

पहला कॉलम

दिल्ली-लेह जा रही इंडिगो और हैदराबाद-तिरुपति जा रही स्पाइसजेट के विमान में तकनीकी खराबी, वापस लौटे

[illegible]

कुछ अलग

ईरान से सुरक्षित निकाले गए 110 मेडिकल छात्रों को दिल्ली लेकर पहुंचा विमान

[illegible]

खरी-खरी

जाने अध्यापित क्यापन सुनतन के तिन
हलप के अध्यापित सनन है ननन ननन

जातियां तो धर्म में होती
हैं, मजहब में कहां से
आ गई?



www.ambikavani.com

अम्बिकावाणी



अंग्रेजी बोलने वालों को शर्म आएगी, ऐसे समाज का निर्माण दूर नहीं

♦ केन्द्रीय गह मंत्री अमित शाह बोले



नई दिल्ली, 19 जून (ए)। केंद्रीय गृह मंत्री अमित शाह ने गुरुवार को भारतीय भाषाओं

के महत्व पर जोर देते हुए कहा कि भारत में ऐसा सम्भव नहीं होगा। उन्होंने कहा कि नालों वाली को सड़ आगूरी।
शालू ने यह बात दिल्ली में पूर्व सचिवल सेक्टर आइएसएएस आनुविधुन अभिनीतों की विस्तार में पूर्व स्वयं, यह सागर हू विस्तार के विमोचन पर कहा।
उन्होंने कहा कि अंग्रेजी से अलग समाज का निर्माण नए नहीं है, लेकिन लड़ाई बहुत करतन है।
शालू ने कहा, हँसी को लेकर कोई संकट नहीं है। हम सब के जीवन में इस देश में अंग्रेजी नालों वाली को सड़ आगूरी, ऐसा कहते हैं। हमारे जीवन में सड़ आगूरी को सड़ कर पकड़ नहीं, जो नाल से नहीं है। हमारे हू कि हमारे देश का भाषाएँ, हमारी संस्कृति का महत्व है। हमारी भाषाओं के संग्रह हम भारतीय की नहीं करते हैं। हमारा देश, इसका इतिहास, इसकी संस्कृति, हमारा धर्म, हमारे विदेशी भाषा में नहीं समझा सकते हैं।
शालू ने आगे कहा, आधी-अधी विदेशी

भाषाओं से संस्कृत भारत की कल्पना नहीं कर सका। वो केवल, भारतीयता और भारतीयता को ही देख सकता है। मुझे पूरा योष है कि लुट्टाई किन्नी कटित है, लेकिन दिव्यता है कि लुट्टाई भारत का समाज जीतना और शिक्षा से आत्म गौरव के साथ हमारी भाषाओं में हम अपना डर चलाएंगे, सोच और सीखें की करेंगे, नतीजे भी करेंगे और विषय का नेतृत्व भी करेंगे। हमसे कोई संशय नहीं।

शाह ने भाषाओं के महत्व को लेकर वचन दिए ऐसे समाज के हैं, जब दिव्यता भारत में समेत महाशत्रु में हिंदी का विरोध हो रहा है। और यस्वीन योष है कि वंश अंग्रेजी को दूसरी भाषा में बदलने पर जोर है।

तिरपेनाडु में मध्यमगीत उपके टालिन ने तो शिक्षा मंत्रालय पर हिंदी भाषा योपन का आरोप लगाया है और शिक्षा निधि रोपन का आरोप लगाया था।

महाशत्रु में भी हिंदी को अनिवार्य रूपक बनाए जाने पर सरकार निषाध पर आ गई है।

केवाईसी नहीं कराने वालों के गैस कनेक्शन होंगे ब्लॉक, बिना ओटीपी ही मिल रहा था सिलिंडर



मोबाइल में ओटीपी नहीं आ रहा है। ऐसे में उपभोक्ताओं को गैस सिलिंडर नहीं मिल पा रहा है।
ई-केवाईसी कराने उपभोक्ताओं की जुट रही भीड़
 गैस कनवेंशनधारियों को ई-केवाईसी कराना जरूरी है। कंपनियां निःशुल्क ई-केवाईसी कर रही हैं। केवाईसी होने के बाद कालाबाजारी में काफी भीड़ आगयी। ओटीपी के बाद ही गैस सिलिंडर दिया जा रहा है। उपभोक्ता मोबाइल नंबर अपडेट कर सकते हैं। नरेंद्र डाकलिया, संचालक, डूडेन गैस

राजनगरियाँ को पन्नाजी गैर कानूननगरियाँ को फर्काने का सामान्य कारनामा है। गैर कानूननगरियाँ को ई-केवाई कर देने छल से जिनका बाय मौका दिया गया। जितने ४० हजार से अधिक कानूननगरियाँ अब तक ई-केवाई की गईं कराईं ई-केवाई की नहीं करने वाले गैर कानूननगरियाँ का कानूननगरिये करने की कार्याई की जाएगी। वहीं सिलसिले की भी चर्च किया जाएगा।

राजगढ़वा, मौलाना-मानसु-जोकी, बेरागढ़, मण्डलनगर-गई चले की सिलसिले २२ गैर कानूननगरियाँ, जहाँ कानून नगरियों को पांच लाख रुपया का है। अब भी ५० हजार

कानून गैर कानूननगरियाँ को ई-केवाई कर दे दूँ है। ई-केवाई कर सूचना देने दूँ है। गैर कानूननगरियों को ध्यान नहीं दे रहे हैं।

मोबाइल नंबर अपडेट नहीं कर रहे

ओपीडी की मिल रही है सिर्फिडिफिकेट

पेटोलीकरण कर्मियों कानूननगरियों को जल्द कर देने में जुट गईं। गैर पेटोलीकरण ई-केवाई कराने के साथ-साथ मोबाइल नंबर की भी अपडेट करवा जा रही है। जितने कर उपाधिकार के मोबाइल में ओपीडी नहीं आ रहे हैं। वहीं कुछ उपनगरों में मोबाइल नंबर अपडेट नहीं कर रहे हैं। ऐसे में अब उन्हें सिर्फिडिफिकेट के लिए पेटोलीकरण होना पड़ेगा। ई-केवाई कर देने के बाद ई-केवाई कर

हा। उपका का माहौल नवन अपेट करे। सभका हँ। नरेंद्र डाकालि, संचालक, सुनै गैस

चुनै के समय भाजपा ने पाँच सौ रुपय में गैस सिलिंडर देने की घोषणा की। पाँच सौ रुपय में सिलिंडर कब से मिलेगा इसकी लेकर कोई जनकारी नहीं दी जा रही है। संचालक भी कुछ नहीं बता पा रहे हैं। गैस एंसी संचालक ने बताया कि ई-केवाई होने से कपाजभाजी रुकेगी। वहीं दुपानाको को प्यो में किनना सिलिंडर मिल रहा है इसकी पूरी जानकारी मिलेगी। लगातार सुचना देने के बाद भी कन्वक्शनधारी ई-केवाई कराने समने नहीं आ रहे हैं।

सुप्रीम कोर्ट से कमल हासन को राहत, कर्नाटक में फिल्म टग लाइफ रिलीज की मिली मंजूरी

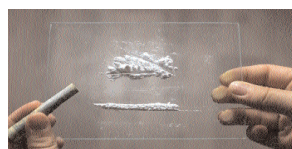
नईदिल्ली, 19 जून (ए।) तमिल सिनेमा के जाने-माने अभिनेत कम्मल हासन को फिल्म उद्योग लाइव पिछले काफी समय से चर्चा में हैं। उनकी यह फिल्म 19 जून को सिनेमाघरों में रिलीज होगी, लेकिन कन्नड़-तमिल टिप्पणी विवाद को वजह से इसे कर्नाटक में रिलीज नहीं किया गया। अब हासन को सुप्रीम कोर्ट से राहत मिली है। दरअसल, उन्नालफ के कर्नाटक में रिलीज होने का रास्ता साफ हो गया है।

19 जून को सुनवाई के दौरान सुप्रीम कोर्ट ने यह आदेश जारी किया है। सुप्रीम कोर्ट ने सुनवाई के दौरान कर्नाटक सरकार से कहा कि अगर फिल्म को लेकर कोई हिंसा होती है तो वह अपराधिक कानूनों के तहत उचित कार्रवाई करे।

अदालत ने कहा, यह सुनिश्चित करना राज्य का काम है कि हिंसा करने वालों पर कार्रवाई करे। हम ऐसा नहीं होने दे सकते। सिर्फ एक बयान की वजह फिल्म की रिलीज पर रोक लगाना गलत है।

कर्नाटक सरकार ने सुप्रीम कोर्ट को आश्वासन दिया है कि वह अपने नागरिकों को सुरक्षा देंगे।

13 हजार करोड़ रुपए की कोकीन बरामदगी मामले में चार्जशीट दाखिल



नई दिल्ली, 19 जून (ए)। दिल्ली पुलिस ने सैलानों को 13 हजार करोड़ रुपये की कीमत वाली वामनगढ़ मामले में पड़ोसाला बाजार की कोठ में जांचरीश दखिस्त किया है. दिल्ली पुलिस ने आरोपी को 19 जून को सैलानों को सैलाना बनाया है. सैलानों से नष्ट मामलों में सैलानों को गिरफ्तार किया, जबकि चार आरोपी फरार हैं. दरअसल, सैलानों से नष्ट एक अद्वय 2024 को मिलापुत्रान में छपा मारकर 562 किग्रा. की कोठ की कोठ की जल की थी और चार लोगों को गिरफ्तार किया. सैलानों से नष्ट के दखिस्त 10 अद्वय को रमेश नगर में एक दुकान से 208 किग्रा. की कोठ की जल की थी. तीसरी जल की 13 अद्वय को हई की थी, जल सैलानों के अधिकारी को सैलानों पुलिस ने गुराजर के अंकवेष में एक फरार पर छपा मारकर 518 किग्रा. की कोठ की कोठ की जल की थी. सत जल पनों की जांचरीश में कहा गया है कि तीन पनों की कोठपानों को मारकर ड्रस के कच्चे

[illegible]

और वहीं से अपना सिंडिकेट ऑपरेट करता है। चाओरीट की मुनाफिक, आरोगियों में दो प्रकाशन समूह के चाओरी और गुप्ता गोयल है, गुप्ता गोयल ही इस अंतरंगीण ग्रुप के भारत में प्रमुख है। कौंट ने जिन आरोगियों को भगोड़ा चोपित किया है उनमें चाँद सिंह बंसोया, रतिक बजाज, प्रमोद पाँवड़ा, विकास मांजरेकर, जयलक्ष्मी बंसोया शामिल हैं। स्पेशल सेक्ट में जब गुप्ता गोयल से पूछा कि कौं ही तब छिंटने के नागरिक जितेंद्र पाल सिंह गिल के बारे में पता चला, जितेंद्र पाल सिंह गिल को अमृतसर एयरपोर्ट से गिरफ्तार किया गया था। गिल को बंसोया ने इसकी संपर्क के प्रबंधन के लिए भारत भेजा था।

55 साल के हुए राहुल गांधी, पीएम मोदी ने भी दी जन्मदिन की बधाई, लेकिन एमके स्टालिन के मैसेज ने जीता दिल

- ◆ १९ जून १९७० को पैदा हुए थे राहुल गांधी
- ◆ सभी दलों के नेताओं ने भेजे बधाई संदेश
- ◆ दिल्ली में मेगा जॉब फेयर का आयोजन



नई दिल्ली कांग्रेस सांसद और लोकसभा में नारा प्रतियोगिता राहुल गांधी १९ जून को ५५वें जन्मदिन है। राहुल गांधी को देशभर से बधायाया मिल रहा है। प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी के साथ ही रक्षा मंत्री राजनाथ सिंह, केंद्रीय परिवहन मंत्री नितिन गडकरी सहित इस-विषय के नाम नाराओं में बधाई दी है। इस बीच, तमिलनाडु के मुख्यमंत्री एमके स्टालिन का बधाई संदेश चर्चा में आया है। स्टालिन ने राहुल को बंदर इन आइडियस बताया है। स्टालिन ने एक्स पर लिखा, मेरे आदर्श बाई राहुल गांधी को जन्मदिन की हार्दिक शुभकामनाएं, जो खुन से नहीं, बल्कि विचार, हठ और उदरघ्न से बचे हैं। आ एक उज्जवल भारत की ओर हमारे अभियान पर

हड़ रहे और साहस के साथ नेतृत्व करें।
जीत हमारी होगी।

विभिन्न नेताओं के बधाई संदेश

प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने राहुल गांधी को १५ वें जन्मदिन के बधाई दीं। पीएम मोदी ने एक्स पर लिखा— लोकसभा में विपक्ष के नेता राहुल गांधी को उनके जन्मदिन की बधाई। ईश्वर उन्हें लंबी और स्वस्थ जिंदगी दे। श्यामा मंत्री राजनाथ सिंह ने एक्स पर लिखा, लोकसभा में विपक्ष के नेता राहुल गांधी को उनके जन्मदिन पर बधाई। ईश्वर उन्हें अच्छा स्वास्थ्य और लंबी आयु प्रदान करें। केंद्रीय मंत्री नितीन गडकरी ने एक्स पर लिखा, लोकसभा में विपक्ष के नेता राहुल गांधी को शुभकामनाएं दीं। गडकरी ने लिखा, लोकसभा में विपक्ष के नेता और

उत्तर प्रदेश के राज्यपालों से लोहापेस रहने वाला यहूत या तो कौनसा ही को जमायित को हादिक शुभकामनाएँ। यह अस्तर खुशियाँ लेकर आए और आने वाले सत्ता स्वायत्त्य और समृद्धि से भरा ही। कमन हावस ने भी प्रगतिप्रेमियों को जनहित की शुभकामनाएँ देते हुए कहा, आए एकता, करुणा और सहस के मार्ग पर चलते रहें - कर्षा शांत संकल्प और हृदता के साथ जो अपनों परिपाकन कहते हैं। भाषणा नेता नन्दन दिलित भी ने आने वाले वर्ष को स्वायत्त्य और समृद्धि से भरा होने की कामना की। कर्नाटक के उम्मेदुमन्त्री डीके शिक्कुराम ने तोलें और नेतृत्व के प्रति उनको प्रियदत्ता के लिए कोहलस, सखि को साराणा को। अशोक हादोल, सखि पावलत और मुराजिन सलित कहते हैं, उत्तर प्रदेश में भी अपनी शुभकामना दें। उत्तर प्रदेश में सपा प्रभु अजितलाल पादल ने एक्स पर सत्ता - राहुल गांधी को जनहित की हादिक ब्याघ्र व समृद्धि, समर्थी, समर्थनकारगी समग्र समाजवादी, समाजवादी स्रियलत को शुभकामनाएँ।

राहुल के बर्थडे पर दिल्ली में जॉब फेयर
 इस बीच, भारतीय युवा कांग्रेस के नेताओं के राहुल गांधी के जन्मदिन के अवसर पर नई दिल्ली में नौकरी मेला आयोजित किया है।



तेज डायग्नोस्टिक / वलड बैंक (सेक्टर)

माता राजरानी मेमोरियल MRM हॉस्पिटल

बालापुर, जोड़ा तालाब के सामने, अम्बिकापुर समुजा (छ.ग.)

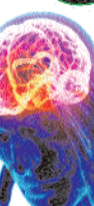
रामपुर के सुप्रसिद्ध मस्तिष्क एवं नस रोग विशेषज्ञ **डॉ. नीरज प्रसाद**

M.S., MCH Neurosurgery
Ex. Consultant at Ramkrishna care Hospital Raipur



क्या आप निम्न समस्याओं से परेशान हैं?

- सिर की चोट (हेड इंजरी)
- स्पाइंडलाइटिस
- ब्रेन ट्यूमर, ब्रेन हेमरेज
- बेहरे पर तिर वर्द
- लकवा, मिर्गी
- बच्चों के सिर का बड़ा होना / पानी भरना
- बच्चों के कमर में गठान
- गर्दन एवं कमर में दर्द एवं झुनझुनी
- स्लिप डिस्क, साइटिका
- रीढ़ की हड्डी का टी.बी.
- हाथ व पैर में झुनझुनी



22 जून 2025,
माह के चौथे रविवार

अग्रिम पंजीयन हेतु संपर्क करें

0772422555, 9425583780, 9826183780
8224007799, 8718003300, 6262639090

अग्रिम पंजीयन के लिए, संपर्क करें
अन्य एक शीघ्र के समुदाय सुविधा उपलब्ध



करें। ८८१७५ ३४४५५, ७९९९६ २२१५,



आयुर्वेद में दी जाती है मिट्टी के बर्तन में खाना पकाने की सलाह

मिट्टी के बर्तन में खाने के स्वाद अलग ही आता है। हालांकि अब शहरों में लोगों द्वारा मिट्टी के बर्तन का इस्तेमाल नहीं होता है। मिट्टी के बर्तन में खाने के स्वाद का पता आप कुल्हड़ वाली चाय से लगा सकते हैं। चाय को आप कप में पिए तो अलग स्वाद आएगा और चाय वही चाय आप कुल्हड़ में पिए तो स्वाद बदल जाता है। ऐसे में अगर पूरा खाना ही मिट्टी के बर्तन में बने तो स्वाद का अंदाजा नहीं लगाया जा सकता है। हांडी में खाना बनाने में मिट्टी के बर्तन में खाना बनाने की सलाह दी जाती है।

अगर आप कम तेल में खाना पकाना चाहते हैं, तो हांडी में खाना पकाना अच्छा ऑप्शन है। आप अपनी पसंद का खाना इसमें बना सकते हैं। चम्मच तेल के साथ आराम से पका सकते हैं। ये खाने कुल्हड़ प्रोसेस है, जो नैचुरल गैस छोड़ता है। ऐसे में खाना स्वादिष्ट और हेल्दी बनता है।

मिट्टी प्राकृतिक रूप से शारीरिक प्रक्रिया को बढ़ावा देती है। गर्म होने पर मिट्टी भोजन में मौजूद एसिड के साथ परस्पर क्रिया करती है, ये एसिड खाने को न्यूट्राइज करती है और भोजन को पचाने में आसानी बनाती है।

मिट्टी के बर्तन में खाना बनाने से सभी न्यूट्राइज खाने में शामिल हो जाते हैं जो इसके स्वाद को बढ़ा देते हैं। ऐसा कहा जाता है कि मिट्टी के बर्तन में बने खाने में कैल्शियम, फोस्फोरस, आयरन, मैग्नीशियम और सल्फर मिलता है, जो खाने को बहुत हेल्दी बना देता है।

स्टील और नॉन स्टिक के मुकाबले, मिट्टी की हांडी सस्ती आती है। ये आसानी से किसी भी दुकान पर मिल जाती है। ऐसे में जब आप इनके खरीदें, तो आपको से चेक करें कि इसमें कहीं कोई छेद या चिंनक के छेद नहीं हैं।

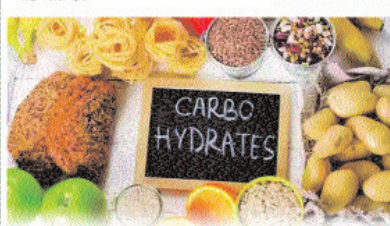


कई पोषक तत्वों का भंडार है मशरूम

मशरूम एक प्रकार का फंगस है, जो कि खाया जा सकता है। इसका बोटैलिकल नाम अगारिकस बायोफोर्स है। यह सेहत के लिए बहुत ही फायदेमंद है और वेट लॉस के लिए इसे प्रोटीन डाइट है। यह न सिर्फ फैट-फ्री होता है, बल्कि लो सोडियम, लो कैलोरी और कोलेस्ट्रॉल फ्री भी है। इसमें प्रोटीन के अलावा फाइबर, विटामिन और मिनरल भी कुछ मात्रा में पाए जाते हैं।

इसका सेवन कई बीमारियों का खतरा कम करता है और कई बीमारियों को कंट्रोल भी करता है। लो सोडियम होने की वजह से इसका सेवन हाई ब्लड प्रेशर और मशरूम खाद में भी रखाई भी होते हैं। आमतौर पर इसका इस्तेमाल सब्जी के तौर पर किया जाता है। हालांकि अगर आप चाहें तो मशरूम को डाइट में शामिल करने के लिए आप इसे सलाद, सूप, स्ट्र-फ्राई, या ग्रिल्ड रूप में खा सकते हैं।

कई पोषक तत्वों का भंडार है मशरूम में हाई प्रोटीन, पावरफुल एंटीऑक्सीडेंट के अलावा कई तरह के विटामिन, सेलेनियम, पोटैशियम और फास्फोरस की मात्रा भी पाई जाती है।



लो कार्ब डाइट कोई जादू की पुड़िया नहीं? उल्टा पड़ सकता है वेट लॉस का ये दांव

करने के बाद फिर से आपका वजन बढ़ने लगेगा।

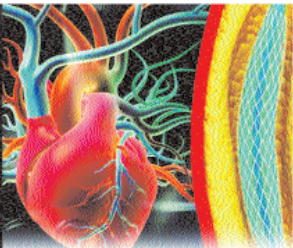
सही मात्रा में कार्ब्स लें किसी व्यक्ति के लिए कार्ब्स की मात्रा उसके हाइट, वजन और वजन के अनुसार तय की जाती है। आपको किनारे कार्ब्स की जरूरत है, वह आप अपने डाइटरी या फिटनेस ट्रेनर से मिलकर जानें। लेकिन तब कि आप कार्ब्स की मात्रा को अपने अनुसार कम न करें और न ही एक्स्ट्रा कार्ब्स लें।

हेल्दी कार्ब्स लें कार्ब्स में भी गुड कार्ब्स और बैड कार्ब्स दोनों होते हैं और सेहत के लिए गुड कार्ब्स फायदेमंद होता है। गुड कार्ब्स के लिए आप फल, सब्जियाँ, साबुत आना, मेवे और सीड्स का सेवन करें। ये सभी फूड्स गुड कार्ब्स के लिए बेस्ट स्रोत हैं।

जरूरी है गुड कार्ब्स गुड कार्ब्स वाले फूड्स काइबर का भी सौरी होते हैं, जो न केवल वजन घटाने में मदद करते हैं, बल्कि कब्ज और पाचन जैसे समस्याओं में मददगार हैं।

कार्ब्स क्यों जरूरी हैं? रोजाना हमारी डाइट में कार्ब्स की सही मात्रा लेना बहुत जरूरी है, क्योंकि कार्ब्स आपको ऊर्जा प्रदान करता है। वेट लॉस में एक्सरसाइज के दौरान फुलजी की जरूरत और भी अधिक बढ़ जाती है। मेटाबॉलिज्म और बॉडी के सभी फंक्शन के कार्यों के लिए ऊर्जा की आवश्यकता होती है। यदि आप कार्ब्स नहीं खाते हैं, तो आपको हाई इंटस वकैअड के लिए ऊर्जा कहा से मिलेगी। लेकिन सीमित मात्रा में कार्ब्स लें।

बैड कार्ब्स से दूर रहें बैड कार्ब्स जैसे कि प्रोसेस्ड फूड्स, शुगर, डिब्र, ब्रेड और क्वीज आदि, इन सभी में रिफाइन कार्ब्स होते हैं, जो सेहत के लिए अच्छे नहीं हैं। इनमें सभी पोषक तत्व भी नहीं होते हैं। इनके सेवन करने से बचें।



हार्ट ब्लॉकेज में स्टेंट की तरह काम करती है ये चीजें

हार्ट ब्लॉकेज की वजह से ब्लड सर्कुलेशन कम हो जाता है। जब नस पूरी तरह से बंद हो जाती है तो हार्ट अटैक आता है। इसके बाद सर्जरी करके हार्ट स्टेंट डाला जाता है। यह स्टेंट नसों को खोलकर रखता है अगर इसके बाद खानपान और भारी मरकम काम करने पर काफी ध्यान रखना पड़ता है। लेकिन अगर आप वक्त पर ब्लॉक नसों को खोलने वाली चीजों का सेवन करें तो इस दिक्कत से बच सकते हैं।

नसों में ब्लॉकेज के लक्षण

एलडीएल कोलेस्ट्रॉल की वजह से आर्टरी ब्लॉक होना आम हो गया है। इसे वॉरिंग कोलेनरी आर्टरी कहते हैं। इसकी वजह से नसों में रक्त को गहन, जवड़े, हाथ, कमर में भी महसूस हो। पसीना, सास फूलना, वजन आना, बेहोशी हो सकती है। अगर आपको ऐसी रिकर्न हल्की-हल्की महसूस होती है तो नस खोलने वाली चीजें खाएं।

सर्जरी के बिना हार्ट ब्लॉकेज कैसे खोलें? अगर आपको नसों में ब्लॉकेज शुरू हो गई है तो इसे आयुर्वेदिक दवाओं से कम किया जा सकता है। बिकारसोडिया के मृदाधिक गुग्गुलु कोलेस्ट्रॉल को कम करके दिल की नसों को खोलने में मदद करता है। इसे एथेरोस्क्लेरोसिस और हाइपरलिपिडमिया को कंट्रोल करने वाला बताया गया है।

गुग्गुलु है कोलेस्ट्रॉल कम करने की दवा बिकारसोडिया के मृदाधिक गुग्गुलु को दवा के तौर पर इस्तेमाल कर सकते हैं। लेकिन पहले पक्का कर लें कि यह आपको शुद्ध है या नहीं। घरेलू दिन में इसकी 12-16 ग्राम की मात्रा को बोट-फ्राई लिया जा सकता है। यह दवा गुग्गुलु पानी से 3 महीने तक लेनी है।

लहसुन उपयोग करने के फायदे नसों को ब्लॉकेज खोलने के लिए लहसुन का उपयोग भी किया जा सकता है। यह एक ओपिडि की तरह काम करने वाला फूड है। खाने में इसका इस्तेमाल करने से प्लाक जमने को खतरा कम हो जाता है। साथ ही हार्ट फंक्शन बेहतर बनता है।

अनार के फायदे यह फल दिल के लिए काफी फायदेमंद होता है। यह खून बढ़ाने का काम करता है और हार्ट फंक्शन को सुधारता है। बिकारसोडिया के मृदाधिक यह दिल की बीमारियों से बचाने वाला फल है। इसका सेवन करने से दूसरे फायदे भी मिलते हैं।

इन चीजों से बचें

- गम, तेल, मसालादार फूड
- किचन ऑइल को सेवन
- बहुत ज्यादा या कम एक्सरसाइज करना
- अत्यधिक तनाव, घर या मुर्ख में रहना
- बहुत ज्यादा धूँआं रहना
- जवादा या वेलात खाना
- तंबाकू, शराब का सेवन
- सीने पर घोट

लिवर के लिए खतरनाक हैं ये फूड

लिवर कई सारे काम करता है। शराब इसकी सबसे बड़ी दुश्मन है, जो इसे गलाकर फेटी लिवर, लिवर सिरोसिस जैसी खतरनाक बीमारी बना सकती है। अगर शराब के अलावा भी कुछ खाद्य पदार्थ लिवर को खराब कर सकते हैं। इस बीमारी को नॉन-एल्कोहॉलिक फेटी लिवर डिजीज कहा जाता है।

खाना पचाने से लेकर खून साफ करने तक लिवर कई सारे काम करता है। गहरे लाल-भूरे रंग वाले इस अंग का वजन 1500 ग्राम के करीब होता है। शराब इसकी सबसे बड़ी दुश्मन है, जो इसे गलाकर फेटी लिवर, लिवर सिरोसिस जैसी खतरनाक बीमारी बना सकती है। अगर शराब के अलावा भी कुछ खाद्य पदार्थ लिवर को खराब कर सकते हैं। इस बीमारी को नॉन-एल्कोहॉलिक फेटी लिवर डिजीज कहा जाता है। यानी कम या बिनाशुल शराब या पीने वाले लोगों के लिवर की सेल्स में फैट

का बढ़ना। यह बीमारी दुनियाभर में काफी तेजी से बढ़ रही है और जल्द ही लिवर डिजीज कर सकती है।

हाई ट्राइग्लिसराइड फूड नॉन-एल्कोहॉलिक फेटी लिवर का बड़ा कारण हाई ट्राइग्लिसराइड वाले फूड हैं। इसलिए इनके कंट्रोल में खाना चाहिए। नारियल, आलू, चावल, हरी सब्जियाँ, मक्खन आदि में ये फैट बहुत ज्यादा होता है।

हाई ग्लाइसेमिक इंडेक्स फूड हाई ग्लाइसेमिक इंडेक्स वाली चीजें खाने से भी-इन्सुलिन और ग्लाइसीमिक का खतरा होता है। जो फेटी लिवर की बीमारी का मुख्य कारण है। इसलिए गुलाब जामुन, अमर, मिठाई, सफेद ब्रेड, आलू, सफेद चावल, साबुत फूड आदि खाने से पहले सावधान हो जायें।

मोटापा बढ़ाने वाली चीजें

मोटापा बढ़ाने के साथ ही गुलाब लिवर पर फैट बढ़ सकता है। इसलिए आप ज्यादा खाना खाने, मोटा, प्रोसेस्ड फूड, जंक फूड, फैट फूड, तेल आदि का सेवन ना करें। यह खाद्य पदार्थ लिवर को खराब कर सकते हैं।

त्रिफला चूर्ण से करें लिवर की सफाई

त्रिफला चूर्ण को लिवर की सफाई करने वाला माना जाता है। जिससे फैट कम हो जाता है और इसका कामकाज बढ़ जाता है। त्रिफला पाउडर को अलुना, हरड़ और बेहड़ा का पाउडर मिलाकर बनाते हैं। इसका सेवन करने से लिवर डिटॉक्स होता है।

CMYK

न्यूज गैलरी

मतदाताओं को 15 दिनों के भीतर मिलेगा ईपिक कार्ड



मनेन्द्रगढ़ (अभिकावाणी समाचार)। भारत निर्वाचन आयोग ने मतदाताओं की सुविधा और सेवाओं की गुणवत्ता में सुधार के लिए एक अग्रिम कदम उठाया है। अब निर्वाचक फोटो पद्याचन पत्र (ईपिक) का वितरण और अधिकतम, पारदर्शी और प्रभावी हो गया है।

आयोग द्वारा लागू किए गए 'न्यू टैड्ड' ऑपरेटिंग प्रोसीजर (एसओपी) के अंतर्गत यह सुनिश्चित किया जाएगा कि मतदाता सूची में नाम जोड़ने या किसी प्रकार के संशोधन के बाद 15 दिनों के भीतर संबंधित व्यक्ति को अपना ईपिक कार्ड प्राप्त हो जाए। इस नवचारपूर्ण प्रणाली के तहत प्रत्येक ईपिक कार्ड की प्रक्रिया को गैर-तकरीब से डिजिटल और ट्रैक करने योग्य बनाया गया है। मतदाता को कार्ड जारी होने से लेकर उसके वितरण तक हर चरण की जानकारी एमएसएम के माध्यम से दी जाएगी। यह पहल मुख्य निर्वाचन अधिकृत ज्ञानेश कुमार एवं निर्वाचन अनुकूलक डॉ. सुखवीर सिंह संधु

और डॉ. विवेक जोशी के नेतृत्व में की गई है, जो देशभर के मतदाताओं को त्वरित और कुशल सेवाएं देने के लिए प्रतिक्रिया है। इस उद्देश्य को साकार करने के लिए निर्वाचन आयोग ने हाल ही में शुरू किए गए 'एक्स्प्रेस ऑप्टिमाइज्ड' पर एक समर्पित ईपिटी माहौल विकसित किया है जो ईपिक वितरण की पूरी प्रक्रिया को सरल, तेज और पारदर्शी बनाएगा। डाक विभाग का ईपिटीकरण प्रोग्राम इंटरफेस (एपीआई) भी ईपिटीआई नेट से जोड़ा जाएगा जिससे कार्ड का निर्वाह वितरण सुनिश्चित हो सके। इस पहल से न केवल सेवाओं की गुणवत्ता में वृद्धि होगी बल्कि डेटा सुरक्षा भी सुनिश्चित की जा सकेगी। निर्वाचन आयोग का यह प्रयास डिजिटल युग में सुशासन और नागरिक सुविधा की दिशा में एक महत्वपूर्ण कदम है। आयोग ने वीते 4 महीनों में मतदाताओं और अग्रिम हितधारकों के हित में कई क्रांतिकारी कदम उठाए हैं और यह नई प्रणाली उसी बृंहला की एक महत्वपूर्ण कड़ी है।

मनेन्द्रगढ़ जिला बने 3 वर्ष होने को और पुराने राजस्व अभिलेखों के लिए अभी भी कोरिया की दौड़



लेकिन अभी तक पुराने राजस्व अभिलेख के लिए बैकउपूर की दौड़ लगानी पड़ रही है, जिससे आम जनता को काफी कठिनाई का सामना करना पड़ रहा है। उन्होंने कहा कि मनेन्द्रगढ़ जिले का सर्वाधिक दूरस्थ अंचल तहसील भरतपुर और कोटाडोल है जहां से पुराने राजस्व अभिलेखों को प्राप्त करने कोरिया आने-जाने में अधिक और मानसिक परेशानियों के साथ अनावश्यक समय लगती होता है। शासकीय अवकाश होने या सड़क कर्मचारियों के अवकाश आदि मर्म चले जाने के कारण दरवाजे जाम करने में महीनों लग जाते हैं। उपाय के तहत कार्यों से पुराने राजस्व अभिलेख को पारदर्शी जिला से ही उपलब्ध करवा जाना इस हित में उचित होगा। शरण सिंह ने इस संदर्भ में कलेक्टर का ध्यानवर्धन करते हुए कहा कि कोरिया से पुष्क होकर नवगठित जिला एमसीसी को अस्तित्व में आए 3 वर्ष होने को है,

संकरों में शासन के सहयोग से अवैध कच्चा हटाओ मुहिम शुरू, पंचायत व ग्रामीण सक्रिय

रायपुर। विधानसभा आरंभ व तहसील मंदिर हसीद के अधीन आने वाले गाम संकरों (जाब) में बुधवार से पंचायत व शासन के सहयोग से एक बार फिर अवैध कच्चा हटाओ अभियान शुरू कर दिया है। बीते दिनों पंचायत व ग्रामीणों की सहमति से अवैध कच्चा हटवाने का प्रस्ताव पारित कर तहसीलदार को ज्ञापन सौंपा था। इसके बाद पहुंचे राजस्व अमला द्वारा नाप-जोख कर अवैध कच्चा की चिह्नानिर्धार करने के बाद पंचायत व अवैध कच्चा हटवाना शुरू कर दिया है। ज्ञातव्य हो कि अवैध कच्चा से बंदरग हो चले जाने के बाद भी कुछ वर्षों पूर्व ग्रामीणों ने अवैध कच्चा को हटवा निचाली समस्या दूर की थी लेकिन कालांतर में ग्रामीण व्यवस्था के दीना पड़ जाने से अवैध कच्चा की प्रवृत्ति फिर शुरू हो चली थी व बेजा कच्चाघारी निचाली भूमि पर कच्चा कर खेती करने लगे थे। एक दूसरे की देखादेखी रफ्तार से बेजा कच्चा बंद? से बेजा निचाली की समस्या फिर आरंभ लगी थी। ग्रामीणों व पंचायत की मनाही के बाद भी वे अपनी हरकतों से चाल नहीं आ रहे थे। इस पर ग्रामीणों की बैठक के बाद पंचायत ने अवैध कच्चा हटवाने का प्रस्ताव पारित कर बीते दिनों तहसीलदार को ज्ञापन सौंपा था।

विधानप

बैकउपूर स्थित पंचायत 'श्री नंद कर्मसिंह' हिस्ट्रीम्यूटर - M.D.H. मसाले को सेल्स Representative (S.R.) की अतिरिणी आवश्यकता है।
S.R. की नियुक्ति M.D.H. मसाले के कंपनी पे-रोल पर रहेगी।
S.R. - योग्यतानुसार
को बायो डाटा की आधार अतिशोष समर्थक करें,
को स्थानीय युवाओं को वरीयता
पता - 'श्री नंद कर्मसिंह' मिश्रा काम्प्लेक्स, भांडी,
मेन रोड, बैकउपूर जिला कोरिया (छत्तीसगढ़)
संपर्क नंबर - 9340945160, 8889909241

विश्व सिकल सेल दिवस पर जन जागरूकता प्रचार-प्रसार रथ को हरी झंडी दिखाकर किया रवाना



कोरिया बैकउपूर - कलेक्टर परिसर में कलेक्टर श्रीमती चंदन विपाटी के द्वारा धरती आबा जनजातीय उल्लेख प्रथम पर, जन जागरूकता हेतु प्रचार-प्रसार रथ, "धरती आबा जनजातीय उल्लेख अभियान" जनजातीय क्षेत्रों के लिए एक व्यापक विकास मिशन राउट व्यापी जागरूकता और लाभ संरक्षित अभियान १५ जून २०२५ से ३० जून २०२५ तक चलाया जा रहा है ताकि विशेष प्रारंभिक चरण में सारी स्वास्थ्य सेवाएं प्रदान करके हितग्राहियों को लाभ पहुंचाया जा सके और जो लक्ष्य है कि प्रति व्यक्ति तक स्वास्थ्य सेवाओं की पहुंच सुनिश्चित व लाभ प्राप्त कर सके।

स्टाय डायरिया कैपेन - १६ जून

२०२५ से ३१ जुलाई २०२५ तक चलाया जाना है। को भी प्रचार प्रसार हेतु प्रचार रथ को कलेक्टर श्रीमती चंदन विपाटी ने हरी झंडी दिखाकर रवाना किया गया। जिले में ० से ५ वर्ष तक के बच्चों में होने वाले संक्रमण से बचाव हेतु एवं समीप के स्वास्थ्य केंद्रों से ओआरएस पैकेट, जिंक टेबलेट प्राप्त कर सुरक्षित रखने एवं खतरों से बचने और डायरिया से होने वाले मृत्यु को रोकने के लिए जागरूकता फैलाने के लिए काम किया जाएगा। स्वच्छता, हाथों को धोने के तरीके,

कच हाथ धोना है, क्या करना है सारी जानकारी जन जागरूकता के तहत जनजातीय मिलेगा।
क्षेत्रीय मिशन, आर एच ओ मेल - फीमेल, स्वास्थ्य अग्रलेख, अन्य संबंधित विभाग जैसे महिला बाल विकास विभाग की कार्यकर्ताएं, सदस्य, स्कूल टीचर, बच्चे इत्यादि को प्रचार प्रसार के माध्यम से छापरिया प्रबंधन के बारे में अवगत कराना। "स्टाय डायरिया कैपेन" डेड माह का अभियान है जिसमें सभी ५ वर्ष से कम आयु के बच्चों के लिए दो ओआरएस पैकेट और १४ जिंक की गोलीयों का वितरण करना है।
विश्व सिकल सेल दिवस पर आज १५ जून २०२५ को जन जागरूकता प्रचार-प्रसार हेतु कलेक्टर श्रीमती

चंदन संजय विपाटी २ के द्वारा रथ को हरी झंडी दिखाया गया। जिले में सिकल सेल कार्यक्रम के तहत रक्तगण (हीमोग्लोबिन) गैल के बजाय हिसिये के आकार का होना है जिससे व्यक्ति के शरीर में ऑक्सीजन की पूर्ति ठीक से नहीं हो पाता है वह व्यक्ति सिकल सेल से पीड़ित होता है। लोगों को जानकारी के साथ-साथ बचाव के तरीके भी बताया जाना आवश्यक है। इस अवसर पर सहायक आयुक्त आदिमजाति कल्याण विभाग? श्रीमती उषा लकड़ा, सिविल सर्जन सह अस्पताल अधीक्षक डॉ. आरमण जायसवाल, जिला कार्यक्रम प्रबंधक अग्रम अंसारी, मण्डल परियोजना अधिकारी एवं सरसल अधिकारी - कर्मचारी शामिल थे।

स्वास्थ्य विभाग पर समाचार कवरने रोकने का आदेश वापस, प्रकाश संघ के विरोध के बाद सरकार की बड़ी कार्यवाही

कोरिया बैकउपूर - छत्तीसगढ़ शासन द्वारा हाल ही में जारी उच्च आदेश को लेकर प्रदेशभर के पत्रकारों में असंतोष व्याप्त था, जिसमें स्वास्थ्य विभाग से संबंधित समाचारों के प्रकाशन एवं प्रसारण पर अप्रत्यक्ष रूप से रोक लगाने जैसी स्थिति उत्पन्न हो रही थी। इस आदेश के विरुद्ध छत्तीसगढ़ प्रभावी पत्रकार संघ के प्रदेश अध्यक्ष अरविंद अग्रवानी ने मुख्य विधि दृढ़ करवाया और मुख्यमंत्री को पत्र लिखकर इसे अप्रत्यक्ष की स्वतंत्रता तथा पत्रकारों के मूलभूत अधिकारों के विरुद्ध बताया। पत्रकार संघ के दबाव और लोकप्रिय संस्थाओं की चिन्तनाओं को ध्यान में रखते हुए राज्य सरकार ने उक्त आदेश को वापस ले लिया है। यह निर्णय सर्जन से स्वतंत्र और निष्पक्ष प्रकाशिता की दिशा में एक महत्वपूर्ण कदम माना जा रहा है। पत्रकार संघ के अध्यक्ष अरविंद अग्रवानी ने इस आदेश को तत्कालीन प्रवृत्ति करार देते हुए कहा था कि यह न सिर्फ पत्र को आजादी पर कुठाराघात है, बल्कि आम जनता के सूचना के अधिकार को भी बाधित करता है। उन्होंने मुख्यमंत्री से आग्रह किया कि लोकतंत्र की मूल्य को बनाए रखते हुए स्वास्थ्य विभाग के आदेश को तुरंत प्रभाव से निरस्त किया जाए। उन्होंने चेतावनी दी थी कि यदि आदेश वापस नहीं लिया गया तो पूरे राज्य में पत्रकार आंदोलन करेंगे। इस विरोध के समर्थन में विभिन्न पत्रकार संगठनों, स्वतंत्र पत्रकारों और सामाजिक संगठनों ने भी आवाज उठाई। सोशल मीडिया के माध्यम से यह पुष्क व्यापक रूप से सामने आया और जनसमर्थन मिलने लगा। सरकार पर प्रत्यक्ष दबाव था कि वह प्रेस की स्वतंत्रता से डेढ़खड़ करे वाले किसी भी निर्णय से पीछे हटे। पत्रकारों के संयुक्त प्रयासों और जनभावना को ध्यान में रखते हुए राज्य सरकार का अग्रिम फैसला है।

धरती आबा जनजाति ग्राम उत्कर्ष अभियान जागरूकता रथ को किया रवाना

नुक्कड़-नाटक के माध्यम से किया जाएगा जागरूक

कोरिया बैकउपूर - धरती आबा जनजाति ग्राम उत्कर्ष अभियान चिन्ताकेंद्र १५४ ग्रामों में निवासर अनुसूचित जनजातियों के लिए केन्द्र एवं राज्य सरकार द्वारा संचालित बेटी बचाओ बेटी पढ़ाओ, बाल विवाह रोकथाम, प्रधानमंत्री मातृ चन्दना योजना, सुकन्या समृद्धि योजना, नौनी सुरक्षा योजना, पोषण वाटिका, मुख्यमंत्री कन्या विवाह योजना आदि सभी योजनाओं से शत-प्रतिशत लाभान्वित करने के लिए १५ जून से ३० जून २०२५ तक विशेष शिबिर आयोजित किया जा रहा है।



योजनाओं के प्रचार-प्रसार एवं आयोजित शिबिर में सभी पात्र हितग्राहियों को लाभान्वित करने के लिए आज १५ जून २०२५ को कलेक्टर परिसर में कलेक्टर श्रीमती चंदन विपाटी के द्वारा हरी झंडी दिखाकर धरती आबा जनजातीय अभियान रथ को रवाना किया गया। यह रथ निर्धारित अवधि में सभी चिह्नानिर्धार ग्रामों में जायेगी साथ ही साथ कला-जुत्वा के माध्यम से नुक्कड़-नाटक आयोजित कर अधिक से अधिक लोगों को योजना का लाभ लेने के लिए प्रेरित किया जायेगा।

अवैध परिवहन पर कलेक्टर के निर्देश पर बड़ी कार्यवाही खनिज अधिकारी ने कहा चार वाहन जप्त, आगे भी कार्यवाही जारी रहेगी



की गई। गस्त के दौरान इन वाहनों को अवैध रूप से गैर खनिज का परिवहन करते पाया गया, जिसके बाद उन्हें मौके पर ही जप्त कर समीपस्थ बैकउपूर एवं पटना धामे में अभिरक्षा में रखा गया है। उस किए गए वाहनों की जानकारी बिना नंबर ट्रेक्टर मालिक शक्तिपाल सिंह, बिना नंबर ट्रेक्टर मालिक बिंदू साहू, महिंद्रा (सोल्ड) मालिक छोटू सिंह और सी.जी.१५ सी.टी. २४४४ मिनी ट्रक मालिक ताहिर खान हैं। इन सभी वाहन मालिकों को विरुद्ध छत्तीसगढ़ गैर खनिज नियम २०१५ की धारा १७ तथा खान और खनिज (हिकार) एवं विनियम १९५७ की धारा २१ से २३ (अ) के तहत प्रकरण दर्ज कर अपे की विधिक कार्यवाही की जा रही है। जिला खनिज अधिकारी ने जानकारी दी है कि कलेक्टर निर्देश कार्रवाई जारी है। खनिज अधिकारी कहा है कि पकड़ में भी ऐसी गतिविधियां पर सख्ती से रोक लगाने के लिए नियमित रूप से निरीक्षण एवं कार्यवाही को जारी है।

कोरिया बैकउपूर - कलेक्टर कोरिया के निरीक्षण पर खनिज विभाग, अवैध खनिज (रेत, ईंधन, गिट्टी) परिवहन के खिलाफ बड़ी कार्यवाही करते हुए चार वाहनों को जप्त किया है। यह कार्यवाही तहसील बैकउपूर एवं पटना क्षेत्र में

कोरिया बैकउपूर - राष्ट्रीय विधिक सेवा प्राधिकरण नई दिल्ली के निर्देशानुसार द्वारा उच्चतम न्यायालय के रीट-पीटिशन सुकन्या संस्था विरुद्ध न्यायन ऑफ इंडिया व अन्य में प्रधान निर्णय के परिणाम में प्रधान जिला एवं सत्र न्यायाधीश श्री मो. रिजवान खान, कलेक्टर श्रीमती चंदन विपाटी, पुलिस अधीक्षक श्री रवि कुमार कुर्न, मुख्य न्यायिक मजिस्ट्रेट सुशीला सोशी दीक्षित, सचिव डी०एल०ए००० श्रीमती अमृता दिनेश मिश्रा, विजिटर वॉर्ड के अन्य सदस्यों के द्वारा जिला जेल बैकउपूर का निरीक्षण किया गया और साथ ही जानकारी दी गई कि जिला जेल बैकउपूर में जाली आधारित भेदभाव या अन्य भेदभाव पूर्ण प्रथाएं अभी भी जेलों के अंदर तो नहीं हो रही।



निरीक्षण के दौरान उनके साथ किसी भी प्रकार के भेदभाव न हो, निरीक्षण के दौरान जिला जेल में निरुद्ध हटने के दौरान मिलने वाली अधिकारों एवं अन्य मूलभूत सुविधाओं की जानकारी दी गयी। यह भी सुनिश्चित किया गया कि सभी कैदियों को समान पर विधिक

सेवाएं उपलब्ध कराने जायें ताकि उनके साथ किसी भी प्रकार के भेदभाव न हो, निरीक्षण के दौरान जिला जेल में निरुद्ध हटने के दौरान मिलने वाली अधिकारों एवं अन्य मूलभूत सुविधाओं की जानकारी दी गयी। यह भी सुनिश्चित किया गया कि सभी कैदियों को समान पर विधिक

जातिगत जनगणना से लेकर सिविलान बचाओ तक - राहुल गांधी के योगदानों पर विचारगोष्ठी



कोरिया बैकउपूर। भारतीय राष्ट्रीय कांग्रेस के नेता, पूर्व अध्यक्ष राहुल गांधी का जन्मदिन आज सार्वजनिक के साथ राजीव भवन कांग्रेस कार्यालय, कोरिया में मनाया गया। इस अवसर पर एक विचार गोष्ठी आयोजित की गई जिसमें कांग्रेसजन एवं समाजसेवियों ने राहुल गांधी के जनजीवनकारी कार्यों, विविध रूप से जातिगत जनगणना एवं सिविलान रक्षक अभियान में उनके योगदान को याद किया। वक्ताओं ने बताया कि

जमीनी स्तर तक लोकतंत्र की जड़ों को मजबूत करने का एक जन आंदोलन बनता जा रहा है। कार्यक्रम में कांग्रेस पदाधिकारियों, वरिष्ठ नेताओं एवं युवा कार्यकर्ताओं ने राहुल गांधी जी के दीर्घायु की सश्रवणी जीवन की कामना की। इस अवसर पर : जिला अध्यक्ष प्रदीप गुप्ता, पूर्व विधायक अशिका सिंह देवा, पीतरीस सदस्य योगेश कुशुला, महामंत्री वृजवाली तिवारी, वरिष्ठ कार्यकर्ता नेता मुखार अहमद, ब्लॉक अध्यक्ष अजय सिंह, गंगेश राजवाड़े, अशिका शायल तेल्ला, सुंदर वादव, सोरभ गुप्ता, सुंदर तिवारी, कृष्ण कुमार राजवाड़े, सुमन दुबे, गंगेश जायसवाल, संजोती मरकाम, रवीना बेगम, मीनू मोदी, सचिव गोयन, हौरालाल सिंह, विजय चक्रवर्ती, एसएम मोदी, एजाज गुड्ड, साविधान के मूल अधिकारी और करीबों के प्रति जागरूक करने का काम कर रहे हैं। यह अभियान

धरती आबा अभियान - जनजातीय समुदाय को मिल रहा योजनाओं का सीधा लाभ



मनेन्द्रगढ़ (अभिकावाणी समाचार)। धरती आबा जनजातीय ग्राम उत्कर्ष अभियान के अंतर्गत जिले में 17 से 30 जून 2025 तक चल रहे विशेष ग्राम स्तरीय विकास शिविरों की श्रृंखला के तहत जिले के विकासखंड मनेन्द्रगढ़ अंतर्गत ग्राम पंचायत पहाड़हाववाही में एक दिवसीय विशेष शिबिर का आयोजन किया गया। शिबिर में आरक्षण के ग्राम बुढ़कावरा, रोकड़ा, घोड़वा, दिहली, रोहो, विररीडांडा एवं कौंडा के सैकड़ों ग्रामीणों ने उत्साहपूर्वक भाग लिया। शिबिर का मुख्य उद्देश्य जनजातीय समुदायों की केंद्र व राज्य सरकार की विभिन्न जनकल्याणकारी योजनाओं से जोड़कर समग्र, समावेशी और सतत विकास सुनिश्चित करना रहा। शिबिर में 17

मंत्रालयों की 25 प्रमुख योजनाओं की जानकारी दी गई और कार्य योजनाओं का लाभ सभी को दिया गया। शिबिर में विभिन्न विभागों के अधिकारी, पंचायत प्रतिनिधि व फील्ड कर्मचारी पूरी तत्परता से मौजूद रहे। जिला प्रशासन द्वारा इस अभियान की सतत निगरानी की जा रही है ताकि योजनाओं का लाभ पात्र व्यक्तियों तक पारदर्शिता और समयबद्धता के साथ पहुंचे।

पेंशन, नरंगा जांच कार्ड, पीएम विश्वकर्म योजना, मुद्रा लोन तथा मातृ एवं शिशु स्वास्थ्य सेवाओं का लाभ सभी लोगों को दिया गया। शिबिर में विभिन्न विभागों के अधिकारी, पंचायत प्रतिनिधि व फील्ड कर्मचारी पूरी तत्परता से मौजूद रहे। जिला प्रशासन द्वारा इस अभियान की सतत निगरानी की जा रही है ताकि योजनाओं का लाभ पात्र व्यक्तियों तक पारदर्शिता और समयबद्धता के साथ पहुंचे।



मोशन आउटफिट ने सई मांजेकर का वीडियो
आवतार, फोटोज देख फैंस बेहद-रविवी वीली

एन्ट्रेस सई मांजेकर ने सोशल मीडिया पर एक बार फिर अपने वीडियो और ग्लैमरस अवतार से तहलका मचा दिया है, उन्होंने हाल ही में इंटरग्राम पर कुछ नई तस्वीरें शेयर की हैं जिनमें वह ग्लोबल हिमाली आउटफिट में नज़ आ रही हैं, डीप नेकलाइन और बॉडी फिटिंग इस ड्रेस में सई बेहद हॉट और एलिगेंट लग रही हैं। सई मांजेकर ने इन तस्वीरों के साथ कैप्शन में लिखा, इस टॉप के प्रति जुनूनी और अपने चुक की तारीफ में कोई बरार नहीं छोड़ी। इन फोटोज में उनका कॉन्फिडेंस, एक्सप्रेशन और पोजिंग कमाल की है, डाकै बैकग्राउंड के साथ उनका ये फोटोशूट काफी ग्लैमरस और क्लासी फील दे रहा है। इन तस्वीरों पर फैंस की जबरदस्त प्रतिक्रियाएं मिल रही हैं।

रावपुर, शुक्रवार 20 जून, 2025

इंग्लैंड बनाम भारत: पहले टेस्ट मुकाबले की ड्रीम इलेवन, प्रीव्यू और जरूरी आंकड़े

नई दिल्ली, 19 जून। इंग्लैंड क्रिकेट टीम और भारतीय क्रिकेट टीम के बीच प्रतिष्ठित 5 मैचों की टेस्ट सीरीज का आगामी 20 जून से होने जा रहा है। इस बेहद चुनौतीपूर्ण सीरीज का पहला मुकाबला हेडिंग्टन, लीड्स में खेला जाएगा।

शुभमन गिल पहली बार टेस्ट टीम की कप्तानी करेंगे, जबकि इंग्लैंड की कप्तान बेन स्टोक्स के हाथों में होगी।

दोनों टीमों संतुलित नजर आ रही हैं और मुकाबला कटे का हो सकता है।

आइए पहले मुकाबले की ड्रीम इलेवन और जरूरी बातें जानते हैं।

भारत और इंग्लैंड के बीच पहला टेस्ट 1932 में खेला गया था।

दोनों टीमों के बीच अब तक 136 मुकाबले खेले गए हैं। 35 मुकाबलों में भारतीय टीम को जीत और 51 में हार मिली है। 50 मुकाबले ड्रा पर समाप्त हुए हैं।

इंग्लैंड की धरती पर दोनों टीमों ने 67 मैच खेले गए हैं। 19 मैच में भारतीय टीम को जीत मिली है और 36 मैच में उसे हार का सामना करना पड़ा है। 22 मुकाबले ड्रा रहे हैं।

पहले टेस्ट में भारतीय टीम को प्लेइंग इलेवन पूरी बदली हुई नजर आएगी।

विजार्ड कोहली, रोहित शर्मा और रविचंद्रन अश्विन के संन्यास के बाद अब कई युवा चेहरों को मौका मिलेगा।

कप्तान गिल के सामने एक नई टीम को संभालने और विदेशी जमीन पर जीत दिलाने की बड़ी चुनौती होगी।

संभावित एकादश: यशस्वी जायसवाल, केएल राहुल, साई सुदर्शन, शुभमन गिल (कप्तान), ऋषभ पंत (विकेटकीपर और उपकप्तान), करुण नायर, रविचंद्रन जडेजा, शार्दूल ठाकुर/नितीश शर्मा, जसप्रीत बुमराह, मोहम्मद सिराज और प्रसिद्ध कृष्णा।

इंग्लैंड ने पहले टेस्ट के लिए प्लेइंग इलेवन की घोषणा कर दी है।

जैकब बेथेल को प्लेइंग इलेवन से बाहर कर दिया गया है, वहीं इंग्लैंड की टीम में सैम कुक और गस एटकिंसन के स्थान पर तेज गेंदबाज क्रिस वोक्स और ब्रायडन कार्स को वापसी हुई है।

पहले टेस्ट के लिए इंग्लैंड की टीम: जैक क्रॉली, बेन डेकेट, ओली पोप, जो रूट, हैरी ब्रुक, बेन स्टोक्स (कप्तान), जेमी रिपथ (विकेटकीपर), क्रिस वोक्स, ब्रायडन कार्स, जोश टंग और शोएब बख्शी।

रूट ने पिछले 10 टेस्ट में 61.19 की औसत से 979 रन बनाए हैं। ब्रुक के इतने ही टेस्ट में 961 रन हैं।

यशस्वी ने पिछले 10 टेस्ट में 40.53 की औसत से 770 रन बनाए हैं। पंत के नाम पिछले 10 टेस्ट में 677 रन हैं।

गेंदबाजी में बख्शी ने पिछले 10 मैच में 32

विकेट झटके हैं। कार्स के नाम पिछले 5 मैच में 27 विकेट हैं।

बुमराह ने पिछले 9 मैच में 46 विकेट लिए हैं।

विकेटकीपर: ऋषभ पंत।

बल्लेबाज: जो रूट (कप्तान), केएल राहुल, बेन डेकेट, शुभमन गिल, हैरी ब्रुक (उपकप्तान) और यशस्वी जायसवाल।

अंतरराष्ट्रीय: बेन स्टोक्स।

गेंदबाज: क्रिस वोक्स, जसप्रीत बुमराह और ब्रायडन कार्स।

भारत और इंग्लैंड के बीच होने वाला यह मैच 20 जून से हेडिंग्टन, लीड्स स्टेडियम में शुरू होगा।

यह मैच भारतीय समयानुसार दोपहर 3:30 बजे से देखा जा सकता है।

भारत में इस मैच को लाइव स्ट्रीमिंग जियोहॉटस्टार ऐप पर होगी। सीधा प्रसारण सोनी स्पोर्ट्स नेटवर्क पर किया जाएगा।

छोटी खबरें

भारत और इंग्लैंड टेस्ट सीरीज से पहले अचानक इंग्लैंड पहुंचे सूर्यकुमार यादव



नई दिल्ली, 19 जून। भारत और इंग्लैंड के बीच 20 जून से शुरू होने वाली टेस्ट सीरीज से पहले भारत के टी20 कप्तान सूर्यकुमार यादव लंदन पहुंच गए हैं। वह टीम इंडिया में शामिल होने के लिए वहां नहीं पहुंचे हैं बल्कि उनकी स्पॉटर्स हर्मिया से संबंधित चोट के इलाज के लिए लंदन में किसी विशेषज्ञ से सलाह लेने की संभावना है।

सूत्र ने बताया, इस बार यह अप्रत्याशित का हर्निया है और सूर्यकुमार को किसी विशेषज्ञ से परामर्श लेने की उम्मीद है।

बाएं हाथ के बल्लेबाज ने मुंबई इंडियंस के साथ हॉटफायर प्रीमियर लीग 2025 में शानदार प्रदर्शन किया था, जिसमें उन्होंने 700 से अधिक रन बनाए और इसके बाद मुंबई टी20 लीग में भी हिस्सा लिया। मुंबई टी20 लीग में उन्होंने 5 मैचों में एक अर्धशतक सहित 122 रन बनाए।

भारतीय क्रिकेट टीम 20 जून से इंग्लैंड के खिलाफ शुरू होने वाली 5 मैचों की टेस्ट सीरीज के लिए कप्तान बने रहेंगे और वे अपना अगला टी20 मैच 26 अगस्त को बॉल्लारशे के खिलाफ खेलेंगे, इस प्रकार, बाएं हाथ का बल्लेबाज लगभग तीन नहीं होने तक एक्शन से दूर रहेंगे।

इंडियन प्रीमियर लीग में, 34 वर्षीय खिलाड़ी ने 65.18 की औसत और 167.91 की स्ट्राइक रेट से रन बनाते हुए शानदार फॉर्म में थे, उन्होंने ट्वान्टी में 5 अर्धशतक शामिल थे और वह साई सुदर्शन (759) के बाद ट्वान्टी में दूसरे सबसे ज्यादा रन बनाते वाले खिलाड़ी थे।

राष्ट्रीय टीम के लिए, सूर्यकुमार ने अभी तक 1 टेस्ट, 37 वनडे और 83 टी20 अंतरराष्ट्रीय मैच खेले हैं, जिसमें उन्होंने क्रमशः 8, 773 और 2598 रन बनाए हैं। मध्यकम का यह टी20 स्पेशलिस्ट बल्लेबाज पिछले कुछ वर्षों में भारतीय टीम में अग्रिम भूमिका निभा रहा है।

बीसीसीआई ने इंग्लैंड के खिलाफ टेस्ट सीरीज के लिए तेज गेंदबाजी अल्लारडर हार्पट राणा को भारतीय टीम में 19वें सदस्य के रूप में शामिल किया है, ऐसा कहा जा रहा है कि यह कदम इस तथ्य को ध्यान में रखते हुए उठाया गया है कि तेज गेंदबाज जसप्रीत बुमराह के सीरीज के केवल 3 मैच खेलने की संभावना है और इसलिए हार्पट कुछ मैचों में उनकी जगह ले सकते हैं, जहां वह लाइन-अप में शामिल नहीं होंगे।

शुभमन गिल (कप्तान), ऋषभ पंत (उपकप्तान और विकेटकीपर), यशस्वी जायसवाल, केएल राहुल, साई सुदर्शन, अभिनव शुक्ल, करुण नायर, नितीश शर्मा, रविचंद्रन जडेजा, ध्रुव जुरेल (विकेटकीपर), वाशिंगटन सुंदर, शार्दूल ठाकुर, जसप्रीत बुमराह, मोहम्मद सिराज, प्रसिद्ध कृष्णा, आकाश दीप, अर्शदीप सिंह, कुलदीप यादव, हर्षित राणा।

अमेरिकी फेड ने लगातार चौथी बार ब्याज दरों में नहीं किया बदलाव

मुंबई, 19 जून। अमेरिकी फेडरल रिजर्व (ग्रुप फेड) ने अपनी वेंचमार्क ब्याज दरों को लगातार चौथी बार के लिए 4.25-4.50 फीसदी पर अपरबाधित रखने का फैसला किया, जिससे उपरती आर्थिक स्थितियों के बीच अपना बतर्क बख्क कर रहा, फेडरल रिजर्व के वेंचमार्क डेटिंग पविल ने कहा कि जो स्थिर रखने का फैसला फेड के अधिकतम रोजगार और स्थिर मुद्रास्फीति के दोहरे लक्ष्यों का समर्थन करने के लिए लिया गया था, पविल ने फैसले की घोषणा करते हुए कहा कि हमारे लक्ष्यों के समर्थन में, आज फेडरल ओपन मार्केट कोटरी ने हमारी नीतिगत ब्याज दर को अपरबाधित छोड़ने का निर्णय लिया है, हमारा मान्य है कि वित्तीय नीति का वर्तमान स्थिति में संभावित आर्थिक विकास पर समय पर प्रतिक्रिया देने के लिए अतिरिक्त स्थिति में रहना है, फेडरल ओपन मार्केट कोटरी (फओएमपी) ने अपने ब्याज में कहा कि यह ब्याज दरों में कोई और बदलाव करने से पहले आने वाले आंकड़ों, आर्थिक रीट्रोकेड और जोखिम संतुलन का आकलन करना जारी रखेगी।

आंकड़ों का कमाल: ग्रैंड स्लैम फाइनल में कार्लोस अल्कराज को अब तक नहीं मिली हार



नई दिल्ली, 19 जून। स्पेन के स्टार टेनिस खिलाड़ी कार्लोस अल्कराज ग्रैंड स्लैम में लगातार शानदार प्रदर्शन कर रहे हैं। हाल ही में उन्होंने फ्रेंच ओपन का खिताब अपने नाम किया है। फाइनल में उन्होंने जेनिक सिमर को कई मुकाबलों में हराया था। अल्कराज ने 4-6, 6-7, 6-4, 7-6, 7-6 से जीत दर्ज की थी। अल्कराज अब ओपन एरा में सबसे ज्यादा मैस सिमराले ग्रैंड स्लैम फाइनल खेलने वाले खिलाड़ी हैं, जिन्होंने एक भी फाइनल नहीं हार है।

उनका रिकॉर्ड 5-0 का है। फ्रेंच ओपन 2025 जीतकर अल्कराज ओपन एरा में ऐसे दूसरे खिलाड़ी बन गए हैं, जिन्होंने अपने करियर के पहले पांचों ग्रैंड स्लैम फाइनल जीते हैं। उन्होंने रोजर फेडरर के रिकॉर्ड की बराबरी की, जिन्होंने अपने शुरूआती 7 ग्रैंड स्लैम फाइनल जीते थे।

अल्कराज ने ग्रुस ओपन टेनिस 2022, विंबलडन 2023-2024 और फ्रेंच ओपन 2024-2025 के खिताब अपने नाम किए हैं।

उनका ग्रैंड स्लैम रिकॉर्ड अब 71 जीत और 12 हार का हो गया है।

21 साल और 70 दिन की उम्र में अल्कराज ओपन एरा में सबसे कम उम्र के पुरुष खिलाड़ी बने थे, जिन्होंने एक ही सत्र (2024) में फ्रेंच ओपन और विंबलडन जीते। इसे चैनल स्लैम कहा जाता है। वह इस साल वह उपलब्धि दोहरा सकते हैं।

अल्कराज ने 2022 में कैम्पस रूड का 4 सेटों में हराकर ग्रुस ओपन टेनिस को खिताब जीता था।

2023 में उन्होंने नोवाक जोकोविच को 5 सेटों में हराकर विंबलडन जीतकर इतिहास रच दिया था।

इसके बाद इस युवा सनसनी ने साल 2024 में एलेक्जेंडर ज्वेरेव को 5 सेटों में हराकर पहला फ्रेंच ओपन खिताब जीता था।

उसी साल उन्होंने जोकोविच को फिर हराकर 2024 विंबलडन खिताब भी अपने नाम किया था।

रिपोट के अनुसार, अल्कराज 21वीं सदी में सिर्फ चौथे खिलाड़ी बने हैं, जिन्होंने लगातार 4 साल तक पुरुष सिंगल्स में कोई न कोई ग्रैंड स्लैम खिताब अपने नाम किया है। उनसे पहले यह कारनामा सिर्फ फेडरर, नोवाक और जोकोविच ने किया था।

2025 फ्रेंच ओपन फाइनल में अल्कराज ने 3 मैच पचाई बचाकर खिताब जीता। ऐसा कर ग्रैंड स्लैम जीतने वाले वह तीसरे पुरुष खिलाड़ी बने जिन्होंने मैच पचाई बचाए।

2023 विंबलडन फाइनल में उन्होंने जोकोविच को हराया, जो 2017 के बाद से ग्रास कोर्ट पर अजेय थे।

अल्कराज 3 अलग-अलग सहर्षों पर ग्रैंड स्लैम जीतने वाले सबसे युवा पुरुष खिलाड़ी भी हैं।

एफआईएच प्रो लीग में भारतीय महिला टीम ने अर्जेंटीना से 2-2 से खेला ड्रा



0-लेकिन शूटआउट में हारी लंदन, 19 जून। भारतीय महिला हार्फो टीम को बुधवार को इंग्लैंड के लंदन में ली वेली हार्फो एंड टेनिस सेंटर में चल रहे एफआईएच प्रो लीग के सीजन में फूल टाइम तक 2-2 से बराबरी करने के बाद शूटआउट में अर्जेंटीना से 2-0 से हार का सामना करना पड़ा। भारत मैच के अधिकांश समय तक पीछे रहा, लेकिन भारतीय टीम ने अंतिम क्वार्टर में वापसी की और सीफिका (50%) और नवनीत कोर (56%) के गोल से भारत ने स्कोर बराबर कर दिया और एक अंक हासिल किया, इससे पहले दूसरे स्थान पर मौजूद अर्जेंटीना ने अगस्टिना गोरजेलेनी (27%, 37%) के गोल से मैच में 2-0 की बढ़त हासिल कर ली थी। फूल टाइम तक स्कोर 2-2 से बराबर था, और इसलिए मैच बोनस पॉइंट के लिए पेनल्टी शूटआउट में चला गया। शूटआउट में भारत ने सभी 4 प्रयास गंवा दिए, जबकि अर्जेंटीना की ब्रिसा ब्युसरेर और सोफिया कादोरो ने अपने मौके भुनाए।

पहले क्वार्टर में कोई भी टीम विपक्षी गोलपोस्टरों को परेशान करने में सफल नहीं हुई, क्योंकि अर्जेंटीना की रक्षापंक्ति ने भारतीय हमलों को रोकने में अच्छा प्रदर्शन किया। भारत ने दूसरे क्वार्टर में भी कुछ बेहतरीन टिचक वर्क और तेज पारिंग दिखाई, और अर्जेंटीना की टीम की चुनौती में उनके पास अधिक संकेत एंटी थी। भारत को 25वें मिनट में अपना पहला पेंल्टी कॉर्नर मिला, और इसके बाद खेल की शुरुआत में नवनीत ने संकेत के ऊपर से एक टर्मिकल छोड़ा, हालांकि, अर्जेंटीना की गोलपोस्टर क्रिस्टीना कोर्सोनी ने शानदार बचाव किया।

अर्जेंटीना गोरजेलेनी ने 27वें मिनट में गोल करके टीम को बढ़त दिलाई, उन्होंने 37वें मिनट में अपना दूसरा पेनल्टी कॉर्नर भुनाकर टीम की बढ़त को दोगुना कर दिया, नवनीत ने 50वें मिनट में भारत के लिए गोल किया, जब उन्होंने डिफेंडर को छकाते हुए गेंद को गोलपोस्टर में पहुंचा दिया। तीफिका ने मैच के समाप्त होने से 5 मिनट पहले भारत को मिले पेनल्टी कॉर्नर का फायदा उठाया और गेंद को पूरी तरह से नेट में पहुंचा दिया।

व्यापार

अब एटीएम से 500 की जगह निकलेंगे 100-200 रुपये के नोट



नई दिल्ली, 19 जून। आरबीआई के फैसले का असर अब बाजार में दिखने लगा है। देश के 73 फीसदी एटीएम के कैशेट से 100-200 रुपये के नोट निकलने लगे हैं। भारतीय रिजर्व बैंक ने आम लोगों की परेशानी सुनने के बाद एटीएम से 100 और 200 रुपये के नोटों की संख्या बढ़ाने के लिए 30 सितंबर 2025 तक की गाइडलाइन दी थी, जिसमें कहा गया था कि इससे पहले देश के 75 फीसदी

एटीएम से 100 और 200 रुपये के नोट निकल जाने चाहिए, आरबीआई के इस फैसले का असर दिखने लगा है।

सीएमएस इफो सिस्टम्स, भारत की सबसे बड़ी नकदी प्रबंधन कंपनी के अनुसार, जो देश में 215,000 एटीएम में से 73,000 का संचालन करती है, यह दिसंबर 2024 में 65 फीसदी की बढ़ोतरी को दिखाता है। रिपोट के अनुसार, सीएमएस इफो सिस्टम्स के अध्यक्ष - कैश

0-आरबीआई ने कैश वितरण के लिए निर्धारित किए लक्ष्य

200 रुपये के नोटों का कम से कम एक कैशेट निकालने का आदेश दिया, इस निर्देश का लक्ष्य छोट मुल्यवर्ग के नोटों तक जनता को पहुंच बढ़ाना है, जिनका उपयोग दैनिक लेन-देन में किया जाता है, 31 मार्च 2026 तक यह आवश्यकता और अधिक सख्त हो जाएगी, जब 90 फीसदी एटीएम को इस मानक का पालन करना होगा।

आरबीआई ने एटीएम इंटरफेस फीस बढ़ा दी है, जिससे 1 मई, 2025 से नकद निकालारी और महंगी हो जाएगी, यह बदलावा खास तौर पर उन उद्योगिकताओं को, प्रभावित करेगा जो हर महीने मुफ्त लेनदेन की सीमा पर कर जाते हैं, इंटरफेस फीस से शुल्क में जो एक बैंक दूसरे को एक एटीएम लेनदेन की प्रक्रिया के लिए देता है, और ये शुल्क उपयोगकर्ता पर डाले जाते हैं।

मार्केटप्लेस डेस सर ए रंजीत की बना रही ठेकाना, इनकी कमीशनों को गणनी नहीं करेंगे

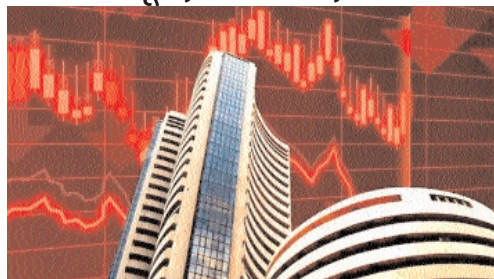
नई दिल्ली, 19 जून। टेक डिजाइन कंपनी माइक्रोसॉफ्ट ने एक बार फिर बड़ी संख्या में कर्मचारियों की छुट्टी करने की योजना बना रही है। रिपोट के अनुसार, इस बार सबसे ज्यादा असर निम्नी विभाग पर पड़ सकता है। कंपनी अपने वित्तीय वर्ष के अंत, यानी 30 जून से पहले, हजारों पदों को खाल कर सकती है।

इससे पहले मई में भी कंपनी ने करीब 6,000 कर्मचारियों को बाहर कर दिया था, जिससे कई विभाग प्रभावित हुए थे। माइक्रोसॉफ्ट ने इन छुट्टियों की सीधे अपने एआई निवेश में नहीं जोड़ा है, लेकिन विशेषज्ञों का मानना है कि कंपनी अब एआई-आधारित ऑटोमेशन की ओर बढ़ रही है। इससे कम कर्मचारियों के साथ काम करने वाली टीमें बनाया आसान होगा। माइक्रोसॉफ्ट ने हाल ही में एक रिसर्च पर में ऐसे बाधियों की बात की है, जहां एआई की मदद से छोट स्ट्रफ मॉडल अपनाए जायेंगे।

यह बदलावा खासकर निम्नी, ग्राहक सेवा और मार्केटिंग जैसे क्षेत्रों को प्रभावित कर सकता है। माइक्रोसॉफ्ट ने पिछले साल से अपने लगभग सभी उत्पादों को एआई को जोड़ा है, जिसमें कोपायलट, माइक्रोसॉफ्ट 365 और एम्प्योर जैसे प्लेटफॉर्म शामिल हैं।

बाजार खुलने के साथ ही इंडसट्रियल बैंक, टैट, मारुति सुजुकी, एशियन पेंट्स, हीरो मोटोकॉर्प निम्नी पर प्रमुख लाभांशियों में से एक है, जबकि टीसीएस, टेक महिंद्रा, आईसीआईसीआई बैंक, ओएनजीसी, बजाज फिनसर्व हारने वालों में शामिल हैं।

शेयर बाजार रेंड जोन में खुला, सेंसेक्स 148 अंक टूटा, निफ्टी 24,772 पर



मुंबई, 19 जून। कारोवारी सप्ताह के चौथे दिन शेयर बाजार सप्ताह पर खुला, बीएसई पर सेंसेक्स 148 अंकों की गिरावट के साथ 81,296.39 पर खोज हुआ, वहीं, एनएसई पर निफ्टी 0.16 फीसदी की बढ़ोतरी के साथ 24,812.05 पर बंद हुआ।

कारोवारी के दौरान निफ्टी पर इंडसट्रियल बैंक, टैट, आगरा मोटर्स, मारुति सुजुकी, एम्प्योरएस के शेयर टॉप गेनर के लिस्ट में शामिल रहे, जबकि चयुपल, अडानी पोर्ट्स, नेरेले, टीसीएस, अडानी इंटरप्राइजेज के शेयर टॉप लूजर के लिस्ट में शामिल रहे, सेक्टरल मोर्च पर, ऑटो,

प्राइवेट बैंक, कंज्यूमर ड्यूरेबल्स को छोड़कर, बाकी सभी इंडेक्स लाल निशान में कारोवारी हुए, क्षेत्रीय मोर्च पर, ओडी, निजी बैंक, 81,444.66 पर खोज हुआ, वहीं, उपभोक्ता उत्पादक वस्तुओं को छोड़कर, अन्य सभी सूचकांक लाल निशान पर बंद हुए, जिनमें आईटी, मीडिया, धातु, तेल और गैस, रिजर्वटी 0.5-1 फीसदी नीचे रहे, बीएसई मिडकैप और स्मॉलकैप सूचकांक 0.3 फीसदी नीचे रहे।

मध्य पूर्व में बढ़ते तनाव और कच्चे तेल की कीमतों में बढ़ोतरी के कारण वैश्विक आर्थिकता के बीच भारतीय शेयर बाजार में उतार-चढ़ाव देखने को मिला।

रायपुर स्टेशन के गृहद्वारी साइड स्थित आरक्षित व अनआरक्षित टिकट काउंटर आज से हुए शिफ्ट



रायपुर। दक्षिण पूर्व मध्य रेलवे रायपुर रेल मंडल के रायपुर स्टेशन के गृहद्वारी साइड स्थित आरक्षित एवं अनआरक्षित टिकट काउंटर 17 जून को 15 बजे शिफ्ट होंगे यह काउंटर प्लेटफार्म नंबर 7 के बाहर पार्किंग के पास शिफ्ट होगा यानी 18 जून से यथावत आरक्षित एवं अनआरक्षित अर्थात् टिकट काउंटर से टिकट प्राप्त कर सकेंगे। रायपुर स्टेशन पर चल रहे स्टेशन रीडेवलपमेंट कार्यों के कारण ऐसा किया जा रहा है। रेल के विकासालम कार्यों में यात्रियों से सहयोग अपेक्षित है।

RNI NO.CHHHN/ 9479/2002 ■ Postal Regn No.RYPDN/11/2014-16

असिबकावणी

रायपुर, शुक्रवार 20 जून, 2025

8

न्यूज गैलरी

22 व 23 जून को छत्तीसगढ़ प्रवास पर रहेंगे गृह मंत्री शाह

नेशनल फॉरेंसिक साइंस यूनिवर्सिटी (एनएसएफयू) कैम्पस का करेंगे भूमिपूजन



रायपुर। केंद्रीय गृह मंत्री अमित शाह दो दिवसीय छत्तीसगढ़ प्रवास पर 22 जून को छत्तीसगढ़ आ रहे हैं इस दौरान वे नवा रायपुर में नेशनल फॉरेंसिक साइंस यूनिवर्सिटी (एनएसएफयू) कैम्पस का भूमिपूजन करेंगे। श्री शाह नक्सल आपरेशन की स्थिति की समीक्षा के साथ प्रशासनिक बैठक भी लेंगे साथ ही बस्तर में जाकर जवानों से मुलाकात भी करेंगे।

छत्तीसगढ़ के उप मुख्यमंत्री गृह विजय शर्मा ने कुछ पत्रकारों से संक्षिप्त चर्चा में बताया कि नेशनल फॉरेंसिक साइंस यूनिवर्सिटी के लिए नवा रायपुर में 40 एकड़ जमीन आवंटित की गई है। लगभग साढ़े 3 री करोड़ रुपये की लागत से विश्वविद्यालय बनेगा। भवन बनने के पहले यूनिवर्सिटी में इतनी संरक्षण के साथ ही सुरक्षित हो जाएगी, जिसके लिए ट्रांजिट कैम्पस का भी केंद्रीय गृह मंत्री अमित शाह शुभारंभ करेंगे। उप मुख्यमंत्री ने बताया कि केंद्रीय गृह मंत्री अमित शाह अपने प्रवास के दौरान नक्सल आपरेशन की स्थिति की समीक्षा के साथ प्रशासनिक बैठकों की अध्यक्षता करेंगे। हालांकि, बैठक के लिए स्थान अभी तय नहीं किया गया है। इसके साथ शाह शाहीद अतिरिक्त पुलिस अधीक्षक आकाश राव गिरुजे के परिजनों के अलावा बस्तर में जवानों से मुलाकात करेंगे।

राज्यपाल डेका ने छत्तीसगढ़ को टी.बी. मुक्त बनाने के लिए सघन प्रयास करने के लिए निर्देश



रायपुर। राज्यपाल श्री रमेश डेका ने प्रधानमंत्री टी.बी. मुक्त भारत अभियान के तहत छत्तीसगढ़ को वर्ष 2025-26 तक टी.बी. से मुक्त राज्य बनाने के लिए सघन प्रयास के निर्देश दिए हैं। इसका जो राखबन में उन्होंने स्वास्थ्य विभाग की आयुक्त सह-संचालक डॉ. प्रिंसा शुक्ला को उद्देश्य के निर्देश देते हुए कहा कि टी.बी के ग्रंथी मरीजों की समुचित चिकित्सा की व्यवस्था करें। जो टी.बी. मरीज बीघ में ही दवा का सेवन बंद कर देते हैं उन मरीजों पर विशेष ध्यान दिया जाए और उन्हें दवा का पूर्ण कोर्स करने हेतु जागरूक किया जाए। टी.बी. मरीजों की योगाभ्यास के लिए प्रोत्साहित करें जिससे रोग के प्रति उनकी प्रतिरोधक क्षमता बढ़ेगी। श्री डेका ने टी.बी. मरीजों की पर्याप्त पोषण आहार मिले इसके लिए अधिक से अधिक निःशुल्क मित्र बनाने के निर्देश भी दिए (होटल के सचिव डॉ. सी. आर. प्रसन्ना एवं स्वास्थ्य विभाग के अन्य अधिकारी उपस्थित थे।)

ईरान में फंसा रायपुर के सेन्ट्रल जेलकर्मी की बेटी और दामाद, नहीं हो पा रहा संपर्क



रायपुर। ईरान और इजरायल के बीच जारी जंग के बीच हजारों भारतीय इन दोनों ही देशों में मौजूद हैं। इनमें मजदूर से लेकर कारोबारी और छात्र-छात्राई शामिल हैं। भारत सरकार ने इनकी वापसी के लिए विशेष अभियान ऑपरेशन सिंधु लांच किया है और उन्हें वहां से बाहर निकालने के लिए लगातार प्रयास कर रहा है। इस बीच जानकारी मिली है कि छत्तीसगढ़ का एक परिवार भी युद्धरत देश ईरान में फंसा हुआ है। जिनमें रायपुर सेन्ट्रल जेल में परस्थ जेलकर्मी की बेटी और दामाद बच्चों के साथ ईरान के क़ुम शहर में मौजूद हैं। चिंता की बात यह है कि इस परिवार से सम्पर्क टूट गया है। बताया जा रहा है कि, दामाद एजाज जैदी और बेटी एमन जैदी पढ़ाई के खिलौने में ईरान गए हुए हैं। दामाद एजाज जैदी मध्यप्रदेश के दमोह जिले से हैं। जेल कर्मी ने बताया कि उनकी वे लगातार उनसे संपर्क करने की कोशिश कर रहे हैं लेकिन उनसे अभी तक संपर्क नहीं हो पाया है, उन्होंने भारत सरकार से गुहार लगाई है कि उनके बेटी, दामाद और नाती को सुरक्षित वहां से निकालकर जल्द से जल्द भारत लेकर आ जाएं।

मुख्यमंत्री जशपुर में राज्य स्तरीय योग दिवस कार्यक्रम में होंगे शामिल

रायपुर। मुख्यमंत्री विष्णु देव साधु 21 जून को जशपुर जिले के रणजीता स्टेडियम में आयोजित राज्य स्तरीय अन्तर्राष्ट्रीय योग दिवस कार्यक्रम में शामिल होंगे। इस अवसर पर वे जिले के विभिन्न विकास कार्यों का लोकार्पण और भूमिपूजन भी करेंगे। मुख्यमंत्री श्री साधु जशपुर में नालंदा परिसर का भूमिपूजन करेंगे। दुलुदुला विकासखंड में विभिन्न कार्यों का लोकार्पण एवं शिलाप्यास, कुनकुरी के गिनावाहार में मानू एवं शिषु अस्पताल और सलियाटोली (कुनकुरी) में नालंदा परिसर के लिए भूमिपूजन करेंगे। इसके अलावा वे कुनकुरी के सद्गाना भवन में ठाकुर समाज के द्वारा आयोजित सामाजिक कार्यक्रम में भी शिरकत करेंगे। दुलुदुला में मुख्यमंत्री श्री साधु सहलील भवन का शुभारंभ करेंगे और वन विभाग के कार्यक्रम में भी भाग लेंगे।



रायपुर। अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस 21 जून के अवसर पर मुख्यमंत्री श्री विष्णु देव साधु जशपुर जिले के रणजीता स्टेडियम में सुबह 7 बजे योगाभ्यास करेंगे। इस कार्यक्रम की अध्यक्षता कैबिनेट मंत्री श्रीमती लक्ष्मी राजवाड़े करेंगी। उपमुख्यमंत्री श्री अरूण

वजे योगाभ्यास करेंगे। इस कार्यक्रम की अध्यक्षता कैबिनेट मंत्री श्रीमती लक्ष्मी राजवाड़े करेंगी। उपमुख्यमंत्री श्री अरूण

कारोबारी सिद्धार्थ सिंघानिया गिरफ्तार

रायपुर। झारखंड शराब चोटाला मामले में एसीबी की टीम ने छत्तीसगढ़ के कारोबारी सिद्धार्थ सिंघानिया को गिरफ्तार किया है। सिद्धार्थ सिंघानिया सुमित फैसिलिटीज मैनपावर स्पलॉइ कंपनी के मालिक हैं। इससे पहले झारखंड एसीबी ने सिंघानिया को पूछताछ के लिए नोटिस जारी किया था। एसीबी की टीम उसे गुरुवार को रायपुर कोर्ट में पेश करने के बाद उन्हें ट्रांजिट रिमांड पर रांची लेकर जाएगी जहां उससे शराब चोटाले के संबंध में पूछताछ की जाएगी।



जो जा रही जांच में अब तक यह सामने आया है कि इस चोटाले से राज्य को 38 करोड़ रुपये से अधिक का नुकसान हुआ है। छत्तीसगढ़ के कई कारोबारी इस चोटेले से सीधे या अप्रत्यक्ष रूप से जुड़े हुए हैं जिनमें रायपुर के रहने वाले सरोज लोहिया, बच्चा लोहिया और अतीमा खन्ना, भोपाल के मनोष जैन और राजीव द्विवेदी, पुणे के अजीत जयसिंह राव, सुनील कुंभकर की भी पूछताछ के लिए नोटिस भेजा गया है लेकिन अब तक इनमें से कोई भी जांच एजेंसी के समक्ष उपस्थित नहीं हुआ है। जरूरत पड़ने पर इन सभी के विरुद्ध भी गिरफ्तारी वारंट जारी की जा सकती है। झारखंड में हुए करोड़ों के शराब चोटेला मामले में आरोपी सिद्धार्थ सिंघानिया के खिलाफ गिरफ्तारी वारंट जारी हुआ था क्योंकि सिद्धार्थ सिंघानिया छत्तीसगढ़ और झारखंड में मैनपावर कंपनी स्पलॉइ समेत लिडिंक का अहम हिस्सा था। इस मामले में छत्तीसगढ़ में 7 सितंबर 2024 को एसीबी ने एफआईआर दर्ज की थी। इसमें तत्कालीन उत्पाद सचिव विनय चौबे, संयुक्त आयुक्त गजेंद्र सिंह, बरिष्ठ आईएसएस अनिल टुटेजा सहित कई अफसरों और कारोबारियों को आरोपी बताया गया है। वहीं झारखंड में भी कई संपत्ति और कंपनियों पर गाज गिरी है।

मुख्यमंत्री के निर्देश पर शारदाधाम पर्यटन स्थलों की सूची में हुआ शामिल

00 पर्यटन बोर्ड प्रचार प्रसार और सुविधा विकसित करने में देगा सहयोग 00 श्रद्धा और ज्ञान का अमोक्ष संगम है शारदाधाम

रायपुर। छत्तीसगढ़ की अंतर्राष्ट्रीय सोमा पर स्थित प्रसिद्ध धार्मिक व प्राकृतिक पर्यटन स्थल शारदाधाम को मुख्यमंत्री विष्णुदेव साधु के निर्देश पर छत्तीसगढ़ टूरिज्म बोर्ड ने राज्य के विन्हाकित पर्यटन स्थलों की सूची में शामिल कर लिया है। पर्यटन बोर्ड ने इसके लिए परिपत्र जारी कर दिया है। बोर्ड के इस निर्णय से इस पर्यटन



स्थल को एक नई पहचान मिल सकेगी। बोर्ड इसके प्रचार-प्रसार के साथ ही पर्यटकों के लिए मूलभूत सुविधाओं के विकास के लिए बजट उपलब्ध कर सकेगा।

श्रद्धा और ज्ञान का संगम है शारदाधाम - शारदाधाम में शारदाधाम की श्रद्धा और ज्ञान अर्जन का अमोक्ष संगम देखने को मिलता है। यहां छत्तीसगढ़ और झारखंड राज्य के जरूरतमंद बच्चों के रहने और पढ़ के लिए कोशिश की विशेष व्यवस्था की गई है। शारदाधाम समिति के अध्यक्ष राजकुमार सिंह ने बताया कि इस विशेष कोशिश संस्था में बच्चों के रहने, खाने के साथ उनकी कोशिश की निःशुल्क व्यवस्था की गई है। बच्चों के रहने और कोशिश का

जो भी खर्चा होता है, उसका व्यवसाय समिति श्रद्धालुओं के सहयोग से पूरा करती है। प्राकृतिक सौंदर्य से भरपूर शारदाधाम प्रसिद्ध धार्मिक पर्यटन स्थल - शारदाधाम, जिला मुख्यलाय जशपुर से तकरियन 30 किलोमीटर दूर, दुलुदुला ब्लाक में स्थित है। माता सरस्वती का यह प्रसिद्ध मंदिर चारों ओर घने जंगल से घिरा हुआ है। नजदीक ही गिरमा नदी की कलकल करती मधुर ध्वनि यहां दर्शन के लिए आने वाले श्रद्धालुओं का मन मोह लेते हैं। संचालन समिति के अध्यक्ष ने बताया कि विद्यादायनी मां सरस्वती का यह भव्य मंदिर पूरी तरह से श्रमदान से तैयार किया गया है। दोनों राज्यों के श्रद्धालुओं ने पसंती बहा कर मां के इस

मंदिर का निर्माण किया है। मंदिर के भवन का डिजाइन झारखंड के प्रसिद्ध लचलागढ़ हनुमान मंदिर के तर्ज पर तैयार किया गया है। पर्यटन हब के रूप में विकसित हो रहा है जशपुर - उल्लेखनीय है कि वर्नाचल क्षेत्र जशपुर में पर्यटन उद्योग विकसित करने की दिशा में मुख्यमंत्री विष्णुदेव साधु तेजी से काम कर रहे हैं। कुनकुरी ब्लाक में स्थित मंगली नेचर कैप के विकास के लिए दस करोड़ रुपये भारत दर्शन योजना के अंतर्गत आवंटित किए गए हैं। यहीं स्थित मधेश्वर महादेव को हाल ही में गोल्डन क्रॉस ऑफ़ वॉर्ड रिकार्ड ने विश्व का सबसे बड़े प्राकृतिक शिवलिंग के रूप में मान्यता दी है। इसके साथ ही सीएम विष्णुदेव साधु ने जिले को पर्यटन उद्योग विकसित करने की दिशा में बढ़ा कदम उठाते हुए फरसाबाहार ब्लाक में स्थित कोतेनाराधाम में लक्ष्मण झूला के तर्ज पर पुल निर्माण की घोषणा की है। इसके साथ ही जिले में देवदेवा, रानीहाड़ जैसे पर्यटन स्थलों की विकसित करने की दिशा में तेजी से काम किया जा रहा है। मुख्यमंत्री साधु का लक्ष्य जिले में तीन उद्योग विकसित कर जिलेवासी को रोजगार उपलब्ध कराना है।

मामले में आरोपी सिद्धार्थ सिंघानिया के खिलाफ गिरफ्तारी वारंट जारी हुआ था क्योंकि सिद्धार्थ सिंघानिया छत्तीसगढ़ और झारखंड में मैनपावर कंपनी स्पलॉइ समेत लिडिंक का अहम हिस्सा था। इस मामले में छत्तीसगढ़ में 7 सितंबर 2024 को एसीबी ने एफआईआर दर्ज की थी। इसमें तत्कालीन उत्पाद सचिव विनय चौबे, संयुक्त आयुक्त गजेंद्र सिंह, बरिष्ठ आईएसएस अनिल टुटेजा सहित कई अफसरों और कारोबारियों को आरोपी बताया गया है। वहीं झारखंड में भी कई संपत्ति और कंपनियों पर गाज गिरी है।

सेल ने भारतीय नौसेना के आईएनएस अनार्ला के लिए विशेष स्टील की आपूर्ति की

नई दिल्ली-भिलाई। देश की महारण और सार्वजनिक क्षेत्र की सबसे बड़ी इस्पात उत्पादक कंपनियों, स्टील ऑथोरिटी ऑफ इंडिया लिमिटेड (सेल) ने रक्षा क्षेत्र में देश की आपूर्तिभरता और आयात प्रतिस्थापन की दिशा में एक और महत्वपूर्ण कदम आगे बढ़ाया है। सेल ने भारत के पहले स्वदेशी रूप से डिजाइन और निर्मित एंटी-सबमरीन वारफेयर शैलो वाटर क्राफ्ट, 'आईएनएस अनार्ला' के लिए विशेष स्टील की पूरी जरूरत को सफलतापूर्वक पूरा किया है। आईएनएस अनार्ला को 18 जून, 2025 को भारतीय नौसेना में शामिल किया गया। सेल ने गार्डन रीच शिपवर्ल्स एंड इंजीनियर्स द्वारा बनाए जा रहे, अन्य सात एसडब्ल्यू-एसडब्ल्यूसी कोरवेट के लिए भी विशेष स्टील की पूरी आपूर्ति की



है। रक्षा स्वदेशीकरण की दिशा में, भारत के प्रयासों में एक प्रमुख भागीदार के रूप में, सेल ने इस परियोजना के लिए आवश्यक जरूरत की पूरी आपूर्ति की है। यह देश की 'आत्मनिर्भर भारत' पहल को लागू करने और आयात पर निर्भरता को कम करने में सेल की प्रतिबद्धता का है। आईएनएस अनार्ला को आईएनएस विंध्यगिरि, आईएनएस नौलीपरी, आईएनएस परियोजनाओं के लिए विशेष स्टील की आपूर्ति की है।

5 फेरों के लिए गोदिया खुरद रोड- गोदिया के बीच 26 से चलेगी रथ यात्रा स्पेशल ट्रेन

रायपुर। भगवान श्री जगन्नाथ प्रभु के दर्शन के लिए जाने वाले श्रद्धालुओं को रेलवे ने बड़ी सुविधा देते हुए 5 फेरों के लिए गोदिया खुरद रोड- गोदिया के बीच रथ यात्रा स्पेशल ट्रेन की सुविधा 26 जून से 07 जुलाई तक दे रहा है। रेलवे से मिली जानकारी के अनुसार 08893 गोदिया खुरद रोड रथ यात्रा स्पेशल 26, 28, 30 जून एवं 02 और 5 जुलाई को गोदिया से 13:30 बजे खाना होकर 14:30 बजे डोंगरगढ़, 15:00 बजे राजनंदगांव, 15:58 बजे दुर्ग, 17:05 बजे रायपुर, 18:55 बजे मंदिर हसीद होते हुए अगले दिन 08:45 बजे खुरद रोड पहुंचेगी।



08894 खुरद रोड गोदिया रथ यात्रा स्पेशल खुरद से 28, 29 जून एवं 1,3,7 जुलाई को खुरद रोड से 11 बजे खाना होकर मंदिर हसीद 22:30 बजे, रायपुर अगले दिन 1 बजे, दुर्ग 1:58 बजे, राजनंदगांव 02:23 बजे, एरसएलआर रहेंगे।

डोंगरगढ़ 02:48 बजे, गोदिया, सुनह 4:15 पहुंचेगी। यह ट्रेन 18 जून एवं 02 कोच एसी-11, 01 कोच एसी-111, 07 कोच स्लीपर, 06 कोच सामान्य श्रेणी, 02 कोच एरसएलआर रहेंगे।