

अम्बिकावाणी

छेरापहरा की रस्म अदायगी कर मांगा प्रदेशवासियों के लिए आशीर्वाद



रायपुर। राज्यपाल रमेन डेका और मुख्यमंत्री श्री विष्णु देव साय आज गणेशी नगर रायपुर स्थित जगन्नाथ मंदिर में आशीर्वाद ग्रहण करने के लिए पहुंचे।

रायपुर। राज्यपाल रमेन डेका और मुख्यमंत्री श्री विष्णु देव साय आज गणेशी नगर रायपुर स्थित जगन्नाथ मंदिर में आशीर्वाद ग्रहण करने के लिए पहुंचे। राज्यपाल रमेन डेका और मुख्यमंत्री श्री विष्णु देव साय आज गणेशी नगर रायपुर स्थित जगन्नाथ मंदिर में आशीर्वाद ग्रहण करने के लिए पहुंचे। राज्यपाल रमेन डेका और मुख्यमंत्री श्री विष्णु देव साय आज गणेशी नगर रायपुर स्थित जगन्नाथ मंदिर में आशीर्वाद ग्रहण करने के लिए पहुंचे।

जगत् विजित किया। रथ यात्रा के लिए भारत में ओडिशा राज्य प्रसिद्ध है। ओडिशा का पड़ोसी राज्य होने के कारण छत्तीसगढ़ में भी इस उत्सव का व्यापक प्रभाव है। आज निकाली गई रथ यात्रा में भगवान जगन्नाथ, उनके भ्राता बलभद्र और बहन सुभद्रा की विधि विधि-विधान से पूजा-अर्चना की गई। मंदिर के पुजारी के अनुसार उक्तल में संस्कृति और दक्षिण कोसल का संस्कृति के बीच यह एक अदृष्ट साक्षरता का प्रतीक है। ऐसी मन्त्राला है कि भगवान जगन्नाथ का मूल स्थान जगन्नाथपुरी में स्थित है। गनीमत रही कि यह हादसा जिस स्थान पर हुआ, वहां बहुत यात्रायाल भक्त नहीं थी। ये हाथी भागते हुए आसपास के गलियों में चले गए। बाद में वन विभाग की टीम ने आकर सभी को काबू किया। इस कारण 0.5 मिनट तक यात्रा रोक दी गई। भगवानों में कुछ हाथी यात्रायाल हुए हैं, जिन्का इलाज जागी है। सूचना मिलते ही व्हेनस मौके पर पहुंची और चारों तरफ को इलाज मईया करवा। इसके बाद डींग

अहमदाबाद में जगन्नाथ रथ यात्रा के दौरान डींग की तेज आवाज से बेकाब हुए हाथी, सड़कों पर भागने लगे

अहमदाबाद । देश के विभिन्न हिस्सों में जगन्नाथ रथ यात्रा का आयोजन किया जा रहा है। इस बीच, अहमदाबाद में रथ यात्रा के दौरान बड़ा हादसा टल गया। जानकारी के मुताबिक, यहां रथ यात्रा के आगे कुछ हाथी भी चल रहे थे। इनमें से एक हाथी डींग के तेज आवाज से भड़क गया और बेकाब हो गया। हाथी सड़कों पर भागने लगा। इसे देखकर यात्रा में शामिल 3-4 और हाथी भी भागने लगे। मंदिर के पुजारी के अनुसार उक्तल में संस्कृति और दक्षिण कोसल का संस्कृति के बीच यह एक अदृष्ट साक्षरता का प्रतीक है। ऐसी मन्त्राला है कि भगवान जगन्नाथ का मूल स्थान जगन्नाथपुरी में स्थित है। गनीमत रही कि यह हादसा जिस स्थान पर हुआ, वहां बहुत यात्रायाल भक्त नहीं थी। ये हाथी भागते हुए आसपास के गलियों में चले गए। बाद में वन विभाग की टीम ने आकर सभी को काबू किया। इस कारण 0.5 मिनट तक यात्रा रोक दी गई। भगवानों में कुछ हाथी यात्रायाल हुए हैं, जिन्का इलाज जागी है। सूचना मिलते ही व्हेनस मौके पर पहुंची और चारों तरफ को इलाज मईया करवा। इसके बाद डींग

छत्तीसगढ़ में रेल क्रांति : 47 हजार करोड़ की रेल विकास परियोजनाएं प्रगति पर, वर्ष 2030 तक रेल नेटवर्क हो जाएगा दोगुना

00 32 अमृत भारत स्टेशन में हॉंगी वर्ल्ड क्लास सुविधाएं, नई रेल परियोजनाओं का सर्वे अंतिम चरण में 00 रेल सुविधाओं के साथ ही पर्यटन, व्यापार, उद्योग और रोजगार की बढ़ती संभावनाएं

रायपुर। मुख्यमंत्री श्री विष्णु देव साय की पहल पर विकसित भारत और विकसित छत्तीसगढ़ की संकल्पना को पूरा करने और छत्तीसगढ़ की अर्थव्यवस्था को बृद्ध करने के लिए नई-नई रेल परियोजनाओं को मंजूरी मिल रही है। वर्ष 1853 से लेकर 2014 तक 161 सार्व में छत्तीसगढ़ में केवल 1100 रेल किलोमीटर रेल लाइन बिछाई गई थी। प्रधानमंत्री श्री नरेन्द्र मोदी जी के नेतृत्व में वर्ष 2014 से वर्ष 2030 तक प्रदेश में रेल नेटवर्क दोगुना बढ़कर 2200 रेल किलोमीटर हो जाएगा। केन्द्र सरकार द्वारा वर्ष 2025-26 के बजट में छत्तीसगढ़ की 6925 करोड़ रुपये राशि आवंटित की गई है। वर्तमान में केन्द्र सरकार की मदद से छत्तीसगढ़ में 47 हजार करोड़ रुपये की लागत से रेल विकास परियोजनाओं का कार्य प्रगति पर है। राज्य की दो नई बड़े भारत ट्रेन रायपुर-दिशाखट्टम और रायपुर-नागपुर को संपादन किया है। इसके अलावा राज्य सरकार ने मेट्रो ट्रेन के लिए सर्वे कराने का भी निर्णय लिया है। गौरतलब है कि पूर्व प्रधानमंत्री स्व. श्री अटल बिहारी वाजपेयी के कार्यकाल में छत्तीसगढ़ में बिलासपुर में जोनल कार्यालय को मंजूरी दी गई थी। छत्तीसगढ़ की नई और प्रगतिरत रेल परियोजना के पूर्ण होने से राज्य में रेल सुविधाओं में बढ़ोतरी के साथ ही यहां पर्यटन, व्यापार, उद्योग के साथ-साथ एवं सभी के कल्याण एवं उन्नति को प्रोत्साहित करता है। उन्होंने आगे कहा, महापुरुष से कामना करता हूँ कि ब्रह्मा और भक्ति से परिपूर्ण यह यात्रा समस्त देशवासियों के जीवन में सुख, समृद्धि और आरोग्य लेकर आए। जय जगन्नाथ!

रायपुर। मुख्यमंत्री श्री विष्णु देव साय की पहल पर विकसित भारत और विकसित छत्तीसगढ़ की संकल्पना को पूरा करने और छत्तीसगढ़ की अर्थव्यवस्था को बृद्ध करने के लिए नई-नई रेल परियोजनाओं को मंजूरी मिल रही है। वर्ष 1853 से लेकर 2014 तक 161 सार्व में छत्तीसगढ़ में केवल 1100 रेल किलोमीटर रेल लाइन बिछाई गई थी। प्रधानमंत्री श्री नरेन्द्र मोदी जी के नेतृत्व में वर्ष 2014 से वर्ष 2030 तक प्रदेश में रेल नेटवर्क दोगुना बढ़कर 2200 रेल किलोमीटर हो जाएगा। केन्द्र सरकार द्वारा वर्ष 2025-26 के बजट में छत्तीसगढ़ की 6925 करोड़ रुपये राशि आवंटित की गई है। वर्तमान में केन्द्र सरकार की मदद से छत्तीसगढ़ में 47 हजार करोड़ रुपये की लागत से रेल विकास परियोजनाओं का कार्य प्रगति पर है। राज्य की दो नई बड़े भारत ट्रेन रायपुर-दिशाखट्टम और रायपुर-नागपुर को संपादन किया है। इसके अलावा राज्य सरकार ने मेट्रो ट्रेन के लिए सर्वे कराने का भी निर्णय लिया है। गौरतलब है कि पूर्व प्रधानमंत्री स्व. श्री अटल बिहारी वाजपेयी के कार्यकाल में छत्तीसगढ़ में बिलासपुर में जोनल कार्यालय को मंजूरी दी गई थी। छत्तीसगढ़ की नई और प्रगतिरत रेल परियोजना के पूर्ण होने से राज्य में रेल सुविधाओं में बढ़ोतरी के साथ ही यहां पर्यटन, व्यापार, उद्योग के साथ-साथ एवं सभी के कल्याण एवं उन्नति को प्रोत्साहित करता है। उन्होंने आगे कहा, महापुरुष से कामना करता हूँ कि ब्रह्मा और भक्ति से परिपूर्ण यह यात्रा समस्त देशवासियों के जीवन में सुख, समृद्धि और आरोग्य लेकर आए। जय जगन्नाथ!

रायपुर। मुख्यमंत्री श्री विष्णु देव साय की पहल पर विकसित भारत और विकसित छत्तीसगढ़ की संकल्पना को पूरा करने और छत्तीसगढ़ की अर्थव्यवस्था को बृद्ध करने के लिए नई-नई रेल परियोजनाओं को मंजूरी मिल रही है। वर्ष 1853 से लेकर 2014 तक 161 सार्व में छत्तीसगढ़ में केवल 1100 रेल किलोमीटर रेल लाइन बिछाई गई थी। प्रधानमंत्री श्री नरेन्द्र मोदी जी के नेतृत्व में वर्ष 2014 से वर्ष 2030 तक प्रदेश में रेल नेटवर्क दोगुना बढ़कर 2200 रेल किलोमीटर हो जाएगा। केन्द्र सरकार द्वारा वर्ष 2025-26 के बजट में छत्तीसगढ़ की 6925 करोड़ रुपये राशि आवंटित की गई है। वर्तमान में केन्द्र सरकार की मदद से छत्तीसगढ़ में 47 हजार करोड़ रुपये की लागत से रेल विकास परियोजनाओं का कार्य प्रगति पर है। राज्य की दो नई बड़े भारत ट्रेन रायपुर-दिशाखट्टम और रायपुर-नागपुर को संपादन किया है। इसके अलावा राज्य सरकार ने मेट्रो ट्रेन के लिए सर्वे कराने का भी निर्णय लिया है। गौरतलब है कि पूर्व प्रधानमंत्री स्व. श्री अटल बिहारी वाजपेयी के कार्यकाल में छत्तीसगढ़ में बिलासपुर में जोनल कार्यालय को मंजूरी दी गई थी। छत्तीसगढ़ की नई और प्रगतिरत रेल परियोजना के पूर्ण होने से राज्य में रेल सुविधाओं में बढ़ोतरी के साथ ही यहां पर्यटन, व्यापार, उद्योग के साथ-साथ एवं सभी के कल्याण एवं उन्नति को प्रोत्साहित करता है। उन्होंने आगे कहा, महापुरुष से कामना करता हूँ कि ब्रह्मा और भक्ति से परिपूर्ण यह यात्रा समस्त देशवासियों के जीवन में सुख, समृद्धि और आरोग्य लेकर आए। जय जगन्नाथ!

रायपुर। मुख्यमंत्री श्री विष्णु देव साय की पहल पर विकसित भारत और विकसित छत्तीसगढ़ की संकल्पना को पूरा करने और छत्तीसगढ़ की अर्थव्यवस्था को बृद्ध करने के लिए नई-नई रेल परियोजनाओं को मंजूरी मिल रही है। वर्ष 1853 से लेकर 2014 तक 161 सार्व में छत्तीसगढ़ में केवल 1100 रेल किलोमीटर रेल लाइन बिछाई गई थी। प्रधानमंत्री श्री नरेन्द्र मोदी जी के नेतृत्व में वर्ष 2014 से वर्ष 2030 तक प्रदेश में रेल नेटवर्क दोगुना बढ़कर 2200 रेल किलोमीटर हो जाएगा। केन्द्र सरकार द्वारा वर्ष 2025-26 के बजट में छत्तीसगढ़ की 6925 करोड़ रुपये राशि आवंटित की गई है। वर्तमान में केन्द्र सरकार की मदद से छत्तीसगढ़ में 47 हजार करोड़ रुपये की लागत से रेल विकास परियोजनाओं का कार्य प्रगति पर है। राज्य की दो नई बड़े भारत ट्रेन रायपुर-दिशाखट्टम और रायपुर-नागपुर को संपादन किया है। इसके अलावा राज्य सरकार ने मेट्रो ट्रेन के लिए सर्वे कराने का भी निर्णय लिया है। गौरतलब है कि पूर्व प्रधानमंत्री स्व. श्री अटल बिहारी वाजपेयी के कार्यकाल में छत्तीसगढ़ में बिलासपुर में जोनल कार्यालय को मंजूरी दी गई थी। छत्तीसगढ़ की नई और प्रगतिरत रेल परियोजना के पूर्ण होने से राज्य में रेल सुविधाओं में बढ़ोतरी के साथ ही यहां पर्यटन, व्यापार, उद्योग के साथ-साथ एवं सभी के कल्याण एवं उन्नति को प्रोत्साहित करता है। उन्होंने आगे कहा, महापुरुष से कामना करता हूँ कि ब्रह्मा और भक्ति से परिपूर्ण यह यात्रा समस्त देशवासियों के जीवन में सुख, समृद्धि और आरोग्य लेकर आए। जय जगन्नाथ!

तेज प्रताप से वीडियो कॉल पर बातचीत के बाद अखिलेश ने दिया झटका, बिहार में सपा का तेजस्वी को मिला सपोर्ट



लखनऊ। समाजवादी पार्टी के प्रमुख अखिलेश ने स्पष्ट कर दिया है कि उनकी पार्टी बिहार के विधानसभा चुनाव में तेजस्वी यादव का समर्थन नहीं देगा। अखिलेश यादव ने तेजस्वी यादव के साथ वीडियो कॉल पर बातचीत की थी, जिसके बाद तेजस्वी यादव ने अपनी खुशी सोशल मीडिया प्लेटफॉर्म पर शेयर कर जाहिर की थी। अखिलेश का तेजस्वी यादव अखिलेश यादव ने यह साफ कर दिया है कि उनकी पार्टी बिहार के विधानसभा चुनाव में तेजस्वी यादव और लालू प्रसाद यादव का समर्थन करेगी। इससे पहले भी अखिलेश यादव ने विधानसभा चुनाव में लालू यादव को समर्थन दिया था। अखिलेश का कहना है कि हमारी पार्टी लालू जी की पार्टी के साथ खड़ी दिखाई देगी। तेजस्वी यादव ने एक्स पर पोस्ट कर दी जानकारी अखिलेश यादव और तेजस्वी यादव की बातचीत के बारे में तेजस्वी यादव को एक्स पर पोस्ट कर लिखा था कि आज मेरे परिवार के सबसे प्यारे सदस्यों में से एक रूपी के पूर्व मुख्यमंत्री अखिलेश यादव जी से वीडियो कॉल पर लंबी चर्चा हुई। इस दौरान बिहार के राजनीतिक हालातों पर भी चर्चा हुई। इस पोस्ट के बाद कयास लगाए जा रहे हैं कि तेजस्वी यादव से टिकट पर महुआ या हसनपुर से चुनाव लड़ सकते हैं। सपा मुख्यालय पर दी जानकारी मुन्नावर को पत्रकारों में इस प्रश्न पर अखिलेश ने कहा कि उनका दो बार कॉल आया था, मैं उस पर ही री-डायल कर दिया था। शिष्टाचार में बातचीत हुई थी। बिहार में हम तेजस्वी का समर्थन करेंगे।

महापुरु हगारे लिए अराध्य भी है, प्रेता भी है, जगन्नाथ है, तो जीवन है : पीएम मोदी

नई दिल्ली, 27 जून(ए।) प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी ने शुक्रवार को भगवान जगन्नाथ की रथयात्रा शुरू होने पर बधाई दी। सोशल मीडिया प्लेटफॉर्म एक्स के जरिए उन्होंने देशवासियों के उत्तम स्वास्थ्य और समृद्धि को मंगलकामना की। पीएम मोदी ने कहा, भगवान जगन्नाथ की रथ यात्रा के पवित्र अवसर पर सभी देशवासियों को मेरी ढेरों शुभकामनाएं। ब्रह्मा और भक्ति का यह पावन उत्सव हर किसी के जीवन में सुख, समृद्धि, सौभाग्य और उत्तम स्वास्थ्य लेकर आए, यही कामना है। जय जगन्नाथ! प्रधानमंत्री ने बधाई संदेश के अलावा अपने पोस्ट के साथ एक वीडियो भी साझा किया है, जिसमें वो भगवान जगन्नाथ की रथयात्रा के बारे में बता रहे हैं। वीडियो संदेश में कहा गया, महापुरु हगारे लिए अराध्य भी है, प्रेता भी हैं। जगन्नाथ है, तो जीवन है। भगवान जगन्नाथ जनता जनार्दन को दर्शन देने के लिए नगर प्रभण के लिए आ रहे हैं। इसके अलावा, प्रधानमंत्री आगे वीडियो में रथयात्रा की खुशियों के बारे में भी बताते हैं। कहते हैं कि रथयात्रा की पूरी दुनिया में एक विशिष्ट पहचान है। देश के अलग-अलग राज्यों में बहुत-बहुत धूमधारा से रथयात्रा निकाली जा रही है। ओडिशा के पुरी में निकाली जा रही रथयात्रा अपने आप में अद्भुत है। प्रधानमंत्री वीडियो में कहते हैं कि इन रथ यात्राओं में निम्न तरह से हर वर्ग, हर समाज के लोग उमड़ते हैं, वो अपने आप में बहुत अनुकरणीय हैं। यह आस्था के साथ एक भाव श्रेष्ठ भारत का भी प्रतिबिम्ब है। इस पावन अवसर पर आप सभी को बहुत-बहुत शुभकामनाएं। साथ ही, प्रधानमंत्री ने अपने एक अन्य पोस्ट में आपाही बीज के विशेष अवसर पर दुनियाभर के कच्छी समुदाय के लोगों को भी शुभकामनाएं दीं।

किस भी तरह की भीड़ में जाने से बचें

किस भी तरह की भीड़ में जाने से बचें

तेज डायग्नोस्टिक/ब्लड बैंक (सेंटर)

माता राजारानी मेमोरियल MRM हॉस्पिटल

बाबूपारा, जोड़ा तालाब के सामने अम्बिकापुर

डॉ. अश्विनी कुमार कोहट

डॉ. अश्विनी कुमार कोहट

M.D., D.M. (Neurology)

Follow in Parkinson's Disease & Movement Disorders (JN, Singapore)

न्यूरोलॉजी विभाग

हाथ में कपड़ें

फर्श के अंगों का रैक

इधारे का कपड़ा

पैरों का कपड़ा

हाथ पैरों की नली में इनफ्लेमेट

निर रुई

माइग्रेन

प्रिमी

गर्दन और पीठ दर्द

कपकप आना

नींद का अभाव

Botulinum Toxin Injection

Deep Brain Stimulation

29 जून 2025

माह के पांचवा रविवार

अश्विनी पंजीयक हेतु संपर्क करें

07774222555, 9425583760, 9629537100, 8224007798, 8780033300, 8262639090

CMYK

CMYK

संपर्क : 07774222555, 9425583760, 9629537100, 8224007798, 8780033300, 8262639090

CMYK

छत्तीसगढ़ कौंसिल ऑफ साईंस एंड टेक्नालॉजी के डायरेक्टर जनरल डॉ. एस कर्मकार ने कहा कि हमारा काम विज्ञान की शोधात्मक गतिविधियों को बढ़ावा देना है। उन्होंने बताया कि बाल वैज्ञानिकों के लिए देश में ६४० प्रयोगशालाये जिसेसमें २० श्रेष्ठ मॉडल रहे। इन २० में छत्तीसगढ़ के चार बाल वैज्ञानिकों को अवसर मिला। उन्होंने युवा वैज्ञानिकों को प्रोत्साहित करते हुए नये अनुसंधान के लिए आह्वान किया।

A photograph of the exterior of Sweta Hospital. The building is a multi-story structure with a light beige or cream-colored facade. It features numerous rectangular windows, some of which are grouped together. A prominent sign on the upper part of the building reads "SWETA HOSPITAL" in bold, dark capital letters. To the right of the main building, there is a smaller, darker structure, possibly a gatepost or a small kiosk. The sky is overcast and grey.

मेरे हस्ताक्षर एवं न्यायालयीन मुद्रा से
आज दिनांक 26/06/2025 को जारी।
तहसीलदार
बलरामपुर

मेरे हस्ताक्षर एवं न्यायालीन मुद्रा से
आज दिनांक 26/06/2025 को जारी।
तहसीलदार
बलरामपुर

रायपुर। श्री बालाजी विद्या मंदिर में और उत्साह के साथ आयोजित वि-
श्वैश्वर्णिक जीवन के नए अध्याय की
मुख्य अतिथि रायपुर उ्तर विधान
मित्रा जी रहे। उन्होंने नवप्रवेशित वि-
त्तामीय स्वागत किया एवं सभी व
उन्होंने बच्चों को उज्ज्वल भविष्य
महत्त्व पर प्रकाश डाला। कार्यक्रम
अर्चना और दीप प्रज्जलन से हुई।
बच्चों का पुष्पगुच्छ एवं मिठाईयों
विधायक श्री पुरंदर मिश्रा ने विद्या
उन्होंने कक्षाओं, पुस्तकालय, शौ-
चालभूत सुविधाओं का जायजा ली
करते हुए आवश्यक सुधारों हेतु सु-

जान शाला प्रवेश उत्सव बड़े ही हर्ष
गया। यह आयोजन नन्हें बच्चों के
रूआत का प्रतीक रहा। कार्यक्रम के
के माननीय विधायक जी पुरंदर
र्थियों का तिलक कर, पुष्प वर्षा कर
ओं को छात्रे वितरित किया। साथ ही
लिए शुभकामनाएं दीं और शिक्षा के
ने शुरूआत मां सरस्वती की पूजा-
स्पष्टात विद्यालय परिवार द्वारा सभी
ए अभिनन्दन किया गया। साथ ही
ये परिसर का निरीक्षण भी किया।
लव्य, पेयजल व्यवस्था तथा अन्य
अथ व्यवस्थाओं पर संतोष व्यक्त
व भी दिए।

पर्याप्त भंडारण नहीं किया गया है। वही कारण है कि आज किसान खेती के समय व्यापारियों के दुकान झाँक रहे हैं। जबकि भाजपा की सरकार अपने आप को किसान हितैसी बताती है। जिला पंचायत सदस्य अखिलेश प्रताप सिंह व जिला अध्यक्ष भगवती राजवाड़े ने चर्चा के दौरान सरकार पर गम्भीर आरोप लगाते हुए कहा कि समितियों में खाद नहीं है जबकि दुकानों में खाद पर्याप्त मात्रा में भंडारण कर ऊँचे दामों में बेचा जा रहा है। अगर सरकार की मंशा किसानों के प्रति

अति शीघ्र खाद का भंडारण करने की मांग की है अन्यथा आने वाले समय में डूअर आंदोलन करने की चेतावनी दी है।

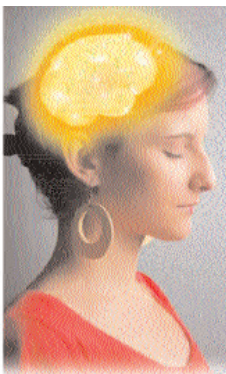
इस दौरान जिला अध्यक्ष भगवत राजवाड़े, जिला पंचायत सदस्य अश्लेश सिंह, नरेंद्र यादव, नगर पालिका अध्यक्ष कुसुमलाल राजवाड़े, मुकेश अग्रवाल, राजगुप्ता, आशीष सिंह, विनय पावले, नीरज सिंह, प्रभाकर सिंह, रजमोहन राजवाड़े सहित कांग्रेस व युव कांग्रेस के नेता काफी संख्या में उपस्थित थे।

नं बीएससी (नॉरिंग 4 वर्ष) और ज
100% निःशुल्क शिक्षण प्राप्त करने
नॉरिंग बीएससी नॉरिंग के लिए 11
मिडवाइफरी) के लिए 90 सीटें शांति
सैकण्डर लागत सहित सभी शैक्षिक
के साथ कवर किया जाएगा। आवेदन
अधिक नहीं होनी चाहिए। आवेदन
चिकित्सा प्रौद्योगिकी कार्यक्रम -
एनएमडीसी देवाड़ा और बस्तर ज
छत्रों के लिए अपेक्षी विश्वविद्यालय प्र
सब्ज स्वास्थ्य देखभाल शिक्षा प्रदा
लाख के निवेश के साथ पूरी तरह से
दुवाओं को आजीविका के लिए से
आकांक्षा छात्रों के लिए 90 सीटें प्रद
और 40न बालकों के लिए आरक्षित

मूल्यपूर्ण होता है। इस अवसर पर मालेगुजरी, हल, गिरिजा कोष पाँच एवं डॉ. स्वर्णाग्र मुजुमजी ने भी अपने-अपने विषयों पर व्याख्यान देकर उपयोगिता को वर्तमान समय के लिए आवश्यक और महत्वपूर्ण बताया। इस अवसर पर सन 2024-25 में प्रदानावधि और शहदी की स्मृति में प्रथम प्रमाण समारोह के अवसर पर विधायनवादी को आधार पर चर्चित विषयों पर भी सम्मान मुख्तियार अतिरिक्त क्रिया जगता है। डॉ. बाळकृष्ण सम स्वर्द्धेष्ठ क्रिया सम्मान एच. पी. एड. के मोर्जे प्रदान को प्रदान किया गया। मोर्जे प्रदान के विषयविद्यवालय में पाँचवाँ पाठे सम्मान मुख्तियार शहदी में राजेंद्रा सम्मान प्राप्त किया। शहदी में राजेंद्रा पाठे सम्मान मुख्तियार साहू को मेरिट में आठव सम्मान और प्रदान किया गया। शहदी भास्करदेवा सम्मान गोविन्द संकाय के निधित्त चरितेया को प्रदान किया गया। संकाय विधायी विद्या विख्याता सम्मान और इंडिया लेखर पर सम्पादक लेख विषयविद्यवालय का प्रतिनिधित्व किया वले नीलम नंदिवर को प्रदान किया

[illegible]

c +



दिमाग के लिए खतरनाक साबित हो रहा है क्लाइमेट में बदलाव

हमारे क्लाइमेट में तेजी से बदलाव आ रहा है और ये दिमाग के लिए खतरनाक साबित हो रहा है। कुछ शोध बताते हैं कि ग्लोबल वार्मिंग के कारण दिमाग के दिमाग का साइज करीब 10 प्रतिशत तक घट चुका है। हमारे रोजमर्रा के 3 काम भी दिमाग को तप कर सकते हैं। न्यूरोसाइंटिस्ट के मुताबिक, अमेरिकी डाक्टर, अत्यधिक मीठा और एवरेस्ट साइज न करने पर दिमाग की ताकत कम होती रहती है। इसका सबसे फलदायक लाभदायक फायदा होता है। आयु इस समस्या को 6 जर्नी-न्यूट्रोपेन से ठीक कर सकते हैं। आइए वेन के लिए लाभदायक इन हर्बल टॉनिक के बारे में जानते हैं।

करतयुमिन

दिमाग तेज करने के लिए हल्दी जरूर खाएं। इसमें करतयुमिन होता है। यह काउड अल्जाइमर की बीमारी को रोकता है और याददाश्त मजबूत करने में मदद करता है। आयु इस खाने के अंदर या हर्बल चाय बनाकर ले सकते हैं।

ब्रायरी

ब्रायरी एक आयुर्वेदिक जड़ी-बूटी है, जिसे कई सारे वेन टॉनिक बनाने में इस्तेमाल किया जाता है। यह आपकी याददाश्त बढ़ाने के साथ मानसिक तनाव को दूर रखने में मदद करती है। बच्चों का दिमाग शांत करने के लिए भी इसका सेवन कराया जा सकता है।

शखपुष्पी और अश्वगंधा

न्यूट्रोपेन डाक्टर अर्जुन मुखर्जी ने वेन हेल्थ के लिए शखपुष्पी और अश्वगंधा को फायदेमंद बताया है। आयु इन हर्बल वेन टॉनिक का उपयोग करके याददाश्त बढ़ा सकते हैं। ये दोनों हर्बल दिमाग की ताकत कम होने से बचाती हैं।

गिको बाइलोबा

बुनियाभूत में वेन फंक्शन बढ़ाने के लिए गिको बाइलोबा का इस्तेमाल किया जाता है। इसमें काफी सारे एंटीऑक्सीडेंट्स होते हैं, जो उम्र बढ़ने के वातावरण को जवाब दे सकते हैं। यह खाद्य सप्लीमेंट भी बढ़ाती है, जिससे न्यूट्रोपेन फंक्शन में सुधार आता है।

लेसिथिन

यह काउड सोयाबीन और अंडे के पीले भाग में मिलता है। यह कई सारे फिट्स का मिश्रण होता है। सोया को सही तरह से कामकाज करने के लिए इसकी जरूरत होती है। यह दिमाग में acetylcholine बनाने में भी मदद करता है।



मानसून में बाल झड़ना सामान्य बात है घबराने की जरूरत नहीं

जिस तरह मानसून में बारिश का होना तय है, उसी तरह इस मौसम में बालों का झड़ना भी निश्चित है। यदि इस मौसम में आपके बाल भी सामान्य से थोड़े ज्यादा झड़ रहे हैं तो यह बिल्कुल सामान्य बात है। जी हाँ, इस बात से घबराने की कोई जरूरत नहीं है। वर्ल्ड ट्राइकोलॉजी सोसाइटी के अध्ययन में यह बात सामने आई है कि नमी वाले मौसम में बालों का झड़ना लगभग 30 प्रतिशत तक बढ़ जाते हैं।

बारिश के मौसम में क्यों झड़ते हैं बाल

मानसून में परिवर्तन में मौजूद अत्यधिक नमी की वजह से बाल झड़ते हैं। बाल इस नमी को सोख लेते हैं और लचीले, उलझे और बेजान नजर आते हैं। इसकी रसायनिक नमी कम होती है, जिसकी वजह से सिर की त्वचा भी लुकी लुकी नजर आती है। ये बालों के फॉलिकल्स को कमजोर बनाते हैं और बाल झड़ने लगते हैं। नमी के बढ़ने से बालों के फॉलिकल्स बढ़ हो जाते हैं और जिससे बाल ढिलोपड़े हो जाते हैं।

एक दिन में कितने बाल झड़ना सामान्य बात

रोशनल सेक्टर डॉर बायोटेक्नोलॉजी इन्फोर्मेशन

शैम्पू

भले ही बारिश में भीमन का आनंद लेते हैं लेकिन उसके बाद बालों को जरूर धोएं। बारिश के पानी को हटाने के लिये शैम्पू से अपने बालों को धोएं, क्योंकि बारिश का पानी गंदगी से भरा होता है। नमी वाले इस मौसम में शिपॉन्ग और पसीने का दूर रहने के लिए रात में 2-3 बार शैम्पू करें।

(एनबीबीआई) के अनुसार, सामान्य मौसम में एक दिन में बालों के 80-100 बाल झड़ते हैं। जबकि मानसून के दौरान, एक व्यक्ति के प्रतिदिन 250 बाल झड़ते हैं।

बाल झड़ने का कारण

बालों का झड़ना अनियंत्रित ध्वस्तरोड के स्तर, एनीमिया (हीमोग्लोबिन का निम्न स्तर), हीमोग्लोबिन का सही रूप में काम ना करना, पोस्टिस्ट्रिक ओपेरेशन सिंड्रोम (पीसीओएस) और हाई ब्लड प्रेशर के भी संकेत हो सकते हैं।

यही वजह है कि बालों के असामान्य तरीके से झड़ने पर जल्द से जल्द डॉक्टर से संपर्क करने की सलाह दी जाती है। बालों के झड़ने की समस्या को नजरअंदाज करने से यह कई लोगों में पूरी तरह से रोकथाम का कारण बन सकती है, खासकर उन लोगों में जिनमें आनुवंशिक रूप से बालों के झड़ने की समस्या का जोखिम है। द ट्राइकोलॉजिकल सोसाइटी, लंदन के पहले भारतीय अध्यक्ष डॉ. बन्ना के अनुसार बालों के झड़ने को होमोपैथी दवाओं और उपचार की मदद से आसानी से नियंत्रित किया जा सकता है। ये दवाएं बिना किसी साइड इफेक्ट के बालों के झड़ने के मूल कारण का उपचार कर बालों की स्थिति को बेहतर बनाती हैं। ये बालों को जड़ों से पोषण देने और बालों के फिर से निकलने में मदद करती हैं। होमोपैथी दवाएं पूरी जाय और केस का मूल्यांकन करने के बाद दी जाती हैं, जिसमें लंगी की मौखिक हिस्ट्री और उनकी मानसिक और शारीरिक वनवट भी शामिल हैं।



बालों के झड़ने की समस्या को कैसे दूर करें

अपने बालों को सही तरीके से सुखाएं

अपने बालों को सुखाने के लिये माइक्रोवाइबर तौलिए का इस्तेमाल करें, यह तुरंत ही पानी को सोख लेता है और आपके बालों तथा तौलिए के बीच कम से कम घर्षण होता है।

कडीशनर लगाएं

बारिश के पानी के साथ बालों में आने वाली उलझन को सुलझाने के लिये एक अच्छा कडीशनर जरूरी है। बालों को झड़ने से रोकने वाले कडीशनर का इस्तेमाल करें ताकि आपके बालों में नमी लौक हो जाए और उसे मजबूती और सुरक्षा मिले।

बालों में तेल लगाना बेहद जरूरी है

अपने बालों में तेल जरूर लगाएं, लेकिन बालों को टूटने से बचाने के लिये हल्के हाथों से मसाज करें। हाथों में एक या दो बार सही पोषण के लिये अच्छा है, हालांकि बार-बार तेल लगाने की सलाह नहीं दी जाती है। ऐसा इसलिए है, क्योंकि क्या में मौजूद अत्यधिक नमी की वजह से सिर पर पहले से ही उथल होता है।

सही कधी का चुनाव करें

गोले बालों में कधी ना करें, क्योंकि इससे वे कमजोर हो जाते हैं। अपने बालों को आसानी से सुलझाने के लिये चौड़े बालों वाले कंधे का इस्तेमाल करें। यदि घरलु उपकरण से बालों के झड़ने में कोई सुधार नजर नहीं आ रहा तो फिर डॉक्टर को संपर्क करें।

होमोपैथिक उपचार

- विस्वाटेन 30सी, कुछ महीनों के लिये दिन में दो बार - बालों के प्राकृतिक विकास को बढ़ावा देता है।
- स्फॉरिक एंकिड 6सी, 5 गोलीया दिन में दो बार - पैसी बालों के झड़ने का इलाज करने में मदद करता है और स्वरूप प्राकृतिक बालों के विकास को बढ़ावा देता है।
- सीथिया, सल्फर, फॉस्फोरिक एसिड, लोकेसिस और ग्रेफाइट्स - बालों के झड़ने के इलाज में मदद करते हैं।
- धुआ आक्सीडेंटस 30सी, 5 गोलीया महीने में केवल एक बार दिन में दो बार - बालों के झड़ने के आनुवंशिक कारण के लिये।



क्या आप जानते हैं बारिश के मौसम में रोज 1 चम्मच शहद खाने से क्या होता है

शहद गुणों की खान इस्तेमाल कई तरीकों से किया जाता है। क्या आप जानती हैं कि अगर मानसून में आप रोज एक चम्मच शहद खाएंगे, तो इससे आपको अनगिनत फायदे मिल सकते हैं।

मानसून में कई बीमारियों का खतरा रहता है। इसका मौसम के बीच, बुखार, जुकाम, सिरदर्द, जोड़ी का दर्द और डाइजेस्टन से जुड़ी दिक्कतें काफी आम रहती हैं। ऐसे में सेहतमंद रहने के लिए डाइट पर खास ध्यान देना चाहिए। बारिश में सही खान-पान बहुत जरूरी है ताकि इम्युनिटी मजबूत बनी रहे।

कमजोर होने पर बीमारियां जल्दी घेर लेती हैं। वहीं, इम्युनिटी मजबूत होने पर इन्फेक्शन का खतरा कम रहता है। सेहतमंद रहने के लिए, बारिश में डाइट में कई खास चीजों का शामिल करना चाहिए। आइए देखें मानसून में रोज 1 चम्मच शहद खाने की सलाह देता है। जी हाँ, अगर मानसून में आप रोज एक चम्मच शहद खाएंगे, तो इससे आपको अनगिनत फायदे मिल सकते हैं। इसे खाने का सही तरीका और इसके फायदों के बारे में आधुनिक डॉक्टर से जानते हैं।

बारिश के मौसम में शहद खाने के फायदे

- शहद का सेवन करने से इम्युनिटी मजबूत होती है और कई बीमारियों से बचाव होता है।
- इससे सर्दी-खांसी और जुकाम से बचाव में भी मदद मिलती है।
- शहद में प्रीबायोटिक गुण होते हैं। रोजाना 1 चम्मच शहद खाने से मानसून में होने वाली पाचन संबंधी दिक्कतों में आराम मिलता है।
- अगर आप वजन कम करना चाहती हैं, तो भी शहद का सेवन फायदेमंद रहता है।
- शहद में एंटी-बैक्टीरियल और एंटी-इन्फ्लेमेटरी गुण होते हैं। यह मौसमी बीमारियों और इन्फेक्शन को दूर करता है।
- रोजाना 1 चम्मच शहद खाने से कमजोरी दूर होती है और शरीर को ताकत मिलती है।

शहद खाने का सही तरीका

- शहद को आप मानसून में कई तरीकों से डाइट में शामिल कर सकती हैं।
- वजन कम करने के लिए 1 चम्मच शहद को पानी में मिलाकर खाएं।
- खासों को दूर करने के लिए रात को 1 चम्मच शहद को पानी के साथ खाएं।
- मानसून में 1 चम्मच शहद में सोड यानी सूती अदरक का पाउडर मिलाकर खाएं भी फायदेमंद रहता है।



बारिश में न दिखने वाले जहरीले कीड़ों से भर जाती हैं ये सब्जियां

एक्सपर्ट्स के अनुसार, मानसून में इन सब्जियों पर कीड़े और अन्य मकोड़े लगने का खतरा ज्यादा होता है। साथ ही नमी वाली जलवायु इनकी सतह पर फफूंद और कवक पैदा कर सकती है।

बैंगन

मानसून के दौरान बैंगन में कीड़े लगने का अधिक खतरा रहता है। ज्यादा नमी इस सब्जी को जल्दी सड़ा भी सकती है और ये गंध भी लाती है। इसमें में अल्कोहॉलिक ज्यादा पाया जाता है जिससे इसका एंटीऑक्सीडेंट लैवल काफी बढ़ जाता है। इसका सेवन से आपको फूड पौडजनिंग, उल्टी, खुजली, एलर्जी और बैक्टीरियल इन्फेक्शन का खतरा बढ़ सकता है।

भिंडी

एक्सपर्ट्स के अनुसार, भिंडी नमी वाले मानसून के मौसम में जल्दी विपत्ति हो जाती है और इस वजह से यह सब्जी खाने में अच्छी नहीं लगती है। ज्यादा नमी के कारण भिंडी के अंदर कीड़े भी लग जाते हैं।

टमाटर

टमाटर में भी मानसून के दौरान हवा में ज्यादा नमी की वजह से जल्दी फफूंद लगने लगती है और ये सड़ने लग जाते हैं। इनमें फंगल इन्फेक्शन होने का भी खतरा ज्यादा होता है। इसके सेवन से कांठ दोष बढ़ सकता है।

ग्रीन बीन्स

ग्रीन बीन्स भले ही सेहतमंद होती हैं और इनमें फाइबर की भरपूर मात्रा होती है, लेकिन नमी की वजह से मानसून के मौसम में ये जल्दी खराब हो सकती हैं। इनमें इस मौसम में आसानी से फफूंद लग सकती है या फंगल इन्फेक्शन हो सकता है।

मात्रा होती है, लेकिन नमी की वजह से मानसून के मौसम में ये जल्दी खराब हो सकती हैं। इनमें इस मौसम में आसानी से फफूंद लग सकती है या फंगल इन्फेक्शन हो सकता है।

गोभी



गोभी, ब्रोकली और ब्रसेल्स स्पाउट सब्जियों का मानसून के मौसम में कम सेवन किया जाना चाहिए। भले ही ये बहुत पौष्टिक होती हैं, लेकिन इन सब्जियों में गंध और दरां होती हैं, जिनमें पानी जम सकता है और बैक्टीरिया पनपने का खतरा बढ़ जाता है। बारिश के दिनों में इनको अच्छी तरह धोना और मुश्किल होता है और ये मजबूत स्लाइस सामग्री को बढ़ा सकते हैं।

जड़ वाली सब्जियां

गाजर, मूली, और शलगम जैसी जड़ वाली सब्जियां मानसून के दौरान खाने के लिए आम तौर पर सुरक्षित मानी जाती हैं। हालांकि, इस मौसम में मिट्टी में ज्यादा नमी होने के कारण ये सब्जियां ज्यादा पानी सोख लेती हैं, जिससे ये जल्दी खराब हो सकती हैं। इनमें सीताम मात्रा में खाना और अच्छी तरह धोकर रखना चाहिए।

मशरूम

कई लोगों को खाने में मशरूम बहुत पसंद होता है, लेकिन मानसून में इनमें खतरा भी बढ़ता है। मानसून में ज्यादा नमी और गीली हवा की वजह से मशरूम में जल्दी फफूंद और बैक्टीरिया लगने लगते हैं। जिन लोगों का इम्युनिटी सिस्टम कमजोर है या पाचन संबंधी समस्याएं हैं उन्हें खासतौर पर सतर्क रहना चाहिए। मशरूम पचाने में थोड़े मुश्किल होते हैं और ये मजबूत स्लाइस सामग्री को बढ़ा सकते हैं।

