

सोमवार, 11 जूनाई 2022

पेज-3

श्रीकंपनपथ

छत्तीसगढ़

साहू समाज संगठित, दानशील और अनुशासित समाज

स्वास्थ्य, शिक्षा और अर्थ पर फोकस के साथ छत्तीसगढ़ में समावेशी विकास : भूपेश बघेल

श्रीकंचनपथ न्यूज़

रायपुर। मुख्यमंत्री श्री भूपेश बघेल ने कहा है कि छत्तीसगढ़ प्रगति के तीन प्रमुख आयामों स्वास्थ्य, शिक्षा और अर्थ पर फोकस के साथ स्वावलंबन तथा समावेशी विकास की ओर अग्रसर है। इन तीनों क्षेत्रों में विकास को गति देने के लिए राज्य शासन द्वारा कई योजनाएं शुरू की गई हैं। इनके बेहतर क्रियान्वयन से राज्य के लोगों के जीवन में सकारात्मक बदलाव आ रहा है। मुख्यमंत्री श्री बघेल ने आज दुर्गा में साहू समाज के वार्षिक आम सभा में समाज के नवनिर्वाचित पदाधिकारियों के शपथ ग्रहण कार्यक्रम में इस आशय के विचार व्यक्त किए।

मुख्यमंत्री ने नवनिर्वाचित पदाधिकारियों को बधाई और शुभकामनाएं देते हुए कहा कि समाज के पदाधिकारियों का संवर्सति से निविरोध निर्वाचन अच्छी मिसाल है। साहू समाज संगठित, दानशील और अनुशासित समाज है। पदाधिकारियों के



निविरोध चुनाव से साहू समाज ने अन्य समाजों को भी एकता, सद्व्यवहारा और सहभागिता का संदेश दिया है। शपथ ग्रहण कार्यक्रम के मुख्य अतिथि मुख्यमंत्री श्री भूपेश बघेल की मौजूदगी में दुर्गा जिला साहू संघ के नवनिर्वाचित अध्यक्ष श्री नंदलाल साहू, उपाध्यक्ष श्री कृष्ण साहू एवं श्रीमती दिव्या कलिहारी ने शपथ लिया।

समाज के अनेक वर्तमान एवं पूर्व पदाधिकारी भी रहे मौजूद

गृहमंत्री श्री ताप्रध्वज साहू ने कार्यक्रम को संबोधित करते हुए कहा कि सजातीय भाई समाज को संगठित करने वाले कार्यों के साथ ही ऐसे कार्य भी करें जो अपने समाज के अस्थायी ही अन्य समाजों के लिए उदाहरण बनें। समाज के पदाधिकारियों का निविरोध चुनाव गर्व का विषय है।

उन्होंने भरोसा जताया कि नए पदाधिकारी और प्रतिनिधि समाज के संगठन

को और मजबूत करने अच्छा कार्य करेंगे। कार्यक्रम में पूर्व मंत्री श्रीमती रमेशला साहू, जगेशर साहू, पूर्व विधायक डॉ. दयाराम साहू, छत्तीसगढ़ हस्तशिल्प विकास बोर्ड के पूर्व अध्यक्ष दीपक ताराचंद साहू, श्री नंदलाल साहू, राजेंद्र साहू, लखन लाल साहू, श्री खिलावन साहू और रमेश साहू सहित साहू समाज के अनेक वर्तमान एवं पूर्व पदाधिकारी मौजूद थे।

मोदी सरकार आदिवासी हितों के खिलाफ निर्णय ले रही -कांग्रेस

श्रीकंचनपथ न्यूज़

रायपुर। मोदी सरकार वन अधिकार कानून 2006 के प्रवधनों को समाप्त करने की कावायद में लगी है। प्रदेश कांग्रेस अध्यक्ष मोदी का अंतर्गत प्रदर्शन अधिकारों का सर्वप्रथम निपटान नहीं कर लिया जाता है। पारंपरिक रूप से वन क्षेत्रों में रहने वाले आदिवासी और मान्यता जन समाज की ओर वार्षिक आदिवासी, वन क्षेत्रों में रहने वाले आदिवासी, दलित और अन्य परिवारों को वन अधिकार अधिनियम, 2006 के रूप में जाना जाता है, एक ऐतिहासिक और सर्वाधिक प्राप्तिशील कानून है जिसे गहन सवाद और चर्चा के बावजूद संसद द्वारा सर्वसम्मति और उत्साहपूर्वक पारित किया गया था। यह देश के वन क्षेत्रों में रहने वाले आदिवासी का विवरण की भाषा में लिया गया था। इस परिवर्तन के लिए यह प्रावधान किया गया था। इस परिवर्तन के रूप में जाना जाता है, एक ऐतिहासिक और सर्वाधिक प्राप्तिशील कानून है जिसे गहन सवाद और चर्चा के बावजूद संसद द्वारा सर्वसम्मति और उत्साहपूर्वक पारित किया गया था। यह देश के वन क्षेत्रों में रहने वाले आदिवासी, दलित और अन्य परिवारों को वन अधिकार और समुदायिक दोस्तों स्वरूप भी भूमि के संरक्षण उपयोग के उद्देश्य को नष्ट कर देता है। एक बार वन मंजूरी मिलने के बाद, बाकी सब कुछ एक औपचारिकता मात्र बनकर रह जाएगा, और लगभग अपरिहार्य और अन्य समुदायों के स्वीकार नहीं किया जाएगा और उसका निपटान नहीं किया जाएगा। वन के किसी भी प्रयोजन को कानून संवत होने के लिए प्रभावित परिवारों के स्वतंत्र, पूर्व और अधिकारी द्वारा होगा। प्रदेश अध्यक्ष मोहन मकाम ने कहा कि वन संरक्षित अधिनियम 1980 को, वन अधिकार अधिनियम, 2006 के अनुरूप लगू करना सुनिश्चित करने के लिए तकातीन परिवर्तन और वन मंजूरी मिलने के बाद वन अधिकारों के निपटारे की अनुमति दें दी है। जारी तौर पर अधिनियम के लिए तेजी लाने के लिए राज्य सरकारों पर केंद्र की ओर से और भी अधिक दबाव होगा। प्रदेश अध्यक्ष मोहन मकाम ने कहा कि वन संरक्षित अधिनियम 1980 को, वन अधिकार अधिनियम, 2006 के अनुरूप लगू करना सुनिश्चित करने के लिए तकातीन परिवर्तन और वन मंजूरी मिलने के बाद वन अधिकारों के निपटारे की अनुमति दें दी है। जारी तौर पर अधिनियम के लिए तेजी लाने के लिए राज्य सरकारों पर केंद्र की ओर से और भी अधिक दबाव होगा। प्रदेश अध्यक्ष मोहन मकाम ने कहा कि वन संरक्षित अधिनियम 1980 को, वन अधिकार अधिनियम, 2006 के अनुरूप लगू करना सुनिश्चित करने के लिए तकातीन परिवर्तन और वन मंजूरी मिलने के बाद वन अधिकारों के निपटारे की अनुमति दें दी है। जारी तौर पर अधिनियम के लिए तेजी लाने के लिए राज्य सरकारों पर केंद्र की ओर से और भी अधिक दबाव होगा। प्रदेश अध्यक्ष मोहन मकाम ने कहा कि वन संरक्षित अधिनियम 1980 को, वन अधिकार अधिनियम, 2006 के अनुरूप लगू करना सुनिश्चित करने के लिए तकातीन परिवर्तन और वन मंजूरी मिलने के बाद वन अधिकारों के निपटारे की अनुमति दें दी है। जारी तौर पर अधिनियम के लिए तेजी लाने के लिए राज्य सरकारों पर केंद्र की ओर से और भी अधिक दबाव होगा। प्रदेश अध्यक्ष मोहन मकाम ने कहा कि वन संरक्षित अधिनियम 1980 को, वन अधिकार अधिनियम, 2006 के अनुरूप लगू करना सुनिश्चित करने के लिए तकातीन परिवर्तन और वन मंजूरी मिलने के बाद वन अधिकारों के निपटारे की अनुमति दें दी है। जारी तौर पर अधिनियम के लिए तेजी लाने के लिए राज्य सरकारों पर केंद्र की ओर से और भी अधिक दबाव होगा। प्रदेश अध्यक्ष मोहन मकाम ने कहा कि वन संरक्षित अधिनियम 1980 को, वन अधिकार अधिनियम, 2006 के अनुरूप लगू करना सुनिश्चित करने के लिए तकातीन परिवर्तन और वन मंजूरी मिलने के बाद वन अधिकारों के निपटारे की अनुमति दें दी है। जारी तौर पर अधिनियम के लिए तेजी लाने के लिए राज्य सरकारों पर केंद्र की ओर से और भी अधिक दबाव होगा। प्रदेश अध्यक्ष मोहन मकाम ने कहा कि वन संरक्षित अधिनियम 1980 को, वन अधिकार अधिनियम, 2006 के अनुरूप लगू करना सुनिश्चित करने के लिए तकातीन परिवर्तन और वन मंजूरी मिलने के बाद वन अधिकारों के निपटारे की अनुमति दें दी है। जारी तौर पर अधिनियम के लिए तेजी लाने के लिए राज्य सरकारों पर केंद्र की ओर से और भी अधिक दबाव होगा। प्रदेश अध्यक्ष मोहन मकाम ने कहा कि वन संरक्षित अधिनियम 1980 को, वन अधिकार अधिनियम, 2006 के अनुरूप लगू करना सुनिश्चित करने के लिए तकातीन परिवर्तन और वन मंजूरी मिलने के बाद वन अधिकारों के निपटारे की अनुमति दें दी है। जारी तौर पर अधिनियम के लिए तेजी लाने के लिए राज्य सरकारों पर केंद्र की ओर से और भी अधिक दबाव होगा। प्रदेश अध्यक्ष मोहन मकाम ने कहा कि वन संरक्षित अधिनियम 1980 को, वन अधिकार अधिनियम, 2006 के अनुरूप लगू करना सुनिश्चित करने के लिए तकातीन परिवर्तन और वन मंजूरी मिलने के बाद वन अधिकारों के निपटारे की अनुमति दें दी है। जारी तौर पर अधिनियम के लिए तेजी लाने के लिए राज्य सरकारों पर केंद्र की ओर से और भी अधिक दबाव होगा। प्रदेश अध्यक्ष मोहन मकाम ने कहा कि वन संरक्षित अधिनियम 1980 को, वन अधिकार अधिनियम, 2006 के अनुरूप लगू करना सुनिश्चित करने के लिए तकातीन परिवर्तन और वन मंजूरी मिलने के बाद वन अधिकारों के निपटारे की अनुमति दें दी है। जारी तौर पर अधिनियम के लिए तेजी लाने के लिए राज्य सरकारों पर केंद्र की ओर से और भी अधिक दबाव होगा। प्रदेश अध्यक्ष मोहन मकाम ने कहा कि वन संरक्षित अधिनियम 1980 को, वन अधिकार अधिनियम, 2006 के अनुरूप लगू करना सुनिश्चित करने के लिए तकातीन परिवर्तन और वन मंजूरी मिलने के बाद वन अधिकारों के निपटारे की अनुमति दें दी है। जारी तौर पर अधिनियम के लिए तेजी लाने के लिए राज्य सरकारों पर केंद्र की ओर से और भी अधिक दबाव होगा। प्रदेश अध्यक्ष मोहन मकाम ने कहा कि वन संरक्षित अधिनियम 1980 को, वन अधिकार अधिनियम, 2006 के अनुरूप लगू करना सुनिश्चित करने के लिए तकातीन परिवर्तन और वन मंजूरी मिलने के बाद वन अधिकारों के निपटारे की अनुमति दें दी है। जारी तौर पर अधिनियम के लिए तेजी लाने के लिए राज्य सरकारों पर केंद्र की ओर से और भी अधिक दबाव होगा। प्रदेश अध्यक्ष मोहन मकाम ने कहा कि वन संरक्षित अधिनियम 1980 को, वन अधिकार अधिनियम, 2006 के अनुरूप लगू करना सुनिश्चित करने के लिए तकातीन परिवर्तन और वन मंजूरी मिलने के बाद वन अधिकारों के निपटारे की अनुमति दें दी है। जारी तौर पर अधिनियम के लिए तेजी लाने के लिए राज्य सरकारों पर केंद्र की ओर से और भी अधिक दबाव होगा। प्रदेश अध्यक्ष मोहन मकाम ने कहा कि वन

खास खबर



छत्तीसगढ़ में अब तक 265.3 मिमी औसत वर्षा दर्ज

रायपुर। राज्य शासन के गजस्व एवं आपदा प्रवर्धन विभाग द्वारा नए गए राज्य संसदीय नियंत्रण कक्ष द्वारा संकलित जानकारी के मुताबिक एक जून 2022 से अब तक राज्य में 265.3 मिमी औसत वर्षा दर्ज की जा चुकी है। राज्य के विभिन्न जिलों में 01 जून से आज दस जुलाई तक रिकार्ड की गई वर्षा के अनुसार बीजपुर जिले में शास्त्रधिक 556.8 मिमी और बलबीर सिंह जुनेजा इंडोर स्ट्रिडिम में आयोजित छत्तीसगढ़ निषाद केंवट समाज के नवनिवारित पदाधिकारियों के शाश्वत ग्रहण समारोह में राय घोषणा की।

राज्य संसदीय बाबू नियंत्रण कक्ष से प्राप्त जानकारी के अनुसार एक जून से अब तक सराजगढ़ में 135.5 मिमी, सूखपुर में 186.8 मिमी, शशपुर में 130.9 मिमी, कोरिया में 208.2 मिमी, रायपुर में 170.1 मिमी, बलबीर जारा में 260.4 मिमी, गरियांदेव में 283.8 मिमी, महासंदुंद में 255.9 मिमी, धमतरी में 244.5 मिमी, बिलासपुर में 303.7 मिमी, मुगेली में 362.6 मिमी, रायगढ़ में 248.5 मिमी, जांजीरी-चापा में 379.3 मिमी, कोरावा में 221.1 मिमी, गौरेला-पेण्ड्रा-मरवाही में 363.0 मिमी, दुर्गा में 257.2 मिमी, कीरोली-चापा में 256.8 मिमी, राजनांदगांव में 280.6 मिमी, बालोद में 319.5 मिमी, बेमता में 204.0 मिमी, बस्तर में 330.2 मिमी, कोणार्क में 278.3 मिमी, कांकर में 291.4 मिमी, नारायणपुर में 288.6 मिमी, दंगेवाडा में 253.4 मिमी और सुकुमा में 244.2 मिमी औसत वर्षा रिकार्ड की गई।

स्कूलों ने ली जा रही झींडी शुल्क की 20 प्रतिशत राशि अब संभागीय संयुक्त संचालक शिक्षा कार्यालय में जमा होगी

रायपुर। स्कूलों में पहुंचने पर मुख्यमंत्री ने भगवान श्रीराम, माता जानकी और भक्त गुहाराज निषाद की राज्य अवनी की। उन्होंने इस अवसर पर विलासादेवी केंवट पर “शोर्य की प्रतिमूर्ति” तथा इन्द्रल केंवट पर अनुदान भी दिया जाता है। इससे मछलीपालन करने वालों को अधिक आर्थिक लाभ होगा।

स्कूलों ने ली जा रही झींडी शुल्क की 20 प्रतिशत राशि अब संभागीय संयुक्त संचालक शिक्षा कार्यालय में जमा होगी

रायपुर। स्कूलों में पहुंचने पर मुख्यमंत्री ने भगवान श्रीराम, माता जानकी और भक्त गुहाराज निषाद की राज्य अवनी की। उन्होंने इस अवसर पर विलासादेवी केंवट पर “शोर्य की प्रतिमूर्ति” तथा इन्द्रल केंवट पर अनुदान भी दिया जाता है। इससे मछलीपालन करने वालों को अधिक आर्थिक लाभ होगा।

छत्तीसगढ़ जनजातीय सलाहकार परिषद में किया गया है अनुमोदन

श्रीकंचनपथ न्यूज

अखिल भारतीय गोंडवाना समाज के प्रतिनिधि लंडल ने मुख्यमंत्री का पेसा कानून के अनुमोदन के लिए जाता आगे।

छत्तीसगढ़ जनजातीय सलाहकार परिषद में किया गया है अनुमोदन

श्रीकंचनपथ न्यूज

रायपुर। मुख्यमंत्री भूपेश बघेल से उनके निवास कार्यालय में अखिल भारतीय गोंडवाना समाज के प्रतिनिधियों ने मुकाकार करने के लिए गोंडवाना ने छत्तीसगढ़ जनजाति सलाहकार परिषद में जमा होगी। पूर्व में यह राशि खेल जोन मुख्यालय में जमा करने के लिए गोंडवाना ने छत्तीसगढ़ जनजाति सलाहकार परिषद में जमा होगी। अखिल भारतीय गोंडवाना समाज के प्रतिनिधियों ने मुख्यमंत्री का गजमाता पहनकार स्वागत किया। मुख्यमंत्री भूपेश बघेल ने कहा कि अदिवासियों के हितों को संरक्षण प्रदान करने के लिए गोंडवाना समाज के प्रतिनिधियों ने मुख्यमंत्री का गजमाता पहनकार स्वागत किया। मुख्यमंत्री भूपेश बघेल से उनके निवास कार्यालय में जमा होगी।

स्कूल शिक्षा मंत्री डॉ. टेकाम ने 'सुरक्षित गुरुवार' कार्यक्रम का किया गया है

श्रीकंचनपथ न्यूज

रायपुर। स्कूल शिक्षा मंत्री डॉ. टेकाम ने 'सुरक्षित गुरुवार' कार्यक्रम का शुभारंभ किया। इस अवसर पर यात्रियों ने अपने ऊद्घोषन में कहा कि 'सुरक्षित गुरुवार' की अवधारणा ना सिफर बच्चों को सुरक्षित रखना अपितु स्कूल के व्यवस्थित संचालन में यह माल का पत्थर साबित होगा।

स्कूलों से जोन मुख्यालय, जिला शिक्षा अधिकारी कार्यालयों एवं विकासखण्ड शिक्षा अधिकारी कार्यालयों को राज्य स्तरीय प्रतियोगिता में सम्पादित करने, टीमों के गणवेश, टीम का परिवहन व्यवस्था, दैनिक भत्ता एवं खेल समाप्ति, प्रतियोगिता के दौरान खिलाड़ियों के लिए भोजन व्यवस्था, दैनिक भत्ता एवं खेल समाप्ति, प्रतियोगिता के दौरान खिलाड़ियों के लिए गोंडवाना से जोन मुख्यालय, जिला शिक्षा अधिकारी कार्यालयों एवं विकासखण्ड शिक्षा अधिकारी कार्यालयों को राज्य स्तरीय प्रतियोगिता में सम्पादित करने, टीमों के गणवेश, टीम का परिवहन व्यवस्था, दैनिक भत्ता एवं जिला स्तरीय प्रतियोगिता के आयोजन आदि पर व्यय करें। इसी प्रकार विकासखण्ड शिक्षा अधिकारी कार्यालय स्कूलों से कीटोडा शुल्क की टीमों को खेल जोन स्तरीय प्रतियोगिता में सम्पादित करने, टीमों को राज्य स्तरीय प्रतियोगिता में जमा करने, टीमों के गणवेश, टीम का परिवहन व्यवस्था, दैनिक भत्ता एवं खेल समाप्ति, प्रतियोगिता के दौरान खिलाड़ियों के लिए गोंडवाना से जोन मुख्यालय, जिला शिक्षा अधिकारी कार्यालय स्कूलों से कीटोडा शुल्क की टीमों को खेल जोन स्तरीय प्रतियोगिता में सम्पादित करने, टीमों को राज्य स्तरीय प्रतियोगिता के आयोजन आदि पर व्यय करें। जिला शिक्षा अधिकारी कार्यालय स्कूलों से कीटोडा शुल्क की टीमों को खेल जोन स्तरीय प्रतियोगिता में सम्पादित करने, टीमों को राज्य स्तरीय प्रतियोगिता के आयोजन आदि पर व्यय करें।

स्कूल शिक्षा मंत्री डॉ. टेकाम ने 'सुरक्षित गुरुवार' कार्यक्रम का किया गया है

श्रीकंचनपथ न्यूज

रायपुर। स्कूल शिक्षा मंत्री डॉ. टेकाम ने 'सुरक्षित गुरुवार' कार्यक्रम का शुभारंभ किया। इस अवसर पर यात्रियों ने अपने ऊद्घोषन में कहा कि 'सुरक्षित गुरुवार' की अवधारणा ना सिफर बच्चों को सुरक्षित रखना अपितु स्कूल के व्यवस्थित संचालन में यह माल का पत्थर साबित होगा।

स्कूलों से जोन मुख्यालय, जिला शिक्षा अधिकारी कार्यालय स्कूलों से कीटोडा शुल्क की टीमों को खेल जोन स्तरीय प्रतियोगिता के दौरान खिलाड़ियों के लिए गोंडवाना से जोन मुख्यालय, जिला शिक्षा अधिकारी कार्यालय स्कूलों से कीटोडा शुल्क की टीमों को खेल जोन स्तरीय प्रतियोगिता के आयोजन आदि पर व्यय करें। जिला शिक्षा अधिकारी कार्यालय स्कूलों से कीटोडा शुल्क की टीमों को खेल जोन स्तरीय प्रतियोगिता के आयोजन आदि पर व्यय करें।

स्कूल शिक्षा मंत्री डॉ. टेकाम ने 'सुरक्षित गुरुवार' कार्यक्रम का किया गया है

श्रीकंचनपथ न्यूज

रायपुर। स्कूल शिक्षा मंत्री डॉ. टेकाम ने 'सुरक्षित गुरुवार' कार्यक्रम का शुभारंभ किया। इस अवसर पर यात्रियों ने अपने ऊद्घोषन में कहा कि 'सुरक्षित गुरुवार' की अवधारणा ना सिफर बच्चों को सुरक्षित रखना अपितु स्कूल के व्यवस्थित संचालन में यह माल का पत्थर साबित होगा।

स्कूलों से जोन मुख्यालय, जिला शिक्षा अधिकारी कार्यालय स्कूलों से कीटोडा शुल्क की टीमों को खेल जोन स्तरीय प्रतियोगिता के दौरान खिलाड़ियों के लिए गोंडवाना से जोन मुख्यालय, जिला शिक्षा अधिकारी कार्यालय स्कूलों से कीटोडा शुल्क की टीमों को खेल जोन स्तरीय प्रतियोगिता के आयोजन आदि पर व्यय करें। जिला शिक्षा अधिकारी कार्यालय स्कूलों से कीटोडा शुल्क की टीमों को खेल जोन स्तरीय प्रतियोगिता के आयोजन आदि पर व्यय करें।

स्कूल शिक्षा मंत्री डॉ. टेकाम ने 'सुरक्षित गुरुवार' कार्यक्रम का किया गया है

श्रीकंचनपथ न्यूज

रायपुर। स्कूल शिक्षा मंत्री डॉ. टेकाम ने 'सुरक्षित गुरुवार' कार्यक्रम का शुभारंभ किया। इस अवसर पर यात्रियों ने अपने ऊद्घोषन में कहा कि 'सुरक्षित गुरुवार' की अवधारणा ना सिफर बच्चों को सुरक्षित रखना अपितु स्कूल के व्यवस्थित संचालन में यह माल का पत्थर साबित होगा।

स्कूलों से जोन मुख्यालय, जिला शिक्षा अधिकारी कार्यालय स्कूलों से कीटोडा शुल्क की टीमों को खेल जोन स्तरीय प्रतियोगिता के दौरान खिलाड़ियों के लिए गोंडवाना से जोन मुख्यालय, जिला शिक्षा अधिकारी कार्यालय स्कूलों से कीटोडा शुल्क की टीमों को खेल जोन स्तरीय प्रतियोगिता के आयोजन आदि पर व्यय करें। जिला शिक्षा अधिकारी कार्यालय स्कूलों से कीटोडा शुल्क की टीमों को खेल जोन स्तरीय प्रतियोगिता के आयोजन आदि पर व्यय करें।

स्कूल शिक्षा मंत्री डॉ. टेकाम ने 'सुरक्षित गुरुवार' कार्यक्रम का किया गया है

श्रीकंचनपथ न्यूज

रायपुर। स्कूल शिक्षा मंत्री डॉ. टेकाम ने 'सुरक्षित गुरुवार' कार्यक्रम का शुभारंभ किया। इस अवसर पर यात्रियों ने अपने ऊद्घोषन में कहा कि 'सुरक्षित गुरुवार' की अवधारणा ना सिफर बच्चों को सुरक्षित रखना अपितु स्कूल के व्यवस्थित संचालन में यह माल का पत्थर साबित होगा।

स्कूलों स

पेनकिलर का ज्यादा सेवन बढ़ा सकती है दिक्षते, दर्द से छुटकारा पाने के लिए ये 'घरेलू पेनकिलर्स' हैं असरदार

सामाजिकता और पर शरीर में होने वाली दर्द की स्थिति में पेनकिलर ले लेने से आपको कुछ ही समय में आराम मिल जाता है। दर्द की स्थिति में पेनकिलर लेने के लिए हम डॉक्टरी प्रिस्क्रिप्शन पर भी ध्यान नहीं देते हैं। स्वास्थ्य विशेषज्ञों का कहना है कि बिना डॉक्टरी सलाह के ली गई दवाएं आपको कुछ पलों में आराम तो दिला सकती हैं पर इसके कारण कई तरह के अल्पकालिक-दीर्घकालिक साइड-इफेक्ट्स होने का भी खतरा रहता है। ऐसे में सबाल उठता है कि बिना पेनकिलर के दर्द को कैसे ठीक किया जा सकता है? स्वास्थ्य विशेषज्ञ कहते हैं, हर बार दर्द के लिए पेनकिलर लेना आवश्यक नहीं है। हर घर में प्राकृतिक दर्द निवारक दवाएं होती हैं जो कई प्रकार के हल्के से लेकर तेज दर्द को पेनकिलर की ही तरह से ठीक करने की क्षमता रखती हैं। आमतौर पर हम घरों में मौजूद इन औषधियों के प्रभावों से अनजान होते हैं, पर इनको प्रयोग में लाकर आसानी से लाभ प्राप्त किया जा सकता है। कान, दांत, मांसपेशियों, सिरदर्द और चोट के दर्द को कम करने में कई औषधियों को विशेष प्रभावी पाया गया है। आइए हमारे घरों में मौजूद ऐसी ही कुछ औषधीय दर्द निवारकों के बारे में जानते हैं।



जमने से रोकता है और मांसपेशियों के दर्द से राहत दिलाने में सहायक है। हल्दी में एंटी-इंफ्लेमेटरी गुण पाए जाते हैं जो चोट के कारण होने वाल सूजन को कम करने में कारगर है। इसके अलावा हल्दी के एंटीसेप्टिक और एंटीबायोटिक गुण धावों को दीक करने में मदद करते हैं।

तेल में सक्रिय यौगिक यूजेनॉल पाया जाता है जो स्वाभाविक रूप से रक्त को पतला करने और रक्त के थके को रोककर हृदय की के लिए भी प्रभावी उपाय है। थकान का कारण होने वाले दर्द में अदरक की चाकाफी फायदेमंद मानी जाती है।

सिरदर्द के लिए अदरक और तलसी

अदरक और तुलसी से बनी चाय सिरदर्द और फ्लू के कारण होने वाली समस्याओं को कम करने में सहायक है। इसके अलावा अध्ययनों में यह भी पाया गया कि अदरक जोड़ों और मांसपेशियों के दर्द के लिए भी एक बेहतरीन उपाय हो सकता है। अदरक में मौजूद फाइटोकेमिकल्स दर्द पैदा करने वाले हार्मोन के उत्पादन और रिलीज को नियंत्रित करते हैं। यह मतली और मॉर्निंग सिक्केस हान वाल दद म दही का सेवन करने आपको काफी लाभ दे सकता है। दही मौजूद प्रोबायोटिक्स आंत के लिए फायदेमंद माने जाते हैं जो पेट के दर्द के कारण बनने वाले कारकों को कम करने में भी लाभ दे सकते हैं। पाचन की प्रक्रिया वाली रखने में भी दही के स्वास्थ्य लाभ हैं। पेट के दर्द की समस्या को कम करने के लिए अजवाइन का सेवन करना भी लाभकारी हो सकता है।

मांसपेशियों और चोट का दर्द

सामान्यतौर पर गिरने या अन्य कारणों से लगने वाले चोट की स्थिति में होने वाले दर्द को ठीक करने में हल्दी का सेवन करना विशेष लाभकारी माना जाता है। गर्म दूध के साथ मिलाकर हल्दी का सेवन रक्त को

त्रिफला खाने के फायदे तो जानते होंगे लेकिन अब जानें इसके साइड इफेक्ट्स, जानें क्या है इसे लेने का सही तरीका

त्रिफला एक सदियों पुराना आयुर्वेदिक और हर्बल उपचार है, जिसमें तीन अलग-अलग फलों का संयोजन होता है। भारतीय आंवला, बेहड़ा और हरीतकी। यह पाउडर, कैप्सूल, जूस या अर्क के रूप में पाया जाता है और कहा जाता है कि यह डायबिटीज, हाई कोलेस्ट्रॉल, हाई ब्लड प्रेशर जैसी कई स्वास्थ्य समस्याओं को ठीक करने में कारगर है। त्रिफला खाने के कई फायदे भी हैं। बॉडी को डिटोक्स करने के लिए भी त्रिफला बहुत कारगर है। आपको अगर हमेशा पेट की परेशानियां रहती हैं, तो भी त्रिफला आपके लिए बहुत फायदेमंद है लेकिन इसे खाने से पहले कुछ सावधानियों के बारे में भी जरूर जान लेना चाहिए क्योंकि इसे ज्यादा या गलत तरीके से खाने पर कई साइड इफेक्ट्स भी हो सकते हैं।

आपका बेट लॉस भी होता है। 62 मोटे वयस्कों के एक अध्ययन में पाया गया कि जिन लोगों ने त्रिफला पाउडर की 10 ग्राम दैनिक ली थी, उनका वजन, कमर, हिप्स जैसी जगहों चर्बी काफी कम थी।

त्रिफला के सेवन से होने वाले साइड इफेक्ट्स

वेट लॉस के लिए भी फायदेमंद

कुछ अध्ययनों से पता चला है कि त्रिफला

अगर आप खाला पट खाते हैं, तो इससे

हो सकता है। वर्हीं, जिन लोगों को आवंला या खट्टे फलों से एलर्जी है उनके लिए भी त्रिफला सही नहीं है क्योंकि इससे उन्हें स्पिक्न एलर्जी हो सकती है।

त्रिफला की कोई मानक खुराक नहीं है, यह पाउडर, जूस, कैप्सूल, टैबलेट आदि के रूप में उपलब्ध है। विशेषज्ञों का सुझाव है कि जड़ी-बूटियों के बेहतर अवशोषण के लिए

खाली पेट भोजन के बीच त्रिफला का सेवन करें। त्रिफला चूर्ण के रूप में गर्म पानी में मिलाकर भोजन से पहले लिया जा सकता है। गैस, दस्त आदि कुछ ऐसी समस्याएं हैं जो त्रिफला के सेवन से ठीक सकती हैं। वहीं, इसके चूर्ण को आप गुनगुने पानी में मिलाकर भी पी सकते हैं।

शनिवार को फिल्म ने बीते दिन के मुकाबले 91.30 फीसदी का उछाल दर्ज करते हुए सभी भाषाओं में 2.20 करोड़ रुपये कमाए। और, रिलीज के दूसरे रविवार को फिल्म ने अपना कलेक्शन इससे भी बेहतर करते हुए सुन्दरी आंकड़ों के दिसाब से 2.50 करोड़ रुपये तक पहुंचा दिया है। फिल्म की कुल कमाई बॉक्स ऑफिस पर अब 19.36 करोड़ रुपये के करीब हो चुकी है।

वेदेशी ताकतों के इशरे पर कांग्रेस और वाम गठबंधन की अनियन्त्रित मिलीभगत के चलते भारतीय अंतरिक्ष अनुसंधान संगठन (इसरो) के एक वैज्ञानिक को जासूसी के द्वारे तारोपों में गिरफ्तार करके रॉकेट तकनीक के मामले में देश को बरसों पीछे धकेल देने वाली सच्ची घटना का बुलासा करती फिल्म 'रॉकेट्री: द नंबी इफेक्ट' ने शनिवार को अपने कलेक्शन में 90 फोसदी से अधिक उछाल दर्ज करने के बाद रविवार को भी देसी फिल्मों में बॉक्स ऑफिस पर अपनी नंबर वन पोजीशन बरकरार रखी। इस फिल्म ने सिनेमाघरों में बीते शुक्रवार को पहुंची फिल्म 'खुदा हाफिज 2' के मुकाबले सिफे एक तिहाई शोज

करना जारी रखा है। तीसरे हफ्ते में पहुंच चुकी धर्मा प्रोडक्शंस की मल्टीस्टार फिल्म 'जुग जुग जियो' को भी माधवन की फिल्म ने रविवार को मात दी।

दूसरे वीकएंड पर शानदार कमाईः- पहले हफ्ते में 13.51 करोड़ रुपये की शानदार कमाई करने वाली अंतरिक्ष वैज्ञानिक नंबी नारायणन की देशभक्ति गाथा 'रॉकेट्री द नंबी इफेक्ट' ने रिलीज के दूसरे शुक्रवार



शनिवार को फिल्म ने बीते दिन के मुकाबले 91.30 फीसदी का उछाल दर्ज करते हुए सभी भाषाओं में 2.20 करोड़ रुपये कमाए। और, रिलीज के दूसरे रविवार को फिल्म ने अपना कलेक्शन इससे भी बेहतर करते हुए शुरुआती आंकड़ों के हिसाब से 2.50 करोड़ रुपये तक पहुंचा दिया है। फिल्म की कुल कमाई बॉक्स ऑफिस पर अब 19.36 करोड़ रुपये के करीब हो चुकी है।

दुर्ग, सुपेला और कोहका प्रतिष्ठित संस्थान विनापन के लिए संपर्क करें:-

9303289950. 9827806026. 8962815243

The logo for Shri Sai Commerce Coaching. It features a large, bold, black and white graphic of the letters 'S' and 'A'. Below this, the words 'SHRI SAI' are written in a smaller, bold, black font. Underneath 'SHRI SAI', the words 'COMMERCE COACHING' are written in a bold, black font. To the right of the text, there is a black and white photograph of a man with dark hair and a mustache, wearing a suit jacket over a light-colored shirt. The entire logo is set against a white background.

**BANK P.O.
&
CLERK,
MBA,
RLY.,
SSC.**

सर्वा कोचिंग

135, NEW CIVIC CENTER,

**BANK P.O.
&
CLERK,
MBA,
RLY.,
SSC.**

चौरसिया ज्वेलर्स

आकर्षक सोने चांदी के आभूषणों के निर्माता एवं विक्रेता



खास-खबर

चोरी के आरोप में नाबालिंग

पकड़ाया, दो मोबाइल-लैपटॉप जब्त

रायपुर (ए)। पुलिस बस्ती थाना क्षेत्र के अलग-अलग मकानों में चोरी करने वाले नाबालिंग को पुलिस ने गिरफतार किया है। आरोपित के पास से चोरी के दो मोबाइल और एक लैपटॉप जब्त किया गया है। थाने में गणेश साह ने रिपोर्ट दर्ज की थी कि लाखेनगर में एक किराए के मकान में परिवार के साथ रहते हैं। दो जुलाई की रात मोबाइल फोन को खिड़की के पास चार्जिंग में रखकर सो गए। खिड़की खुली हुई थी। सुबह उठे तो उनका मोबाइल गायब था। वहीं उनके पांचसी ऋषभ अवस्थी ने जाताया कि उनके घर के नेट डोर का जाल नाकार करने नगदी छोड़ दी है। चोरी की रिपोर्ट दर्ज होने के बाद पुलिस ने आसपास लगे सीसीटीवी कैमरे को खंगाला तो आरोपित का सुराग मिला। पुलिस ने नाबालिंग को पकड़कर पूछताछ की तो उसने चोरी का अपराध स्वीकार किया।

दुकान में चोरी करने वाला गिरफतार

रायपुर (ए)। राजधानी के गोलबाजार स्थित दुकान से चोरी करने के आरोपित सैव्यद महबूब को पुलिस ने गिरफतार किया है। गोलबाजार थाने में अशिक इकाल मीरखान ने रिपोर्ट दर्ज की है कि नयापरा मस्तिष्क के सामान चोरी में रहते हैं। घर में ही किराना दुकान चलते हैं। शुक्रवार की रात दुकान बंद कर घर के अंदर किराना का सामान निकालने गए थे। कुछ देर बाद दुकान में आए तो चार्जिंग में लगा मोबाइल, सिरपट के छह-सात पैकेट और ट्रायज में रखी गयी गायब थी। पुलिस मामला दर्ज कर जांच में जुटी थी। सैव्यद के आरोपित की पहचान सैव्यद महबूब निवासी गोलबाजार के रूप में की। सैव्यद के पास से चोरी का सामान जब लिया गया है।

आटो चालक को बेल्ट व डंडा से पीटा आरोपी फरार

बिलासपुर (ए)। सिविल लाइन थाना क्षेत्र में पूर्णी रोज़ाना के चलते युवकों ने बेल्ट व डंडा से आटो चालक के साथ जमकर मारपीट की। इससे चालक को चोट लगी है। घटना के बाद सभी आरोपित फरार हो गए। पीड़ितों ने इसकी शिकायत थाने में दर्ज कराई है। पुलिस ने आरोपित के निवासी इकाल और मारपीट के तहत अपराध दर्ज कर लिया है। पुलिस मामले की विवेचना कर रही है।

ईमलीपारा के केशवानी गली के रहने वाले मनोज कुमार तिवारी आटो चलाने का काम करते हैं। नौ जुलाई की रात 1.20 बजे आटो लेकर जबरांग काम्पलैंस के सामने महाराणा प्रताप जांच के पास खड़े थे। सवारी के दूर्जार कर रहे थे। इस बीच वहाँ कृष्ण कुमार चौहान भी पहुंच गया। फिर दोनों एक साथ चातूरी कर रहे थे। दोनों के बीच पारिवारिक चालते हुए रही थी। उसी समय सालीकरण, अच्युत अंजय और उसके अन्य साथी वहाँ पहुंचे और पुरानी रोज़ाना को लेकर मनोज तिवारी के साथ गली-गलौज करने लगे। मनोज ने गाली देने से मना किया। तब सभी आरोपितों ने एक साथ मिलकर राड, डंडा व बेल्ट से मनोज तिवारी के साथ मारपीट करने लगे। इसके बाद चालक ने बीच बालू किया, लेकिन दोनों भी जान से माने की थीकी दी। तब कृष्ण चौहान सड़क कियारे चले गए। सभी आरोपितों ने मनोज के साथ जमकर मारपीट की। इसके बाद सभी आरोपित वहाँ से फरार हो गए। मारपीट से पीड़ित के दिनें पैर, हाथ, सिर, बायं हाथ के भुज, सिर, सिनें में चोट लगी है। पीड़ित ने इसकी शिकायत लाइन थाने में की है। पुलिस ने आरोपितों के खिलाफ अपराध दर्ज कर लिया है।

पत्नी की गला घोंटकर हत्या फिर पंखे से लटकाया शव

आरोपी बोला- वो चाटिरहीन थी, कहती थी- तुम्हारे सामने 10 पुष्टों से संबंध बनाऊंगी

बिमेतरा (ए)। बिमेतरा में एक युवक ने अपनी पत्नी की गला घोंटकर हत्या कर दी। इसके बाद उसके शव को पंखे से फाँपी पर लटका दिया और फिर थाने जाकर संहेंद्र कर दिया।

आरोपी ने दावा किया कि पत्नी के

अंतीं संबंध थे। मना करता तो

झगड़ी थी। कहती थी- तलाक दे

दो, फिर तुम्हारे सामने ही 10 पुरुषों

से संबंध बनाऊंगी। इसके चलते पत्नी

को जार दिया। मामला सेमरिया थीकी

थाना क्षेत्र का है।



जानकारी के मुताबिक, खंडसरा निवासी सुशील माहू (28) कुछ समय पहले अपनी पत्नी रानी साहू (25) के साथ नीकरी के लिए लखनऊ गया था। आरोप वही है कि वहाँ उसने अपनी पत्नी बानी को किराना का सामान निकालने गए थे। कुछ देर बाद दुकान में आए तो चार्जिंग में लगा मोबाइल, सिरपट के छह-सात पैकेट और ट्रायज में रखी गयी थी। सैव्यद मामले की विवेचना कर रही है।

आटो चालक को बेल्ट व डंडा से पीटा आरोपी फरार

बिलासपुर (ए)। सिविल लाइन थाना क्षेत्र में पूर्णी रोज़ाना के चलते युवकों ने बेल्ट व डंडा से आटो चालक के साथ जमकर मारपीट की। इससे चालक को चोट लगी है। घटना के बाद सभी आरोपित फरार हो गए। पीड़ितों ने इसकी शिकायत थाने में दर्ज कराई है। पुलिस ने आरोपित के निवासी इकाल और मारपीट के तहत अपराध दर्ज कर लिया है। पुलिस मामले की विवेचना कर रही है।

दर्शकों के लिए बेसिन बिलासपुर (ए)। छत्तीसगढ़ के कोरबा में हुए सड़क हादसे में 12 से ज्यादा लोग घायल हुए हैं। इनमें से 2 की हालत गंभीर बनी हुई है। ये सभी पिकअप में सवार होकर दशगात कार्यक्रम में शामिल होने जा रहे थे। उसी दौरान पिकअप के अनियंत्रित होने के चलते ये हादसा हुआ है। बताया जा रहा है कि पिकअप ड्राइवर बाइक को ओवरटेक करना चाह रहा था। जिसके बालूते पिकअप अनियंत्रित होकर पलट गई। हादसा उराया थाना क्षेत्र में हुआ है।

मसान गांव के ही 25 लोग एक

पिकअप में सवार होकर रविवार सुबह

के वक्त जांगीरी जा रहे थे। सभी

जांगीरी के रेडा गांव दशगात कार्यक्रम में शामिल होने निकले थे। पिकअप

में शामिल होने के बाद चालते थे।

जांगीरी के रेडा गांव दशगात कार्यक्रम में शामिल होने निकले थे।

अभी मड़वारानी से आगे भेलवुड़ी के पास पहुंची थी। उसी वक्त एक बाइक

प

