

संपादकीय संक्रमण का स

कोरोना अभी भी रहस्य बना हुआ है और वैज्ञानिक लगातार उसके रहस्य को समझने की कोशिश में लगे हैं। अपेक्षिकी वैज्ञानिकों ने मिलकर शोध किया है, जिसके तहत यह समझने की कोशिश हुई है कि आखिर कोरोना फैलाने में संक्रमित लोगों या मरीजों की क्या भूमिका थी? इस वैज्ञानिक अध्ययन में डॉक्टरों ने 34 स्वस्थ युवाओं को कोरोना वायरस से संक्रमित किया। समान मात्रा में उन्हें नाक के पास वायरस उपलब्ध कराया गया। 34 में से 18 लोगों को कोरोना संक्रमण हुआ और उनमें भी मात्र दो लोग थे, जो महा-संक्रामक की भूमिका मैं थे। दिलचस्प यह है कि इन दोनों मरीजों में कोरोना के लक्षण बहुत सामान्य किस्म के थे। मतलब जिन लोगों को गंभीर रूप से कोरोना हुआ, वे अपेक्षाकृत कम वायरस उत्सर्जित कर रहे थे। अब वैज्ञानिकों के पास यह जानकारी है कि हर संक्रमित समान रूप से खतरनाक नहीं होता। अब आगे उन्हें यह पता लगाना है कि ऐसे संक्रमण या वायरस जनित महामारी में आखिर कौन लोग होते हैं, जो दसरों के लिए ज्यादा खतरनाक हो जाते हैं? अगर महा-

“ हर दिन प्रतिभागियों के नाक, गले, हवा, हाथ और कमरे में विभिन्न सतहों पर मौजूद वायरस की मात्रा का अध्ययन किया गया। ऐसे विस्तृत अध्ययन में भी दो लोग ही ज्यादा खतरनाक पाए गए। इन दो संक्रमितों ने हर स्तर पर और हवा में भी खूब वायरस उगले। वैज्ञानिकों ने वायरस उत्सर्जन संबंधी बहुत आंकड़े जुटाए हैं, और विवेचना जारी है।

कहने का अर्थ यह है कि ज्यादा वायरस फैला रहे लोगों की अगर पहचान हो जाती, तो महामारी को घातक होने से रोका जा सकता था। लैंसेट माइक्रोब में 9 जन को प्रकाशित अध्ययन से यह भी पता चलता है कि कोविड-19 की कुछ विसंगतियों के लिए वायरस की कम और मानव शरीर विज्ञान की ज्यादा भूमिका रही है। हर व्यक्ति का शरीर अलग-अलग प्रभाव और रोग प्रतिरोधक क्षमता बाला होता है। शोध के तहत, 18 विकसित संक्रमण शिकार लोगों को कम से कम 14 दिन अस्पताल में रखा गया। हर दिन प्रतिभागियों के नाक, गले, हवा, हाथ और कमरे में विभिन्न सतहों पर मौजूद वायरस की मात्रा का अध्ययन किया गया। ऐसे विस्तृत अध्ययन में भी दो लोग ही ज्यादा खतरनाक पाए गए। इन दो संक्रमितों ने हर स्तर पर और हवा में भी खूब वायरस उगले। वैज्ञानिकों ने वायरस उत्सर्जन संबंधी बहुत अंकड़े जुटाए हैं, और विवेचना जारी है। मोनिका गांधी इस पूरे अध्ययन को बहुत साहसिक बताती हैं, लेकिन इस अध्ययन को अनैतिक ठहरा रहे लोग भी कम नहीं हैं। कई लोगों का मानना है कि किसी स्वस्थ आदमी को रोगी बनाकर अध्ययन करना और उसकी जान मुसीबत में डालना उचित नहीं है। हालांकि, वैज्ञानिकों का कहना है कि संक्रमण पूरी तरह उनके नियन्त्रण में था और जैसे ही लक्षण दिखने शुरू हुए, वैसे ही उपचार शुरू कर दिया गया। यह भी खास बात है कि समय पर उपचार शुरू होना फायदेमंद पाया गया। यह बात छिपी नहीं है कि बहुत से लोगों ने उपचार शुरू करने में देर की थी और इससे भी कोरोना महामारी को घातक होने का मौका मिल गया था। खेर, कोरोना अब काबू में आने लगा है। दुनिया भर में अब मरीजों की संख्या लगभग दो करोड़ ही है और रोजाना के मामले भी घटकर 40,000 तक पहुंच गए हैं। भारत में तो बमुश्किल 2,000 संक्रिय मामले हैं। लोग उमीद लगाए हुए हैं, कोरोना बिल्कुल खत्म हो और उसका पूरा सच सामने आए।

गलवान के तीन साल

अनेक जानकार मानते हैं कि चीन के मामले में नेहरू सरकार की कुछ अस्थिर नीतियां 1962 में भारत को बहुत महंगी पड़ी थीं। गलवान कांड के तीन साल बाद अगर वैसी ही आशंका मंडरा रही है, तो वह बेवजह नहीं है। गलवान घाटी की दुर्भाग्यपूर्ण और दुखद घटना की तीसरी बरसी एक उचित अवसर है, जब चीन के मामले में भारत की नीति का एक ठोस आकलन किया जाए। भारतीय और चीनी सैनिकों के बीच हुई उस हिंसक झड़प के तीन साल गुरुराव को पूरे हुए। इस बीच दोनों देशों के संबंध में तनाव बना रहा है और कई बार उसके खतरनाक रूप लेने के संकेत भी मिले हैं। इसके बावजूद इस बारे में भारत सरकार को कोई स्पष्ट नीति अपना पाई है या असल हालत के बारे में देश को भरोसे में ले पाई है, यह नहीं कहा जा सकता। सारी स्थिति तो उस घटना के चार दिन बाद ही-यानी 19 जून 2020 को उलझ गई थी, जब सर्वदलीय बैठक में प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने कह दिया था कि 'ना कोई धुसा है और ना कोई धुसा हुआ है।' तब से भारत सरकार के मंत्रियों और अधिकारियों की सारी ऊर्जा प्रधानमंत्री की बात को सही ठहराने में लगी है, हालांकि इस बीच तमाम चिल्ड्रन के लिए संतोष लिये जा रहे हैं।

किस्म के विपरीत सकत मिलत रह ह। सबसे बड़ा सवाल तो यही है कि अगर कोई भारतीय सीमा के अंदर घुसा नहीं था, तो गलवान घाटी में झटपट क्यों हुई और उसके बाद डेढ़ दर्जन से ज्यादा बार दोनों देशों के सैनिक कमांडरों के बीच किस मुद्दे पर बात हुई है? इस मामले में उलझाने वाला सबसे ताजा बयान हाल में विदेश मंत्री एस जयशंकर ने दिया। उन्होंने कहा कि चीन ने भारतीय जमीन पर कोई कब्जा नहीं किया है, लेकिन उसने अपने सैनिकों की फॉरवर्ड पोस्टिंग की है और वही तनाव का कारण है। जाहिर है, इस बात का सही अर्थ समझना कठिन है और इसीलिए इसका आसानी से गले उतरना भी मुश्किल है। दरअसल, यह समझना भी मुश्किल बना रहा है कि चीन अगर भारत के खिलाफ आक्रामक मुद्रा में है, तो भारत सरकार उसकी मंशाओं पर परदा डालने के प्रयास में क्यों जुटी रही है? अनेक जानकार मानते हैं कि चीन के मामले में नेहरू सरकार की कुछ अस्थिर नीतियाँ 1962 में भारत को बहुत महंगी पड़ी थीं। गलवान के तीन साल बाद अगर वैसी ही तफातश में साबाइआँ का घाषणा करने लगा रहा है। बहराहाल, वर्दे भारत का प्रचलित इतना ज्यादा है कि इसका सकारात्मक पहलू भारत में रेल यात्रा से जुड़ी असुरक्षा और अप्रत्याशित रूपी दुश्शारियों पर भारतीय रेल की एकमात्र सफलता गाथा तभी तो रेलवे विभाग इतना आत्ममुग्ध है क्योंकि इससे पहले जो रेल डिब्बे या तकनीकें प्रयुक्त हुई, अधिकांशतः आयातित थे। वर्दे भारत रेलगाड़ी बनाना सच में 'देसी जीत' है।

आशका मड़ा रहा ह, ता वह बवजह नहा

माना जाता है कि इक्सर्वी सदी में दुनिया पुरातन जीवन शैली के साथ-साथ पुरातन मान्यताओं को पीछे छोड़ चुकी है। लेकिन अगर महिलाओं के प्रति भेदभाव की मानसिकता पर ध्यान दें, तो यह राय कर्तई सच नहीं है। बीसर्वी सदी में ही दुनिया के प्रगति के अभूतपूर्व मुकाम पर पहुंच जाने का दावा किया गया था। 21वीं सदी में तो माना जाता है कि दुनिया के अधिकांश हिस्से पुरातन जीवन शैली के साथ-साथ पुरातन मान्यताओं को पीछे छोड़ चुके हैं। लेकिन अगर महिलाओं के प्रति भेदभाव की मानसिकता पर ध्यान दें, तो यह राय सच नहीं है। हकीकत यह है कि लैंगिक पूर्वाग्रह महिलाओं और पुरुषों दोनों में बड़े पैमाने पर मौजूद है। यह महिलाओं और पुरुषों को समान रूप से प्रभावित करता है। मसलन दुनिया की 69 प्रतिशत आबादी को अभी भी लगता है कि पुरुष महिलाओं की तुलना में बेहतर नेता बनेंगे। संयुक्त राष्ट्र की एक नई रिपोर्ट से खुलासा हुआ है कि महिलाओं के खिलाफ पूर्वाग्रह आज भी समाज में बहुत गहराई तक पैठ बनाए हुए हैं। 'समीटू' जैसे अभियानों के बावजूद पिछले दशक में महिलाओं को लेकर धारणा में कोई बदलाव नहीं आया है। संयुक्त राष्ट्र विकास कार्यक्रम (यूएनडीपी) ने इस अध्ययन में जिन लोगों को शामिल किया, उनमें से 90 फीसदी ने कम से कम एक लैंगिक पूर्वाग्रह से ग्रस्त होने की बात स्वीकार की। और ऐसा पूर्वाग्रह केवल पुरुषों में ही नहीं, उनकी महिलाओं में भी समाज में है।

यह आकड़ा बद भरत बनान वाला टाम बलिए बहुत अहमियत रखता है या यूं कि किंवदं दृष्टि से चिंतित करने वाला है जैसा कि मुझे एक सेवानिवृत्त मित्र बताती थी मैं पता चला, जिनसे मेरा परिचय उस वक्त से है, जब मैं लगभग 20 साल पहले बतार संवाददाता रेलवे विभाग देखता

स्टेशन रोड, इंदौर दुर्ग के प्रतिष्ठित विज्ञापन के लिए

9827806
786962

हरल बतार सकादाता रलव विमान दखता मूल निमान टान का एक
स्टेशन रोड, इंदिया मार्क्ट,
दुर्ग के प्रतिष्ठित संस्थान
विज्ञापन के लिए संपर्क करें:-
9827806026,
7010100000

Sargam

Musicals

Deals in All Kinds of
Musical Instrument
Sales & Repair



का टड़र तक पास हो चुका, बड़जात करना था।

गंजेपन से मुवित

मात्र
1 बंटे में

COMPLETE FAMILY SALON

हेयर स्प्लेसमेंट, 100% संतुष्टि की गारंटी

पहले बाद में



JITU'Z
CUT N SHINE
98999 11221

इतने देर तक ही दांतों पर रगड़ना चाहिए ब्रश, नहीं तो इड़ सकते हैं दांत

हम शारीरिक रूप से स्वस्थ हैं या नहीं यह काफी ज्यादा महसूल रखता है ठीक उसी तरह हमारा ओरेल हेल्थ भी मायने रखता है। आपकी जानकारी के लिए बता दें कि अगर आप मुंह को ठीक ढाँचे से साफ नहीं करेंगे तो काफी मायरी का खतरा बढ़ सकता है। ऐसे में यह सबसे जरूरी है कि आप अपने फिटोटेस से लेकर यानि हेल्थ से लेकर ओरेल हेल्थ की सफाई काफी ज्यादा जरूरी है। कुछ लो ऐसे भी हैं जिन्हें काफी देर तक ब्रश करना पसंद है क्योंकि उन्हें लगता है कि देर तक ब्रश राझ़े से दांत सफ हो जाता है। लेकिन आपकी जानकारी के लिए बता दें कि यह कॉमैन सी दिखने वाली गलितांयां आपके लिए नुकसानदायक हो सकती हैं।

दांतों को साफ रखने के फायदे

सही तरीके से अगर आप ब्रश करते हैं तो दांतों में प्लाक की दिक्कत नहीं हो सकती है।

- दांतों की केविटी को बढ़ावा देते रोका जा सकता है।
- मसुड़ों से जुड़ी बीमारियों को बढ़ावा देते रोका जा सकता है।
- ओरेल कैंसर का जोखिम भी कम रहता है।

कितनी देर तक ब्रश करना चाहिए

रिपोर्ट के मुताबिक रोजाना एक दिन में 2 बार ब्रश करना चाहिए। साथ ही 2 मिनट से ज्यादा ब्रश नहीं मात्रा एकदम सही हो। अगर आपसे ज्यादा देर तक अपने दांतों पर रगड़े रहेंगे तो दांतों में जामा प्लाक को हटा नहीं पायेंगे। 2009 में आई एक रिसर्च के मुताबिक कुछ लोग ब्रश करने में सिर्फ 45 सेकंड लेते हैं। ऐसा करने से आपके दांत का इनैमल खराब हो जाता है।

किस तरह का दूधब्रश दांतों के लिए अच्छा होता है

दांतों को साफ करने के लिए हमेशा



करवाएं।

कैसा दूधब्रेस्ट इस्टेमाल करना चाहिए?

ऐसा दूधब्रेस्ट का इस्टेमाल करना चाहिए जिसमें फ्लोरोइड की मात्रा एकदम सही हो। एडल्ट लोगों के दूधब्रेस्ट में 1350 पीपीएम फ्लोरोइड होना चाहिए। वहाँ 6 साल से कम उम्र के बच्चों के दूधब्रेस्ट में 1000 पीपीएम फ्लोरोइड होना चाहिए। 3-6 साल के बच्चों के मरम्मत के दाने के इतना ही दूधब्रेस्ट देना चाहिए।

ब्रश करने के बाद माऊथवॉश का इस्टेमाल करना सही है?

अगर आप फ्लोरोइड वाले माऊथवॉश का इस्टेमाल करते हैं तो दांतों में सड़न की समस्या से छुटकारा मिल जाएगा। लेकिन ब्रश के तुरंत बाद माऊथवॉश का इस्टेमाल करने के बाद दांतों पर जो फ्लोरोइड जमता है माऊथवॉश उसे बहा ले जाता है।



चेहरे पर चाहिए नेहरल निखार तो सिफ नींबू से बन जाएगा आपका कान

सुंदर दिखने की चाहत हर महिला को होती है। ऐसे में महिलाएं अक्सर चेहरे की खुबसूरती निखारने के लिए ब्लूटी पार्लर जाती हैं। जहाँ में ऐसे भी लगते हैं और कैमिकल युक्त प्रोडक्ट इस्टेमाल करने से साइड इफेक्ट भी होता है। वहाँ पालत जाना हर किसी के लिए प्रसिद्ध भी होता है। ऐसे में बहुत ही युगा और आजमाया हुआ नुस्खा बता रहे हैं जिसके इस्टेमाल से आप बेदाम और निखरी हुए ल्वाचा पा सकते हैं। नींबू में विद्यमिन सी की मात्रा पार्श्व जाती है, जो चेहरे का ग्लोब बढ़ाव के लिए जाना जाता है। आप भर में नींबू की मदद से स्क्रिबिंग, मसाज सब कुछ लगा सकते हैं। कुल मिलाकर आपका बाढ़ीया क्लीनिअप ही सकता है।

स्क्रिबिंग:- बेदाम और साफ ल्वाचा के लिए चेहरे की स्क्रिबिंग करना बहुत जरूरी होता है। आप नींबू के इस्टेमाल से स्क्रिबिंग कर सकते हैं। इससे चेहरे की डीप क्लीनिंग होने में मदद मिलती।

इसके लिए आप एक कटोरी में एक नींबू का रस नियोड़ लें। इसमें एक चम्मच शहद और एक चम्मच चीनी मिलाकर मिश्रण को चेहरे पर लगाएं। 5 मिनट तक चेहरे पर हल्के हाथों से स्क्रिब करें।

मसाज:- स्क्रिबिंग के बाद आपके चेहरे को पैंपर की जलत होती है। इसके लिए आप नींबू की मदद से ही चेहरे की मसाज करें। इसके लिए एक कटोरी में एक चम्मच नींबू का रस दो चम्मच ऐलोवेरा जेल डालकर अच्छी तरह से मिश्रण करें। इससे अपने बालों में लगाए खासकर बाल के मध्य और निखले हुए खाली चाहे पर लगाएं।

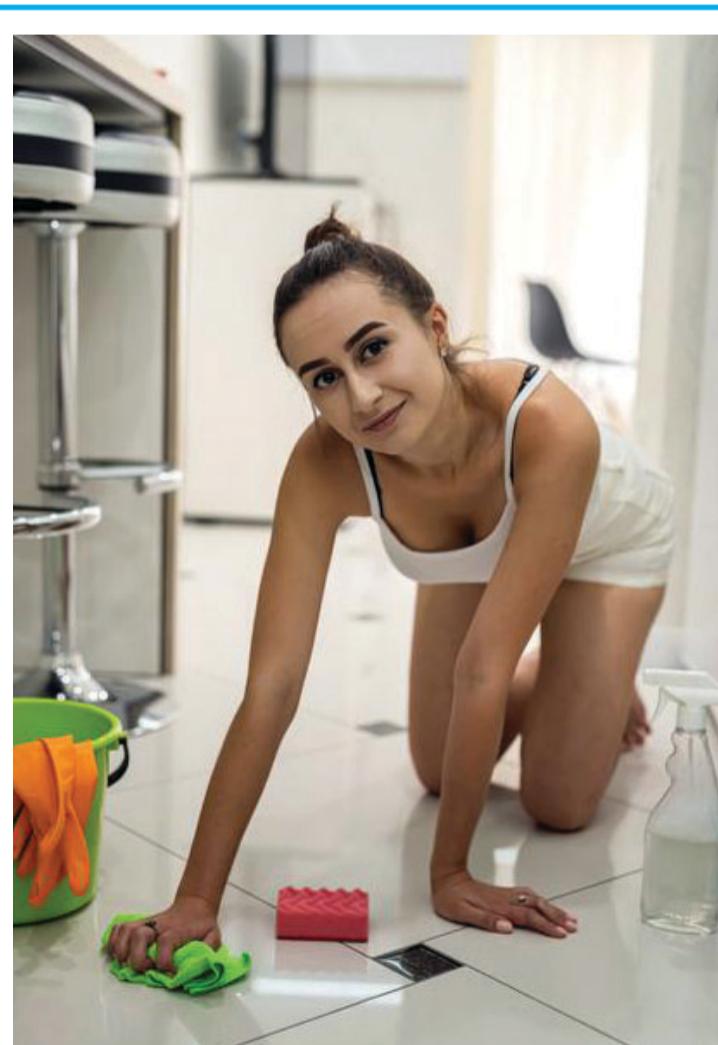
फस पैक:- अब सबसे आधिकर में बारी आती है मसाज की आप नींबू और बेसन का फस पैक लगाकर चेहरे की रंगत सुधार सकते हैं। इसके लिए एक कटोरी में दो चम्मच बेसन एक चम्मच नींबू का रस, ऐलोवेरा जेल डालकर अच्छी तरह से मिश्रण करें। इससे पैक को अपने चेहरे पर 15 मिनट लगा कर रखें। जब यह पैक सुख जाए तो आप इसे सादे पानी से साफ कर लें।

डीपनेक ब्लाउज पहन निककी तंबोली ने गिराई हुस की बिजलियां, फोटो देख हैरत में फैस



बिग बॉस के तंबोली एं दिन अपने बोल्ड अंदाज से सोशल मीडिया पर लाइमलाइट बटोरती रहती है। एक्ट्रेस जब भी अपनी तस्वीरें इंस्टाग्राम पर पोस्ट करती हैं तो फैसल फोटोज पर लाइम और कॉमेंट्स के जरिए जमकर अपनी-अपनी प्रतिक्रियाएं देते हैं। हाल ही में निको ने अपने लेटेस्ट फोटोशूट की तस्वीरों से सोशल मीडिया का पारा हाई कर दिया है। एक्ट्रेस निको तंबोली एक बार फिर से अपने हॉट और बोल्ड लुस्स के कारण सोशल मीडिया पर इंटरेस्ट पर खलबली मचाती रहती हैं। निको का हार एक अंदाज फैस के बीच टैंड करता है। हाल ही में एक्ट्रेस ने अपने लेटेस्ट फोटोशूट के दौरान की कुछ लॉमैरस तस्वीरें इंस्टाप्रोफ और ऑफिशल प्रूफ तो होती ही हैं साथ ही इनको साफ करना भी बेहद आसान होता है।

का विषय बन गई है। तो हर बार अपने लुस्स से इंटरेस्ट पर खलबली मचाती रहती है। निको का हार एक अंदाज फैस के बीच टैंड करता है। हाल ही में एक्ट्रेस ने अपने लेटेस्ट फोटोशूट के दौरान की कुछ लॉमैरस तस्वीरें पर पोस्ट की हैं। इन तस्वीरों में अभिनवी निको ने स्टाइलिंग लहगा और डीपनेक टॉप लुक में ब्लाउज पहना हुआ है। अभिनवी अपनी इन तस्वीरों में एक से बढ़करता है। निको की चेहरे पर दो दिनों ही नजर आ रही है। हालांकि निको की तीन तस्वीरों पर फैस की कार्मिंग्स के जरिए काफी अच्छे रिपोर्ट्स देखें तो मिल रहे हैं। एक यूजर ने निको तंबोली की फोटोज पर कॉमेंट करते हुए लिखा है- हाँ, तो वहीं दूरूपे यूजर ने लिखा है- सो ब्लूटीफूल। बताते चलें कि योपन हैरय, मिनिमल मेकअप और न्यूड लिप्सिटिक लगाकर एक्ट्रेस निको तंबोली ने अपन आउट्फूट कप्पोट किया है।



घर की सफाई करने में आता है आलस अपनाए ये 6 तरीके, बिना मेहनत अपने आशियाने को रखे नीट एं वलीन

घर में साफ सफाई की जिम्मेदारी मुख्यता घर की औरतों पर होती है। उन्हें ही घर को सजाने, उसे साफ रखने के लिए जिम्मेदार माना जाता है। हालांकि, इन दिनों ज्यादातर महिलाएं हाउस हैप्पी काम वाली लगती हैं। हालांकि, मुश्किल तब बढ़ जाती है जब आपके पास कोई काम वाली नहीं हो और आप आलसी हो। खुद कुछ काम करना नहीं पसंद करती हो। ऐसे में घर को साफ कैसे रखा जाए ये एक बड़ी चुनौती बन जाता है। ऐसे में हम आपको 6 कारगर तरीके बताने जा रहे हैं जिनकी मदद से आप बड़ी आसानी से आपने घर की सफाई कर सकती हैं। तो चलिए जानते हैं इनके बारे में...

सुबह उठने के साथ ही करें

डोरगेट का इस्टेमाल करें

डोरगेट बाहर की गंदी को घर में व्हेश करने से रोकने का कारगर तरीका है। ऐसे आपको महिले में सिर्फ एक बार धोने की जरूरत होती है। हमेशा घर में कम से कम तीन डोरगेट रखें। इससे सफाई लंबे समय तक टिक रही और डोरगेट भी जल्दी पर भी किसी की भी कंधी के साफ करने से बचती है। बचत के बाद घर की सफाई करने के लिए जाएं।

डस्ट मोब लिपर का करें इस्टेमाल

यदि आपको रोज शाड़ी लगाने के आलस आता है तो आप घर के फ्लोरों को साफ करने के लिए डस्ट मोब स्लीपर का प्रूफ तो होती ही हैं साथ ही इनको साफ करना भी बेहद आसान होता है। इससे आप बिना एक्सट्रा

मेहनत के आसानी से घर की सारी डस्ट साफ कर सकते हैं।

खाना बनाने के साथ-साथ करें सफाई

खाना बनाने से समय ही किंचन की सफाई करने से रोकने से कम तो नहीं लगता है। हमेशा घर में कम से कम तीन डोरगेट रखें। इससे सफाई लंबे समय तक टिक रही और डोरगेट भी जल्दी गंदा होता है। आपको अलग से काम करने की आवश्यकता भी नहीं पड़ती है।

फ्रिज नेट यूज करें

फ्रिज को साफ करना एक बोरियत भरा काम होता है और ऐसे में आप फ्रिज मेट का इस्टेमाल करें। यह वाटरप्रूफ और ऑफिशल प्रूफ होता है और घर के फ्लोरों पर भी कार्पेट की सफाई करने के लिए डस्ट लेटर के लिए उपयोग होता है।

दुर्ग, सुपेला और कोहका प्रतिष्ठ



फौलानी इटान निभाया वादा

नए पद
प्रिज़िपन जाई

12,489
शिक्षा विभाग

1920
वन विभाग

920
तकनीकी शिक्षा
विभाग

522
अपेक्ष से एवं
सहकारी बैंक

500
आदिम जाति तथा
अनुसूचित जनजाति
विकास विभाग

653
अन्य विभाग

मैंने कहा था कि अदालती रोक
हटते ही हम नौकरियों की बरसात
कर देंगे। नतीजा आपके सामने है।

- भूपेश बघेल मुख्यमंत्री, छत्तीसगढ़

रोक हटते ही

19940

नौकरियों की
बरसात

शुरू हुई

थमी भर्ती प्रक्रिया

975
गृह विभाग

400
ऊर्जा विभाग

291
वन विभाग

342
अन्य विभाग

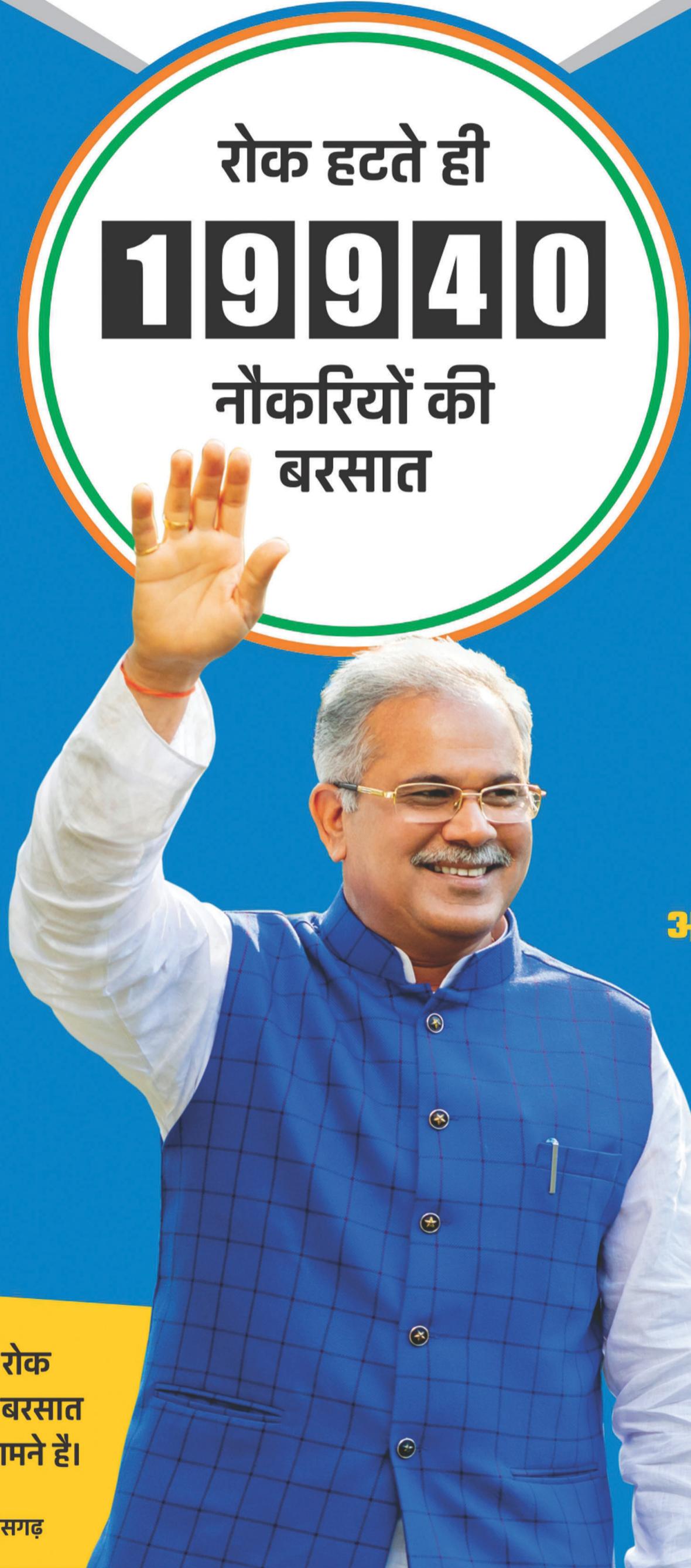
जाई हुए
अटके नियुक्ति आदेश

377
ऊर्जा विभाग

352
जल संसाधन विभाग

136
स्वास्थ्य विभाग

63
अन्य विभाग



विभिन्न विभागों में दिक्पदों पर भर्ती मिथन मोड में

छत्तीसगढ़ सरकार, भरोले की सरकार