॉ.वजिंदर कौर एवं उनकी टीम द्वारा स्वास्थ्य कैंप लगाया गया। कार्यलय के सभी स्टॉफ ने अपना चेक अप करवाया। चिकित्सा अधिकारी डॉ.संजीव वोरा, डॉ.श्वेता सोनवानी सहित समस्त अधिकारी, कर्मचारी एवं आईसीएमआर से राहुल रॉय उपस्थित रहे। स्वस्थ जीवन शैली के लिए सभी ब्लॉक और शहरी केंद्र में तथा कलेक्टर परिसर में भी शिविर लगा कर बीपी और शुगर की जांच की जा रही है एवं खान-पान संबंधित डाइट चार्ट का वितरण भी किया जा रहा है। इन डाइट चार्ट के माध्यम से बताया जा रहा है कि किस तरह के खानपान का चयन कर लोग स्वस्थ रह सकते हैं।

आराधना

ट्रांसजेंडर आवास परिसर में राधा-कृष्ण प्राण प्रतिष्ठा आज

रायपुर। ट्रांसजेंडर के सशक्तिकरण के लिए सरोना में स्थापित आवास स्थल गरिमा गृह प्रांगण में नवनिर्मित राधा-कृष्ण मंदिर के प्राण प्रतिष्ठा समारोह के तहत विभिन्न धार्मिक कार्यक्रमों का विधिवत आोजन किया जा रहा है। शनिवार को गरिमा गृह सरोना में भव्य कलश यात्रा का आयोजन किया गया। 19 मई को श्री राधा व श्री कृष्ण प्राण-प्रतिष्ठा तथा भंडारा का आयोजन किया गया है। छत्तीसगढ़ मितवा संकल्प समिति की संस्थापिका रवीना बरिहा एवं विद्या राजपूत ने बताया, वैश्विक चैतन्य जागृति मिशन के तत्वावधान में लायन्स क्लब, जलविहार कालोनी और गायत्री शक्तिपीठ के सहयोग से यह निर्माण किया गया है।

शर्कराधिवास, औषधिवास शैय्याधिवास व कलश यात्रा

प्राण प्रतिष्ठा के पूर्व 17 मई को मंडल पूजा और जलाधिवास के उपरांत 18 मई को अन्नाधिवास, फलाधिवास, शर्कराधिवास, औषधिवास, शैय्याधिवास और कलश यात्रा का आयोजन किया गया। 19 मई रविवार को सुबह 9 बजे से दोपहर 12 बजे तक श्री राधा-कृष्ण की प्रतिमा का प्राण प्रतिष्ठा, पूर्णाहूति, आरती का कार्यक्रम आयोजित किया गया है। इसके उपरांत दोपहर 12 बजे से 3 बजे तक भंडारा व प्रसाद वितरण का कार्यक्रम सम्पन्न किया जाएगा।

लाइव इवेंट

गोदोहासन मुद्रा में नवकार जाप हिंसा मुक्त समाज के लिए प्रार्थना

रायपुर। जैन समाज द्वारा राजधानी में गोदोहासन मुद्रा में नवकार जाप करके वीर प्रभु से नक्सल हिंसा मुक्त समाज, भाईचारे व सुख समृद्धि के लिए प्रार्थना की गई। भगवान महावीर ने दीक्षा ग्रहण करके साढ़े बारह वर्ष तक साधना की। वैशाख शुक्ल दशमी के शुभ दिवस पर ऋजुबालिका नदी के तट पर शाल वृक्ष के नीचे गोदोहासन मुद्रा में बैठकर ध्यान करते हुए केवल ज्ञान की प्राप्ति की थी। वीर प्रभु ने सदैव विश्व कल्याण की कामना की थी। इसके चलते जैन समाज ने भी कैवल्य मुद्रा गोदोहासन में नवकार महामंत्र का जाप करके हिंसा मुक्त समाज के लिए प्रार्थना की। भक्त की प्रार्थना में बड़ी शक्ति होती है। बच्चों को महावीर स्वामी के केवल ज्ञान व गोदोहासन के बारे में ज्ञान अभिवृद्धि हुई है।

मंदिरों व घरों में नवकार जाप

बच्चों ने भी उत्साह से परिवार के साथ नवकार जाप किया। इक्कीस हजार से ज्यादा परिवारों में जाप किया गया। विजय चोपड़ा व चंद्रेश शाह ने बताया, छत्तीसगढ़ की राजधानी सहित सभी शहरों से गोदोहासन मुद्रा में सपरिवार नवकार जाप की जानकारी व फोटोज व्हाट्सएप के माध्यम से मिली है। महावीर कोचर ने बताया, जैन भाई-बहनों ने घर के मंदिर में या वृक्ष के नीचे ज्ञान प्रतीक दीपक प्रज्ज्वलित करके गोदोहासन में 12 नवकार महामंत्र का जाप किया।

कलाकार के संघर्ष की जीवंत प्रस्तुति, हिंदी संग छत्तीसगढ़ी में नाट्य मंचन

कलाकारों ने नाटक में समेटी अपनी ही पीड़ा, अभिनय कला की खूबसूरत छटा

'बेटा ते अपन पिता के सपना त पूरा नई कर सके। ते अच्छा बेटा ता नई बन सकेस। ते कलाकार नई कलंकार हवस। मोला अपन पति के दाह संस्कार करना हे, मे तोला छोड़ सकथो लेकिन अपन समाज ला नई।' ये भाव एक मां के हैं, जिसने अपना पति खोया है।

रायपुर। शानिवार को कलंकार लोकनाट्य के दौरान एक कलाकार के संघर्ष की प्रस्तुति मंच पर की गई। जिसमें माता-पिता का सपना अपने बेटे को डॉक्टर बनाना होता है, लेकिन बेटे का सपना एक कलाकार बनना होता है। गौरतलब है कि महाराष्ट्र मंडल के सभागार में रंग संस्कार महोत्सव का आयोजन किया गया रहा है। इसके दूसरे शनिवार को दिन तीन नाटकों का मंचन किया गया। यह आयोजन संस्कार भारती छत्तीसगढ़ द्वारा किया जा रहा है। नाटक की शुरुआत रोजाना शाम 6:30 बजे किया जाता है, जिसमें शुरुआत से ही दर्शकों की भीड़ देखने को मिल रही है। इस दौरान माता-पिता संग बच्चे भी नजर आए, जिन्होंने देर रात तक नाटक का लुफ्त उठाया।

नाचा के प्रति दिखा प्रेम

40 मिनट की अवधि वाले नाटक 'कलंकार' छत्तीसगढ़ी बोली में प्रस्तुत की गई। इसमें छत्तीसगढ़ के लोकप्रिय नाचा के प्रति कलाकार की भावना को प्रदर्शित किया गया। कलाकार के जीवन का संघर्ष और समाज के ताने को बखूबी दिखाने की कोशिश की गई। कलंकार नाटक ने दर्शकों के बीच खूब तालियां बटोरी। इसके निर्देशक अर्जुन दास मानिकपुरी और लेखक नरेंद्र जलक्षत्रिय रहे।

शुरुआत से अंत तक मुस्कान

लेखक प्रमोद यादव और निर्देशक आर्यन सारस्वत के मार्गदर्शन में 'अपने हिस्से का स्वर्ग' नाटक की प्रस्तुति दी गई। 30 मिनट के नाटक में तीन महत्वपूर्ण पात्रों ने अपनी भूमिका निभाई। यह नाटक व्यंगात्मक रुप से प्रस्तुत किया गया, जिसमें एक युवती ने अपने चंचल मन के अनुसार मृत्यु के बाद उत्पन्न होने वाली परिस्थिति का मंचन किया। इस दौरान देविका साहू ने युवती का किरदार निभाया।उमेश्वरी साहू यमदूत और दीपा साहू चित्रगुप्त का किरदार निभाती नजर आईं। नाटक के शुरुआत से लेकर अंत तक दर्शकों के चेहरे पर मुस्कान देखने को मिली।

अंततः निखरी कला

लोकनाट्य में बेटे का किरदार चंदन और माता का किरदार अहिल्या ने निभाया है। कुछ इस प्रकार नाटक का मंचन किया गया, जिसमें घर की खराब परिस्थितियों और पिता के स्वास्थ्य को देखते हुए बेटे ने लोकनाचा का चयन जीविका के रुप में किया। लेकिन पिता के खराब स्वास्थ्य के चलते वह अपने पिता को बचा नहीं पाया। इसके बाद माता ने अपने बेटे को 'तू कलाकार नहीं, कलंकार है' कहा। जो बेटे के लिए निराशाजनक रहा। जिसके बाद चंदन को घर और समाज से निकाल दिया गया और चंदन अपनी कड़ी मेहनत से एक नामी कलाकार के रुप में लोगों के सामने आया।

मां के दुलार व स्नेह से सजी कृतियां ....

रायपुर। मां के दुलार व स्नेह का पल हर किसी को याद होता है। इस एहसास को तस्वीरों के जरिए शहर के 50 कलाकारों द्वारा पेश किया गया है। इनकी कृतियों को शनिवार शाम घड़ी चौक स्थित महाकौशल कला वीथिका की आर्ट गैलरी में सजाया गया। कैनवास पर जल, पेस्टल, स्याही, चारकोल व तैल रंग के उपयोग से उकेरी गई कृतियों का शनिवार रात 8 बजे तक कला प्रेमियों ने अवलोकन किया। इसे लोग रविवार को सुबह 9 से 11 बजे तक देख सकेंगे।

सीबीएसई पुनर्मूल्यांकन 21 तक

रायपुर। *सीबीएसई की ओर से क्लास 10वीं एवं 12वीं कक्षा का रिजल्ट घोषित किया जा चुका है। ऐसे छात्र जो किसी विषय में प्राप्त अंकों से संतुष्ट नहीं हैं, वे अपने अंकों का सत्यापन करवा सकते हैं। कॉपियों के पूनर्मूल्यांकन या कॉपी की फोटो कॉपी प्राप्त करने के लिए सीबीएसई की ओर से एप्लीकेशन विंडो ओपन कर दी गई है, जो निर्धारित अंतिम तिथि 21 मई तक जारी रहेगी। रिजल्ट से असंतुष्ट छात्र-छात्राएं ऑनलाइन माध्यम से सीबीएसई cbse.gov.in पर जाकर ऑनलाइन आवेदन प्रक्रिया पूर्ण कर सकते हैं।सीबीएसई की ओर से जारी नोटिफिकेशन के मुताबिक पुनर्मूल्यांकन अथवा कॉपी की प्रति प्राप्त करने के लिए केवल ऑनलाइन माध्यम से ही आवेदन किया जा सकता है। अन्य किसी भी माध्यम में फॉर्म स्वीकार नहीं किए जाएंगे। उत्तर पुस्तिकाओं के री-वेरिफिकेशन के बाद बोर्ड की ओर से आपके लॉग इन पर नए अंक अपलोड कर दिए जाएंगे। छात्र ध्यान रखें कि वेरिफिकेशन के बाद प्राप्त अंक ही अंतिम माने जाएंगे।*

कार्नर न्यूज

महा शाक्त यज्ञ, अनुष्ठान में केरल के विद्वान तंत्रिय होंगे शामिल

भगवान परशुराम व महर्षि अगस्त्य के नियमों संग शुरू होगा वैदिक अनुष्ठान, तमिलनाडु से पहुंचे देव विग्रह

रायपुर। पांच दिवसीय महा सुह्त महा शाक्त यज्ञ अनुष्ठान का आयोजन 19 से 23 मई तक शदाणी दरबार में किया जा रहा है। आयोजन को तैयारी पूरी हो चुकी है। शनिवार को अय्यप्पा मंदिर में दैवीय विग्रह की दो दिन विधिवत पूजा होने के बाद केरल समाज की ओर से विशेष भोग लगाया गया। इस दौरान बड़ी संख्या में भक्त पहुंचे हुए थे। शाम 7:30 बजे दैवीय विग्रह महामाया मंदिर लगाया गया, जहां महामाया माता की विधिवित पूजा कर यज्ञ के लिए आवाहन किया गया। इसके बाद भगवान जगन्नाथ मंदिर में पूजा-अर्चना के बाद विग्रह यज्ञ पर रात 10 बजे तक पहुंचा। आज श्री महा दिव्य देशम फाउंडेशन द्वारा होने वाले यज्ञ में दस दैवीय विग्रह की पूजा-अर्चना कर यज्ञ शुरू किया जाएगा। 19 मई की सुबह 5.30 बजे देवी के विग्रह की स्थापना और पूजा-अर्चना के बाद महा सुरत महा शाक्त यज्ञ अनुष्ठान का शुभारंभ किया जाएगा। यह यज्ञ प्राचीन नियमों और वैदिक अनुष्ठानों के अनुसार होगा। इसके लिए प्रदेश के सभी प्रमुख मंदिरों को निमंत्रण भेजा गया है।

त्रिकाल पूजा सहित संपूर्ण अनुष्ठान

श्री शदाणी दरवार के सहयोग से इसे आयोजित किया जा रहा है। यह यज्ञ केरल के विद्वान तत्रियों द्वारा प्राचीन पद्धति से किया जाएगा। 19 मई को त्रिकाल पूजा, त्रिकाल पूजा संपूर्ण अनुष्ठान होंगे। 20 मई को वन दुर्गा पूजा, आह्वान क्रिया, कूष्माण्डा विशेषाल होम, 21 मई को जय दुर्गा पूजा, आह्वान पूजा, 22 मई को आह्वान पूजा और ओडिसी नृत्य, 23 मई को आग्नेय भद्रकाली त्रिष्टुप्पू, गुप्त आह्वान अनुष्ठान कराया जाएगा। इसके साथ पांच दिवसीय यज्ञ समाप्त होगा।

यात्रा के दौरान हुआ गुप्त महास्वरूप का ज्ञान

संस्था के संस्थापक राजीव रकुल ने बताया, छत्तीसगढ़ राज्य में यात्रा के दौरान उन्हे दंतेश्वरी शक्तिपीठ में देवी के गुप्त महास्वरूप का पता चला। देवी के समक्ष उस क्षण में उन्हें यह स्पष्ट हो गया कि छत्तीसगढ़ की पवित्र भूमि में यह महायज्ञिक आयोजन किया जाना है। उन्हें पूज्य श्री शदाणी दरबार में पूज्य संत राजाराम महराज साहिब के महोत्सव की 64वीं वर्षगांठ पर अतिथि के रूप में निमंत्रण प्राप्त हुआ। इस दौरान उन्होंने वर्तमान पीठाधीश संत युधिष्ठिर लाल महराज संग महायज्ञ की योजना को साझा किया।

हर दिन विभिन्न यात्रिक अनुष्ठान

प्रत्येक दिन विभिन्न अनुष्ठानिक यात्रिक कियाएं संपन्न होगी। यह त्रेता युग के दौरान भगवान परशुराम और महर्षि अगस्त्य द्वारा गोकर्ण एवं कन्याकुमारी के मध्य स्थित भूमि भार्गव स्थान पर किए गए यज्ञ के प्राचीन नियमों एवं वैदिक अनुष्ठानों के अनुसार होगी। उन्होंने कहा कि महा दिव्य देशम का उद्देश्य है कि अपनी प्राचीन संस्कृति, सभ्यतागत लोकाचार और ज्ञान प्रणालियों कि रक्षा करें। हम मंदिर के पुजारियों और उनके परिवारों, मदिर के कलाकारों, कारीगरों और मूर्तिकारों को बेहतर जीवनयापन करने और काम करने की बेहतर स्थिति प्रदान करके उनकी सहायता के लिए समर्पित है।

जरूरी बातें

बच्चा करने से पहले भूल से भी न करें ये गलतियां वर्ना बिगड़ सकती है बात

शादी के बाद बच्चा पैदा करने की जिद या ख्वाहिश हर कोई रखता है, हर किसी के साथ ऐसा होता है। मां या बाप बनना एक बहुत ही खूबसूरत अनुभव होता है, जिसे हर कोई महसूस करना चाहता है। लेकिन ये हमारी जिंदगी का सबसे बड़ा फैसला होता है और परिवार आगे बढ़ाने से पहने कुछ जरूरी बातों का ध्यान रखना बहुत ही जरूरी होता है। कई बार, पार्टनर भावनाओं में बहकर या गलत जानकारी के आधार पर बच्चा पैदा करने का फैसला कर लेते हैं, जिसके बाद उन्हें पछतावा होता है।

गलत कारणों से बच्चा पैदा करना : कई बार लोग सामाजिक दबाव, परिवार की खुशी और घर या आपसी कलह को मिटाने के लिए बच्चा पैदा करने का फैसला ले लेते हैं। लेकिन ऐसा करना गलत होता हैं। ऐसी स्थिति में अगर आप बच्चा कर भी देते हैं तो उस छोटी सी जान पर भी बुरा असर पड़ सकता है। आपको बच्चा पैदा करने का फैसला केवल तभी लेना चाहिए जब आप भावनात्मक और आर्थिक रूप से तैयार हों और एक बच्चे को प्यार और देखभाल देने योग्य हो जाएं।

पार्टनर से बिना सलाह लिए फैसला लेना : बच्चा पैदा करना एक बड़ा फैसला होता है जो दोनों पार्टनर को मिलकर लेना चाहिए। बिना अपने साथी की सहमति या इच्छा के बच्चा पैदा करने का फैसला लेना, इससे रिश्ते में तनाव और मनमुटाव पैदा हो सकते हैं। इसलिए इस तरह के जरूरी फैसलों पर अपने पार्टनर से बातचीत करें और एक दूसरे की भावनाओं का सम्मान करते हुए फैसला लें। आप चाहें तो डॉक्टर से भी परमिशन ले सकते हैं।

मानसिक रूप से तैयार न होना : शुरुआत में तो सब आसान लगता है लेकिन बच्चे की देखभाल करना एक चुनौतीपूर्ण काम है। इसके लिए पेसेंस, समझदारी और प्यार की जरूरत होती है। अगर आप मानसिक रूप से तैयार नहीं हैं, तो आपको थकान, चिंता और एंजाइटी फील हो सकती है। और फिर डिलीवरी होने पर खुद के साथ साथ बच्चे के स्वास्थ का भी ध्याल रखना बहुत बड़ी चुनौती बन जाती है। इसलिए अपनी और अपने पार्टनर की मानसिक स्थिति को देखते हुए ही बच्चा पैदा करने का फैसला करें और पहले खुद को इमोशनली मजबूत बनाएं।

गर्मी के मौसम में बच्चों के लिए तैयार करें फ्रूट कस्टर्ड

बहुत से बच्चों के स्कूल में गर्मी की छुट्टियां हो गई हैं और बहुत से बच्चों की छुट्टी होने वाली हैं। ऐसे में अब कुछ समय तक बच्चे घर पर ही रहेंगे। ये जब स्कूल जाते हैं तो उनके खाने को लेकर ज्यादा परेशानी नहीं होती है, दिक्कत तब सामने आती है जब बच्चे घर पर रहते हैं। उस वक्त हर कोई चाहता है कि वो अपने बच्चे को उसकी पसंद की हर एक चीज खिलाए लेकिन इस दौरान उसकी सेहत का भी ध्यान रखना पड़ता है। खासतौर पर अब जब भीषण गर्मी पड़ने लगी है तो लोग ठंडी चीजें ही खाना और खिलाना पसंद करते हैं।

अगर आप भी अपने बच्चे के लिए कुछ स्वादिष्ट और ठंडी डिश बनाने का सोच रही हैं तो फ्रूट कस्टर्ड एक बेहतर विकल्प है। फ्रूट कस्टर्ड एक ऐसा पकवान है जो खाने में स्वादिष्ट लगता है। ये गर्मी से भी राहत पहुंचाता है। अगर आप गर्मी के मौसम में ये अपने परिवारवालों और बच्चों को परोसेंगे तो वो इसे खाकर जरूर खुश होंगे।

फ्रूट कस्टर्ड बनाने का सामान : दूध, अंगूर, अनार, केला, आम, 1/4 कप चीनी, कटे हुए काजू, बादाम, कस्टर्ड पाउडर

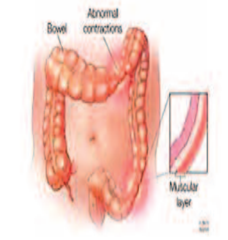
विधि : फ्रूट कस्टर्ड बनाने के लिए सबसे पहले एक भगोने में दूध उबाल लें। जब तक दूध उबल रहा है तब तक एक कटोरी में थोड़ा सा दूध लेकर उसमें दो बड़े चम्मच कस्टर्ड पाउडर लेकर घोलें। ध्यान रखें कि इसे तब तक मिक्स करना है, जब तक इसमें पड़ीं गुठलियां पिघल न जाएं। अब उबले हुए दूध को एक नॉन स्टिक कड़ाही में पलट लें। अब इसमें चीनी डालकर चलाते रहें। जब चीनी घुलने लगे तो गैस बंद कर दें और फिर कस्टर्ड वाले घोल को इसमें डाल दें। अब इसे लगातार चलाएं और कुछ देर चलाने के बाद इसे गैस पर दोबारा रख दें।

5 मिनट के बाद जब ये गाढ़ा होने लगे तो गैस बंद करके इसे ठंडा होने दें। जब ये घोल ठंडा हो जाए तो इसमें सभी फलों को काटकर डाल दें। सबसे आखिर में ऊपर से बादाम और काजू भी काटकर डाल दें। अच्छे स्वाद के लिए इसे फ्रिज में रख दें और ठंडा-ठंडा ही परोसें।

आज वर्ल्ड इर्रिटेबल बाउल सिंड्रोम डे

इर्रिटेबल बाउल सिंड्रोम में इन 5 चीजों का सेवन पड़ सकता सेहत पर भारी

19 मई को दुनियाभर में हर साल वर्ल्ड इर्रिटेबल बाउल सिंड्रोम डे (मनाया जाता है। वक्त रहते इलाज और डाइट में जरूरी बदलाव नहीं करने पर पेट से जुड़ी यह समस्या गंभीर रूप भी ले सकती है और सेहत पर कई प्रकार से इसका असर नजर आने लगता है। ऐसे में, इस दिन को मनाने का मकसद आईबीडी के प्रति लोगों को जागरूक करने का ही है। अगर आप भी पेट में दर्द, ब्लोटिंग, गैस, सूजन, उल्टी आना, जी मिचलाना, पेट में ऐंठन या बेवजह थकान जैसे लक्षणों से परेशान हैं, तो बहुत हद तक मुमकिन है कि आप भी इस बीमारी का शिकार हों। गर्मियों में खराब खानपान के चलते पेट से जुड़ी समस्याएं काफी बढ़ जाती हैं।



लहसुन और प्याज

प्याज-लहसुन खाने से भले ही खाने का टेस्ट बढ़ जाता हो, लेकिन बता दें कि इर्रिटेबल बाउल सिंड्रोम की परेशानी में आपको इन्हें खाने से भी बचना चाहिए। इसमें मौजूद फ्रक्टैन आंतों में जमा हो जाते हैं और तकलीफ को बढ़ा सकते हैं। इससे आपको हर वक्त गैस की परेशानी रह सकती है।

कार्बोनेटेड ड्रिंक्स

इर्रिटेबल बाउल सिंड्रोम में कार्बोनेटेड ड्रिंक्स का सेवन आपको भूलकर भी नहीं करना चाहिए। बता दें, यह आंतों पर उत्तेजक प्रभाव डालती हैं और दस्त के साथ-साथ, पेट फूलना और एसिडिटी की तकलीफ को भी बढ़ा सकती हैं।

ब्रोकली और पत्तागोभी

आईबीएस की समस्या में फूलगोभी, ब्रोकोली, ब्रसेल्स स्प्राउट्स और पत्तागोभी खाना भी अवॉइड करना चाहिए। चूंकि इनमें फाइबर ज्यादा पाया जाता है, ऐसे में यह इर्रिटेबल बाउल सिंड्रोम से जुड़े लक्षणों को बढ़ा सकता है।

चटपटी चीजें

इर्रिटेबल बाउल सिंड्रोम की समस्या में आपको ज्यादा चटपटी और तली-भुनी चीजें खाने से भी बचना चाहिए। ये स्पाइसी फूड्स आपके पेट में दर्द और जलन की शिकायत को बढ़ा सकते हैं। मिर्च में कैप्साइसिन पाया जाता है, जो आईबीएस के लक्षणों को बढ़ा सकता है। ऐसे में सादा-सिंपल खाना ही आपके लिए बेहतर है।

बींस और लेंटिल्स

इर्रिटेबल बाउल सिंड्रोम की तकलीफ में आपको मटर, बींस और लेंटिल्स जैसे फूड्स से भी दूर रहना चाहिए, क्योंकि इसमें मौजूद तत्व आईबीएस से जुड़े लक्षणों को बढ़ा सकते हैं। सेहत के लिए ये चीजें भले ही हेल्दी हों, लेकिन पाचन तंत्र के लिहाज से इन्हें ठीक नहीं माना जाता है।

इस तरह खराब पेट की दिक्कत हो जाएगी दूर, मिलेगा आराम

जब बाहर का जरूरत से ज्यादा खा लेने पर, सड़ा-गला, मसालेदार या तेल से भरा हुआ खाने पर पेट खराब हो जाता है या फूड पॉइजनिंग हो सकती है। बाहर से आए खाने में अगर बैक्टीरिया, वायरस या पैरेसाइट्स हों तब भी पेट की सेहत बिगड़ जाती है। पेट कभी भी खराब हो सकता है और ऐसे में ना कुछ खाते बनता है और ना ही अपनेआप आराम आता है। इस स्थिति में आप यहां बताए कुछ नुस्खे आजमाकर देख सकते हैं। दही समेत घर की ऐसी कुछ चीजें हैं जिन्हें खाने पर पेट की समस्याएं दूर होती हैं और पेट को जल्द से जल्द आराम महसूस होता है सो अलग।

दही और मेथी के दाने : एंटीबैक्टीरियल गुणों से भरपूर दही का सेवन पेट की दिक्कतों से छुटकारा दिला सकता है। वहीं, मेथी के दानों में सोल्यूबल फाइबर होता है जो मलत्याग को आसान बनाता है और पेट साफ होने में मदद मिलती है। साथ ही पेट में महसूस होने वाली असहजता दूर होती है। इसके लिए एक चम्मच दही में एक चम्मच ही मेथी के दाने मिलाएं। इन बीजों को खाकर चबाएं नहीं, बल्कि निगल जाएं. पेट को आराम मिलता है।

केले : फूड पॉइजनिंग और पेट की गड़बड़ी को ठीक करने में केले के फायदे नजर आते हैं। केले में पौटेशियम होता है जो पेट के लिए अच्छा साबित होने वाला खनिज है। इससे फ्लूइड बैलेंस होता है, मसल कोंस्ट्रैक्शंस और नर्व सिग्नल को फायदा मिलता है। केले में फाइबर की भी अच्छी मात्रा होती है जोकि पेट को राहत देने में कारगर है। आप केला खा सकते हैं या बनाना शेक बनाकर पी सकते हैं।

अदरक

पेट के लिए फायदेमंद चीजों में अदरक भी शामिल है। अदरक के एंटी-इंफ्लेमेटरी गुण खासतौर से पेट की दिक्कतें दूर करके आराम महसूस होने में मदद करते हैं। अदरक को छोटे टुकड़ों में काटें और एक कप पानी में डालकर उबाल लें। इस पानी को कप में छानें और स्वाद के लिए शहद मिलाकर गर्म-गर्म पी पिएं।

लहसुन

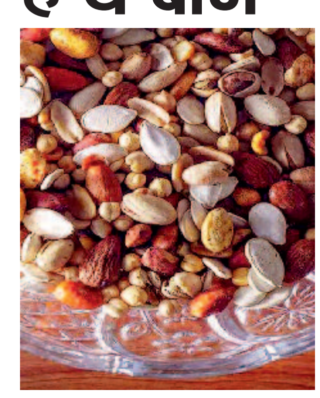
एंटीफंगल, एंटीवायरल और एंटीबैक्टीरियल गुण वाले लहसुन को खाने पर डायरिया और अपच (Indigestion) की दिक्कत दूर होती है। इसके लिए एक गिलास पानी के साथ एक लहसुन की कली को लेकर खा लें. लहसुन को भूनकर खाने पर भी सेहत को फायदे मिलते हैं।

सेहत के लिए बेहद फायदेमंद हैं ये बीज

खानपान में अक्सर ही उन चीजों को शामिल किया जाता है जो सेहत के लिए फायदेमंद साबित होती हैं। भरपूर पोषण पाने के लिए ना सिर्फ फल और सब्जियों का सेवन जरूरी है, बल्कि कुछ बीजों को भी खानपान का हिस्सा बनाया जा सकता है। ये बीज महिलाओं की सेहत के लिए खासतौर से फायदेमंद साबित होते हैं। न्यूट्रिशिनिस्ट ने महिलाओं के लिए फायदेमंद 3 बीजों के बारे में बताया है। उनके अनुसार ये बीज महिलाओं की सेहत को दुरुस्त रखते हैं और आयरन से भरपूर होते हैं जिससे हीमोग्लोबिन बढ़ता है। महिलाओं को हर महीने पीरियड्स होते हैं, ऐसे में इन बीजों का सेवन खून बढ़ाने में मदद करता है।

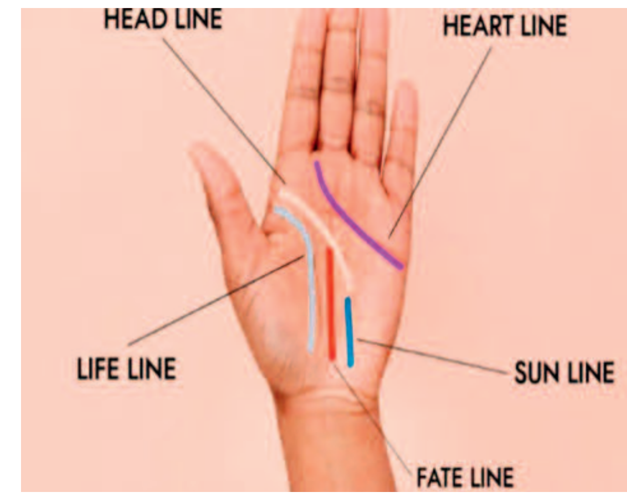
महिलाओं के लिए पहले फायदेमंद बीज हैं हलीम के बीज। इन बीजों को गुड़ के साथ मिलाकर लड्डू तैयार किए जा सकते हैं। इन बीजों से बनने वाले लड्डू स्वाद में तो अच्छे होते ही हैं, साथ ही सेहत के लिए भी अच्छे हैं। इन बीजों से बनने वाले लड्डू रोजाना नहीं, बल्कि एक दिन छोड़कर खाए जा सकते हैं।

दूसरे बीज हैं तिल. तिल के बीजों को ड्राई रोस्ट करें और इन्हें अपने सलाद या सब्जियों में डालकर खाया जा सकता है। इन बीजों के अलावा मेथी के बीजों को डाइट का हिस्सा बना सकते हैं। मेथी के बीजों को भिगोकर इनका अंकूरण कर लें. लंच या डिनर में इन स्प्राउट्स को शामिल कर सकते हैं।



ये तीनों ही बीज सुपरसीड्स इसलिए कहे जाते हैं, क्योंकि इनसे सेहत को एक नहीं बल्कि कई फायदे मिलते हैं। हलीम के बीजों में प्रोटीन, फाइबर, कैल्शियम, आयरन, मैग्नीशियम, पौटेशियम, विटामिन ए, सी और ई भी होता है। इन बीजों से पाचन अच्छा होता है, हेयर ग्रोथ में मदद मिलती है और हड्डियों की सेहत अच्छी रहती है।

तिल फाइबर के अच्छे स्त्रोत होते हैं। इनमें हेल्दी फैट्स होते हैं जो गंदे कॉलेस्ट्रोल को कम करने में असरदार हैं। साथ ही, तिल प्रोटीन के अच्छे स्त्रोत होते हैं।



अकूत दौलत का संकेत देती हैं हाथ कि ये पांच रेखाएं

हस्तरेखा शास्त्र सदियों से लोगों के भविष्य और भाग्य का अनुमान लगाने का एक लोकप्रिय तरीका रहा है। माना जाता है कि हमारे हाथों की रेखाएं हमारे जीवन के विभिन्न पहलुओं, जैसे कि व्यक्तित्व, स्वास्थ्य, करियर और धन-दौलत के बारे में जानकारी दे सकती हैं। इन सब के अलावा हथेली की रेखाएं हमारे प्रेम जीवन और शादी के बारे में भी बताती हैं साथ ही कुछ खास रेखाएं हमारी आर्थिक स्थिति के बारे में भी बताती हैं।

दो सूर्य रेखा

हथेली पर दो सूर्य रेखाओं का होना बेहद शुभ माना गया है, तो यह अत्यधिक धन और समृद्धि का संकेत माना जाता है। हथेली पर सूर्य रेखा, जिसे अंगुष्ठिका रेखा या कनक रेखा भी कहा जाता है, एक महत्वपूर्ण रेखा है जो आपके धन, सफलता, प्रसिद्धि और सम्मान के बारे में जानकारी देती है। यह रेखा आमतौर पर चंद्र पर्वत से निकलकर सूर्य पर्वत तक जाती है, जो अंगुली के आधार पर स्थित होता है। अगर किसी के हाथ में दो सूर्य रेखाएं हैं तो उच्च महत्वाकांक्षा, शक्ति और नेतृत्व क्षमता का प्रतीक हैं।

जीवन रेखा और चंद्र पर्वत के मध्य तिल

अगर आपकी जीवन रेखा और चंद्र पर्वत के बीच तिल है, तो यह बेहद शुभ माना जाता है। यह तिल सुख-समृद्धि और भाग्य का प्रतीक है। वास्तु शास्त्र के अनुसार ये

तिल किसी के हथेली पर मौजूद है तो उनके ऊपर मां लक्ष्मी की कृपा बनी रहती है।

हथेली पर V (वी) का निशान

हथेली के मध्यमा और तर्जनी उंगली के बीच V (वी) का निशान होना या V आकार में रेखाओं का होना सुख-समृद्धि और भाग्य का प्रतीक माना जाता है। सामुद्रिक शास्त्र के अनुसार जिन लोगों में ये ऐसी रेखाएं होती हैं उन्हें बहुत कम उम्र में ही बड़ी कामयाबी हासिल करते हैं। यह चिन्ह व्यक्ति के बुद्धिमान, रचनात्मक और सफल होने का संकेत देता है।

शुभ चिन्ह

सामुद्रिक शास्त्र के अनुसार, हथेली के बीच में बाण, रथ, वक्र, कमल और ध्वजा का चिन्ह मौजूद होता है वे बहुत भाग्यशाली होते हैं। इन चिह्नों की उपस्थिति धन, समृद्धि, सफलता और उच्च पद प्राप्ति का प्रतीक है।

सूर्य पर्वत और गुरु पर्वत का उठा होना

ज्योतिष के अनुसार हथेली पर सूर्य पर्वत और गुरु पर्वत का उठा होना सम्मान, प्रतिष्ठा और धन-दौलत का प्रतीक माना जाता है। ऐसे लोगों पर भी जीवनभर मां लक्ष्मी की कृपा बनी रहती है।

गलत तरीके से तो नहीं कर रहे कुकिंग?

खुद को स्वस्थ रखने के लिए खानपान सही रखना सबसे ज्यादा आवश्यक है। इसमें थोड़ी सी भी लापरवाही आपको गंभीर रूप से बीमार कर सकती है। कुकिंग के लिए अपनाया गया गलत तरीका भी सेहत को नुकसान पहुंचा सकता है। अब इसी को लेकर इंडियन काउंसिल ऑफ मेडिकल रिसर्च ने एक गाइडलाइन जारी की है। जिसके के मुताबिक, स्वस्थ भोजन तैयार करने के लिए कुकिंग और प्रीकुकिंग तकनीक सही होना सबसे आवश्यक है। कुकवेयर्स का सुरक्षित और प्रैक्टिकल इस्तेमाल भी काफी अहम है। कुकिंग में हल्की सी भी लापरवाही भोजन से न्यूट्रीशन को खत्म कर सकती है। ऐसे में आईसीएमआर की कुकिंग गाइलाइन फॉलो कर कुकिंग को सेफ रख सकते हैं।

सोकिंग, ब्लैचिंग जैसी प्री-कुकिंग तकनीकों पर जोर

भोजन की न्यूट्रीशन क्वालिटी बढ़े, इसके लिए आईसीएमआर ने प्री-कुकिंग मेथड जैसे सोकिंग, ब्लैचिंग और मैरिनेटिंग पर काफी जोर दिया है। सोकिंग की प्रकिया के दौरान अनाज को तकरीबन 3 से 6 घंटे के लिए भिगोया जाता है। इससे अनाज में मौजूद फाइटिक एसिड कम होता है। यह एसिड बॉडी को मिनरल्स एब्जार्व करने से रोकता है। वहीं, सब्जियों को ब्लांच करने से उसका माइक्रोबियल लोड कम होता है और पेस्टिसाइड हटता है। साथ ही सब्जी के रंग, बनावट और पोषक तत्व में कोई बदलाव नहीं आता है। इस प्रोसेस में सब्जियों को थोड़े समय के लिए उबलते पानी या भाप में पकाना है। इसके बाद आमतौर पर बहुत ठंडे पानी में पूरी तरह से ठंडा किया जाता है। ये प्रोसेस उन एंग्जाइम को खत्म करने के काम आता है जो सब्जी से पोषण तत्वों को कम करते हैं। सोकिंग, ब्लैचिंग और मैरिनेटिंग जैसे प्री-कुकिंग तकनीक से ना सिर्फ खाना तैयार करने में लगने वाला समय कम हो जाता है। साथ ही एनर्जी की भी बचत होती है।

बॉइलिंग और स्टीमिंग : ये तरीका भोजन में मौजूद वाटर सॉल्यूबल विटामिन्स और मिनरल्स को बचाकर रखता है। साथ ही पकवान तैयार करने में समय भी कम लगता है।

प्रेशर कुकिंग : भोजन को स्टीम के दबाव में जल्दी पकाने के लिए प्रेशर कुकर का इस्तेमाल किया जाता है। इस कुकवेयर में खाना तैयार करने से भोजन में विटामिन और मिनरल्स बने रहते हैं।

खबर संक्षेप

कलार समाज की बैठक आज

रायपुर। छत्तीसगढ़ कलार समाज के प्रांतीय कार्यकारणी की बैठक रविवार को कर्मा धाम साहू समाज भवन संतोषी नगर में आयोजित है। इस बैठक में सामाजिक नियमावली संशोधन और विभिन्न सामाजिक उत्थान के विषयों पर समाज प्रमुख और स्वजातीयजन विचार मंथन करेंगे। बैठक का आयोजन छत्तीसगढ़ कलार समाज की जिला इकाई द्वारा किया जा रहा है, आयोजन की जानकारी जिलामंत्री कुंवर विजय सिन्हा ने दी।

फ्रूट जोन में गंदगी मिली 15 सौ जुर्माना वसूला

रायपुर। कुशाभाऊ ठाकरे वार्ड के सड्डू क्षेत्र में वेलकम फ्रूट जोन में गंदगी की शिकायत मिलने पर निगम की टीम वस्तुस्थिति की जानकारी लेने पहुंची। स्थल निरीक्षण के दौरान गंदगी से संबंधित जनशिकायत सही पाई गई। संबंधित दुकान के संचालक को चेतावनी देते हुए 1500 रुपए जुर्माना लगाया गया।

ग्रामीण क्षेत्रों में भी अवैध प्लाटिंग, प्रशासन ने की कार्रवाई

रायपुर। कलेक्टर के निर्देश के बाद शहर के अलावा ग्रामीण क्षेत्रों में भी अवैध प्लाटिंग के कई मामले सामने आ रहे हैं। प्रशासन की राजस्व विभाग की टीम ने शनिवार को अलग-अलग 6 स्थानों पर अवैध प्लाटिंग पर कार्रवाई की है। इसमें ग्राम निमोरा, धरसींवा, रायपुर तहसील अंतर्गत ग्राम डोमा, ग्राम दतरेंगा, ग्राम कांदुल और काठाडीह शामिल हैं। इन सभी जगहों पर अवैध प्लाटिंग कर मुरुम डालकर रास्ता बनाया जा रहा था। कहीं-कहीं बाउंड्री, पिलर व डीपीसी किया हुआ था, जिसे तोड़ने की कार्रवाई की गई। इन कार्रवाई में तहसीलदार पवन कोसमा, तुलसी राठौर, नायब तहसीलदार अमन चतुर्वेदी, संदीप सिंह राजपूत सहित संबंधित पुलिस थाना और ग्राम पंचायत की टीम भी उपस्थित रही।

शिकायतों का समाधान करने डाक अदालत कल

रायपुर। अधीक्षक डाकघर रायपुर संभाग रायपुर द्वारा 20 मई को डाक अदालत का आयोजन किया जा रहा है। यह कार्यक्रम रायपुर गंज उप डाकघर परिसर में स्थित कार्यालय में शाम 5 बजे प्रारंभ होगा। डाक अदालत में डाक सेवाओं से संबंधित ग्राहकों की शिकायतों पर प्रत्यक्ष परिचर्चा करके उनका समाधान किया जाएगा। संभाग स्तर पर डाक अदालत का 21 मई को सुबह 11 बजे आयोजन किया जाना निश्चित किया गया है। डाक सेवाओं से संबधित समस्त शिकायतें जैसे डाक वस्तुओं का वितरण, काउंटर सेवाएं, लघु बचत योजनाएं (आरडी, बचत बैंक, बचत पत्र इत्यादि) रजिस्ट्री, मनीआर्डर, वीपी पार्सल, एक्सप्रेस पार्सल, स्पीड पोस्ट, मनीआर्डर, डाक जीवन बीमा एवं ग्रामीण डाक जीवन बीमा से संबंधित शिकायतों का समाधान डाक अदालत में किया जाएगा।

दवाओं की किल्लत दूर नहीं, अब टीबी से बचाने निशुल्क टीका लगाने की योजना

हरिभूमि न्यूज ⏭ रायपुर

अलग खबर

टीबी पर नियंत्रण के लिए निशुल्क दवाओं की किल्लत अभी भी सामान्य नहीं हो पाई है और स्वास्थ्य विभाग वैक्सीन लगाने की तैयारी कर रहा है। केंद्रीय मंत्रालय के निर्देश पर जुलाई से इसकी शुरुआत करने के लिए मैदानी अमले को टीका लगाने की ट्रेनिंग देने का काम शुरू कर दिया गया है। वैक्सीन की हितग्राहियों की पहचान के लिए लक्षण के आधार पर संदिग्ध वयस्कों की पहचान के लिए मितानिन की मदद से सर्वे किया जाएगा।

केंद्रीय स्वास्थ्य मंत्रालय द्वारा वर्ष 2025 तक देश को टीबी मुक्त करने का लक्ष्य रखा है। इसे पूरा करने के लिए विभिन्न अड़चनें भी सामने आ रही हैं। पिछले कुछ माह से छत्तीसगढ़ समेत कई राज्यों में दवाओं की कमी बनी हुई है। टीबी संक्रमित इसके लिए स्वास्थ्य केंद्रों के चक्कर लगा रहे हैं। दूसरी ओर केंद्रीय स्वास्थ्य मंत्रालय द्वारा इस बीमारी को फैलने से रोकने के लिए निशुल्क वैक्सीन लगाने की योजना पर काम कर रहा है। हाईरिस्क की श्रेणी में आने वालों को बीसीजी के निशुल्क टीके लगाए जाएंगे। इसके लिए 18 साल से अधिक आयु वालों के बीच टीबी के लक्षण के आधार पर लोगों की पहचान की जाएगी। योजना के तहत अभी जिला और राज्य स्तर पर कर्मचारियों को ट्रेनिंग दिए जाने का काम पूरा किया जा रहा है। दावा किया जा रहा है कि जुलाई से लगने वाला यह टीका क्षय रोग से लड़ने के लिए शरीर में प्रतिरोधक क्षमता विकसित करेगा।

संदिग्ध वयस्कों की पहचान कर जुलाई से लगाई जाएगी वैक्सीन

बच्चों के साथ बड़ों को भी निशुल्क

अब तक बीसीजी का टीका सात साल तक की आयु के बच्चों को निशुल्क लगाया जाता रहा है। अब 18 साल से अधिक उम्र मगर हाईरिस्क की श्रेणी में आने वालों को यह टीका लगाया मुफ्त लगाया जाएगा। ऐसे लोगों की पहचान के डोर टू डोर सर्वे की जिम्मेदारी मितानिन को दी जाएगी। बच्चों की तरह वयस्कों को भी इसकी एक वैक्सीन लगेगी।

जिले में दो हजार मरीज

रायपुर जिले में अभी टीबी के दो हजार पंजीकृत मरीज हैं। विभागीय स्तर पर इन्हें निशुल्क दवा के साथ अन्य शासकीय सुविधा देने का दावा किया जाता है। इसके अलावा दुर्ग में डेढ़ और बिलासपुर में एक हजार मरीज हैं। विभागीय टीम टीबी मरीजों की पहचान के लिए समय-समय पर अभियान चलाती है।

माइक्रोप्लान बनाकर काम

बीसीजी की वैक्सीन लगाने ट्रेनिंग पूरी कराई जा रही है। हितग्राहियों की पहचान के लिए माइक्रो प्लान बनाया जाएगा। दवा का संकट दूर करने जिला स्तर पर खरीदी के निर्देश दिए गए हैं।

- अजय शंकर कन्नौजे
नोडल अफसर
क्षय नियंत्रण कार्यक्रम

समोदा क्षेत्र में रेत का अवैध भंडारण

आरंग क्षेत्र में रेत खदानें बेलगाम, अवैध उत्खनन-परिवहन, भंडारण कर रहे माफिया

हरिभूमि न्यूज ⏭ रायपुर

आरंग क्षेत्र में रेत खदानों पर खनिज विभाग का नियंत्रण नहीं रहा। इसके कारण पर्यावरण विभाग से एनओसी नहीं मिलने के बाद भी खदानों में रेत का अवैध उत्खनन, परिवहन के साथ भंडारण भी किया जा रहा है। क्षेत्र में रेत माफिया का इतना खौफ है कि इन्हें रोकने के लिए विभाग के अधिकारी से लेकर पुलिस प्रशासन भी कोई कार्रवाई नहीं कर पा रहा है। इससे जुड़ा एक ताजा मामला समोदा उप तहसील क्षेत्र का आया है, जहां रेत का अवैध भंडारण की जगह पर लगे विद्युत खंभों को एक हाईवा ने टक्कर मारकर क्षतिग्रस्त कर दिया है। इधर इस मामले में क्षेत्रीय पुलिस आरोपी हाईवा के चालक या मालिक के खिलाफ कार्रवाई करना तो दूर, घटना की जानकारी होने से भी इनकार कर रही है, जबकि इस घटना का विडियो और तस्वीरें तक सोशल मीडिया में वायरल हो चुकी है।

आरंग क्षेत्र के उप तहसील समोदा क्षेत्र में रेत माफिया अब बेखौफ होकर रेत का अवैध कारोबार कर रहे हैं। इसके कारण इस क्षेत्र में खदानों में भी रेत का अवैध रूप से उत्खनन किया जा रहा है। बारिश का सीजन शुरू होने वाला है, जिसके बाद नदी का जल स्तर भी बढ़ जाएगा। जल स्तर बढ़ने के कारण नदी के सभी किनारे भी पानी में डूब जाएंगे, जिसके कारण रेत का उत्खनन होना बंद हो जाएगा। प्रशासन भी बारिश के सीजन में जून से अक्टूबर के प्रथम पखवाड़े तक रेत के उत्खनन पर रोक लगाता है। इसे देखते हुए रेत माफिया ने रेत उत्खनन का काम और तेज कर दिया है। सूत्रों के अनुसार समोदा क्षेत्र की हरदीडीह खदान के समीप कई सुनसान जगहों पर रेत का अवैध भंडारण किया जा रहा है। इसकी शिकायत विभाग के अधिकारियों तक पहुंच चुकी है, लेकिन इसके बाद भी इस मामले में कोई कार्रवाई नहीं की जा रही है।

विद्युत खंबे क्षतिग्रस्त मामले में पुलिस का कहना- हमें जानकारी नहीं

समोदा क्षेत्र में रेत का अवैध भंडारण स्थल पर एक हाईवा की टक्कर से बिजली के चार खंबे पूरी क्षतिग्रस्त हो गए हैं। इसके कारण इस क्षेत्र में बिजली भी बंद हो गई थी। इस मामले में हरिभूमि ने आरंग थाना प्रभारी से मोबाइल पर संपर्क साधा। मोबाइल पर थाना के प्रभारी निरीक्षक साहू ने उठाया। उन्होंने बताया कि थाना प्रभारी छुट्टी पर गए हुए हैं। उनकी जगह उन्हें फिलहाल थाना का प्रभार सौंपा गया है। उन्होंने बताया कि उन्हें इस घटना की जानकारी नहीं है। अगर घटना हुई है, तो बिजली विभाग इसकी शिकायत थाने में करेगा, तब हम कुछ कर पाएंगे।

नाव से नदी में उतरकर कर रहे थे रेत चोरी

समोदा क्षेत्र वही है, जहां फरवरी में रेत माफिया के कुछ लोग नदी में नाव उतार कर रेत चोरी करते पकड़े गए थे। खनिज विभाग की टीम ने यहां से दो नाव, बड़ा गोला पीबीसी पाइप और हैवी पॉवर वाला टुल्लू पंप जब्त किया था। लोग नदी के किनारे टुल्लू पंप लगाकर उसमें पाइप का कनेक्शन जोड़कर नाव के जरिए नदी के बीच तक ले गए थे। इसके बाद लोग पाइप में पानी के साथ रेत डालते थे और टुल्लू पंप के माध्यम से खींचकर रेत को नदी से बाहर निकालते थे। विदित हो कि आरंग क्षेत्र में रेत की 12 खदानें हैं। इनमें से सिर्फ 6 खदानों को ही सीआ से एनओसी मिली है, जबकि 6 खदानों को अब तक एनओसी नहीं मिल पाया है। इसके बाद भी इनमें से कई खदानों में अवैध रूप से रेत का उत्खनन व परिवहन किया जा रहा है। बताया जा रहा है कि आरंग क्षेत्र के समोदा क्षेत्र में जगह-जगह रेत का अवैध भंडारण किया हुआ है, जिसे रेत माफिया डिमांड के अनुसार अपने लोगों के माध्यम से धीरे-धीरे हाईवा से परिवहन कराकर हजारों-लाखों रुपये कमा रहे हैं।

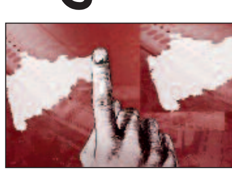
रिजर्व मतदान दल के 10 प्रतिशत कर्मचारियों को ही मानदेय का भुगतान

हरिभूमि न्यूज ⏭ रायपुर

लोकसभा चुनाव में आकस्मिक स्थिति के लिए रिजर्व दल में लगाए गए शासकीय सेवकों को मानदेय का भुगतान नहीं किया जा रहा है। बताया गया है कि निर्वाचन आयोग के निर्देशानुसार रिजर्व दल के समस्त कर्मचारियों में से 10 प्रतिशत कर्मचारियों को ही मानदेय का भुगतान किया जाता है। शेष 90 प्रतिशत लोगों के भुगतान के संबंध में कोई निर्देश नहीं दिया गया है।

- मतदान दल रवाना होने के बाद रुकने वालों को प्राथमिकता

निर्वाचन से जुड़े अधिकारियों ने बताया कि रिजर्व ड्यूटी में तैनात किए गए मतदान दल के अधिकारियों से ड्यूटी के संबंध में अपनी स्वीकृति देने के बाद ही उन्हें इसमें रखा जाता है। ऐसे में निर्वाचन आयोग केवल 10 प्रतिशत लोगों को ही मानदेय का भुगतान करता है। इनमें पीठासीन अधिकारी, मतदान दल के एक-दो कर्मी, चतुर्थ श्रेणी व वाहन चालक कर्मचारियों को ही मानदेय का भुगतान किया जाने का प्रावधान है। बताया जाता है कि रिजर्व में दल के रूप में जिन कर्मचारियों को नामित किया जाता है, उनमें से अधिकतर कर्मचारी मतदान दल रवाना होने के बाद वही लोग ही रुकते हैं जो ड्यूटी करना चाहते हैं। ऐसे में सभी को मानदेय का भुगतान किया जाना संभव नहीं होता।



तीन चरणों में 20 हजार से ऊपर रिजर्व कर्मी

छत्तीसगढ़ में तीन चरण में मतदान हुए। पहले चरण में बस्तर, दूसरे चरण में महासमुंद, राजनांदगांव और कांकेर में मतदान हुआ था। तीसरे चरण में सात लोकसभा क्षेत्र शामिल थे। तीसरे चरण में कुल 15 हजार 928 रिजर्व कर्मी थे। वहीं दूसरे और तीसरे चरण के मतदान को मिलाकर कुल 20 हजार से अधिक कर्मी रिजर्व में थे। इन कर्मचारियों में से जो अपनी ड्यूटी का कंसेंट देते हैं, ऐसे लोगों को ही रोककर रखा जाता है, इनकी संख्या कुल रिजर्व कर्मचारियों का 10 प्रतिशत होता है।

मानदेय भुगतान में भेदभाव- झा

कर्मचारी नेता विजय कुमार झा ने कहा, रिजर्व दल में शामिल कर्मचारियों के साथ भेदभाव हो रहा है, जो अनुचित है। निर्वाचन आयोग से रिजर्व दल के मानदेय के संबंध में जारी निर्देश पर पुनर्विचार कर सभी को मानदेय भुगतान करने की मांग की है।

सेना के शहीद जवानों के परिजनों का एम्स ने किया सम्मान

हरिभूमि न्यूज ⏭ रायपुर

मातृभूमि की रक्षा की खातिर अपनी जान न्योछावर करने वाले सेना के शहीद जवानों के परिजनों का एम्स प्रबंधन की ओर से सम्मान किया गया। नवा रायपुर में कार्यक्रम का आयोजन ब्रिगेडियर अमन आनंद, वीएसएम, सीजी-ओडिशा सब एरिया के कमांडर की ओर से किया गया।

- नवा रायपुर में हुआ कार्यक्रम का आयोजन

एम्स के कार्यपालक निदेशक लेफ्टिनेंट जनरल अशोक जिंदल पीवीएसएम, एवीएसएम, वाईएसएम (सेवानिवृत्त) ने छत्तीसगढ़-ओडिशा सब एरिया स्टेशन में सेना के विभिन्न अभियानों में कर्तव्यपथ पर आगे बढ़कर अपने प्राणों को न्योछावर करने वाले छह शहीदों के परिजनों को सम्मानित किया। इनमें स्व. लेफ्टिनेंट राजीव पांडे, वीर चक्र, 8 जेएके एलआई की माता शकुंतला पांडे, स्व. लेफ्टिनेंट चैतन्य दुबे, आर्टिलरी के अभिभावक कर्नल एवं एके दुबे, स्व. कर्नल विप्लव त्रिपाठी 2 कुमायूं के पिता सुभाष त्रिपाठी, स्व. नायक मोती राम, एएससी की पत्नी पद्मावती, स्व. सिपाही गणेश राम, सेना मेडल, बिहार रेजिमेंट की माता जागेश्वरी बाई और स्व. सूबेदार मेजर हरीराम तराम, बिहार रेजिमेंट की पत्नी कुंती तराम शामिल थीं।

गिरौदपुरी में जैतखाम काटने वालों पर की जाए कार्रवाई, कमेटी से भी करवाएं जांच

हरिभूमि न्यूज ⏭ रायपुर

हर साल की तरह इस बार भी गिरौदपुरी धाम में 22 लाख से ज्यादा लोग मेला में शामिल हुए। इस बार मेले का आयोजन आचार संहिता के कारण शासन-प्रशासन के जिम्मे था। परसों यानी 16 मई की रात अज्ञात उपद्रवी तत्वों ने वहां स्थापित जैतखाम को काटते हुए आस्था के प्रतीक को नुकसान पहुंचाया है। इसकी जानकारी देने के बाद भी अभी तक मामले में किसी की गिरफ्तारी नहीं की गई है। इससे समाज के लोगों आक्रोश पनप रहा है। यह बात शनिवार को रायपुर प्रेस क्लब में आयोजित पत्रकारवार्ता में जगत गुरू रूद्र कुमार ने कही।

धार्मिक भावना और गुरु घासीदास के प्रतीक जैतखाम को नुकसान पहुंचाने वालों की गिरफ्तारी और कार्रवाई की मांग करते हुए रूद्र गुरू ने आगे कहा कि इस बार आयोजित मेले का संचालन मेला आयोजन समिति के बजाय प्रशासन ने किया है। वहां जैतखाम को काटने और धार्मिक भावना को ठेस पहुंचाने वालों की तलाश अभी तक पुलिस नहीं कर पाई है। इसे देखते हुए समाजहित में जल्द ही जांच कमेटी बनाई जाएगी। इनके द्वारा घटना की जांच रिपोर्ट भी तैयार की जाएगी। उन्होंने शासन-प्रशासन से भी मामले की जांच करवाने और आस्था को ठेस पहुंचाने वालों की गिरफ्तारी करने की मांग दोहराई।

- जगत गुरु रूद्र कुमार ने पत्रकार वार्ता में शासन-प्रशासन से की मांग

चैंबर भवन में एक दिवसीय कार्यशाला

बढ़ते शहरीकरण के साथ अग्नि सुरक्षा महत्वपूर्ण विषय

हरिभूमि न्यूज ⏭ रायपुर

कैट द्वारा अग्निशमन विभाग के सहयोग से चैंबर भवन बाम्बे मार्केट के सभागार में कार्यशाला का आयोजन किया गया। इसमें अग्निशमन विभाग के निर्देशक अजातशत्रु बहादुर सिंह मुख्य अतिथि के रूप में उपस्थित रहे। इस मौके पर अनिमा एस. कुजूर, संभागीय सेनानी रायपुर और पुष्पराज सिंह, जिला सेनानी एवं जिला अग्निशमन अधिकारी रायपुर, सरवर गुलाम मोहम्मद, वरिष्ठ अग्निशमन तकनीकी अधिकारी प्रमुख रूप से उपस्थित रहे।

कार्यशाला में प्रारंभिक अग्निदुर्घटना से बचाव के संबंध में विशेषज्ञों ने जानकारी दी। इसके साथ ही मॉक ड्रील के माध्यम से प्रशिक्षण दिया गया।

कैट के राष्ट्रीय वरिष्ठ उपाध्यक्ष अमर पारवानी, कार्यकारी अध्यक्ष विक्रम सिंहदेव, परमानन्द जैन ने संयुक्त रूप से बताया कि कैट एवं छत्तीसगढ़ शासन अग्निशमन विभाग के संयुक्त तत्वावधान में मेरा व्यापार सुरक्षित-मेरा बाजार सुरक्षित विषय को लेकर एक दिवसीय कार्यशाला का आयोजन किया गया।

मुख्य अतिथि अजातशत्रु बहादुर सिंह ने कहा, बढ़ते शहरीकरण के साथ अग्निसुरक्षा एक बेहद महत्वपूर्ण विषय है। शहरी क्षेत्रों में हर साल आग लगने की घटनाओं की बढ़ती संख्या के साथ भारत में अग्नि सुरक्षा एक बड़ी चिंता का कारण बन गई है। लगातार हो रही आग लगने की बड़ी घटनाएं, भारत की निर्माण श्रृंखला के लिए एक गंभीर खतरा बनती जा रही है। शहरों में हर साल आग लगने की कई घटनाएं होती हैं, जिनमें कई लोगों की मौत हो जाती है और कई लोग घायल हो जाते हैं। इतना ही नहीं, आग लगने की इन घटनाओं से बड़ी मात्रा में संपत्ति जलकर नष्ट हो जाती है, जिससे देश की अर्थव्यवस्था को भी भारी नुकसान उठाना पड़ता है।

अनिमा एस. कुजूर ने बताया कि आग लगने की घटनाओं में भारत तीसरे स्थान पर है। ये घटनाएं विशेष रूप से भारत के उत्तरी और पश्चिमी क्षेत्रों में होती हैं।

बिजनेस साइट

डॉ. पाढ़ी यूरोपीसीआर पेरिस में फैकल्टी के रूप में आमंत्रित

रायपुर। यूरोपीसीआर एक प्रमुख अंतर्राष्ट्रीय इंटरवेंशनल कार्डियोलॉजी सम्मेलन है, जो प्रतिवर्ष पेरिस में होता है। इस सम्मेलन में एमएमआई नारायणा हॉस्पिटल के सुप्रसिद्ध कार्डियोलॉजिस्ट डॉ. सुमंता शेखर पाढ़ी को तीसरी बार फैकल्टी के रूप में आमंत्रित किया गया है। हर साल इस सम्मेलन में दुनियाभर के लगभग 10 हजार हृदयरोग विशेषज्ञ भाग लेते हैं। डॉ. पाढ़ी इस मंच पर स्टेमी पर अपनी विशेषज्ञता का प्रदर्शन करेंगे, जिसमें सहज से लेकर जटिल मामले तक शामिल हैं।

चिल्ड्रन इस्लामिक ऑर्गेनाइजेशन' द्वारा समर कैंप का आयोजन

रायपुर। बैरन बाजार स्थित अल–फलाह टावर में हर साल की तरह इस साल भी बच्चों के लिए 19 मई से 26 मई तक एक सप्ताह का 'समर कैंप' आयोजित किया जा रहा है। इस कैंप में 6 साल से 12 साल तक के बच्चे शामिल होंगे। बच्चो को कैम्प में भाग लेने के लिए ऑनलाइन और ऑफलाइन रजिस्ट्रेशन की सुविधा रखी गई। कैंप में बच्चों को नैतिक शिक्षा के साथ स्पोकन इंग्लिश, पर्सनालिटी डेवलपमेंट, स्किल डेवलपमेंट, ड्राइंग, क्राफ्ट, आर्ट,गेम्स आदि एक्टिविटीज कराई जाएगी। कैंप ऑर्गेनाइजेशन जुवेरिया साहेबा ने बताया कि समर कैंप बच्चों को नैतिक और सामाजिक शिक्षा को बढ़ावा देने एवं पर्सनालिटी डेवलपमेंट के लिए लगाया जाता है, कैम्प सुबह 11 बजे से शाम 4 बजे तक रहता है जिसमें बच्चों को रिफ्रेशमेंट भी दिया जाता है। यह समर कैंप 'चिल्ड्रन इस्लामिक ऑर्गेनाइजेशन' द्वारा आयोजित किया जा रहा है।

घर खरीदारों और निवेशकों के लिए एक शानदार विकल्प बना 'अविनाश चितवन'

रायपुर। रियल एस्टेट की अग्रणी कंपनी अविनाश ग्रुप के 'अविनाश चितवन' कचना में स्थित एक लक्जरी प्रोजेक्ट है। जो 80 एकड़ में फैला हुआ है। यह प्रोजेक्ट प्राकृतिक सुंदरता और आधुनिक सुविधाओं का अद्भुत मिश्रण है, जो घर खरीदारों और निवेशकों के लिए एक आदर्श विकल्प है। इस प्रोजेक्ट में क्लब हाउस, स्विमिंग पूल, जिम और खूबसूरत बगीचों जैसी विश्वस्तरीय सुविधाओं का लाभ मिलेगा। अगर आप भव्य बंगला, आधुनिक फ्लैट्स, प्लॉट या अपने व्यवसाय के लिए एक व्यावसायिक स्थान की तलाश कर रहे हैं तो अविनाश चितवन में यह सब है। यहां बंगले शानदार और आरामदायक हैं, फ्लैट्स आधुनिक और विशाल हैं, प्लॉट्स आपके सपनों का घर बनाने के लिए परफेक्ट हैं और कमर्शियल स्पेस व्यवसायों के लिए बेहतरीन हैं।

विवेकानंद विद्यापीठ विद्यालय में निशुल्क प्रवेश की तिथि बढ़ी

रायपुर। विवेकानन्द विद्यापीठ कोटा, रायपुर द्वारा संचालित आदर्श आवासी उ. मा. विद्यालय में निःशुल्क प्रवेश जारी है। यहां प्रवेशित छात्रों के लिए आवास, शिक्षा एवं भोजन की निःशुल्क व्यवस्था है। प्रवेशित छात्रों को शासन निर्धारित पाठ्यक्रम के अतिरिक्त कम्प्यूटर, क्राफ्ट, संगीत एवं व्यवसायिक शिक्षा भी दिया जाता है। छत्तीसगढ़ के मूल निवासी अनुसूचित जाति तथा जनजाति वर्ग के छात्रों को कक्षा तीसरी, छठवीं, नवमीं एवं ग्यारहवीं की कक्षाओं में निर्धारित प्रपत्र में आवेदन 17 मई तक स्वीकार किये गये थे। छात्रहित को ध्यान में रखकर आवेदन की अंतिम तिथि बढ़ाकर गुरुवार 30 मई, 2024 कर दिया गया है।

हरिभूमि
सेहत भूमि
रायपुर, रविवार 19 मई 2024

हड्डी रोग, जिसे ओर्थोपेडिक रोग भी कहा जाता है, हड्डियों, जोड़ों, और संयोजी ऊतकों से संबंधित समस्याओं को संदर्भित करता है। यह क्षेत्र चिकित्सा विज्ञान का महत्वपूर्ण हिस्सा है और इसमें विभिन्न प्रकार के रोग, चोटें और विकार शामिल होते हैं। इस लेख में हम हड्डी रोगों के विभिन्न प्रकार, उनके कारण, लक्षण, निदान और उपचार के बारे में विस्तृत जानकारी प्रदान करेंगे।

हड्डी रोगों के प्रकार

1. ऑस्टियोपोरोसिस (Osteoporosis)

ऑस्टियोपोरोसिस एक हड्डी रोग है जिसमें हड्डियाँ कमजोर और नाजुक हो जाती हैं, जिससे फ्रैक्चर का जोखिम बढ़ जाता है।

कारण : उम्र बढ़ना, हार्मोनल परिवर्तन (विशेष रूप से रजोनिवृत्ति के बाद महिलाएं), कैल्शियम और विटामिन डी की कमी, शारीरिक गतिविधि की कमी।

लक्षण : अक्सर कोई प्रारंभिक लक्षण नहीं होते, लेकिन बाद में फ्रैक्चर, पीठ दर्द, कद में कमी।

उपचार : कैल्शियम और विटामिन डी की पूर्ति, वजन-बेयरिंग व्यायाम, बिसफोस्फोनेट्स जैसी दवाएं।

2. ऑस्टियोआर्थराइटिस (Osteoarthritis)

ऑस्टियोआर्थराइटिस जोड़ों का एक विकार है जिसमें कार्टिलेज (उपास्थि) धीरे-धीरे टूट जाता है।

कारण : उम्र बढ़ना, जोड़ों का अत्यधिक उपयोग, मोटापा, आनुवंशिक कारक।

लक्षण : जोड़ों में दर्द और कठोरता, चलने में कठिनाई, सूजन।

उपचार : दर्द निवारक दवाएं, फिजियोथेरेपी, वजन घटाने, गंभीर मामलों में संयुक्त प्रतिस्थापन सर्जरी।

3. रूमेटॉइड आर्थराइटिस (Rheumatoid Arthritis)

रूमेटॉइड आर्थराइटिस एक ऑटोइम्यून विकार है जिसमें शरीर की प्रतिरक्षा प्रणाली जोड़ों पर हमला करती है।

कारण : सही कारण अज्ञात है, लेकिन आनुवंशिक और पर्यावरणीय कारक शामिल हो सकते हैं।

लक्षण : जोड़ों में दर्द, सूजन, कठोरता, थकान।

उपचार : एंटी-रूमेटिक दवाएं (DMARDs), बायोलॉजिक्स, फिजियोथेरेपी, कभी-कभी सर्जरी।

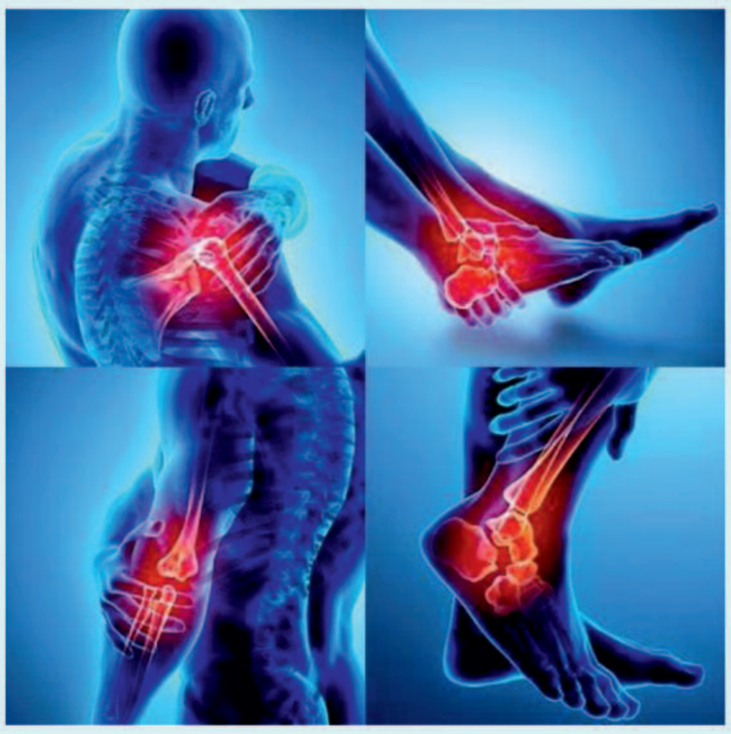
4. फ्रैक्चर (Fractures)

फ्रैक्चर हड्डियों की टूटने या दरार की स्थिति है।

कारण : चोट, अत्यधिक बल, ऑस्टियोपोरोसिस जैसी स्थितियाँ।

लक्षण : दर्द, सूजन, असामान्य हड्डी की स्थिति, कार्यक्षमता का नुकसान।

उपचार : इमेजिंग (एक्स-रे, एमआरआई), कास्टिंग या स्प्लिंटिंग, सर्जरी (जैसे पिन्स, प्लेट्स, और स्क्रू का उपयोग), पुनर्वास।



5. स्पाइनल डिसऑर्डर्स (Spinal Disorders)

स्पाइनल डिसऑर्डर्स रीढ़ की हड्डी से संबंधित होते हैं, जैसे कि हर्निएटेड डिस्क, स्कोलियोसिस, और स्पाइनल स्टेनोसिस।

कारण : उम्र बढ़ना, आनुवंशिकता, चोटें, अत्यधिक भार उठाना।

लक्षण : पीठ दर्द, तंत्रिका संबंधी समस्याएं (जैसे कमजोरी, सुन्नता), चलने में कठिनाई।

उपचार : दर्द निवारक दवाएं, फिजियोथेरेपी, सर्जरी (जैसे डिस्केक्टोमी, फ्यूजन), सही पोस्चर और व्यायाम।

हड्डी रोगों के निदान

1. इमेजिंग तकनीकें -

एक्स-रे : हड्डियों की संरचना और फ्रैक्चर का पता लगाने के लिए।

एमआरआई (MRI) : मुलायम ऊतकों, कार्टिलेज, और डिस्क की स्थिति जानने के लिए।

सीटी स्कैन (CT Scan) : जटिल फ्रैक्चर और अन्य हड्डी विकारों की विस्तृत जानकारी के लिए।

बोन डेंसिटोमेट्री (Bone Densitometry): ऑस्टियोपोरोसिस का पता लगाने के लिए।

2. रक्त परीक्षण - रक्त परीक्षण विभिन्न बायोमार्कर (जैसे कैल्शियम, विटामिन डी, और अन्य हड्डी चयापचय से संबंधित तत्व) का विश्लेषण कर सकते हैं।

3. जॉइंट एस्पिरेशन (Joint Aspiration) - इस प्रक्रिया में जोड़ों के अंदर से तरल पदार्थ निकालकर उसका विश्लेषण किया जाता है, जिससे संक्रमण या अन्य विकारों का पता लगाया जा सकता है।

हड्डी रोगों के उपचार

1. दवाएं - पेन रिलीवर्स : जैसे कि एसिटामिनोफेन, एनएसएआईडी (इबुप्रोफेन, नैप्रोक्सेन)।

कोर्टिकोस्टेरॉयड्स : सूजन कम करने के लिए।

बिसफोस्फोनेट्स : ऑस्टियोपोरोसिस के लिए।

डीएमएआरडीएस : रूमेटॉइड आर्थराइटिस के लिए।

2. फिजियोथेरेपी - फिजियोथेरेपी मांसपेशियों की मजबूती, लचीलापन, और जोड़ों की गतिशीलता को बढ़ाने में सहायक होती है।

3. सर्जरी - फ्रैक्चर रिपेयर : हड्डियों को जोड़ने के लिए पिन्स, प्लेट्स, और स्क्रू का उपयोग।

जॉइंट रिप्लेसमेंट : गंभीर ऑस्टियोआर्थराइटिस या अन्य संयुक्त विकारों के लिए।

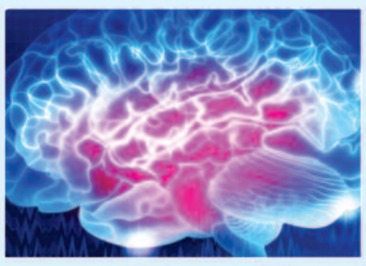
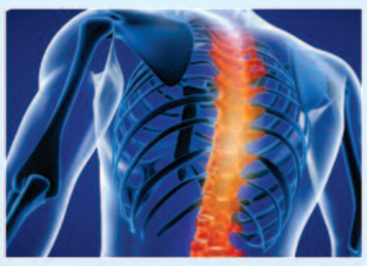
स्पाइनल सर्जरी : हर्निएटेड डिस्क, स्टेनोसिस, या अन्य समस्याओं के लिए।

श्री Amrithum Super Speciality Hospital
Shri Amrithum
Super Speciality Hospital

सर्वोत्तम संभव
और भरोसेमंद इलाज

100 बिस्तरों वाला
सुपर स्पेशियलिटी अस्पताल

हमारी विशेषताएं
- न्यूरोसर्जरी
- रीढ़ की हड्डी का ऑपरेशन
- गले और मुंह की सर्जरी
- हड्डी के इलाज की सुविधा
- सामान्य सर्जरी
- क्रिटिकल केयर
- ब्रेन ट्यूमर, ब्रेन हेमरेज
- सिरदर्द, माईग्रेन की समस्या
- पेन (किसी भी तरह के दर्द) क्लिनिक

Khanna

अनुभवी एवं उच्च स्तरीय चिकित्सकों की टीम
- NABH से मान्यता प्राप्त
- समस्त TPA द्वारा इलाज की सुविधा

24x7 सुसज्जित आपातकाल विभाग
जैन मंदिर के सामने, गंगा डायगनोस्टिक के पास, पचपेड़ी नाका, रायपुर (छ.ग.) 6232339100

हरिभूमि सेहत भूमि
रायपुर, रविवार 19 मई 2024
haribhoomi.com

त्वचा की देखभाल ?

त्वचा की देखभाल

त्वचा शरीर का सबसे बड़ा अंग है और इसका स्वस्थ रहना बहुत महत्वपूर्ण है। अच्छी स्किन केयर रूटीन का पालन करना न केवल आपको स्वस्थ त्वचा प्रदान करेगा, बल्कि आपको युवा और ताजगी भरा दिखने में भी मदद करेगा।

1. त्वचा की पहचान- अच्छी स्किन केयर के लिए पहले अपनी त्वचा के प्रकार को जानना आवश्यक है:

तैलीय त्वचा: यह त्वचा प्रकार सामान्य से अधिक तेल उत्पादन करता है, जिससे चेहरा चमकदार रहता है और पिम्पल्स की संभावना बढ़ जाती है।

शुष्क त्वचा: इसमें नमी की कमी होती है, जिससे त्वचा रूखी और खुरदरी महसूस होती है।

संवेदनशील त्वचा: यह आसानी से जलन, खुजली और लालिमा का सामना करती है।

मिश्रित त्वचा: T-जोन (माथा, नाक, ठोड़ी) तैलीय होता है, जबकि बाकी चेहरा शुष्क रहता है।

2. त्वचा की सफाई (क्लींजिंग): हर दिन सुबह और रात को क्लींजर का उपयोग करें जो आपके त्वचा प्रकार के लिए उपयुक्त हो:-

तैलीय त्वचा: जेल-आधारित या फोमिंग क्लींजर का उपयोग करें।

शुष्क त्वचा: क्रीमी या मिल्की क्लींजर का चयन करें।

संवेदनशील त्वचा: नॉन-इरिटेटिंग और फ्रेगरेंस-फ्री क्लींजर का उपयोग करें।

3. टोनिंग : क्लींजिंग के बाद टोनर का उपयोग त्वचा के pH संतुलन को बहाल करने और अतिरिक्त गंदगी को हटाने में मदद करता है। एल्कोहल-फ्री टोनर का उपयोग करें जो आपकी त्वचा को सूखा न बनाए।

4. मॉइस्चराइजिंग : मॉइस्चराइजिंग सभी प्रकार की त्वचा के लिए महत्वपूर्ण है:

तैलीय त्वचा: हल्का, ऑयल-फ्री मॉइस्चराइजर।

शुष्क त्वचा: गहरा हाइड्रेटिंग मॉइस्चराइजर।

संवेदनशील त्वचा: बिना सुगंध और रसायनों के हल्का मॉइस्चराइजर।

5. सनस्क्रीन : सनस्क्रीन का उपयोग हर दिन आवश्यक है, चाहे मौसम कोई भी हो। यह UV किरणों से सुरक्षा प्रदान करता है जो त्वचा को नुकसान पहुंचा सकती हैं: कम से कम SPF 30 का सनस्क्रीन चुनें। सनस्क्रीन को घर से बाहर जाने से 15-20 मिनट पहले लगाएं। तैराकी या पसीना आने के बाद सनस्क्रीन को फिर से लगाएं।

6. नियमित एक्सफोलिएशन : एक्सफोलिएशन त्वचा की मृत कोशिकाओं को हटाने में मदद करता है:-

तैलीय त्वचा: सप्ताह में 2-3 बार।

शुष्क और संवेदनशील त्वचा: सप्ताह में 1-2 बार हल्का एक्सफोलिएटर।

7. स्वस्थ आहार और हाइड्रेशन : आप जो खाते हैं वह आपकी त्वचा पर भी प्रभाव डालता है:-

संतुलित आहार: फल, सब्जियां, नट्स और प्रोटीन।

पानी का सेवन: प्रतिदिन कम से कम 8-10 गिलास पानी।

8. तनाव प्रबंधन और नींद-

तनाव प्रबंधन: योग, मेडिटेशन और गहरी सांस लेने के अभ्यास।

नींद: प्रतिदिन 7-8 घंटे की नींद।

हरिभूमि
सेहत भूमि
रायपुर, रविवार 19 मई 2024
haribhoomi.com

कैंसर का इलाज है संभव: जानें लक्षण, कारक, परहेज, और उपचार

वैश्विक स्तर पर कैंसर मृत्यु का दूसरा प्रमुख कारण है। विश्व स्वास्थ्य संगठन (WHO) द्वारा प्रकाशित एक रिपोर्ट के अनुसार, वर्तमान में दुनिया भर में प्रत्येक वर्ष 10 मिलियन से ज्यादा कैंसर के नए मामले सामने आते हैं। जब हमारे शरीर में कुछ सेल अनियंत्रित रूप से बढ़ने लगते हैं तो यह कैंसर की शुरुआत होती है। कैंसर, किसी कोशिका के असामान्य तरीके से बढ़ने की बीमारी है. आमतौर पर, हमारे शरीर की कोशिकाएं नियंत्रित तरीके से बढ़ती हैं और विभाजित होती हैं। जब सामान्य कोशिकाओं को नुकसान पहुंचता है या कोशिकाएं पुरानी हो जाती हैं, तो वे मर जाती हैं और उनकी जगह स्वस्थ कोशिकाएं ले लेती हैं। डब्ल्यूएचओ की इस रिपोर्ट के मुताबिक भारत में प्रत्येक वर्ष 1.4 मिलियन कैंसर से संबंधित नए मामले दर्ज किए जाते हैं। भारत में होने वाले छह मुख्य कैंसर में स्तन कैंसर, मुंह का कैंसर, सर्वाइकल कैंसर, फेफड़े का कैंसर, पेट का कैंसर और कोलोरेक्टल कैंसर शामिल है।

कोशिकाओं (Cells) के भीतर डीएनए में परिवर्तन (Mutations) के कारण कैंसर होता है. कोशिका के अंदर मौजूद डीएनए में बड़ी संख्या में अलग-अलग जीन मौजूद होते हैं, जिनमें से प्रत्येक में निर्देशों का एक सेट होता है, जो सेल को बताता है कि उन्हें क्या कार्य करना है, कैसे बढ़ना है और कैसे म्यूटेट होना है. निर्देशों में किसी तरह की त्रुटि की वजह से कोशिका अपना सामान्य कार्य करना बन कर देती है और फिर कोशिका कैंसर से संक्रमित हो जाती है।

कैंसर के लक्षण इस बात पर निर्भर करते हैं कि इससे शरीर का कौन सा हिस्सा प्रभावित हुआ है। इसके कुछ आम लक्षण हैं: मुंह में ना ठीक होने वाले छाले होना, स्तन में गांठ होना, मेनोपॉज के बाद भी ब्लीडिंग होना, थकावट होना, शरीर में गांठ होना और त्वचा के बाहर से महसूस होना, वजन में बदलाव होना, अकारण वजन बढ़ना या घटना, तिल और मस्सों में बदलाव होना, बावेल और ब्लैडर की आदतों में बदलाव होना, लगातार खांसी और सांस लेने में तकलीफ होना, निगलने में दिक्कत होना, आवाज में कर्कशता आना आदि।

कैंसर के कुछ रिस्क फैक्टर हैं, जो कैंसर का रिस्क बढ़ा सकते हैं जैसे आपकी उम्र, आपकी जीवनशैली, कैंसर का पारिवारिक इतिहास, एवं वातावरण कैंसर को विकसित होने में दशकों लग सकते हैं. यह कारण है कि ज्यादातर लोगों में 65 वर्ष या इससे अधिक उम्र में कैंसर की पहचान होती है. हालांकि, कैंसर के ज्यादातर मामले बुजुर्गों में ही देखने को मिलते हैं, लेकिन यह बुजुर्गों की बीमारी नहीं है. किसी भी उम्र में कैंसर हो सकता है। जीवनशैली से जुड़ी कुछ आदतों के कारण भी कैंसर होने का खतरा बढ़ जाता है. खासतौर पर धूम्रपान, महिलाओं का दिनभर में एक से ज्यादा ड्रिंक (शराब) लेना और पुरुषों का दो से ज्यादा पैग लेना. धूप में ज्यादा देर तक रहना, सनबर्न होना और असुरक्षित यौन संबंधों की वजह से भी कैंसर हो सकता है। अगर आपके परिवार में पहले किसी को कैंसर हुआ है तो आपको कैंसर का खतरा अधिक है. अगर आपके परिवार में कई लोगों को कैंसर हो चुका है तो आपको जेनेटिक कैंसर हो सकता है। आप किस तरह के वातावरण में रहते हैं, इसका भी आपकी सेहत पर असर पड़ता है. अगर आप ऐसे वातावरण में रहते हैं, जहां हानिकारण कैमिकल आपके आसपास रहते हैं तो आपको कैंसर का खतरा अधिक है. अगर आप धूम्रपान करने वालों के बीच रहते हैं तो आप सेकंड हैंड स्मोक करते हैं और यह भी आपके खतरे को बढ़ा देता है।

कैंसर विशेषज्ञ द्वारा आमतया कैंसर के प्रकार, स्थान या अवस्था के आधार पर इलाज का विकल्प तय किया जाता है। आमतौर पर, कैंसर के उपचार में मुख्य रूप से सर्जरी, कीमोथेरेपी, रेडिएशन, हार्मोन थेरेपी, इम्यूनोथेरेपी, टारगेटेड थेरेपी, स्टेम सेल ट्रांसप्लांट्स शामिल हैं। डॉक्टर सर्जरी के जरिए कैंसर के ट्यूमर, ऊतकों, लिम्फ नोड्स या किसी अन्य कैंसर प्रभावित क्षेत्र को हटाने की कोशिश करते हैं। कभी-कभी डॉक्टर बीमारी की गंभीरता का पता लगाने के लिए भी सर्जरी करते हैं। यदि कैंसर शरीर के दूसरे अंगों में नहीं फैला है, तो सर्जरी इलाज का सबसे अच्छा विकल्प है।

कीमोथेरेपी को कई चरणों में किया जाता है। इस प्रक्रिया में ड्रग्स के जरिए कैंसर कोशिकाओं को खत्म की जाती है। हालांकि, उपचार का यह तरीका किसी-किसी के लिए काफी कष्टदायक होता है। इसके कई साइड एफेक्ट्स भी नजर आते हैं, जिसमें बालों का झड़ना मुख्य रूप से शामिल है। दवाओं को खाने के साथ ही नसो में इंजेक्शन के जरिए भी पहुंचाया जाता है। रेडिएशन कैंसर कोशिकाओं पर सीधा असर करता है और उन्हें दोबारा बढ़ने से रोकता है। इस प्रक्रिया में, उच्च ऊर्जा कणों (high-energy particles) या तरंगों (Waves) का उपयोग करके कैंसर कोशिकाओं को नष्ट करने की कोशिश की जाती है। कुछ लोगों को इलाज में सिर्फ रेडिएशन थेरेपी तो किसी-किसी को रेडिएशन थेरेपी के साथ सर्जरी और कीमोथेरेपी भी दी जाती है।

वर्तमान में कैंसर के इलाज में कुछ अत्याधुनिक मशीनों और तकनीकों द्वारा शिरुवाती स्टेज में कैंसर को पूर्ण तरीके से खत्म किया जा सकता है, और एडवांस्ड स्टेज में भी काफी काबू पाया जा सकता है। एडवांस्ड रोबोटिक तकनीक द्वारा बेहतर मैग्नीफाइड विज़न और 360 डिग्री की निपुणता से घूमने वाले आर्म्स उपलब्ध होने के कारण, तंत्रिकाओं, वेसल्स और शरीर के अन्य महत्वपूर्ण अंगों तक आसान पहुंच और बेहतर विजिबिलिटी मिलती है, जिससे कॉम्प्लेक्स ऑपरेशन को करने में सरलता आती है। छोटे से छोटे वेसल्स, ट्यूमर्स, रोबोट द्वारा बड़ा एवं स्पष्ट दिखने से मानवीय भूल होने की संभावना कम हो जाती है। छोटे चीरे और कम ब्लड लॉस की वजह से स्पीडी रिकवरी होती है जिससे मरीज को जल्दी डिस्चार्ज भी किया जा सकता है।