

अपने चेहरे को प्राकृतिक रूप से बनाये रखना है तो फालतू की चीजों से बचें बच्चे



लवचा को देखभाल करना हर उम्र के लोगों के लिए जरूरी होता है, ताकि लवचा हमेशा स्वस्थ बनी रहे हालांकि, सोशल मीडिया पर लवचा देखभाल के बहुतों टिप्स के कारण बच्चों या भी ऐसे उत्पाद इस्तेमाल कर रही हैं, जो बच्चों के लिए बनाए जाते

हैं इन उत्पादों के उपयोग से बच्चों की लवचा खराब होती है और उनकी सेहत पर नकारात्मक प्रभाव डालता है। ऐसे में बच्चों को देखभाल के लिये उन अलग बच्चों को इन उत्पादों से दूर रखें।

पैराबेन एक तरह का रासायनिक संरक्षक होता है, जिसे आमतौर पर 'क्रीम' और 'मस्क' उत्पादों में इस्तेमाल किया जाता है। यह एक प्रकार का अंत:स्त्रावी विषयक होता है, जो बच्चों के स्वास्थ्य को गंभीर रूप से हानि पहुंचा सकता

है। इन स्त्रावी विषयककारी रसायन (थ्रॉट) ऐसे पदार्थ होते हैं, जो थाइरोइड के सामान्य कामकाज में बदलाव पैदा कर सकते हैं। पैराबेन का उपयोग बच्चों के शरीर में हार्मोनल बदलाव का कारण बन सकता है।

रेटिनॉइड्स बच्चों को दूर करने वाले गुण होते हैं, जो एपिडर्मिस के पुनरुत्थान के लिए काम करते हैं। लेकिन, पैराबेन के उपयोग से बच्चों की त्वचा को नुकसान पहुंचा सकता है। इसी कारण ये बच्चों को जवान लवचा को नुकसान पहुंचा सकता है। इससे उनकी लवचा लाल पड़ सकती है, छिल सकती है या उनकी लवचा सूजने की किरणों के प्रति अधिक संवेदनशील बन सकती है।

ग्लाइकोलिक एसिड लवचा विशेषज्ञों के मुताबिक, ग्लाइकोलिक एसिड का उपयोग मुंहासे, छद्मपरिपामेन्टेशन और उम्र बढ़ने के लक्षणों के इलाज के लिए किया जाता है। इससे मृत लवचा कोशिकाएं मिट जाती हैं और लवचा चमकदार बन जाती है। हालांकि, इस उत्पाद को बच्चों की लवचा को देखभाल के लिए इस्तेमाल करना हानिकारक हो सकता है। यह मृत्युलव लवचा के लिए काम करता है और लालपन, खुजली, लवचा के छिलने और मुंहासों का कारण बन सकता है।

बुधवार वाले उत्पाद लवचा की देखभाल के लिए बनाए गए उत्पादों में महक या सुगंध को शामिल किया जाता है। बच्चों के उत्पादों में तो ये एक आम बात हो गई है। हालांकि, खुशबू युक्त उत्पाद लगाने से बच्चों की लवचा को हानि हो सकती है। इनके उपयोग से बच्चों की लवचा को एलर्जी हो सकती है और उन्हें सूजली व असुविधा का अनुभव हो सकता है। आप लवचा को चमकदार बनाने के लिए मधुमयी का इस्तेमाल कर सकते हैं।

सल्फेट्स लवचा को साफ करने वाले गुणों से लैस होते हैं, जिस कारण इन्हें बच्चों में इस्तेमाल किया जाता है। इन रसायनों को बच्चों की लवचा देखभाल दिनचर्या का हिस्सा नहीं बनाना चाहिए। सल्फेट्स ऐसे उत्पाद होते हैं, जो लवचा के प्राकृतिक तेलों को सोख लेते हैं। साथ ही इनके इस्तेमाल से बच्चों की लवचा अधिक सूखी बन जाती है और मुंहासों का खतरा बढ़ जाता है। बच्चों लवचा की देखभाल में कैसे मदद करती है मलाई और एल्टीवैज।

पूजा हेगड़े को प्रशंसकों के पसंदीदा गीतों पर प्रस्तुति देना लगता है अच्छा



फिल्म अभिनेत्री पूजा हेगड़े ने दुर्घट में दक्षिण भारतीय अंतरराष्ट्रीय फिल्म पुरस्कार (एसआईआरएफए) में बुद्धि बॉम्बे और सिटी मार जैसे लोकप्रिय ट्रैक पर शानदार प्रस्तुति दी। उन्होंने कहा, प्रशंसकों के पसंदीदा गीतों पर प्रदर्शन करना उनके लिए एक अविश्वसनीय अनुभव रहता है।

उन्होंने कहा, प्रशंसकों के पसंदीदा गानों पर परफॉर्म करना हमेशा एक अविश्वसनीय अनुभव होता है। उनका अर्द्ध घंटा ही इसे इतना खास बनाता है। अभिनेत्री ने कहा, दर्शकों को जाना और शहर का माहौल वापस देखना बेमिसाल है। परफॉर्म करते हुए मुझे बहुत मजा आया। बता दें कि दुर्घट वॉल्ड डेड सेट में 14 और 15 सितंबर को दक्षिण भारतीय सिनेमा के लक्ष्यवाचन में (एसआईआरएफए) कार्यक्रम का आयोजन किया गया। अपनी प्रस्तुति में उन्होंने, अला वैकुण्ठसुपूर्व के ट्रैक बुद्धि बॉम्बे, वीरट और दुर्घटा जलनाथम के हाई-एनर्जी सॉटी मार पर परफॉर्म किया। अभिनेत्री को अलार्म फिल्म शाहिद करूर के साथ एक्शन थ्रिलर देना है, जिसे निर्देशक रोशन इंदुराज ने निर्देशित किया है। वह सुदूर 44 में भी नजर आएंगी। पूजा ने कहा, हमारा काम मनोरंजन करना है, और पुरस्कार समारोह हमें यह अवसर प्रदान करता है। पुरस्कार प्राप्त करना एक अविश्वसनीय एहसास है और इस वर्ष सभी योग्य विजेताओं को बधाई।

उन्होंने कहा, मेरा इस एपिसोड पर बहुत अच्छा जुड़ना है और इस कार्यक्रम में मेरे पिछले प्रदर्शन के दौरान मुझे जो मजा मिला, वह अविश्वसनीय था। मैं इस वर्ष भी अपने प्रदर्शन के लिए उत्साहित हूँ। समारोह में पूजा के अलावा निधि अग्वाल, किशा सराव, अर्चिका गौर, शानवी श्रीवास्तव, नेहा शेट्टी, फारिया अन्वुड और अशोक गहल ने प्रस्तुति दिया। करियर को बात कर तो पूजा ने साल 2010 के आई एम को-मिस यूनिवर्स इंडिया प्रतियोगिता में दूसरी रन-अप थीं। साल 2012 में उन्होंने वॉलेंट फिल्म मगामूची से अभिनय की शुरुआत की। उनका पहला तेलुगु फिल्म 2014 में ओका लैला कोरम के साथ आया। इसमें काना चैतन्य मुख्य भूमिका में थे। उन्होंने 2016 में एक्शन फिल्म मोहनगो दारो से बॉलीवुड में डेब्यू किया, जिसे आशुतोष गोवारिकर ने लिखा और निर्देशित किया है। इस फिल्म में श्रोक रोशन मुख्य भूमिका में थे और यह प्राचीन सिंधु घाटी सभ्यता पर आधारित थी।

पूजा हालतमूल 4, रोषे श्याम, सर्कस और हाल ही में किसी का भाई किसी को जान जैसे हिंदी फिल्मों में नजर आ चुकी हैं।

कंगना शर्मा ने विलीजिंग आउटफिट पहन दिए पोज



फिल्म ग्रेट प्रेंड मरती और उछल एर पर सबसे ज्यादा बार देखी जाने वाली वेब सीरीज मोना होम इल्लिरीरी फेम एक्ट्रेस कंगना शर्मा इन दिनों सोशल मीडिया पर अपने बोल्ड तस्वीरों को लेकर चर्चाओं में बनी हुई हैं। एक्ट्रेस कंगना शर्मा अपने बोल्ड व सेक्सी अवतार के लिए जानी जाती हैं। कंगना सोशल मीडिया पर भी काफी एक्टिव रहती हैं। ओटीटी प्लेटफॉर्म पर बॉलडनेस पर अपनी तस्वीरों से तलहका मचा रही हैं। हाल ही में एक्ट्रेस ने अपने ऑफिशियल इंस्टाग्राम अकाउंट से सेक्सी तस्वीरें शेयर की हैं, कंगना ने एनिमल प्रिंट ड्रेस पहनें हैं और सेक्सी पोस देते हुए नजर आ रही हैं। कंगना का फोटूज को खुशमस्ती से पोस्ट डरना मुश्किल हो रही है। बॉलीवुड डिजा कंगना शर्मा का अपने फिटनेस के पीछे हिरो को लेकर कहती हैं कि वह अच्छी और डायटी फूड पसंद करती हैं। बता दें कि कंगना शर्मा ने अपने करियर को सुरुआत साल 2012 में एक मॉडल के रूप में की थी। कंगना शर्मा हाल ही में नया नंबर, पूजा सिंह के परदे में फिर से, उमरग तिल का शरीर लेन तक, जॉनी सेर का ब्यूटी ओरलैण्ड और इबा के मित्रा जैसे म्यूजिक वीडियोज में भी नजर आ चुकी हैं।

हर आयु वर्ग के लोगों को रोजाना चलना चाहिए पैदल, मिलेंगे कई स्वास्थ्य संबंधी फायदे

शरीर को स्वस्थ रखने और वजन घटाने के लिए पैदल चलना फायदेमंद होता है। यह एक तरह को कम तीव्रता वाली एक्सरसाइज होती है। इसी तरह पर लोग खाना खाने के बाद या सुबह के समय सैर करने जाते हैं। हालांकि, सभी के मन में यह सवाल उठता है कि रोजाना आखिर कितनी दूर पैदल चलना स्वास्थ्य के लिए अच्छा है। एक्सपर्ट जानते हैं हर आयु के लोगों को रोजाना कितनी दूर पैदल चलना चाहिए।



बच्चों के लिए हर दिन इतनी दूर चलना है सही छोटे बच्चों और किशोरों को ऊर्जा का सार बढ़ा को तुलना में अधिक होता है। उनके लिए पैदल चलना स्वस्थ रहने का एक मजेदार तरीका हो सकता है। बच्चों और किशोरों को हर दिन कम से कम 60 मिनट तक 12,000 से 15,000 कदम की दूरी तय करनी चाहिए। रोजाना इस लक्ष्य को पूरा करने से न केवल उनका शारीरिक स्वास्थ्य सुधरता है, बल्कि धीरे-धीरे शरीर करना उनकी दिनचर्या का हिस्सा बन जाता है। बच्चों को रोजाना इतनी दूर चलना चाहिए बड़ों के लिए खूब ही फायदा पहुंचा सकता है। बच्चों के लिए खूब ही फायदा पहुंचा सकता है। बच्चों के लिए खूब ही फायदा पहुंचा सकता है।

शब्द सामर्थ्य - 181

Word search puzzle with a grid and a list of words to find. The words include: 1. अधिभक्षण, 2. अतिभक्षण, 3. अतिभक्षण, 4. अतिभक्षण, 5. अतिभक्षण, 6. अतिभक्षण, 7. अतिभक्षण, 8. अतिभक्षण, 9. अतिभक्षण, 10. अतिभक्षण, 11. अतिभक्षण, 12. अतिभक्षण, 13. अतिभक्षण, 14. अतिभक्षण, 15. अतिभक्षण, 16. अतिभक्षण, 17. अतिभक्षण, 18. अतिभक्षण, 19. अतिभक्षण, 20. अतिभक्षण, 21. अतिभक्षण, 22. अतिभक्षण, 23. अतिभक्षण, 24. अतिभक्षण, 25. अतिभक्षण, 26. अतिभक्षण, 27. अतिभक्षण, 28. अतिभक्षण, 29. अतिभक्षण, 30. अतिभक्षण, 31. अतिभक्षण, 32. अतिभक्षण, 33. अतिभक्षण, 34. अतिभक्षण, 35. अतिभक्षण, 36. अतिभक्षण, 37. अतिभक्षण, 38. अतिभक्षण, 39. अतिभक्षण, 40. अतिभक्षण, 41. अतिभक्षण, 42. अतिभक्षण, 43. अतिभक्षण, 44. अतिभक्षण, 45. अतिभक्षण, 46. अतिभक्षण, 47. अतिभक्षण, 48. अतिभक्षण, 49. अतिभक्षण, 50. अतिभक्षण, 51. अतिभक्षण, 52. अतिभक्षण, 53. अतिभक्षण, 54. अतिभक्षण, 55. अतिभक्षण, 56. अतिभक्षण, 57. अतिभक्षण, 58. अतिभक्षण, 59. अतिभक्षण, 60. अतिभक्षण, 61. अतिभक्षण, 62. अतिभक्षण, 63. अतिभक्षण, 64. अतिभक्षण, 65. अतिभक्षण, 66. अतिभक्षण, 67. अतिभक्षण, 68. अतिभक्षण, 69. अतिभक्षण, 70. अतिभक्षण, 71. अतिभक्षण, 72. अतिभक्षण, 73. अतिभक्षण, 74. अतिभक्षण, 75. अतिभक्षण, 76. अतिभक्षण, 77. अतिभक्षण, 78. अतिभक्षण, 79. अतिभक्षण, 80. अतिभक्षण, 81. अतिभक्षण, 82. अतिभक्षण, 83. अतिभक्षण, 84. अतिभक्षण, 85. अतिभक्षण, 86. अतिभक्षण, 87. अतिभक्षण, 88. अतिभक्षण, 89. अतिभक्षण, 90. अतिभक्षण, 91. अतिभक्षण, 92. अतिभक्षण, 93. अतिभक्षण, 94. अतिभक्षण, 95. अतिभक्षण, 96. अतिभक्षण, 97. अतिभक्षण, 98. अतिभक्षण, 99. अतिभक्षण, 100. अतिभक्षण.

गणेश प्रतिमाओं का किया विसर्जन

कोरबा वैकुण्ठपुर। श्री गणेश जी का विसर्जन श्री अंत चतुर्दशी के दिन वेदद धूमधाम और हार्मोनियम के साथ सम्पन्न हुआ।



गणेश प्रतिमाओं का किया विसर्जन श्री अंत चतुर्दशी के दिन वेदद धूमधाम और हार्मोनियम के साथ सम्पन्न हुआ।

मवेशियों की धरपकड़ व अपराधियों पर हो कार्यवाही

कोरबा। जिला कलेक्टर सभाकक्ष में आज कलेक्टर श्रीमती चंदन त्रिपाठी और पुलिस अधीक्षक राजू सिंह परिहार ने संयुक्त रूप से जिला और पुलिस प्रशासन के अधिकारियों के साथ कानून व्यवस्था की समीक्षा बैठक की।



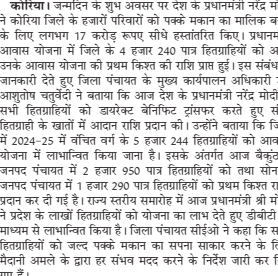
कलेक्टर श्रीमती त्रिपाठी ने सड़कों पर घूमने वाले मवेशियों को हटाने के लिए नगरिय विकास, पोस्टाल और जनपद पंचायत के अधिकारियों को तत्काल कार्यवाही के निर्देश दिए।

कलेक्टर ने स्वच्छता की दिलायी शपथ



कोरबा। 17 सितंबर को "स्वच्छता ही सेवा अभियान 2024" पखवाह का जिले में शुभारंभ हुआ। इस अवसर पर कलेक्टर श्रीमती चंदन त्रिपाठी ने कर्मचारी-कर्मचारियों को स्वच्छता के शाश्वत दिवस। इस अवसर पर जिला प्रशासन के मुख्य कार्यपालन अधिकारी डॉ. आशुतोष चौधरी, अपर कलेक्टर श्री अरुण मरकाम, श्रीमती अंकिता सोम सहित जिला स्तरीय अधिकारी उपस्थित थे।

आवास योजना के लिए प्रधानमंत्री ने डीबीटी किए 16 करोड़ 96 लाख 88 हजार 700 रुपये



कोरबा। जन्मदिन के शुभ अवसर पर देश के प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने कोरबा जिले के हजारों परिवारों को एक मुकाम का मालिक बनाने के लिए लगभग 17 करोड़ रूपय सौ से हस्तांतरित किया।

आवकत 17 करोड़ रूपय सौ से हस्तांतरित किया। प्रधानमंत्री आवास योजना में जिले के 4 हजार 240 पात्र हितधारियों को आवकत आवकत आवास योजना को प्रथम किल की राशि प्राप्त हुई।

कोयलांचल क्षेत्र में विराजे भगवान विश्वकर्मा चर्चा कालरी।



कोयलांचल क्षेत्र नगर पालिका शिवपुर चर्चा में निर्माण के देवता के रूप में पूजित देव शिल्पी भगवान विश्वकर्मा का शक्ति भाव एवं धूमधाम से पूजा अर्चना को वृद्ध औद्योगिक गतिविधियों के साथ-साथ निर्माण से संबंधित हर तरह के कामकाज में पूरे लोगों के साथ ही क्षेत्र के समस्त वाहन चालकों को चालकों ने विचारपूर्वक विधि विधान के साथ आदि शिल्पी की पूजा सम्पन्न भाव के साथ किया।

वसुंधरा ग्राम विकास कार्यक्रम के अंतर्गत पशु स्वास्थ्य शिविर का सफल आयोजन



कोरबा वैकुण्ठपुर। वाटरशेड ऑर्गनाइजेशन ट्रेड द्वारा कोरबा जिले के वैकुण्ठपुर एवं खंडगवा जनपद के 16 परिवारों में 24 अगस्त 2024 से 11 सितंबर तक पशु स्वास्थ्य शिविर का आयोजन किया गया।

आयोजक का मानया जन्मदिन

वैकुण्ठपुर कोरबा। जिला मुख्यालय वैकुण्ठपुर पोखरगढ़ रोड हाउस में 8 वीं गण विदेशीय डॉ भोला सिंह के साथ श्री भगवान गणेश एवं अमृतास्य सरस्वती साहित्य पुस्तकालय प्रवेश संयोजक सह सचिव आशादास टोपचंद एसोसिएशन अशोक लाल कौर के जन्मदिन के अवसर पर आ. जे. शासकीय संकेत सच कोरबा एवं आवास सच कोरबा के द्वारा केक काटकर और निराला कल्याण से जन्मदिन मनाया जन्मदिन के अवसर पर विजयास भात,रविंद्र सिंह, डॉक्टर चन्दे, चंद्रिका पैकरा,अशोक पैकरा,इन्द्रा इन्द्रा,दीपक तिर्का, संजय कौर,मिर्जा सैफ,भात यादव,कृष्ण पैकरा,राजा बाबु,मिलेखा भात,पवन पैकरा,कामेश्वर पैकरा,दिलीप माको,सहित एवं अन्य लोग भात संख्या में उपस्थित रहे।

कन्या स्कूल में माँ सरस्वती प्रतिमा की स्थापना के साथ न्यौता भोज का आयोजन



कोरबा वैकुण्ठपुर। शासकसभा वैकुण्ठपुर में विद्या की अधिष्ठात्री देवी माँ सरस्वती की स्थापना में विद्या संहिता सहित विभिन्न पूजन के साथ सम्पन्न हुई।

स्थानीय सामाहिक बाजार परिसर में की गई साफ सफाई

सूरजपुर। शासकीय जनपद महाविद्यालय विद्यालय कन्वर्ट की राष्ट्रीय सेवा योजना इकाई द्वारा 17 सितंबर से 2 अक्टूबर तक चलाया जा रहे स्वच्छता ही सेवा अभियान 2024 स्वच्छता -संस्कार स्वच्छता के तहत पहला ही दिन स्थानीय सामाहिक बाजार परिसर की साफ सफाई करते हुए बाजार प्रशासन के प्राथमिक कर्चों का संग्रहण किया गया।

आम लोगों की समस्याओं का करें समाधान

कोरबा। कलेक्टर सभाकक्ष में आज कलेक्टर श्रीमती चंदन त्रिपाठी की अध्यक्षता में सभ्य-सोमा की महत्वपूर्ण बैठक आयोजित की गई, जिसमें विभिन्न विभागों के सौख्य प्रकरणों के समाधान के लिए कलेक्टर ने सभी विभागों को समय पर प्रकरणों के निराकरण के निर्देश देते हुए मुख्यमंत्री द्वारा दिए गए निर्देशों का पालन सुनिश्चित करने पर जोर दिया।

मोदी की संकल्पना को प्रदर्शन का किया गया आयोजन

सूरजपुर। जनसंपर्क विभाग द्वारा 'निकासि भारत: मोदी की संकल्पना थीम पर सूरजपुर ऑडिटोरियम (तिलसिन्हा) में फोटो प्रदर्शन का प्रदर्शन किया गया।

हितराहियों के छातों में जारी हुए, प्रथम किल की राशि

सूरजपुर। प्रधानमंत्री आवास योजना (ग्रामीण) अंगत केंद्र संस्कार से वित्त वृत्त 2024-25 में राज्य को बृद्ध पैमाने पर 8,46,931 नू आवकत बनाया का लक्ष्य प्राप्त है।

प्रधानमंत्री आवास योजना के सफल क्रियान्वयन के लिए करें नियमित मांनितरिंग : कलेक्टर

सूरजपुर। सभ्य सोमा की बैठक कलेक्टर सभा कक्ष में रखी गई थी, जिसमें कलेक्टर श्री त्रिपाठी व्यास ने जिले में संचालित सभी योजनाओं की विभागवार जानकारी प्राप्त की और आवश्यक निर्देश दिए।

कलेक्टर ने दिए प्रकरणों के त्वरित निराकरण के निर्देश

आम लोगों की समस्याओं का करें समाधान। कोरबा। कलेक्टर सभाकक्ष में आज कलेक्टर श्रीमती चंदन त्रिपाठी की अध्यक्षता में सभ्य-सोमा की महत्वपूर्ण बैठक आयोजित की गई, जिसमें विभिन्न विभागों के सौख्य प्रकरणों के समाधान के लिए कलेक्टर ने सभी विभागों को समय पर प्रकरणों के निराकरण के निर्देश देते हुए मुख्यमंत्री द्वारा दिए गए निर्देशों का पालन सुनिश्चित करने पर जोर दिया।

विशेष शिविर का आयोजन

सूरजपुर। जिला प्रशासन द्वारा पशु जनजाति के मृत्युसूचि सुविधाएं उपलब्ध करने व शायन की योजना का जायका लिया।

तालाब में डूबने से बच्चों की मौत

रायपुर। राजधानी के न्यू रायबंद नगर क्षेत्र में दो मासुमों बच्चों को तालाब में डूबने से मौत हो गई।

कलेक्टर ने दिए प्रकरणों के त्वरित निराकरण के निर्देश

कोरबा। कलेक्टर सभाकक्ष में आज कलेक्टर श्रीमती चंदन त्रिपाठी की अध्यक्षता में सभ्य-सोमा की महत्वपूर्ण बैठक आयोजित की गई, जिसमें विभिन्न विभागों के सौख्य प्रकरणों के समाधान के लिए कलेक्टर ने सभी विभागों को समय पर प्रकरणों के निराकरण के निर्देश देते हुए मुख्यमंत्री द्वारा दिए गए निर्देशों का पालन सुनिश्चित करने पर जोर दिया।

