

श्रीकंपनपथ

छत्तीसगढ़

राजिवार, 22 जुलाई 2023

खास खबर

01 से 13 अगस्त तक जिले में
मनाया जाएगा वजन त्यौहार

कोरबा। जिले में 06 वर्ष से कम आयु के बच्चों में पोषण स्तर के अंकलन हेतु समृद्धय की सहभागिता सुनिश्चित करते हुए पूर्ण वर्षों की भाँति इस वर्ष भी आगामी 01 अगस्त से 13 अगस्त 2023 तक वजन त्यौहार का आयोजन किया जा रहा है। जिला कार्यक्रम कार्यकारी महिला एवं बाल विकास विभाग ने वजन त्यौहार के संबंध में जनकारी देते हुए बताया कि इसका उद्देश्य जन-जन को कुपोषण के प्रति जागरूक करना है। इस दौरान सभी विकास खण्डों में क्लस्टरवार वजन त्यौहार का आयोजन किया जा रहा है। जिला कार्यक्रम प्रत्येक गांव, आगंगावाड़ी क्षेत्र के अंतर्गत आगंगा विभाग के जनकारी सभी 06 वर्ष से कम आयु के बच्चों का वजन लेकर उनका पोषण स्तर (बौनापन तथा दुब्लिया) का माप किया जाएगा। साथ ही बच्चों के पोषण स्तर के बारे में अभिभावकों को अवगत करते हुए उन्हें युवा पोषण के संबंध में जागरूक, बच्चों का कुपोषण से बाहर लाने हेतु उचित परामर्श दिया जाएगा। उन्होंने बताया कि प्राप्त अंकड़ों के आधार पर जिले में कुपोषण की दर में कमी लाने हेतु लक्ष्यों का निर्धारण कर उत्तुकुम कार्योजना बनायी जाएगी। जिला कार्यक्रम अधिकारी ने जिले के समस्त अभिभावकों से वजन त्यौहार में चढ़-चढ़ कर भाग लेने और अपने बच्चों का वजन करने की आग्रह किया है।

टीकाकरण के लिए यू-विन डिजिटल प्लेटफॉर्म बनकर तैयार

रायगढ़। कलेक्टर तारन प्रकाश सिंहा के दिशा-निर्देशन एवं मुख्य चिकित्सा एवं स्वास्थ्य अधिकारी डॉ. मधुलिका सिंह ठाकुर के मार्गदर्शन में जिले के स्वास्थ्य कार्यक्रमों तथा मितानियों को निर्देशित किया गया है। भारत सरकार द्वारा नियमित टीकाकरण कार्यक्रम के अंतर्गत गर्भवती महिलाओं एवं बच्चों के टीकाकरण के लिए यू-विन डिजिटल प्लेटफॉर्म तैयार किया गया है। इससे बच्चों और गर्भवती महिलाओं को टीकाकरण कार्ड ले जाने, अगली खुराक पर नंबर रखने सहित अन्य परेशनियां खत्म हो सकती हैं। यू-विन प्लेटफॉर्म का उपयोग प्रत्येक गर्भवती महिला को पंजीकृत करने, उनके प्रसव के परिणाम को रिकार्ड करने, प्रत्येक नवजात शिशु के जन्म को पंजीकृत करने, जन्म खुराक देने एवं उसके बाद समस्त टीकाकरण कार्यक्रमों के लिये किया जाएगा। यू-विन के माध्यम से समस्त गर्भवती महिलाओं एवं शिशुओं को नाम सहित ट्रैकिंग किया जा सकता है तथा समय पर लाभार्थियों को टीकाकरण करने में सहायता मिलती है। मुख्य चिकित्सा एवं स्वास्थ्य अधिकारी ने बताया कि नियमित टीकाकरण के सुदूरीकरण तथा डिजिटलजैशन हेतु भारत सरकार द्वारा यू-विन पोर्टल के माध्यम से मिशन इंड्रेन्स अंतर्गत प्रथम चरण 07-12 अगस्त, द्वितीय चरण 11-16 सितंबर तक, तृतीय चरण 9-14 अक्टूबर तीन चरणों में चलाया जायेगा।

जिला पंचायत सीईओ ने सेमीनार में दिये छात्रों को कैरियर गाइडेंस के टिप्प

यूपीएससी में वैकल्पिक विषय कैसे चुने और भारतीय संविधान इन दो विषयों पर रहा आज फोकस

श्रीकंपनपथ न्यूज़

रायगढ़। कलेक्टर तारन प्रकाश सिंहा के निर्देशन में प्रति शुक्रवार को जिला ग्रांथालय में कैरियर गाइडेंस सेमीनार का आयोजन किया जा रहा है। सेमीनार का मुख्य उद्देश्य आज के सुवा विद्यार्थी वर्ग को उनके कैरियर का चुनाव करने के लिए एक नई सोच एवं दिशा प्रदान करना है। युवा पीढ़ी अपने कैरियर को लेकर बहुत अभियान द्वारा लेते हुए उचित परामर्श दिया जाएगा। साथ ही बच्चों के पोषण स्तर के बारे में अभिभावकों को अवगत करते हुए उन्हें युवा पोषण के संबंध में जानकारी देते हुए बताया कि इसका उद्देश्य जन-जन को कुपोषण के प्रति जागरूक करना है। इस दौरान सभी विकास खण्डों में क्लस्टरवार वजन त्यौहार का आयोजन किया जा रहा है।



इस सेमीनार के माध्यम से जिला प्रशासन द्वारा उन सभी विद्यार्थियों को उनके सोच के आधार पर उन्हें एक मजिल तक पहुंचने के कार्य कर रही है। जिसमें जिले में पदाधिकारी आईएसस, आईएपीएस अधिकारी उनके बीच पहुंच रहे हैं और उन्हें सफलता के टिप्प देते हैं। इसी कार्डी में आज जिला प्रशासन द्वारा वर्तमान में जिला ग्रांथालय के पद पर कार्यरत आईएस अधिकारी जिनेन्द्र यादव

काम करने की आवश्यकता है। साथ ही उन्होंने भारत के संविधान की प्रमुख विशेषताएं, भारत के संविधान का संक्षिप्त परिचय, राजसभा की शक्तियां क्या होती हैं एवं इससे जुड़ी जनकारियों के बारे में बताया। उन्होंने कहा कि इसका अध्ययन ठोक से करना चाहिए, क्योंकि यूपीएससी परीक्षा के लिए भारतीय संविधान का जानना बहुत उपयोगी है।

इस दौरान सीईओ श्री यादव ने उपस्थित विद्यार्थियों को युवा पूछे गए प्रश्नों का उवाच एवं उनकी जिज्ञासा का समाधान किया। जिला प्रशासन द्वारा वर्तमान में जिला ग्रांथालय में निःशुल्क पी-एससी कोचिंग के साथ महिला पर्यवेक्षक की तैयारियां भी करायी जा रही हैं।

इस अवसर पर एपीसी भूमेश्वर पटेल, केंद्र समव्यवकाश मनोज पटेल, लार्डरेन अशोक पटेल, दीपक सिंह सहित लाइब्रेरी के अन्य स्टाफ एवं प्रतियोगी परीक्षा की तैयारी कर रहे बड़ी संख्या में युवा विद्यार्थी शामिल हो रहे हैं। इस एक वैकल्पिक विषय के लिए सवान्तर वैकल्पिक विषय कैसे चुना जाए, इस मेहनत से पहाड़ी करना जरूरी है।

मुख्यमंत्री स्कूल जातन योजना से संवर्त रहे जिले के स्कूल

श्रीकंपनपथ न्यूज़

गरियाबंद। छत्तीसगढ़ शासन की महत्वाकांक्षी मुख्यमंत्री स्कूल जातन योजना के अंतर्गत अब जिले के स्कूल संवर्तन लगे हैं। जिले में योजना अंतर्गत शाला भवन मरम्मत नवीनीकरण एवं जीर्णोद्धार कार्य के साथ अंतिरिक कक्ष निर्माण कराया जा रहा है। इस स्कूल जातन योजना में लाख 56 हजार रुपये की लाइसेन्स का कार्य किया गया और शासन अंदर जीर्णोद्धार कार्य के साथ अंतिरिक कक्ष निर्माण कराया जा रहा है। प्राप्त जानकारी के अनुसार मुख्यमंत्री स्कूल जातन योजना के तहत प्राथमिक शाला देवरीबाहर, सासकोटीय पूर्व प्राथमिक शाला भवन सोहागपुर और परागापुर के स्कूल भवन का जीर्णोद्धार कार्य किया गया है।

जिसमें प्राथमिक शाला देवरीबाहर का 4 लाख 56 हजार रुपये की लागत से उत्तम कार्य किया गया था, जिसमें यार्स लगाने का कार्य कराया गया है। यू-विन प्लेटफॉर्म के छत में सोधें लगाए गए तालिके लिये यूपीएसस के बड़े बदलाव भवन में पोर्टाई, पैटिंग व विद्युतीकरण कार्य किया गया है। इसी प्रकार मुख्यमंत्री स्कूल जातन योजना के अंतर्गत मुख्यमंत्री स्कूल जातन योजना के अंतर्गत माध्यमिक शाला भवन सोहागपुर के लिए 4

लाख 23 हजार रुपये की लागत से जीर्णोद्धार का कार्य किया गया। इस स्कूल भवन में पर्स टूट गया था तथा बरसाने के समय छत से पानी टपकने की समस्या थी। जिसमें पर्स टूट गया है और इस स्कूल भवन में लाख 56 हजार रुपये की लाइसेन्स का कार्य किया गया है। इस स्कूल भवन में लाख 56 हजार रुपये की लाइसेन्स का कार्य किया गया है। इस स्कूल भवन में पोर्टाई, पैटिंग व विद्युतीकरण कार्य किया गया है। इसी प्रकार मुख्यमंत्री स्कूल जातन योजना से जीर्णोद्धार कार्य किया गया है।

जिसमें यार्स लगाने का कार्य किया गया है। यू-विन प्लेटफॉर्म के छत में तथा छतों के लिये यूपीएसस के बड़े बदलाव भवन में पोर्टाई, पैटिंग व विद्युतीकरण कार्य किया गया है। इसी प्रकार मुख्यमंत्री स्कूल जातन योजना के अंतर्गत माध्यमिक शाला भवन सोहागपुर के लिए 4

गरियाबंद। छत्तीसगढ़ शासन की महत्वाकांक्षी मुख्यमंत्री स्कूल जातन योजना के अंतर्गत अब जिले के स्कूल संवर्तन लगे हैं। जिसमें योजना अंतर्गत शाला भवन में नवीनीकरण एवं जीर्णोद्धार कार्य के साथ अंतिरिक कक्ष निर्माण कराया जा रहा है। इस स्कूल भवन में लाख 56 हजार रुपये की लाइसेन्स का कार्य किया गया है। इसी प्रकार मुख्यमंत्री स्कूल जातन योजना के अंतर्गत माध्यमिक शाला भवन सोहागपुर के लिए 4

समाज में बदलाव लाने में समाचार पत्रों की महती भूमिका

श्रीकंपनपथ न्यूज़

रायगढ़। रायगढ़ लघु एवं मध्यम समाचार पत्र फेडरेशन के राष्ट्रीय सम्मेलन में वर्तुली शामिल हुए।

रायगढ़ लघु एवं मध्यम समाचार पत्रों के लिए योगदान भवन में वर्तुली रुप से शामिल हुए। इस अवसर पर उन्होंने कहा कि समाज में बदलाव लाने के लिए समाचार पत्रों की महती भूमिका है।

रायगढ़ लघु एवं मध्यम समाचार पत्रों के लिए योगदान भवन में वर्तुली रुप से शामिल हुए।



के लिए योगदान भवन में वर्तुली रुप से शामिल हुए। समाज में बदलाव लाने के लिए समाचार पत्रों के लिए योगदान भवन में वर्तुली रुप से शामिल हुए।

रायगढ़ लघु एवं मध्यम समाचार पत्र

जैकलीन फर्नाडिस के फोटोशूट ने इंस्टाग्राम पर लगाई आग



बॉलीवुड फिल्मों की जानी मानी मशहूर अभिनेत्री जैकलीन फर्नाडिस इंडरट्री की जानी मानी एक्ट्रेस है। अपने करियर में जैकलीन ने कई हिट फिल्में दी हैं। पिछले दिनों अभिनेत्री का नाम सुकेश चंद्रशेखर के साथ जुड़े मनी लॉन्डिंग मामले को लेकर खूब खबरों में रहा था। सुकेश संग नाम जुड़ने के पश्चात सोशल मीडिया पर जैकलीन को जमकर ट्रोल भी किया गया। वहाँ, अब जैकलीन की लेटेस्ट बोल्ड फोटोज सोशल मीडिया पर छाई हुई हैं। इन फोटोज में उनका सुपर बोल्ड अवतार देखकर प्रशंसकों की धड़कनें बढ़ी हुई हैं। इन फोटोज को देखने से पहले आप भी अपना दिल थाम लें। है, तो आप अपने किंवदं ये उस फोटो को देखना चाहती हैं। इसी तरह कई लोगों ने तरह तरह के कमेंट किए हैं।

जैकलीन फर्नाडिस अभिनय के साथ सोशल मीडिया पर भी जमकर एक्टिव रहती हैं। हाल ही में जैकलीन ने अपना बोल्ड फोटोशूट कराया है, जिनके फोटोज उहाँने अपने इंस्टाग्राम अकाउंट पर पोस्ट की हैं। इन फोटोज में उनकी हॉटेनेस बस देखते ही बन रही है। फोटोज में आप देख सकते हैं कि जैकलीन ने ब्लैक कलर का डिजाइन ब्रालेट पहना हुआ है। फ्रंट से इस ब्रालेट का डिजाइन बहुत यूनिक है। इसके साथ उहाँने ब्लैक डेनिम जीप कैरी की है। वहाँ, अपने लुक को और भी खूबसूरत बनाने के लिए जैकलीन फर्नाडिस ने अपने बालों को खुला रखा है।

इन फोटोज में जैकलीन फर्नाडिस अलग-अलग अंदाज में पोज देती नजर आ रही हैं। इस फोटोज में उनका जलवा बस देखते ही बन रहा है। जैकलीन फर्नाडिस की ये तस्वीरें बहुत वायाल हो रही हैं। इन पर कमेंट कर युजर्स निरंतर प्रतिक्रिया देते दिखाई दे रहे हैं। इस पर कमेंट का एक शब्द ने जैकलीन को ट्रोल करते हुए लिखा, वो जो सुकेश को ट्रोल करते हुए नुकसान भी पहुंचाता है। सिर्फ इतना ही नहीं यह ध्रुण को काफी ज्यादा नुकसान भी पहुंचाता है। और बच्चे का असर बच्चे के विकास पर भी होता है। और बच्चे का लिवर भी खराब कर सकता है। पैरासिटामोल खाने से बच्चों का खराब करना पड़ता है। इसे सिर्फ इतना ही नहीं बल्कि इस पर भी असर बच्चे को नुकसान पहुंचाता है। आइए जानते हैं इस बारे में विस्तार से।

वया आप भी डाइजेस्टिव बिस्टिक्ट्स को हेल्दी समझ कर खाते हैं?

ये 5 गंभीर नुकसान हो सकते हैं

हम भारतीयों को चाय बिस्टिक्ट खाना काफी पसंद है। मार्केट में एक से बढ़कर एक बिस्टिक्ट मीजूद है। हालांकि, ये बिस्टिक्ट सेहत के लिए फायदेमंद नहीं होते। यही बजह है कि लोग डाइजेस्टिव बिस्टिक्ट खाना ज्यादा पिछल करते हैं। बिस्टिक्ट बनाने वाली भी कंपनियां दाव करती हैं कि डाइजेस्टिव बिस्टिक्ट में मैदा नहीं होता। ये आसानी से पच जाता है। कई बार जो लोग बीमार रहते हैं, वह भी डाइजेस्टिव बिस्टिक्ट खाते हैं। लेकिन क्या आपको मालूम है कि डाइजेस्टिव बिस्टिक्ट भी हेल्दी नहीं है। इसे खाने से आपके सेहत को नुकसान पहुंच सकता है। आइए जानते हैं इस बारे में विस्तार से।

वया सच ने अनहेली है डाइजेस्टिव बिस्टिक्ट

जिस डाइजेस्टिव बिस्टिक्ट को आप हेल्दी समझकर महंगे दामों पर खरीदते हैं उहाँ बनाने के लिए कई तरह के केमिकल और प्रिजेविट का इस्तेमाल किया जाता है जो कि इस्तेमाल की भी इस्तेमाल किया जाता है। डॉक्टर्स के मुताबिक अगर आप डाइजेस्टिव बिस्टिक्ट का सेवन करते हैं तो आप महसूस करते हैं कि इसमें कम चीज़ी होती है लेकिन इन्हें ऐसा स्वाद लाने के लिए नेचुरल यानी प्राकृतिक के स्विटर के साथ ही अलग से चीज़ी का भी इस्तेमाल किया जाता है। ऐसा करने से यह हेल्दी डाइट ना रहकर आपकी



इस्तेमाल किया जाता है। इसका टेस्ट बड़ने के लिए टेस्ट इन्हेसर के लिए काफी नुकसानदायक होता है। डॉक्टर्स के मुताबिक अगर आप डाइजेस्टिव बिस्टिक्ट का सेवन करते हैं तो आप महसूस करते हैं कि इसमें कम चीज़ी होती है लेकिन इन्हें ऐसा स्वाद लाने के लिए नेचुरल यानी प्राकृतिक के स्विटर के साथ ही अलग से चीज़ी का भी इस्तेमाल किया जाता है। ऐसा करने से यह हेल्दी डाइट ना रहकर आपकी

डाइट में एक्स्ट्रा चीज़ी ऐड करने का काम करते हैं। इनके बहुत अधिक सेवन से दांतों का खराब होना, मोटापा, दिल से जुड़ी बीमारियों या डायबिटीज का खतरा कई गुना बढ़ जाता है।

डाइजेस्टिव बिस्टिक्ट खाने के नुकसान

■ डाइजेस्टिव बिस्टिक्ट में सैचुरेटेड फैट की मात्रा होती है जिसमें कोलोस्ट्रल बढ़ने की संभावना हो सकती है।

■ डाइजेस्टिव बिस्टिक्ट को बनाने में सोडियम का भी इस्तेमाल होता है। बहुत ज्यादा मात्रा में इनका सेवन हाई बीजी से जुड़ी समस्याएं पैदा कर सकता है। जिससे आपके दिल को भी नुकसान हो सकता है।

■ डाइजेस्टिव बिस्टिक्ट को बनाने में भी प्रिजेविट का इस्तेमाल किया जाता है। इसके अलावा इसमें सुरांध के लिए भी कई तरह के एसेंस मिलाए जाते हैं। जिस से भी आप को गंभीर नुकसान हो सकता है।

■ डाइजेस्टिव बिस्टिक्ट में मैदे की ज्यादा गेहूं के आटे का इस्तेमाल किया जाता है। गेहूं में ग्लूटेन होता है। अलग अलग ब्रांड की डाइजेस्टिव बिस्टिक्ट में ग्लूटेन की मात्रा अलग-अलग इस्तेमाल की जाती है। अगर आप ग्लूटेन सेसिटिव हैं तो यह डाइजेस्टिव बिस्टिक्ट आपके लिए सहेतुन नहीं हो सकता है। इसे आप को डायरिया, पेट दर्द की शिकायत हो सकती है।

■ डाइजेस्टिव बिस्टिक्ट में मैदे की ज्यादा गेहूं के आटे में ग्लूटेन होता है। अलग अलग ब्रांड की डाइजेस्टिव बिस्टिक्ट में ग्लूटेन की मात्रा अलग-अलग इस्तेमाल की जाती है। अगर आप ग्लूटेन सेसिटिव हैं तो यह डाइजेस्टिव बिस्टिक्ट आपके लिए सहेतुन नहीं हो सकता है। इसे आप को डायरिया, पेट दर्द की शिकायत हो सकती है।

कल्पि 2898 एडी रखा गया प्रोजेक्ट के का नाम भगवान विष्णु बने प्रभास और योद्धा बनी दीपिका

प्रभास और दीपिका पादुकोण की फिल्म प्रोजेक्ट के खुल सुर्खियों में है। यह फिल्म कई मायनों में खास है। एक तो इसके जरिए दीपिका पादुकोण और प्रभास की जोड़ी पहली बार दर्शकों के बीच आ रही है, वही इसके लिए दीपिका और अमिताभ बच्चन किया गया था। एक दोस्तों को पहले कपी न देखा गया था अनुभव महसूस होगा। दीपिका जहाँ पहला टीजर रिलीज किया गया है, जिसे निमताओं ने साथ ही साथ सोशल मीडिया पर भी पोस्ट किया। कल्पि 2898 एडी की पहली झलक देख पता चलता है कि इस फिल्म का देख रस्तों को पहले कपी न देखा गया क्योंकि इसमें विष्णु विनाशकरी दुनिया के इर्द-गिर्द विनाशकरी फ्रेंड्रिप्रभास और अमिताभ के बीच टकराव की ओर इशारा किया गया है। इसमें एक दोस्तों के भविष्य पर आधारित है।



प्रभास-दीपिका का अन्यायी शासक के रूप में दिख रहे हैं। प्रोजेक्ट के लिए कड़ी मशक्त करते दिख रहे हैं। टीजर इफिनिटी वर और एंजेर्स की याद दिलाता है। कल्पि भारतीय सिनेमा के स्तर की ओर आगे ले जाएगी, इसकी भव्यता और बैकारांड यूजिक देख तो यही लगता है।

पहली झलक में कमल हासन होगा, टीजर में यही कहा गया है। और दिशा पाटनी का किरदार नहीं है। फिल्म की कहानी एक अंधेरी और दिवाया गया है, वहीं टीजर का विनाशकरी फ्रेंड्रिप्रभास और अमिताभ टक, हर चीज पर चर्चा करने के बहुत होने वाला है। कर रहा है। अमिताभ इसमें एक

दुर्ग, सुपेला और कोहका प्रतिष्ठित संस्थान विज्ञापन के लिए संपर्क करें:-
9303289950, 9827806026, 8962815243

BANK P.O. & CLERK, MBA, RLY., SSC.
रामा कोचिंग
135, NEW CIVIC CENTER, Bhilai Ph. 0788-6560005



जब किसी को बुखार होता है तो वह अपने और भी कई तरह की बीमारी लेकर आती है। जैसे सिर दर्द, शरीर में दर्द आदि। बुखार को ठीक करने के लिए अक्सर हम क्रोसिन, पैरासिटामोल, डोला, सुमो, कालपोल का इस्तेमाल करते हैं। लैकिन वया प्रेग्नेंसी के दौरान भी इन दवाओं की इस्तेमाल कर सतत है। कहीं यह बच्चे के लिए खतरनाक तो साबित नहीं होगा। प्रेग्नेंसी के दौरान कुछ महिलाएं तो बिना डॉक्टर से पूछे दवा नहीं खाती हैं लेकिन कुछ ऐसी भी हैं जो बिना सोचे समझे धड़के से पैरासिटामोल खाना सही है या नहीं?

आर्टिकल के जरिए यह बताने की कोशिश करेंगे कि प्रेग्नेंसी में पैरासिटामोल खाना सही चाहिए या नहीं इसे लेकर अब तक कई रिसर्च हो चुकी है। डेली मेल में छोपी खबरों का मुताबिक प्रेग्नेंसी के दौरान ज्यादा पैरासिटामोल का इस्तेमाल आपके भ्रूण के लिए कई तरह का मुश्किलें हो सकती हैं। रिसर्च के मुताबिक प्रेग्नेंसी के दौरान पैरासिटामोल खाने से भ्रूण पर गंभीर असर पड़ता है। हालांकि इस पूरे रिसर्च में यह कहीं भी नहीं मिला कि पैरासिटामोल खाने से बच्चों में अटेंसन डेफिनिटिव हाइपरएक्सिटी डिसोडे, ऑटिज्म, लैंगेज और आईक्यू की दिक्कत हो सकती है।

