

रविवार, 20 नवंबर 2022

पृष्ठ-3

श्रीकंपनपथ

छत्तीसगढ़

छत्तीसगढ़ की सबसे ऊंची छोटी पर पहुंची जोश वेलफेयर फाउण्डेशन की टीम

श्रीकंचनपथ न्यूज़

रायपुर। बलरामपुर-रामानुजगंगा जिले के कृष्णी विकाससंघ में स्थित छत्तीसगढ़ की सबसे ऊंची चोटी गौर-लाटा पर जोश वेलफेयर फाउण्डेशन की 26 सदस्यीय टीम ने ट्रैकिंग की, ट्रैकिंग के द्वारा स्थानीय ग्रामीण उत्साहित दिखे। जोश वेलफेयर फाउण्डेशन की टीम जिले में 18 से 20 नवंबर तक कैप कर रही है, तथा पर्षटन को बढ़ावा देने के दृष्टिकोण से तात्पारी, वनवाटिका, डीपाडी ह का भ्रमण कर स्थानीय संस्कृति और परम्पराओं को जानने का प्रयास करती है। विदित है कि कलेक्टर श्री विजय दयाराम के की पहल पर जिले में पर्षटन को बढ़ावा दी गई है, जिले के चांदो बन तथा गौर-लाटा को पर्षटन नवशे पर स्थानित करने की शुभांत कर दी गई है, जिले के चांदो बन तथा गौर-लाटा को पर्षटन में पर्षटन को बढ़ावा देखने को मिलता है। गौर-लाटा पर ट्रैकिंग करने आये जोश वेलफेयर फाउण्डेशन के सदस्य श्री पाण्डियों से होकर गुजरा



सके, साथ ही स्थानीय लोगों के लिए रोजगार के नए साधन विकसित किया जा सके।

छत्तीसगढ़ की सबसे ऊंची चोटी गौर-लाटा को पर्षटन नवशे पर स्थानित करने की शुभांत कर दी गई है, जिले के चांदो बन तथा गौर-लाटा से प्रकृति का मनोरम दृश्य देखने को मिलता है। गौर-लाटा पर ट्रैकिंग करने आये जोश वेलफेयर फाउण्डेशन के सदस्य श्री

पड़ता है। बलरामपुर जिला मुख्यालय से 47 किलो मीटर दूरी पर स्थित है, ग्राम इदरीपाटा से गौर-लाटा पर पहुंचना जा सकता है, प्रकृति का अद्भुत दृश्य देखने को मिला, उहाँने कलेक्टर श्री विजय दयाराम के को धन्यवाद जापित करते हुए कहा कि उनकी पहल पर ही वे गौर-लाटा तक अपनी टीम के साथ पहुंचे हैं, तथा जिले के अन्य दर्शनीय स्थलों का भ्रमण

अधिकै जायसवाल ने बताया कि छत्तीसगढ़ की सबसे ऊंची चोटी गौर-लाटा पर पहुंचकर उहाँ प्रकृति का अद्भुत दृश्य देखने को मिला, उहाँने कलेक्टर श्री विजय दयाराम के को धन्यवाद जापित करते हुए कहा कि उनकी पहल पर ही वे गौर-लाटा तक अपनी टीम के साथ पहुंचे हैं, तथा जिले के अन्य दर्शनीय स्थलों का भ्रमण

पुष्ट नसबंदी पखवाड़ा 21 से, घर-घर जाकर बताए जाएंगे परिवार नियोजन के फायदे

श्रीकंचनपथ न्यूज़

पखवाड़े का मुख्य उद्देश्य जनसाधारण को सीमित परिवार के प्रति जागरूक करना है। साथ ही इच्छुक लाभार्थियों को परिवार नियोजन की ओर जाकर देना, उसबंदी को बढ़ावा देने के लिए नसबंदी पखवाड़ा शुरू किया जाएगा जो कि 4 दिसंबर तक चलेगा। यह पखवाड़ा दो चरणों में आयोजित किया जा रहा है। इस दौरान प्रभित्रिया की उपलब्धता सुनिश्चित करना है। पुरुष नसबंदी पखवाड़ा, सरल, सुरक्षित और आसान विधि है, इसमें पहला चरण मोबाइल इयोजन और दूसरा चरण पर्याप्त विधि का रूप में मनाया जाएगा। पहला चरण 21 नवंबर से 4 दिसंबर तक मनाया जाएगा। वहाँ दूसरा चरण 28 नवंबर से 4 दिसंबर तक मनाया जाएगा। परिवार नियोजन के महत्व के बारे में योग्य विवरण लगाकर पुरुष नसबंदी के प्रभाव बताएं जाएंगे। इस पखवाड़े के पहले चरण में लाभार्थियों को पुरुष नसबंदी को साथ ही स्वास्थ्य केंद्रों में विशेष प्रिविले लगाकर पुरुष नसबंदी के प्रभाव बताएं जाएंगे। परिवार नियोजन के महत्व के बारे में योग्य विवरण लगाकर पुरुष नसबंदी के लिये खंड विस्तार प्रशिक्षण अधिकारी, स्वास्थ्य कार्यकर्ता, प्रिविले आयोजनार्थी को सेवाएं उपलब्ध कराई जाएंगे। इस दौरान कार्यकर्ताओं के लिये खंड विस्तार प्रशिक्षण अधिकारी, प्रिविले आयोजनार्थी को सेवाएं उपलब्ध कराई जाएंगे। परिवार नियोजन साधनों से होने वाले लाभ के बाद व्यक्ति को किसी प्रकार के आराम की विशेष आवश्यकता नहीं होती। इसमें न ही किसी प्रकार जानकारी नहीं होती। आगे न ही यह वैवाहिक जीवन को प्रभावित करता है।

पुरुष नसबंदी है सरल पुरुष नसबंदी, महिला नसबंदी से अपेक्षकृत अधिक सरल है। इसके बावजूद भ्रम, समाजिक मान्यताओं और उपर्युक्त विधि के कारण लोग इसे अपनाने के लिये खंड विस्तार प्रशिक्षण अधिकारी, स्वास्थ्य कार्यकर्ता, प्रिविले आयोजनार्थी होते हैं। पुरुष नसबंदी में बिना चीरा के नसबंदी के बाद व्यक्ति को किसी प्रकार के आराम की विशेष आवश्यकता नहीं होती। इसमें न ही किसी प्रकार जानकारी नहीं होती। आगे न ही यह वैवाहिक जीवन को प्रभावित करता है।

खास खबर

कांगें ने प्रथम महिला प्रधानमंत्री स्ट.इंदिया गांधी की जयती पर दी श्रद्धांजलि

जगदलपुर। बस्तर जिला कांगेंस कमेटी शहर द्वारा राजीव भवन में भारत की पहली महिला प्रधानमंत्री इंदिरा गांधी की जयती सामाजी व गरिमा के मानई गई कांगेंसियों ने उके छायाचित्र पर माल्यांपण कर द्वारा जिला कांगेंस ने प्रथम महिला प्रधानमंत्री इंदिरा गांधी के अंदर गजब की राजनीतिक दूर्विरासी थी इंदिरा का जन्म 19 नवंबर, 1917 को हुआ पिता जवाहर लाल नेहरू आजादी की लड़ाई का नेतृत्व करने वालों में शामिल थे। देश विहार में सर्वोच्च त्याग एवं विद्वान के लिए संदेव यात्रा किया जाता रहेगा। समाजीय सचिव/विविधक रेखांचन जें ने कहा कि इन्दिरा गांधी पर्सिंग जैव उत्तरपुर के कामनाएं नहीं 1947 से 1964 तक अपने प्रधानमंत्री पर्सिंग जैव उत्तरपुर के कामनाएं का साथ उहाँने काम करना शुरू कर दिया। पूर्व प्रधानमंत्री इंदिरा गांधी को राजनीति विवास में मिली थी। वह सबसे पहले लाल बहादुर शास्त्री के मंत्रिमंडल में सूचना एवं प्रसारण मंत्री बनी। साथी जी के निधन के बाद 1966 में वह देश की प्रधानमंत्री के पद पर आसीन हुई। इंदिरा की ऐतिहासिक कामयाचियों के चलते उस समय देश में 'इंदिरा इंडिया, इंडिया इंदिरा' का नाम जोश-शोर से गूंजने लगा। सभापति कविता साहू जिला महामंत्री अनवर खान कैशल नागवरी, अपर्णा बाजार्ड-सुशीरा मौर्य-योगेश पाण्डियां, अजय बिसाई ने उनकी जीवनी प्रकाश डाला। इस दौरान स्ट्रीट जिला/लॉकर कांगेंस के प्रशिक्षणकारी, संचालन/प्रशिक्षक कांगेंस/युवक कांगेंस/नगर नियमन/त्रिस्तरीय पंचायत/सहकारिता क्षेत्र के सभी निवाचित जनप्रतिनिधियों, वर्षीक गांधीसी व कार्यकर्तागण मौजूद थे।

मुख्यमंत्री सुपोषण अभियान: संवर्दी कनिष्ठा की सेहत, गर्भवती

एवं शिशुवती माताओं के पोषण स्तर में हो रहा नियमित सुधार

श्रीकंचनपथ न्यूज़

बिलासपुर। विकासखंड मस्तुरी के ग्राम रिया के दंपति ने पहले महंश एवं श्रीमती कांगेंसियों के लिए 16 दिसंबर 2022 को दिन खुशियां लेकर आया। इस दिन उनके घर में बच्चे की किलकारी गूंजी। दंपति बच्चे के जन्म से खुश तो थे लेकिन बच्ची के जन्म को लेकर करिता रहे।

सुपोषण अभियान से लाभान्वित होने से पहले कनिष्ठा का जन्म 9 क्रि.ग्रा. था। कनिष्ठा मध्यम कुपोषित की श्रेणी में थी। मुख्यमंत्री सुपोषण अभियान से लाभान्वित होने के बाद अब उसका जन्म बढ़कर अब 11 किलो 700 ग्राम हो गया है। कनिष्ठा अब कुपोषण से मुक्त हो गया है।

आंगनबाड़ी कंप्रेंस में नियमित देखभाल एवं पॉइंट आहार से कनिष्ठा का जन्म अब बढ़ गया है। कनिष्ठा की सेहत में सुधार से



माता-पिता बहुत खुश हैं एवं इस योजना के लिए उहाँने मुख्यमंत्री भूपेश बघेल का आभार व्यक्त किया।

मुख्यमंत्री सुपोषण अभियान कृपोषित बच्चों के लिए वरदान साबित हो रहा है। मस्तुरी प्रोजेक्ट में अगस्त मह 2022 से अब तक 244 बच्चे कृपोषण की जद से बाहर आ चुके हैं। इसी प्रकार मुख्यमंत्री सुपोषण अभियान के तहत गर्भवती एवं शिशुवती माताओं को भी गरम भोजन से लाभान्वित किया जा रहा है। स्व सहायता समूहों की महिलाओं द्वारा अंगनबाड़ी केंद्रों में गरम

मुख्यमंत्री सुपोषण अभियान से लाभान्वित गर्भवती माता श्रीमती अर्चना दिलहरण है। इनके द्वारा नियमित रूप से अंगनबाड़ी में आकर गरम भोजन का लाभ लिया जा रहा है। इस प्रकार योगना से लाभान्वित होने वाली अन्य गर्भवती एवं शिशुवती माताओं के पोषण स्तर में नियमित सुधार हो रहा है।

BIG BRAND Premium Store
 30% Off
 70001 78467
 70008 73376
 Near KPS school , Nehru Nagar ,Bhilai

CROWN® TV
 Choice Of Millions
 LED Available 16-20-22-24-32-40-50-55-65

 Premier sales 8959493000
 Arhum Electronics 9926100315
 A Leela Electronics 9425507722
 Reema Electronics 9329132299
 Shree Electronics 7000827361
Trade Enquiry: 98262-52372

बड़े होंठों के लिए अपनाएं ये 5 घरेलू नुस्खे नहीं पड़ेगी इंजेक्शन की जरूरत

आजकल बड़े और ऊपर हुए होंठों का ट्रेंड चल रहा है। यहीं वजह है कि कई महिलाएं अपने होंठों को बड़ा करने के चाहकर में ना जाने कितने महंगे-महंगे लिप प्लंपर के इंजेक्शन लगवाती हैं। हालांकि, आप चाहें तो ऐसे इंजेक्शन की बजाय घरेलू नुस्खों को अपनाकर अपने होंठों को बड़ा कर सकती हैं। आइ आज हम आपको पांच ऐसे घरेलू नुस्खों के बारे में बताते हैं, जो काफी असरदार साबित हो सकते हैं।

दालचीनी का स्क्रब

दालचीनी का स्क्रब न सिर्फ होंठों को मोटा करने में सहायक है बल्कि उन्हें एक्सफोलिएट भी करता है। इसे बनाने के लिए सबसे पहले एक कटोरी में दालचीनी का पाउडर और सफेद चीनी को मिलाएं। अब इसमें मीठे बादाम का तेल मिलाएं। इसके बाद इस मिश्रण को अपने होंठों पर लगाकर 5-10 मिनट तक मसाज करें। फिर गुण्युने पानी से होंठों को साफ कर लें।

पेपरमिट अॉयल से बनाएं लिप प्लंपर

आप चाहें तो अपने बिल्यर लिप ग्लॉस को भी लिप प्लंपर बना सकते हैं। इसके लिए बस अपने लिप ग्लॉस में थोड़ा पेपरमिट ऑयल और केयन पेपर पाउडर मिलाएं। अब आपके पास कैयेन पेपर पाउडर नहीं है तो इसकी जगह अपने लिप ग्लॉस में पेपरमिट ऑयल के साथ एक चुटकी लाल मिर्च पाउडर मिलाएं। यह लिप प्लंपर आपके होंठों को पोषण देने समेत मॉइस्चराइज भी करता है।

दालचीनी के तेल और शिया बटर का मिश्रण लगाएं

इसके लिए सबसे पहले एक कटोरी में दो-तीन बुंद दालचीनी का तेल और शिया बटर डालकर अच्छी तरह मिलाएं। अब इस मिश्रण को कंटेनर में डाले और इसे हमेशा लिपबाम के रूप में अपने होंठों पर लगाएं। यह लिपबाम आपके होंठों को मॉइस्चराइज करने के साथ-साथ उन्हें उभरा हुआ दिखाने में मदद कर सकता है। दिनभर में सिर्फ एक बार ही इस लिपबाम का इस्तेमाल करें।

बीजवैक्स और जैतून का तेल आएगा काम

बीजवैक्स फटे होंठों को नीक करने और नमी युक्त बानों के साथ-साथ उन्हें मोटा बनाने में मदद कर सकता है, जबकि जैतून का तेल होंठों को एक्सफोलिएट करने में सहायता करता है। इसके लिए एक कटोरी में बीजवैक्स और जैतून का तेल डालकर इस मिश्रण को पिंचाएं। फिर इसमें दालचीनी का तेल और वनिला एसेस मिलाएं। अब इस मिश्रण को एक लिपबाम कंटेनर में डालें और जरूरत पर इसे लगाएं।

दालचीनी और नमक का मिश्रण नी है प्रगती

नमक होंठों को स्क्रब करेगा और दालचीनी उन्हें मोटा और उभरा हुआ दिखाने में मदद करेगा। इसमें जैतून का तेल मिलाने से आपके होंठों में नमी भी बनी रहती है। इसके लिए एक कंटेनर में एक चम्मच दालचीनी पाउडर, थोड़ा नमक और एक चम्मच जैतून का तेल रखें। अब इस मिश्रण को अपने होंठों पर लगाएं। अब और धीरे से मालिश करें। पांच मिनट के बाद अपने होंठों को साफ करें।

कानों को साफ करने के लिए इस्तेमाल करें ये 5 सुरक्षित घरेलू नुस्खे

कान में अक्सर सोंप जैसे पराधर का उत्पादन होता है जिसे इंयर वैक्स भी कहा जाता है। यह हमारे कानों के अंदर धूल और गंदगी को जाने से रोकता है, जिससे कान सुरक्षित रहते हैं। लेकिन इंयर वैक्स को बार-बार साफ करने की जरूरत होती है। ऐसा नहीं करता पर वैक्स एक जगह जम जाता है और इससे सुनने की क्षमता कम हो जाती है। आज हम आपको सुरक्षित तरीके से कान साफ करने के पांच घरेलू नुस्खे बताते हैं।



इस्तेमाल सुरक्षित है और यह आपके कान के संकरण को भी रोकता है। इसके लिए पानी की कुछ बुंदों में बैकिंग सोडा थोले और ड्रॉपर की मदद से इसे आपने कान में डाल दें। थोड़ा देर बाद अपने कानों को एक मुलायम सूती कपड़े या ईयरबॉड से साफ करें। इससे आपका कान बिल्कुल साफ हो जाएगा।

सिक्का और ईयरिंग अल्कोहॉल

कान के वैक्स या मैल को हटाने के लिए रिंबंग अल्कोहॉल एक पुनरुत्थान युक्त है। रिंबंग अल्कोहॉल और सिरक का चोल बैकटीरिया से लड़ता है और कान के संकरण को रोकता है। सबसे पहले सिरका और रिंबंग अल्कोहॉल को एक साथ मिलाएं और एक कंटेनर बाल को थोल में फिलो दें। इसके लिए बाल की दो-तीन बुंदों को अपने कान में डाल दें और पांच मिनट के बाद मैल को हटाने के लिए अपने सिर को नीचे की तरफ झुकाएं।

सेब का सिक्का

सेब के सिरके में मौजूद एंटी-फंगल और जायाणुरोधी युग्म कान के अंदर हानिकारक छोटे जीवों को मारने में मदद करते हैं और गंभीर संकरणों को रोकते हैं। इसके लिए सबसे पहले सेब के सिरके को गुणनुपर्ने पानी में मिलाएं और फिर इयर ड्रॉपर की मदद से कान में इसकी 5-10 बुंदे डालें। करीब पांच मिनट तक बुंदों को कान के अंदर छोड़ने के बाद कानों को ईयरबॉड से साफ कर लें।

जैतून का तेल

कानों की सफाई के लिए जैतून का तेल एक बढ़िया घरेलू नुस्खा है। यह आपके कान के अंदर जमा होने वाले वैक्स को नम करने में मदद करता है, जिससे आप अपने कान को आसानी से साफ कर सकते हैं। इसके लिए गरम पानी और नमक को एक साथ मिलाएं और इसमें एक खूबी भिंगोकर कान के अंदर इसकी कुछ बुंदें डाल दें। करीब तीन-पांच मिनट तक रुके और फिर आपने सिर को नीचे की तरफ झुकाएं। अब जम नम सेवक को धीरे से ईयरबॉड से साफ करें।

बैकिंग सोडा

बैकिंग सोडा बहुत ज्यादा सुखे या जमे ऊपर ईयर वैक्स को नम करने में अत्यधिक असरदार है। कानों के लिए बैकिंग सोडा का

मधुर भंडारकर की अगली फिल्म

इंडिया लॉकडाउन में दिखेंगी आयशा एमन

फिल्म निर्देशक मधुर भंडारकर की अगली फिल्म इंडिया लॉकडाउन की रिलीज डेट का ऐलान हो चुका है।

मधुर भंडारकर की हाइ

लॉकडाउन के हुई हैं। लॉकडाउन के परेशानियों से जूझती 4

जिंदगियों की कहानी है फिल्म इंडिया

लॉकडाउन

यह फिल्म 2 दिसंबर 2022 को ओटीटी

प्लॉटफॉर्म जी5 पर रिलीज होगी। मधुर

भंडारकर ने इस फिल्म को लॉकडाउन के

दौरान शुरू किया था। इस फिल्म में 4

मुख्य किरदारों की अलग-अलग

कहानी के जरिए भारत में कोरोना

महामारी के दौरान लगे पहले

लॉकडाउन की कहानी को बया

किया है। इसी में से एक ट्रैक में

ऐक्ट्रेस श्री आयशा एस एमन

सेवस वर्कर का रोल प्ले कर रही

हैं। उनके जरिए महामारी के दौरान

सेवस वर्करों की दुर्दशा पर फोकस

किया गया है।

मधुर भंडारकर के साथ अमित जोशी

और आराधना साह द्वारा लिखित,

इंडिया लॉकडाउन उन अलग-अलग

व्यक्तियों के जीवन की पड़ताल करती

है, जो कोरोना महामारी के कारण लगे

लॉकडाउन में एक अनेकाधित नाटकीय

स्थिति में फंस गए हैं। आपको बता दें, ये

फिल्म डॉ. जयंतीलाल गडा (पेन रस्टडियो)

द्वारा प्रस्तुत और भंडारकर एंटरटेनमेंट,

प्रणव जैन, धबल जयंतीलाल गडा और

अक्षय जयंतीलाल गडा द्वारा निर्मित है।



न्यूज पेपर पहनकर निकिता रावल ने कराया ग्लैमरस फोटोशूट

एक्ट्रेस निकिता रावल सोशल मीडिया पर अपना जलवा बिखेरने में कोई कमी नहीं छोड़ती है। भले ही एक्ट्रेस निकिता रावल फिल्मों में कम नजर आई है।

लेकिन, उनकी हाल न्यूड तस्वीरें फैंस के दिलों

की धड़कनें ज़रूर तस्वीर के फैंस के दिलों

की धड़कनें बढ़ा रही हैं। निकिता रावल

की तस्वीरें देखकर फैंस बेताव हो रहे हैं।

वही, एक्ट्रेस इस आउटफिट में अपना कर्नी फिंगर

पलांट कर रही है। एक्ट्रेस ने न्यूड होकर पतो के

पीछे अपने बदन को ढकका फोटो शूट करवाया

