

जागरूकता से
गलूकोमा को
हराया जा सकता है

परिवार के किसी सदस्य को गल्लूकोमा यानी काला मोतिया बीमारी से तो सावधानी जरूरी है। इस स्थिति में परिवार के सभी सदस्यों को नियमित रूप से आँखों की जाँच कराना चाहिए। 40 वर्ष से अधिक उम्र के लोगों को वर्ष में एक बार अनिवार्य रूप से आँखों की जाँच कराते हुए अप्रैल देश का पटा लगाना चाहिए। जागरूकता से गल्लूकोमा को हराया जा सकता है।

अंधत्व के खतरे को टाला जा सकता है
यदि समय रहते बीमारी का पता चल जाए तो अंधत्व के खतरे को टाला जा सकता है। उदाहरण के लिए यदि पता चले कि काला मोनिया ने तो बच्ची को आंखों की आसानी से काला मोनिया से बचाकर दे रहे। आंखों से नुनोसूतों के खतरे का पता चल जाता है। काला मोनिया की स्थिति है जो आंख के पिंजरे हिस्से में आदिष्ट नई को घुमाव करती है। इससे आंखों को गंभीर नुनोसूत हो सकता है। आदिष्ट नई आंखों में गंभीरता को जानकारी भेजने का काम करती है।

आखों की बनावट गुब्बारे की तरह होती है
आंखों की बनावट गुब्बारे की तरह होती है। जिससे भीतर तरल पदार्थ भरा होता है। आंखों के भीतर यह तरल पदार्थ भरा रहता है, जो आंखों को नमी प्रदान करता है। परंतु जब आंखों में तरल पदार्थ कम हो जाता है, तब निम्नलिखित की प्रक्रिया चलने लगती है जो आंखों पर बुरा बनावट है जो आंखों को नुकसान पहुंचाती है। उस दशा में आंखों की रोशनी कम होने लगती है तथा ग्लूकोमा की स्थिति बनती है। ग्लूकोमा में मरीज को ज्यादा तरलवाक नहीं होती है इसलिए इस बीमारी को नजरअन्तर किया जाता है।

शरीर में इस विटामिन की कमी के कारण होता है पीलिया



सितवर प्रभाव पड़ता है इससे शिल्प के काम करने की क्षमता कमजोर हो जाती है। बिलीरुबिन शरीर में भोजन होता है जिससे यकृत फीफास रोग का शिकार हो जाता है। हेल्पर कणपथ की मात्रा को बिलीरुबिन बढ़ने और पीलिया के भोजन को रोक लेना (जुआ) बिलीरुबिन कम करने में मदद करता है। यकृत के अम्लीयता में बिलीरुबिन के की कमी के कारण भी जब समस्या हो सकती है। बिलीरुबिन के की कमी से वास्तव में दुर्लभ रोगों को जाना जाता है जिससे बिलीरुबिन को सितवर से बाहर निकालने में सहायक होती है। यदि विलोम के की कमी से नकारात्मक भी अधिक होता है। जिससे खून की कमी होती है। बिलीरुबिन की 12 की कमी के कारण भी पीलिया हो सकता है। परसलत जब बिलीरुबिन की 12 की कमी होती है तब तालर रक्त कोशिकाओं की कमी भी हो जाती है। और बिलीरुबिन तब बनता है जब तालर रक्त कोशिकाएं नष्ट होती लगती हैं।

रखें अपनी ओरल हेल्थ का ख्याल

अगर इंटरनेट के पगान नहीं जा पा रहे हैं तो खुश हो जायें। आपनी ओरल हेल्थ को ध्यान रखना जरूरी है। जरूरी होता है कि अगर आपकी ओरल हेल्थ स्वस्थ नहीं रहे तो ये आपका दिमाग कई दिनों के लिए का कारना बने सकता है। यहाँ आपको बताऊँ कि साधारण नहीं बल्कि महान की जेलियाँ, जीभी की सफाई और स्याम की स्याम भी मौजूद हैं। जीभी की सफाई और जेलियाँ और स्याम को खाना भी रचना जल्दी है। ओरल हेल्थ को ध्यान रखना है या इस के अभाव के लिए नसीब है। दरअसल जेलियाँ के लिए यूनिट मात्र है 3.5 दिनों के लिए ओरल समस्याओं से खुश रहे हैं। तब तक जीभी जेलियाँ आपकी ओरल की तरफ से ओरल हेल्थ को मजबूत करने के लिए कुछ खाया दिखाने भी हो रहा है। आज हम यहाँ से कुछ दिनों के बारे में बात करेंगे जो हमारी ओरल हेल्थ को सुधारेगा के लिए जाना है।

कम शक्कर वाले फूड्स, जूस आदि खाएं
माइडलाइन्स कहती हैं कि आपको अपनी डाइट में जितना हो सके उतना कम शक्कर युक्त खाना खाएं। ये दवाओं के लिए भी लाभ होता है। अगर हो सके तो ऐसे क्वक सिरप आदि का चुनाव करें जिनमें शक्कर का इस्तेमाल कम हो रहा हो। शक्कर वाले किसी भी फॉर्म में अंदर जाए तो हमारे शरीर की रक्त को खराब कर सकती है। इससे

कैविटीज आदि भी हो सकती हैं। इसलिए ये जरूरी है कि हम कम शक्कर वाला खाना खाएं और जितना हो सके नेचुरल परसुट्स और ड्रिंक्स का सेवन करें।

दिन में 2-3 बार गरारा करें
यै जल्दरी है कि आप अपने मुह को साफ रखे इसके लिए आप दिन में 2-3 बार गरारा कर सकते हैं। आप अपने पास एक अच्छा माउथवॉश रखें और अगर माउथवॉश नहीं तो आप गुनगुने पानी या नमक मिलाकर उसरी गरारा कर सकती है। आप चाहे तो बहुत माउथवॉश भी बना ले जिसमें काली मिर्च, अदरक, हल्दी और तुलसी की पत्तियां शामिल हों। ये आपकी ओरल कैविटी को दूर करने में मदद करेगा।

के कण भी निकल जाते हैं और साथ ही साथ ये कैविटीज को खत्म करने और मुँह की दुर्गंध से लड़ने में भी सहायक होगा। आम नींबू पानी या सब्जियों और फलों का जूस भी पी सकते हैं।

एल्कोहॉल और स्मॉकिंग से रहें दूर
अगर आप इसका सेवन नहीं करते तो ठीक, लेकिन अगर आप करते हैं तो इसे थोड़ा कम कर दें। एयर और हेल्थ को खराब करने के सबसे बड़े कारणों में से एक होल है। अकेले इस एयर सेट को लेने से ही आपकी होल हेल्थ में कमाल का सुधार दिख सकता है।

डाइट का रखें ध्यान

हमारी ओरल हेल्थ को निश्चित करने में हमारी डाइट का बहुत बड़ा योगदान होता है। ये बहुत जरूरी है कि हम सही विटामिन और मिनरल अपनी डाइट में शामिल करें ताकि शरीर को पोषण मिले। अगर हम बहुत ज्यादा विषयविद्या और स्टार्ट वाला खाना खाएंगे तो ये हमारी ओरल हेल्थ पर असर डालेगा।

बढ़ती उम्र के साथ जरूरी है दांतों की सही देखभाल

हेन्‍री दादले के सिए शायर के बाकी ओली की तरह दादली की देखभाल भी बहुत जरूरी है। लेकिन अक्सर हम ओली इंडीजिन प्रोब्लम नहीं देखते हैं जिसकी मदद से बहुत ही कम के साथ दादली के दिक्कत चुक ले जाती है।

कई बार कम उमर के भी आपकी दादली पर परेशानी से मदद है। इसलिए, दादी की किसी तरह से सपोर्टिंग करना बहुत जरूरी है। पर एमएड के मास्किंग, उस बच्चे के साथ कई कारणों से आपकी हेल्थ से जुड़ने कई दिक्कतें आपकी परेशान कर सकती है।

आपकी दादले बच्चे को देखते हैं कि अगर आपकी ओली हेल्थ ठीक नहीं है, तो इसका सबसे आमोपे रूप नरस्यस्य पर एक सादर है। उस बच्चे के साथ शायर के बाकी ओली की तरह दादी पर भी आपकी ध्यान देना जरूरी है ताकि। बहुत ही कम मेमोरान्ट के जाला, उस डिस्क की फोली को आप दादी को लेन्दी और मजबूत बनाए रख सकते हैं।

- इसलिए, उस बढ़ने के साथ दाँतों का अधिक ख़याल रखना ज़रूरी हो जाता है।
- ▶ घर पर दाँतों की सही तरह की सफ़ाई का ध्यान रखें।
- ▶ इसके अलावा, समय-समय पर डेंटिस्ट के पास जाकर स्टीन ऐकअप करवाएं।
- ▶ दिन में दो बार फ्लोराइड टूथपेस्ट से दाँतों का साफ़ करें और डेंटल प्लास्ते से दाँतों के बीच का हिस्सा भी साफ़ करें। इससे कैविटीज़ और मसूढ़ों की सड़ने के बचाव हो सकता है।
- ▶ मुँह के बैक्टीरिया को दूर करने के लिए

उम्र बढ़ने के साथ शरीर के बाकी अंगों की तरह दांतों पर भी अधिक ध्यान देना जरूरी हो जाता है। बढ़ती उम्र में एक्सपर्ट के बताए इन टिप्स को फॉलो कर आप दांतों को हेल्दी और मजबूत बनाए रख सकते हैं।

परीक्षा के माध्यमों से कुल
अगर आप डेवर यूज करते हैं, तो
हसकी भी सही देखना जरूरी है।
डेवर को सही समय निकाल दें।
इसे सही से रोकें और इसे
डिस्कॉनेक्ट या सही से बंद करने के लिए
डिस्कॉनेक्ट करने पर ध्यान दें।
बड़े-बड़ों की ओर से बहुत हल्के को
हल्के रखने के लिए सही
हसकी भी जरूरी है। क्योंकि
असहज होने के साथ साथ बंद करने
को जाननी है। ऐसे में सही मात्रा में
पानी पीना जरूरी है।
तब परीक्षा को न्यूट्रिशनल
करने और फूड पॉलिटिक्स
को सही से लिए जरूरी है।
पानी पीने से शरीर मांस को
प्रोब्लम नहीं
होती है।

हाई माइथ की वजह से दांत का पिराना और ओरल हेल्थ से जुड़ी परेशानियां हो सकती हैं। इसके अलावा विटामिन और मिनरल्स से भरपूर बैलेंस डाइट जरूर लें।
 दांतों की गजबूती के लिए कैल्शियम, विटामिन डी और फॉस्फोरस बहुत जरूरी हैं।



काली गाजर के सेवन से दूर होती है ये बीमारियां

काली गाजर में फाइटिक अम्ल का अभाव होता है, जो रक्त शर्करा के स्तर को नियंत्रित करने में मदद कर सकती है। काली गाजर में बीटा कैरोटिन और एंथ्रानोलीन जैसे एंटीऑक्सीडेंट होते हैं, जो आंखों के कर्णावृद्धाद फायदेमंद होते हैं। ये एंटीऑक्सीडेंट्स एंटीइन्फ्लेमेटरी होने वाले नुकसान से आंखों को सुरक्षित रखते हैं। काली गाजर का सेवन गोंतियाविट, ग्लूकोमा जैसी समस्या नहीं होने के कारण यह फायदा फायदा अधिक होने के कारण यह फायदा फायदेमंद माना जाता है।

गाजर खाने के कई फायदे होते हैं। गाजर विटामिन-ए से भरपूर होती है। लेकिन बहुत कम लोगों ने काली गाजर के बारे में सुना होगा। डायटिशियन मीना कोरी याल हमें काली गाजर के फायदों के बारे में बता रही हैं।

आखों के लिए फायदेमंद
 काली गाजर में बहुत कैंटीनो और ल्यूटिन जैसे एंटी-ऑक्सीडेंट होते हैं, जो आंखों के कोणी आन्दा फायदेमंद होते हैं। ये एंटी-ऑक्सीडेंट जो रेटिना के से होते हैं वह नुकसान से आंखों को सुरक्षित रखते हैं।
 काली गाजर का सेवन मोनोमिनीयम, ल्यूकोमा जैसी समस्या नहीं होती है।
 फैसरा से बचाव करती है काली गाजर
 काली गाजर में एथोसायनिन नामक एंटी-ऑक्सीडेंट होते हैं, जो फैसरा से भी शरीर को सुरक्षित रखती हैं। मीना घोषी का कहना है कि एथोसायनिन बड़ा खाद पदार्थों का सेवन कर फैसरा, फेफड़ों के कैंसर, और कौलोरेक्टल कैंसर नहीं गंधार
 बीमारियां नहीं होती।

डायबिटीज में फायदेमंद
जिन लोगों को डायबिटीज की समस्या है, उन्हें काली गाजर को सेवन जरूर करना चाहिए। काली गाजर में फाइबर की उच्च मात्रा होती है, जो रक्त शर्करा के स्तर को नियंत्रित करने में मदद कर सकती है। यह टाइप 2 मधुमेह के जोखिम को कम करती है।

वजन घटाती है काली गाजर
काली गाजर में फाइबर अधिक होने के कारण यह वजन घटाने में मददगार हो सकती है। फाइबर देने सम्यक्तक पेट को भरा हुआ रखता है। ज्यादा भूख नहीं लगती है। आप कम कैलोरी भी बढ़ते हैं। इससे शरीर को मेटाबोलिज्म भी बढ़ता है। इससे शरीर मेटाबॉल भी बढ़ता है। शरीर को वजन भी नहीं बढ़ता है। काली गाजर के सेवन से कोलेस्ट्रॉल का लेवल भी बढ़ता रहता है। ओवर इससे हार्ट अटैक का खतरा नहीं होता है।



थायराइड को कंट्रोल कर सकते हैं ये मसाले

थायराइड जीवनशैली से जुड़ी परेशानी है जिससे आंकल हर व्यक्ति ग्रस्त है। इस कारण शरीर में काफी बदलाव आने लगता है। कुछ लोगों का जवन काफी ज्यादा बढ़ जाता है। कुछ लोगों को डेयर फॉल की शिकायत हो जाती है। अगर आप भी थायराइड की समस्या से परेशान हैं तो गर्मगी के किचन में रखो कुछ मसाले थायराइड कंट्रोल करने में उपयोगी साबित हो सकते हैं। अइए जानते हैं वो कौन से मसाले हैं जो थायराइड लेवल को फिक्स करने में आपके काम आ सकते हैं।

हल्दी

श्वशुराहट में हल्दी का रोजाना आभूषण लिए छायादेवन्द सावित्री हो सकती है। हल्दी एक आयुर्वेदिक रूप में जानी जाती है। इसमें एंटीऑक्सीडेंट और एंटी इन्फ्लेमेटरी गुण मौजूद होते हैं जो शरीर की सूजन को कम करने में मदद करते हैं। इसमें कर्कशयुग्मिन नाम का खींकक पाया जाता है जो श्वशुराहट जैसे की सूजन कम करने में मदद करता है। आपकी बता दे कि हल्दी में बहुत ही शक्तिशाली एंटीऑक्सीडेंट्स होते हैं जो शरीर में होने वाले ऑक्सीडेशन की प्रक्रिया को नियंत्रण कर देते हैं।

जीरा हमेशा से ही खाने का स्वाद बढ़ाने के लिए जाना जाता है। वहीं इसमें मौजूद फाइब्रोमैल्स थायरॉइड फंक्शन को बर्तन रखने में मदद करते हैं। जीरा आप मेटाबोलिज्म को बढ़ाता है जिससे थायरॉइड लेवल को नियंत्रित करने में मदद मिलती

दालचीनी

दालचीनी का नियमित इस्तेमाल भी थायराइड कोट्रोल करने में मददगार है। इसमें एंटीऑक्सीडेंट और एंटी इन्फ्लेमेटरी गुण पाए जाते हैं जो सुक्रोज को कोट्रोल करते हैं। दालचीनी में विनिल-ग्लायकोल नाम का केमिकल मौजूद होता है, जो शरीर में प्रोजेस्टेरोन हार्मोन को बढ़ाने में मदद करता है। यह महिलाओं में टेस्टोस्टेरोन के उत्पादन को बढ़ाकर उन्हें मदद करती है जिससे शरीर में हार्मोन के संतुलन को बनाए रखने में मदद मिलती है।

धनिराज



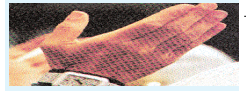
अम्बिकावाणी

सरगुजा ■ कोरिया ■ सूरजपुर ■ बलरामपुर ■ जशपुर

महिला ने एक साथ दिया तीन बच्चों को जन्म, सभी स्वस्थ - 10

अम्बिकापुर शुक्रवार, 06 जून 2025

पुलिस का साइबर फ़ाउंट ग़ोलेट पर शिकंजा दो आरोपी गिरफ़्तार - 12



प्रेम से बोला गया एक शब्द भी अनेक दुःखी आत्माओं को शांति प्रदान कर सकता है।

नकली खाद के बाद सामने आयी नकली धान और मक्का बीज की फैक्ट्री, नामी कंपनियों के पैकेट में पैकिंग किया जा रहे थे घटिया बीज

गंगापुर में कृषि विभाग के साथ प्रशासन और पुलिस ने दी एक साथ दबिश, सारा सामान जप्त



अम्बिकापुर (अम्बिकावाणी समाचार)।
सरगुजा में नकली खाद बनाए जाने के बाद अब नकली धान और मक्का बीज की फैक्ट्री सामने आयी है। नगर के गंगापुर स्थित यह फैक्ट्री काफी समय से

चल रही थी। इस फैक्ट्री के अंदर नकली और घटिया धान और मक्का बीज की नामी कंपनियों के पैकेट देखे जिसमें धान और मक्का बीज की पैकेजिंग की जा रही थी। बाहर से भारी मात्रा में टुक के जरिए धान और मक्का बीज की पैकेजिंग की जा रही थी। मामले में



प्रशासन ने वहां सारे सामानों को जप्त कर लिया है। आगे की पुछताछ जारी है।
उक्त फैक्ट्री प्रारंभिक जानकारी के अनुसार गांधीनगर थाना क्षेत्र के गंगापुर तुलसी चौक के समीप नकली धान और मक्का बीज के बने बनाने की

जानकारी पर प्रशासन ने गुरुवार को वहां दबिश दी।
पुछताछ में किसी ब्रह्मजी नामक व्यक्ति को बताया जा रही है जो मौके पर नहीं मिला। फैक्ट्री के अंदर कई नामी कंपनियों के



पैकेट मिले हैं जिनमें धान की पैकेजिंग की जा रही थी। इसके साथ-साथ वहां मक्का भी बरामद किया गया है। जिससे यह तो स्पष्ट है कि वहां नामी कंपनी के पैकेट में घटिया मक्का बीज भी डाला जा रहा था। मौके पर

जिस तरह से इस फैक्ट्री में काम चल रहा था उसे अधिकारियों ने भी यह तो स्पष्ट रूप से कहा है कि नामी कंपनियों के पैपर में इन बीजों को खालकर जल्द से खपाया भी जा चुका है। अधिकारियों को कहना है कि नामी कंपनियों के पैपर को देखकर जरूर किसान इन बीजों को खरीदे होंगे। फिलहाल मामले को जांच चल रही थी।

सामान अनलौड करता मिला ट्रक

मौके पर एक ट्रक के द्वारा सामान अनलौड किया जा रहा था। ट्रक के चालक मोहम्मद सबरन अंसारी ने बताया कि वह दो स्थानों चंदपुर और सरिया से ७५० बोरी धान का उठाव कर वहां लाया है। उसे उसकी कोई जानकारी नहीं थी कि यह सामान अवैध है। जिस तरह से बड़े पैमाने पर उक्त कारखाने में नामी कंपनियों के पैपर में इन घटिया धान व मक्का बीज को डाला जा रहा था अंदाजा लगाया जा सकता है कि इससे किसानों को किस तरह से क्षति पहुंच रही थी।

खपाया भी जा चुका है घटिया और नकली बीज

जिस तरह से इस फैक्ट्री में काम चल रहा था उसे अधिकारियों ने भी यह तो स्पष्ट रूप से कहा है कि नामी कंपनियों के पैपर में इन बीजों को खालकर जल्द से खपाया भी जा चुका है। अधिकारियों को कहना है कि नामी कंपनियों के पैपर को देखकर जरूर किसान इन बीजों को खरीदे होंगे। फिलहाल मामले को जांच चल रही थी।

पहुंचे अधिकारियों ने वहां कर लिया है। मामले में अग्रिम फिलहाल सारी सामग्री को जप्त करवाई की जा रही है।

दावा-आपति 10 जून तक आमंत्रित

अम्बिकापुर (अम्बिकावाणी समाचार)।
आदिवासी विकास विभाग के सहायक आयुक्त ने बताया कि आदिम जाति तथा अनुसूचित जाति विकास विभाग द्वारा मुख्यालय बाल भविष्य सुरक्षा योजना अंतर्गत संचालित प्रयास आवासीय विभागों में शिक्षण सत्र २०२५-२६ के लिए कक्षा ९वीं में प्रवेश हेतु प्राकट्यन परीक्षा पश्चात परीक्षा परिणाम घोषित करते हुए जिलेवार सूची विभागीय वेबसाइट पर जारी किया गया है। मेरिट सूची का प्रकाशन पृथक से किया जाएगा। उन्होंने बताया कि परीक्षाधीन आवेदन वेबसाइट पर दर्शित परीक्षा परिणाम में अपना नाम एवं रोल नंबर का मिलान कर लेंगे। किसी प्रकार की त्रुटि होने पर अम्बिकावाणी विकास विभाग अम्बिकापुर में स्वयं उपस्थित होकर १० जून तक दावा आपति आवेदन प्रस्तुत कर सकते हैं।

मैनपाट में टाइगर प्वाइंट के पास पहुंचे 9 हाथी: वन विभाग ने पर्यटकों को रोका

रिहायशी इलाके में विचरण कर रहे हाथी, कराई गई मुनादी

अम्बिकापुर (अम्बिकावाणी समाचार)।

सरगुजा जिले के प्रसिद्ध पर्यटन स्थल मैनपाट के टाइगर प्वाइंट के पास ९ हाथियों का दल टाटा हुआ है। हाथियों की मौजूदगी को देखते हुए वन विभाग हाथियों की निगरानी कर रहा है। लोगों को हाथियों के कारण टाइगर प्वाइंट के पास जाने से सुबह रोका गया। हालांकि हाथी जब जंगल में चले गए तो पर्यटकों को टाइगर प्वाइंट के पास जाने दिया गया। हाथियों का दल कई दिनों से रिहायशी इलाके में विचरण कर रहा है।

रर असल, मैनपाट इलाके में पिछले एक सप्ताह से ९ हाथियों का दल विचरण कर रहा है। बुधवार शाम हाथियों का दल मैनपाट के पर्यटन



स्थल टाइगर प्वाइंट के पास पहुंच गया। हाथियों को देखकर लोगों ने इसकी सूचना वन विभाग के अमले को दी। वन विभाग का अमला लगातार हाथियों की निगरानी में जुटा हुआ है। वन विभाग ने हाथियों

की मौजूदगी के कारण लोगों को टाइगर प्वाइंट के पास जाने से रोक दिया। हाथियों की मौजूदगी के कारण गुरुवार सुबह भी मैनपाट पहुंचने वाले पर्यटकों को टाइगर प्वाइंट और पास के जंगलों में जाने

से रोका गया। गुरुवार को भी हाथी टाइगर प्वाइंट के पास डटे रहे। वन विभाग की टीम मौके पर डूटी रही। हाथियों की मौजूदगी को देखते हुए आसपास के गांवों बिजलहवा नर्मदापुर, बरवाड और कंडराजा आदि गांवों में लोगों को सतर्क करने के लिए मुनादी करा दी गई। लोगों से जंगल न जाने की अपील की गई है। हाथियों की मौजूदगी के कारण आसपास के गांव के लोग सहमे हुए हैं। सप्ताहभर पूर्व शुक्रवार को हाथियों ने उड़मकली में दो घंटों को तोड़ दिया था और घर में रखा अनाज खा गए थे।

शहीद भगत सिंह वार्ड में बरसात से पहले विभिन्न जाम नालियों की हो रही सफाई



अम्बिकापुर (अम्बिकावाणी समाचार)।

नगर पालिक निगम अम्बिकापुर शहीद भगत सिंह वार्ड नंबर २८ के प्रथम बार बने युवा पार्षद दीपक यादव द्वारा बरसात से पहले वार्ड की विभिन्न नालियों की सफाई कराया जा रहा है। वार्ड वासियों को बरसात में रहने की मिला और किसी प्रकार की परेशानियों का सामना न करना पड़े बरसात में नाली जाम होने की वजह से बरसात का पानी रोड में बहने लगता है और घरों में प्रवेश करता है जिससे असुविधा होती है जल पारव न

हो वह कोशिश पार्षद द्वारा की जा रही है जिसमें वार्ड की जनता का भी सहयोग मिल रहा है। सफाई करने में भी कुछ दिन असुविधा होती है पर वार्ड वासियों सहयोग से यह संभव हो पा रहा है। शहीद भगत सिंह वार्ड के पार्षद का लक्ष्य है बरसात से पहले वार्ड सभी नालियों का सफाई कार्य हो जाये जिससे नगर पालिक निगम अम्बिकापुर का भरपूर सहयोग मिल रहा है। शहीद भगत सिंह वार्ड के युवा पार्षद दीपक यादव ने कहा कि वार्ड वासियों के लिए मैं सदैव खड़ा हूँ

तेज डायग्नोस्टिक / ब्लड बैंक (सेंटर)
माता राजरानी मेमोरियल MBBS हॉस्पिटल
ताहूपारा, जोड़ा तालाब के सामने, अम्बिकापुर
प्रतिदिन उपलब्ध
डॉ. सोनल गार्डिया
MBBS, MS (General Surgeon)
जनबल एवं सिरोमैकॉनिकल सर्जन
सुविधाएं -
* पित्त की थैली की पथरी
* गुर्दे की पथरी
* प्रोस्टेट की समस्या
* अपेन्डिक्स, हार्निया
* लीवर से संबंधित बीमारियां
* बवासीर (फिशर एवं फिस्टुला)
* श्लेष्म त लगना, नैस की समस्या
* ओंता से संबंधित समस्याएं
* शरीर में गांठें
* दूरबीन विधि द्वारा ऑपरेशन
* पेट संबंधी सभी प्रकार की बीमारियां
अग्रिम कौशल हेतु संपर्क करें
0777-222155, 0777-222156, 0777-222157
0777-222158, 0777-222159, 0777-222160

सड़क बनाने की आड़ में सैकड़ों पेड़ पौधों की कटाई, वन विभाग ने मूंदी आखें



अम्बिकापुर (अम्बिकावाणी समाचार)।
पूरे भारतवर्ष में ५ जून दिन गुरुवार को विश्व पर्यावरण दिवस मनाया जा रहा है। इस अवसर पर वन विभाग, राजस्व विभाग, ग्राम पंचायतों में पोषारोपण कर पेड़ पौधों के संरक्षण हेतु संकल्प भी लिया जा रहा है। तो वहीं दूसरी ओर विश्व पर्यावरण दिवस के दिन सड़क बनाए जाने की आड़ में सैकड़ों हरे भरे पेड़ पौधों को काट दिया गया। दरअसल पूरा मामला सरगुजा जिले

के लखनपुर वनपरिक्षेत्र अंतर्गत रेहमता का है। ५ जून दिन गुरुवार को जब स्थानीय मीडिया खबर बनने पहुंचे थे तो देखा कि आधा दर्जन ग्रामीण सड़क बनाए जाने की आड़ में सैकड़ों हरे-भरे पेड़ पौधों को काट चुके थे। मीडिया कर्मी ने पेड़ पौधा काटने से मना किया इसके बाद ग्रामीण वहां से चले गए। मिली जानकारी के मुताबिक जनमानों अंतर्गत प्रधानमंत्री ग्राम सड़क से लेकर भुरकुड़वा फाड़ी कोरवा बस्ती तक डामरीकरण



जंगलों की सुरक्षा हेतु बीट गाइड्स के लिए बनाया गया आवास, जिम्मेदार रहते हैं नदारत

जंगलों की सुरक्षा हेतु शासन की ओर से बीट गाइड्स के लिए लाखों रूपए खर्च कर आवास का निर्माण किया जाता है ताकि कि सर्बिल प्रभारी, वन कर्मचारी आवास में रहकर जंगलों की सुरक्षा कर सकें, परंतु वन विभाग के जे जिम्मेदार अपने घरों में रहकर ड्यूटी करते हैं वहीं नहीं लाखों रूपए का आवास अब खंडहर में तब्दील होते जा रहा है। वह दूसरी ओर जंगल भी कटते जा रहे हैं।

सड़क बनाया जा रहा है। वहीं ८-३० बजे आधा दर्जन ग्रामीणों के सड़क बनाए जाने की आड़ में ५ ट्रायल से सैकड़ों पेड़ पौधों को जून दिन गुरुवार की सुबह लगभग काटकर धराशायी कर दिया गया।

जंगल-जंगल पोषारोपण कर फोटो सेशन

विश्व पर्यावरण दिवस के अवसर पर जिला प्रशासन, ग्राम पंचायत वन विभाग अनेक राजनीतिक संगठन के लोगों के द्वारा जंगल-जंगल पोषारोपण कर फोटो सेशन करवा वाह वाही लूट रहे हैं लेकिन देखा जाता है कि पोषारोपण के बाद कोई भी अधिकारी जनप्रतिनिधि सुख लेने को तैयार नहीं है। वही जिम्मेदार अपने जिम्मेदार से पल्ला झाड़ने भी नजर आते हैं।

सैकड़ों पेड़ों की कटाई हो गई, श्वर वन विभाग विश्व पर्यावरण दिवस मने में व्यस्त रहा। वन विभाग की जिम्मेदार अधिकारियों के लापरवाही के कारण आज बड़े-बड़े जंगल मैदान में तब्दील हो चुके हैं और बड़े पैमाने पर जंगलों में अवैध कटान कर मकान बना लिया जा रहा है।

विश्व पर्यावरण दिवस पर एक पेड़ मां के नाम 2.0 अभियान की हुई शुरुआत

अम्बिकापुर (अम्बिकावाणी समाचार)।
विश्व पर्यावरण दिवस के अवसर पर गुरुवार को एक पेड़ मां के नाम २.० अभियान की शुरुआत हुई। अभियान के तहत जिलेभर में विभिन्न स्थानों पर वृक्षारोपण कार्यक्रम का आयोजन किया गया। अम्बिकापुर के खलीवा स्थित जवाहर नवोदय विद्यालय परिसर में आयोजित वृक्षारोपण कार्यक्रम में जिला पंचायत अध्यक्ष श्रीमती निरुपा सिंह, जिला पंचायत सदस्य श्रीमती दिव्या सिंह सिरोरिया, अम्बिकापुर जनपद पंचायत उपाध्यक्ष श्री सीता यादव, जनपद पंचायत सभापति श्री विनय व्यापारी, कलेक्टर श्री विनय भोसकर, डीएमओ श्री अभिषेक जोगावत, जिला पंचायत सीईओ श्री विनय कुमार अग्रवाल, स्थानीय जनप्रतिनिधियों, अधिकारी-कर्मचारियों सहित आमजनों ने वृक्षारोपण किया।

हरपाल सिंह भाभरा बने भाजपा प्रदेश के आगामी कार्यकर्ता के समिति सदस्य

अम्बिकापुर (अम्बिकावाणी समाचार)।

भाजपा छत्तीसगढ़ द्वारा संगठन के आगामी प्रमुख कार्यक्रमों विश्व पर्यावरण दिवस, डॉ. खन्ना प्रसाद मुखर्जी बलिदान दिवस तथा आपातकाल के ५० वर्ष पूर्ण होने पर प्रस्तावित कार्यक्रमों की घोषणा की गई है। इन कार्यक्रमों के समन्वय हेतु भाजपा सरगुजा के वरिष्ठ नेता एवं प्रदेश कार्यसमिति



सदस्य हरपाल सिंह भाभरा को प्रदेश समिति में सदस्य नियुक्त किया गया है। इस अवसर पर

हरपाल सिंह भाभरा ने कहा, भारतीय जनता पार्टी द्वारा प्रदेश समिति में दायित्व सौंपना मेरे लिए गर्व की बात है। संगठन के इन महत्वपूर्ण कार्यक्रमों को प्रभावी रूप से संपन्न कराने हेतु मैं पूरी निष्ठा और प्रविष्टता के साथ कार्य करूंगा। यह अवसर न केवल पार्टी के सिद्धांतों को जन-जन तक पहुंचाने का है, बल्कि हमारे इतिहास के श्रेष्ठताओं परों को स्मरण करने का भी है।

