

दुर्ग में 'नई दृष्टिबिंदु' का जिला कार्यालय उद्घाटित, पूर्व विधायक अरुण वोरा ने काटा फीता



नई दृष्टिबिंदु / दुर्ग-मिलाई के डिजिटल प्लेटफॉर्म का जिला कार्यालय सोमवार को वार्ड-26, तरण टॉकीज के पीछे संतरा बाड़ी दुर्ग में उद्घाटित हुआ।

पूर्व विधायक अरुण वोरा, पूर्व महापौर आरएन वर्मा व धीरज बाकलीवाल कार्यक्रम में हुए शामिल

पूर्व विधायक अरुण वोरा ने फीता काटकर कार्यालय का विधिवत उद्घाटन किया। कार्यक्रम में पूर्व महापौर आरएन वर्मा, जिला कांग्रेस कमेटी के अध्यक्ष धीरज बाकलीवाल, राजू भाटिया व राजकुमार पाली व युवा कांग्रेस नेता अंकुश शर्मा अतिथि के रूप में शामिल हुए।



आलोक तिवारी को बधाई दी। गौरतलब है कि सांध्य दैनिक नई दृष्टिबिंदु का यू-ट्यूब चैनल भी है साथ ही पोर्टल भी है। प्रतिदिन संध्या 4 बजे सांध्य दैनिक नई दृष्टिबिंदु का ई-पेपर नेट पर अपलोड किया जाता है। यू-ट्यूब चैनल में देश-दुनिया व प्रदेश सहित दुर्ग संभाग की खबरें प्रमुखता से ली जाती हैं। इसी तरह खबर आलोक का भी यू-ट्यूब चैनल व पोर्टल है।

शाला खुलते ही VSK एप बना जंजाल, आनलाईन उपस्थिति के लिए शिक्षक परेशान

अधूरी पहुँची पुस्तकें और गणवेश, मध्यान्ह भोजन बना चुनौती

स्कूलों में गणवेश पहना ही नहीं है, विदित ही इस सत्र से शासन विद्यार्थियों के लिए नये रंग और डिजाइन का गणवेश विद्यालय खुलने से पूर्व वितरित करने का दावा कर रही थी लेकिन सरकार का यह दावा फेल होता दिखा मजबूर बच्चों को पुराने गणवेश पहन कर स्कूल आना पड़ा। गणवेश के जैसा हाल निःशुल्क पाठ्यपुस्तकों का भी रहा।

अधिकांश विद्यालयों में सभी विषयों की पुस्तकें नहीं पहुँच पायी हैं अत्यवस्था का आलम यह है कि स्कूल खुलने के बाद तक स्कूलों में पाठ्यपुस्तकें पहुँची या रही हैं जबकि इन पाठ्यपुस्तकों को वितरण के पहले स्केनिंग किया जाना है। कुछ स्कूलों में पुस्तकें पहुँची गयी हैं लेकिन वे आवंटन नहीं दिखाए के कारण उनकी स्केनिंग नहीं हो पा रही है।

पुस्तक और गणवेश : कहीं अधूरा तो कहीं पहुँचा भी नहीं

स्कूलों में पहुँचने के बाद भी बार बार प्रयास के बाद भी शिक्षक शरह असह्य में अपनी उपस्थिति दर्ज नहीं करा पा रहे थे। शंटे से से अधिक समय तक उपस्थिति दर्ज कराने के प्रयास के बाद भी जब शिक्षक अपनी उपस्थिति दर्ज नहीं करा पाए तो उन्होंने थक हार कर आनलाइन उपस्थिति का प्रयास करना बंद कर अपने अन्य कार्य पर अपना ध्यान लगाना शुरू किया।

बीएसपी स्कैप चोरी कांड : मुख्य आरोपी संजय सिंह को यूपी से किया गिरफ्तार

3.22 करोड़ का माल जब्त, पुलिस रिमांड पर दो आरोपी, 8 पहले जा चुके हैं जेल



पुलिस रिमांड पर दो आरोपी, 8 पहले जा चुके हैं जेल। मुख्य आरोपी संजय सिंह, 48 वर्ष, विवासी खुर्सीपार, भिलाई अग्रपंच दर्ज होने के बाद से चोरी का। पुलिस से बचने के लिए वह लगातार स्थान बदल रहा था। सूचना पर विशेष टीम ने देवरिया में दबिश देकर उसे हिरासत में लिया।

फ्लू इस्ट की आड़ में हो रही थी चोरी

पुलिस रिमांड पर दो आरोपी, 8 पहले जा चुके हैं जेल। फ्लू इस्ट की आड़ में हो रही थी चोरी। मुख्य आरोपी संजय सिंह, 48 वर्ष, विवासी खुर्सीपार, भिलाई अग्रपंच दर्ज होने के बाद से चोरी का। पुलिस से बचने के लिए वह लगातार स्थान बदल रहा था। सूचना पर विशेष टीम ने देवरिया में दबिश देकर उसे हिरासत में लिया।



फैब्रीकेशन वर्क्स एड स्क्रैप डील

दुर्ग प्रकरण में पहले 8 आरोपियों को गिरफ्तार कर न्यायिक हिरासत में भेजा जा चुका है। पुलिस का कहना है कि बीएसपी से चोरी करे स्कैप का अवैध संग्रहण और आर्थिक लाभ लेना ही चोरी का मकसद था। थाना पुरानी भिलाई की टीम ने इस कार्यवाई में अहम भूमिका निभाई। दुर्ग पुलिस ने नागरिकों से अपील की है कि चोरी, अवैध परिवहन या सौंदर्य गतिविधि की सूचना तुरंत पुलिस को दें।

छाा केडर के आईपीएस सुंदरराज पी को एनआईए में आईजी बनाया गया



बस्तर में नक्सल उन्मूलन में निभाई थी अहम भूमिका। सामने आए। बस्तर में शांति स्थापना और कानून-व्यवस्था को मजबूत करने में उनकी भूमिका अहम रही है। उम्मीद जताई जा रही है कि उनके अनुभव, दक्षता और कर्तव्यनिष्ठा का लाभ देश को सर्वोच्च जांच एजेंसियों में से एक NIA को भी मिलेगा। उक्त में IG के रूप में वे राष्ट्रीय सुरक्षा से जुड़े अहम मामलों की जांच और समन्वय की जिम्मेदारी संभालेंगे। उनकी इस नई नियुक्ति पर अधिकारियों और सहयोगियों ने शुभकामनाएं दी हैं और उज्वल कायकाल की कामना की है।

जय शक्ति आश्रम निकुम तीर्थराज देवी निकुंभला धाम के संचालक व संस्थापक संत श्री माताजी का निधन



दुर्ग। जय शक्ति आश्रम निकुम तीर्थराज देवी निकुंभला धाम के संचालक व संस्थापक संत श्री माताजी का निधन मंगलवार को देर शाम हो गया। वे 20 मई से रामकुंभ केवर हॉस्पिटल रामपुर में पत्नी थे। उन्हें ब्रेन स्ट्रोक की वजह से गंभीर हालत में भर्ती करवाया गया था। तब से वे कोमा में चले गए थे। संत श्री माताजी की अंतिम यात्रा 17 जून को दोपहर 12 बजे निकुम जय शक्ति आश्रम से निकाली गई। उनका अंतिम संस्कार गांव में ही किया गया। निकुम एक प्रमुख आध्यात्मिक और धार्मिक केंद्र है। यह आश्रम क्षेत्र में शांति, लोक कल्याण और धार्मिक अनुष्ठानों का एक प्रमुख केंद्र रहा है। संत श्री माताजी के द्वारा व उनके मार्गदर्शन में जहां समय-समय पर बड़े यज्ञ और महायज्ञ आयोजित किए गए हैं। गणपति भद्रकाली नमः जैसे विशिष्ट महायाज्ञों का आयोजन किया जा चुका है। प्रमुख अनुष्ठान और महायज्ञः जैसे सुख-शांति और अकाल व सृष्टि से सहन दिलाने के लिए आश्रम में विशेष अनुष्ठान हुए हैं।

दुर्ग को मिलेगी सौगात- बनेगा अंतर्राष्ट्रीय क्रिकेट स्टेडियम- शिक्षा मंत्री यादव

A large advertisement for the Nai Dristi Bindu YouTube channel. It features the channel's logo, subscriber count (5K+), video count (804), and views (65.55 LAKH+). It also includes a QR code and social media links. The text encourages viewers to subscribe and watch the latest videos.

पुलिस की पहचान नागरिक को सुरक्षा व न्याय दिलाना और नैतिकता से बड़ा कोई बल नहीं होता- विजय

उप मुख्यमंत्री विजय शर्मा 33 प्रशिक्षु उप पुलिस अधीक्षकों के बुनियादी प्रशिक्षण सत्र शुभारंभ में हुए शामिल

नई दृष्टिबिंदु / रायपुर

उप मुख्यमंत्री एवं गृहमंत्री विजय शर्मा की उपस्थिति में आज वर्ष 2021 एवं वर्ष 2024 के छत्तीसगढ़ राज्य लोक सेवा आयोग से चयनित 33 उप पुलिस अधीक्षकों के बुनियादी प्रशिक्षण का नेताजी सुभाष चंद्र बोस राज्य पुलिस अकादमी चंद्रपुरी में शुभारंभ हुआ। उप मुख्यमंत्री श्री शर्मा ने कहा कि आप सभी ने कठिन परिश्रम, अनुशासन और समर्पण से इस प्रतिष्ठित सेवा में स्थान प्राप्त किया है। यह केवल एक नौकरी नहीं, बल्कि एक सेवा, एक दायित्व, और एक बड़ी जिम्मेदारी है। इस समारोह में पुलिस महानिदेशक अरुण देव गौतम, उप पुलिस महानिदेशक, प्रशिक्षण दीर्घाशु कादरा अतिथि मण्डल हुए। साथ ही अकादमी के महानिदेशक अजय यादव, वरिष्ठ पुलिस अधीक्षक डॉ. अभिषेक पल्लव, अति. पुलिस अधीक्षक श्रीमति



सोनिया उर्फ अकादमी के समस्त अधीकार, कर्मचारीगण उपस्थित थे। कार्यक्रम को सम्बोधित करते हुए उप मुख्यमंत्री विजय शर्मा ने कहा कि आज का दिन न केवल

किया है। उन्होंने सभी को शुभकामनाएं देते हुए कहा कि नैतिकता से बड़ा कोई बल नहीं होता, आज नवीन समाज की आवश्यकता को समझना और उसके आधार पर संवेदनशीलता पूर्वक कार्य करने की आवश्यकता है। पुलिस केवल कानून का पालन करवाने वाली संस्था नहीं, बल्कि समाज की रक्षा करने वाली एक शक्ति है। हमें न केवल अपराध को रोकना है, बल्कि जनता में विश्वास और सुरक्षा की भावना को भी मजबूत करना है। उप मुख्यमंत्री श्री शर्मा ने कहा कि छत्तीसगढ़ पुलिस को पहचान न केवल कानून एवं व्यवस्था बनाए रखने में है, बल्कि राज्य के हर नागरिक को सुरक्षा एवं न्याय प्रदान करने में भी है। हमारी चुनौती केवल अपराधों पर नियंत्रण तक सीमित नहीं है, बल्कि हमें समाज के विघ्नसह को नकार रखना भी उतना ही आवश्यक है। पुलिसिंग आज केवल शारीरिक साहस तक सीमित नहीं है, बल्कि हमें आधुनिक तकनीकों

का उपयोग, साइबर अपराधों से निपटने की दक्षता और सामुदायिक जुड़ाव भी शामिल है। **पुलिस पर राष्ट्र सेवा, समाज सेवा का दायित्व-अरुण देव गौतम** इस अवसर पर राज्य के पुलिस महानिदेशक अरुण देव गौतम द्वारा कहा गया कि आज का दिन छत्तीसगढ़ पुलिस परिवार के लिए अत्यंत मौल्य और उत्साह का अवसर है। आपने कठिन प्रतिवर्षी परीक्षा, अथक परिश्रम और दृढ़ संकल्प के बल पर यह स्थान प्राप्त किया है। आज से आपका जीवन केवल एक नौकरी नहीं, बल्कि राष्ट्र सेवा, समाज सेवा और कानून के शासन को सुदृढ़ करने के महान दायित्व से जुड़ रहा है। नेताजी सुभाष चंद्र बोस राज्य पुलिस अकादमी के निदेशक श्री यादव ने अपने उद्बोधन में कहा कि नेताजी सुभाष चंद्र बोस राज्य पुलिस अकादमी

चंद्रपुरी में प्रदेश के विभिन्न जिलों से कुल 33 अस्थायी उप पुलिस अधीक्षक बुनियादी प्रशिक्षण हेतु उपस्थित होंगे हैं। अधिकांश पुलिस इंजीनियरिंग में शिक्षा प्राप्त किए हैं। संस्था के निदेशक द्वारा उप पुलिस अधीक्षकों के 02 वर्षों के पूर्ण प्रशिक्षण कार्यक्रम की विस्तृत जानकारी दी गई कि प्रशिक्षण का उपस्थित अधीक्षक किन-किन विषयों का अध्ययन करेंगे एवं जिला व्यवहारिक प्रशिक्षण में क्या-क्या प्रशिक्षण प्राप्त करेंगे। कार्यक्रम के अंत में डॉ. अभिषेक पल्लव, वरिष्ठ पुलिस अधीक्षक, नेताजी सुभाष चंद्र बोस राज्य पुलिस अकादमी, चंद्रपुरी द्वारा आभार व्यक्त किया गया। इसके अलावा अकादमी परिसर में उप मुख्यमंत्री श्री शर्मा ने नीम के पौधे का रोपण किया। इसके साथ ही पुलिस अधीक्षकों एवं प्रशिक्षु उप पुलिस अधीक्षकों द्वारा 100 पौधों का वृक्षारोपण किया गया।

खास खबर

मुख्यमंत्री विष्णु देव साय से संत-महात्माओं ने की मुलाकात, आध्यात्मिक शिक्षा को बढ़ावा देने के निर्णय पर जताया आभार



नई दृष्टिबिंदु / रायपुर

मुख्यमंत्री विष्णु देव साय से राजधानी रायपुर स्थित मुख्यमंत्री निवास में दक्षिण कोशल पीठाधीश्वर स्वामी राजीव लोचन दास महाराज, निर्वाणी अखाड़ा के महंत सुरेंद्र दास महाराज, शदानी परबत से उदय लाल तथा कबीर आश्रम सोनरी के नेतृकर साहब ने सांजन्य करवा। इस अवसर पर संत-महात्माओं ने छत्तीसगढ़ के विद्यालयों में भारतीय संस्कृति, आध्यात्मिक मूल्यों एवं नैतिक शिक्षा से जुड़े परंपरिक शोकों और मंत्रों को पुनः शामिल किया जाने के निर्णय का स्वागत करते हुए मुख्यमंत्री साय के प्रति आभार व्यक्त किया।

संतों ने कहा कि पूर्व में विद्यालयों में विद्यार्थियों को "गुरु ब्रह्मा, गुरु विष्णु, गुरु देवो महेश्वर" जैसे मंत्रों एवं भारतीय सांस्कृतिक परंपराओं से परिचित कराया जाता था, जिससे बच्चों में संस्कार, अनुशासन और नैतिक कृपा का विकास होता था। समाज के साथ ये परंपराएं शैक्षणिक वातावरण से थोड़े-थोड़े थिलथुल होती गईं, किंतु अजर राज्य सरकार द्वारा इन्हें पुनः स्थापित करने की पहल अत्यंत स्वागतयोग्य है। संत समाज ने कहा कि विद्यालयों में शांतिपत्र, सरस्वती वंदना, भोजन मंत्र तथा अन्य प्रेरणादायी वैदिक मंत्रों का प्रतिबन्ध प्रार्थनाओं का समावेश बच्चों के सर्वांगीण विकास में महत्वपूर्ण भूमिका निभाएगा। इससे नई पीढ़ी भारतीय ज्ञान परंपरा, संस्कृति और नैतिक मूल्यों से जुड़ सकेगी।

मुख्यमंत्री विष्णु देव साय ने कहा कि शिक्षा केवल ज्ञान अर्जित करने का माध्यम नहीं, बल्कि संस्कार, चरित्र निर्माण और जीवन मूल्यों के विकास का आधार भी है। हमारी सरकार बच्चों को आधुनिक शिक्षा के साथ-साथ भारतीय संस्कृति, परंपराओं और आध्यात्मिक मूल्यों से जोड़ने के लिए प्रतिबद्ध है। विद्यालयों में शांतिपत्र, सरस्वती वंदना, भोजन मंत्र एवं अन्य प्रेरणादायी प्रार्थनाओं के समावेश से विद्यार्थियों में अनुशासन, सकारात्मक सोच, आत्मविश्वास और सांस्कृतिक चेतना का विकास होगा। यह पहल नई पीढ़ी को आधुनिक जड़ों से जोड़ते हुए एक संस्कारित, जागरूक और जिम्मेदार नागरिक के रूप में विकसित करने की दिशा में महत्वपूर्ण कदम है। संत-महात्माओं ने मुख्यमंत्री विष्णु देव साय को इस पहल के लिए साधुवाद देते हुए उच्च आशीर्वाद प्रदान किया तथा कहा कि यह निर्णय प्रदेश की सांस्कृतिक पहचान और आध्यात्मिक विरासत को सशक्त बनाने की दिशा में महत्वपूर्ण कदम है।

आंगनवाड़ी सहायिका पद के लिए आवेदन पत्र आमंत्रित

बेमेनरा। जिले की एकीकृत बाल विकास परियोजना चयनित अंतर्गत वर्गमान में नवीन स्वीकृत पद एवं रिक्त पद हेतु आ.बा. सहायिका के पद पर शासन द्वारा निर्धारित निदेश एवं मानदंडों के अनुसार निम्नानुसार नियुक्ति किया जा रहा है। इसके अंतर्गत एकीकृत बाल विकास परियोजना आंगनवाड़ी बेमेनरा के ग्राम पंचायत मुटपुरी आंगनवाड़ी केंद्र मुटपुरी 1 में आ.बा. सहायिका के 01 पद पर आवेदन आमंत्रित किया गया है। आवेदन संबंधित नगरीय की आवेदिकाओं द्वारा आवेदन पत्र भरकर निर्धारित तिथि में 16 जून 2026 से 01 जुलाई 2026 तक एकफैकृत बाल विकास परियोजना कार्यालय बेमेनरा में कार्यालयीन समय 10 से 5:30 बजे तक सौंपी अथवा पंजीकृत डाक द्वारा जमा किया जायेगी।

दो पुर्नवासित जोड़ों ने मुख्यमंत्री कन्या विवाह कार्यक्रम से दाम्पत्य जीवन की शुरुआत की

टाऊन हाल में आयोजित कार्यक्रम में विधायक किरण सिंह देव ने नव विवाहितों को दिया आशीर्वाद

नई दृष्टिबिंदु / रायपुर-जगदलपुर

मुख्यमंत्री कन्या विवाह' राज्य सरकार द्वारा जोड़ों को नव विवाह कार्यक्रम में शामिल किया गया है, जिसका मुख्य उद्देश्य गरीब, निर्वाह, और आर्थिक रूप से कमजोर परिवारों को बेटीयों की शादी के लिए वित्तीय सहायता प्रदान करना है। यह योजना मुख्य रूप से सामूहिक विवाह के माध्यम से सम्पन्न होती है, जिससे गरीब परिवारों पर विवाह का भारी आर्थिक बोझ कम हो सके और रिजल्ट में पर लगे हैं।

17 जोड़े बंधे परिणय सूत्र में

जगदलपुर स्थित मंडित श्यामा प्रसाद मुखर्जी सभागार (टाउन हाल) में सोमवार को मुख्यमंत्री कन्या विवाह योजना के तहत एक भव्य और गरिमापूर्ण सामूहिक विवाह समारोह का आयोजन किया गया। इस पारव अवसर पर मंत्रोच्चारण और शहनाई की गुंज के बीच कुल 17 जोड़े सद-सद के लिए एक-दूसरे के साथ दाम्पत्य सूत्र में बंध गए। समारोह में मुख्य अतिथि के रूप में उपस्थित जगदलपुर विधायक किरण सिंह देव ने नवविवाहित जोड़ों के ऊपर अक्षत और पुष्प वर्षा कर उन्हें शुभी और समृद्ध दाम्पत्य जीवन का आशीर्वाद दिया।

दो पुर्नवासित जोड़ों ने भी गृहस्थ जीवन को अपनाया

इस विवाह समारोह की सबसे अनूठी और गौरवशाली विशेषता यह रही कि इसमें पुर्नवासित



2 विशेष जोड़े भी शामिल हुए। नारायणपुर जिले में आत्मसमर्पण करने वाले इन पुर्न नक्सली दंपतियों में पिलयार सलाम संग सिखती और पतिराम संग मनाय कश्यप शामिल हैं, जिन्होंने गृहस्थ जीवन अपनाकर समाज की मुख्यधारा में आगे बढ़ने का संकल्प लिया। विधायक किरण सिंह देव ने इन जोड़ों की सहानुभूति व्यक्त करते हुए कहा कि राज्य सरकार की पुर्नवासि नीति के तहत ऐसे कदमों से बस्तर में शांति और खुशहाली के एक नए युग की शुरुआत हो रही है।

बेटियों का सम्मानपूर्ण विवाह समाज का सबसे पुजित कार्य

विवाह समारोह की संबोधित करते हुए जगदलपुर विधायक किरण सिंह देव ने मुख्यमंत्री कन्या विवाह योजना की महत्ता पर प्रकाश डाला और कहा कि बेटीयों का विवाह सबसे महत्वपूर्ण

कार्य होता है। हमारी संवेदनशील सरकार को मुख्यमंत्री विष्णु देव साय एवं महिला बाल विकास मंत्री श्रीमती लक्ष्मी राजवाड़े जी के नेतृत्व में पूरे प्रदेश में सामूहिक कन्या विवाह योजना के तहत विवाह हो रहा है। इस योजना के साध्य में गरीब और जरूरतमंद परिवारों की बेटीयों का सम्मानपूर्ण विवाह करना समाज का सबसे पुजित कार्य है, जिससे आर्थिक रूप से कमजोर परिवारों को बड़ी राहत मिलती है।

इस कार्यक्रम में छत्तीसगढ़ राज्य अनुसूचित जनजाति आयोग के अध्यक्ष हर्षसिंह मंडवी, नगर निगम सभापति खेमसिंह देवंगन, जनपद अध्यक्ष पदलाम नाग, उपाध्यक्ष सुप्रभात कश्यप, पुलिस अधीक्षक शलभ सिंहा सहित स्थानीय जनप्रतिनिधि, नवविवाहित जोड़ों के परिजन तथा बड़ी संख्या में प्रकृद नागरिक उपस्थित रहे। सभी ने वर-वधु को उज्ज्वल भविष्य की शुभकामनाएं दीं।

बालोद की विशाल सिंचाई परियोजनाओं और जल प्रबंधन का मिलेगा सजीव अनुभव



नई दृष्टिबिंदु / रायपुर-बालोद

बालोद में संयुक्त जिला कार्यालय परिसर में आज जल प्रबंधन और सिंचाई प्रणाली को दर्शाने वाली तांबूला कॉम्प्लेक्स मॉडल प्रदर्शनी का शुभारंभ हुआ। कलेक्टर श्रीमती दिव्या उमेश मिश्रा ने सभी जिला स्तरीय अधिकारियों की उपस्थिति में विधिवत पुजा-अर्चना कर इस जलसंधक मॉडल को अवलोकनायक सार्वजनिक किया।

इस मॉडल के माध्यम से कोई भी व्यक्ति जिले की वृहद सिंचाई परियोजनाओं के वैश्वत क्रियाच्यवन और जल वितरण प्रणाली को आसानी से समझ सकता है। इस आकर्षक मॉडल में तांबूला कलेक्टर श्रीमती उमेश गौदी और खरसा जलाशय की कार्यालय भीगाणिक स्थिति को वृहद बारीकी से दर्शाया गया है। गंगरेल बांध से

नहरों के माध्यम से आने वाले पानी के प्रवाह और सिंचाई नहरों के नेटवर्क को स्पष्ट रूप से दिखाया गया है।

मिनाई स्टील प्लांट की जो जाने वाली चल अपूर्ति के साथ ही दुर्ग और बेमेतरा जिलों में सिंचाई एवं तालाबों को भरने की पूरी प्रक्रिया को बखूबी प्रदर्शित किया गया है। आमजन की जानकारी बढ़ाने के लिए मॉडल में इन सभी जलाशयों के निर्माण एवं और उनकी जल भराव क्षमता का भी स्पष्ट उल्लेख किया गया है। इस अवसर पर जिला पंचायत के मुख्य कार्यपालन अधिकारी आसानी से समझ सकता है। इस आकर्षक मॉडल में तांबूला कलेक्टर श्रीमती उमेश गौदी और खरसा जलाशय की कार्यालय भीगाणिक स्थिति को वृहद बारीकी से दर्शाया गया है। गंगरेल बांध से

विकास की मुख्यधारा से जुड़ रहा हर नागरिक : सांसद बृजमोहन अग्रवाल

सांसद बृजमोहन अग्रवाल ने ली कोर ग्रुप की बैठक, संगठनात्मक मजबूती और सरकार की उपलब्धियों के प्रचार-प्रसार पर दिशा जोर

नई दृष्टिबिंदु / रायपुर

सांसद एवं वरिष्ठ भाजपा नेता बृजमोहन अग्रवाल ने सोमवार को रायपुर जिला ग्रामीण भाजपा कोर ग्रुप की एक महत्वपूर्ण बैठक की। इस बैठक में संगठनात्मक मजबूती, आगामी अभियानों की कार्ययोजना और केंद्र व राज्य सरकार की जनसहयोगी नीतियों को जन-जन तक पहुंचाने पर विस्तृत चर्चा की गई।

बैठक को संबोधित करते हुए सांसद बृजमोहन अग्रवाल ने कहा कि प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी के नेतृत्व में बीते 12 वर्षों में देश ने सेवा, सुशासन और नगरीय विकास के क्षेत्र में अभूतपूर्व प्रगति की है। उन्होंने कहा, "केंद्र सरकार को योजनाओं का लाभ और राज्य

सरकार के लोकलुभावन फैसलों ने छत्तीसगढ़ की तस्वीर बदली है। इन उपलब्धियों को जन-जागरण अभियान के माध्यम से प्रदेश के प्रत्येक नागरिक तक पहुंचाना हमारी प्राथमिकता है।"

संगठनात्मक मजबूती ही हमारी शक्ति

श्री अग्रवाल ने उन्होंने संगठन से जुड़े महत्वपूर्ण विषयों पर चर्चा करते हुए कार्यकर्ताओं को सक्रियता बढ़ाने और वृ्ध स्तर तक संगठन को और अधिक मजबूत बनाने के निर्देश दिए। उन्होंने कहा कि पार्टी की असली ताकत उसके कार्यकर्ता हैं। उन्होंने वृ्ध स्तर से लेकर मंडल स्तर तक संगठन को और अधिक सुदृढ़ बनाने के निर्देश दिए। उन्होंने कहा, "रायपुर जिला



ग्रामीण क्षेत्र में संगठन को एक नई ऊर्जा और सक्रियता के साथ कार्य करना होगा ताकि केंद्र की राष्ट्रीय नीतियों और राज्य सरकार के जनसेवा कार्यों का व्यापक प्रचार-प्रसार सुनिश्चित किया जा सके।

आगामी अभियानों की रूपरेखा बैठक में आगामी समय में चर्चाएं जने

कृषि की नवीनता व आधुनिक तकनीकों को अपनाने किसान : विधानसभा अध्यक्ष डॉ. रमन सिंह

कृषि विज्ञान केन्द्र सुरगी में जैविक कृषि कार्यशाला सह कृषक सम्मेलन आयोजित, प्राकृतिक खेती को बढ़ावा देने, नवाचार एवं उत्पादन क्षमता बढ़ाने में सुरगी मॉडल बना प्रदेश में मिसाल

नई दृष्टिबिंदु / रायपुर-राजनांदगांव

विधानसभा अध्यक्ष डॉ. रमन सिंह राजनांदगांव जिला के कृषि विज्ञान केन्द्र, सुरगी में आयोजित जैविक कृषि कार्यशाला सह कृषक सम्मेलन में शामिल हुए। इस अवसर पर उनका खुमरी पहनाकर आधुनिक स्वागत किया गया। विधानसभा अध्यक्ष ने कार्यक्रम स्थल पर लगाए गए विभिन्न कृषि एवं जैविक उत्पादों के स्टैंडों का अवलोकन किया तथा उत्पाद कार्यक्रम करने वाले कृषकों को प्रशस्त पत्र प्रदान कर सम्मानित किया। कार्यक्रम को संबोधित करते हुए विधानसभा अध्यक्ष डॉ. रमन सिंह ने कहा कि प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी के नेतृत्व में किसानों के हित में अनेक ऐतिहासिक निर्णय लिए गए हैं। उन्होंने कहा कि वर्तमान में ग्रामीण की जाजर कीमत लगभग 2,220 रुपए प्रति ड्रिगल है, किंतु केंद्र सरकार की सखिडी नीति के कारण किसानों को यह मात्र 266 रुपए में उपलब्ध कराया जा रहा है। उन्होंने कहा कि आज रासायनिक उर्वरकों के कोटनकारकों के अत्यधिक उपयोग से स्वास्थ्य संबंधी गंभीर समस्याएं बढ़ रही हैं। उन्होंने किसानों को जैविक प्राकृतिक खेती की दिशा में प्रोत्साहित करते हुए गहरा खाद एवं जैविक खाद का अधिकधिक उपयोग करना चाहिए।



डॉ. रमन सिंह ने कहा कि राजनांदगांव जिले में कृषि गतिविधियों को बढ़ावा देने के उद्देश्य से स्थापित कृषि विज्ञान केन्द्र, सुरगी आज प्रदेश ही नहीं बल्कि देशभर में अपनी विशिष्ट पहचान बना चुका है। यहां छह राज्यों के विद्यार्थी अध्ययन एवं अनुसंधान के लिए आ रहे हैं। उन्होंने बताया कि सुरगी उनका गोद ग्राम है, जहां निरंतर विकास कार्य संचालित किए जा रहे हैं। सुरगी-खरसा डायवर्सन

उत्पन्न तथा विभिन्न अधोसंरचनात्मक कार्यों सहित ग्राम पंचायत सुरगी में करोड़ों रुपए के विकास कार्य संपादित किए गए हैं। उन्होंने कहा कि उन्नत खेती, नवाचार, उत्पादन क्षमता वृद्धि, कम लागत में बेहतर उत्पादन तथा आधुनिक तकनीकों के उपयोग के कारण सुरगी मॉडल प्रदर्शना में चर्चा का विषय बना हुआ है। कृषि विज्ञान केन्द्र द्वारा ड्रोन एवं आधुनिक मशीनों के माध्यम से कृषि कार्यों को बढ़ावा दिया जा रहा है, जिससे किसानों को नई तकनीकों का लाभ मिल रहा है। उन्होंने कृषकों से कार्यशाला में प्राप्त ज्ञान एवं तकनीकों को अपने खेतों में लागू करने का आह्वान किया। सांसद संतोष पाण्डेय ने कहा कि प्राकृतिक खेती वर्तमान की आवश्यकता है। रासायनिक उर्वरकों एवं कोटनकारकों के बढ़ते उपयोग से स्वास्थ्य संबंधी समस्याएं बढ़ रही हैं। उन्होंने किसानों को जैविक खेती अपनाने के लिए प्रेरित करते हुए गहरा, गोंगुसू से निर्मित जीवामृत एवं नीमालू के उपयोग के लाभ बताए। उन्होंने कहा कि जैविक उत्पादों की लागत कम लगाने पर किसानों को नई तकनीकों में जिले में लगभग 550 हेक्टेयर क्षेत्र में जैविक खेती को जारही है, जिसका प्रमाणिकरण भी कराया जा रहा है। उन्होंने ग्राम भरीवांग की महिला स्व-सहायता समूह द्वारा प्राकृतिक उत्पाद निर्माण एवं विपणन के कार्य की

सहाना की। समाजसेवी कोमल सिंह राजपूत ने कहा कि प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी के नेतृत्व में विकास, विश्वास एवं जनकल्याण की भावना के साथ कार्य किए जा रहे हैं। कृषि प्रधान क्षेत्र सुरगी में कृषि विज्ञान केन्द्र की स्थापना से किसानों को आधुनिक कृषि तकनीकों का लाभ मिल रहा है। कलेक्टर जितेंद्र यादव ने बताया कि खरीफ वर्ष 2025 में धान विपणन करने वाले 1 लाख 24 हजार 101 किसानों को कृषक उन्नयन कार्यक्रम के तहत 1,484 करोड़ रुपए की राशि उनके खेतों में अंतर्गत की गई। किसानों को 45.12 करोड़ रुपए की अंतर राशि का भुगतान भी किया गया। उन्होंने बताया कि खरीफ 2026 में धान के स्थान पर दलहन, तिलहन, लुधुया एवं कपास को खेती करने वाले कृषकों को 15 हजार रुपए प्रति एकड़ प्रोत्साहन राशि देने का प्रावधान किया गया है, जो पूर्व में 11 हजार रुपए प्रति एकड़ थी। इसके अतिरिक्त सभी प्रकार की खरीफ फसलों पर 10 हजार रुपए प्रति एकड़ प्रोत्साहन राशि का प्रावधान है। कलेक्टर ने बताया कि जिले के किसानों ने रबी वर्ष 2025-26 में लगभग 70 जिलेदार क्षेत्रों में फसल कट परिवर्तन करते हुए मक्का, चना, मसूर एवं सरसों जैसी फसलों की खेती कर 19 करोड़ रुपए से अधिक फसल को उपज का विपणन कर नया कीर्तिमान स्थापित किया है। पीएम-आशा योजना

के तहत जिले में पहली बार दलहन एवं तिलहन फसलों की समर्थन मूल्य पर खरीदी की गई, जिसके अंतर्गत 16,224 ड्रिगल चना, मसूर एवं सरसों का उपजक कर किसानों को 9.37 करोड़ रुपए से अधिक का लाभ मिला। उन्होंने बताया कि पिछले वर्षों के साथ अनुभव के माध्यम से किसानों से 5 करोड़ रुपए मूल्य का मक्का खरीदा गया है तथा भविष्य में सोयाबीन की खरीदी भी की जाएगी। उपसंलालक कृषि टीकम सिंह ठाकुर ने बताया कि खरीफ 2026 के लिए जिले में पंचवर्षी में उर्वरक एवं बीज उपलब्ध है। समितियों के माध्यम से 45,650 मीट्रिक टन उर्वरक वितरण का लक्ष्य निर्धारित किया गया है। अन्य तक 34,480 मीट्रिक टन उर्वरक का भंडारण तथा 26,183 मीट्रिक टन का वितरण किया जा चुका है। किसानों को समय पर कृषि अर्थ, उन्नत बीज एवं उर्वरक उपलब्ध कराने के उद्देश्य से जिले में 43 नई सेवा सहकारी समितियों को स्थापना की गई है। कार्यक्रम में कृषक लक्ष्मण चर्मा एवं प्राकृतिक खेती से जुड़ी महिला स्व-सहायता समूह की सदस्य श्रीमती नीता साहू ने अपने अनुभव साझा किए। इस अवसर पर जिला सहकारी केंद्रीय बैंक मण्डल राजनांदगांव के अध्यक्ष सचिन चव्हाण, प्राथमिक भूत यम, संतोष अग्रवाल, कृषक प्रतिनिधि, कृषि वैज्ञानिक, जनप्रतिनिधि, अधिकारी एवं बड़ी संख्या में कृषक उपस्थित थे।

संपादकीय

कब क्या बोलना है, कैसे बोलना है, और कितना बोलना है

राजनीति में दो पक्ष होते हैं, एक सत्ता पक्ष होता है और विरोधी पक्ष होता है। दोनों बोलते हैं। और एक दूसरे के बोलने पर खुद बोलते हैं। राजनीति में बोलना जरूरी होता है, हर जगह बोलना पड़ता है, न चाहेकर भी कोई सवाल पूछता है तो कुछ तो बोलना पड़ता है। सत्ता पक्ष के लोगों को बोलना जरूरी होता है, वह नहीं बोलेंगे तो आलोचना होगी और बोलने में कुछ जायेंगे तो आलोचना होगी। नहीं बोलेंगे तो मीडिया आलोचना करेगी कि मीडिया के सवाल को जवाब नहीं दिया जाता है। पर मिल गया तो तो मीडिया का सम्मान नहीं करते हैं, सत्ता मिल गई है मीडिया का सम्मान करना बंद कर दिया है। मीडिया के सवाल को जवाब देने में कड़े तो विश्व ताल में बैठा रहता है कि कोई मंत्री बोलने में चुकते तो उन्हें तो सरकार को घेरने का मौका मिले। किसी न किसी विधायक, सांसद, मंत्री से कुछ ही हो जाती है और शुरू हो जाता है राजनीतिक बवाल का दौर।

भाषणा में नेताओं का कार्यक्रमों को आगे बढ़ा प्रेरित किया जाता रहता है, उन्हें संतुष्ट करने मजबूर करने, जनता के सामने क्या व्यवहार करने, जनता के बीच उनकी भाषा क्या होनी चाहिए आदि का प्रशिक्षण दिया जाता है। इसे पढ़ते पढ़ते लोगों को अलग से चतुराई से जवाब देने के प्रशिक्षण देने की जरूरत है क्योंकि उनको कई बार किसी सवाल का जवाब देने में तो यही पता नहीं रहता है कि उनको जवाब में क्या कहना है और वह क्या कहेंगे तो विवाद शुरू हो सकता है और सरकार और उसकी योजना पर सवाल उठाया जा सकता है। वह करने से पहले सोचने नहीं है कि उनके किसी जवाब का विषय क्या उपयोग कर सकता है। आबकारी मंत्री ने शनिवार को मीडिया से चर्चा करते हुए कहा था कि आबकारी व खनिज विभाग का राज्य बंद रहा है, जिससे जनकल्याणकारी योजनाएं चल रही हैं। इस दौरान उन्होंने महतारी वंदन योजना और कृषक उत्पन्नता योजना में किसानों को मिलने वाली राशि का उल्लेख किया था। आबकारी मंत्री ने सही कहा है कि आबकारी व खनिज विभाग का राज्य बंद रहा है और इससे जनकल्याणकारी योजनाओं चल रही हैं।

उत्पन्नता बंद हुई है कि उनको यह नहीं कहना था कि आबकारी व खनिज विभाग को विभाग का राज्य बंद रहा है, उनको तो इतना ही कहना था कि सरकार का राज्य बंद रहा है। या जनकल्याणकारी योजनाओं के लिए पैसों का इंजाइन करना के लिए सरकार ने अपनी आय बढ़ाई है और अगर बढ़ने के कारण जनकल्याणकारी योजनाओं को महतारी लोगों को लाभ पहुंचाया जा रहा है। उनको आबकारी राज्य बंद नाम नहीं लेना था और महतारी वंदन योजना का जिक्र नहीं करना था। उनसे पृथक् यह हुई कि उन्होंने आबकारी राजकीय को नाम लिया और महतारी वंदन योजना को नाम लिया और विश्व को राजनीति करने का, सरकार को घेरने का, एक योजना को लेकर खालियां पत्रिका खड़ा करने और महिलाओं को भड़काने का मौका मिला गया। जब एक कलेक्टर के बयान को लेकर महिलाओं में पहले से गुस्सा था कि शराब के राजस्व से ही महिलाओं को महतारी वंदन का पैसा दिया जाता है। ऐसे में मंत्री के बयान से कांग्रेस को राजनीति करने और महिलाओं को भड़काने का मौका मिला गया और मौका मिलने पर कांग्रेस चुकती भी नहीं है।

प्रदेश कांग्रेस के संचार विभाग के अध्यक्ष सुशील आनंद शुक्ला ने सवाल उठाया है कि क्या छत्री सफाई को मिलाओ, वहीनों को मिलने वाली सम्मान राशि शराबियों की वेशों से आ रही है, महिलाओं को आर्थिक रूप से सम्भाल करने के ढंग के बीच शराब की बिक्री तो बढ़ावा देकर उनके घरों को उजाड़ा जा रहा है। इससे महिलाओं में नाराजगी तो फैल सकती है क्योंकि राज्य की महिलाएं घर के लोगों के शराब पीने और घर में आशाित होने से परेशान हैं। अगर उन्हें बीच प्रचार किया जाए कि शराब को कमार्ड से नारी वंदन योजना का पैसा दिया जा रहा है तो जो लोग महिलाएं ऐसा पैसा लेना पसंद करेंगी। कांग्रेस ने वादा किया था कि शराबबंदी का तो महिलाओं में कांग्रेस को खुब सारा वोट दिया था। कांग्रेस ने शराबबंदी नहीं की तो महिलाओं ने कांग्रेस को वादाखिलाफी का ठेका चुना वन हराकर दी थी। कांग्रेस ने महिलाओं से वादाखिलाफी कर महिलाओं को नाराज किया था इसलिए सरकार के किसी भी भी को ऐसा कुछ नहीं कहना चाहिए जिससे कांग्रेस को महिलाओं को भड़काने का मौका मिले और महिलाएं पुराना झोंकर सरकार के साथ पैसा ही व्यवहार करे जैसा उन्होंने कांग्रेस सरकार के साथ किया है।

कोई भी सरकार उनको महिलाओं के किसी भी मामले में जरा सी भी लापरवाही नहीं करनी चाहिए। महिलाएं बहुत संवेदनशील होती हैं। उनसे जुड़े मामलों में सरकार को सबसे ज्यादा संवेदनशील होना चाहिए। महिलाएं गुस्सा होती हैं तो वे माफ नहीं करती हैं। इसलिए उनको गुस्सा होने का कोई मौका नहीं देना चाहिए। साथ सरकार से दूसरी यह चुक हुई है कि वह महिलाओं का पना चलेगा कि सरकार ने नकली चांदी का मंगलच्युत दिया जो यह तो हमेशा के लिए सरकार के दामन पर बांध लाया। पता चला है कि वह हैं कि चांदी हमेशा ही गुंथी इस्लामि एसा किया। लापरवाही स्वीकार कर लेने से हमेशा कहा तो जाएगा कि सामूहिक विवाह में भाजपा सरकार के सम्यक नतीचे चांदी का मंगलच्युत दिया गया था। इससे तो विपक्ष को भी भाजपा सरकार को हसी उड़ाने का मौका हमेशा के लिए मिल गया है।

एसआईआर की तार्किकता और विरोध का प्रश्न

प्रमोद जोशी

हालांकि, एसआईआर नागरिकता की परीक्षा नहीं है, लेकिन इसमें मार्फत बनाविकता की सीमित जांच जांच का आधार बना सकता है। नागरिकता संशोधन कानून (सीएए) लागू होने के बाद से एक वर्ष के मन में संशय हैं। खबर है कि बिहार और बंगाल की नई सरकारों ने घोषणा की है कि मतदाता सूची से जिनके नाम कट गए हैं, उन्हें सरकारी लाभ नहीं मिलेगा।

हाल ही में इंडिया गटवर्च ने पांच-सूत्री प्रस्ताव पारित किया, जिसमें एक यह भी है कि मतदाता सूची के विशेष गहन पुनरीक्षण (एसआईआर) अभिजन को लेकर भारत के मुख्य न्यायाधीश को पत्र लिखा जाएगा। यह गटवर्चन एसआईआर को वोट चोर मानता है। इसके कुछदिन पहले ही सुप्रीम कोर्ट ने एसआईआर को लेकर चुनाव-आयोग को क्लीन-चिट दी है। प्रश्न है कि ऐसे में पर लिखने से मिलेगा क्या? कांग्रेस अध्यक्ष मल्लिकार्जुन खरेगे का कहना है, हम इसे वोट लूट की कोशिश मानते हैं। भारत में चुसपेट और नागरिकता रजिस्ट्रार फिल्टर कांड दरवाजे से बहरस में हैं। यह बहरस अब मतदाता सूची की बहरस के स्याप जुड़ गई है। एसआईआर के देश में दो दौर हो चुके हैं और तीसरा शुरू हो गया है। पहला दौर मुद्रसत-वेदित था, जो नून से सितंबर, 2025 तक चला। 127 अधिकार से दूसरा दौर शुरू हुआ, जिसमें 2025-26 अक्टूबर बंगाल सेमन, नौ राज्य और तीन केंद्र-शासित क्षेत्र शामिल थे।

गत 14 मई को निर्वाचन आयोग ने एसआईआर के तीसरे दौर की भी घोषणा कर दी, जिसमें सोलह राज्य और तीन केंद्रशासित प्रदेशों को कवर किया गया है। इसके पुरा होने के बाद जम्मू-कश्मीर, लडाख और हिमाचल प्रदेश को छोड़कर पूरे देश में यह प्रक्रिया पूरी हो जाएगी। इसके अंतर्गत जम्मू के बहरस एन रिसे से शुरू होगा, जिसकी अनुसूचि बहरस के मानसून वरम में सुनाई देगी।

शिकायतें पहले रहीं के पहले से ही शुरू हो गईं, पर पश्चिम बंगाल का विवाद मुद्रसत कट गया था। 135 वोटों में करीब 27 लाख वोटों ने अपने नाम कटने को चुनौती दी है। वे विधानसभा चुनाव में वोट नहीं दे पाए, इसलिए उनकी सुनावाई के लिए निवृत्त न्यायाधिकरण इस काम को पूरा नहीं कर पाए। यह काम चुनाव परिणाम आने के बाद भी चल ही रहा है। इन 27 लाख में 60 प्रतिशत से ज्यादा वोटों की सूची में वापस हो चुकी है और अंतिम समाचार मिलने तक न्यायाधिकरणों की प्रक्रिया जारी है। सवाल है कि

और ईवीएम की साक्ष पर लगातार हमले हो रहे हैं। इस बात को उन्हीं सुप्रीम कोर्ट में साबित करना होगा। जब उन्हीं विजय मिलती है, तब वे सवाल करते, क्यों नहीं करते? दूसरों में लोकसभा में चुनाव-धुंधली पर ही नहीं बहरस के दिवारन एनसीसी की सांसद प्रुषिया सुले ने कहा, मैं इसी मर्ला से चुनाव आई हूँ, इसलिए मैं ईवीएम या वीवीपेट पर सुनाऊं नहीं उठाऊंगी।

सवाल है भी, तो उन्हीं या तो आयोग और या फिर सुप्रीम कोर्ट में उठाना चाहिए। पर अब तो अदालत फैसलों पर भी संदेह पैदा किया जाता है। कहा जा रहा है कि आयोग को एसआईआर करने का अधिकार है ही नहीं। फिर मतदाता सूची में संशोधन या सुचारू कैसे होगा? सोशल मीडिया के शोर ने रियायियों को और विगाड़ा है। सुप्रीम कोर्ट में अब 27 मई को याचिकाकर्ताओं के जवादातर तर्कों को मानने से इंकार कर दिया। वहीं चुनाव-आयोग के तर्कों को स्वीकार किया और उन्हीं उन्हीं स्पष्ट किया। हालांकि वह मामला विचार में मतदाता सूची में नाम दर्ज कराने के विचारों को लागू करने से संबंधित था, लेकिन अदालत में विचारों रखे गए मुद्दे और उनके निष्कर्ष अदालत में भी मतदाता सूचियों में नाम दर्ज कराने के अधिकार पर दृग्गामी प्रभाव डालेंगे। सुप्रीम कोर्ट ने इस बात पर जोर दिया है कि आयोग का संबंधितक दायित्व है कि वह स्वतंत्र और निष्पक्ष चुनाव सुनिश्चित करे। यह राजनीतिक सवाल बनाया। चुनाव-आयोग, उसकी प्रक्रिया

आधारित है, यह सटीक और विश्वसनीय होनी चाहिए। किसी भी राजनीतिक दल ने, इन सिद्धांतों या मान्यताओं पर सवाल नहीं उठाया है। इस बात को भी स्वीकार किया जाना चाहिए कि आयोग की भारत के लोकतांत्रिक विकास में अग्रणी भूमिका है। और यह वह बड़े पैमाने पर प्रचारित, सही शरीरकरण, अवेध सीमा पर आजागमन, सूची सूचना या नये और प्रविष्टियों की पुरासृति को देखते हुए मतदाता सूची की समय-समय पर समीक्षा आवश्यक है। लेकिन समस्या यह है शुरू होती है।

कमजोर मतदाताओं पर सतृत् का बोझ बलाना, एक मोहिलह दस्तावेज-पूनाली, समय-सीमा का कम होना और अपील प्रक्रिया के लिए समय-सीमा निर्धारित न करना सबसे ज्यादा चिंता के विषय है। अदालत के फैसले के बाद आयोग को अंशमिंत प्रक्रियात्मक शूट मिल गई है। खासतौर से नागरिकता के मुद्दे पर भी, आयोग को मिली शूट को लेकर कुछ विशेषज्ञों में चिंता व्यक्त की है। मतदाता सूची के पहले से देश में नागरिकता को लेकर बहरस चल रही है। हालांकि, एसआईआर नागरिकता की परीक्षा नहीं है, लेकिन इसके मार्फत नागरिकता की सीमित जांच का आधार बना सकता है। नागरिकता संशोधन कानून (सीएए) लागू होने के बाद से एक वर्ष के मन में संशय हैं। खबरों है कि बिहार और बंगाल की नई सरकारों ने घोषणा की है कि मतदाता सूची से जिनके नाम कट गए हैं, उन्हें सरकारी लाभ नहीं मिलेगा।

अब मई के अंत में केंद्रीय गृह मंत्रालय ने अवेध प्रवास और अनुपस्थान कारणों से हो रहे जनसांख्यिकीय परिवर्तनों (डेमोग्राफिक चेंज) का वैज्ञानिक अध्ययन करने के लिए एक उच्च-स्तरीय समिति का गठन किया है। इसके अध्यक्ष सुप्रीम कोर्ट के सेवानिवृत्त न्यायाधीश जस्टिस प्रकाश प्रभाकर नावलकर हैं। प्रधानमंत्री ने 15 अगस्त, 2025 को लाल किले के प्रांच से चुसपेटियों का उल्लेख करते हुए ऐसी समिति की आवश्यकता की घोषणा की थी। ऐसे समय में एक चुसपेटिया शब्द को लेकर भय का महलित है, तब आम नागरिक के मन में चिंता के कारण बनते हैं। कारण-कतिपय एन सी बय देक्षपर में काम कर रहे बयारी कामगारों के मन में है। बहुत से नहीं जाने कि यह-राज्य की सूची में उठका नाम है। हाल में बंगाल में हुए चुनाव के समय प्रविष्टियों के बीच भी भाग्दद के पीछे एक भय यह भी था कि वोट नहीं डालेंगे, तो सुविधाएं कट जाएंगी।

भारत अब सिर्फ विकसित नहीं हो रहा, विश्व को विकसित कर रहा है



तकनीकी की वैश्विक विज्ञान पर भारत अब भीरा नहीं, चाल चलने वाला खिलाड़ी बनता दिख रहा है। फ्रांस के नौस में 14-16 जून 2026 को आयोजित भारत इनोवेटर्स 2026 कार्यक्रम में प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी को यह कहना कि भारत अब सभाधान का उपभोक्ता नहीं, सभाधान प्रदाता है, केवल एक वक्तव्य नहीं बल्कि बदलते वैश्विक शक्ति-संतुलन की घोषणा थी। राष्ट्रपति इमंरुत्तुल्लाह मेहता की उपस्थिति, 120 से अधिक डीपी-स्टेट रटअप, 15 अग्रणी शिक्षा संस्थानों और सैकड़ों निदेशकों की भागीदारी ने इस दाय को जगह दी थी। वह बड़ा था जब भारत ने दुनिया को जहां दिया कि वह तकनीकी परिवर्तन का दर्शन करे, बल्कि उसके दिशा यह करने वाली शक्ति बनने की और बंद चुके वा

एप्रीटेक आदि 13 अग्रणी क्षेत्रों में भारतीय कंपनियों नई राह बना रही हैं। बढ़ते पेटेंट, निर्यात और स्टार्टअप बयतारे हैं कि भारत अब एक सेना प्रदाता नहीं रहा। विश्व रूप से ग्लोबल साइथ के देशों के लिए भारत ऐसे तकनीकी मॉडल प्रस्तुत कर रहा है कि फिक्वराती भी हैं और बड़े पैमाने पर लागू किए जा सकते हैं। यही बलवाना भारत को वैश्विक विकास की नई राह बना रहा है। भारत-फ्रांस संबंधों की सबसे बड़ी विशेषता यह है कि वे अब कूटनीति से अग्री बहकर नवाचार, अनुसंधान और प्रौद्योगिकी की साझेदारी बन रहे हैं। इंडिया-स्प्रेड इयर 2025 और महत्त्वपूर्ण खलिजों में बनी साझेदारी बला रही है कि भविष्य की तकनीकी आभुति पर अब कुछ हाथों का सर्वस्व नहीं रहेगा। भारत का सॉल्व्ड इन इंडिया मॉडल धीरे-धीरे सॉल्यूशन फॉर द वर्ल्ड की अवधारणा में बदल रहा है। भारत-फ्रांस सहयोग का सबसे मजबूत चेहरा भारत-फ्रांस और रणनीतिक तकनीक में

दिखता है। राफेल कार्यक्रम ने तकनीक हस्तांतरण और संस्कृत उपायन को नई दिशा दी है। दोनों देश अब खड़ा खरिद से आगे बढ़कर साक्षा निर्माण और उन्नत अनुसंधान की राह पर हैं। रक्षापिना पनडुब्बियों से लेकर सस्टेनी सुरक्षा तक और साइबर सुरक्षा से लेकर क्श्टम अनुसंधान तक, सहयोग के नए दायरे हैं। परमाणु नौस में छोटे मॉड्यूलर रिपेक्टर पर चर्चा ऊनी सुरक्षा की नई संभावनाएं प्रस्तुत करती है। अंतरिक्ष, विज्ञान और स्वच्छ ऊर्जा में सहयोग यह स्पष्ट करता है कि यह रिश्ता अब निष्पक्ष की तकनीकी संधिपत्ता नहीं साझी परिपोजना बन चुका है।

भारत की यह तकनीकी प्रगति विकसित भारत 2047 के लक्ष्य को मजबूत आधार दे रही है। भारतीय स्टार्टअप अब केवल मुनाफा नहीं, बल्कि वैश्विक समाधान प्रस्तुत कर वैश्विक निर्यात आभुति कर रहे हैं। जलवायु संकट के लिए सॉल्यूटिव, स्वस्थ क्षेत्र में एआई आधारित नवाचार और विभूति समावेशन में फिक्टेक भारत की उत्पत्ती ताकत बन चुके हैं। ग्लोबल साइथ के कई देश भारत के विकास मॉडल को अपनी की दिशा में देख रहे हैं। अमेरिका-चीन तकनीकी प्रतिस्पर्धा के बीच भारत एक संतुलनकारी शक्ति के रूप में उभर रहा है। उसकी सबसे बड़ी ताकत अनेक लोकतांत्रिक, विविध और खुले नवाचार पर आधारित हूतकनीकी मानववाहक है, जो तकनीक को केवल शक्ति नहीं बल्कि सेवा का मध्यम बनाता है। तकनीकी प्रगति की गति तेज टाइम में

भारत की तकनीकी उड़ान किसी एक पटना नहीं, वर्षों की तैयारी का परिणाम है। मेक इन इंडिया, स्टार्टअप इंडिया और आत्मनिर्भर भारत ने इसकी मजबूत नींव रखी। जो देश कम तकनीक खरिदता था, वह आज समाधान विकसित कर दुनिया को दे रहा है। इस कार्यक्रम में प्रदर्शित 120 डीपी-टेक कंपनियों के पास सामूहिक रूप से 1,500 से अधिक पेटेंट हैं और उन्होंने 1.5 बिलियन डॉलर से ज्यादा पूंजी जुटाई है। कृषिम बुद्धिमान, क्श्टम कंस्ट्रुटिंग, सेमीकंडक्टर, जैव-प्रौद्योगिकी स्वच्छ ऊर्जा के अलावा स्वास्थ्य, जलवायु प्रौद्योगिकी, एयरोस्पेस,

भारत-फ्रांस सहयोग का सबसे मजबूत चेहरा भारत-फ्रांस और रणनीतिक तकनीक में

महिला सुरक्षा, जवाबदेही और न्याय के सेवाल

डॉ. जमपती सागन

एसी घटनाओं का सामाजिक माहौल और सुरक्षा धारस्था पर गहरा असर पड़ता है। सरकार से अपेक्षा है कि दामो इंटरवै की पुनर्निर्मुक्ति की उच्चस्तरीय-निष्पक्ष जांच हो, जिम्मेदार लोगों पर सख्त कार्रवाई की जाए। कुरुक्षेत्र के एलएनजेपी अस्पताल में नवायिता दलित लड़की के साथ डॉक्टर द्वारा किए गए कथित दुराचार की घटना ने प्रदेश को झकझोर दिया। घटना के तुरंत बाद जनवादी महिला समिति और अन्य सामाजिक संगठनों ने कुरुक्षेत्र समेत विभिन्न जिलों में विरोध प्रदर्शन किया। उन्होंने आजीपी डॉक्टर के खिलाफ कार्यवाही, पीड़िता के पुर्यावस तथा राज्य महिला आयोग की जवाबदेही सुनिश्चित करने की मांग की।

उच्चकोषण है कि आरोपी चिकित्सक पर प्शित में भी शीन शोध से जुड़े कई आरोप लगाए जाएं ताकि कलही जायें। 1 वर्ष 2008 में कुरुक्षेत्र के स्थित अस्पताल में इलाज के लिए आई एक कंप्यूटर स्कैन छात्रा के साथ छेड़छाड़ के आरोप लगे थे। अस्पताल प्रशासन द्वारा जांच के लिए एक समिति गठित किए जाने की जानकारि समने आई थी। हालांकि उस समय उन्हे न तो पता से इतना था कि आरोपी उस स्थानांतरित किया गया। बाद में मामले में कथित रूप से दोष प्रक्रिया और बयान दर्ज होने के आधार पर क्लोज रिपोर्ट तैयार होने की बात बनी गई।

इसके अलावा वर्ष 2017 में भी एक दलित महिला द्वारा अस्पताल परिसर में दुराचार का आरोप लगाते हुए एकआईआर दर्ज करने और मामला अदालत तक पहुंचाने की बात



सामने आई। बाद में दोनों पक्षों के बीच समझौते की शर्तिका बनने की बात सामने आई।

वर्तमान समाज में सत्ता महिला आयोग की चेरपयर्सन न जून को कुरुक्षेत्र पहुंचीं और पूरे मामले की समीक्षा की। सभी जगहों है कि नरों का काले डिटर्ने की निगारों कराने नहीं, बल्कि नरों को ही सेवा करनी है। अस्पताल के भीतर नरों को लाइन में खड़ा कर वीथियों रिकार्डिंग और कथित रूप से विवादास्पद टिप्पणियों करने को लेकर अस्तोष आया। नरों ने अपने सम्मान और गरिमा से जुड़ी टिप्पणियों पर आपत्ति जताते हुए चेरपयर्सन से इस्तीफा और सार्वजनिक माफ़ी की मांग को लेकर आंदोलन शुरू किया। नरों के आंदोलन के बाद जब उन्हीं ने पद से त्यागपत्र दिया और सार्वजनिक रूप से माफ़ी भी मांगी, तब कथित रूप से आरोपी डॉक्टर और उन्हे संरक्षण देने वाली लोधी द्वारा सोशल मीडिया और मसामयधर्म से नरों के खिलाफ अभियान चलाया जाना लगा। ऐसे में यह अभियान यौन हिंसा के आरोपी और

की सखी से बचना रहा। ऐसे गंभीर आरोपों के बावजूद उसके खिलाफ प्रभावी दंडात्मक कदम नहीं उठाए गए।

महिलाओं की सुरक्षा और सम्मान के लिए गठित संवैधानिक आयोग की अध्यक्ष होने के बावजूद, यदि सार्वजनिक रूप से नसिंग कमचरियों के साथ अनुचित व्यवहार और भाषा के प्रयोग के आरोप सामने आते हैं, तो इसे गंभीर आपत्ति के रूप में देखा जाता है। ऐसे मामलों में अपेक्षा की जाती है कि वे अस्पताल के प्रशासनिक कालंय में बैठकर औपचारिक तरीके से जानकारी प्राप्त करतीं। साथ ही सरकार से सवाल उठानी कि संबंधित डॉक्टर की पुनर्निर्मुक्ति कैसे हुई। पूरे प्रकरण को लेकर चर्चा होती रही है कि कहीं यह प्रशासनाली राजनीतिक संरचना से जुड़े टट्यावों का परिणाम तो नहीं है।

सवाल यह भी कि महिलाओं और संस्थाओं की सुरक्षा के लिए पन भी संवैधानिक संस्थाओं की भूमिका क्या हो? यह सुनिश्चित कैसे किया जाए कि उन्हे पदों पर बैठते व्यक्ति स्वयं असुरक्षा का कारण न बनें। विभिन्न मामलों से जुड़े प्रकरण या कुरुक्षेत्र अस्पताल में 15 वंशिय दलित लड़की के कथित यौन शोषण-न के सह सवाल और भीतर कर दिया है कि क्या आरोपियों को कहीं कहीं प्रत्यक्ष या अप्रत्यक्ष संरक्षण मिलाता रहा है। ऐसी घटनाओं का सामाजिक महल और सुरक्षा धारस्था पर गहरा असर पड़ता है। सरकार से अपेक्षा है कि दामो इंटरवै की पुनर्निर्मुक्ति की उच्चस्तरीय-निष्पक्ष जांच हो, जिम्मेदार लोगों पर सख्त कार्रवाई की जाए।

लौकिका महिला अध्ययन केंद्र एमडीयू, गेहकत की निदेशक रही हैं।

जितना सामर्थ्य उतना परिवार

संघ गामी

लगभग दो दशक पूर्व सरकार ने आह्वान किया था कि जिन परिवारों की आय एक लाख से अधिक है तथा जिनको आवश्यकता है उन्हें अपने राशन कार्ड 'सरेंडर कर दें' देश में लाखों नागरिकों ने अपने उपभोक्ता राशन कार्ड वापस कर दिए। इसी प्रकार मोदी सरकार ने संघर्ष नागरिकों से रशॉर्ड रेशन सिलेंडर की सखिसि छोड़ने की अपील की हजारों लाखों लोगों ने रेश सिलेंडर पर मिलने वाली सरकारी रियायत (सखिसि) छोड़ दी।

भारत को स्वाथीयन हूट 78 वर्ष हो चुके हैं। इस अग्रम 79 होने जा रहे हैं। हम भारतीयों ने इतनी महतन की है कि आज भारत विश्व की पांचवीं अर्थव्यवस्था बन चुका। तकनीकी, विज्ञान, शिक्षा, चिकित्सा, इंफ्रास्ट्रक्चर आदि रसी क्षेत्रों में हमने विकास किया है। फिर भी विषय वैक की इष्टि में भारत अल्प विकास पर है। रव्यजन के अठरत्तर वर्षों के बाद भी विषय के विकाससिद्धि देशों में ही गिना जाता है। वैश्विक निरंतरता सूचकांक में भारत इच्छितव्ये स्थान पर है।

स्वतंत्र भारत में पहली बार किसी राजनेता ने महत्त्वपूर्ण छिंदु पर सखता वरणा आकषिती इष्टि तथा मुखर रूप से कहा है कि सामर्थ्य नहीं तो परिवार क्यों बढ़ाते हो जनसंख्या वृद्धि क्यों कर रहे? निश्चित रूप से उत्तर प्रदेश के मुख्यमंत्री योगी आदित्यनाथ जी का यह कथन उन्को कथनी करनी की एकपत्तया को सम्यक रूप से प्रस्तुत करता है। रसी को पता है कि वे रसनासी हैं। उन्होंने स्वयं के परिवार के स्थान पर समाज, राष्ट्र को अपना परिवार माना है। विवचन, आजादी के बाद से ही राजनीतिक महत्वाकांक्षा तथा तुष्टिकरण की राजनीति ने देश में समस्याओं को समाप्त करने के स्थान पर बढ़ावा ही दिया है।

जहां एक ओर देश ने तीता गति विकास किया वहीं दूसरी ओर देश में एक वृत्त ने दिन नूनी रात वीथी जनसंख्या वृद्धि की। कुछ राजनीतिक दलों ने उन्हे



अपना वोट बैंक वनाकर छोटी-मोटी रियायतें देकर कमजोर, पिछड़े, निर्धन बने रह कर सरकारी संपदा लूटने का भरपूर अवसर प्रदान किया। साथ-साथ राष्ट्र विरोधी शक्तियों ने विदेशी मदद से दुवाओं की भटककर अस्वामिकारक कृत्यों में संलग्न बनाकर, अपराधी उत्पन्न करने का प्रचयन काम भी किया। एम.टी. घुषामंत्री नरेंद्र मोदी देश के महानायकों के स्तरे सिटी बने हुए हैं। तो दूसरी ओर दिल्ली मुंबई जैसे महानायकों के चौराहों पर सैकड़ों परिवार वर्षों से जीवन यामन कर रहे हैं। वहीं उन्होंने विकसित भारत हेतु डेय जमाना हूट आ है। जैसे-जैसे देश विकास की ओर अग्रसर हो रहा है उसी परिवार में देश में नकाप, पिछारी तथा मुनाभोगी की भीष भी बढती जा रही है। अब समय आ गया है कि सरकार को मुस्त बिजली, पानी, राशन, शुष्ण के बिना एक मकान न बनाकर मुफ्त की सुविधाओं को भी वरता से विचार कराना चाहिए। आखिर विकासको देनी है कितानी देनी है कब तक देनी है देय निरत व अंकलन ही विकसित भारत 2047 के स्वप्न को साकार करेगा।

बहुत से लोगों को केला खाने की जगह उसका शेक पीना काफी अच्छा लगता है। हालांकि, केले के शेक को पीने से आपको कई तरह के नुकसान उठाने पड़ सकते हैं।

बच्चों से लेकर बड़ों तक, हर किसी को केले का शेक बनाकर पीना काफी अच्छा लगता है। कभी सुबह नाश्ते के समय तो कभी इवनिंग स्नैक टाइम पर जब हल्की भूख लगती है तो ऐसे में केले का शेक आपको फुलर अहसास कराता है। केले का शेक बनाने में बहुत अधिक समय भी नहीं लगता है और यह बहुत अधिक टेस्टी भी होता है, इसलिए हर कोई इसे पीना काफी पसंद करता है। लेकिन क्या आपको पता है कि केले के शेक को सेहत के लिहाज से बहुत अच्छा नहीं माना जाता है। केला और दूध एक अच्छा कॉम्बिनेशन नहीं है। हालांकि, दोनों ही अपने आप में बेहद पोषिक हैं, लेकिन इन्हें एक अच्छे फूड कॉम्बिनेशन नहीं माना जाता है। जब केले को दूध में ब्लेंड करके उसका शेक बनाया जाता है तो इससे आपकी सेहत को कुछ नुकसान भी उठाने पड़ सकते हैं। तो आप आज इस लेख में सेंट्रल गर्वनमेंट हॉस्पिटल के ईएसआईसी अस्पताल की डाइटीशियन रिंतु पुरी आपको बता रही हैं कि केले का शेक बनाकर पीना एक अच्छा आइडिया क्यों नहीं है—

केले का शेक पीने के हैं शौकीन तो पहले जान लीजिए इसके नुकसान

बढ़ सकता है वजन

अगर आप वेट लॉस जर्नी पर हैं तो ऐसे में केले का शेक पीना बिल्कुल भी अच्छा विचार नहीं है। केले के शेक में कैलोरी की मात्रा अधिक होती है, खासकर अगर इसे फुल-फैट दूध, चीनी या आइसक्रीम के साथ बनाया जाए। इन्हें बार-बार पीने से आपका वजन बढ़ सकता है।

ब्लड शुगर हो सकता है स्पाइक

अगर आपको डायबिटीज या इंसुलिन रेसिस्टेंस की शिकायत है तो ऐसे में आपको केले का शेक बनाकर पीने से परहेज करना चाहिए। केले में नेचुरल शुगर होती है और जब इसे शेक के रूप में दूध के साथ ब्लेंड करके पीया जाता है, तो यह शुगर ब्लडशर्करा में तेजी से अक्टॉव हो जाती है। कई बार इसमें हम स्वीटनर या अन्य हाई शुगर परफूट को भी शामिल कर लेते हैं, जिससे आपकी स्थिति और भी खराब हो सकती है।

डाइजेशन से जुड़ी समस्याएं

अगर आप केले का शेक अधिक मात्रा में लेते हैं तो इससे

आपको डाइजेशन से जुड़ी समस्याओं का सामना करना पड़ सकता है। ऐसा इसलिए होता है, क्योंकि केले में फाइबर की मात्रा अधिक होती है। जब लोग जरूरत से ज्यादा केले का शेक पीते हैं तो उन्हें ब्लॉटिंग, गैस या कब्ज की शिकायत हो सकती है। इतना ही नहीं, अगर आप लैक्टोज इन्टॉलरेंट हैं तो ऐसे में केले को दूध के साथ मिलाकर पीने से आपको काफी परेशानी हो सकती है।

कैविटी का बढ़ जाता है रिस्क

फैले में नेचुरल शुगर होती है, और जब शेक के रूप में इसे लिक्विड फॉर्म में पीया जाता है तो इससे वे दांतों पर चिपक सकते हैं। जिससे कैविटी का रिस्क कई गुना बढ़ जाता है। खासतौर से, अगर आप ओरल हेल्थकीम का सही तरह से ख्याल नहीं रखते हैं तो ऐसे में समय के साथ आपको दांतों से जुड़ी अन्य समस्याएं जैसे प्लाक बनने और दांतों की सड़न की शिकायत भी हो सकती है।



सेहतमंद रहने के लिए बेहद जरूरी है यह मिनरल, मिलते हैं ये 3 फायदे

सोडियम और कैल्शियम जैसे मिनरल्स के बारे में तो आप सभी जानते होंगे लेकिन क्या आपको मालूम है कि मैग्निशियम हमारे शरीर के लिए क्यों जरूरी है। सेहतमंद रहने के लिए हमें कई तरह की विटामिन और मिनरल्स की जरूरत पड़ती है, अधिकतर हम कैल्शियम, सोडियम आयरन को ही तरजीह देते हैं, लेकिन आपको बता दें कि मैग्निशियम भी हमारी सेहत के लिए उतना ही जरूरी है इसकी कमी के कारण कई तरह की समस्याएं हो सकती हैं। मैग्निशियमसे हमें क्या क्या-फायदे हो सकते हैं, इस बारे में आइए जानते हैं।

मैग्निशियम हमारे लिए क्यों जरूरी है

सोडियम कैल्शियम और पोटेशियम के बाद मैग्निशियम को फोर्स मोस्ट कॉमन मिनरल है, इससे न सिर्फ मसल्स को फायदा होता है बल्कि इससे नर्व फंक्शन और बोन फॉर्मेशन करने में भी मदद मिलती है। यह बोन स्ट्रक्चर और उम्र बढ़ने के साथ बोन डेंसिटी को बनाए रखने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाता है। इसके साथ ही यह एंजाइमों, इन्सोमिनिया, माइग्रेन में भी मदद कर सकता है। यह नर्वस सिस्टम को शांत करता है और ब्रेन को आराम देने में मदद करता है, जिससे कोर्टिसोल लेवल कम होता है। रोजाना हमें 200 ग्राम से 300 ग्राम तक मैग्निशियम की जरूरत होती है। एक्सपर्ट बताते हैं कि अगर आपके शरीर में विटामिन की कमी है, आप एंटाएक्सिड पर रहते हैं, आपको क्रॉनिक डायरिया है अल्कोहल का सेवन करते हैं और स्मॉकिंग करते हैं तो इससे मैग्निशियम का अक्वाए्रिशन नहीं हो पाता है।

मैग्निशियम के स्रोत

नट्स जैसे बादाम, अखरोट, काजू, कद्दू के बीज, एवोकाडो, पालक या हरी पत्तेदार सब्जियों में मैग्निशियम की भरपूर मात्रा होती है।



डाइएफरुट्स को हेल्थ के लिए हमेशा फायदेमंद माना जाता है। हेल्दी डाइएफरुट्स में बादाम, अखरोट और काजू की सबसे ज्यादा बात की जाती है। लेकिन बहुत कम लोग ही जानते हैं कि पिस्ता गुणों की खदान है। पिस्ता सिर्फ हेल्थ के लिए फायदेमंद ही नहीं, बल्कि वजन मैनेज में भी मदद करता है। पिस्ता में ऐसे फाइबर कंटेंट होते हैं जो फूड क्रैविंग्स और भूख को कंट्रोल करते हैं, जिससे वजन को मैनेज करने में मदद मिलती है। ऐसे तो सोशल मीडिया पर वजन मैनेज करने के लिए कई सारे टिप्स मौजूद हैं, जिसमें तरह-तरह के नट्स और डाइएफरुट्स खाने की सलाह दी जाती है। लेकिन पिस्ता में दूसरे डाइएफरुट्स के मुकाबले कम कैलोरीज होती हैं, जो वजन को मैनेज करने में मदद करती हैं। अब सवाल उठता है कि वजन मैनेज करने के लिए एक दिन में कितना पिस्ता खाना चाहिए, इसके लिए हमने एक्सपर्ट से बात की है। एक्सपर्ट के मुताबिक, पिस्ता एक बेहतरीन हेल्दी स्नैक है। पिस्ता खासकर उन लोगों के लिए फायदेमंद है जो अपना वजन मैनेज करना चाहते हैं। पिस्ता खाने से कंपलीट हाई क्वालिटी प्लांट प्रोटीन मिलता है, जो एक जरूरी मैक्रोन्यूट्रिएंट है। वजन कंट्रोल करने में पिस्ता मददगार साबित हो सकता है। एक्सपर्ट के मुताबिक, पिस्ता में प्रोटीन, फाइबर और हेल्दी फैट्स मौजूद होते हैं, जो आपको फुल महसूस कराते हैं। इससे आप अपने खाने की मात्रा को कंट्रोल कर सकते हैं और ओवर इटिंग से भी बच सकते हैं। पिस्ता को लेकर कई तरह की रिसेच सामने आ चुकी हैं, जिनमें पिस्ता को बेहतरीन स्नैक बताया गया है। क्योंकि इसमें मौजूद तत्वों से डाइजेशन स्लो होता है और भूख भी कम लगती है। नाश्ते और लंच के बीच लगने वाली भूख

क्यों दूसरे डाइएफरुट्स के बीच पिस्ता चुनें?

जब भी डाइएफरुट्स या नट्स की बात आती है, तो ज्यादातर लोगों को सबसे बादाम और अखरोट रहते हैं। लेकिन पिस्ता में सबसे कम कैलोरी होती होती है। कम कैलोरी होने की वजह से आप इसे खाना फायदेमंद हो सकता है। एक पिस्ता में सिर्फ 3 कैलोरी होती है, वहीं एक बादाम में 10 कैलोरी मौजूद होती है। पिस्ता में मिनरल्स के साथ-साथ विटामिन भी भी मौजूद होता है। बादाम के बाद हरे नट्स में सबसे ज्यादा प्रोटीन पाया जाता है।

क्या आप भी वजन घटाना चाहती हैं? तो पिस्ता को अपनी डाइट में शामिल कर सकती हैं। आइए, यहाँ जानते हैं कि एक दिन में कितने पिस्ता खाने से वजन घटाने में मदद मिल सकती है।



एक दिन में इतने पिस्ता खाने से घट सकता है वजन, एक्सपर्ट से जानें

के लिए पिस्ता एक बेहतरीन स्नैक की तरह हो सकता है।

एक दिन में कितना पिस्ता खाएं?

एक्सपर्ट के मुताबिक, 28 ग्राम कैल्शियम पिस्ता में 6 ग्राम प्रोटीन और 3 ग्राम फाइबर मिलता है। एक दिन में लगभग 28 ग्राम पिस्ता खाना आपको वजन मैनेज करने में मदद कर सकता है। पिस्ता में 30 तरह के जरूरी न्यूट्रिएंट्स होते हैं और 90 परसेंट अनसप्रेटेड हार्ट-हेल्दी फैट मौजूद होते हैं।

पिस्ता खाने के फायदे

- पिस्ता बीजी मास डेबेक्स कंट्रोल करने में भी मदद करता है। पिस्ता को लिमिटेड और कंट्रोल तरह से खाने से वजन के साथ-साथ लटकता पेट भी कम हो सकता है।

क्या पिस्ता बढ़ा सकता है वजन?

पिस्ता खाने के अनेकों फायदे हैं, लेकिन किसी भी चीज को लिमिटेड से ज्यादा खाना नुकसान पहुंचा सकता है। पिस्ता भी अगर लिमिटेड में खया जाए तो वह शरीर का वजन नहीं बढ़ाता है और हेल्थ के लिए भी फायदेमंद रहता है। पिस्ता को लिमिटेड में खाने के लिए ऐसी सलाह दी जाती है कि इसे शेल वाला पिस्ता यानी बिना छिले हुए पिस्ता लेने चाहिए।



डिप्रेशन का शिकार होने से पहले जगर आते हैं ये 6 लक्षण

डिप्रेशन एक गंभीर मानसिक स्वास्थ्य समस्या है, जिसका समय पर इलाज जरूरी होता है। दरअसल तनाव होने पर शरीर को अधिक कैलोरी की जरूरत पड़ती है और इससे मीठा खाने की इच्छा बढ़ जाती है। पहले जिस काम को आप खुब आनंद लेकर करते थे और अब आपको उस काम में बिल्कुल भी रुचि नहीं है तो यह भी डिप्रेशन की शुरुआती लक्षणों की तरफ इशारा करता है। डिप्रेशन से प्रभावित लोग खाने के लिए मन नहीं करता और वे थोका को एक बोझ मान सकते हैं। अगर आप बहुत ज्यादा खा रहे हैं या बहुत कम खा रहे हैं तो ये डिप्रेशन के शुरुआती लक्षणों की तरफ इशारा करता है। तनाव के कारण आपको नौद नहीं आती है, वहीं ऊर्जा की कमी के कारण आप अधिक सोने लगते हैं। अगर आप आसानी से किसी भी बात पर भड़क जाते हैं, कोई कुछ कह देता है तो आप चिड़चिड़े होकर गुस्सा करने लगते हैं तो यह भी डिप्रेशन की तरफ इशारा करता है। चिंता के कारण व्यक्ति पर निरंतर भावनात्मक दबाव बना रहता है जिससे वे छोटी-छोटी बातों पर भी भड़क सकते हैं।

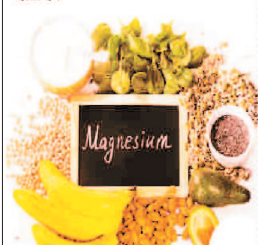
सेहत के लिए बेहद लाभकारी है यह लाल फल

नाशपाती तो आप सभी ने खाई होगी। यह मानसूर में खूब मिलता है। खट्टा मीठा स्वाद इसका खूब पसंद आता है। अमूमन लोग हरे या पीले कलर की नाशपाती खाते हैं लेकिन क्या आपको मालूम है कि लाल रंग की भी नाशपाती होती है, जो की सेहत को काफी ज्यादा

फायदा पहुंचती है। लाल नाशपाती खाने के फायदे लाल नाशपाती खाने से दिल के सेहत को बनाए रखने में मदद मिलती है इसमें मौजूद एंटीऑक्सीडेंट एंजिनोकारिक मुक्त कणों को भी असर करने में मदद

करते हैं ऑक्सीडेटिव छाती और सूजन को रोकते हैं जो हृदय रोग में योगदान कर सकते हैं। लाल नाशपाती खाने से पाचन तंत्र को भी स्वस्थ बनाए रखने में मदद मिलती है इसमें उच्च मात्रा में फाइबर होता है जो आंतों की गतिशीलता को सुधरता है गैस कब्ज जैसी समस्याओं से छुटकारा दिलाता है। इसे खाने से त्वचा को भी फायदा मिलता है विटामिन सी और फ्लेवोनॉयड से भरपूर लाल नाशपाती त्वचा को मुक्त कणों से बचते हैं उम्र बढ़ने के संकेतों को कम करने में सहायक होते हैं। लाल नाशपाती में कैलोरी की बहुत कम

मात्रा होती है और इसकी उच्च फाइबर सामग्री वजन नियंत्रित करने में सहायक हो सकती है जब आप फाइबर युक्त खाद्य पदार्थ करते हैं तो आपको भूख बार-बार नहीं लगती है और कम खाने से आपका वजन कम हो सकता है। इससे आपकी प्रतिरक्षा प्रणाली मजबूत होती है यह शरीर को संक्रमण और बीमारियों से लड़ने की शक्ति प्रदान करता है इसमें विटामिन के होता है जो हड्डियों के लिए काफी जरूरी है पोटेशियम होता है जो शरीर में पल्लु संतुलन बनाए रखने में मदद करता है।





वीर दास होंगे 'बारह नंबर' के निर्देशक, 'हैप्पी पटेल' से है ये कनेक्शन

एक्टर, कॉमेडियन और फिल्ममेकर वीर दास ने अपनी अगली झयरेक्टरियल फिल्म 'बारह नंबर' का एलान किया है। इस फिल्म में शीबा चड्ढा, अरुणोदय सिंह, एहसास चन्ना और अतुल कुलकर्णी जैसे कलाकार होंगे। यह साइकोलॉजिकल थ्रिलर फिल्म है। दास ने इस साल की शुरुआत में स्थाई कॉमेडी फिल्म 'हैप्पी पटेल: खतरनाक जानसू' से बतौर झयरेक्टर डेब्यू किया था।

दोबरा शास्त्री के साथ कबिबारा जुड़े वीर दास

'बारह नंबर' के लिए वीर दास एक बार फिर 'हैप्पी पटेल' के को-झयरेक्टर कवि शास्त्री के साथ काम करेंगे। इस फिल्म से वह क्रिएटिव प्रोड्यूसर के तौर पर जुड़ेंगे। मीडिया रिपोर्ट्स के मुताबिक दास भी फिल्म में बतौर एक्टर काम करेंगे। इसमें निहारिका लायरा दत्त, श्रिया पिलागांवकर, सुहेल नय्यर, पूजा स्वरूप और नवीन कोशिक भी शामिल हैं। वीर दास ने बताया 'इस प्रोजेक्ट की सबसे रोमांचक बात यह है कि इसमें ऐसे कलाकार साथ आए हैं, जिनकी मैं तारीफ करता हूँ। शीबा, अतुल, अरुणोदय, श्रिया, एहसास, निहारिका, सुहेल और नवीन, हर कोई फिल्म में एक अलग ऊर्जा और असलियत लेकर आता है।'

कह अखी लगती है हॉरर फिल्म?

उन्होंने आगे कहा 'हॉरर फिल्म तब अखी लगती है जब दर्शकों को हर पल असली लगे और इस कलाकारों की टीम ने कहानी को उस स्तर से कहीं आगे पहुँचा दिया है, जो मैंने इसे लिखना शुरू करते समय सोचा था।' 'पेड़ी' के पेशवान झयरेक्टर ने आमिर खान से की राम चरण की तुलना, शूटिंग के दौरान इस वजह से याद आई फिल्म 'दहाक' वीर दास ने किया इन फिल्मों में काम 'देली बेली', 'गो गोवा गॉर्न' जैसी फिल्मों और 'कॉल मी बे' जैसी सीरीज में काम करने के लिए महेश्वर वीर दास, अपने बैनर 'जजू प्रोडक्शंस' के जरिए 'बारह नंबर' को प्रोड्यूस करेंगे।



जोया अख्तर ने की 'मैं वापस आऊंगा' की तारीफ

इम्तियाज अली की नई फिल्म 'मैं वापस आऊंगा' अपनी बेहतरीन कहानी और अभिनय की वजह से दर्शकों को काफी पसंद आ रही है। अब इस फिल्म की तारीफ करने वालों में मशहूर फिल्म निर्माता जोया अख्तर का नाम भी शामिल हो गया है। दिग्गज निर्देशक जोया अख्तर ने इम्तियाज अली की फिल्म 'मैं वापस आऊंगा' की जमकर तारीफ की है। इसके साथ ही जोया ने फिल्म को लेकर एक दिल छू लेने वाली बात लिखी है। जोया ने अलावा अदिति राव हैदरी और अनुराग कश्यप ने भी फिल्म की प्रशंसा की है। इम्तियाज अली की फिल्म 'मैं वापस आऊंगा' आज 12 जून को सिनेमाघरों में रिलीज हुई है। इस फिल्म को लेकर जोया अख्तर ने इंटरव्यू पर 'मैं वापस आऊंगा' की पूरी टीम को बधाई दी। इसके साथ ही जोया ने इसको एक 'खुबसूरत फिल्म' बताया है। कई सेलेब्स ने दी फिल्म को लेकर बधाई जोया से पहले अभिनेत्री अदिति राव हैदरी ने भी फिल्म 'मैं वापस आऊंगा' की तारीफ में लिखा था कि यह फिल्म बहुत भावुक और सच्ची है और वह इसे दोबारा देखना चाहेंगी। यह फिल्म प्यार और तड़प की एक अनोखी कहानी है, जिसमें दिलजिंत दोसांड, नसीरुद्दीन शाह, शारवरी और वेदांग रैन मुख्य भूमिकाओं में हैं। फिल्म निर्माता अनुभव सिन्हा ने भी इस फिल्म की सराहना की। उन्होंने आज के दौर में फिल्म निर्देशकों के सामने आने वाली चुनौतियों पर बात की। अनुभव सिन्हा ने कहा कि आज के समय में निर्देशकों से उनकी



कला की आजादी छीनी जा रही है, लेकिन ऐसे माहौल में भी इम्तियाज अली अपनी खास पहचान बनाए हुए हैं और शानदार सिनेमा बना रहे हैं।

टीवी इंडस्ट्री में सफलता रातोंरात नहीं मिलती, धैर्य और लगातार मेहनत ही असली चाबी है

टीवी इंडस्ट्री की चमक-दमक के पीछे की सच्चाई को लेकर अभिनेत्री अदिति राव ने अपने विचार रखे। इंटरव्यू के दौरान उन्होंने अनुभव साझा करते हुए बताया कि इस इंडस्ट्री में टिके रहना आसान नहीं है, इसके लिए धैर्य, मेहनत और लगातार सुधार की जरूरत होती है। अदिति राव ने कहा, 'टीवी इंडस्ट्री में काम की गति बहुत तेज होती है। कई बार ऐसा होता है कि आज किसी एपिसोड की शूटिंग होती है और वह अगले ही दिन या बहुत कम समय में टीवी पर प्रसारित हो जाता है। इस तेज रफ्तार में कलाकारों को हर समय तैयार रहना पड़ता है और अपने किरदार को पूरी एनर्जी के साथ निभाना होता है। हर कॉल टाइम पर, हर शूटिंग शेड्यूल में बहुत बड़ी प्रोडक्शन टीम काम करती है, और कलाकार को इन सबके बीच संतुलन बनाए रखना होता है। ऐसे माहौल में शांत और फोकस्ड रहना बहुत जरूरी है, क्योंकि जल्दबाजी में किया गया काम कई बार असर को कम कर सकता है।' उन्होंने कहा, 'टीवी इंडस्ट्री में सफलता तुरंत नहीं मिलती। कई लोग सोचते हैं कि एक अच्छा सीन या एक अच्छा प्रदर्शन उन्हें रातोंरात पहचान दिला देगा, लेकिन वास्तविकता अलग है। टीवी में नाम कमाने के लिए लगातार समय देना पड़ता है। एक-दो अच्छे सीन से लोकप्रियता मिल सकती है, लेकिन स्थायी सफलता की चाबी को लगातार मेहनत और धैर्य ही है। सोशल मीडिया पर भले ही कोई कलाकार जल्दी वायरल हो जाए, लेकिन टीवी इंडस्ट्री में पहचान धीरे-धीरे बनती है और समय के साथ मजबूत होती है।' अदिति राव ने लोकप्रियता और सफलता के बीच फर्क को समझाते हुए कहा, 'लोकप्रियता अक्सर अस्थायी होती है, जो किसी

वायरल सीन, चर्चा या सोशल मीडिया ट्रेंड से जल्दी मिल सकती है। यह लंबे समय तक नहीं टिकती। दूसरी ओर सफलता एक लंबी प्रक्रिया है, जिसमें लगातार काम करना, अपने अभिनय को बेहतर बनाना और हर किरदार में सुधार लाना जरूरी होता है। जो लोग इस इंडस्ट्री में स्थायी रूप से सफल होना चाहते हैं, उन्हें समझना होगा कि सिर्फ चर्चा में रहना काफी नहीं है, बल्कि अपने काम में निरंतरता बनाए रखना जरूरी है।' उन्होंने कहा, 'धैर्य मेरे लिए एक सोचने का तरीका बन गया है। धैर्य ने मुझे अपने काम के प्रति ज्यादा गंभीर और शांत बनाया है। अब मैं हर सीन को जल्दीबाजी में नहीं करती, बल्कि उसे समझकर और समर्थ देकर निभाने की कोशिश करती हूँ।'

अमिताभ बच्चन ने एक ही दिन में शूट कर डाली 12 शॉर्ट फिल्मों

अमिताभ बच्चन 83 वर्ष की उम्र में भी इंडस्ट्री में न केवल सक्रिय हैं, बल्कि पूरी ऊर्जा और क्षमता के साथ काम कर रहे हैं। इसे लेकर वे अपने प्रशंसकों के साथ अपडेट भी साझा करते रहते हैं। बिग बी नियमित रूप से ब्लॉग लिखते हैं। हालिया ब्लॉग में उन्होंने खुलासा किया कि उन्होंने 12 फिल्मों की शूटिंग एक ही दिन में पूरी कर ली। हालांकि, वे शॉर्ट फिल्में थीं, लेकिन यह भी कोई मजाक नहीं है।

12 शॉर्ट फिल्मों और दो रिटल, एक दिन में पूरे

अमिताभ बच्चन ने 12 शॉर्ट फिल्मों की शूटिंग का काम एक ही दिन में निपटा देने के साथ ही दो रिटल शूट भी उसी दिन पूरे किए। बिग बी ने अपने ब्लॉग में एक नोट के साथ तस्वीरें साझा की हैं। उन्होंने ब्लॉग में लिखा है, 'काम तो काम है। आज 12 शॉर्ट फिल्में शूट कीं और दो रिटल शूट किए और अब आप पर काम कर रहा हूँ। आगे लिखा है, 'बिना किसी डरी के, जोड़ने की यह प्रक्रिया ही आज का मुख्य काम है। बाकी सब तो वजह है। ये रुकना नहीं चाहिए। काम वाले दिन से पहले कई दिनों की तैयारी के बाद भी, पूरी लगन से पढ़ाई करना।' बिग बी ने अपने कुछ तस्वीरें शेयर की हैं, जिनमें वे रिफ्रेक्ट पढ़ते दिख रहे हैं। अभिनेता ने अपने ब्लॉग में लिखा कि काम ही काम है और लोगों से जुड़े रहने की प्रक्रिया कभी रुकनी नहीं चाहिए। ब्लॉगिंग के शौकीन अमिताभ बच्चन ने आगे लिखा कि काम के दिन से पहले पूरी तैयारी के साथ पढ़ाई और अभ्यास करना चाहिए। परिस्थितियाँ कैसी भी हों, कभी समझौता नहीं करना चाहिए। उन्होंने लिखा, 'पूरी लगन से अध्ययन करना चाहिए। काम वाले दिन से पहले पूरी तैयारी करनी चाहिए और परिस्थितियों या हादसों से कभी समझौता नहीं करना चाहिए, चाहे एक्टर कबीर शंभू या राजा माता ही क्यों न पहन रहा हो।' बता दें कि अमिताभ बच्चन इन दिनों निर्देशक नाम अश्विन की फिल्म 'कलिक 2898 एडी' के सीवल्ड की शूटिंग में व्यस्त हैं।



36 साल के करियर के बाद रिटायरमेंट पर बोले अक्षय कुमार

बॉलीवुड अभिनेता अक्षय कुमार को फिल्म 'वेकलम 3' का ट्रेलर काफी बड़े इंतजार के बाद आखिरकार आन रिलीज हो गया है। ट्रेलर लॉन्च इवेंट पर अक्षय ने इस फिल्म में अपनी फीस के साथ ही अपने रिटायरमेंट प्लान के बारे में भी खुलकर बात की। इसके साथ ही अक्षय ने इस दौरान दिग्गज अभिनेता पंकज धीर को भी याद किया। रिटायरमेंट पर क्या बोले अक्षय कुमार 'वेकलम 3' का ट्रेलर लॉन्च इवेंट के दौरान जब अक्षय कुमार से

उन्हें रिटायरमेंट प्लान के बारे में पूछा गया तो अभिनेता ने बिना किसी देरी के जवाब दिया। अक्षय ने कहा, 'आखिरकार रिटायरमेंट के बाद वया होगा, घर पर बैठे उन्हें इलेक्ट्रीशियन का काम मिल जाएगा, गार्डन बन जाऊंगा और घर के सारे काम काज मिल जाएंगे।' अक्षय ने आगे कहा, 'सबसे अच्छा है कि मैं काम पर जाऊँ और रिटायरमेंट न लूँ।' अक्षय ने आगे यह भी कहा, 'सुबह 4 बजे उठे रोनामा 5 सेकंड के लिए रिटायरमेंट का ख्याल आता है, लेकिन उसके बाद उठे याद आता है कि शूटिंग पर जाना है क्योंकि वहाँ पर 300 लोग उनका सेट पर इंतजार कर रहे होते हैं।' इसके बाद अक्षय ने कहा कि वह खुद से महेश्वर वीर दास तो 36 साल गुजर गए हैं। रिटायरमेंट को लेकर वह अगले दिन सेवेंगे।

'वेकलम 3' के लिए अक्षय की फीस

'वेकलम 3' में अपनी फीस को लेकर अक्षय ने खुलासा किया कि उन्हें इस फिल्म के लिए 1.7 करोड़ रुपये नहीं मिले हैं। यह फिल्म उन्होंने इसलिए की क्योंकि वीर वारा की लिविंग यह कहानी उन्हें बेहद पसंद आई। दुर्गाहांग के दिनों को याद करते हुए अक्षय ने कहा कि वह 36 साल से प्रिन्सपल, नीरज वारा और साजिद नाडियावाला को जानते हैं, जब वह इस फिल्म इंडस्ट्री में आए थे। उन्होंने इन तीनों से बहुत कुछ सीखा है।



शहर की सीख और वैल्यूज के साथ मुंबई में काम कर रही हूँ

अहाना कुमरा ने अपने संघर्ष, रिस्क लेने की हिम्मत और एक कलाकार के तौर पर खुद को तराशने पर बातें की हैं। उन्होंने शहर की सीख और वैल्यूज के साथ मुंबई में काम पर बातें कीं। उन्होंने कहा- थिएटर में उन्हें नसीरुद्दीन शाह सर ने बहुत डांट लगी थी।

अहाना ने थिएटर पर की बात

थिएटर की सखती, अपने फैसलों की कीमत और इंडस्ट्री की सियासत, इन सबके बीच अपनी अलग पहचान बनाने वाली अहाना कुमरा की सोच उतनी ही साफ है, जितनी वह बेबाक है। नसीरुद्दीन शाह से मिली सीख ने उन्हें आत्मनिर्भर बनाया तो लखनऊ की तहजीब और जिंद आज भी उनके काम में झलकती है। अहाना कुमरा ने इस खास बातचीत में अपने संघर्ष, रिस्क लेने की हिम्मत और एक कलाकार के तौर पर खुद को लगातार तराशने की प्रक्रिया पर खुलकर बात की। लखनऊ ने मुझे तहजीब और जिंद दोनों दी हैं। अगर

कहें तो मुंबई में जाकर आप तहजीब भूल जाते हैं (दहाके लगती हूँ)। हालांकि, इस शहर ने एक जिंद जरूरी दी है क्योंकि जब आप ऐसे शहरों से आते हैं, जहाँ आपको अपने शहर का नाम रोशन करना है तो अंदर कुछ जिम्मेदारी सौ रहती है। मैं यहाँ अब रहती नहीं हूँ लेकिन साल में एक-दो बार आना-जाना जरूर हो जाता है। कभी खाने के बहाने तो कभी किसी इवेंट में शिरकत करने। लखनऊ आते ही ऐसा लगता है कि मुझे इसका नाम रोशन करना है। मुझे इसके लिए पांच या दस साल लग जाए लेकिन कोशिश यही रहेगी कि मैं हमेशा जुटी रहूँ और डटी रहूँ। इस शहर ने जो सीख और वैल्यूज दी हैं, उन्हें साथ लेकर ही मैं मुंबई में काम कर रही हूँ।

नसीरुद्दीन शाह ने कहा, यह तुम्हारी जिम्मेदारी है

थिएटर में सबसे पहली चीज आप अनुशासन और शिष्टता सीखते हैं। आपको जो बोला गया है, वो आपको करना होगा और इसके पीछे नहीं मिलते हैं। फिल्मों की तरह 10 लोग आपके आजू-बाजू नहीं रहते हैं। याद है जब मैं अपना पहला थो 'मॉटेली' में किया था तो क्वार्टर में अपने कपड़े खुद सेट किए थे। हमारी बिर्त्तोमिगस और चेंसेस होते हैं, जिन्हें वेक

किया जाता है और वो मैंने ठीक से नहीं किया। उस पर नसीरुद्दीन शाह सर ने मुझे बहुत डांट लगाई थी। उन्होंने कहा था- तुमको क्या लगता है कि यहाँ तुम्हारे काम अलग से कोई करेगा? बुचाप जाकर अपने सारे क्वार्टरमेंट के चक्रो। देखो कहां क्या रखा है। यह तुम्हारी जिम्मेदारी है कि तुम जब वापस स्टूडिओ से आओगे और दूसरे सीन के लिए तैयार होने जाओगे तो तुम्हें पता हो कि कहां पर क्या रखा है। हम यहाँ तक ड्रेस रिहाइल करते थे कि अगर 30 सेकंड हैं तो कैसे अपनी ड्रेस को अनजिप करें और

कैसे नई ड्रेस जिप करके स्टूडिओ पर फटाफट पहुंचें। अगर आप ये चीजें नहीं सीखते तो काम नहीं चलेंगा। थिएटर में आपके पास समय नहीं है और वहाँ आपको काम कोई दूसरा नहीं करेगा। वहाँ आपको आत्मनिर्भर बना पड़ता है। आजकल के एक्टर में मैंने देखा है कि वे काम बाद में शुरू करते हैं, पहले उनके इवेंट-मिर्द 10 घंटे-घण्टाएं आ जाते हैं। वो चीजें आपको थिएटर में नहीं मिलती हैं। मैं हमेशा कहती हूँ कि कोई भी थो एक्टर जो ऐक्टिंग शुरू करना चाहता है, उसे थिएटर जरूर करना चाहिए।

अपने फैसलों की बहुत कीमत चुकाई है

हमेशा से कहती आई हूँ कि जो मैंने अपने डिसिजन लेती हूँ, उसकी पूरी जिम्मेदारी मेरी है। मुझे यह जिम्मेदारी भी पूरी करनी है कि ऐसे रोल करूँ, जिन्हें लोग बरसों याद रखें। उसके बारे में बाद में मुझे सोचकर यह ना लगे कि वो रोल क्यों किया। इन रोल्स को करने के लिए हमेशा बड़ी कीमत चुकानी पड़ती है। अगर आप हमारे जैसे प्रोफेशन में रिस्क नहीं लेते तो फिर यहाँ जाने का कोई मतलब नहीं। आप नाइड टू फाइव जॉब कर लीजिए। बड़े-बड़े एक्टर्स रिस्क लेते हैं। रिस्क जिन्होंने नहीं लिया, उनके करियर बहुत जल्दी नीचे आ गए। मैंने अपने फैसलों की बहुत कीमत चुकाई है। बहुत लोगों की गालियाँ सुनी हैं। बहुत लोगों से यह भी सुना है कि तुम्हारे साथ आज के बाद काम नहीं करेंगे। मैंने उनसे भी कहा कि आप अकेले नहीं हैं। अगर आप मेरे साथ काम नहीं करेंगे तो भी मुझे काम मिलेगा। मैं खुद को इतना ग्रो कर चुकी हूँ कि मुझे किसी की धमकी की जरूरत नहीं है। मैं तो अब प्रोड्यूस भी कर रही हूँ।

सोमनी शासकीय स्कूल में हर्षोल्लास से मना प्रवेशोत्सव, नवप्रवेशी बच्चों का तिलक लगाकर स्वागत

छात्राओं को बांटी गई साइकिलें, पाठ्य पुस्तकें, प्रावीण्य सूची में स्थान बनाकर गांव-जिले का नाम रोशन करने जिप सदस्य अंगेश्वर देशमुख ने किया प्रेरित

नई दृष्टि/दुर्ग / सोमनी-राजनांदावा

शासकीय उच्चतर माध्यमिक शाला सोमनी में सोमवार को नवीन शैक्षणिक सत्र का शुभारंभ शाला प्रवेशोत्सव के रूप में उत्साह के साथ किया गया। कार्यक्रम की शुरुआत अतिथियों द्वारा मां सरस्वती के छायाचित्र पर माल्यार्पण एवं दीप प्रज्वलन से हुई।

प्राचार्य श्रीमती सविता अवरस्थी ने स्वागत भाषण में शासन की मंशा और कार्यक्रम की रूढ़िशा से अवगत कराया। जन कल्याण सामाजिक संस्थान के अध्यक्ष योगेन्द्र प्रताप सिंह ने कहा कि प्रवेशोत्सव का उद्देश्य बच्चों के लिए भयमुक्त, आनंददायी व प्रेरणादायी वातावरण बनाना है। गुणवत्तापूर्ण शिक्षा में शिक्षकों के साथ



अभिभावकों और समुदाय की सहभागिता भी जरूरी है। जिला पंचायत सदस्य अंगेश्वर देशमुख ने विद्यार्थियों को प्रावीण्य सूची में स्थान बनाकर



गांव-जिले का नाम रोशन करने के लिए प्रेरित किया। उन्होंने राष्ट्रीय-अंतरराष्ट्रीय स्तर पर पहचान बनाने वाले जिले के प्रतिभाशाली विद्यार्थियों को उदाहरण दिया।

इस मौके पर नवप्रवेशी बच्चों का तिलक, पुष्प और मिठाई से स्वागत किया गया। विद्यार्थियों को नि:शुल्क पाठ्यपुस्तकें वितरित की गईं। छात्राओं को साइकिलें देकर नियमित स्कूल आने के लिए प्रोत्साहित किया गया। अतिथियों ने शिक्षा की सफलता का आधार बताते हुए बच्चों के उज्ज्वल भविष्य की कामना की। कार्यक्रम का संचालन जी.डी. गुरू ने किया। इस दौरान शाला प्रबंधन समिति के अध्यक्ष कृष्णा तिवारी, वरिष्ठ पत्रकार एवं भाजपा ग्रामीण मंडल सोमनी के महामंत्री रमन सिंह राजपुत, सरपंच सोमनी, शाला कल्याण समिति के सदस्य उमेश साहू, अतार शर्मा, ईश्वर सार्व, प्रधान पाठक खुशेयवती शर्मा, संतुल समन्वयक नरेश दुर्गकर सहित बड़ी संख्या में शिक्षक, अभिभावक और छात्र-छात्राएं मौजूद थे।

जाजपुर अखिल भारतीय महिला कबड्डी में राजनांदावा का दबदबा, फाइनल में हरियाणा को 1 अंक से हराया



नई दृष्टि/दुर्ग / जाजपुर-राजनांदावा

ओडिशा के जाजपुर में आयोजित अखिल भारतीय महिला कबड्डी प्रतियोगिता में राजनांदावा की महिला टीम ने अपना अजेय अभियान जारी रखते हुए खिताब अपने नाम किया। रोमांचक फाइनल में राजनांदावा ने हरियाणा कबड्डी अकादमी को मजबूत टीम को 28-27 से एक अंक से हराकर ट्रांफि जीती।

सेमीफाइनल में रायपुर को हराया
स्त्रीय टूर्नामेंट में हरियाणा, पंजाब, झारखंड, छत्तीसगढ़, ओडिशा समेत कई राज्यों की टीमें ने हिस्सा लिया। सेमीफाइनल मुकाबला छत्तीसगढ़ की दो टीमें लालपुर रायपुर और राजनांदावा के बीच हुआ। राजनांदावा ने शानदार खेल दिखाते हुए 42 अंक बनाए

सेमीफाइनल में रायपुर को 23 अंकों से दी शिकस्त, इस साल अजेय रही टीम

जबकि रायपुर को टीम 19 अंक ही बना सकी। 23 अंकों की बड़ी जीत के साथ राजनांदावा ने फाइनल में

जगह पकड़ी की। फाइनल में हरियाणा कबड्डी अकादमी से कड़ी टक्कर मिली। मैच में कभी हरियाणा तो कभी राजनांदावा बहूत बनती रही। अंतिम क्षणों में राजनांदावा ने 28 अंक बनाकर हरियाणा के 27 अंकों के मुकाबले एक अंक से जीत दर्ज की। दशकों ने इसे इस वर्ष का श्रेष्ठ मैच बताया।



छाया और सुमन रहें स्टाड
कोच ललित साहू के मार्गदर्शन में टीम ने शानदार टेब दिखाई। देश की 20 बेस्ट खिलाड़ियों में शामिल छाया चंद्रशेखरी और छत्तीसगढ़ की बेस्ट केपर सुमन उर्वशी ने जीत में अहम भूमिका निभाई। टीम इस साल दजनों अखिल भारतीय मैचों में विजेता बनकर अजेय रही है। प्रदेश कबड्डी संघ के पूर्व अध्यक्ष अशोक चौधरी, जिला अध्यक्ष ऋषि देव चौधरी, निगम अध्यक्ष महेश साहू और महाराष्ट्र तैरथ गिरी गोस्वामी सहित सभी सदस्यों ने कोच, मैनेजर और खिलाड़ियों को राजनांदावा और छत्तीसगढ़ का नाम रोशन करने पर बधाई दी।

खरवे गांव में 8 मौतों का मामला, कब्र से निकाले गए 6 शव, जांच तेज

बलौदाबाजार। जिले के खरवे गांव में पिछले तीन महीनों में 8 लोगों की संदिग्ध मौत के मामले ने गंभीर रूप ले लिया है। मामला कसडोल थाना क्षेत्र का है, जहां ग्रामीणों के आरोपों के बाद प्रशासन ने जांच तेज कर दी है। ग्रामीणों का आरोप है कि गांव के एक व्यक्ति ने शराब में जहर मिलाकर कई लोगों को मिलाया, जिससे उनकी मौत हुई। हालांकि, पुलिस ने अभी तक इस आरोप की आधिकारिक पुष्टि नहीं की है और सभी पहलुओं की जांच की जा रही है। मामले की गंभीरता को देखते हुए पहले शनिवार को एक शव को कब्र से निकालकर पोस्टमॉर्टम के लिए भेजा गया था। इसके बाद मंगलवार को प्रशासनिक टीम ने जेलीबी मशीन की मदद से 6 और शवों को कब्र से बाहर निकाला।

पुरानी भिलाई पुलिस की कार्रवाई, गांजा के साथ दो आरोपी गिरफ्तार

नई दृष्टि/दुर्ग / भिलाई

पुलिस द्वारा चलाए जा रहे नशा मुक्ति अभियान के तहत थाना पुरानी भिलाई पुलिस ने अवैध मादक पदार्थों के खिलाफ बड़ी कार्रवाई करते हुए 5.518 किलोग्राम गांजा के साथ दो आरोपियों को गिरफ्तार किया है। पुलिस ने आरोपियों के कब्जे से गांजा, नगदी राशि, मोबाइल फोन और एक स्कुटी सहित लाखों रुपये की सामग्री जब्त की है।



अनुमानित कीमत 2 लाख 79 हजार 100 रुपये बचाई गई है। इसके अलावा गांजा बिक्री से प्राप्त 4,200 रुपये नगद, एक कांफेड मोबाइल, एक ऑपों रेनो मोबाइल फोन तथा घटना में प्रयुक्त स्कुटी भी जब्त की गई। गिरफ्तार आरोपियों की पहचान रोहित देवान (23 वर्ष) निवासी दुर्ग मंदिर नदगाईया पारा, खुसीपार तथा दश पासवान (18 वर्ष 01 माह) निवासी दुर्ग मंदिर नदगाईया पारा, खुसीपार, जिला दुर्ग के रूप में हुई है। पुलिस ने आरोपियों के विरुद्ध थाना पुरानी भिलाई में अपराध क्रमांक 317/2026 के तहत

थारा 20(ख) एवं 27(क) एनडीपीए एक्ट के अंतर्गत मामला दर्ज किया है। दोनों आरोपियों को गिरफ्तार कर न्यायालय में जेल भेजा गया, जहां से उन्हें न्यायिक अभिरक्षा में जेल भेजा गया। पुलिस के अनुसार आरोपी अवैध आर्थिक लाभ कमाने के उद्देश्य से गांजा का अवैध विक्रय कर रहे थे। यह कार्रवाई शिवालय शिवधाम के पास स्थित खाली मैदान, थाना पुरानी भिलाई क्षेत्र में की गई। इस सफल कार्रवाई में थाना पुरानी भिलाई पुलिस टीम की महत्वपूर्ण भूमिका रही, जिन्होंने त्वरित सूचना संकलन, घेराबंदी और प्रभावी कार्रवाई कर आरोपियों को गिरफ्तार करने के साथ बड़ी मात्रा में मादक पदार्थ जब्त किया। दुर्ग पुलिस ने नागरिकों से अपील की है कि नए एवं मादक पदार्थों के अवैध कारोबार से संबंधित किसी भी प्रकार की सूचना तत्काल पुलिस को दे। पुलिस ने कहा है कि समाज को नशामुक्त बनाने में जनता का सहयोग अत्यंत महत्वपूर्ण है और अवैध मादक पदार्थों के कारोबार में संलग्न लोगों के खिलाफ कठोर कानूनी कार्रवाई जारी रहेगी।

सद्दा-पट्टी लिखते महिला गिरफ्तार, 4,900 रुपये नकद और सद्दा सामग्री जब्त

नई दृष्टि/दुर्ग

दुर्ग जिले के थाना पुर्णाग अंतर्गत चौकी जेवरा सिरसा पुलिस ने अवैध सद्दा गतिविधियों के खिलाफ कार्रवाई करते हुए ग्राम सिरसा खुर्द में सद्दा पट्टी लिखकर जुआ संचालन कर रही एक महिला को गिरफ्तार किया है। पुलिस ने आरोपियों के कब्जे से 4,900 रुपये नकद, 14 सद्दा पट्टियां और एक डाट पेन जब्त किया है। पुलिस के अनुसार 16 जून को मुखबिर से सूचना मिली थी कि ग्राम सिरसा खुर्द स्थित छोटें तालाब के पास एक महिला आम लोगों से सद्दा लेकर सद्दा पट्टी लिख रही है। सूचना मिलते ही चौकी जेवरा सिरसा पुलिस टीम ने मौके पर पहुंचकर घेराबंदी कर रेड कार्रवाई की। कार्रवाई के दौरान एक महिला सद्दा पट्टी



लिखते हुए मिली। पृच्छाछ में उसने अपना नाम शेख ईद बी (42 वर्ष), निवासी सिरसा खुर्द, चौकी जेवरा सिरसा, थाना पुर्णाग, जिला दुर्ग बताया। तालाशी लेने पर उसके पास से विभिन्न अंकों में लिखी 14 सद्दा पट्टियां, 4,900 रुपये नकद और एक डाट पेन बरामद हुआ।

पुलिस ने जन्म सामग्री को कब्जे में लेकर आरोपियों के विरुद्ध छत्रीसगढ़ जुआ (प्रतिषेध) अधिनियम, 2022 की धारा 6(2) के तहत मामला दर्ज किया। इसके बाद महिला को गिरफ्तार कर न्यायिक रिमांड पर भेज दिया गया। प्रारंभिक जांच में सामने आया कि आरोपिया अवैध रूप से सद्दा पट्टी लिखकर आर्थिक लाभ अर्जित कर रही थी। पुलिस ने बताया कि जिले में अवैध जुआ और सद्दा गतिविधियों के खिलाफ लगातार अभियान चलाकर प्रभावी कार्रवाई की जा रही है। दुर्ग पुलिस ने नागरिकों से अपील की है कि किसी भी प्रकार के अवैध जुआ, सद्दा या अन्य गैरकानूनी गतिविधियों की जानकारी तत्काल पुलिस को दे, ताकि दौरेपियों के खिलाफ सख्त कानूनी कार्रवाई की जा सके।

GOSWAMI FLEX PRINTING
ADVERTIZER

भिलाई में सबसे सस्ता, सबसे अच्छा

• Hoardings • Flex Banner • Vinyl Printing
• One Way Vision • Glow Sign Board

93290-13334, 74711-15735
goswamiflex@gmail.com
Address - 3rd Floor Shop No-1, Aroa Tower, M.C. Market

10वीं, 12वीं, स्नातक एवं स्नातकोत्तर पास छात्र-छात्राओं के उज्ज्वल भविष्य के लिए

फायर एवं सेफ्टी प्रशिक्षण

नौकरी में सहायक

प्रवेश प्रारंभ सत्र 2026-2027

निजी कंपनियों जैसे पावर प्लांट, सीमेंट प्लांट, स्टील प्लांट, कंस्ट्रक्शन सेक्टर में बहुत नौकरियां मिलती हैं।

सरकारी मान्यता प्राप्त प्रमाण पत्र दिया जाएगा

फायर एवं सेफ्टी प्रशिक्षण में प्रवेश प्रारंभ

क्र.	पाठ्यक्रम का नाम	क्र.	पाठ्यक्रम का नाम
1.	फायर टेकोलॉजी एंड इंस्ट्रियल सेफ्टी	5.	पी. जी. कोर्स व्यावसायिक सेफ्टी, स्वास्थ्य व पर्यावरण मैनेजमेंट सिस्टम
2.	इंस्ट्रियल सेफ्टी / पी. जी. इंस्ट्रियल सेफ्टी	6.	हेल्थ सेनेटरी इंस्पेक्टर
3.	वी.एस.सी. इन फायर सेफ्टी	7.	सब-फायर ऑफिसर
4.	पी. जी. कोर्स फायर एवं इंस्ट्रियल सेफ्टी	8.	सर्टिफिकेट इन फायरमैन इंस्ट्रियल सेफ्टी

(An Authorized Training Centre of AEERO)

फायर सेफ्टी एवं डिजास्टर मैनेजमेंट इंस्टीट्यूट
(मान्यता प्राप्त निजी प्रशिक्षण संस्थान)

कैंपस :- इंदिरा गांधी इंग्लिश मीडियम स्कूल, सुपेला, भिलाई, जिला-दुर्ग, छत्तीसगढ़

ADMISSION HELPLINE: 7697212782

Baked by Suhani
Premium Homemade Cakes & Desserts

• Birthday Cakes
• Anniversary Cakes
• Custom Theme Cakes

Serving Bhilai & Durg
DM for Order

Followed by s_andeep

Follow Message

Order Now:
@baked.by.suhani
MO.6263734520

अर्चना प्लाई ऐश त्रिक्स
निर्माता एवं विक्रेता

हेवी इंडस्ट्रीयल एरिया, भिलाई

8 इंच एवं 9 इंच में उपलब्ध है।

संपर्क करें
9329960605, 9827160605, 9098639991