तापमान

अधिकतम 38.5 डिग्री

न्यूनतम 21.8 डिग्री

हरिभूमि

इस्पात भूमि

रायपुर, मंगलवार, 1 अप्रैल 2025

12 डॉ. पाणिग्राही पुनः संबलपुर डिवीजन रेलवे सलाहकार बने

12 बेमेतरा में आठ और बालोद में सिर्फ छह फीसदी चावल जमा

एआई आधारित केंद्र से जुड़ेंगे 56 हजार स्कूल के 57 लाख छात्र, 1.80 लाख टीचर

हरिभूमि न्यूज ▶▶ भिलाई

आईआईटी भिलाई ने तैयार किया विद्या समीक्षा प्लेटफार्म

देश के एजुकेशन सिस्टम में मील का पत्थर माने जाने वाले विद्या समीक्षा केंद्र को लॉन्च कर दिया गया है। इस एप्लीकेशन को आईआईटी भिलाई ने तैयार किया है। इसे एक दिन पहले देश के प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने बिलासपुर में आयोजित कार्यक्रम में जनता को समर्पित किया। इस सिस्टम को शिक्षा में डिजिटल गवर्नेंस के क्षेत्र में एक एतिहासिक क्षण माना जा रहा है। आयोजित कार्यक्रम में राज्यपाल रमेन डेका, मुख्यमंत्री विष्णुदेव साय, वित मंत्री ओपी चौधरी, विधानसभा के अध्यक्ष रमन सिंह भी शामिल हुए। इस प्लेटफार्म को स्कूल गवर्नेंस और निगरानी के लिए तैयार किया गया है। आईआईटी भिलाई इनोवेशन एंड टेक्नोलॉजी फाउंडेशन ने विज्ञान और प्रौद्योगिकी विभाग, भारत सरकार की राष्ट्रीय मिशन ऑन इंटर डिसिप्लिनरी साइबर-फिजिकल सिस्टम्स के तहत समग्र शिक्षा, छत्तीसगढ़ सरकार के सहयोग से विकसित किया है। मोदी ने कहा कि यह पहल शिक्षा की गुणवता को बेहतर बनाने की दिशा में एक बड़ा कदम है और यह शिक्षकों और छात्रों को रियल टाइम में सहयोग प्रदान करेगी, जिससे पूरे शिक्षा तंत्र को मजबूती मिलेगी।

राज्यव्यापी शिक्षा परिवर्तन की दिशा में एक कदम

आईआईटी के प्रोफेसरों ने बताया कि यह प्रणाली वर्तमान में 56,000 स्कूलों के 57 लाख से अधिक छात्रों और 1.80 लाख से ज्यादा शिक्षकों की निगरानी करती है। उनके डेटा इस डिजिटल प्लेटफार्म में एआई के जरिए जुड़ चुके हैं। यह जीआईएस मैपिंग, एआई-आधारित डैशबोर्ड और रीयल-टाइम एनालिटिक्स का उपयोग करके, विशेष रूप से जनजातीय और पिछड़े क्षेत्रों में नीति निर्माण और प्रशासनिक निर्णयों को डेटा के आधार पर सक्षम बनाती है। इसे स्कूल सूचना प्रणाली के बुनियादी ढांचे, नामांकन और शैक्षणिक प्रदर्शन, मध्यान्ह भोजन वितरण और पोषण अनुपालन की लाइव निगरानी, एचआरएमआईएस शिक्षकों की उपस्थिति और रिक्तियों की रियल-टाइम ट्रैकिंग, एआई-सक्षम स्कूल प्रदर्शन मूल्यांकन और लर्निंग गैप्स की पहचान, शिक्षकों के प्रशिक्षण की प्रगति की निगरानी, डिजिटल कंटेंट की खपत और जुड़ाव के मूल्यांकन के लिए तैयार किया गया है।

विद्या केंद्र नई शिक्षा नीति बनाने में होगा सहायक

आईआईटी के प्रोफेसर्स ने बताया कि ये सभी मॉड्यूल राज्य और जिला स्तर पर त्वरित हस्तक्षेपों, पारदर्शिता और नीति निर्माण को मजबूत करते हैं। निदेशक प्रोफेसर राजीव प्रकाश ने विकास टीम, संकाय सदस्यों, शोधकर्ताओं और छात्रों के प्रयासों की सराहना की। उन्होंने विशेष रूप से प्रोफेसर संतोष बिस्वास, संजीव झा और सिद्धार्थ कोमल परदेशी को उनके दूरदर्शी मार्गदर्शन के लिए धन्यवाद दिया। उन्होंने बताया कि आईआईटी भिलाई राज्यव्यापी पाठ्यपुस्तक वितरण प्रबंधन प्रणाली भी विकसित कर रहा है, जो प्रत्येक वर्ष 3 करोड़ से अधिक अधिक पाठ्यपुस्तकों की समय पर और पारदर्शी आपूर्ति सुनिश्चित करेगी, जिसमें अत्याधुनिक आपूर्ति श्रृंखला एल्गोरिदम का उपयोग किया गया है।

नवरात्रि विशेष

तृतीय : चंद्रघंटा

मां दुर्गा का तीसरा शक्ति स्वरुप है चंद्रघंटा। नवरात्रि के तीसरे दिन मां के इसी रुप का पूजन होता है। माता का यह रुप परम शांतिदायक और कल्याणकारी है। इनके माथे पर घंटे के आकार का अर्धचंद्र है। इसी से इन्हें चंद्रघंटा देवी कहा जाता है। इनके शरीर का वर्ण सोने के समान है। उनके दस हाथ हैं। इनका वाहन सिंह है। इनकी पूजा से भक्तों में वीरता, निर्भयता और विनम्रता आती है। नवरात्रि के तीसरे दिन की पूजा का अत्यधिक महत्व माना जाता है। हमें मन-वचन-कर्म और काया की विधि विधान के अनुसार पवित्र करके ही मां की पूजा करनी चाहिए। इससे संसार के सारे कष्ट मिटते हैं और साधक को मोक्ष की प्राप्ति होती है। तीसरे नवरात्र को भक्त का मन मणिपुर चक्र में प्रविष्ट होता है। मां की कृपा से उसे अलौकिक वस्तुओं की प्राप्ति होती है। विविध प्रकार की ध्वनियां सुनाई देती है। मां की कृपा से सारे पाप और संकट दूर होते हैं। इनके घंटे की आवाज प्रेत बाधाओं से सदा भक्तों की रक्षा करती है। मां चंद्रघंटा के भक्त जहां भी जाते हैं। उन्हें देखकर अन्य व्यक्ति सुख और शांति का अनुभव करते हैं। मां अपने आशीर्वाद से भक्तों को सदैव शुभफल देने वाली है। माता के इस रुप की आराधना का मंत्र इस प्रकार है।

पिंडजप्रवरारुढ़ा चंडकोपास्त्रकैर्युता।
प्रसादं तनुते महाचंद्रघंटेति विश्रुता ॥

95 प्रतिशत लक्ष्य पूरा, रविवार को ही शासन ने 4.64 करोड़ रजिस्ट्री शुल्क से जुटाए

देर रात होती रही जमीन की खरीदी-बिक्री

हरिभूमि न्यूज ▶▶ दुर्ग

सुस्त पड़े रियल स्टेट बाजार में वित्तीय वर्ष के अंतिन दिन जमकर धन की वर्षा हुई। वित्तीय वर्ष की समाप्ति से ठीक पहले यानी अंतिम सप्ताह में ही निर्धारित लक्ष्य से पांच फीसदी का कारोबार हुआ। तीस मार्च तक जिले में 90 फीसदी शुल्क अर्जित किया गया। वहीं अनुमान है कि पिछले साल की तरह इस बार भी करीब 95 फीसदी से ज्यादा लक्ष्य अर्जित किया जाएगा। बड़ी उपलब्धि यह रही कि फरवरी माह में जहां 56 फीसदी राजस्व मिले थे, वही डेढ़ माह में अचानक कारोबार में तेजी दर्ज की गई है। बहरहाल कलेक्टर गाइडलाइन के तहत दरें हर साल एक अप्रैल से लागू हो जाती है। इसे लेकर लोग गंभीर दिख रहे हैं और मार्च में होने वाले सौदे की रजिस्ट्री भी आनन फानन में करा रहे हैं। एक अप्रैल राज्य शासन कलेक्टर गाइडलाइन दर में बदलाव कर देगी। यही कारण है कि 31 मार्च तक 95 फीसदी कारोबार होने का अनुमान है। इस बार जिला पंजीयन कार्यालय को जिले में 420 करोड रूपए का टारगेट दिया गया है। इसमें तीस मार्च तक 377 करोड़ यानी 90 फीसदी खजाने में आय प्राप्त हो चुकी है। पिछले साल की बात करे तो 342 करोड़ के टारगेट में अंतिम दिन 90 फीसदी राजस्व कारोबार से आय प्राप्त हुई है।

डेढ़ माह में आश्चर्यजनक रूप से बढ़ी जमीन की खरीदी-बिक्री

साल के शुरूआती दौर में रियल स्टेट कारोबार धीमी गति से गुजर रहा था। पिछले 20 फरवरी के आंकड़े पर गौर करें तो उस दौरान सिर्फ 56 फीसदी राजस्व ही खजान में आया था। लेकिन 30 मार्च तक कारोबार नब्बे फीसदी को पार कर गया है। माना जा रहा है कि, इसके पीछे यह तय हैं कि इस बार कलेक्टर गाइडलाइन शति प्रतिशत बढेगा। यही कारण है कि इन्वेस्टर सौदे के बाद पक्षकारों को मार्च में ही रजिस्ट्री कराने की नसीहत दे रहे हैं।

पांच साल में रिकार्डतोड़ कारोबार दर्ज

रियल स्टेट के कारोबार पर गौर करें तो विगत वर्ष 2020-21 से वर्ष 2024-25 तक कारोबार में जबदस्त उछाल देखा गया है। वर्ष 2010-11 में टारगेट 121 करोड पहली बार सौ करोड़ के आंकड़े में प्रवेश किया था। इसके बाद 2019-20 तक टारगेट 171 करोड़ रहा। जबकि वर्ष 2020-21 और 2021-22 में टारगेट 252 करोड़ रहा और वर्ष 2022-23 से 2023-24 में 342 करोड़ का टारगेट रहा था। पिछले साल 95 फीसदी कारोबार दर्ज की गई। इस तरह पांच साल में दो सौ करोड़ का कारोबार रियल स्टेट बाजार में हुआ है।

सर्वर ने दी चुनौती, फिर भी बेहतर नहीं रुका काम

पहली बार राज्य शासन द्वारा नया साफ्टवेयर एनडीआरएफ लागू किया गया है। रजिस्ट्री में सर्वर ने इतना अफसरों को हफाया कि आज की रजिस्ट्री दूसरी दिन तक की गई। जानकारी अनुसार तीस मार्च को जिले में 353 करोड़ का राजस्व मिला था। तीस मार्च को चार करोड़ 64 लाख का राजस्व एक दिन में मिला। वही 31 मार्च को 314 प्रकरण लिए गए। जिसमें सवा पांच बजे तक 126 रजिस्ट्री हो चुकी थी। अफसरों ने बताया कि, देर रात ऐसा अनुमान है कि, करोबार 95 फीसदी से अधिक होगा।

पिछले पांच साल में जिले का कारोबार (करोड़ में)

वर्ष		कारोबार
2020-21		213.70
2021-22		252.68
2022-23		300
2023-24		342
2024-25	30 मार्च तक	377

90% से ज्यादा का राजस्व

निर्धारित लक्ष्य से इस बार तीस मार्च तक 90 फीसदी राजस्व प्राप्त हुआ है। आखिरी दिन भी 314 रजिस्ट्री के प्रकरण आए हैं। सभी में रजिस्ट्री का कार्य पूरा कर लिया गया है।

-प्रियंका श्रीरंगे, पंजीयक दुर्ग

सेवानिवृत्त कर्मी को सांड ने पटक कर मार डाला

हरिभूमि न्यूज ▶▶ भिलाई

एक सांड ने बीएसपी सेवानिवृत्त कर्मी को सड़क पर पटक-पटक कर मार डालने का मामला प्रकाश में आया है। घटना स्मृति नगर पुलिस चौकी का मामला है। मिली जानकारी के मुताबिक वार्ड तीन निवासी सियाराम साहू अपनी बेटी श्यामा साहू के साथ घर पर थे। बाजार की तरफ सामान लेने के लिए दोपहर में निकले थे। तभी एक सांड आया और सियाराम दौड़ाने लगा। घटना 26 मार्च की है। सांड के मारने की घटना सीसी कैमरे में कैद हो गई है। सीसी कैमरे के फुटेज में घटना दिख रहा है कि काले रंग का सांड सियाराम को पहले दौड़ाया उसके बाद वृद्ध थक कर जमीन पर गिर गए। फिर सांड ने उन्हें सींग से उठाकर पटक दिया। आसपास के लोगों ने सियाराम को उठाया और उपचार के लिए अस्पताल पहुंचाया। चार दिन बाद 30 मार्च रविवार को उन्होंने दम तोड़ दिया। घटना के वीडियो में स्पष्ट दिखाई दे रहा है। वृद्ध को सांड बार-बार सींग से मार रहा है। पैरों से कुचल रहा है। जब वृद्ध जमीन पर बुरी तरह घायल होकर लेट जाता है। तो सांड भाग जाता है। वृद्ध को हादसे में गंभीर चोटें आई, शरीर से काफी खून भी निकला था। सांड के आतंक के बाद वार्ड और स्थानीय लोगों में आक्रोश है। स्थानीय लोगों का कहना है कि सांडों को गौठान में रखना चाहिए, लेकिन निगम ने उन्हें खुले में छोड़ दिया है। निगम की लापरवाही के कारण लोगों की जान जा रही है।

डॉ. संजय तिवारी बने दुर्ग विवि कुलपति

भिलाई। राज्यपाल एवं कुलाधिपति रमेन डेका द्वारा डॉ. संजय तिवारी को हेमचंद यादव विवि दुर्ग का नया कुलपति नियुक्त किया है। वे भोजमुक्त विवि भोपाल के कुलपति है। वहां का कार्यकाल पूरा होने से पहले डॉ. संजय तिवारी को यहां नियुक्ति दी गई है। डॉ. तिवारी का कार्यकाल, उपलब्धियां, सेवा शर्तें, विवि अधिनियम परिनियम में निहित प्रावधान अनुसार होगी। डॉ. तिवारी की नियुक्ति हेमचंद यादव विश्वविद्यालय अधिनियम 1973 की धारा 13 की उपधारा (1) में पदत शक्तियों का प्रयोग करते हुए की गई है। डॉ. तिवारी का नियुक्ति पत्र राज्यपाल के उपसचिव हिना अभिनेष नेताम ने जारी किया है।

से-9 में लहराएगा सबसे बड़ा भगवा ध्वज

हरिभूमि न्यूज ▶▶ भिलाई

श्रीराम जन्मोत्सव समिति भिलाई ने हिन्दू नववर्ष विक्रम संवत 2082 के उपलक्ष्य में सेक्टर-9 चौक पर विशाल भगवा ध्वज की स्थापना की। कार्यक्रम की शुरुआत विधिवत पूजा-अर्चना और भगवान की

- **श्रीराम जन्मोत्सव समिति का हिन्दू नववर्ष समारोह**

आरती से हुई, जिसके बाद ध्वज स्थापना का कार्य संपन्न हुआ। इस आयोजन में बड़ी संख्या में रामभक्त शामिल हुए।

जिन्होंने पूरे वातावरण को जय श्रीराम की गूंज से भगवामय कर दिया। इस भव्य आयोजन का नेतृत्व समिति के युवा शाखा अध्यक्ष मनीष पाण्डेय ने किया।

अपने संबोधन में उन्होंने कहा कि यह हम सभी के लिए गर्व और हर्ष का विषय है कि इस्पात नगरी भिलाई में सेक्टर-9 चौक पर सबसे बड़ा भगवा ध्वज लहराने जा रहा है। यह ध्वज हमारी संस्कृति, धार्मिक मूल्यों और सनातन परंपराओं का प्रतीक है। इस आयोजन के माध्यम से हम अपनी आस्था को सशक्त कर रहे हैं। आने वाली पीढ़ियों को अपनी परंपराओं का महत्व समझा रहे हैं। यह आयोजन हमारे सनातनी एकता और समर्पण का प्रतीक है।कार्यक्रम में समिति के प्रांतीय महामंत्री बुद्धन ठाकुर, कार्यकारी अध्यक्ष प्रवीण पाण्डेय, आरएसएस विभाग प्रचारक रोशन कुमार, समिति के जिला अध्यक्ष मदन सेन, महिला शाखा अध्यक्ष शीला बाघमार, ईश्वरी नेताम, रिंकू साहू, मेघा कौर, करण कन्नौजे, गोल्डी सोनी, धर्मेंद्र सिंह, गुलाब सिंह, दीपक पांचाल, मुकेश सिंह, अनिल सोनी, गोपाल गुप्ता, रोहित तिवारी आदि मौजूद थे।

अंडा में कबाड़ में आग, सबकुछ जलकर खाक

अंडा। कबाड़ी दुकान में भीषण आग लगने से आसपास के लोगों में सनसनी फैल गई। मिली जानकारी के मुताबिक सोमवार की दोपहर ग्राम अंडा बस स्टेण्ड के समीप जावेद खान की कबाड़ी दुकान है। अचानक उसमें भीषण आग लग गई। देखते ही देखते आग बढ़ने लगा। आगजनी की सूचना अंडा

पुलिस को मिलने पर प्रभारी डॉ. भानु प्रताप साव अपनी टीम के साथ पहुंचे। उसके बाद फायर ब्रिगेड को सूचना मिलने पर दमकल वाहन पहुंची।

घायल को मदद के नाम पर ठगा, गिरफ्तार

भिलाई। घायल युवक को मदद के नाम पर ठगी करने वाले को पुलिस ने गिरफ्तार किया है। नेवई पुलिस के मुताबिक मैत्री नगर रिसाली निवासी सुशील कुमार गुप्ता के बेटे अमित का 27 मार्च की रात आजाद मार्केट रिसाली में एक्सीडेंट हो गया था। इस दौरान अज्ञात व्यक्ति आया और उसकी मदद कर सेक्टर-9 अस्पताल उपचार के लिए पहुंचाया। जहां अस्पताल में बिल करने का झांसा देकर अमित का फोन लेकर फोन से पेमेंट करने पिन मांगा और अज्ञात अपने खाते में 50 हजार रुपए ट्रांसफर कर लिया। आरोपी की पहचान संदीप चांदेकर के रूप में हुई। आरोपी से 13 हजार रुपए जब्त किया गया, बाकी पैसे उसने खर्च कर दिए है। मामले में विवेचना जारी।

खबर संक्षेप

रमजान में राशन किट का किया वितरण

दुर्ग। रमजान महीने के शुरुआत से पहले रोजा से ईद के दिन तक दुर्ग भिलाई के जरूरतमंद सभी धर्मों के लोगों, आस पड़ोस वालों, जान पहचान वालों को मोहब्बत राशन किट का वितरण किया गया। जिसमें सेवई, शरबत, खजुर, शक्कर, चावल, नमक, आटा, तेल, चायपत्ती, गर्म मसाले आदि सभी कच्चे राशन का सैकड़ों संख्या में किट बैग बना कर रमजान महीने के शुरुआत से घरों तक पहुंचाकर राशन किट बांटा गया। छत्तीसगढ़ प्रदेश कांग्रेस कमेटी सचिव अय्यूब खान ने बताया कि रमजान का महीना बड़ा पवित्र होता जिसमे किये गये कोई भी नेक काम पुनीत कार्य का स्वाब फल सत्तर गुना मिलता है। इसमें ज्यादा से ज्यादा लोगों की मदद करने का संदेश होता है ईद का त्योहार आता है खुशियां, एकता, भाईचारा, अमीर-गरीब सबको एक करने का संदेश देने वाला ये ईद का त्यौहार होता है ईद के दिन कोई भूखा-प्यासा ना रहे उनके लिये भी इसी छोटी सी कोशिश कर उनसे मिलकर मोहब्बत राशन किट दिया गया।

मनमानी: धान में करोड़ों का खेल, चावल देने में मिलरों की रूचि नहीं

बेमेतरा में आठ और बालोद में सिर्फ छह फीसदी चावल जमा

तीनों जिले में क्षमता के अनुसार चावल जमा नहीं, बाहर राज्यों में मिलर खपा रहे जिले का धान

हरिभूमि न्यूज ⏭ दुर्ग

जिला प्रशासन की निगरानी में भले ही कस्टम मिलिंग हो रही है। लेकिन इस साल प्रशासन की नजर मिलिंग में नही होने से मिलर प्रशासन को ठेंगा दिखा रहे हैं। मानिटरिंग नही होने से जमकर सरकारी धान की अफरा-तफरी कर रहे हैं। धान खरीदी समाप्त हुए दो माह बीत गए है। लेकिन मिलरों ने जितना धान उठाया है, उसके मुताबिक चावल ही जमा नही किए है।

कस्टम मिलिंग का इस बार जिले में बुरा हाल है। एकतरफ जहां सोसायटियों से धान का उठाव नही हुआ है, वही मिलर जितना धान उठाए है, उसका चावल तक जमा नही किए है। कस्टम मिलिंग की स्थिति बेमेतरा और बालोद में बुरी तरह से खराब है। हांलाकि दुर्ग में मिलरों ने जितना धान उठाया है, उसके मुताबिक 32 फीसदी चावल जमा कर चुके है। जबकि बेमेतरा में सिर्फ आठ फीसदी चावल जमा हो सका हैं, वही बालोद में सिर्फ छः फीसदी मिलरों ने चावल जमा किया है। मिलरों को प्रति क्विंटल धान के पीछे 67 किलो चावल जमा करना होता है।

कितना उठावा और कितना जमा होना था चावल

जिला	उठाव	चावल की मांग	जमा
दुर्ग	77 लाख 80 हजार क्विं.	52 लाख 12874 क्विंटल	12 लाख 49 हजार क्वि.
बेमेतरा	32 लाख 20 हजार क्विं.	21 लाख 57 हजार	4 लाख 42 हजार क्विं.
बालोद	44 लाख क्विंटल	29 लाख 51 हजार क्विं	6 लाख 81 हजार क्विं.

भौतिक सत्यापन नहीं होने से मनमानी

रायपुर सहित प्रदेश के अन्य जिलो में कलेक्टर के निर्देश पर खाद्य विभाग द्वारा राईस मिलों का भौतिक सत्यापन किया जा रहा है। लेकिन दुर्ग जिले में अब तक एक बार भी प्रशासन द्वारा भौतिक सत्यापन नही किया गया है। यही कारण है कि, मिलरों द्वारा जमकर मनमानी की जा रही है। सरकारी धान का उठाव के बाद वे इसे महंगे दाम पर बाजारों में बेच रहे है। जबकि उत्तर प्रदेश व झारखंड जैसे राज्यों से सस्ता चावल मिलर सरकार के कोटे में जमा कर रहे हैं।

प्रधानमंत्री का विधायक ने किया स्वागत...

दुर्ग। चैत्र नवरात्रि के प्रथम दिवस पर छत्तीसगढ़ प्रवास पर पहुँचे, देश के यशस्वी प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी का रायपुर विमानतल पर दुर्ग शहर विधायक गजेन्द्र यादव ने अभिनन्दन कर स्वागत किया।

नक्सलवाद के खात्मे के साथ भयमुक्त होगा बस्तर: राजेन्द्र

हरिभूमि न्यूज ⏭ दुर्ग

■ तीन में महीने में मारे 142 नक्सली

शनिवार को सुरक्षाबलों सुकमा-दंतेवाड़ा द्वारा 17 नक्सलियों को मार गिराए जाने को शानदार उपलब्धि बताते हुए दुर्ग जिला भाजपा उपाध्यक्ष राजेन्द्र कुमार पाध्ये ने कहा छत्तीसगढ़ में नक्सलवाद को जड़ से समाप्त करने की दिशा में निर्णायक लड़ाई अब अंतिम दौर में आ गई है। 16 महीने पहले विष्णु देव साय की सरकार बनने के बाद से ही प्रदेश में नक्सलवादियों की उल्टी गिनती शुरू हो गई थी। प्रदेश में विष्णु देव सरकार के बनने के बाद अब तक 16 महीने में 350 से ज्यादा नक्सली मारे जा चुके हैं, इनमें से 142 नक्सली तो विगत तीन महीने में वर्ष 2024 में ही हुई मुठभेड़ में मारे गए हैं, इसमें कई इनामी नक्सली भी थे। जिला भाजपा उपाध्यक्ष राजेन्द्र कुमार पाध्ये ने प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी और केंद्रीय गृह मंत्री अमित शाह के 31 मार्च 2026 तक देश से नक्सलवाद के संपूर्ण खात्मे का संकल्प लगातार फलीभूत हो रहा है। सुरक्षाबलों की यह सफलता इस लक्ष्य को प्राप्त करने की दिशा में एक बड़ा कदम है।

भीषण गर्मी में पिघली सरकार स्कूल टाइमिंग में किया बदलाव

हरिभूमि न्यूज ⏭ दुर्ग

■ आदेश 30 अप्रैल तक रहेगा प्रभावशील

भीषण गर्मी को देखते हुए राज्य शासन द्वारा प्रदेभर के स्कूलों की टाइमिंग में बदलाव किया है। राज्य के सभी शासकीय, अशासकीय स्कूलों, शैक्षणिक संस्थाओं के संचालन के समय बदला गया हैं। जिसके बाद सोमवार से शनिवार तक शाला संचालन का समय एक पाली में संचालित समस्त प्राथमिक, पूर्व माध्यमिक, हाई-हायर सेकेण्डरी शालाएँ प्रातः 7 बजे से 11 बजे तक। वहीं ऐसी शालाएँ जहां कक्षाएं दो पालियों में संचालित होती है, वहां प्राथमिक व पूर्व माध्यमिक शालाएँ प्रातः 7 बजे से 11बजे तक तथा हाई-हायर सेकेण्डरी शालाएँ प्रातः 11 बजे से 3 बजे तक संचालित होगी। यह आदेश 2 अप्रैल 2025 से 30 अप्रैल 2025 तक प्रभावशील रहेगा। सहायक संचालक अमित घोष ने बताया कि, जिले के सभी स्कूलों को निर्देश जारी हो गए हैं।

डॉ. पाणिग्राही पुनः संबलपुर डिवीजन रेलवे सलाहकार बने

हरिभूमि न्यूज ⏭ दुर्ग

भारतीय रेलवे के पूर्व तट रेलवे अंतर्गत संबलपुर डिवीजन का सलाहकार समिति डीआरयूसीसी का पुनर्गठन हुआ। डॉ विश्वनाथ पाणिग्राही पुनः इस समिति में सदस्य मनोनीत हुए हैं। डॉ पाणिग्राही पिछली समिति में भी सदस्य थे तथा उन्होंने इस दरमियान रेल उपयोगकर्ताओं के अनेक समस्याओं को तथा ट्रेनों के स्टॉपेज संबंधित मांगों को प्रमुखता से रखा था। पुनः मनोनीत होने पर डॉ पाणिग्राही ने पूर्व तट रेलवे

अधिकारियों को धन्यवाद ज्ञापित किया। नवगठित रेलवे सलाहकार समिति की प्रथम मीटिंग ओरियंटेशन सेंटर वाइल्ड लाइफ सेंचुरी डेब्रिगढ संबलपुर में एडीआरएम आनंद सिंग, सीनियर डीसीएम गरिमा तिवारी, सीनियर डीईएन अंकित वर्मा एवं अन्य रेलवे अधिकारियों की उपस्थिति ने संपन्न हुई। डॉ पाणिग्राही द्वारा राष्ट्रभाषा का हिंदी में अनुवाद करने की मांग रखी, जिसे स्वीकृत किया तथा अगली मीटिंग एजेंडा हिंदी में अनुवाद प्रकाशित करने निर्णय लिया गया।

आज एमआईसी मेंबर करेंगे कार्यभार ग्रहण

हरिभूमि न्यूज ⏭ दुर्ग

■ विधायक गजेंद्र यादव और महापौर भी रहेंगे

नगर निगम दुर्ग की महापौर अलका बाघमार द्वारा गठित एमआईसी सदस्यो की टीम बजट पारित कराने में व्यस्तता के चलते अपने चेंबर में कार्य भार ग्रहण नहीं पाए थे। वहीं अब महापौर परिषद की सदस्य कल 1 अप्रैल को नगर निगम परिसर के एमआईसी भवन स्थित अपने अपने कक्ष में नवरात्र के शुभ मुहर्त्त पर कार्य भार ग्रहण करेंगे। ईस अवसर पर शहर विधायक गजेंद्र यादव, महापौर अलका बाघमार, सभापति श्याम

शर्मा, जिला भाजपा अध्यक्ष सुरेंद्र कौशिक सहित निगम के पार्षद गण भी मौजूद रहेंगे। सभी 11 प्रभारियों का चेंबर निगम सभागार भवन के नीचे एमआईसी भवन में होगा। जल कार्य विभाग प्रभारी लीना दिनेश देवांगन जिनकी चेंबर बस स्टैंड के समाने स्थित जल गृह विभाग में स्थापित है, वे अपना कार्यभार गुरुवार 3 अप्रैल ग्रहण करेंगी।

खबर संक्षेप

हत्याकांड के फरार आरोपी पर 10 हजार का ईनाम घोषित

भिलाई। हिस्ट्रीशीटर तपन सरकार का भांजा आकाश उर्फ मजूमदार सोना समेत 5 युवकों ने मिलकर सिकोला भाठा निवासी अवतार मरकाम की चाकू मारकर हत्या कर दी थी। घटना में पुलिस ने चार आरोपियों को तुरंत ट्रेस कर लिया था। वहीं मौके से दीपक ठाकुर नामक युवक फरार हो गया। एसपी जितेंद्र शुक्ला ने फरार आरोपी दीपक ठाकुर के बारे में जानकारी देने वाले को 10 हजार रुपए नगदी ईनाम देने की घोषणा की है। सूचना देने वालों का नाम, मोबाइल नंबर गुप्त रखा जाएगा। मामले में पुलिस ने आकाश के अलावा मुकेश चौहान उर्फ चीरा, अमन साहू उर्फ मशान, होरीलाल पटेल उर्फ बाती को गिरफ्तार कर चुकी है।

जानकी बने नेता प्रतिपक्ष व निर्मला उप नेता विपक्ष का पद

कुम्हारी। नगर पालिका परिषद कुम्हारी में नेता विपक्ष के रूप में वार्ड क्रमांक 20 के कांग्रेसी पार्षद जानकी ध्रुव एवं उप नेता विपक्ष के रूप में वार्ड 17 के पार्षद निर्मला कुर्रे की नियुक्ति की गई है। यह नियुक्ति जिला कांग्रेस कमेटी अध्यक्ष राकेश ठाकुर के द्वारा किया गया है। इस नियुक्ति पर उपाध्यक्ष प्रमोद सिंह राजपूत सहित कांग्रेसी पार्षदों ने नेता प्रतिपक्ष व उप नेता विपक्ष को बधाई दी है।

जवाहर नवोदय विद्यालय में हुआ चयन

अंडा। जवाहर नवोदय विद्यालय में शासकीय प्राथमिक शाला हनोदा के तीन बच्चों का चयन हुआ है। कक्षा पांचवी के विद्यार्थी चैतन्य साहू पिता टगेश्वर साहू, मनन पटेल पिता भूपेंद्र पटेल, युवराज खरे पिता गोपी राम खरे का चयन हुआ है। बच्चों ने पूरे मेहनत और लगन से परीक्षा में पास होकर कक्षा 6वी से 12वीं तक जवाहर नवोदय विद्यालय में प्रवेश के लिए,बच्चों की माता-पिता बहुत ही हर्षीत और खुशी है उत्साहित हैं।

निधन

सरदार सुखपाल सिंग बल

भिलाई। एवेलॉन होटल के पीछे मालवीय नगर दुर्ग निवासी सरदार सुखपाल सिंग बल उम्र 83 वर्ष का निधन हो गया। उनकी अंतिम यात्रा उनके निवास से मंगलवार की दोपहर को निकलेगी। उनका अंतिम संस्कार दोपहर 1.30 हरना बांधा मुक्तिधाम दुर्ग में किया जाएगा। वे अपने पीछे पुत्र जसप्रीत सिंग बल, हरप्रीत सिंग बल सहित भरापूरा परिवार छोड़ गए हैं।

एक शाम श्रीराम खाटू श्याम के नाम भजन संध्या में शामिल हुए राज्यपाल रमेन डेका

संगीत प्रेमियों के सर चढ़कर बोला भोजपुरी गायक निरहुआ के सुमधुर भजनों का जादू

हरिभूमि न्यूज ▶▶| भिलाई

भिलाई कैन डू पर्वत फाउंडेशन का सेक्टर 7 में शानदार आयोजन

खास बातें
- हिंदू नववर्ष पर भक्तिमय माहौल में भजनों पर झूमते रहे दर्शक
- प्रदेश भाजपा अध्यक्ष किरण देव, सांसद बघेल, विधायक रिकेश सेन भी हुए मंचासीन

हिंदू नववर्ष का पर्व शहर के धर्मप्राण लोगों के लिए यादगार रहा। सेक्टर 7 मैदान में प्रसिद्ध भोजपुरी गायक निरहुआ के लोक भजनों का जादू संगीतप्रेमियों के सर चढ़कर बोला। अपने दिलकश अंदाज के साथ निरहुआ और साथ आए भजन गायकों अपनी सुरीली आवाज से लोगों को भावविभोर कर दिया। देर रात तक चली भजन संध्या और आतिशबाजी को लोगों ने लुत्फ उठाया।

भिलाई कैन डू, पर्वत फाउंडेशन के अतुल पर्वत द्वारा हिंदू नव वर्ष और चैत्र नवरात्र पर सोमवार को बीएसपी सीनियर सेकंडरी स्कूल मैदान सेक्टर 7 में एक शाम श्री राम,खाटू श्याम के नाम भव्य भजन संध्या का आयोजन किया गया। प्रसिद्ध भोजपुरी गायक व पूर्व सांसद दिनेश लाल निरहुआ सहित राइजिंग स्टार सीजन -2 के विनर सारेगामा फैन भजन गायक हेमंत ब्रजवासी मथुरा और प्रमोद त्रिपाठी जयपुर और नन्हीं लोक गायिका आरु साहू सभी ने अपने सुमधुर भजनों से समां बांधा। कार्यक्रम के मुख्य अतिथि प्रदेश के राज्यपाल रमेन डेका थे। छत्तीसगढ़ प्रदेश भाजपा के प्रदेश अध्यक्ष किरण देव और दुर्ग के सांसद विजय बघेल, वैशालीनगर के विधायक रिकेश सेन व राजीव रंजन विशेष अतिथि थे। सभी अतिथियों और गायकों का स्वागत आयोजक अतुल पर्वत ने पुष्प गुच्छ भेंटकर किया। मंचस्थ अतिथियों ने दर्शकों को हिंदू नव वर्ष की शुभकामनाएं देते हुए आयोजन की सराहना की। भजन संध्या की शुरुआत जब भोजपुरी गायक दिनेश लाल निरहुआ ने सनातन संस्कृति के गौरव के साथ मेरे भारत के नवयुग में नया निर्माण हुआ है मंदिर भजन गाया तो पूरा मैदान जय जय श्रीराम के जयकारे से गूंज उठा। इसके बाद उन्होंने अपने ठेठ अंदाज में मधुर आवाज में सनातन है धर्म है मेरा भजन से विभोर किया। निरहुआ ने जब अपने लोकप्रिय लोक भजन ऐ राजा हमके बनारस घुमाएबा गाया तो लोग झूम उठे। निरहुआ ने देर रात तक अपने भोजपुरी व हिंदी भजनों से दर्शकों को खूब नचाया।

हेमंत, प्रमोद व आरु ने बांधा समां

लाइव भजन संध्या में नवोदित सारेगामा फेम भजन गायक हेमंत ब्रजवासी और सहित अन्य गायकों ने भी अपने भजनों से समां बांधा। ब्रजवासी ने मधुर आवाज में काली कमली वाला मेरा यार है और मेरे शीष के स्वामी का सारे जग में डंका बजे भजनों पर लोग देर तक झूमते रहे। उन्होंने राधे राधे बरसाने वाली राधे, सजनिया ऐ सखी मुकुट श्री मोर का और मेरे प्रभु चितचोर ... और भजन गायक प्रमोद त्रिपाठी के महिला निराली मेरे खाटू श्याम की ... तथा धमतरी की नन्ही लोक गायिका आरु साहू ने सुआ गीत व राउत नाचा धुन पर भजनों से माहौल बनाया।

कांग्रेस पार्टी की नीतियों और शासन की विफलताओं को लोगों तक पहुंचाने तत्परता से करेंगे कार्यः राकेश

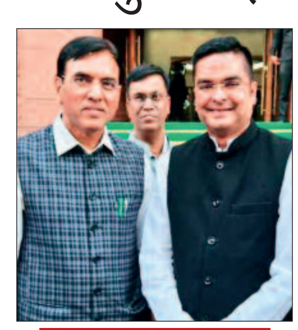
हरिभूमि न्यूज ▶▶| पाटन

- नवनियुक्त जिलाध्यक्ष राकेश का जिलाध्यक्ष बनने के बाद प्रथम गृहग्राम आगमन पर हुआ स्वागत

कांग्रेस पार्टी के नवनियुक्त दुर्ग ग्रामीण जिला अध्यक्ष राकेश ठाकुर का गृह ग्राम धौंराभांठा प्रथम आगमन पर समर्थको ने जगह-जगह डीजे की धूम में भव्य स्वागत किया। उनके स्वागत के लिए कांग्रेस कार्यकर्ताओं ने डीजे और पुष्प माला व पटाखे फोड़कर व मिठाई खिलाकर श्री ठाकुर का अभिनंदन किया। विधायक प्रतिनिधि प्रदीप चंद्राकर के नेतृत्व में कांग्रेस के नेतागण, कार्यकर्ता और समर्थक बड़ी संख्या में उपस्थित होकर भव्य स्वागत किया। इस दौरान श्री ठाकुर ने मां शीतला मंदिर, महादेव मंदिर, हनुमान मंदिर पहुंचकर आशीर्वाद भी लिया। गृह ग्राम धौंराभांठा पहुचें जिलाध्यक्ष राकेश ठाकुर ने कहा कि वह कांग्रेस पार्टी की नीतियों और शासन की विफलाताओ को जन-जन तक पहुंचाने के लिए पूरी तत्परता से कार्य करेंगे। श्री ठाकुर ने सभी कार्यकर्ताओं से एकजुट होकर काम करने की अपील की, ताकि कांग्रेस को आने वाले चुनावों में और भी बड़ी सफलता मिल सके। इस अवसर पर श्री एच एल चंदेल, विधायक प्रतिनधि प्रदीप चंद्राकर, पालेश्वर ठाकुर, गोविंद ठाकुर, नरेश ठाकुर, भुजबल निर्मल, खिलेश चंद्राकर, बिसंभर साहू, तालु सेन, टेकु ठाकुर आदि उपस्थित थे।

विधायक रिकेश ने भिलाई में स्पोर्ट्स कल्चर डेवलप करने केंद्रीय मंत्री मनसुख भाई से की सार्थक चर्चा

हरिभूमि न्यूज ▶▶| भिलाई



- ईएसआईसी हास्पीटल और खिलाड़ियों की शत-प्रतिशत बीएसपी में नौकरी पर भी हुई बात

दिल्ली में वैशाली नगर विधायक रिकेश सेन ने श्रम, रोजगार, युवा मामले तथा खेल केंद्रीय मंत्री मनसुख लक्ष्मणभाई मंडाविया से मुलाकात कर छत्तीसगढ़ की खेलधानी भिलाई में खेल संसाधनों के विस्तार पर विस्तृत चर्चा की है। उन्होंने उत्कृष्ट शत-प्रतिशत खिलाड़ियों को भिलाई इस्पात संयंत्र में नौकरी दिए जाने के आलावा नेहरू नगर के ईएसआईसी हास्पीटल में सभी रोग के विशेषज्ञ डॉक्टर की शीघ्र नियुक्ति की मांग भी मंत्री से की है। श्री सेन ने भिलाई से क्रिकेट, बालीवाल, हैंडबाल, हाकी सहित अन्य खेलों में बेहतर प्रदर्शन कर चुके अंतर्राष्ट्रीय खिलाड़ियों का जिक्र करते हुए बताया कि दुर्ग-भिलाई की पहचान प्रदेश में खेलधानी के रूप में है। यहां अनेक खेलों के लिए पर्याप्त संसाधन मुहैया कराने से हजारों खिलाड़ियों को जहां बेहतर प्लेटफार्म मिलेगा वहीं ये खिलाड़ी राष्ट्रीय अंतर्राष्ट्रीय स्तर पर देश का नाम रौशन करेंगे। भिलाई स्टील प्लांट में खिलाड़ियों की नौकरी सुविधा दिए जाने से युवाओं में शिक्षा के साथ-साथ स्पोर्ट्स कल्चर भी डेवलप होगा और खेल संसाधनों की पर्याप्त उपलब्धता से भिलाई दुर्ग के खिलाड़ी बड़ी संख्या में राष्ट्रीय और अंतर्राष्ट्रीय प्रतियोगिताओं में अपना जौहर दिखा सकेंगे। युवा व खेल मंत्री मनसुख मंडाविया से श्री सेन ने विभिन्न खेल सेटअप के लिए लगभग 100 करोड़ की योजना पर विचार से बातचीत की है। उन्होंने दुर्ग जिले के सभी उत्कृष्ट खिलाड़ियों को भिलाई इस्पात संयंत्र में नौकरी दिए जाने की मांग भी रखी। मंत्री मंडाविया ने युवाओं और खिलाड़ियों के लिए भिलाई में अत्याधुनिक खेल सेटअप मुहैया करवाने सहित रोजगार के अवसर हेतु श्री सेन के सुझाव पर जल्द योजना तैयार करने का आश्वासन दिया है।

गुरु घासीदास सेवा समिति की नई कार्यकारिणी का गठन

भिलाई। प्रदेश सतनामी समाज के प्रमुख धामों में से एक गुरु घासीदास सेवा समिति भिलाई का निर्वाचन संपन्न जिसमें नवनिर्वाचित पदाधिकारी इस प्रकार है अध्यक्ष भारत लाल कुर्रे (बी एल कुर्रे), उपाध्यक्ष उर्मिला भास्कर, महासचिव एन आर गिलहरे, कोषाध्यक्ष रामचंद्र देशलहरा, सह सचिव-दिवाकर गायकवाड़, टेकराम बंजारे, राजेंद्र महिलांग कार्यकारी सदस्य एसआर नवरंगे, रुपेश बारले, त्रिलोचन डहरिया, शंभुलाल डहरिया, सतीश डहारे, किशोर कुमार भारद्वाज, सागर टंडन, मनबोधी कुर्रे, योगेश्वर चतुर्वेदी, नोहर सिंह कुर्रे, कैलाश चतुर्वेदी, उषा देशलहरा, बिसाहू राम बघेल, भामिनी बंजारे सभी निर्वाचित पदाधिकारियों को सतनामी समाज के लोगों सहित अन्य संस्था व संगठनों के पदाधिकारियों ने बधाई व शुभकामनाएं दी।

नपं उतई में 5 पार्षदों को दी अहम जिम्मेदारी

उतई। नगर पंचायत उतई अध्यक्ष सरस्वती नरेंद्र साहू ने नगर पंचायत में पीआईसी का गठन की। जिसमें शोभेद्र सोनू राजपूत को आवास, पर्यावरण, लोक निर्माण एवं जलकार्य प्रभारी बनाया गया। सदस्य पार्षद सुनीता चंद्राकर, शिव ठाकुर, खाद्य, नागरिक आपूर्ति, स्वास्थ्य एवं चिकित्सा विभाग प्रभारी लक्ष्मी नारायण साहू बने, सदस्य पार्षद विजय लक्ष्मी साहू होंगे। राजस्व तथा बाजार विभाग प्रभारी भीमसेन सिन्हा को मिला उनके साथ सदस्य लता सोनवानी राकेश साहू होंगे। शिक्षा, महिला एवं बाल कल्याण विभाग प्रभारी अनीता गढ़े बनी उनके साथ सदस्य संगीत रजक, द्वारिका साहू , पुनर्वास, नियोजन, विधि तथा सामान्य प्रशासन विभाग प्रभारी उपाध्यक्ष शिवनारायण देशमुख बनाए गए। इनके साथ सदस्य के रूप में पार्षद सतीश चंद्राकर, खूबी राम साहू होंगे।

पीएम से मिले पूर्व स्पीकर पांडेय...

भिलाई। विगत दिवस देश के प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी के रायपुर विमानतल पहुंचने पर प्रदेश के पूर्व विधानसभा अध्यक्ष प्रेमप्रकाश पाण्डेय ने उनका आत्मीय स्वागत किया। इस दौरान प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने भी मुस्कुराते हुए अभिवादन स्वीकार किया।

सेलूद में श्रीमद भागवत कथा शुरु

एक झूठ छुपाने मनुष्य को दर्जनों झूठ बोलना पड़ता हैः पं. भूपेन्द्र

हरिभूमि न्यूज ▶▶| सेलूद

बाजार चौक सेलूद निवासी बलराम वर्मा व उनके परिवार द्वारा अपने मां लीलाबाई वर्मा के बरसी श्राद्ध में श्रीमद भागवत कथा का आयोजन किया जा रहा है। आयोजन के प्रथम दिवस कथा के कथावाचक बालोद गुंडरदेही के पंडित भूपेन्द्र पांडेय महराज ने कलश यात्रा के बाद गोकर्ण कथा सुनाते हुए कहा कि प्राचीन समय की बात है। दक्षिण भारत की तुंगभद्रा नदी के तट पर एक नगर में आत्मदेव नामक एक व्यक्ति रहता था, जो सभी वेदों में पारंगत था। उसकी पत्नी का नाम धुन्धुली था। धुन्धुली बहुत ही सुन्दर लेकिन स्वभाव से क्रूर और झगड़ालू थी। यह सब सोचकर उसने बड़े दुखी मन से अपने प्राण त्यागने के लिए वह वन चला गया। आत्मदेव ने कहा, ऋषिवर मैं संतान के लिए इतना दुखी हो गया हूं कि मुझे अब अपना जीवन निष्फल लगता है। वह संत उसकी बात सुनकर उसके ललाट की रेखाओं को देखता है। रेखाओं को देखकर वह कहता है कि तुम्हारे भाग्य में कोई संतान योग नहीं है। तुम प्राण मत त्यागो तुम यह फल लो और इसे अपनी पत्नी को खिला देना, इससे उसके एक पुत्र होगा। एक दिन उसकी बहन उसके घर आती है जिसे वह सारा किस्सा सुनाती है। बहन उससे कहती है कि मेरे पेट में बच्चा है, प्रसव होने पर वह बालक मैं तुम्हे दे दूंगी, तब तक तुम गर्भावती के समान घर में रहो। मैं कह दूंगी, मेरा बच्चा मर गया और तू ये फल गाय को खिला दे। उस फल को वह गाय को खिला देती है। एक झूठ छुपाने के लिए मनुष्य को दर्जनों झूठ बोलना पड़ता है- समय व्यतीत होने पर उसकी बहन ने बच्चा लाकर धुन्धुली को दे दिया। पुत्र हुआ है यह सुनकर आत्मदेव को बड़ा आनंद हुआ। धुन्धुली ने अपने बच्चे का नाम धुंधकारी रखा। गाय के पास एक बच्चा है जो कि मनुष्याकार है, लेकिन बस उसके कान ही गाय के समान थे। उसे देखकर वह आश्चर्य में पड़ जाता है। हालांकि उसे बड़ा आनंद भी होता है। वह उस बच्चे को उठाकर घर में ले जाता है। उसका नाम वह गोकर्ण रखता है। एक धुंधकारी और दूसरा गोकर्ण। गोकर्ण बड़ा होकर विद्वान पंडित और ज्ञानी निकलता है। एक दिन वह पिता को मार मारकर घर से बहार निकाल देता है। उसकी पत्नी धुन्धली को धुंधकारी सताने लगता है तो वह कुएं में कूदकर आत्महत्या कर लेती है। तब धुंधकारी पांच वेश्याओं के साथ रहने लगता है। जब वह गला दबाने से भी नहीं मरता है तो वे सभी मिलकर उसे दहकते अंगारों में डाल देती है। अपने कुकर्मों के कारण एक प्रेत बन जाता है। एक दिन उसका भाई गोकर्ण उसके गांव में कथा करते हुए आते हैं। अपने ही घर में अपने भाई को सोया हुआ देखकर धुंधकारी खुश हो जाता है और आवाज लगाता है। धुंधकारी कहता है, मैं तुम्हारा भाई हूं मैंने तुम्हारे लिए विधिपूर्वक गयाजी में श्राद्ध किया फिर भी तुम प्रेतयोनी से मुक्त कैसे नहीं हुए। अपने माता-पिता को कष्ट देने वाला, शराब पीने वाला, वेश्यागामी आदि पुरुष प्रेतयोनी प्राप्त कर अनंतकाल तक भटकते रहते हैं। अब न ही गोकर्ण की तरह कथा सुनाने वाले हैं और न सुनने वाले। धुंधकारी को उसके पापों की सजा तो मिली ही साथ ही उसने प्रेतयोनी में रहकर भी सजा भुगते। बाद में जब उसे पछतावा हुआ तो भागवत कथा सुनकर मन निर्मल हो गया।

अंचल की खबरें

धमना में हुआ रामधुनी यज्ञ का आयोजन

जामगांव आर। धमना में त्रिदिवसीय रामधुनी यज्ञ का आयोजन किया गया। वहीं रविवार रात में भक्ति संध्या के साथ समापन हुआ। जिला पंचायत सदस्य कल्पना नारद साहू के गृह ग्राम धमना में आयोजित रामधुनी में जिला पंचायत अध्यक्ष सरस्वती बंजारे सहित पवन शर्मा उपाध्यक्ष जिला पंचायत दुर्ग, कल्पना साहू सदस्य जिला पंचायत दुर्ग, नीलम राजेश चंद्राकर सदस्य जिला पंचायत दुर्ग, जितेंद्र यादव सदस्य जिला पंचायत दुर्ग, नारद साहू अध्यक्ष भाजयुमो दक्षिण पाटन, लालेश्वर साहू पूर्व मंडल अध्यक्ष दक्षिण पाटन, कमलेश साहू मंडल अध्यक्ष जामगांव, जिनेश जैन महामंत्री भाजयुमो दक्षिण पाटन, खुमान, रमाकांत साहू सरपंच आगेसरा,कमलेश यादव कोषाध्यक्ष भाजयुमो दक्षिण पाटन मंचासिन थे। जिला पंचायत सदस्य कल्पना नारद साहू ने कहा कि राम धुनी भगवान राम में धुन लगाने प्राचीन सामूहिक पद्धति है। भगवान राम हमारे आराध्य है जब आराध्य की आराधना सामूहिक तौर पर होती है तब पूरा गांव मय लगने लगता है सकारात्मक ऊर्जा का संचार होता है जो गांव में अमन चैन शांति का पैगाम लाती है। उन्होंने कहा कि राम की मर्यादा मय जीवन सभी के लिए हितकारी है। राम धुनी भगवान राम को समर्पित होती है। इस अवसर पर अभिषेक सेन मीडिया प्रभारी भाजयुमो दक्षिण पाटन, सूरज निर्मलकर, हीरेंद्र साहू, भूषण साहू, लेखराम साहू, संतोष साहू, जितेंद्र साहू, बीरबल साहू, भारत साहू, कमलेश कुमार, अंकालु साहू, शिवराज यादव, गजेंद्र साहू, कुमार साहू आदि उपस्थित थे।

- रामधुनी यज्ञ से विचारों में सकारात्मकता आती है : जिपं सदस्य कल्पना

हर्षोल्लास के साथ मनाया गणगौर तीज

जामगांव आर। गणगौर तीज बड़े हर्षोल्लास के साथ माहेश्वरी परिवार ने बड़े धूम धाम से मनाया। पूजा राठी ने बताया कि गणगौर तीज शंकर और पार्वती की आराधना तपस्या होली के 16 दिन तक विधिविधान से की जाती है। गणगौर तीज उपवास रख अनाज गेहूं से बना हुआ खाना खाते हैं। जिसमे पूजा राठी ने 8 दिन का उपवास किया। पूजा राठी ने कहा कि धर्म भक्ति आराधना जीवन को सुंदर राह दिखाती है। संस्कार का यह अनुपम भेंट धर्म से मिलती है। सोमवार को विसर्जन अवसर पर महिलाएं उपस्थित रहे। गणगौर तीज कुंवारी लड़कियां अपने वर के लिए करती है और महिलाएं अपने सुहाग की लंबी आयु के लिए व्रत रखती है। इस दौरान पूजा राठी, उमा केला, रेखा केला, कांटा राठी, अंकिता जैन, निर्मला जैन, सुशीला जैन, नीता केला, पुष्पा केला, काजल केला, हर्षा केला, निर्मला केला, ममता केला, योगिता टावरी शामिल रही।

सरपंच, पंचों व स्वयंसेवकों ने किया श्रमदान

उतई। ग्राम मचांदुर के नवीन सरपंच युगल किशोर साहू के अपील पर दाऊ उत्तम साव शासकीय महाविद्यालय मचांदुर की राष्ट्रीय सेवा योजना इकाई के स्वयंसेवकों ने सरपंच, पंचों और सदस्यों के साथ मिलकर स्वच्छता श्रमदान में सहयोग किया। प्रत्येक माह के अंतिम सप्ताह में अपने ग्राम मचांदुर की साफ सफाई करने का संकल्प सरपंच युगल साहू के साथ-साथ सभी पंचों एवं पंचायत के सभी सक्रिय सदस्यों ने लिया है। इस स्वच्छता श्रमदान द्वारा ग्राम के शनि देव मंदिर, माता परमेश्वरी मंदिर, मां शीतला प्रांगण, शिव मंदिर, बाजार चौक एवं ईदगाह परिसर की साफ सफाई की गई। इस श्रमदान में महाविद्यालय की राष्ट्रीय सेवा योजना इकाई के स्वयंसेवकों में धर्मेंद्र, फलेंद्र, महेंद्र, वीणा, भावना, करीना, लच्छू, खुशबू, गीतांजली, गुलशन, संतोषी, लोकेश्वरी, पीहू सहित बड़ी संख्या में स्वयंसेवकों ने सराहनीय भूमिका निभाई।

श्रीमद् भागवत महापुराण कथा यज्ञ आयोजित

कुम्हारी। निकटवर्ती ग्राम कपसदा स्थित बाबा श्री सोमेश्वर नाथ मंदिर प्रांगण में आयोजित श्रीमद् भागवत महापुराण कथा यज्ञ शनिवार को सम्पन्न हुआ। समस्त ग्रामवासियों, बाबा श्री सोमेश्वर नाथ मंदिर सेवा समिति, श्रीमद् भागवत प्रचार समिति के सदस्य शिष्यों और आसपास के गांवों के सहयोग से आयोजित इस भव्य कथा में प्रवचनकर्ता पं. चंद्रनील द्विवेदी भगवताचार्य हस्तरेखा एवं ज्योतिष सलाहकार, नंदिनी अहिवारा वालों ने संगीतमय शैली में श्रीमद् भागवत कथा का रसपान कराया। कथा के विराम एवं समापन पर हवन पूर्णाहुति का आयोजन किया गया। इसके पश्चात, समस्त भक्तजनों के लिए विशाल भोग प्रसाद भोजन भंडारे का आयोजन किया गया, भंडारे में श्रद्धालुओं ने पंक्तिबद्ध होकर प्रसाद ग्रहण किया और आयोजन समिति के सदस्यों ने सुचारू व्यवस्था बनाए रखने में सक्रिय भूमिका निभाई।

HEALTH TOWN

K'sagar's
श्री श्रेयन आयुर्वेद
Panchkarma & Wellness Centre
(संतुलन से भरा आयुर्वेद, स्वस्थ्य जीवन का राज)
वैद्य-डॉ.पल्लवी क्षीरसागर
MD आयुर्वेद (पुणे)
Timing- (11-8) by Appointment
Mob.: 9111922122, 9111912122,0771-3558564
पता :- B-22 जगन्नाथ मंदिर के पीछे, गायत्री नगर, रायपुर (छ.ग.)
उपलब्ध पंचकर्म
- बस्ति
- उत्तर बस्ति
- जानु बस्ति
इत्यादि।

विज्ञापन हेतु संपर्क करें : 0771-4242213, 7987119756, 9303508130

8TH ANNIVERSARY

सुमीत बाजार

आठ साल का ठाठ

पारम्पारिक एवं लेटेस्ट फैशन का नवीनतम फेस्टिवल कलेक्शन.

1 अप्रैल से 8 अप्रैल तक

₹ 88	MRP. ₹ 699 & above लेडिस क्लच/पर्स	MRP. ₹ 399 & above गर्ल्स फैंसी बेल्ट	MRP. ₹ 599 & above मेन्स टीशर्ट only black सभी साईज में उपलब्ध	MRP. ₹ 399 & above गर्ल्स/ब्वॉयस कॉटन टीशर्ट 3 से 8 वर्ष के बच्चों के लिये
₹188	MRP. ₹ 249 & above साड़ियाँ फैंसी जॉर्जेट सिफॉन विथ ब्लाऊज	MRP. ₹ 495 & above कुर्तियाँ ब्रांडेड A Line	MRP. ₹ 399 & above मेन्स टीशर्ट राउण्डनेक इम्पोर्टेड फेब्रिक आकर्षक रंगों में	MRP. ₹ 259 & above सिंगल बेडशीट विथ पिलो कव्हर
₹288	MRP. ₹ 449 & above साड़ियाँ फैंसी कॉटन बनारसी बार्डर के साथ विथ ब्लाऊज	MRP. ₹ 495 & above कोआर्ड सेट सभी साईज में उपलब्ध	MRP. ₹ 699 & above कॉटन मेन्स शॉर्ट्स सभी साईज में उपलब्ध	MRP. ₹ 419 & above ब्रांडेड डबल बेडशीट विथ पिलो कव्हर
₹388	MRP. ₹ 699 & above साड़ियाँ फैंसी आर्गेन्जा, विथ ब्लाऊज	MRP. ₹ 495 & above फैंसी फ्रॉक कुर्ती सभी साईज में उपलब्ध	MRP. ₹ 699 & above कॉटन प्रिंटेड मेन्स शर्ट	MRP. ₹ 1799 & above ब्रांडेड डबल बेडशीट विथ पिलो कव्हर
₹488	MRP. ₹ 795 & above एक्सक्लूसिव डिजिटल प्रिंट कोआर्ड सेट सभी साईज में उपलब्ध	MRP. ₹ 795 & above कुर्ती पेंट सेट ब्रांडेड लिनन फेब्रिक	MRP. ₹ 1498 & above मेन्स पेन्ट लिनन ट्रैवलर पेन्ट	MRP. ₹ 910 & above ब्रांडेड डबल बेडशीट 1 बेडशीट + 2 कुशन + 2 पिलोकव्हर 5 पीस का सेट
₹588	MRP. ₹ 1599 & above ट्रैवल ट्रॉली बैग	MRP. ₹ 1399 & above पिजन क्लिन मोप	MRP. ₹ 1499 & above मेन्स कार्गो जोगर्स पेन्ट	MRP. ₹ 779 & above ब्रांडेड मल्टीपरपस दोहड़

ऑफर स्टॉक रहने तक. *नियम व शर्तें लागू

सुमीत बाजार

सुधीर एक्सरे के सामने, सुपेला भिलाई
गुरूद्वारा रोड, दुर्ग • सुमीत जंक्शन, पुलगांव चौक, दुर्ग

हरिभूमि लाइव
रायपुर, मंगलवार 1 अप्रैल 2025
Email id- haribhoomibhilai@gmail.com
74154-69100, Message at - 9755819129

02

नारी का सम्मान समाज की श्रेष्ठा की निशानी: आचार्य नीलेश

लाइव इवेंट

एरिया मीट में फाग प्रतियोगिता चारों क्लब को मिला सम्मान

दुर्ग। लीनेस क्लब आफ दुर्ग सिटी द्वारा एरिया मीट का आयोजन किया गया। यह आयोजन डिस्ट्रिक्ट प्रेसिडेंट अनीता कपूर के निर्देश पर किया गया। एरिया ऑफिसर अनीता शुक्ला, एरिया एडवाइजर अनीता तिवारी, एरिया सचिव विभा गुप्ता, क्लब सचिव आकांक्षा मिश्रा, कोषाध्यक्ष शरद अग्रवाल के मार्गदर्शन में आयोजित एरिया मीट को शबाना नाज, वाइस डिस्ट्रिक्ट प्रेसिडेंट रश्मि अग्रवाल व पीआरओ लक्ष्मी चंद्राकार ने संबोधित किया। एरिया मीट में चार क्लब लीनेस क्लब रायपुर, लीनेस क्लब बेमेतरा, लीनेस क्लब भिलाई सेंट्रल व लीनेस क्लब दुर्ग सिटी के पदाधिकारी शामिल हुए। क्लब के अध्यक्षों ने आगामी कार्यक्रमों की जानकारी दी। इसके अलावा क्लब सचिव द्वारा सालभर तक आयोजित कार्यक्रमों से सदन को अवगत कराया। ध्वज वंदना रत्नमाला पालिया द्वारा पड़ा गया। फाग गीत कॉम्पिटिशन में चारों क्लब को पुरस्कृत किया गया। म्यूजिकल ग्लास उठाओ खेल में प्रथम सोनम चक्रवर्ती, द्वितीय मंजू चंदेल व तृतीय अनीता मालू रही। कार्यक्रम संचालन व संयोजन डिस्ट्रिक्ट एडवाइजर शबाना नाज द्वारा किया गया एवं आभार मल्टीपल सह सचिव मीनाक्षी अग्रवाल ने किया। अतिथियों का स्वागत सीमा गुप्ता व सिंधु चंदेल ने तिलक लगाकर किया। इस दौरान शानू अग्रवाल, पूर्णिमा गुप्ता, दुर्गेश नंदिनी दुबे के अलावा अन्य लीनेस सदस्य मौजूद रहे।

- लीनेस क्लब के एरिया मीट में की गई सालभर के कार्यक्रमों की समीक्षा

सिटी इवेंट

नए शैक्षणिक सत्र की प्लानिंग स्टूडेंट्स के लिए किया मंथन

भिलाई। नया शैक्षणिक सत्र 2025- 2026 प्रारंभ होने जा रहा है। हर वर्ष की तरह केएच ग्रुप ऑफ स्कूल्स की एनुअल जनरल मीटिंग हुई। चेयरमैन केके झा की उपस्थिति में नए शैक्षणिक सत्र को लेकर प्लानिंग की गई। मैनेजमेंट, टीचर्स और स्टाफ मिलकर किस तरह नए शैक्षणिक सत्र में और अच्छा रिजल्ट ला सकते हैं इस पर चर्चा हुई।इस वर्ष ज्वाइन करने वाले नए टीचर्स का स्वागत किया गया। मीटिंग की शुरुआत करते हुए प्रिंसिपल विभा झा ने पिछले शैक्षणिक सत्र के रिजल्ट को बेस्ट बताते हुए इसका पूरा श्रेय टीचर्स की मेहनत को दिया। उन्होंने टीचर्स से कहा कि संस्था के कुछ रूल एंड रेगुलेशन है उनका पालन कीजिए और अपना पूरा फोकस बच्चों की पढ़ाई पर दीजिए। ग्रुप के चेयरमैन केके झा ने कहा कि हम स्कूल को स्कूल की तरह नहीं कॉर्पोरेट की तरह चलाते हैं। टीचर्स हो, स्टाफ हो, हम उसके सुख-दुख में हमेशा खड़े रहते हैं। यह एक संस्था नहीं बल्कि एक परिवार है। यहां अपनापन है। उन्होंने टीचर्स का आव्हान किया कि सभी बच्चों में हुनर होता है उस हुनर को हमें पहचानना है। और उसे हुनर के अनुसार सही जगह पर बिठाना है। यह तभी संभव है जब हम बच्चों के प्रति, संस्था के प्रति पढ़ाई को लेकर समर्पित रहे। मीटिंग को डायरेक्ट निश्चय झा, न्यू एकेडमिक डायरेक्टर ऋचा कुमार एवं केएच वर्ल्ड स्कूल की एकेडमिक डायरेक्टर सृष्टि झा ने भी बात रखी।

राजेंद्र प्रसाद, मुक्केबाजी स्पर्धा में चयनकर्ता बने

भिलाई। बॉक्सिंग फेडरेशन ऑफ इंडिया (बीएफआई) 3 अप्रैल तक एसएआई एनबीए रोहतक, हरियाणा में अंडर-17 व अंडर -15 बालक और बालिकाओं के लिए चयन ट्रायल आयोजित कर रहा है। भिलाई इस्पात संयंत्र के उप महाप्रबंधक राजेंद्र प्रसाद, पूर्व ओलम्पियन एवं अर्जुन अवार्ड प्राप्त मुक्केबाज को भारतीय मुक्केबाजी संघ द्वारा अंडर-17 व अंडर -15 के लिए टीम के चयन करने के लिए रोहतक, हरियाणा रवाना हुए। 17 अप्रैल से 01 मई तक अम्मान, जॉर्डन में आयोजित होने वाली एशियाई अंडर-17 व अंडर -15 बालक और बालिका चैम्पियनशिप के लिए टीम का चयन इस ट्रायल के माध्यम से किया जाएगा। राजेन्द्र प्रसाद (ओलम्पियन एवं अर्जुन अवार्डी) बॉक्सिंग फेडरेशन ऑफ इंडिया के चयन समिति सदस्य भी हैं। वेप्रसाद बीएसपी के शिक्षा विभाग में उप महाप्रबंधक हैं।

● दुर्ग और भिलाई में ईदगाह मैदान, मस्जिदों में मुस्लिम समाज ने दिया भाईचारे का संदेश

शहर की मस्जिदों में अदा की गई नमाजे ईद उल फितर, अमन के लिए दुआओं में उठे हाथ, गले मिलकर दी मुबारकबाद

भिलाई-दुर्ग। ईद उल फितर पर शहर में खूब रौनक रही। सोमवार की सुबह ईद की नमाज से लेकर रात तक मुबारकबाद का सिलसिला जारी रहा। शहर की अलग-अलग मस्जिदों और ईदगाहों में ईद की नमाज अदा की गई। जामा मस्जिद सेक्टर-6 में हाफिज इकबाल अंजुम हैदर की इमामत में हजारों लोगों ने नमाज अदा की। नमाज के बाद इमाम ने खुत्बा पढ़ा। वहीं भिलाई नगर मस्जिद ट्रस्ट की ओर से सालाना रिपोर्ट सदर मिर्जा आसिम बेग ने पेश की। जिसमें उन्होंने मस्जिद में चल रहे तामीरी काम का ब्यौरा दिया। सदर मिर्जा आसिम बेग ने अपनी सालाना रिपोर्ट में बताया कि वजू खाना नए ढंग से बनाया जाएगा और मस्जिद के सामने का हिस्सा की दीवारों पर सौंदर्यीकरण का काम इंटीरियर डिजाइनर समीना फारूकी और आर्किटेक्ट इंजीनियर फखर फारुकी की निगरानी में होगा। इधर दुर्ग की जवाहर नगर, केलाबाड़ी मस्जिद, तकियापारा ईदगाह मैदान सहित अन्य जगहों पर नमाज अदा की गई।

भिलाई में मीनार और गुंबद के सौंदर्यीकरण व जीर्णोद्धार का काम मशहूर आर्किटेक्ट हाजी एमएच सिद्दीकी की देखरेख में पूरा हुआ है। ईद की नमाज के बाद दुआएं की गई। जिसमें मुल्क में अमन व सलामती के लिए दुआओं पर हजारों हाथ उठे। ईदगाह में पहुंचे कई प्रमुख लोगों ने मुस्लिम समुदाय के लोगों से गले मिलकर ईद की मुबारकबाद पेश की। जामा मस्जिद सेक्टर-6 के ईदगाह मैदान के अलावा शहर के अन्य ईदगाहों व मस्जिदों में भी ईद की नमाज अदा की गई। इनमें ईदगाह फरीद नगर, ईदगाह रिसाली, गौसिया मस्जिद कैम्प-1, अशरफी मस्जिद खुर्सीपार, मदनी मस्जिद जोन 1/2 खुर्सीपार,रजा जामा मस्जिद कैंप 2, शेरे खुदा मस्जिद हाउसिंग बोर्ड ईदगाह मैदान, अशरफी मस्जिद रूआबांधा,मरकजी मस्जिद पावर हाउस कैंप-2, मदनी मस्जिद फरीद नगर, मरकज सुपेला मस्जिद नूर और जामा मस्जिद हुडको सहित जामुल, चरोदा, भिलाई-तीन व कुम्हारी सहित आसपास की मस्जिदों में भी ईद की नमाज अदा की गई। हाउसिंग बोर्ड ईदगाह मैदान में जामुल थाना प्रभारी कपिलदेव पांडेय व अन्य पुलिस कर्मियों का मस्जिद शेरे खुदा कमेटी की ओर से इस्तकबाल किया गया।

मस्जिद कमेटी ने फूलों से किया इस्तकबाल और सेवईयों से कराया मुंह मीठा

ईद उल फितर के मौके पर जामा मस्जिद सेक्टर-6 में मुबारकबाद देने आए मेहमानों का भिलाई नगर मस्जिद ट्रस्ट की ओर से सेवइयों के साथ मुंह मीठा कराया गया। जनप्रतिनिधियों के साथ जिला व पुलिस प्रशासन के लोगों का कमेटी ने गुलपोशी से इस्तकबाल किया। इस बार ईद की मुबारकबाद देने मस्जिद पहुंचे प्रमुख लोगों में विधायक देवेंद्र यादव, पूर्व राज्य मंत्री बदरुद्दीन कुरैशी, मुकेश चंद्राकर, वीरेंद्र साहू, पूर्व अध्यक्ष दुर्ग जिला भारतीय जनता पार्टी दुर्ग , वरिष्ठ कांग्रेस नेता इरफान खान ,पुलिस प्रशासन से अतिरिक्त पुलिस अधीक्षक सुखनंदन राठौर, सीएसपी सत्य प्रकाश तिवारी, राजेश साहू टीआई भट्टी थाना, सिख समाज के हरमीत सिंह होरा, अल्पसंख्यक कांग्रेस अध्यक्ष फारुख , श्रमिक नेता आर डी कोरी, तारिक खान अल्पसंख्यक मोर्चा भाजपा ,जिला उपाध्यक्ष, जिला अध्यक्ष शमीम अहमद अल्पसंख्यक मोर्चा बीजेपी, बौद्ध समाज और जन संघर्ष मोर्चा के जी डी राउत, विजय कुमार खापर्ड़े, तरुण कुमार,गौतम,डा. नागवंशी,वी एन प्रसाद राव और सज्जाद हुसैन सहित अन्य शामिल थे।

बाकी 12 महीने भी वैसे ही आमाल रखें- मौलाना हक

मरकजी मस्जिद पावर हाउस कैंप-2 में इमाम हाफिज कासिम बस्तवी ने ईदुल फितर की नमाज अदा कराई। इसके पहले मौलाना इनामुल हक ने अवाम से खिताब फ़रमाते हुए कहा कि जिस तरह रमजान में हजरत मोहम्मद सल्लाहो अलैहि वसल्लम वाली पाकीजा जिंदगी अपनाने की कोशिश हम सबने की, ठीक वैसे ही बाकी 11 महीने भी हम अपने आमाल रखें। मस्जिद कमेटी ने नमाज के दौरान ड्यूटी कर रहे पुलिस कर्मियों को सेवई खिलाकर पुष्प भेंट कर उनकी सेवाओं के सम्मान किया। इस दौरान लोगों ने आपस में मिलकर गले मिलकर ईद की बधाई दी। इस मौके पर सदर मोहम्मद असलम,नायब सदर हाजी इमामुद्दीन पटेल सेक्रेटरी सैय्यद असलम नायब सेकेट्री मोहम्मद अकरम, खजांची निजामुद्दीन नायब खजांची हाफिज महफूज हाफिज कासिम बस्तवी, मौलाना मुजम्मिल, अदनान, हाफिज सईद अशरफ, हाफिज आबिद,फिरोज, युसूफ सिद्दीकी हाफिज अहमद, अब्दुल्ला असलम, ताहिर, उबैदुल्ला, सोहेल,साहिल ज़मीर, अब्दुल हई मौलाना फारूक,शाकिर बेग,अलीम, सहित पदाधिकारी मौजूद थे। मरकज सुपेला मस्जिद नूर सुपेला में मौलाना शकील ने ईदुल फितर की नमाज अदा कराने के साथ लोगों को खिताब किया। इस दौरान मुल्क के लिए कामयाबी ओर खुशहाली और सभी की बेहतर के लिए खूब दुआएं की गई।

हजरत हैदर का उर्स कल कब्रिस्तान में

जामा मस्जिद दुर्ग के ईमाम रहे हजरत अफजलुद्दीन हैदर का 46 वां उर्स मुबारक 2 अप्रैल बुधवार को सुबह कब्रिस्तान हैदरगंज में मनाया जाएगा। चांद की तारीख के मुताबिक 3 शव्वाल को होने वाले इस उर्स में हजरत हैदर के चाहने वाले बड़ी तादाद में इकट्ठा होंगे। यहां सुबह 7 बजे से कुरआन ख्वानी के साथ आयोजन शुरू होगा। उर्स में फातिहा ख्वानी होगी और हजरत हैदर की हालाते-जिंदगी पर आलिमे दीन रोशनी डालेंगे। हजरत हैदर के बेटे और जामा मस्जिद सेक्टर-6 के साबिक इमाम हाफिज अजमलुद्दीन हैदर का पिछले साल इंतकाल हुआ है और इस बार उनका यहां पहला उर्स होगा। मरहूम हाफिज हैदर के बेटे असदुद्दीन हैदर और जामा मस्जिद सेक्टर-6 के इमाम इकबाल अंजुम हैदर ने तमाम लोगों से उर्स में शिरकत की अपील की है।

32वीं सबजूनियर राष्ट्रीय और 22वीं फेडरेशन कप थ्रोबाल स्पर्धा का आयोजन

थ्रो बॉल में हरियाणी की पुरुष और महिला टीम ने जीता फाइनल मुकाबला, सांसद विजय ने कहा-कड़ी मेहनत ही जीत का मूलमंत्र

कार्नर न्यूज

भिलाई। 32वी सब जूनियर राष्ट्रीय एवं 22 वी फेडरेशन कप थ्रोबाल प्रतियोगिता का समापन गुरु नानक इंग्लिश सीनियर सेकंडरी स्कूल के प्रांगण में हुआ। समापन समारोह में मुख्य अतिथि सांसद विजय बघेल थे। उन्होंने कहा कि कड़ी मेहनत ही जीत का मूलमंत्र है। अध्यक्षता राम जन्मोत्सव समिति यूथ विंग के जिला अध्यक्ष मनीष पांडे ने की। विशिष्ट अतिथि के रूप में स्वीटी कौशिक जिलाध्यक्ष भाजपा महिला मोर्चा, तुलसी साहू महामंत्री भाजपा युवा मोर्चा अन्य पिछड़ा वर्ग, रमन साहनी अध्यक्ष भारतीय थ्रोबाल संघ, गौतम सिंह सचिव भारतीय थ्रोबाल संघ, पलविंदर सिंह उपाध्यक्ष छत्तीसगढ़ सिख पंचायत, गुरमीत सिंह उपाध्यक्ष छत्तीसगढ़ सिख पंचायत, गुरनाम सिंह सचिव छत्तीसगढ़ सिख पंचायत, बलजिंदर सिंह कलेर प्रधान गुरुनानक नगर गुरुद्वारा थे।

भविष्य में दुर्ग-भिलाई में बड़े आयोजन की तैयारी

वहीं बालक वर्ग में हरियाणा के मनीष प्लेयर ऑफ द टूर्नामेंट रहे। भारतीय थ्रोबाल संघ के अध्यक्ष रमन साहनी ने भविष्य में उच्च स्तरीय प्रतियोगिताओं का आयोजन किए जाने की घोषणा की। भारतीय थ्रोबाल संघ के सचिव गौतम सिंह जी ने प्रतियोगिता में सभी राज्यों से आए खिलाड़ी, कोच, मैनेजर्स, राज्यों के प्रतिनिधि एवं निर्णायकों को प्रतियोगिता में भाग लेने हेतु धन्यवाद ज्ञापन दिया। छत्तीसगढ़ प्रदेश थ्रोबाल संघ के सचिव पी. कामराजू ने आगामी वर्ष के सीनियर राष्ट्रीय थ्रोबाल प्रतियोगिता का आयोजन छत्तीसगढ़ में किए जाने हेतु भारतीय थ्रोबाल संघ को आवेदन किया। सभी अतिथियों ने विजेता खिलाड़ियों को ट्रॉफी एवं पुरस्कार वितरित किया। फेडरेशन कप थ्रोबाल प्रतियोगिता सीनियर पुरुष वर्ग में हरियाणा की टीम ने फाइनल मुकाबले में पंजाब की टीम को शिकस्त देकर प्रथम स्थान हासिल किया। सीनियर महिला वर्ग में भी हरियाणा ने कर्नाटक को फाइनल मुकाबले में हराकर प्रथम स्थान प्राप्त किया।

छग की पुरुष और महिला टीम को तीसरे स्थान पर करना पड़ा संतोष

छत्तीसगढ़ की सीनियर पुरुष एवं महिलाओं की टीम तीसरे स्थान पर रही। सब जूनियर बालक वर्ग में भी हरियाणा ने महाराष्ट्र की टीम को पराजीत कर प्रथम स्थान हासिल किया। सब जूनियर बालिका वर्ग में कर्नाटक ने झारखंड को तीन सीटों के कड़े मुकाबले में परास्त कर प्रथम स्थान प्राप्त किया। बालक वर्ग में कर्नाटक एवं उत्तर प्रदेश तीसरे स्थान पर रही वही बालिका वर्ग में मुंबई और हरियाणा की टीम तीसरे स्थान पर रही। सीनियर पुरुष वर्ग में हरियाणा के राजपाल प्लेयर ऑफ द टूर्नामेंट रहे। वहीं सीनियर महिला वर्ग में कर्नाटक की सुषमा प्लेयर ऑफ द टूर्नामेंट बनी। सब जूनियर बालिका वर्ग में झारखंड की प्रमिला प्लेयर ऑफ द टूर्नामेंट बनी।

सिटी इवेंट

नारी का सम्मान समाज की श्रेष्ठता की निशानी : आचार्य नीलेश

भिलाई। देवांगन जन कल्याण समिति भिलाई द्वारा परमेश्वरी मंदिर प्रगति नगर रिसाली में चल रहे श्रीमद् देवी भागवत पुराण कथा के दूसरे दिन सोमवार को कथा व्यास आचार्य डॉ. नीलेश शर्मा ने माता भगवती की आराधना, नवरात्रि पूजन विधान, श्रीराम चरित कथा एवं माता शैलपुत्री की कथा सुनाई। इस संगीतमय कथा में प्रतिदिन श्रद्धालुओं की भीड़ उमड़ रही है। कथा के आरंभ में मुख्य यजमान देवांगन जन कल्याण समिति के अध्यक्ष घनश्याम कुमार देवांगन एवं उनकी पत्नी सुमन देवांगन तथा अन्य पदाधिकारियों ने माता परमेश्वरी की पूजा अर्चना की तथा कथा व्यास आचार्य डॉ. नीलेश शर्मा महाराज एवं पारायणकर्ता पंडितों का पुष्टाहार से सम्मान किया। कथा के बीच बीच में उनकी संगीत टीम ने आकर्षक भजन-कीर्तन प्रस्तुत कर समां बांधा। आचार्य नीलेश ने कहा कि जिस परिवार एवं समाज में नारी का सम्मान होता है वह हर तरह से श्रेष्ठ रहता है। भविष्य को उज्जवल बनाने के लिए बच्चों और युवाओं को अच्छा संस्कार दें। आचार्य ने कथा में बताया कि भागवत पुराण में खुद सूतजी ने कहा है कि नवरात्रि में इस पुराण का श्रवण करना बड़ा पुण्य है। वे कहते हैं कि श्रीमद् देवी भागवत अत्यंत पवित्र एवं प्रसिद्ध पुराण है। देवी भगवती को परमेश्वरी, दुर्गा आदि अनेक नाम से जाना जाता है। माता भगवती परमेश्वरी ही सृष्टि की उत्पत्ति कर्ता एवं जगत जननी है। वही परम ब्रह्म है। शरीर और आत्मा को ईश्वर भक्ति में लगा देना ही पुण्य है। उन्होंने बेटियों के महत्व को बताते हुए कहा कि एक बेटी दस पुत्रों के बराबर होती है।

■ परमेश्वरी मंदिर प्रगति नगर रिसाली में देवी भागवत कथा के दूसरे दिन श्रद्धालुओं की भीड़ उमड़ी

● झूलेलाल जयंती पर दुर्ग-भिलाई में अलग-अलग कार्यक्रम, अन्य समाजों ने भी निभाई सहभागिता

झूलेलाल जंयती पर छेज नृत्य में थिरकीं महिलाएं, दुर्ग में नगर भ्रमण को निकली शोभायात्रा, जगह-जगह स्वागत

भिलाई। दुर्ग-भिलाई में भगवान झूलेलाल की जयंती पर पांच दिवसीय कार्यक्रमों का आयोजन किया गया। इस दौरान भजनों में सिंध का प्रसिद्ध छेज नृत्य प्रस्तुत किया गया, जिसमें महिलाएं थिरकते नजर आईं।झूलेलाल जयंती महोत्सव को लेकर हर दिन प्रभातफेरी निकाली गई। राष्ट्रध्वज के सफेद रंग के प्रतीक द्वारा समाज में शांति, एकता, भाईचारा, सौहार्दपूर्ण वातावरण से भ्रूण हत्या रोकने और बेटी बचाओ बेटी पढ़ाओ का संदेश दिया गया। भजन कीर्तन से इष्ट देव झूलेलाल व अमर शहीद संत कंवर राम के भजन गाकर प्रभातफेरी निकाली। हर दिन राष्ट्र अलग-अलग रंगों के प्रतीक और संदेशों को लेकर लोगों को जागरूक किया। साईं झूलेलाल धाम हाउसिंग बोर्ड में आरती अरदास एवं पल्लव और अखो पायण आदि विधि विधानों से पूजा अर्चना की गई। दुर्ग में सिंधी कॉलोनी स्थित शदाणी दरबार में अन्य कार्यक्रम आयोजित किए गए। प्रभातफेरी के समापन अवसर पर समाज के अध्यक्ष डॉ. धर्मेंद्र कृष्णानी ने समाज के सदस्यों को सामाजिक एकजुटता की शपथ दिलाई। समापन दिवस पर घर में स्थापित मूर्तियों का संदेशप्रद तरीक़े से बैकुंठधाम तालाब में विसर्जन किया गया। प्रभातफेरी के दौरान कार व बाइक रैली, रात में हुए विभिन्न सामाजिक एवं सांस्कृतिक विरासत को सहेजने के संदेशप्रद सांस्कृतिक कार्यक्रम, सभी प्रतिभागियों को समिति द्वारा किया गया। आयोजित कार्यक्रम में समाज के प्रतिभावान सम्मानित किए गए।

सांस्कृतिक कार्यक्रमों का आयोजन, प्रतिभावान हुए सम्मानित

इस अवसर पर सांस्कृतिक कार्यक्रमों का आयोजन किया गया। उद्घोषक हरीश लालवानी ने मंच संचालन किया। विभिन्न प्रतियोगिताओं के विजेताओं को कार्यक्रम की मुख्य अतिथि विधायक रिकेश सेन जी के निज सहायक संतोष मिश्रा ने सम्मानित किया। विशेष अतिथि वरिष्ठ पत्रकार जितेंद्र शर्मा थे। रंगोली में अंजली रोहरा, जूनियर नृत्य में आयुषी प्रेमचंदानी, सीनियर डांस में कंचन वीरवानी एंड ग्रुप, जूनियर गीत में देवांशी चंदानी, भजन गायन में कमला भगत व ग्रुप को पुरस्कृत किया गया। समाज के लिये सेवा समर्पण द्वारा विशेष सहयोग देकर गुम्बद निर्माण हेतु 11000 नगद सहयोग देने के लिए कांग्रेसी नेता आशा आहूजा व उनके पुत्र पंकज आहूजा एवं व्यापारी मल लालवानी को विशेष रूप से सम्मानित किया गया। कार्यक्रम में आदर्श सिन्ध ब्रादर मण्डल के अध्यक्ष डॉ. धर्मेंद्र कृष्णानी एवं उनकी समिति व साईं झूलेलाल धाम महिला मण्डली की अध्यक्ष लक्ष्मी नागदेव सहित अन्य मौजूद थे।

भगवान झूलेलाल की शोभायात्रा में उमड़ा समाज

दुर्ग। वरुणदेव भगवान झूलेलाल की जयंती रविवार को सिंधी समाज द्वारा पूरे श्रद्धा व उत्साह के साथ मनाई गई। इस अवसर पर सिंधी कालोनी स्थित झूलेलाल मंदिर में सुबह से ही भगवान झूलेलाल जी और बाराणा - साहेब के दर्शन के लिए सिंधी समाज के अलावा अन्य समाज के लोगों का तांता लगा रहा है। लोगों ने यहां भगवान झूलेलाल के भजनों पर नाच-गाकर अपनी आस्था प्रगट की। जनप्रतिनिधि भी दर्शन के लिए झूलेलाल मंदिर पहुंचे। उन्होंने दर्शनकर भगवान झूलेलाल से शहर की सुख समृद्धि एवं खुशियाली के लिए कामना की। इस अवसर पर शदाणी युवा मंडल द्वारा सिंधी कालोनी स्टेशन रोड में प्रसाद एवं शर्बत का वितरण किया गया। प्रसाद एवं शर्बत ग्रहण करने यहां लोगों की बड़ी संख्या में भीड़ जुटी। प्रसादी व शर्बत वितरण में शदाणी युवा मंडल के अध्यक्ष राजू पाहूजा, अमर बख्तियार, दर्शन किंगरानी, मुकेश मोहनानी, रवि शादीजा, विक्रम अंदानी, जितेन्द्र बत्रा, दिलीप अंदानी,सोना मोहनानी,सर्वानंद पंजवानी, अनिल बदानी, नानक मेघवानी, रोशन गणेशानी, नरेश हितलानी, हीरा जसवानी, अजीत खत्री, मनीष मंगलानी, राम रत्नानी एवं अन्य सदस्यों ने सेवा दी। वहीं पुज्य सिंधी जनरल पंचायत और सिंधुड़ी सेवा समिति ने सिंधी धर्मशाला में भंडारा का आयोजन किया। जहां सिंधी समाज के अलावा अन्य समाजों के लोगों ने महाप्रसादी ग्रहण कर पुण्य लाभ प्राप्त किया। महाप्रसाद वितरण के दौरान पूज्य सिंधी जनरल पंचायत, सिंधुड़ी सेवा समिति के पदाधिकारी व्यवस्था बनाने में जुटे रहे। सिंधी समाज द्वारा शाम को बाराणा साहेब की भव्य शोभायात्रा निकाली गई। यह शोभायात्रा गाजे-बाजे के साथ सिंधी कालोनी से प्रारंभ होकर पोलसायपारा, इंदिरा मार्केट, पुराना बस स्टैण्ड पहुंची। वहां से यह शोभायात्रा शिवनाथ नदी घाट के लिए रवाना हुई।

धर्म लाइव

हिंदू नवर्ष पर निकाली बाइक रैली, महिलाएं हुईं शामिल

दुर्ग। प्रत्येक वर्ष की तरह इस वर्ष भी हिन्दू नव वर्ष के अवसर पर हिन्दू युवा मंच की महिला इकाई आदिशक्ति द्वारा भव्य मोटरसाइकिल रैली का आयोजन किया गया। यह आयोजन संगठन प्रमुख गोविन्द राज नायडू के मार्गदर्शन, अध्यक्ष श्रीकुमार नायर के नेतृत्व और संगठन महामंत्री राजेश शर्मा की अनुमति से सम्पन्न हुआ। रैली का शुभारंभ शहीद चौक दुर्ग में पार्षद अरुण सिंह द्वारा आदिशक्ति कार्यकर्ताओं की आरती कर किया गया। रैली के दौरान ढोल-नगाड़ों और डीजे की ध्वनि के बीच नगर का भ्रमण किया गया और अंत में माँ चंडी मंदिर में माताजी की महाआरती के साथ यह कार्यक्रम समापन हुआ। संगठन प्रमुख गोविन्द राज नायडू ने रैली के उद्देश्य पर प्रकाश डालते हुए कहा कि महिला सशक्तिकरण का मतलब केवल अधिकार देना नहीं, बल्कि महिलाओं को उनकी शक्ति का एहसास कराना है। आज के समाज में हमें यह सुनिश्चित करना है कि हमारी महिलाएं आत्मनिर्भर हों और अपनी रक्षा खुद कर सकें। उन्होंने यह भी कहा कि प्राचीन भारत में महिलाओं का सम्मान अत्यधिक था और वेदों का ज्ञान भी महिलाओं के पास था। वैदिक युग में महिलाएं सम्मानित स्थान पर थीं और उनका शिक्षा में भी महत्वपूर्ण योगदान था। सांसद विजय बघेल की धर्मपत्नी रजनी बघेल भी आयोजन में शामिल हुईं। उनके अलावा पूनम पैदुमकर, बसंती साहू, रजनी मिश्रा, भाविका देवांगन, सृष्टि देवकर, आभा मूर्ति, दीप्ति देवांगन, कृष्णा, रुचि गुप्ता, अनीता श्रीवास्तव, नीलिमा श्रीवास्तव, सीता साहू, दिलिमा मजूमदार सहित अन्य मौजूद थे।

दिल्ली में मिला सम्मान

पारंपरिक व्यवसाय से जुड़कर 300 महिलाएं कर रही खुद का कारोबार

दुर्ग। अखिल भारतवर्षीय यादव महासभा का राष्ट्रीय अधिवेशन और महिला सम्मान समारोह नोएडा दिल्ली में आयोजित किया गया। आयोजन में दुर्ग जिला यादव समाज की महिलाएं भी शामिल हुईं। आयोजन में भारत वर्ष के अलग-अलग राज्यों से बड़ी संख्या में महिलाओं ने भाग लिया। इस अवसर पर 10 वर्षों से महिला सशक्तिकरण के लिए काम करने वाली करुणा यादव को सम्मानित किया गया। करुणा गोपिका दुग्ध उत्पादक सहकारी समिति और कृष्णा भगवान मंदिर अहीर समाज रायपुरा ट्रस्ट की अध्यक्ष हैं। उन्होंने समाज की महिलाओं को पारंपरिक व्यवसाय दुग्ध उत्पादक के लिए प्रेरित किया। 2012 मे पूर्व मंत्री हेमचंद यादव के संरक्षण में गोपिका दुग्ध उत्पादक सहकारी समिति मर्यादित का गठन किया गया। इसके बाद समिति महिलाओं के उत्थान के लिए काम कर रही है। पूर्व मुख्यमंत्री डॉ. रमन सिंह सिंह के कार्यकाल में 50% की सब्सिडी पर समिति को 12 लाख रुपए दिलाया था। वर्तमान में ठेठवार पारा वार्ड 6 में गोपिका भवन निर्माण किया गया है। आज गोपिका दुग्ध संघ में लगभग सर्व समाज 300 महिलाओं ने शेयर होल्डर हैं। सर्व समाज की महिला इस सहकारी समिति से जुड़ सकती हैं। इसके अलावा यादव महिलाओं को सामाजिक, शैक्षणिक आर्थिक, रूप से सुदृढ़ करने के लिए कृष्ण भगवान मंदिर अहीर समाज रायपुरा ट्रस्ट का गठन कर संचालित किया जा रहा है। इस कार्य के लिए महिला समूह को सम्मानि किया गया। आयोजित कार्यक्रम में राष्ट्रीय अध्यक्ष मंजू यादव, स्वपन घोष, संयोजक दिनेश यादव, प्रदीप (बोहरा) यादव, युवा प्रकोष्ठ अध्यक्ष मिथलेश यादव, गहिरा गुरु राजेश यादव, माधूरी यादव, निधि सूरज यादव, रितका यादव, रितु यादव, जया यादव आदि मौजूद थे। कार्यक्रम में दिल्ली, उत्तर प्रदेश, बिहार, गुजरात, महाराष्ट्र, गोवा, झारखंड, उड़ीसा, तेलांगना, पंजाब, हरियाणा, छत्तीसगढ़ , तमिलनाडु से बड़ी संख्या में महिलाएं शामिल हुईं।

भारतवर्षीय यादव महासभा के राष्ट्रीय अधिवेशन में दुर्ग का महिला समूह सम्मानित

साजा राउत देवालय में मनाया हिन्दू नववर्ष

हिन्दू नववर्ष उत्सव समिति ने निकाली कलश यात्रा, राम के जयकारे से गूंजा जेवरा

भिलाई । हिंदू नववर्ष उत्सव समिति जेवरा व ननकठी प्रखंड के तत्वावधान मे लगातार चौथे साल साजा राउत देवालय परिसर मे भव्य हिंदू नववर्ष मनाया गया। इस आयोजन में 300 सौ भव्य कलशों की यात्रा निकली। राम दरबार की झांकियों ने गाजेबाजे के बीच नगर भ्रमण किया। साजा राउत परिसर से मुख्य मार्ग धमधा रोड से होते हुए जेवरा व सिरसा महावीर मंदिर से पूजा अर्चना कर वापस देवालय में शोभायात्रा समाप्त हुई। लौटने के बाद सामूहिक रूप से राम लला की आरती हुई। सरस्वती शिशु मंदिर जेवरा सिरसा के बच्चों ने सांस्कृत प्रोग्राम की प्रस्तुति दी। इसके बाद खिचड़ी के रूप मे प्रसाद का वितरण किया गया।

गुंडिचा मंडप में बनेगा डोमशेड, रथयात्रा के समय भगवान जगन्नाथ होंगे विराजमान, सांसद विजय बघेल ने किया भूमिपूजन

भिलाई। ट्विनसिटी सेक्टर 6 मार्केट स्थित गुंडिचा मंडप में सोमवार की दोपहर 12:30 बजे डोमशेड निर्माण का भूमिपूजन हुआ। उत्कल संस्कृत परिषद द्वारा आयोजित कार्यक्रम में सांसद विजय बघेल प्रमुख रूप से शामिल हुए। पूजा अर्चना के साथ कार्य का भूमिपूजन किया गया। पंडित तुषारकांत महापात्र ने सारी प्रक्रिया संपन्न कराई। उत्कल सांस्कृतिक परिषद को उम्मीद है कि इस वर्ष गुंडिचा मंडप के नए डोम में जगन्नाथ भगवान रथयात्रा के समय गुंडिचा मंडप में विराजमान होंगे। भूमिपूजन में अध्यक्ष दिलीप मोहंती, पूर्व अध्यक्ष ललित कुमार पाणिग्रही, सचिव अरुण पांडा, पूर्व सचिव गजेंद्र पांडा, उपाध्यक्ष शरद विशाल, रविंद्र साहू, जितेंद्र, सन्यास साहू, प्रशांत, श्यामल, शशि भूषण मोहंती, कुलमनी नायक आदि मौजूद थे।

लाइव इवेंट

एससी-एसटी एम्पलाइज एसो. ने सेवानिवृत्त श्रमवीरों को किया सम्मानित

भिलाई। कोक ओवन एवं कोल केमिकल विभाग के अनुसूचित जाति एवं जनजाति के श्रमवीरों का मार्च 2025 में सेवानिवृत्ति होने पर सम्मान समारोह का आयोजन मरोदा सेक्टर में एसोसिएशन के अध्यक्ष एवं सेल एससी एसटी फेडरेशन नई दिल्ली के उपाध्यक्ष कोमल प्रसाद की अध्यक्षता में किया गया। एससी-एसटी एम्पलाइज एसोसिएशन पंजीयन 6976 के महासचिव विजय कुमार रात्रे ने जानकारी देते हुए बताया कि कार्यक्रम की शुरुआत में सभी पदाधिकारी एवं सदस्यों ने बाबा साहब अंबेडकर के छायाचित्र पर पुष्पांजलि अर्पित की। इस अवसर पर कोमल प्रसाद ने कहा कि हमारा एसोसिएशन 2005 से लेकर 2025 तक में 20 वर्ष का हो गया है। इन 20 वर्षों में कई समस्याओं का सामना करते आए हैं। आप लोगों ने अपने जीवन के 60 बसंत संयंत्र की सेवा करते हुए बिताये हैं और तन मन धन से सेवानिवृत्त हो रहे हैं। इस अवसर पर कोक ओवन एवं कोल केमिकल विभाग के अनुसूचित जाति एवं जनजाति के दयाराम धुर्वे, ओमप्रकाश, लीलाधर मंडावी, राजू लाल का शॉल, श्रीफल, एसोसिएशन की पत्रिका नया सवेरा और यादगार शुभकामनाएं पत्रक भेंट कर सम्मान किया गया। एसोसिएशन के नवगठित उप समितियों में कोक ओवन जोन के जोनल अध्यक्ष हेमंत कुमार भुआर्य, जोनल सचिव सेवक राम जांगड़े, जोनल कोषाध्यक्ष लेखराम घरेंद्र, ओ एच पी- A के जोनल अध्यक्ष जय किशोर ब्रम्हे, जोनल सचिव संजय गलपांडे आदि उपस्थित थे।

साइंस कॉलेज में युवा सम्मेलन का आयोजन, संसदीय साक्षरता पर भी चर्चा

विपक्ष में आलोचक नहीं समालोचक होना चाहिए हर व्यक्ति को संसदीय ज्ञान आवश्यक: बघेल

कार्नर न्यूज

दुर्ग। साइंस कॉलेज में युवा सम्मेलन का आयोजन किया गया। इस आयोजन में संसदीय साक्षरता पर खुलकर विचार रखे गए। कार्यक्रम में सांसद विजय बघेल प्रमुख रूप से शामिल हुए। उन्होंने कहा कि विपक्ष को आलोचक नहीं समालोचक होना चाहिए। संसदीय साक्षरता हम सबका नैतिक दायित्व है भारत के प्रत्येक नागरिक को संसदीय कार्यप्रणाली का ज्ञान होना आवश्यकता है। विशेषकर हमारे देश के युवाओं को जबतक संसदीय कार्यप्रणाली का ज्ञान नहीं होगा, वे स्वस्थ राजनीति की ओर प्रेरित नहीं होगें। राजनीतिशास्त्र विभाग द्वारा भारत सरकार के संसदीय कार्य मंत्रालय के निर्देशानुसार आयोजित 17वीं युवा संसद प्रतियोगिता में मुख्य अतिथि के रूप में सांसद बघेल मौजूद थे।

प्रतियोगिता में स्टूडेंट्स और टीचर्स ने खुलकर रखे विचार

इससे पूर्व अपने स्वागत भाषण में महाविद्यालय के प्राचार्य डा. अजय कुमार सिंह ने सभी अतिथियों एवं प्रतिभागियों का स्वागत करते हुये कहा कि युवा संसद प्रतियोगित्ता के माध्यम से प्रतिभागियों के साथ-साथ प्राध्यापकों भी संसदीय कार्य प्रणाली जैसे प्रश्न पूछना, उत्तर देना, प्रश्नकाल, शून्य काल, स्थगन प्रस्ताव, आसंदी की ओर सबोधन करते हुये अपना वक्तव्य देना जैसे गतिविधियों की ज्ञानवर्धक एवं रोचक जानकारी मिलती है। प्रतियोगिता के प्रारंभ समन्वयक एवं राजनीतिशास्त्र विभाग के विभागाध्यक्ष डॉ. भाकिल हुसैन ने युवा संसद प्रतियोगिता के विशय में प्रकाश डालते हुये बताया कि वर्तमान में इस प्रतियोगिता में कुल 55 प्रतिभागी हिस्सा ले रहे है। सन 2019 में प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी द्वारा इस युवा संसद प्रतियोगिता का एक आन्दोलन का स्वरूप देते हुए प्रत्येक स्तर पर इसका आयोजन किया जा रहा है।रविन्द्र नाथ टैगोर सभागार मे बड़ी संख्या में उपस्थित प्रतिभगी विद्यार्थियों तथा प्राध्यापकों को संबोधित करते हुये सांसद विजय बघेल ने आयोजन की प्रशंसा करते हुए कहा कि हम सब में हर प्रक्रिया के संपादन का नियम निर्धारित है। प्रधानमंत्री से लेकर संसद सदस्यों तक प्रत्येक को इस प्रक्रिया का पालन करना आवश्यक है। इसी उद्देश्य को लेकर पूरे देश में ये कार्यक्रम आयोजित किये जा रहे हैं। बघेल ने जल संरक्षण के उपाय पर भी जोर दिया।

चयनित प्रतिभागी दिल्ली में आयोजित युवा संसद में होंगे शामिल

डॉ. शकील हुसैन के अनुसार वर्तमान शिक्षण सत्र में संसदीय कार्य मंत्रालय द्वारा 52 भौक्षणिक संस्थानों को पूरे देश में इस प्रतियोगिता के आयोजन का दायित्व सौपा गया है। सांइस कॉलेज दुर्ग इसमें आठवे समूह में है। प्रतियोगिता के नियमों के अनुसार निर्णायक के रूप में वर्तमान सांसद विजय बघेल संसदीय कार्य मंत्रालय द्वारा नियुक्त समन्वयक प्रोफेसर राजेन्द्र मेहता तथा विषय विशेषज्ञ के रूप में डॉ. वेबी नंदा मेश्राम शामिल थी। डॉ. शकील हुसैन ने बताया कि हमारे 08 समूह से कोई एक प्रतिभागी चयनित होकर दिल्ली में आयोजित होने वाले युवा संसद प्रतियोगिता में हिस्सा लेगा। इसके अलावा प्रतियोगिता के 06 उत्कृष्ट प्रतिभागियों के नाम भारत सरकार के संसदीय कार्य मंत्रालय को भेजे जायेगे जहां से उन्हें उत्कृष्टता प्रमाण पत्र प्रदान किया जायेगा। आयोजन में डॉ. एसएन झा. डॉ. अभिनेष सुराना, डॉ. जीएस ठाकुर, डॉ. प्रशांत श्रीवास्तव, डॉ. एसडी देशमुख, डॉ. अजय पिल्लई, डॉ. सनत साहू, डॉ. प्रशांत दुबे मौजूद थे।

ज्योतिष

अनामिका उंगली देती है धन और सफलता के संकेत

हस्तरेखा शास्त्र एक प्राचीन विधा है, जिसके माध्यम से शरीर की बनावट और हाथ की रेखाओं का अध्ययन कर व्यक्ति के भविष्य और स्वभाव से संबंधित जानकारी प्राप्त की जाती है, जिस तरह हस्तरेखा विज्ञान में हथेली की रेखाओं का अध्ययन किया जाता है, उसी प्रकार उंगलियों की बनावट और उनकी विशेषताओं से भी कई अहम बातें जानी जा सकती हैं। हस्तरेखा शास्त्र के अनुसार हाथ की तीसरी उंगली, जिसे अनामिका या रिंग फिंगर कहा जाता है, व्यक्ति के स्वभाव, कॅरियर और आर्थिक स्थिति को दर्शाती है। यह उंगली कई अहम पहलुओं के बारे में बताती है। आइए विस्तार से जानते हैं कि अनामिका उंगली का आकार और उस पर बनी रेखाएं क्या संकेत देती हैं।

अनामिका उंगली पर सीधी रेखा : यदि आपकी अनामिका उंगली पर एक सीधी खड़ी रेखा हो, जो पहले पर्व तक पहुंचती हो, तो इसे भाग्यशाली संकेत माना जाता है। ऐसे व्यक्ति आर्थिक रूप से संपन्न होते हैं और जीवन में धन-धान्य प्राप्त करते हैं। अगर किसी व्यक्ति की अनामिका उंगली के आधार पर कुछ सीधी खड़ी रेखाएं हों, तो यह इस बात का संकेत है कि वह अपने जीवन में सुख-सुविधाओं से परिपूर्ण रहेगा। वहीं यदि ये रेखाएं पहले पर्व से आगे बढ़कर उंगली के जोड़ तक पहुंचती हैं, तो ऐसा व्यक्ति अपनी वाणी से दूसरों को प्रभावित करने की क्षमता रखता है।

उंगली का लंबा होना : यदि किसी की अनामिका उंगली तर्जनी उंगली (इंडेक्स फिंगर) से लंबी है, तो यह इस बात को दर्शाता है कि व्यक्ति आत्मसम्मान से भरपूर होता है। साथ ही ऐसे व्यक्ति अपने जीवनसाथी की ओर विशेष आकर्षण रखते हैं और उनके प्रति समर्पित रहते हैं। यदि किसी व्यक्ति की अनामिका और तर्जनी उंगली समान लंबाई की होती है, तो यह इस बात का संकेत देता है कि वह अपनी स्वतंत्रता को अत्यधिक महत्व देता है। ऐसे लोग न तो दूसरों के मामलों में हस्तक्षेप करना पसंद करते हैं और न ही अपने निजी जीवन में किसी की दखलंदाजी स्वीकार करते हैं।

इस सप्ताह वृषभ समेत इन तीन राशि वालों पर बरसेगी मां दुर्गा की कृपा, हर क्षेत्र में होगा लाभ

31 मार्च से नए सप्ताह की शुरुआत हो चुकी है, जो 6 अप्रैल तक रहने वाला है। ये पूरा हफ्ता मां दुर्गा की पूजा-अर्चना को समर्पित है। इस दौरान देवी के पूरे नौ स्वरूपों की उपासना के साथ-साथ भजन-कीर्तन, जागरण व उपवास किया जाएगा। वहीं, ज्योतिषियों के अनुसार इस सप्ताह बुध और शुक्र की मीन राशि में युति से विशेष रूप से प्रभावित होगा। ऐसे में यह सप्ताह इन चार राशि वालों के लिए बेहद लकी साबित होगा। इन जातकों को देवी दुर्गा की विशेष कृपा भी प्राप्त होगी, जिसके प्रभाव से इन्हें नौकरी, व्यापार, सेहत और करियर में लाभ मिल सकता है।

वृषभ : यह सप्ताह वृषभ राशि वालों के लिए बेहद खास है। आपको लाभ की योजनाओं से जुड़ने का अवसर प्राप्त हो सकता है। यदि पूर्व में कोई निवेश किया था, तो इस सप्ताह उसमें मनचाहा लाभ प्राप्त होगा। परीक्षा-प्रतियोगिता की तैयारी में जुटे छात्रों को किसी शुभ समाचार की प्राप्ति होगी। सेहत और संबंध को लेकर विशेष चल रही दिक्कतें अब दूर होंगी। प्रेम संबंध को मधुर बनाए रखने के लिए साथी किसी ट्रिप का प्लान करेंगे। अपनी भावनाओं को व्यक्त करने के इस सप्ताह कई अवसर आपके मिलने वाले हैं।

सिंह : ज्योतिषियों के अनुसार यह नया सप्ताह आपके लिए लाभ के अवसरों से भरा रहेगा। कार्यक्षेत्र में गुप्त शत्रुओं से यदि कोई परेशानी चल रही थी, तो अब वह हल होगी। रिश्ते-नाते को अनुकूल बनाए रखने के लिए आपके प्रयास सफल होंगे। व्यापार के प्रति आपकी ईमानदारी समाज में अच्छी छवि का निर्माण करेगी। व्यापारी वर्ग के लोगों के लिए लाभ की दृष्टि से यह समय बेहद अच्छे रहने वाला है। पारिवारिक मामलों में भी आपको अपने जीवनसाथी का पूरा सपोर्ट मिलने वाला है। घर में खुशी का माहौल रहेगा।

तुला : तुला राशि वालों के लिए यह समय अधिक शुभ साबित होगा। कारोबारियों के लिए इस सप्ताह नए द्वारा खुलेंगे। आप अपने करियर-कारोबार को एक नई दिशा देने में भी कामयाब होंगे। कार्यों के प्रति जोश और पराक्रम आपकी एक अलग पहचान बनाएगा। सिंगल लोगों की मनचाहे व्यक्ति से नजदीकियां बढ़ेंगी। परिवार से जुड़ा कोई भी बड़ा फैसला लेते समय आपको परिजनों का सहयोग मिलेगा।

मकर : यह नया सप्ताह मकर राशि वालों के लिए फलदायी रहने वाला है। माता की कृपा से आपको प्रत्येक कार्य में सफलता हासिल होगी। यदि आप बेरोजगार हैं, तो आपको रोजी-रोजगार से जुड़े अवसर मिलेंगे। वहीं व्यवसाय से जुड़े लोगों को अधिक लाभ कमाने का मौका मिल सकता है। प्रेम-संबंध में प्रगाढ़ता आएगी। लव लाइफ के लिए सप्ताह बहुत ही शुभ साबित होगा।

लाइफस्टाइल और आहार में गड़बड़ी को स्वास्थ्य समस्या की मुख्य वजह

हृदय रोगियों के लिए 'गुड न्यूज', इस उपाय से 20% तक कम हो सकता है हार्ट अटैक से मौत का खतरा

हृदय रोगों का खतरा दुनियाभर में तेजी से बढ़ता हुआ देखा जा रहा है, 30 से कम उम्र के लोग भी इसका शिकार हो रहे हैं। लाइफस्टाइल और आहार में गड़बड़ी को स्वास्थ्य विशेषज्ञ इस बढ़ती समस्या की मुख्य वजह मानते हैं। इसके अलावा जिन लोगों का ब्लड प्रेशर या कोलेस्ट्रॉल अक्सर बढ़ा हुआ रहता है, उनमें हृदय से संबंधित बीमारियों और गंभीर स्थितियों में हार्ट अटैक होने का खतरा अधिक हो सकता है। हार्ट अटैक जानलेवा स्थिति है जो हर साल लाखों लोगों की मौत का कारण बनती है।

अध्ययनों में देखी गई इसकी प्रभाविकता

आमतौर पर डॉक्टर हाई कोलेस्ट्रॉल को कम करने के लिए रोगियों को स्टैटिन लेने की सलाह देते हैं। उसके बाद शरीर पर दवा का क्या असर हो रहा है, इसके आकलन के बाद कम से कम दो महीने बाद एजेटीमीब देते हैं। भारत सहित दुनियाभर के विभिन्न संस्थानों के शोधकर्ताओं ने 14 अध्ययनों में एक लाख से अधिक ऐसे रोगियों के डेटा का विश्लेषण किया जिन्हें हार्ट अटैक या स्ट्रोक होने का खतरा अधिक था। एजेटीमीब भी दिया जाए तो इससे जानलेवा समस्याओं के जोखिमों को काफी कम करने में मदद मिल सकती है।

हार्ट अटैक के खतरे को 16% तक कर सकती है कम

शोधकर्ताओं का कहना है कि ये उपाय हर साल हृदय रोगों से होने वाली हजारों मौतों को रोकने में मददगार हो सकता है। इन दोनों दवाओं का संयोजन अकेले स्टैटिन की तुलना में हृदय संबंधी समस्याओं से मौत के खतरे को 19-20% तक कम कर सकती है। इससे स्ट्रोक के जोखिमों को भी 17% कम करने में मदद मिल सकती हैं। शोधकर्ताओं ने कहा, ये दवाएं प्रभावी पाई गई हैं। हालांकि, बिना पूरी जांच या डॉक्टर की सलाह के बिना खुद से इसे नहीं लिया जाना चाहिए। स्टैटिन के साथ आपको एजेटीमीब देना है या नहीं ये डॉक्टर निर्धारित करें।

हार्ट अटैक होने पर तुरंत ले सकते हैं ये दवा

इससे पहले कानपुर हृदय रोग संस्थान के डॉक्टर नीरज कुमार ने दवाओं की एक ऐसी किट के बारे में बताया था जो हार्ट अटैक के समय में 'संजीवनी' साबित हो सकती हैं। डॉक्टर नीरज कहते हैं, किसी को हार्ट अटैक होने पर तुरंत तीन दवाएं दे दी जाएं तो उसकी जान बचने की संभावना काफी बढ़ सकती है। ये दवाएं उसी तरह से काम करती हैं जैसे हार्ट अटैक के बाद अस्पताल में भर्ती होने पर दी जाने वाली दवाएं। हार्ट अटैक के लक्षण दिखने पर तुरंत दो इकोस्प्रिन, एक रोसुवास्टेटिन खा लें। इसके बाद सोब्रिट्रेट की टेबलेट को जीभ पर रखकर उसे चूसें। इससे मरीज की जान बचाई जा सकती है। इन दवाओं की कीमत 6-7 रुपये होती है। यानी सात रुपये में आप अपनी जान बचा सकते हैं। हालांकि, इसके लिए भी पहले से अपने डॉक्टर से सलाह ले लें।

गर्मियों के मौसम के लिए रामबाण जूस है ये, पेट को से लेकर स्किन के लिए है हेल्दी

गर्मी के मौसम में पेट ठंडा रखने के लिए नींबू पानी, गन्ने का जूस, नारियल पानी, पपीते जूस के अलावा बेल का शरबत भी लोग खूब पीते हैं।क्योंकि इसमें पाए जाने वाले पोषक तत्व आपके पेट को ठंडा रखने के साथ सेहत को कई लाभ पहुंचाते हैं, जिसके बारे में हम आपको आगे आर्टिकल में बताने जा रहे हैं। फायदे जानने के बाद आपको यह समझ आ जाएगा आखिर लोग गर्मी के सीजन में इस फल को इतना अहमियत क्यों देते हैं।

गर्मी के मौसम में क्यों पीते हैं बेल का जूस

पाचन तंत्र मजबूत करने में बेल का जूस बहुत मददगार हो सकता है। गर्मियों के मौसम अकसर लोग अपच, गैस, कब्ज और एसिडिटी से परेशान रहते हैं, ऐसे में फाइबर और टैनिन पाचन क्रिया को दुरुस्त करने में आपकी मदद करते हैं।यह आपकी आंत की डीप क्लीनिंग करता है।

गर्मी के मौसम में शरीर में पानी की कमी हो जाती है, ऐसे में बेल का जूस आपके शरीर को हाइड्रेट करता है। इससे आपकी शरीर को ऊर्जा मिलती है जिससे लू से आप बच सकते हैं।

इसके अलावा यह जूस आपकी इम्यूनिटी को मजबूत करता है। यह आपके शरीर को बीमारियों से लड़ने की क्षमता को भी विकसित करता है। साथ ही सर्दी, जुकाम और वायरल इंफेक्शन से बचने में भी मदद कर सकता है।

त्वचा और बालों के लिए भी यह बेल का शरबत बहुत लाभकारी होता है। इसके अलावा, यह मुहांसे, दाग-धब्बों और सनबर्न से भी बचाने का काम करता है। वहीं, बेल में मौजूद पोषक तत्व बालों को मजबूती देते हैं और रूसी की भी समस्या को दूर कर सकते हैं।

व्रत में खाना है रायता तो ये हैं पांच बेस्ट विकल्प, आसान है इन्हें बनाने का

चैत्र नवरात्रि का शुभारंभ हो गया है। इन नौ दिनों में माता रानी के नौ स्वरूपों की पूजा की जाती है। कहा जाता है कि जो भी भक्त सच्चे मन से मां दुर्गा की आराधना करता है, उनकी हर मनोकामना पूरी होती है। इसलिए बहुत से भक्त नौ दिन उपवास भी रखते हैं। नौ दिन के इस व्रत में क्या सेवन करना है, इसको लेकर लोगों में काफी संशय रहता है।

अब जब गर्मी भी भीषण पड़ने लगी है, तब आपको ऐसे पकवानों का सेवन करना चाहिए जो आपके शरीर को भई हाइड्रेट रखें। इसी के चलते हम यहां आपको पांच तरह के रायतों के बारे में बताने जा रहे हैं, जिन्हें बनाना भी आसान है और इसके सेवन से आपको राहत मिलेगी।

मखाने का रायता : इसे बनाने के लिए आपको मखाने, दही, जीरा और सेंधा नमक की जरूरत पड़ेगी। रायता तैयार करने के लिए सबसे पहले मखानों को बिना घी के कढ़ाई में रोस्ट कर लें। जब ये सही से भुन जाए तो एक प्लेट में निकाल लें। अब दही को मिक्स करके उसमें भुना जीरा और सेंधा नमक और मखाने डाल दें। रायता बनाने के लिए ठंडा दही ही इस्तेमाल करें, ये आपके शरीर को ठंडक पहुंचाएगा।

ककड़ी का रायता : ककड़ी का रायता बनाने के लिए आपको कद्दूकस की हुई ककड़ी, दही सेंधा नमक, जीरा पाउडर और काली मिर्च की जरूरत पड़ेगी। इसे तैयार करने के लिए सबसे पहले दही को सेंधा नमक, जीरा पाउडर और काली मिर्च पाउडर डालकर मिक्स करें। आखिर में इसमें कद्दूकस की हुई ककड़ी डाल दें। चाहें तो ऊपर से रायता सजाने के लिए पुदीना की पत्तियां डाल सकते हैं।

केले का रायता : केले का रायता गर्मी के मौसम में आपको काफी राहत पहुंचाएगा। ये मीठा होता है, इसलिए इसके सेवन से आपका पेट भी भर जाएगा। इसे तैयार करने के लिए केले को छीलकर काट लें। अब दही में स्वादानुसार चीनी मिक्स करें। जब चीनी घुल जाए तो इसमें कटे हुए केले डालकर मिक्स कर दें। इससे आपके मुंह का स्वाद भी अच्छा हो जाएगा।

मोटापा के बारे में कितना जानते हैं आप, क्यों बढ़ रहा है इसका खतरा?

भारत में 100 मिलियन (10 करोड़) से अधिक लोग मोटापे का शिकार हैं। पर क्या आप इस बढ़ते स्वास्थ्य विकार को लेकर सावधान हैं, क्या आपको इसका कारण और जोखिम पता है?

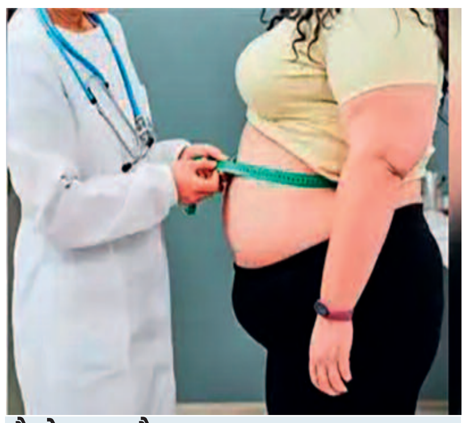
मोटापा बढ़ने के क्या कारण हैं।

मोटापा एक गंभीर स्वास्थ्य समस्या है जिसका जोखिम दुनियाभर में देखा जा रहा है। अध्ययनों से पता चलता है कि जो लोग मोटापे का शिकार हैं, उनमें हृदय रोग, डायबिटीज यहां तक कि कैंसर का भी खतरा हो सकता है। स्वास्थ्य विशेषज्ञ कहते हैं, अगर आपकी दिनचर्या और खान-पान ठीक नहीं है तो इससे आप भी वजन बढ़ने और मोटापे का शिकार हो सकते हैं।

बच्चों से लेकर बुजुर्गों तक सभी उम्र के लोगों में मोटापे की दिक्कत देखी जा रही है। एक आंकड़े के मुताबिक अकेले भारत में 100 मिलियन (10 करोड़) से अधिक लोग इसका शिकार हैं। पर क्या आप इस बढ़ते स्वास्थ्य विकार को लेकर सावधान हैं, क्या आपको इसका कारण और जोखिम पता है?मोटापे के लेकर हैरान कर देने वाली बातें

लाइफस्टाइल और खान-पान में गड़बड़ी को बढ़ते वजन के लिए प्रमुख कारक माना जाता रहा है। इसके अलावा कुछ प्रकार की अंतर्निहित स्वास्थ्य समस्याएं भी आपके वजन को बढ़ा सकती हैं। पर क्या आप जानते हैं कि शादीशुदा लोगों में मोटापे का खतरा अधिक रहता है?

नेशनल इंस्टीट्यूट ऑफ कार्डियोलॉजी ने अध्ययन के निष्कर्षों के आधार पर बताया कि अविवाहित पुरुषों की तुलना में विवाहित पुरुषों में मोटापे का जोखिम तीन गुना अधिक हो सकता है। पोलैंड में 50 वर्ष की औसत आयु वाले 2,405 लोगों के चिकित्सा डेटा के विश्लेषण में शोधकर्ताओं ने पाया कि शादी होने के बाद पुरुषों में वजन बढ़ने की आशंका 62% और महिलाओं में 39% अधिक हो जाती है। पूरी खबर पढ़ने के लिए यहां क्लिक करें



कैसे बढ़ता है वजन?

डॉक्टर बताते हैं, आमतौर पर जो चीजें हमें स्वाद में अच्छी लगती हैं हम उसे चुनते हैं, जबकि हरी सब्जियों और ताजे फलों से दूर भागते हैं। आजकल लोगों के पास समय बहुत कम हैं इसलिए बहुत जल्दी-जल्दी खाना खाते हैं। जब आप भोजन को चबाते नहीं हैं या धीरे-धीरे नहीं खाते हैं तो इससे पेट भरने का एहसास नहीं होता है। ये ओवरइटिंग बढ़ा देती है, इससे आप अधिक खाने लगते हैं और समय के साथ मोटापे का शिकार हो जाते हैं।

निष्क्रिय जीवनशैली

तीसरा शरीर को बहुत आराम देने की खराब आदत। लोग सीढ़ियों की जगह लिफ्ट का इस्तेमाल करते हैं। 100-200 मीटर जाने के लिए भी लोग गाड़ी लेकर निकलते हैं। इस तरह की निष्क्रिय जीवनशैली भी मोटापे को बढ़ा देती है। अगर इन तीनों में ही सुधार कर लिया जाए तो मोटापे से बचना आसान हो सकता है।

कार्नर न्यूज

हड्डियों और त्वचा सहित ऊतकों के निर्माण और मरम्मत के लिए हमें प्रोटीन की आवश्यकता होती है

अच्छी सेहत के लिए जरूरी है प्रोटीन, पर इन बातों को जाने बिना करते हैं सेवन तो हो सकता है नुकसान

शरीर को फिट रखने के लिए हमें नियमित रूप से पोषक तत्वों से भरपूर आहार की आवश्यकता होती है। आहार में वैसे तो सभी विटामिन्स-मिनरल्स, संयमित मात्रा होने जरूरी हैं पर प्रोटीन वाली चीजों पर स्वास्थ्य विशेषज्ञ सबसे ज्यादा जोर देते हैं। मांसपेशियों की रिकवरी और इसे मजबूत बनाने, हड्डियों और त्वचा सहित ऊतकों के निर्माण और मरम्मत के लिए हमें प्रोटीन की आवश्यकता होती है। अच्छी सेहत के लिए प्रोटीन जरूरी तो है पर इससे भी ज्यादा जरूरी है कि आप इसका सही मात्रा में सेवन करें। बहुत कम या बहुत कम प्रोटीन लेना, दोनों ही सेहत के लिए नुकसानदायक हो सकता है।

प्रोटीन क्यों जरूरी है?

अगर आपके शरीर में प्रोटीन की कमी है या आप प्रोटीन वाली चीजें बहुत कम खाते हैं तो इसके कई दुष्प्रभाव हो सकते हैं। प्रोटीन की कमी कुपोषण का कारण बन सकती है। इसके अलावा जिन लोगों में लंबे समय तक प्रोटीन की कमी बनी रहती है उन्हें बालों के झड़ने, शरीर कमजोर होने, अक्सर बीमार रहने या गंभीर संक्रमण का खतरा हो सकता है। ये आपकी रोग प्रतिरोधक क्षमता को भी काफी कमजोर करने वाली स्थिति हो सकती है।

ज्यादा प्रोटीन के नुकसान क्या हैं?

ज्यादा प्रोटीन लेने के कई नुकसान हो सकते हैं। असल में हमारा शरीर अतिरिक्त प्रोटीन को स्टोर नहीं कर पाता, इसलिए यह या तो यूरिन के जरिए निकल जाता है या फिर ग्लूकोज में बदलकर फैट के रूप में जमा हो जाता है। अगर आप ज्यादा प्रोटीन खा रहे हैं तो शरीर में फैट की मात्रा बढ़ने लग जाती है।

रोजाना कितना प्रोटीन शरीर को चाहिए?

आहार विशेषज्ञ बताते हैं औसत रूप से हर व्यक्ति को 0.75 ग्राम प्रति किग्रा बॉडी वेट के हिसाब से प्रोटीन की जरूरत होती है। 50 वर्ष से अधिक उम्र वालों के लिए यह मात्रा 1 ग्राम प्रति किग्रा होती है। इसको ऐसे समझा जा सकता है कि अगर आपका वजन 75 किलोग्राम है तो आपको 60-62 ग्राम प्रोटीन लेना जरूरी है। आहार में कुछ चीजों को शामिल करके जैसे अंडे, बादाम, दूध, हरी सब्जियों से इसकी पूर्ति की जा सकती है। एक रिपोर्ट बताती है, प्रतिदिन 2 ग्राम प्रति किग्रा से ज्यादा प्रोटीन नहीं लेना चाहिए। यानी, 63 किलो वाले व्यक्ति के लिए 128 ग्राम से अधिक प्रोटीन नुकसानदायक हो सकता है।

बढ़ जाता है किडनी फेल होने का खतरा

इससे किडनी पर भी दबाव बढ़ सकता है, जिससे किडनी स्टोन व किडनी फेल का खतरा हो सकता है। वहीं, ज्यादा रेड मीट खाने से हृदय रोग और स्ट्रोक का खतरा बढ़ जाता है। अध्ययनों से पता चलता है कि अगर आप प्रोसेस्ड मीट अधिक खाते हैं तो ये कई प्रकार के कैंसर के खतरे को बढ़ा सकती है।

हेल्दी स्रोतों से प्राप्त करना चाहिए प्रोटीन

पशु आधारित आहार जैसे मीट-अंडे प्रोटीन का सबसे अच्छा स्रोत होते हैं, पर हाल के कई अध्ययनों में इस बात पर जोर दिया जाता रहा है कि प्लांट बेस्ड चीजों से पोषक तत्व प्राप्त करना आपके लिए ज्यादा लाभकारी हो सकता है। फलियां, नट्स, मछली, अंडे, दूध, दही को प्रोटीन का अच्छा और हेल्दी स्रोत माना जाता है, जबकि प्रोसेस्ड मीट, रेड मीट, प्रोटीन पाउडर से अगर आप इसकी पूर्ति करते हैं तो ये सेहत के लिए नुकसानदायक हो सकता है।

फिल्म इवेंट

हॉलीवुड

अमेरिकी सिंगर जेसिका सिम्पसन की बात सुन लोगों को आई घिन

अमेरिकी सिंगर ने खुलासा किया है कि वह अपनी आवाज बुलंद रखने और वोकल कॉर्ड का खास ख्याल रखने के लिए एक खास ड्रिंक पीती हैं।

खास बात यह है कि इस ड्रिंक में सांप का स्पर्म मिला होता है। जेसिका ने इस वीर्य की तुलना शहद से कर दी है। मशहूर अमेरिकी सिंगर जेसिका सिम्पसन ने अपनी आवाज बुलंद रखने के लिए ऐसे सीक्रेट ड्रिंक का खुलासा किया है कि हर कोई दंग है। 'स्वीट किसेज' और 'इन द स्किन' की 44 साल की सिंगर ने दावा किया है कि वह अपनी वोकल कॉर्ड को बेहतरीन बनाए रखने के लिए चीनी जड़ी-बूटी से बना कॉकटेल पीना चाहती हैं, जिसमें सांप का स्पर्म होता है। जेसिका ने यह भी बताया कि इस ड्रिंक के बारे में उनके वोकल कोच ने उन्हें जानकारी दी थी। जेसिका सिम्पसन ने एक वीडियो शेयर किया, जिसमें उन्होंने इस खास ड्रिंक के बारे में बात की। उनके फैंस तब चौंक गए, जब सिंगर ने बताया कि इस ड्रिंक में सांप के वीर्य भी रहते हैं। जेसिका सिम्पसन ने यह भी बताया कि उन्हें इस बात की जानकारी नहीं थी कि ड्रिंक में सांप के स्पर्म मिले होते हैं। लेकिन, जब उन्हें उनके एक दोस्त ने इसके इंग्रेडिएंट्स की लिस्ट दिखाई तो वह भी चौंक गई थीं। जेसिका ने कहा, 'तो, अगर आपको अच्छा वोकल चाहिए, तो आपको सांप का स्पर्म पीना होगा।'

टॉलीवुड

जूनियर एनटीआर के बाद अब इस साउथ हीरो संग दिखेंगी जाह्नवी कपूर

राम चरण की आने वाली फिल्म पेड्डी पिछले कुछ समय से फैंस के बीच दिलचस्पी का विषय बनी हुई है। बुची बाबू सना द्वारा निर्देशित इस स्पोर्ट्स ड्रामा

में कपूर खानदान की एक लाड़ली स्टार भी है और यह 2026 में रिलीज होने की उम्मीद है। जहां अभिनेता के पहले लुक ने पहले ही सनसनी मचा दी है, वहीं निर्माताओं ने अब एक और अपडेट के साथ दर्शकों को एक्साइटेड कर दिया है। फिल्म निर्माता बुची बाबू सना ने अपने एक्स अकाउंट पर राम चरण का पेड्डी से एक नया पोस्टर साझा किया, जिसमें वे बिल्कुल भी पहचान में नहीं आ रहे है। गौर से देखने पर वे इसमें पुष्पा फिल्म के अल्लू अर्जुन की तरह दिख रहे है। उसी पोस्टर में भी ये भी बताया गया है कि फिल्म का पहला शॉट कब रिलीज किया जाएगा। निर्देशक ने घोषणा की कि मोस्ट अवेटेड झलक 6 अप्रैल को राम नवमी के शुभ अवसर पर रिलीज होगी। रिपोर्ट्स के अनुसार, राम चरण ने अपने ऑन-स्क्रीन चित्रण को बेहतर बनाने के लिए दोनों में ट्रेनिंग ली है। लेकिन उससे भी ज्यादा फैंस इसलिए क्साइटेड हैं, क्योंकि अब आरआरआर स्टार की आने वाली फिल्म में बॉनी कपूर की बेटी जाह्नवी कपूर स्क्रीन शेयर करेंगी। इससे पहले वे जूनियर एनटीआर के साथ दिख चुकी हैं और अब आरआरआर के दूसरे लीडिंग स्टार के साथ आने वाली है। राम चरण, जान्हवी कपूर के साथ पहली बार ऑन-स्क्रीन जोड़ी है। बता दें कि जान्हवी ने पिछले साल जूनियर एनटीआर की देवरा के साथ अपना तेलुगु डेब्यू किया था और दर्शक राम चरण के साथ उनकी केमिस्ट्री देखने के लिए एक्साइटेड है।

भोजपुरी

कितने भरोसेमंद हैं मोनालिसा को लेकर फिल्म बनाने वाले सनोज मिश्रा? हर फिल्म से जुड़ा रहा है विवाद

कुंभ मेले में वायरल हुई लड़की मोनालिसा को फिल्म ऑफर करने के बाद चर्चा में आए सनोज मिश्रा अब एक बार फिर से चर्चा में हैं। सनोज

पर आरोप है कि उन्होंने एक युवती को फिल्मों में काम देने के बहाने उसका कई बार शारीरिक शोषण किया। इतना ही नहीं, सनोज उसे लगातार धमकियां भी देते रहे। इससे पहले भी सनोज के पूर्व साथी और फिल्म प्रोड्यूसर वसीम रिजवी ने उन पर कई आरोप लगाए हैं, जिनमें से एक यह है कि डायरेक्टर ने मोनालिसा को अपने जाल में फंसा लिया है। इस खबर में जानिए कौन हैं सनोज मिश्रा, कैसे इनकी लगभग हर फिल्म से एक विवाद जुड़ा हुआ है और क्यों अगस्त 2024 में ये आठ दिनों के लिए गायब हो गए थे? फिल्म जगत में एक छोटा सा नियम है। अगर अच्छा काम करके सुर्खियां न बटोर पाओ तो या तो कुछ विवादित मुद्दा उठाकर उस पर फिल्म बना लो या फिर किसी से विवाद करके सुर्खियां बटोर लो। ऐसे ही एक डायरेक्टर हैं सनोज मिश्रा जो इन दिनों महाकुंभ में वायरल हुई माला बेचने वाली लड़की मोनालिसा के नाम पर सुर्खियां बटोर रहे हैं। वैसे तो सनोज ने अपने करियर की शुरुआत कुछ भोजपुरी फिल्में डायरेक्ट करके की थी। इन फिल्मों में रवि किशन से लेकर पवन सिंह जैसे भोजपुरी सिनेमा के बड़े कलाकार भी नजर आए थे पर फिर ये ऐसे मुद्दों पर फिल्में बनाने लगे जो विवादित रहे हैं। सनोज की एक दो फिल्में छोड़ दें तो बाकी फिल्मों में अश्लील दृश्यों की भरमार है। कहीं युवाओं को ड्रग्स लेते और शराब पीते दिखाया है तो कहीं युवाओं को गलत काम करते हुए पेश किया है। चाहे इनकी फिल्म 'लफंगे नवाब' हो, 'शशांक' हो या 'गांधीगिरी'। इन सभी फिल्मों में ऐसे गंदे दृश्यों की भरमार रही है। इनके ट्रेलर देखें तो ऐसा लगता है जैसे कोई बी-ग्रेड फिल्म हो। 2023 में सनोज ने बॉलीवुड अभिनेता सुशांत सिंह राजपूत के निधन के मामले को भुनाने की कोशिश की। उन्होंने इस मामले पर आधारित फिल्म 'शशांक' बनाई। इसके अलावा इनकी एक फिल्म 'काशी टू कश्मीर' बीते 7 सालों में अटकी है।

लाइफ स्टाइल

एवरग्रीन ब्यूटी दिखीं करिश्मा कपूर

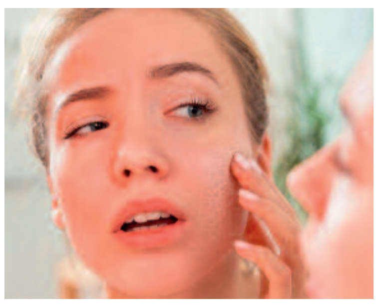
लैक्मे फैशन वीक में डिजाइनर सत्या पॉल के डिजाइन कलेक्शन के लिए शो स्टॉपर बनीं करिश्मा का लुक हर किसी को इंप्रेस कर रहा है। 50 की हो गईं करिश्मा कपूर लेटेस्ट लुक में एवरग्रीन ब्यूटी नजर आ रही हैं। बोल्ड प्रिंट और स्ट्राईप वाले ब्लाउज में रनवे पर करिश्मा का करिश्मा देखने को मिला। करिश्मा कपूर डिजाइनर सत्या पॉल के कलेक्शन के लिए शो स्टॉपर बनी थीं। शर्ट स्टाइल ब्लाउज जिसमे ब्लैक एंड व्हाइट स्ट्राइप बने थे और साथ में बोल्ड प्रिंट की ब्लैक साड़ी को करिश्मा ने वियर किया था। जिसे ब्लैक बेल्ट के साथ पेयर किया गया था और ये साड़ी को स्ट्रक्चर्ड लुक दे रहा था। करिश्मा का ये कैजुअल साड़ी स्टाइल इंप्रेसिव है। वहीं. मेकअप ने लुक में ग्रेस ऐड किया। करिश्मा कपूर के इस सिंपल, एलिगेंट लुक को देखकर फैंस जमकर कमेंट कर रहे।

रूखी है आपकी त्वचा तो गर्मी के मौसम में ऐसे रखें ध्यान, वरना होंगे परेशान

गर्मी के मौसम में त्वचा का सही से ध्यान रखना बेहद जरूरी हो जाता है। अगर ध्यान न रखा जाए तो मुंहासे, एक्ने और अन्य कई तरह की तमाम परेशानियां आपको घेर सकती हैं। खासतौर पर अब जब कुछ दिनों में लू चलने लगेगी, तब आपको और ज्यादा सतर्क रहने की जरूरत पड़ेगी। हर किसी को अपने स्किन टाइप के हिसाब से ही त्वचा का ध्यान रखना चाहिए।

आज हम आपको बताएंगे कि रूखी त्वचा वालों को किस तरह से त्वचा का ध्यान रखने की जरूरत है। दरअसल, अक्सर लोगों को लगता है कि जिनकी त्वचा ड्राई होती है, उनको गर्मी में ज्यादा ध्यान नहीं रखना पड़ता, लेकिन ऐसा नहीं है। यहां हम आपको ड्राई स्किन वालों के लिए ही टिप्स देने जा रहे हैं।

मॉइस्चराइजर है जरूरी : अक्सर लोगों को लगता कि गर्मी में तो चेहरा अपने आप ही पसीने से भीगा रहता है तो मॉइस्चराइजर लगाना जरूरी नहीं है। जबकि ऐसा नहीं है। ड्राई स्किन वाले लोगों को गर्मी के मौसम में ऐसा मॉइस्चराइजर



इस्तेमाल करना चाहिए, नॉन ऑयली हो। शिया बटर, एलोवेरा, और हाइलेरोनिक एसिड वाले मॉइस्चराइजर आपकी त्वचा को नम रखेंगे।

सही से करें चेहरा साफ : जिनकी त्वचा रूखी होती है, उन लोगों को भी कम से कम दिन में दो बार अपना चेहरा धोना चाहिए। चेहरा सही से न धोने पर चेहरे पर जमा गंदगी साफ हो जाएगी। जिसके बाद आपकी त्वचा मुंहासे जैसी समस्याओं का शिकार हो सकती है। इसलिए चेहरा धोना जरूरी है।

सनस्क्रीन है जरूरी

ड्राई स्किन है तो त्वचा पर सनस्क्रीन का इस्तेमाल अवश्य करें। इस भीषण गर्मी के मौसम में कम से कम 40 एसपीएफ वाली सनस्क्रीन का इस्तेमाल करें। यदि आप ऐसा नहीं करेंगे तो धूप की हानिकारक किरणों से आपकी त्वचा डैमेज हो जाएगी।

फेस मास्क लगाएं

गर्मी के मौसम में ऐसे फेस मास्क का इस्तेमाल करें, जिसके इस्तेमाल से आपका चेहरा हाइड्रेट रहे। इस मास्क को बनाने के लिए एलोवेरा जेल और शहद मिलाकर चेहरे पर लगाएं। यह त्वचा को हाइड्रेट करता है और सूखापन दूर करता है।

सही सीरम है जरूरी

गर्मी के मौसम में चेहरे पर सही सीरम का इस्तेमाल करना जरूरी होता है। इसके लिए हमेशा हाइड्रेटिंग सीरम का इस्तेमाल करें। हाइड्रेटिंग सीरम का उपयोग आपकी त्वचा को और भी ज्यादा नमी प्रदान करता है।

गर्मियों में दिखना है अट्रैक्टिव तो जरूर रखें ये ब्यूटीफुल साड़ियां

फैशन

गर्मियों के मौसम में किसी खास मौके पर रेडी होना है और कॉटन की साड़ी नहीं पहनना चाहती हैं तो इन 6 तरह की साड़ी को हमेशा तैयार रखें। ये आसानी से ड्रैप होने के साथ ही कैरी करना भी आसान होती है और गॉर्जियस लुक देती हैं।

गर्मियों के लिए बेस्ट साड़ी लुक : डेली लाइफ में छोटे और स्पेशल मौकों पर समझ नहीं आता कि क्या पहनें। ऐसे में साड़ी का ऑप्शन बेस्ट रहता है। लेकिन साड़ियों में बहुत सारी वैराइटी आती है, ऐसे में समझ नहीं आता कि किस तरह की साड़ी छोटे फंक्शन में ना केवल खूबसूरत दिखे बल्कि पहनने में भी आसान हो। खासतौर पर गर्मियों में कंफर्टेबल और अट्रैक्टिव लुक के लिए ये 6 तरह की साड़ी जरूर पास रखें।

प्रिंटेड शिफॉन साड़ी : महिलाएं कॉटन की साड़ी की दीवानी रहती है। लेकिन बिना आदत के कॉटन की साड़ी कैरी करना मुश्किल हो जाता है। ऐसे में आप आसानी से ड्रैप होने के साथ कैरी हो जाने वाली शिफॉन की साड़ी को चुनें। तमन्ना भाटिया की तरह पिंक फ्लावर प्रिंटेड की साड़ी को चुनें। प्रिंटेड शिफॉन की साड़ी किसी भी छोटे फंक्शन में पहनकर ब्यूटीफुल समर लुक कैरी कर सकती हैं।

पेस्टल प्रिंटेड साड़ी : समर सीजन में साड़ी पहनकर एफर्टलेस लुक चाहती हैं तो पेस्टल कलर की प्रिंटेड साड़ी को आलमारी में जरूर रखें। ये आपके ऑफिस से लेकर किसी भी मौके पर अट्रैक्टिव लुक देती है।

नेट साड़ी : किसी पार्टी में गॉर्जियस दिखना चाहती हैं और समर सीजन को ध्यान में रखना है तो नेट फैब्रिक की एंब्रायडरी वाली साड़ी को रेडी टू वियर रखें। नेट फैब्रिक आसानी से ड्रैप होने के साथ ही कैरी हो जाती है।

ब्यूटीफुल ब्राइट कलर साड़ी : यंग एज की लड़कियां किसी मौके पर समर में साड़ी पहनना चाहती हैं तो लाइटवेट ब्राइट कलर की साड़ी को वॉर्डरोब में जरूर रखें। वेडिंग पार्टी में इस तरह की साड़ी का लुक अट्रैक्टिव दिखता है।

रेड या मरून शेड साड़ी : न्यू वेडिंग वाली ब्राइड को वॉर्डरोब में रेड या मरून शेड की लाइटवेट साड़ी को जरूर रखना चाहिए। किसी स्पेशल मौके पर बिना हैवी वर्क वाली साड़ी के ये आपको नई नवेली दुल्हन वाला लुक देंगे और आप आसानी से लाइटवेट साड़ियों को कैरी भी कर पाएंगी।

ब्लैक एंड व्हाइट साड़ी : ऑफिस गोइंग वुमन हैं तो आलमारी में ब्लैक एंड व्हाइट शेड की शिफॉन या जॉर्जेट की साड़ी को जरूर रेडी रखें। ये किसी भी ऑफिस की पार्टी में आपको गॉर्जियस लुक दे सकती है।

चिपचिपाहट भरी गर्मी में भी फ्रैश और ब्राइट दिखेगा चेहरा, बस घर पर बनाकर लगा लें

कौन नहीं चाहता कि उसकी स्किन ग्लोइंग, चमकदार, पिंपल फ्री और बेदाग हो. लेकिन बदलते मौसम के साथ ही जैसे-जैसे तापमान तेज होता है, गर्मी का असर स्किन पर सबसे पहले नजर आता है। सूरज की तपिश के कारण स्किन संबंधी समस्याएं बढ़ जाती है। ऐसे में गर्मी में चेहरे की देखभाल और ज्यादा जरूरी हो जाती है। धूप, पसीने, धूल मिट्टी से स्किन के पोर्स बंद होने लगते हैं और कील-मुंहासे, टैनिंग, पिगमेंटेशन, डल स्किन की समस्या बढ़ जाती है। ऐसे में गर्मियों में स्किन केयर बहुत ज्यादा जरूरी होती है।

मुल्तानी मिट्टी का इस्तेमाल

मुल्तानी मिट्टी चेहरे के लिए बेहद फायदेमंद मानी जाती है। यह स्किन को ठंडक देती है। गर्मियों में हफ्ते में दो बार मुल्तानी मिट्टी का फेस पैक जरूर लगाएं. दो चम्मच मुल्तानी मिट्टी पाउडर में गुलाब जल मिलाएं. इसे अपने चेहरे पर 15 मिनट के लिए लगाएं. ये पैक ऑयली स्किन के लिए बहुत फायदेमंद होता है और चेहरे को ठंडक देता है।

केले और पपीते का फेस पैक

केला और पपीता दोनों ही पोषक तत्वों का खजाना है। पके हुए केले और पपीते को मैश करके उसमें एक चम्मच शहद मिलाएं, इसे अपने चेहरे पर लगाएं. 20 मिनट तक सूखने दें इसके बाद गुनगुने पानी से धो लें. यह स्किन को मॉइश्चर देने का काम करता है, टैनिंग को कम करता है और स्किन को नेचुरली ग्लोइंग बनाता है।

गुलाब जल से स्किन को रिफ्रेश करें

गर्मियों में टोनर के रूप में आप गुलाब जल का इस्तेमाल कर सकते है। यह स्किन को फ्रेश बनाए रखता है। रोज सुबह और रात में कॉटन की मदद से चेहरे पर गुलाब जल लगाएं या फिर एक स्प्रे बोतल में गुलाब जल भरकर स्किन के ऊपर स्प्रे करें।

ब्लाउज के ये डिजाइन आपकी साड़ी में लगा देंगे चार चांद

ब्लाउज के लिए सही पैटर्न चुनना थोड़ा चैलेंजिंग होता है। आपके इसी काम को थोड़ा सा आसान बनाने के लिए हम कुछ फैंसी डिजाइन की फोटोज ले कर आए हैं। ये डिजाइन हर मौके के लिए बेस्ट रहेंगे।

साड़ी को फैंसी लुक देंगे ये ब्लाउज : अपने लिए सही साड़ी खरीदने के बाद सबसे चैलेंजिंग पार्ट होता है ब्लाउज पीस के लिए लेटेस्ट डिजाइन चूज करना। अब साड़ी भले ही कितनी डिजाइनर हो लेकिन उसका लुक तभी निखर कर आता है जब उसका ब्लाउज पीस सही से स्टिच कराया हो। आपके इसी काम को आसान बनाने के लिए हम यहां कुछ फैंसी नेकलाइन के पैटर्न ले कर आए हैं। ये सभी डिजाइन एकदम लेटेस्ट हैं

और आपके ब्लाउज पीस को बहुत ही स्टाइलिश लुक देने वाले हैं।

बैक पर बनवाएं डायमंड शेप : ब्लाउज की बैक पर आप का तरह का डायमंड शेप कट वर्क करा सकती हैं। ये डिजाइन भी काफी यूनिक है और देखने में काफी स्टाइलिश भी लगेगा। समर्स के लिए भी इस तरह के डिजाइन परफेक्ट हैं।

बैकलेस डोरी डिजाइन : बैकलेस ब्लाउज का ट्रेंड कभी खत्म नहीं होता। ऐसे में आप अपने ब्लाउज के लिए इस तरह का डोरी वाला बैकलेस ब्लाउज स्टिच करा सकती हैं। इस तरह के ब्लाउज आपके लुक को बहुत ही स्टाइलिश बना देंगे।

हार्ट शेप पैटर्न : ब्लाउज की बैक पर आप ये खूबसूरत हार्ट शेप डिजाइन भी बनवा सकती हैं। ये देखने में काफी क्यूट लगेगा। बेस्ट बात है कि इस तरह का डिजाइन डेली वियर से ले कर पार्टी वियर साड़ियों के लिए भी बेस्ट रहेगा।

ये डिजाइन भी है फैंसी : ब्लाउज की बैक के लिए आप ये यूनिक डिजाइन भी चूज कर सकती हैं। ये डिजाइन आपकी कॉटन और शिफॉन की हल्की साड़ियों के लिए बेस्ट रहेगा।

कार्नर न्यूज

आउटफिट के रंग और फैब्रिक को ध्यान में रखकर आकर्षक लुक भी पा सकती हैं

समर में अपने स्टाइल से बिखेरें जादू ये आउटफिट आएंगे आपके काम

गर्मी के मौसम में अधिकतर लड़कियां ऐसे ऑउटफिट पहनना पसंद करती हैं, जो आकर्षक लुक देने के साथ-साथ गर्मी से भी बचाए। लेकिन, आप आउटफिट के रंग और फैब्रिक को ध्यान में रखकर न सिर्फ गर्मी को मात दे सकती हैं, बल्कि आकर्षक लुक भी पा सकती हैं। वहीं, यदि आप भी उनमें से एक हैं, जो हमेशा खूबसूरत दिखना चाहती हैं और स्टाइल से कोई समझौता नहीं करतीं, तो आपको इस साल का समर ट्रेंड जरूर जान लेना चाहिए।

छाया रहेगा बोहो लुक

इस साल स्प्रिंग और समर सीजन के दौरान बोहो फैशन काफी चलन में रहेगा। समर सीजन में बोहो लुक एक बहुत ही स्टाइलिश और आरामदायक विकल्प होता है। इसमें हल्के, फ्लोइंग कपड़े, जैसे कि क्रॉप टॉप्स, डेनिम शॉर्ट्स और एथनिक प्रिंट्स वाली ड्रेसेस शामिल हैं। इस लुक को कैजुअल और फ्री-स्पिरिटेड बनाते हुए दुपट्टे, बेली बूट्स और फ्लैट सैंडल्स के साथ स्टाइल किया जा सकता है।

शर्ट के जलवे

इस साल अगर आप स्टाइल और आराम, दोनों की तलाश में हैं तो बैगी शर्ट ट्राई कर सकती हैं। यह इस सीजन के सबसे हॉट ट्रेंड में से एक है। ओवरसाइज्ड, लूज और रिलेक्स्ड फिट वाली इन शर्ट्स को आप जींस, लूज फिटेड शॉर्ट, स्कर्ट या ब्रालेट के साथ पहन सकती हैं। इसके अलावा साल भर डुअल टोन शर्ट का ट्रेंड भी छाया रहेगा।

स्ट्रैपलेस ड्रेस और एनिमल प्रिंट

ग्लैमरस लुक के लिए आप स्ट्रैपलेस या ट्यूब स्टाइल ड्रेस का चुनाव कर सकती हैं। इसमें आप फ्लोरल प्रिंट वाली स्ट्रैपलेस ड्रेस या नाइट पार्टी के लिए सीक्वेंस स्ट्रैपलेस ड्रेस पहन सकती हैं। इस समर एनिमल प्रिंट फैशन में एक बड़े ट्रेंड के रूप में उभरने वाला है। टाइगर, जेबरा और लेपर्ड प्रिंट्स को समर आउटफिट्स में देखा जाएगा।

एसिमेट्रिकल ड्रेस और साड़ियां

एसिमेट्रिकल ड्रेस में अपसाइड डाउन स्कर्ट, फ्लोई स्कर्ट, वन शोल्डर टॉप जैसे फैशन का ट्रेंड भी देखा जा सकता है। यह ड्रेस कॉलेज गोइंग गर्ल्स को काफी ट्रेंडी लुक देगी। इसके अलावा अगर आपको साड़ी पहनना पसंद है तो आप कॉटन की पतली फ्लोरल साड़ियां पहन सकती हैं। ये आपको गुड लुकिंग दिखाने के साथ-साथ आरामदायक भी महसूस कराएंगी।

सुकून देने वाले रंग

गर्मियों के मौसम में वॉर्डरोब में सफेद कलर के आउटफिट जरूर रखें। इस मौसम में सफेद रंग की बात ही अलग होती है। आप सफेद रंग की मैक्सी ड्रेस, शॉर्ट ड्रेस, लखनवी सूट, अनारकली सूट, साड़ी, शर्ट, पेंसिल स्कर्ट, ट्राउजर को ट्राई करके ट्रेंडी लुक पा सकती हैं। वैसे तो समर में फ्लोरल प्रिंट ज्यादा पसंद किया जाते रहे हैं, लेकिन आप इस बार लाइट कलर के साथ फ्लोरल प्रिंट ट्राई करें।