

**सुनालिया
ज्वेलर्स**
हीरा, स्वर्ण, हॉलमार्क ज्वेलरी,
रजत, राशि नग के विक्रेता
मो. 94255-32524, 94241-43922
पावर हाउस रोड, कोरबा

कोरबा एवं रायपुर से एक साथ प्रकाशित डाक पंजीयन क्रमांक- जी2-112/सी.जी/बीएलपी/003/2024-2026

पृष्ठ : 8 मूल्य 2.00 रुपए

A woman with long brown hair, wearing a floral top, holding a white mug.

व्हाइट हाउस में ट्रंप की इफ्तार पार्टी पर मचा बवाल, गेस्ट लिस्ट देखकर भड़के अमेरिकी मुस्लिम

बेहतरीन महीना है।
दुनियाभर के मुस्लिमों
को रमजान मुबारक
हम दुनिया के
बेहतरीन धर्मों में से
एक धर्म का सम्मान
करते हैं। व्हाइट हाउस
विल राइट्स ग्रुप ने इस
प्रोटैस्ट किया। नाम से
सो इन्फार्मिटी पार्टी का विरोध
कहा कि यह डोनाल्ड ट्रंप
हैं। वह एक तरफ देश में
लगाते हैं तो दूसरी तरफ
करते हैं।

रत सपा सांसद के बयान पर

दिल्ली में बिजली संकट गहराया, जगतपुर गांव में

प्रदर्शन, आतिथी ने भाजपा सरकार पर साथ निशाना

नरेंद्र मोदी 28 मार्च। दिल्ली में बिजली संकट गहराता जा रहा है। उत्तरी दिल्ली के बुढ़ो स्थित जानतपुर गांव में लोगों ने देर रात चले समय से जारी बिजली कटौती के खिलाफ प्रदर्शन किया और आउटर रिंग रोड

रामजी लाल सुमन से मांगी की म
सांसद डॉ. राधा मोहन दास अग्रवा
रामजी लाल सुमन के राजपूत ख
ए गए बयान का मुद्दा उठाया। इस
में हंगामा शुरू हुआ। भाजपा। इस
कांग्रेस और रामजी सुमन माफी न
म मुद्दे पर समझौता नहीं करेगा। स
बयान पर दिल्ली से उत्तर प्रदेश त
में हंगामा हो गया। भाजपा नेताओं
नरते हुए बयान की निंदा की।

राज्यपाल के काफिले की गाड़ी से महिला की मौत
अंबिकापुर। जिले में एक बड़ा हादसा हो गया। यहां राज्यपाल की काफिले की गाड़ी से टकराने से एक महिला की मौत हो गई। बताया

और प्रशासन मिलकर हलदसे के पीछे ब
वजहों को खगलाने में जुट गए हैं। इस घट
को लेकर इंग्लैंड में शोक की लहर है।
मुर्कों की पहचान और पटना व
विस्तृत जांचकारी के लिए प्रशासन चां
जुटा हुआ है। फैक्ट्री के बाहर बड़ी तादा
जुटा जुट गए। मुकाम परिन नौ मकै प
जिन्हें सम्झाने बुलाने को कांशिश की जा र
है। स्थिति की गंभीरता को देखते हुए पुलिस
। इससे पहले गुन्धार को गजियाबाद के स्टो
टराहजोड़ नामक एक इलेक्ट्रोनिक रो
पटना की सूचना मिलते ही इमकल विभाग क
और सम्यह लहरे पर काबू पा लिया।

की है। घटना के बाद अनुसूचित अफ़रातफ़री का माहौल हो गया। पत्नी जानकारी के अनुसार, घटना मैनापाट के कमलेश्वरपुर थाना क्षेत्र की है। दरअसल, राज्यपाल रामेन्द्र डेका दो दिनों के दौरे पर सरगुजा पर गए हुए थे और उनका कल का प्रवास मैनापाट में था। बताया जा रहा है कि उल्टापानी झरके में राज्यपाल गए हुए थे। वहीं महिला आंदोलन संस्था में शामिल होने के लिए अस्पताल के यहां गई हुई थीं और महिला वॉच से लौट रही थीं।

अब 12 अप्रैल का तवाचा, पहल- हम गढ़ाट गहा

ते जाने के साथ ही चिन्हित कर ड्रोन व निरंतर निगरानी किए है। वरिष्ठ अधिकारी एक कर लें।
नाए रखने में संप्रांत सहयोग लिया जाए।
तत्वों पर कड़ी नजर आस करने वाले तत्वों कार्यों से कहा है कि सभी जिलों में मिल पीएसी व केंद्रीय सफाई फोर्सेड में भ्रमणशाला कहीं छोटी घाट लेकर त्वरित कार्रवाइ इंटरनेट मीडिया के सहायता से किया जा रहा है। संवेदनशील जानकारी भी की गई है। बाजारों व सार्वजनिक जगहों। सुखिया तंत्र क

जुली आबादी वाले क्षेत्रों में पुलिस, एचएसएल पुलिस बल के साथ गश्त करें और उन्हें हटा दें।
 को की सूचना को भी पूरी गंभीरता से सुनिश्चित कराई जाए। उन्होंने कहा कि 'पीपल्स फ्लैटफॉर्म की निगरानी भी बढ़ाई गई'।
 में में अतिरिक्त पीएसवी व पुलिस की तैनाती है कि ईद के पर्व को देखते हुए स्थानों पर पुलिस नियमित पैदल गश्त भी सक्रिय किया गया है।

इसको लेकर पुलिस को चिंत बढ़ गई है। इसके बाद फेसबुक पर टॉम ओकेन्द्र राणा हरियाणा नाम से बनी आईडी पर वीडियो जारी किया है। इसमें एक पोस्टर भी है, जिसमें लिखा है कि आगे आरण, चलो आरण, 12 अप्रैल को मेहराणा राणा सांगा की जयंती मनाएंगे। वहीं पत्रकारों से भी मिलेगे। इस गहर नहीं, हकदार है इस देश के। मैं माफ भी कर दूँ, मगर चोरी मेरे पूर्वजों के बलिदानों की लगी है। लोगों से बचें संख्या में जुटने की अपील भी वीडियो में की गई है।

वूहे के कारण घर में लगी भीषण आग, जलते लैम्प को गिराया

आगरा, 28 मार्च [एजेंसी]।

समाजवादी पार्टी के अध्यक्ष सांयद गमीनोतल
सुमन के पर तोमोदो और परवार कनन के
सोशल मीडिया पर लिट चुनौती दी थी. इम बार 17
अप्रैल को कार्यकर्ताओं सहित अधिक से अधिक
सुमन के लोगो से जुडने का आह्तिन किया गया था.
इसके बाद सुमन के परिवार के लोगो के
दोस्त पुलिस को चिता बाद दी थी. गम्भिरता
रामजीसल सुमन के महारणन सांगा पर लिट बयान पर
क्षत्रीय कर्णी सेन ने बुधवार को बवाल किया था.
सुमन आसफ के बाहर तोमोदो और परवार कनन
था। सांयद के गम्भीर अथवा ओतेद गन ने बवाल
से पहले सोशल मीडिया पर एलान किया था। इम
पार लोगो ने प्रतिक्रिया दी थी। इस्के बाद सेनको
सुमन के कार्यकर्ता उडो था. इम घटन के बाद
एक ओर सुमन के परिवार के लोगो ने लिट
लिट बाद ओतेद गन को एक और बयान सोलने

तजावुरा तमिलनाडु
के तंजावर से एक हैरान

करने वाली घटना सामने आई है, जहाँ एक घरेलू के कारण एक घर में भूकंप आग लगा दी, यह घटना तब हुई जहाँ घने घूँट ने एक जलते लैम्प को गिरा दिया, जिससे आग ने पूरे घर को अपने कर्पट में ले लिया। जानकारी के अनुसार, लैम्प गिरने के बाद पस में रखा कपड़ा जलत हुआ। इसके बाद पूरे घर में आग लग गई, जहाँ घटना गुनगुना शाम हुई, जब परिवार के सदस्य घर से बाहर थे।

प्रत्यक्षदर्शियों के अनुसार, आग तभी से फैली और पूरे घर आग को लगेत में फिर गया। पड़ोसियों ने ऑगिनराम विभाग को सूचना दी और घटना के बाद कार्रवाई को एक टाई टाई मुक्त घर पहुंची।

[illegible]

[illegible]

कायकलाओं के विविध प्रदर्शन में शामिल हूँ।

44 की उम्र में नहीं थम रही श्वेता तिवारी की हॉटनेस, हर अदाओं से फैस के दिलों पर चला रही खंजर



टीवी और बॉलीवुड इंडस्ट्री की जानी-मानी एक्ट्रेस श्वेता तिवारी आए दिन अपनी लेटेस्ट फोटोशूट की तस्वीरें इंस्टाग्राम पर पोस्ट कर अक्सर फैस को अपना दीवाना बनाए हुए रहती हैं। उनका हर एक लुक इंटरनेट पर आते ही बवाल मचाते लगता है। अब हाल ही में एक्ट्रेस श्वेता तिवारी ने अपने लेटेस्ट फोटोशूट की तस्वीरें इंस्टाग्राम पर पोस्ट की हैं। इन तस्वीरों में उनका स्टर्लिंग अंदाज देखकर फैस दीवाने हो गए हैं। एक्ट्रेस श्वेता तिवारी हमेशा अपनी हॉट और बोल्ड फोटोशूट इंस्टाग्राम पर पोस्ट कर अक्सर सोशल मीडिया पर धमाल मचाती रहती हैं। उनका हर एक लुक इंटरनेट पर आते ही तेजी से छल जाता है। हाल ही में एक्ट्रेस श्वेता तिवारी ने अपने लेटेस्ट फोटोशूट की तस्वीरें इंस्टाग्राम पर पोस्ट की हैं। इन तस्वीरों में उनका किरार अचानक देखकर फैस के होश उड़ गए हैं।

बता दें कि एक्ट्रेस जब भी अपनी फोटोज इंस्टाग्राम पर पोस्ट करती हैं तो फैस उनकी तस्वीरों पर लाइक्स और कमेंट्स करते नहीं बल्कि वे फोटोशूट में आप देखा सकते एक्ट्रेस श्वेता तिवारी ने येलो कलर का कोर्ट-सेट पहना हुआ है, जिसमें वो एक से बढ़कर एक किरार अंदाज में पोज देती हुई नजर आ रही हैं। खुले बाल, नो मेकअप लुक और चेहरे पर चारों ओर स्मल्ल देते हुए एक्ट्रेस श्वेता तिवारी ने अपने आउटफिट को कमाली बना दिया है। उनका ये क्यूटपन अंदाज देखकर फैस तारीफों के पुल बांधे नहीं थक रहे हैं। बता दें कि श्वेता तिवारी सोशल मीडिया पर काफी एक्टिव रहती हैं। इंस्टाग्राम पर उनकी फैन फॉलोइंग लिस्ट भी काफी जबरदस्त है।

हैंगिंग लेग रेज: जानिए एक्सरसाइज करने का तरीका और इसके फायदे

कोर स्ट्रेथ हमारे शरीर की मजबूती और संतुलन के लिए बहुत अहम है। इसे मजबूत बनाने के लिए कई एक्सरसाइज हैं, जिनमें से एक है हैंगिंग लेग रेज।

ये एक्सरसाइज पांसपेरियाओं को मजबूती देने में काफी मदद कर सकती है। यह एक्सरसाइज पुश्तों और महिलाओं दोनों के लिए फायदेमंद है।

इस लेख में हम जानेंगे कि कैसे आप इस सरल लेकिन प्रभावी एक्सरसाइज को अपनी दिनचर्या में शामिल कर सकते हैं। एक्सरसाइज करने का तरीका

हैंगिंग लेग रेज करते समय सही तकनीक का पालन करना जरूरी है।

सबसे पहले एक मजबूत बार पर लटक जाएं और अपने हाथों को कंधे की चौड़ाई पर रखें। अब धीरे-धीरे अपने पैरों को ऊपर उठाएं ताकि वे आपके शरीर के साथ 90 डिग्री का कोण बना लें।

ध्यान रखें कि आपकी पीठ सीधी रहे और पैर की मांसपेशियों पर जोर पड़े। इस स्थिति में कुछ सेकंड रुकें और फिर धीरे-धीरे पैरों को नीचे लाएं।

सांस लेने का तरीका समझें। सही तरीके से सांस लेना इस व्यायाम का अहम हिस्सा है, जो आपको मांसपेशियों को ताकत देने में मदद करता है।

जब आप अपने पैरों को ऊपर उठा रहे हों तब गहरी सांस लें और जब उन्हें नीचे ला रहे हों तब धीरे-धीरे सांस छोड़ें।

यह प्रक्रिया आपको मांसपेशियों में ऑक्सीजन की पूर्ति करती रहती है, जिससे थकान कम होती है और आप ज्यादा देर तक व्यायाम कर पाते हैं।

नियमितता बनाए रखें। कोई भी एक्सरसाइज तभी असरदार होता है जब उसे नियमित रूप से किया जाए।

गुरुआज में हफ्ते में तीन बार इस एक्सरसाइज को करें और धीरे-धीरे इसे बढ़ाकर पांच बार तक ले जाएं। हर सत्र में



10-15 बार करने की कोशिश करें और जैसे-जैसे आपकी क्षमता बढ़ेगी, वैसे-वैसे बार की संख्या भी बढ़ा सकते हैं।

इसके अलावा अपनी प्रगति को ध्यान में रखते हुए समय-समय पर अपने एक्सरसाइज करने के तरीके को बदलते रहें।

एक्सरसाइज करने से मिलने वाले लाभ

हैंगिंग लेग रेज आपके पेट की मांसपेशियों को मजबूत करने के साथ-साथ पूरे शरीर को फायदा पहुंचाता है।

इस एक्सरसाइज से आपके कंधों, पीठ और हाथों की ताकत भी बढ़ती है क्योंकि आपको खुद को बार पर लटकाए रखना होता है।

यह आपको मुद्रा सुधारने में मदद करता है, जिससे आपका आलविश्राम भी बढ़ता है।

इसके अलावा यह एक्सरसाइज आपके शरीर को सहनशील और संतुलन को बेहतर बनाता है, जिससे आप दिनभर ऊर्जावान महसूस करते हैं।

एक्सरसाइज करते समय बर्तें ये

सावधानियां

इस एक्सरसाइज के दौरान कुछ सावधानियां बरतना जरूरी होता है ताकि चोट लगने का खतरा न हो।

आप अपनी पीठ या कंधे में कोई समस्या हो तो पहले डॉक्टर से सलाह लें। इसके अलावा शुरूआत धीमी गति से करें ताकि आपका शरीर इसकी आदत डाल सके।

इस तरह आप आसानी से अपनी दिनचर्या में हैंगिंग लेग रेज शामिल करके अपनी कोर स्ट्रेथ बढ़ा सकते हैं, जो आपके संपूर्ण स्वास्थ्य के लिए फायदेमंद होगा।



एडवॉस बुकिंग में छद्म सिंकर, पहले दिन 6 करोड़ रु का आंकड़ा पार

सलमान खान और रियांका मंदाना स्टारर मोस्ट अवैटेड फिल्म सिंकर की रिलीज में अब बस चार दिन ही बचे हैं। सिंकर इस ईद के मौके पर 30 मार्च को बॉलीवुड रिलीज होने जा रही है, वहीं, बीती 25 मार्च को फिल्म को एडवॉस बुकिंग शुरू हो चुकी है और सिंकर ने एडवॉस बुकिंग में मौका पाने का कोई चांस नहीं छोड़ा है, सिंकर ने अपनी एडवॉस बुकिंग में पहले दिन कितने रुपये का कामाई की है और फिल्म के पहले दिन के लिए कितना कलेक्शन हुआ है आएर जानते हैं। सलमान खान की सिंकर की एडवॉस बुकिंग के पहले दिन रिलीज को आधा रियांका मंदाना है, सैकनलिक के अनुसार, सिंकर ने एडवॉस बुकिंग के पहले दिन भारत में 67,293 टिकट सेल कर दिए हैं, वहीं, फिल्म सिंकर ने पहले दिन की एडवॉस बुकिंग से 1.92 करोड़ रुपये कामा लिए हैं और ब्लैक सॉर को मिलाकर फिल्म ने 6.15 करोड़ रुपये का कारोबार कर लिया है, सिंकर ने एडवॉस बुकिंग में 27वीं हिंदी और ऑर्गनाइज्ड 27वीं से 45,778 रुपये जुटाए हैं। फिल्म सिंकर देवभर को 9110 स्क्रीन पर कब्जा कर लिया है, वहीं, रोजनली सिंकर ने महाश्व से 1.24 करोड़ रुपये, दिल्ली से 1.11 करोड़ रुपये, राजस्थान 51.08 लाख रुपये, जबकि कर्नाटक और केरल से क्रमशः 49.94 लाख रुपये और 28.82 लाख रुपये कामा लिए हैं।

चाय को स्वादिष्ट बनाना चाहते हैं? इन सामग्रियों के मिश्रण को उसमें डालें

चाय का नाम सुनते ही मन में ताजगी और सुकून का अहसास होता है, खासकर जब बात मसाला चाय की हो तो इसका स्वाद और भी बढ़ जाता है।

मसाला चाय न केवल स्वादिष्ट होती है, बल्कि इसमें कई स्वास्थ्यवर्धक गुण भी होते हैं।

इस लेख में हम आपको कुछ खास मसाला चाय मिश्रण के बारे में बताएंगे, जिन्हें आप अपने रोजमर्रा के चाय समय को और भी खास बना सकते हैं।

अदरक-इलाइची वाली मसाला चाय बनाने

अदरक और इलाइची का मेल आपको चाय को एक अलग ही स्वाद देता है।

अदरक जहां पाचन क्रिया को सुधारा है, वहीं इलाइची आपके मूड को बेहतर बनाती है।

इस ब्लेंड में आप थोड़ी सी काली मिर्च भी डाल सकते हैं, जो इसे और भी मजेदार बना देती है।

इसे बनाने के लिए पानी में अदरक और इलाइची डालकर उबालें, फिर उसमें अपनी पर्सदीय

चायपत्ती या टी बैग डालें। दूध मिलाकर इसे अच्छे से उबालें और गर्मागर्मी परोसें।

दालचीनी-काली मिर्च को खुशबूदार चाय दालचीनी की मीठी खुशबू और काली मिर्च की तीखी तासीर आपको सुकून और रीताजा कर सकती है।

यह मिश्रण न केवल आपके शरीर को गर्म रखता है बल्कि रोग प्रतिरोधक क्षमता को भी मजबूत करता है।

इसके लिए पानी में दालचीनी की डंडी और कुछ काली मिर्च डालकर उबालें, फिर उसमें अपनी पर्सदीय चायपत्ती या टी बैग वाली चाय मिलाएं। दूध मिलाकर इसे अच्छे से उबाल लें, फिर इसे छानकर पिएं।

तुलसी-पुदीने की ताजगी धरी

तुलसी और पुदीने का संयोजन

मसाला चाय

तुलसी और पुदीने का संयोजन



आपकी दिनचर्या में नई ऊर्जा आ सकता है।

तुलसी जहां रोग प्रतिरोधक क्षमता बढ़ाती है, वहीं पुदीना आपको ठंडा महसूस करवाता है।

इस मिश्रण के लिए पानी में तुलसी की पत्तियां और कुछ पुदीने की पत्तियां डालकर उबालें, फिर उसमें अपनी पर्सदीय चायपत्ती या टी बैग मिलाएं। दूध मिलाकर इसे अच्छे से उबाल लें, फिर इसे छानकर पिएं।

लींग-सॉफ का अनोखा मिश्रण

लींग-सॉफ का मिश्रण आपको थकान से राहत दे सकता है।

लींग जहां एंटीऑक्सीडेंट्स से भरपूर होती है, वहीं सॉफ आपके पेट के लिए फायदेमंद होती है।

इसके लिए पानी में लींग और सॉफ डालकर उबालें, फिर उसमें अपनी पर्सदीय चायपत्ती या टी बैग मिलाएं। अब दूध मिलाकर इसे अच्छे से उबाल लें, फिर इसे छानकर पिएं।

इन सभी मसाला चाय के मिश्रण को आजमाकर आप अपने रोजमर्रा के जीवन में नई ऊर्जा ला सकते हैं।

बॉक्स ऑफिस पर जॉन अब्राहम की द डिलीमेंट की कामाई में गिरावट



जॉन अब्राहम की फिल्म द डिलीमेंट को होली के दिन यानी 14 मार्च को सिनेमाघरों में रिलीज किया गया था। फिल्म को दर्शकों और समीक्षकों से बढ़िया प्रतिक्रिया मिली है, लेकिन बॉक्स ऑफिस पर यह कुछ खास कमाल नहीं दिखा पा रही है। यह पहले दिन से ही टिकट खिड़की पर दर्शकों के लिए तरसती नजर आ रही है। अब फिल्म का कारोबार लाखों में सिमट गया है। आएर बताते हैं द डिलीमेंट ने 12वीं दिन कितने लाख रुपये कामाए। बॉक्स ऑफिस ट्रेकर सैकनलिक के मुताबिक, द डिलीमेंट ने अपनी रिलीज के 12वें दिन यानी दूसरे मंगलवार को 85 लाख रुपये का कारोबार किया, जिसके बाद इसका कुल बॉक्स ऑफिस कलेक्शन 27.40 करोड़ रुपये हो गया है। द डिलीमेंट का निशान शिफ्त नजर ने किया है। जॉन ने फिल्म को नाम भूषण कुमार के साथ किया है। इस फिल्म में सादिका कबीर, कुब्रू मिश्रा और शार्वि शहमी जैसे कलाकारों ने भी अभिनय किया है। यह एक भारतीय डिलीमेंट की कहानी है, जो पाकिस्तान से एक भारतीय लड़की को वापस लाने की कोशिश करता है। इस लड़की को शादी के लिए मजबूर किया जाता है और फिर वो धोखे का शिकार हो जाती है।



शानदार है बदनाम का गाना इंजेक्शन, सुनकर नाचने पर हो जाएंगे मजबूर: निक्की तंबोली

बिग बॉस 14 को पूर्व प्रतियोगी और अभिनेत्री निक्की तंबोली हालिया रिलीज फिल्म 'बदनाम' के इंजेक्शन लगा दो गाने के साथ पंचवीं इंडस्ट्री में डेब्यू कर चुकी हैं। अभिनेत्री ने पाने की खूब तारीफ की और बताया कि यह एक ऐसा गाना है, जिसे सुनकर लोग नाचने पर मजबूर हो जाएंगे।

प्रोजेक्ट को लेकर अपनी उत्सुकता जाहिर करते हुए निक्की ने कहा, मैं पंचवीं इंडस्ट्री में डेब्यू करने और 'बदनाम' का हिस्सा बनने को लेकर बेहद रोमांचित हूँ।

उन्होंने कहा, 'इंजेक्शन लगा दो मुझे' एक ऐसा गाना है, जिसे सुनकर आप नाचने को मजबूर हो जाएंगे और मैं ऐसी शानदार टीम के साथ काम करने के अवसर के लिए बेहद आभारी हूँ।

'इंजेक्शन लगा दो मुझे' गाने को सुनिधि चौहान ने गाया है। रोमांटिक ड्रामा बदनाम फरवरी में रिलीज हुई थी, जिसमें अभिनेता जय रंधावा, रैमिन भर्सी और मुकेश खन्ना मुख्य भूमिकाओं में हैं। निक्की तंबोली के करियर का बड़ा कदम हो चुका है।

इसके बाद वह तमिल एक्शन-हॉरर फिल्म 'कंचन 3' में नजर आईं, जिसमें उनके बिरदार का नाम दिव्या है। उनकी तीसरी फिल्म तेलुगु में 'थियारा मीसम' थी।

निक्की ने 2020 में सलमान खान के हिंदी रिलीज शो बिग बॉस 14 में भी भाग लिया, जहां वह तीसरे स्थान पर रही। इसके बाद वह साल 2021 में रोलिह शेट्टी के स्टंट-आधारित रिलीज शो फिफ्ट फेक्टर: खतरों के खिलाड़ी के 11वें सीजन में दिखाई दीं, जिसे दक्षिण अफ्रीका के केप टाउन में फिल्माया गया था।

शब्द सामर्थ्य -365

(भागवत साहु)

बाएँ से दाएँ

- संबंध, लगाव, नाता, काम
- सिस्सकने की आवाज, सील्कार
- आग की ज्वाला, दहक
- दिव्यासलाई 7, प्रतिकार, प्रथिगोष
- चायपत्ती की दुआएँ, लेगी जा...
- मौतवाली बलरान साहनी,
- मनोजकुमार, राजकुमार,
- कियाड़ की अंदर से बंद करने
- लगा छड़, चरखनी
- मांस के अंत्यंत छोटे टुकड़े
- माथा,
- चचन, जीभ
- रोगियों को स्वस्थ और मृतकों को जीवित कर देने वाला
- एक सुंदर फुलदार वृक्ष
- पत्नी, बीवी
- मसालेदार सुगंधित सूती।
- ऊपर से नीचे
- उचित, उचित, जायज
- फिराड़ की अंदर से बंद करने
- लगा छड़, चरखनी
- मांस के अंत्यंत छोटे टुकड़े
- माथा,
- मस्तक
- कटोरी के आकार का नखीदार पात्र जिसमें तंबाकू रखकर पीते हैं
- 9, रेखा
- खून से लथपथ
- छिपकर बुरी नजर से ताकने की क्रिया, रह रहकर साकने की क्रिया
- 12, व्यापार,
- धंधा
- मृगार करना, साजन
- 18, श्रवणहीनता
- 16, सीमा, हद
- 18, चमड़ा, चाम
- 19, बीड़,
- दवाब।

शब्द सामर्थ्य क्रमांक 364 का हल

मै	दा	न	स	र	ग	म
त्री	सी		क्ष	धु	री	
सा	ह	स				
स्वा	ग	त	स	म	झी	ता
ब	र					
ल	वि	ला	स		दा	म
वी	न	ज	सा	मा	न	ता
ज	वा	हि	या	त		
त	र	की	ब		खा	ली

मौसम बदला विषधियों के कारण बढ़ी चुनौती



कोरबा। ताम्रान का पाग 40 डिग्री तक पहुँचने के साथ कई प्रकार की समस्याएँ सामने आ रही हैं। रात के लिए विषधियों पर नमी वाली चादर का क़दम कर रहे हैं। ऐसे में सर्पदंश की घटनाओं में बढ़ोतरी होना स्वाभाविक है। स्वास्थ्य विभाग ने लोगों से कहा है कि रिहायशी और अन्य क्षेत्रों में गंदगी न होने दें ताकि विषधियों को वहाँ आश्रय लेने में सहूलियत हो। प्रदेश के दूसरे बड़े नालालोक में कोरबा का नाम शामिल हो गया है जबकि जलपुर पहले से ही ठीक है। हाल में ही हुई एक वक्ताश्रम में इस प्रकार के तथ्यों पर रोशनी डाली गई कि कोरबा में जलवायु की अनुकूलता विषधियों को 'परदे' आ रही है और इस चक्कर में इंसानी पाद जलन के ऐसे घटनाओं की रोकथाम और मानव जाति की सुरक्षा को लेकर कई प्रकार के विचार दिए जा रहे हैं। स्वास्थ्य विभाग के अधिकारी ने बताया कि मौसम में परिवर्तन को ध्यान में रखते हुए मेडिकल कॉलेज हॉस्पिटल के अलावा सीएससी और पीएचसी में एंटी लेनक वेनम की व्यवस्था कराई गई है।

नहर में लापता युवक की तलाश जारी
कोरबा। परसायना बालकोनगर के यादव मोहल्ला निवासी अविनाश शर्मा की तलाश जारी है। वहाँ आयु, आदि और दो अन्य मित्र के साथ नहाने के लिए कोरबा के कोहड़िया क्षेत्र की नहर आया हुआ था। इसी दौरान गहराई में जाकर लापता हो गया। पहली दिवस की खोज में नाजेंगे नहीं आए। आज दूसरे दिन भी अपिशर्मा जारी है।

101 जोड़ों का हुआ सामूहिक विवाह
कोरबा। सरकार की कल्याण योजना के अंतर्गत आज कच्छीयों के अग्रज पतिव्रत सभ में 101 जोड़ों का सामूहिक विवाह हुआ। सामाजिक रीति रिवाज के अंतर्गत पतिव्रतों की सेवाएँ इस कार्य में ली गईं। आजीविका कार्यक्रम का आयोजक है। सामाजिक रीति रिवाजों को सामान्य के बजाय धनु के नाम से चेक दिया गया।

पहली साधारण सभा से पहले हर्षिता को बनाया नेता प्रतिपक्ष
कोरबा। पाँच साल के बाद नगर पालिका परिषद की पहली साधारण सभा से पहले नेता प्रतिपक्ष का चयन किया गया। कोरसे पाण्डे हर्षिता सिंह को यह जिम्मेदारी मिली। जबकि कोरसे की टी हरिशंकर अली के अग्रणीयों पर पानी फिर गया जो तोरफे की उम्मीद लगाए हुए थे।

नगर पालिका परिषद दीपिका कोरबा। जिला कोरसे कमेटी ग्रामीण के नए अध्यक्ष मनोज चौहान हाइकमान के आदेश का इंतजार कर रहे हैं। नगर पालिका परिषद व नगर पंचायत में नेता विपक्ष का चयन किया जायेगा। इससे लिए सभी क्षेत्रों में कोरसे कार्यकर्ताओं की बैठक होगी और बैठक होने के बाद नेता विपक्ष का चयन किया जाएगा। बाबंकोमोगर नगर पालिका परिषद में अध्यक्ष के द्वारा कार्यभार ग्रहण कर लिया गया है। उपाध्यक्ष का भी चुनाव हो चुका है। अब नेता विपक्ष का इंतजार है। इसी तरह पाली में भी नेता विपक्ष के चयन के लिए जिला ग्रामीण अध्यक्ष बैठक बुलाने वाले हैं। उन्होंने कहा कि सभी क्षेत्रों में कोरसेमियों के फोन उनके पास लगाए गए हैं।

नेता विपक्ष के लिए आदेश का इंतजार
कोरबा। जिला कोरसे कमेटी ग्रामीण के नए अध्यक्ष मनोज चौहान हाइकमान के आदेश का इंतजार कर रहे हैं। नगर पालिका परिषद व नगर पंचायत में नेता विपक्ष का चयन किया जायेगा। इससे लिए सभी क्षेत्रों में कोरसे कार्यकर्ताओं की बैठक होगी और बैठक होने के बाद नेता विपक्ष का चयन किया जाएगा। बाबंकोमोगर नगर पालिका परिषद में अध्यक्ष के द्वारा कार्यभार ग्रहण कर लिया गया है। उपाध्यक्ष का भी चुनाव हो चुका है। अब नेता विपक्ष का इंतजार है। इसी तरह पाली में भी नेता विपक्ष के चयन के लिए जिला ग्रामीण अध्यक्ष बैठक बुलाने वाले हैं। उन्होंने कहा कि सभी क्षेत्रों में कोरसेमियों के फोन उनके पास लगाए गए हैं।

ढाई लाख क्षतिपूर्ति पर बनी बात, आधी रात को मुख्य मार्ग हो सका बहाल

ग्रामीण की मौत से आक्रोशित लोगों ने रोके वाहनों के पहिए

कोरबा। कोरबा-चांपा नेशनल हाईवे 49वीं पर ओवर स्पॉन्डिंग के कारण लगातार हादसे हो रहे हैं। छोटी गाड़ियों पर चलने वाले अथवा रिहायशी क्षेत्रों के लोगों को सड़क पार करने के दौरान बड़ी कोमल चुकानी पड़ रही है। सरगंधिया की पिछली रात हुए हादसे में एक ग्रामीण की मौत ने लोगों को नाराज कर दिया। इसके चलते कई घंटे वाहनों के पहिए धरे रहे। लोगों की ज़िद और तेवर के आगे अधिकारी लाचार बने रहे। मध्य राति ढाई लाख रुपए का मुआवजा शुरूआती तौर पर देने से बात बनी और सड़कमार्ग खल्ल हुआ।

उत्पादना क्षेत्र के अग्रणी सरगंधिया में बनाहिया यादव नामक ग्रामीण को मीन मालवाहक की ट्रकसर से हो गई। यह शाम होने के कुछ देर बाद मुख्य से अलावा की कर राहा था तभी घाटी बालन ने उसे चपेट में लिया। पतवार पर हुए हादसे की खबर से आपापन के लोग सज्जिद हुए। आनन-फ़ानन में उनकी उम्मीदवर्ती मौत पर दवा हुई और चक्काजाना शुरू हो गया। इसके चलते कोरबा और चांपा की दिशा में वाहनों का आना-जाना बाधित हुआ। घटना की खबर होने पर उत्पन्न पुलिस की टीम बाढ़ पहुँची। प्रहसन कर रहे लोगों को समझाईश दी गई थी लेकिन वे इस पर मानने को तैयार नहीं हुए। उन्होंने कई माँग रखी। इसकी पूर्ति के बिना वे हटने की तैयार नहीं थे। देखाते में अनुसूच प्रशासन के अधिकारियों को बाढ़ में यहाँ आना पड़ा। बताया गया कि प्रबंधकों के अंतर्गत शुरूआती राहत राशि मुक के परिजनों को उपलब्ध कराई गई। इसके

साथ ढाई लाख की क्षतिपूर्ति भी देने की बात हुई जिस पर लोग मान गए। रात 12 बजे उन्होंने यहाँ चक्काजाना समाप्त किया। उन्हें आवश्यक कराया कि दूसरे प्राधान्यों और सामाजिक सुरक्षा के तहत भी ग्राहव की व्यवस्था कराई जाएगी। उत्पन्न पुलिस ने इस मामले में बनाहिया यादव की मौत के लिए टीओ महान के चालकर पर बीएनएस की धाराओं में अपराध प्रमाणित किया है और आगे की कार्यवाही कर रही है।

दुर्घटना के ग्राफ में कमी आने के बजाय बढ़ोतरी
जिले में सड़क दुर्घटनाओं की रोकथाम को लेकर कई स्तर पर काम किया जा रहा है और कई प्रकार के राष्ट्रीय भी किए जा रहे हैं लेकिन इन सबके बावजूद पूरे मामले में कमी तो नहीं आ रही है बल्कि बढ़ोतरी जबरन कर रही है। बताया जा रहा है कि रफ़ार पर अंकुश नहीं होने, कम समय में अधिक ट्रिप लगाने, ज्यादा लाभ अर्जित करने एवं प्रतिव्योगिता के दौर में आगे निकलने का चक्कर दुर्घटनाओं के लिए जिम्मेदार है। पिछले पाँच श्राव्य के नो में गाड़ी चलाने के 100 से अधिक मामले प्रकाश में आए। इसी पर संबंधितों का चालान कोर्ट में किया गया और भारी भकम पेनाल्टी की गई। मोटर वाहन एक्ट और 185 के प्रकरणों को बनने के साथ पुलिस जागरूकता की दिशा में भी काम कर रही है। इतना सबकुछ होने पर भी परिणाम सिफर हैं।

10 लाख ध्वज बिके अब तक

कई दुकानों में खत हुआ भागा कपड़ा
कोरबा। चैत्र पंचमिया ध्वज नवरात्रों की लकर उल्लास कागम जबर आ रहा है। व्यापक स्तर पर सौंदर्य तैयारी कर रहे हैं और लोग भी। अब तक 10 लाख भागा खत कोरबा जिले में बिक चुके हैं। प्रतिपदा को दिन बचे हैं। इस अवधि में भी काफी मात्रा में नवी हुई खेप निकल रकहाँ हैं।

कोरबा नगर के सीतामण, पुराना बस स्टैंड, टीपी नगर, कोसाकडी सहित उपनगरीय क्षेत्रों व कच्छीयों, कोरबा, पाली से मिली खबरों में बताया गया कि आमजन: तैयारी के दौर में अब तक बड़ी मात्रा में ओपे, चय श्रौमय व स्वास्तिक प्रतीक बिकते

कोलकाता से इसकी खेप बुलवाएँ। खबर के अनुसार कोरबा में होलसर कपड़ा की दुकानों में भागा की धान खरप हो गई है। नए आँदर की खेप बढ़ाया गया है।

ढाँवर मोहल्ला में ट्रैक्टर ने बाइक को ठोका, एक की मौत
कोरबा। कामकाज करने के लिए जा रहे तीन ग्रामीण ट्रैक्टर की चपेट में आ गए। दुर्घटना में एक की मौत हो गई, जबकि दो घायल हो गए। पीड़ितों को पाली के सरकारी अस्पताल में भर्ती कराया गया है। पुलिस ने ट्रैक्टर चालक के खिलाफ अपराध दर्ज किया है।

पुलिस ने बताया कि पाली के टाँवर मोहल्ला में आज सुबह यह दुर्घटना हुई। मौके से एक ट्रैक्टर अपने गंत्य को जा रहा था। सराईपाली में रहने वाले तीन ग्रामीण कामकाज के सिलसिले में बाइक से दूसरी तरफ जा रहे थे। घटना स्थल पर ट्रैक्टर चालक की लापरवाही से बाइक चपेट में आ गई। 30 वर्षीय

जिंदद यादव पिता पन्नालाल यादव को गंभीर चोट आई और मौके पर मौत हो गई। सराईपाली निवासी दुलार सिंह और अमर सिंह इसी बाइक पर सवार थे। उन्हें बंटे अंग हैं। स्थानीय लोगों ने पुलिस को इसकी सूचना दी जिस पर पुलिस की टीम घटना स्थल पर पहुँची। जिंदद और पीड़ितों की तुरंत अस्पताल भिजवाया गया। डॉक्टर ने परीक्षण के साथ जिंदद के मृत होने की पुष्टि की। दो पीड़ित युवकों को भर्ती किया गया है। उनका उपचार जारी है। लापरवाहीपूर्वक वाहन चलाकर घटनाकारित करने पर मामला कायम किया गया और जांच शुरू की गई।

बांकी में रहेगी मेले की धूम

कोरबा। बांकी चंडी महोत्सव में चैत्र नवरात्रि पर्व पर ज्योति कलश प्रज्वलित किए जा रहे हैं और इस अवसर पर मेले भी लगाई जाएगी। जिसकी तैयारी शुरू कर दी गई है। महोत्सव में रंग-रंगन का कार्य हो चुका है और सारांश और सजावट का कार्य जारी है। मेले में दुकान लाने के लिए व्यापारी पहुँचने लगे हैं। इस मेले में खुले भी आते हैं। मेले को सफल बनाने के लिए प्रदीप अग्रवाल, राकेश अग्रवाल, बल्लू ठाकुर, गजु ठाकुर, चिंशर बर्मन, धुव यादव, पदुम यादव, जनक यादव, रातु विश्वकर्मा सहित अनेक सदस्य जुटे हुए हैं।

झूलेलाल जयंती पर कराई सिंधी प्रीमियर लीग

कोरबा। सिंधी समाज के आरथ्य देव श्री वरुण देव के अवतार भावाना झूलेलाल की की 1075 वीं जयंती पर चैत्रपंचम महोत्सव 2025 के अवसर पर समाज के युवाओं द्वारा कोरबा में पहली बार चूच्य सिंधी पंचायत के मार्गदर्शन हुए कार्यक्रम में सिंधी प्रीमियर लीग का आयोजन सीएससी ग्राउंड में हुआ। इस शानदार आयोजन का उद्घाटन सिंधी समुदाय के प्रमुख समाजिक कार्यकर्ताओं द्वारा

किया गया। यह आयोजन सिंधी युवाओं की खेल के क्षेत्र में उत्कृष्टता प्राप्त करने के लिए प्रेरित करने और आने वाले समय में इस प्रकार के आयोजनों को बढ़ावा मिलेगा

किया गया। यह आयोजन सिंधी युवाओं की खेल के क्षेत्र में उत्कृष्टता प्राप्त करने के लिए प्रेरित करने और आने वाले समय में इस प्रकार के आयोजनों को बढ़ावा मिलेगा

टीबी जागरूकता को बढ़ाने बालको के निक्षय मित्र कर रहे काम

बालकोनगर। वेदांता समूह की कंपनी भारत एल्यूमिनियम कंपनी लिमिटेड (बालको) ने विश्व स्तरीय दिवस पर बालको और जिला स्वास्थ्य विभाग ने 'निक्षय मित्र' को उनके निराल सखीय के लिए सम्मानित किया। प्रथमस्ती टीबी मुक्त भारत अभियान' में सहयोग देने के उद्देश्य से बालको ने अपनी सामुदायिक विकास परियोजना आयोग के अंतर्गत कोरबा स्वास्थ्य विभाग के साथ मिलकर 2023 में निक्षय मित्र पहल शुरू की। स्वास्थ्य एवं परिवार कल्याण मंत्रालय, भारत सरकार एवं जिला स्वास्थ्य विभाग ने कंपनी द्वारा उचित आहार सेवन और पोषण सुनिश्चित करने वाले इस अभियान के लिए बालको को सराहना की है।

निक्षय मित्र पहल में बालको के कर्मचारी, 6 महीने तक टीबी मरीजों को खींचक मदद करते हुए उन्हें पोषण आहार बायोटैट की सहायता प्रदान करते हैं। टीबी पीड़ितों के स्वास्थ्य सुधार में जटिल पोषण की अहम भूमिका होती है। सुसंतुलित आहार से रोग प्रतिरोधक क्षमता तथा स्वास्थ्य बेहतर होता है जिससे टीबी की रक्षाओं का असर भी बढ़ता है। निक्षय मित्र के तहत कंपनी के 25 कर्मचारियों ने समुदाय में 33 टीबी मरीज को पोषण आहार की आर्थिक मदद की है। इस दौरान लगभग 90 कोरबा मरीजों को टीबी के चुके हैं और बाकी मरीजों के स्वास्थ्य में सुधार हुआ है। टीबी के मरीजों ने अपने स्वास्थ्य को बेहतर बनाने के लिए आभार जताया है।

बालको के मुख्य कार्यकारी अधिकारी एवं निदेशक राजेश कुमार ने कहा कि कंपनी अपने संयंत्र के आसपास के समुदायों के लिए स्वास्थ्य सेवाओं तक आसान पहुँच सुनिश्चित करने के लिए दशगति है। जागरूकता कार्यक्रम से समुदाय में टीबी रोग के रोकथाम और पहचान करने में आसानी हुई है। समुदाय के स्वास्थ्य की देखभाल की सुनिश्चित करने हमारी प्राथमिकता है। हमारा लक्ष्य

इस क्षेत्र में चिकित्सा सेवाओं को बढ़ाना है और इसके साथ दूरस्थ क्षेत्रों में रहने वाले लोगों के जीवन की गुणवत्ता में सुधार करना है। बालको के टीबी मुक्त अभियान की सफलता का हार कोरबा के मुख्य चिकित्सा अधिकारी डॉ. एस. एन. केरारी ने कि हमें कोरबा को टीबी मुक्त बनाया है। उन्होंने कहा कि सभी जागरूक सदस्य समुदाय में टीबी रोग निर्यंग और रोकथाम पर चर्चा करते जागरूकता बढ़ाने का कार्य करें। प्रशिक्षण में मिली दशगति है।

जिले के टीबीक प्रभारी डॉ. पीएम रिफाई मोगा के मार्गदर्शन में स्थानीय टीम कामकाज को अंजाम देने में लगी

पेवर ब्लॉक
सीधे से डिजिटल (राखड़ मुलत) उच्च बायलेटी के पेवर ब्लॉक
जिप्लेक आई कॉस्मिक बार्फी एक्सकॉन
एवं अन्य प्रकार के डिजाइन में
उचित मूल्य पर उपलब्ध
बैकर टाईन्स
पेट्रोल पंप के लिए स्तर मोनर जिप्लेक भी उपलब्ध है।
संपर्क करें - 94255-40449
ऐरन इंटरप्राइजेस
कोरबा (छ.ग.)

AXOR Vega
ISI हेलेमेट उपलब्ध
वेगा कंपनी के हेलेमेट के विभिन्न वैरायटी उपलब्ध है।
बासु टायर्स
मायस्टी सड़िक के पास, टी.पी.नगर, कोरबा (छ.ग.)
7828364476

शादी कार्ड एवं थैला प्रिंट
अभिषेक ऑफसेट प्रिंटर्स
होटल आकाश के बज में टी.पी. नगर, कोरबा 9425223290, 9691071600