

आम आदमी[®]

एक आम इंसान की सोच



**योजगार बढ़े, अवसर बढ़े
बदली किट्ठता^{और}**



8

खेल अकादमियों से खिलाड़ियों को
विश्वस्तरीय सुविधाएं



12

न टिन, न सीगेंट शेड के नीचे लगेगी क्लास



28

गजरेणा की बड़ी नजदूरी

SWITCH TO ORGANIC

Because Immunity Is What You Eat



ORGALIFE[®] ORGANIC STORE



All Product Range Available At Orgalife Exclusive Store

OPP. SHRI RAM MANDIR, SHOP No.15, VIP CHOWK, RAIPUR (C.G.)



- प्रबंध संपादक : उमेश के बंसी
- संकुलेशन इचार्ज : प्रकाश बसी
- रिपोर्टर : नेहा श्रीवास्तव
- कंटेंट राइटर : प्रशांत पारीक
- क्रिएटिव डिजाइनर : देवेन्द्र देवांगन
- मैग्जीन डिजाइनर : युनिक ग्राफिक्स
- मार्केटिंग मैनेजर : किरण नायक
- एडमिनिस्ट्रेशन : निरुपमा मिश्रा
- अकाउंट असिस्टेंट : प्रियंका सिंह
- ऑफिस कॉर्डिनेटर : योगेन्द्र बिसेन



छत्तीसगढ़ का दृष्टिया राम वनगमन

मुख्यमंत्री भूपेश बघेल ने चंदखुरी स्थित माता कौशल्या मंदिर में वर्ष 2019 में भूमिपूजन कर राम वनगमन पर्यटन परियथ के निर्माण की शुरुआत की थी।

दृष्टि अंक भू

6



नियमितिकरण होगे आसान: अकबर

विधानसभा में अनधिकृत विकास का नियमितिकरण (संशोधन) विधेयक पारित



श्रमिकों के बच्चों को शैक्षणिक छात्रवृत्ति

श्रम मंत्री ने हितग्राही छात्र-छात्राओं को छात्रवृत्ति प्रदान किया।



आंगनबाड़ी में फिर लौटेगी रौनक

गुड गवर्नेंस इंडेक्स ग्रुप बी के राज्यों में छत्तीसगढ़ पहले स्थान पर



जस झंकरी में दिखती है संस्कृति की झलक

सिरसाखुर्द में 45 लाख से अधिक के विकास कार्यों की सौगात



छत्तीसगढ़ में भूपेश है तो भरोसा है महापौर ढेबर

महापौर ने विकास निधि बढ़ोत्तरी पर सीएम का जताया आभार



जाने आप किस टाइप की माँ हैं

माँ प्यारी हैं और अपने बच्चों को उतना ही प्यार करती हैं।

विजय के लिए फैसले

छ

तीसगढ़ में कांग्रेस सत्ता में होने की वजह से काफी मजबूत है और खैरगढ़ में उपचुनाव हो रहे हैं। जिसके विजय के लिए बेहद अच्छे-अच्छे फैसले लिए जा रहे हैं। हालांकि चुनाव के बाद परिणाम में फैसले का स्वागत हुआ या फिर नहीं, यह देखने वाली बात रहेगी। वैसे छत्तीसगढ़ के मुख्यमंत्री भूपेश बघेल ऐसे ही सजग नेता है, वह निरंतर ऐसे फैसले करते आ रहे हैं जिससे अगले चुनाव में कांग्रेस को जीतने में कोई परेशानी न हो। हर फैसले से कांग्रेस का बोट बैंक बढ़ा है तथा उसका जनाधार मजबूत हुआ है। उन्होंने किसान न्याय योजना से किसानों के बीच, मजदूर न्याय योजना से भूमिहीन मजदूर, वनोपज की खरीदी समर्थन मूल्य पर खरीदी कर आदिवासियों के बीच, राज्य पीएससी की फीस स्थानीयों के लिए माफ करके युवाओं के बीच, राजीव मितान क्लब को साल में एक लाख रुपए देकर राज्य के युवाओं के बीच, गोबर खरीदी, गौठानों में खाद निर्माण आदि रोजगारमूलक कार्यों ग्रामीण युवाओं व महिलाओं के बीच कांग्रेस के जनाधार को मजबूत किया है। कांग्रेस की योजनाओं के लाभार्थियों का एक बड़ा बोट बैंक तो तैयार किया है। हाल में पुरानी पेशन योजना बहाल कर शासकीय कर्मियों के बीच कांग्रेस की लोकप्रियता बढ़ाई है। सभी सासकीय कर्मचारी इससे खुश हैं तथा सीएम भूपेश बघेल का सम्मान कर रहे हैं। हाल ही में भूपेश बघेल ने अन्य पिछड़ा वर्ग को एक कार्यक्रम में यह कहकर संतुष्ट किया है कि राज्य सरकार ओबीसी को 27 प्रतिशत आरक्षण देगी। भूपेश बघेल ने पिछड़ा वर्ग को अपने से इसलिए जोड़ रखा है कि यह वर्ग राज्य का सबसे बड़ा बोट बैंक है। हाल ही हुई ओबीसी की जनगणना में बताया गया था कि राज्य में ओबीसी 1 करोड़ 18 लाख है। राज्य की आबादी तीन करोड़ मान ली जाए तो भी ओबीसी राज्य का सबसे बोट बैंक तो है ही। भूपेश बघेल ने इसे साथ लिया तो कांग्रेस की सत्ता वापसी आसान हो जाएगी। देश ही नहीं प्रदेश की राजनीति में भी ओबीसी का अपना महत्व है। इस बात को सबसे पहले पीए मोदी ने समझा और भाजपा की जीत के लिए ओबीसी को भाजपा से जोड़ा। वह खुद ओबीसी से आते हैं, इसलिए ओबीसी मानते हैं कि मोदी की ओबीसी के सबसे बड़े नेता है। छत्तीसगढ़ में मुख्यमंत्री भूपेश बघेल खुद ही ओबीसी के नेता है। इसलिए उन्हें ओबीसी से कांग्रेस को जोड़ने में कोई दिक्कत नहीं हुई। उन्होंने ओबीसी को आश्वस्त किया है उनको 27 प्रतिशत आरक्षण सरकार जरूर दिलाएंगी। आज छत्तीसगढ़ में भाजपा के पास सरकार के खिलाफ कहने को कुछ खास नहीं है तथा करने को भी कुछ खास नहीं है। भूपेश बघेल ने करने योग्य ज्यादातर काम कर दिए हैं। अपने काम के कारण ही भूपेश बघेल आज राज्य के विभिन्न वर्गों में सराहे जा रहे हैं।



उमेश के बंसी
(प्रवंश संपादक)



आवास, व्यावसायिक दुकानों के नियमितिकरण होंगे आसान: अकबर

// विधानसभा में अनधिकृत विकास का नियमितिकरण (संशोधन) विधेयक पारित //

छ तीसगढ़ के रहवासियों के लिए उनके आवास, व्यावसायिक प्रतिष्ठानों, प्रभावशील भू-उपयोग आदि निर्माण कार्यों का नियमितिकरण कराना अब और अधिक आसान हो जाएगा। छत्तीसगढ़ विधानसभा में आज आवास एवं पर्यावरण मंत्री मोहम्मद अकबर द्वारा प्रस्तुत छत्तीसगढ़ अनधिकृत विकास का नियमितिकरण (संशोधन) विधेयक पारित किया गया। संशोधन विधेयक के अनुसार राज्य के निवेश क्षेत्र के अंतर्गत जहां भी अनियमित विकास हुए हैं उन्हें नियमित कराया जा सकेगा। विधेयक में नियमितिकरण के प्रावधानों को पहले से अधिक शिथिल कर दिया गया है। आवास एवं पर्यावरण मंत्री ने कहा कि छत्तीसगढ़ अनधिकृत विकास नियमितिकरण (संशोधन) विधेयक

में भूमि उपयोग में परिवर्तन करने पर कलेक्टर गाइडलाइन का 5 प्रतिशत अतिरिक्त शमन शुल्क अधिरोपित की जावेगी। साथ ही अनधिकृत विकास की प्रकरण में यदि नियमानुसार पार्किंग की व्यवस्था उपलब्ध नहीं है, तो पार्किंग हेतु अतिरिक्त शास्ति राशि जमा किया जा कर नियमितिकरण कराया जा सकेगा। इसके अलावा गैर लाभ अर्जित करने वाली संस्थाओं को शास्ति में 50 प्रतिशत तक छूट होगी। इसके साथ ही अनधिकृत विकास के प्रकरणों में यदि स्थल पर नियमानुसार मार्ग की चौड़ाई उपलब्ध नहीं है तथा स्थल पर विद्यमान गतिविधियों से किसी प्रकार का लोकहित प्रभावित नहीं होने पर नियमितिकरण किया जा सकेगा।



छत्तीसगढ़ के पर्यटन को नई पहचान दे रहा है श्रीराम वन गमन परिपथ

कोरिया से सुकमा तक 2260 कि.मी. तक हर कदम में होंगे भगवान श्रीराम के दर्शन

छत्तीसगढ़ का दूसरा राम वनगमन

गुख्यमंत्री भूपेश बघेल ने चंदखुरी स्थित माता कौशल्या मंदिर में वर्ष 2019 में भूमिपूजन कर राम वनगमन पर्यटन परिपथ के निर्माण की शुरूआत की थी। इस परिपथ में आने वाले स्थानों को रामायणकालीन थीम के अनुरूप सजाया और संवारा जा रहा है। छत्तीसगढ़ शासन की इस महात्वाकांक्षी योजना से भावी पीढ़ी को अपनी सनातन संस्कृति से परिचित होने के अवसर के साथ ही देश-विदेश के पर्यटकों को उच्च स्तर की सुविधाएं भी प्राप्त होती है। 07 अक्टूबर 2021 को तीन दिवसीय भव्य राष्ट्रीय आयोजन के साथ माता कौशल्या मंदिर, चंदखुरी के सौंदर्यकरण एवं जीर्णोद्धार कार्यों का लोकार्पण मुख्यमंत्री द्वारा किया गया है, जिसके पश्चात पर्यटकों की संख्या में अत्यधिक वृद्धि हुई है, जो कि राम वनगमन पर्यटन परिपथ निर्माण की सफलता का परिचायक है। छत्तीसगढ़ की संस्कृति एवं परम्परा में प्रभु श्री राम रचे-बसे है। जय सिया राम के उद्घोष के साथ यहाँ दिन



की शुरूआत होती है। इसका मुख्य कारण है कि छत्तीसगढ़ वासियों के लिए श्री राम केवल आस्था ही नहीं है बल्कि वे जीवन की एक अवस्था और आदर्श व्यवस्था भी हैं। छत्तीसगढ़ में उनकी पूजा भांजे के रूप में होती है। रायपुर से महज 27 कि.मी. की दूरी पर स्थित चंदखुरी, आरंग को माता कौशल्या की जन्मभूमि और श्रीराम का ननिहाल माना जाता है। छत्तीसगढ़ का प्राचीन नाम दक्षिण कोसल है।

रघुकूल शिरोमणि श्रीराम की जन्मभूमि अयोध्या है लेकिन छत्तीसगढ़ उनकी कर्मभूमि है। वनवास काल के दैरान अयोध्या से प्रयागराज, चित्रकूट सतना गमन करते हुए श्रीराम ने दक्षिण कोसल याने छत्तीसगढ़ के कोरिया जिले के भरतपुर पहुंचकर मर्वई नदी को पार कर दण्डकारण्य में प्रवेश किया। मर्वई नदी के टट पर बने प्राकृतिक गुफा मंदिर, सीतामढ़ी-हरचौका में पहुंचकर उन्होंने विश्राम किया। इस तरह रामचंद्र जी के वनवास काल का छत्तीसगढ़ में पहला पड़ाव भरतपुर के पास सीतामढ़ी-हरचौका को माना जाता है। छत्तीसगढ़ की पावन धरा में रामायण काल की अनेक घटनाएं घटित हुई हैं जिसका प्रमाण यहाँ की लोक संस्कृति, लोक कला, दंत कथा और लोकोक्तियां हैं। राम वन गमन पर्यटन परिपथ के अंतर्गत प्रथम चरण में सीतामढ़ी-हरचौका (जिला कोरिया), रामगढ़ (जिला सरगुजा), शिवरीनारायण (जिला जांगीर-चांपा), तुरतुरिया (बलौदाबाजार), चंदखुरी (रायपुर), राजिम (गरियाबंद), सिहावा सप्तऋषि आश्रम (धमतरी), जगदलपुर (बस्तर) और रामाराम (सुकमा) शामिल हैं। लगभग 133 करोड़ 55 लाख रुपए की लागत से इन क्षेत्रों में पर्यटन के विकास का कार्य मुख्यमंत्री श्री भूपेश बघेल के निर्देश पर लगातार जारी है। श्री राम वन गमन पर्यटन परिपथ के माध्यम से राज्य में न केवल ग्रामीण पर्यटन को बढ़ावा मिल रहा है साथ ही पर्यटन के क्षेत्र में नए वैशिक अवसर भी बढ़ रहे हैं। पर्यटन में रोजगार के अवसर बढ़ने के साथ ही श्री राम वन गमन पथ ग्रामीण अर्थव्यवस्था को स्वावलंबी और मजबूत बनाएगा।

2022-23 का बजट प्रावधान

खेल प्रतियोगिताओं में खिलाड़ियों की भागीदारी सुनिश्चित करने के साथ ही उत्कृष्ट प्रदर्शन करने वाले खिलाड़ियों के लिए पुरस्कार एवं प्रोत्साहन के लिए ग्रामीण खेलकुद प्रतियोगिता मद में 1 करोड़ 50 लाख रुपए का प्रावधान किया गया है। इनमें पुरस्कार के लिए एक करोड़ रुपए एवं प्रोत्साहन एवं नगद पुरस्कार के लिए 3 करोड़ रुपए शामिल है। खेल अकादमियों के लिए इस बार के बजट में 6 करोड़ 47 लाख 75 हजार रुपए का प्रावधान किया गया है। इनमें रायपुर के खेल अकादमी के लिए 3 करोड़ 84 लाख 67 हजार रुपए एवं बिलासपुर में खेल प्रशिक्षण अकादमी के लिए 2 करोड़ 23 लाख 28 हजार रुपए शामिल है। छत्तीसगढ़ खेल विकास प्राधिकरण के लिए इस बार के बजट में एक करोड़ 50 लाख का प्रावधान किया गया है। मुख्यमंत्री खिलाड़ी प्रोत्साहन योजना के लिए इस बार के बजट में 50 लाख

रुपए का प्रावधान किया गया है। इस योजना के माध्यम से राष्ट्रीय एवं अंतर्राष्ट्रीय प्रतियोगिता में भागीदारी करने पर आर्थिक सहायता, उच्चस्तरीय खेल प्रशिक्षण, खेल सामग्री की सुविधा खिलाड़ियों को प्रदान की जाएगी। इसके अलावा राज्य के प्रतिभावान खिलाड़ियों, पर्वतारोही एवं युवाओं को भी यह प्रोत्साहन दिया जाएगा। गली-गली में खेलों का माहौल तैयार करने के उद्देश्य से राज्य खेल महोत्सव योजना प्रारंभ की गई है। इसके माध्यम से ग्रामीण एवं शहरी युवा खिलाड़ियों को अपनी खेल प्रतिभा व कौशल प्रदर्शन करने का अवसर प्राप्त होगा। महिलाओं में खेलों के प्रति जागृति उत्पन्न करने के लिए महिला खेल प्रतियोगिता का आयोजन विकासखंड स्तर से राज्यस्तर पर किया जाएगा। इसके लिए इस बार के बजट में 2 करोड़ रुपए की राशि रखी गई है।



विश्वस्तरीय खेल सुविधाओं की उपलब्धता से खिलाड़ियों को भिलोगा लाभ

छत्तीसगढ़ में खेलों के लिए एक बेहतर महौल तैयार होने लगा है। मुख्यमंत्री भूपेश बघेल और खेल एवं युवा कल्याण मंत्री उमेश पटेल की पहल से प्रदेश में अलग-अलग खेलों के विकास के लिए विश्वस्तरीय अधोसंरचना का निर्माण कार्य जारी है। खिलाड़ियों को पर्याप्त सुविधा मुहैया कराने सरकार ठोस कदम उठा रही है।

खिलाड़ियों को अंतर्राष्ट्रीय स्तर पर तैयार करने की दिशा में छत्तीसगढ़ खेल विकास प्राधिकरण के अधीनस्थ खेल अकादमियों का गठन किया गया है। सरकार खिलाड़ियों को प्रोत्साहन राशि भी दे रही है। छत्तीसगढ़ के पारंपरिक खेलों को बढ़ावा देने के लिए युवा उत्सव के दौरान प्रदेश की राजधानी सहित जिलों में भौंरा, गेंडी दौड़ और फुगड़ी जैसे पारंपरिक खेल अयोजित हुए हैं।

प्रदेश में रायपुर, बिलासपुर, राजनांदगांव और जशपुर में अंतर्राष्ट्रीय स्तर के हॉकी स्टेडियम बन कर तैयार हैं। अकादमी संचालन के लिए सीएसआर मद से उद्योग एक खेल एवं स्टेडियम का चयन कर खिलाड़ियों को प्रशिक्षण, खेल सामग्री की उपलब्धता आदि का बेहतर प्रशिक्षण की व्यवस्था होगी। इसी कड़ी

स्टेडियम के रख-रखाव, कोच नियुक्ति, खाद्य एवं आवासीय प्रबंधन की व्यवस्था सुनिश्चित की गई है। मुख्यमंत्री बघेल की पहल पर गठित खेल विकास प्राधिकरण का मुख्य उद्देश्य खेल के क्षेत्र में नीतिगत निर्णय, सृजित संपत्तियों का संधारण व संरक्षण के साथ ही खेल अधो-संरचनाओं के उपयोग एवं विकास, खिलाड़ियों को खेल संसाधनों की उपलब्धता आदि का

क्रियान्यवन कियाजाएगा। राज्य के खिलाड़ियों को बेहतर वैज्ञानिक तरीकों से आधुनिक खेल प्रशिक्षण देकर उन्हें भविष्य के लिए तैयार करने के उद्देश्य से खेल अकादमियों का निर्माण किया जा रहा है। इन अकादमियों में अंतर्राष्ट्रीय स्तर की अधोसंरचना, मानक खेल सामग्री के साथ बेहतर प्रशिक्षण की व्यवस्था होगी। इसी कड़ी

एवं तीरंदाजी अकादमी का संचालन किया जा रहा है। बिलासपुर के ग्राम शिवतराई में गैर आवासीय तीरंदाजी प्रशिक्षण उपकेन्द्र संचालित है। जगदलपुर में शहीद गुण्डाधुर राज्यस्तरीय तीरंदाजी अकादमी की स्थापना की तैयारी शुरू हो गई है। मुख्यमंत्री भूपेश बघेल ने इस बारे

के बजट में नारायणपुर जिले में मल्लखंभ अकादमी की स्थापना की घोषणा की है। इसके लिए वित्तीय वर्ष 2022-23 के बजट में 2 करोड़ 83 लाख रुपए का प्रावधान किया गया है। टेनिस खेल के लिए राज्य में बेहतर सुविधा विकसित हो इसके लिए लाभांदी रायपुर में अंतर्राष्ट्रीय स्तर के टेनिस स्टेडियम एवं अकादमी का निर्माण किया जा रहा है। रायपुर में ही बैडमिंटन अकादमी शुरू करने की घोषणा मुख्यमंत्री द्वारा की गई है।

श्रम मंत्री डॉ. डहरिया ने हितग्राही छात्रों को चेक प्रदान कर छात्रवृत्ति वितरण का किया शुभारंभ



श्रमिकों के बच्चों को शैक्षणिक छात्रवृत्ति

नगरीय प्रशासन, विकास एवं श्रम मंत्री डॉ. शिवकुमार डहरिया ने रायपुर में छत्तीसगढ़ श्रम कल्याण मंडल की शैक्षणिक छात्रवृत्ति योजना के अंतर्गत श्रमिकों के बालक-बालिकाओं को वर्ष 2021-22 के लिए हितग्राही छात्र-छात्राओं को चेक प्रदान कर छात्रवृत्ति वितरण किया। राज्य के विभिन्न जिलों के लिए करीब 1682 श्रमिकों के बच्चों को 42 लाख 33 हजार 500 रुपए की छात्रवृत्ति का वितरण चेक और

आरटीजीएस के माध्यम से किया गया।

श्रम मंत्री डॉ. डहरिया ने कहा कि श्रम विभाग के अधिकारियों को छत्तीसगढ़ श्रम कल्याण मंडल की शैक्षणिक छात्रवृत्ति योजना के तहत पंजीकृत श्रमिकों के सभी बालक-बालिकाओं जो स्कूल एवं कॉलेजों में अध्ययनरत हैं, उन्हें लाभांशित करें। उन्होंने कहा कि हितग्राही छात्र-छात्राओं को मेहनत एवं लगन से अध्ययन करने कहा। उन्होंने कहा कि छात्रों को छत्तीसगढ़ शासन द्वारा मदद दी जाएगी। श्रम कल्याण मंडल के अधिकारियों

ने बताया कि श्रमिकों के अध्ययनरत बच्चों को कक्षा पहली से आठवीं तक एक हजार 500 रुपए, कक्षा नवमी से बारहवीं तक तीन हजार रुपए, स्नातक स्तर बी.ए., बी.कॉम, बी.एस.सी., आईटीआई एवं नसिंग इत्यादि को पांच हजार रुपए, स्नातक स्तर के व्यवसायिक पाठ्यक्रम इंजीनियरिंग, मेडिकल एवं अन्य छात्रों को आठ हजार रुपए और स्नातकोत्तर के छात्रों को दस हजार रुपए की छात्रवृत्ति प्रतिवर्ष प्रदान की जाएगी। श्रम कल्याण मंडल के अधिकारियों

कन्या विवाह योजना से प्रत्येक वर्ग को फायदा : भेंडिया

मुख्यमंत्री कन्या सामूहिक विवाह के तहत जिला मुख्यालय बलरामपुर के हाईस्कूल ग्राउण्ड में महिला एवं बाल विकास विभाग द्वारा 280 जोड़ों का विवाह हुआ। इनमें 263 हिन्दू एवं 17 ईसाई जोड़े शामिल थे, जिनका उनके रीतिरिवाज से विवाह संपन्न कराया गया। इस समारोह में महिला एवं बाल विकास मंत्री अनिला भेंडिया नवविवाहित वर-वधुओं को आशीर्वाद देने पहुंची। उन्होंने नव दम्पतियों को सफल वैवाहिक जीवन की बधाई एवं शुभकामनाएं दी।



ग

ती भेंडिया ने कहा कि आज काफी खुशी का दिन है, जहां हम 280 जोड़ों के विवाह के साक्षी बनने आये हैं। मुख्यमंत्री कन्या सामूहिक विवाह योजना में सभी समाज के लोग जुड़ रहे हैं, जहां अनेकता में एकता देखने को मिल रही है तथा प्रत्येक वर्ग के लोग इस योजना का लाभ ले रहे हैं। उन्होंने कहा कि हमारे प्रदेश के संवेदनशील मुख्यमंत्री भूपेश बघेल द्वारा मुख्यमंत्री कन्या विवाह की अनुदान राशि को 15 हजार बढ़ाकर से 25 हजार रुपए कर दी गई है। गरीब एवं मध्यमवर्गीय परिवार को बच्चों के बड़े होने पर शादी की चिंता सताती रहती है। इस योजना से विभिन्न वर्गों के लोग लाभान्वित हो रहे हैं। उन्होंने नवदम्पतियों से

कहा कि आप लोग दो परिवारों को संवारने का काम करने वाले हैं। सरगुजा विकास प्राधिकरण के उपाध्यक्ष एवं रामानुजगंज विधायक बृहस्पति सिंह ने सभी नव दम्पतियों को बधाई एवं शुभकामनाएं देते हुए कहा कि शादी एक पवित्र रिश्ता है, आप लोग एक-दूसरे पर भरोसा कर सुखी वैवाहिक जीवन यापन करें। संसदीय सचिव व सामरी विधायक चिन्तामणी महाराज ने भी सभी नवदम्पतियों के वैवाहिक जीवन के सफल होने की कामना की।



**गर्मी के दिनों में
स्कूलों में शिक्षकों
एवं विद्यार्थियों के लिए
सुरक्षा के उपाय के संबंध में
एडवार्ड्जरी जारी**

न टिन, न सीगेंट थोड़ के नीचे लगेगी चलाई

स्कूल शिक्षा विभाग द्वारा गर्मी के दिनों में स्कूलों में शिक्षकों एवं विद्यार्थियों के लिए सुरक्षा के उपाय के संबंध में एडवार्ड्जरी जारी की है। जिला शिक्षा अधिकारियों की जारी एडवार्ड्जरी में कहा गया है कि स्कूलों में पढ़ने वाले बच्चों विशेष जोखिम में न पड़े इन पर विशेष ध्यान देने की आवश्यकता है।

गर्मी-कभी मुर्ढा भी आ सकती है। इसके लिए पूर्व तैयारी, लोगों में जागरूकता एवं बचाव के उपायों को जानकर ही जीवन को सुरक्षित किया जा सकता है। यह तैयारियां तीन स्तरों- प्रशासन, स्कूल एवं परिवार स्तर पर किया जा सकता है। लूंगने पर व्यक्ति को छांव में लिटा दें। अगर तंग कपड़े हो तो उन्हें ढीला कर दें अथवा हटा दें। ठंडे गीले कपड़े से शरीर पोछें या ठंडे पानी

से नहलाएं व्यक्ति को ओआरएस, नीबू, पानी, नमक-चीनी का घोल पीने की दें, जो शरीर में जल की मात्रा को बढ़ा सके। यदि व्यक्ति पानी की उल्टियाँ करे या बेहोश हो, तो उसे कुछ भी खाने और

पीने को न दें। लूंगने व्यक्ति की हालत में एक घटे तक सुधार न हो तो उसे तुरंत नजदीकी स्वास्थ्य केन्द्र में ले जाएं। जिला शिक्षा अधिकारियों से कहा गया है कि वे शासन स्तर पर गर्म हवाओं, लूंगने के लक्षण एवं प्राथमिक उपचार के संदर्भ में सभी शिक्षकों, विकासखण्ड स्तर पर कार्य करने वाले अधिकारियों का संवेदीकरण किया जाए एवं यह भी बताया जाए कि किन लक्षणों के होने पर प्रभावित को तत्काल विशेष चिकित्सकीय सहायता की आवश्यकता होगी। गर्म हवाओं, लूंगने के चलने के दौरान या तापमान के सामान्य से रहने पर स्थितियों की समीक्षा कर आवश्यकतानुसार स्कूलों के संचालन के समय में बदलाव किया जा सकता है। इसके लिए स्कूल शिक्षा विभाग से प्राप्त निर्देश अनुसार आवश्यक कार्यवाही सुनिश्चित की जाए। गर्म हवाओं, लूंगने से प्रभावित होने पर तत्काल क्या किया जाना चाहिए और क्या नहीं की जानकारी प्राप्त कर उसका प्रचार-प्रसार किया जाना सुनिश्चित किया जाए। सभी स्कूलों में सुनिश्चित किया जाए कि लूंगने की स्थिति में प्रभावितों के लिए पर्याप्त मात्रा में ओआरएस पाउडर जो हीट स्ट्रेक में प्रयोग की जाती है वह सुलभ रहे। लूंगने के चलने के दौरान उसकी चपेट में आने पर लोगों को समुचित चिकित्सा सुलभ करने के लिए जिले के स्वास्थ्य विभाग से समन्वय स्थापित करें।

इसमें प्राथकिता के आधार पर प्राथमिक स्वास्थ्य केन्द्रों, सामुदायिक स्वास्थ्य केन्द्रों, स्थानीय

चिकित्सालयों आवश्यकतानुसार उपचार, भर्ती कराया जा सके।

चिकित्सक की सलाह ली जाए

शाला स्तर पर सभी शालाओं पर पेयजल स्रोत की सही तरीके से जांच कर ली जाए और यदि आवश्यकता हो तो उसे मरम्मत करा लिया जाए जिससे शुद्ध पेयजल की आपूर्ति में बाधा न पड़े। बच्चों को पेयजल सुलभ तरीके से उपलब्ध हो इसकी व्यवस्था की जाए। सभी शालाओं पर सुनिश्चित किया जाए कि ओ.आर.एस. पाउडर तथा उसके विकल्प के रूप में नमक व धीनी उपलब्धता पर्याप्त मात्रा में रहे जो ताप-घात, उल्टी व दस्त होने में प्रयोग किया जाता है। गरम हवाओं लूंगने के चलने के दौरान या तापमान के सामान्य से रहने पर स्थितियों की समीक्षा कर आवश्यकतानुसार स्कूलों के संचालन के समय में बदलाव किया जा सकता है। इसके लिए स्कूल शिक्षा विभाग से प्राप्त निर्देश अनुसार आवश्यक कार्यवाही सुनिश्चित की जाए। गर्म हवाओं, लूंगने से प्रभावित होने पर तत्काल क्या किया जाना चाहिए और क्या नहीं की जानकारी प्राप्त कर उसका प्रचार-प्रसार किया जाना सुनिश्चित किया जाए। सभी स्कूलों में सुनिश्चित किया जाए कि लूंगने की स्थिति में प्रभावितों के लिए पर्याप्त मात्रा में ओआरएस पाउडर जो हीट स्ट्रेक में प्रयोग की जाती है वह सुलभ रहे। लूंगने के चलने के दौरान उसकी चपेट में आने पर लोगों को समुचित चिकित्सा सुलभ करने के लिए जिले के स्वास्थ्य विभाग से समन्वय स्थापित करें।

पानी में ग्लूकोस मिलाकर दे

परिवार स्तर पर यदि अतिआवश्यक न हो तो दोपहर में बच्चों को घर से बाहर न निकलने दे, यथासंभव सूती, हल्का या हल्के रंग का कपड़ा पहनाएं। थोड़े-थोड़े अंतराल पर पानी पीने को देते रहे। यथासंभव हो सके तो पानी में ग्लूकोस मिलाकर दे। हल्का व थोड़ा भोजन दें, भोजन को कई बार खिलाये ताजा पका हुआ ही भोजन करें एवं बासी भोजन कदापि न करें। तेज धूप में बच्चों को खेलने के लिए बाहर न जाने दे। बच्चों को जानकारी दी जाए कि वह घर से स्कूल तक सिर पर टोपी, गमछा या छाता जो भी सुलभ हो लेकर आए। लूंगने पर तौलिया, गमछा ठंडी पानी में भिंगोकर सिर पर रखे। पूरे शरीर को भीगे कपड़े से बार-बार पोछते रहे, जिससे शरीर का तापमान बढ़ने न पाए। लूंगने पर आम का पना का घोल एवं नारियल का पानी पीने को दे। ओआरएस का घोल एवं ग्लूकोस भी नियमित रूप से देने रहे ताजी बनी दाल का पानी, चावल का माड़ में थोड़ा सा नमक मिलाकर बच्चों को उनकी ऊंची एवं पचने के अनुसार दिया जा सकता है। गंभीर स्थिति होने पर तुरंत नजदीक के अस्पताल में भर्ती कराएं एवं चिकित्सक की सलाह ली जाए। परिवार स्तर पर किए जाने वाले कार्यों की जानकारियों को सभी बच्चों नोट करावाया जाए ताकि सभी घरों तक संदेश पहुंच सकें।

रोजगार बढ़े, अवसर बढ़े और

बदली किए गए

देश में सबसे कम बेरोजगारी दर वाले राज्यों
में छत्तीसगढ़ तीसरे क्रम पर

नीतिगत फैसलों और बेहतर प्रबंधन ने घटाई
राज्य की बेरोजगारी दर

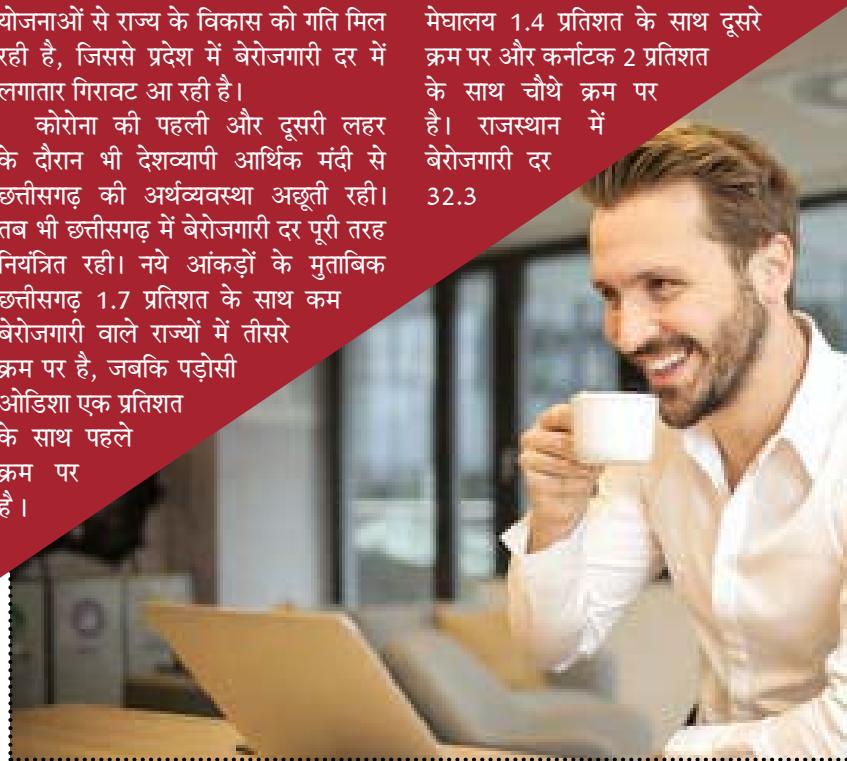
छत्तीसगढ़ में लगातार बेरोजगारी लगातार कम होती जा रही है। रोजगार के नए-नए अवसर से लोगों की जिंदगी बदल रही है और गांव में भी बदलाव देखने को मिल रहा है। सेंटर फॉर मॉनिटरिंग इंडियन इकॉनॉमी संगठन द्वारा जारी किये गये बेरोजगारी के नवीनतम आंकड़ों ने एक बार फिर विकास के छत्तीसगढ़ मॉडल की सफलता का परचम बुलांद कर दिया है। आंकड़ों के अनुसार छत्तीसगढ़ 1.7 प्रतिशत के साथ देश में सबसे कम बेरोजगारी दर वाले राज्यों में तीसरे क्रम पर है। राज्य सरकार के नीतिगत फैसले और बेहतर कार्यप्रबंधन से लगातार युवाओं को रोजगार के अवसर उपलब्ध हो रहे हैं। जिससे राज्य की बेरोजगारी दर में लगातार गिरावट आ रही है। फरवरी 2022 की स्थिति में सीएमआई द्वारा जारी आंकड़ों के अनुसार देश में सबसे कम बेरोजगारी दर ओडिशा में एक प्रतिशत है। जबकि सर्वाधिक बेरोजगारी दर राजस्थान में 32.3 और हरियाणा में 31 प्रतिशत है।

छ

तीसगढ़ ने समावेशी विकास का लक्ष्य निर्धारित करते हुए तीन साल पहले महात्मा गांधी के ग्राम स्वराज्य की परिकल्पना के अनुरूप नया मॉडल अपनाया था, जिसके तहत गांवों और शहरों के बीच आर्थिक परस्परता बढ़ाने पर जोर दिया गया है। इसी मॉडल के अंतर्गत गांवों के आर्थिक सशक्तिकरण के लिए सुराजी गांव योजना, नरवा-गरवा-घुरवा-बारी कार्यक्रम, गोधन न्याय योजना, राजीव गांधी किसान न्याय योजना, राजीव गांधी ग्रामीण भूमिहीन कृषि मजदूर न्याय योजना, झूरल इंडस्ट्रीयल पार्कों की स्थापना, लघु व्योपजों के संग्रहण एवं वैल्यू एडीशन, उद्यमिता विकास जैसी योजनाओं और कार्यक्रमों का क्रियान्वयन किया जा रहा है। प्रदेश सरकार के द्वारा चलाई जा रही इन योजनाओं से ग्रामीण क्षेत्रों में रोजगार के नये-नये अवसर सृजित हो रहे हैं। इन

योजनाओं से राज्य के विकास को गति मिल रही है, जिससे प्रदेश में बेरोजगारी दर में लगातार गिरावट आ रही है। कोरोना की पहली और दूसरी लहर के दौरान भी देशव्यापी आर्थिक मंदी से छत्तीसगढ़ की अर्थव्यवस्था अछूती रही। तब भी छत्तीसगढ़ में बेरोजगारी दर पूरी तरह नियंत्रित रही। नये आंकड़ों के मुताबिक छत्तीसगढ़ 1.7 प्रतिशत के साथ कम बेरोजगारी वाले राज्यों में तीसरे क्रम पर है, जबकि पड़ोसी ओडिशा एक प्रतिशत के साथ पहले क्रम पर है।

मेघालय 1.4 प्रतिशत के साथ दूसरे क्रम पर और कर्नाटक 2 प्रतिशत के साथ चौथे क्रम पर है। राजस्थान में बेरोजगारी दर 32.3



सीएमआई ने जारी किये आंकड़े:

छत्तीसगढ़ में बेरोजगारी दर मात्र 1.7 प्रतिशत
जबकि देश में 7.4 प्रतिशत

प्रतिशत,
हरियाणा में 31
प्रतिशत, झारखंड में
15 प्रतिशत और बिहार में
14 प्रतिशत है। नवीनतम रिपोर्ट
के अनुसार देश में बेरोजगारी दर 7.4
प्रतिशत है। शहरी बेरोजगारी दर 8.1 प्रतिशत
और ग्रामीण बेरोजगारी 7.2 प्रतिशत है।

50 महिलाओं द्वारा मसाला प्रसंस्करण का कार्य

स्वस्थायता समूह की महिलाएं विभिन्न आर्थिक गतिविधियों से स्वयं सशक्त होने के साथ ही ग्रामीण अर्थव्यवस्था को मजबूती देने में महत्वपूर्ण भूमिका निभा रही हैं। स्वस्थायता समूहों की महिलाएं आर्थिक गतिविधियों से व्यावसायिकरण के क्षेत्र में कदम बढ़ा रही हैं, जिससे जिले की ग्रामीण एवं वनांचल क्षेत्रों में महिलाओं को रोजगार की प्राप्ति के साथ ही नई पहचान बनाने में मदद मिल रही है। विकासखण्ड भरतपुर में राष्ट्रीय ग्रामीण आजीविका मिशन बिहार के तहत गठित कोरिया महिला गृह उद्योग संकुल संगठन खाद्य प्रसंस्करण के क्षेत्र में कार्य कर रहा है। संकुल संगठन के अंतर्गत पांच महिला स्वस्थायता समूह की 50 महिलाओं द्वारा मसाला प्रसंस्करण का कार्य किया जा रहा है। महिलाओं द्वारा विभिन्न प्रकार के मसाले हल्दी, मिर्च व धनिया पाउडर, कसूरी मेथी, अचार मसाला आदि का निर्माण और पैकेजिंग का काम किया जा रहा है।



संगठन की अध्यक्ष नीलिमा चतुर्वेदी ने बताया कि महिलाओं द्वारा खड़े मसालों की सफाई कर हाथों से पीसकर बनाया जाता है। इसके बाद मशीन से पैकिंग कर वंदना ब्रांड के नाम से बाजार में बेचा जा रहा है। मसालों को स्थानीय बाजार के साथ ही साथ स्कूल, आश्रम-छात्रावासों और आंगनबाड़ी केंद्रों में भी विक्रय किया जा रहा है। स्थानीय बाजारों में लोगों द्वारा समूह द्वारा उत्पादित मसालों को काफी पसंद किया गया है।

कोदो-कुटकी, रागी प्रसंस्करण से 5 लाख की आमदनी

आदिवासी बाहुल्य क्षेत्रों में कम उपजाऊ उच्चहन एवं कंकरीली जमीन पर किसानों द्वारा कोदो-कुटकी, रागी की फसल ली जाती है, ऐसे जमीन में अन्य फसलों का उत्पादन अच्छे से नहीं हो पाता है। कोदो-कुटकी, रागी में पोषक तत्व प्रचूर मात्रा में पाये जाते हैं। इन्हीं गुणों को ध्यान में रखते हुए इन फसलों के उत्पादन एवं प्रसंस्करण को बढ़ावा देने के उद्देश्य से जिला प्रशासन के सहयोग से कृषि विज्ञान केन्द्र कार्रकर में लघु धान्य (कोदो-कुटकी, रागी) प्रसंस्करण इकाई की स्थापना किया गया है, जिसका लोकार्पण प्रदेश के मुख्यमंत्री भूपेश बघेल द्वारा 27 जनवरी 2021 को किया गया। स्थापना के बाद से ही इस प्रसंस्करण इकाई में लगातार कोदो-कुटकी एवं रागी प्रसंस्करण किया जा रहा है, प्रसंस्करण इकाई की स्थापना से लेकर अब तक यहाँ 401 क्विंटल रागी तथा 440 क्विंटल कोदो का प्रोसेसिंग किया गया है। इसी प्रकार दुगुर्कोंदल विकासखण्ड के ग्राम गोटुलमुण्डा में स्थापित कोदो-कुटकी प्रसंस्करण केन्द्र में 64 क्विंटल रागी और 68 क्विंटल कोदो का प्रसंस्करण किया गया है। जिससे कार्रकर के महिला स्व सहायता समूह को लगभग 03 लाख 50 हजार रुपए और गोटुलमुण्डा की स्व सहायता समूह को लगभग 1 लाख 50 हजार रुपए की आमदनी प्राप्त हुई है। कृषि विज्ञान केन्द्र कार्रकर के वरिष्ठ वैज्ञानिक डॉ. विरबल साहू ने बताया कि प्रसंस्कृत कोदो-कुटकी एवं रागी मुख्यमंत्री सुपोषण अभियान के अंतर्गत आंगनबाड़ियों को प्रदाय किया जा चुका है, जिससे इस कार्य में जुड़े हुए स्व सहायता समूह को रोजगार प्राप्त हो रहा है, साथ ही कुपोषित बच्चे सुपोषित हो रहे हैं।



गोधन न्याय योजना ला रहा सकारात्मक बदलाव

आज गोधन न्याय योजना हितगाहियों के जीवन में सकारात्मक बदलाव का बड़ा जरिया बन गया है। प्रदेश के मुख्या भूपेश बघेल ने दो साल पहले इस महती योजना की शुल्कवात की। तब किसी को यकीन नहीं था कि मर्वेशियों के गोबर को भी खट्टीद कर खाद बनाकर बेचने के अलावा अन्य प्रयोजनों में इसका व्यापक रूप से उपयोग किया जाएगा। गोधन न्याय योजना ने मगरलोड के आमाचानी के सीमांत कृषक परिवार में भी ऐसा बदलाव लाया है। सरस्वती बाई साहू बताती हैं कि उनका छोटा सा परिवार खेती-बाड़ी पर निर्भर है। पति याद राम साहू सहित पुत्र महेंद्र, बहु और एक तीन साल का पोता है। अगर कृषि में परिवार संलग्न है, तो वाजिब है घर में पशु भी इसके लिए रखे गए हैं। गोधन न्याय योजना शुरू होने से पहले घर के मर्वेशियों के गोबर का कोई हिसाब-किताब नहीं था, ना ही गोबर एकत्र करने में कोई स्वास जतन किया गया। मगर गोधन न्याय योजना शुरू होने से इन मर्वेशियों के गोबर का महत्व बढ़ गया है। अब वे अपने आठ मर्वेशियों का गोबर गांव के हृजय शीतला गौठानहु में नियमित रूप से बेच रही हैं। इसके एवज में हर 15 दिन में उनके बैंक खाते में पैसे भी समय पर आ जाते हैं।

गुड गवर्नेंस इंडेक्स 2021- ग्रुप बी के राज्यों में सामाजिक कल्याण और विकास में छत्तीसगढ़ पहले स्थान पर



आंगनबाड़ी ने फिर लौटेगी दौनक

प्रदेश के आंगनबाड़ी केन्द्रों में राज्य सरकार द्वारा संचालित सभी सेवाएं दी जाएंगी। महिला एवं बाल विकास विभाग ने प्रदेश में कोविड संक्रमण पर नियंत्रण और नये न्यूनतम प्रकरणों को देखते हुए सभी सेवाओं के लिए आंगनबाड़ी केन्द्रों को खोलने के निर्देश दिए हैं। इस संबंध में सभी कलेक्टरों, संभागायुक्तों और विभागीय जिला अधिकारियों को निर्देश जारी कर दिए गए हैं। उल्लेखनीय है कि कोविड-19 संक्रमण को देखते हुए स्वास्थ्य एवं पोषण दिवस तथा गरम भोजन के लिए ही आंगनबाड़ी केन्द्र खोले जाने के निर्देश दिए गए थे। राज्य में कृपोषण की रोकथाम व बच्चों के शारीरिक व मानसिक विकास हेतु बच्चों, गर्भवती महिलाओं एवं शिशुवती माताओं को आंगनबाड़ी केन्द्रों द्वारा प्रदान

कृपोषित बच्चों को दिया जा रहा सौंठ

अश्वगंधा, सोंठ, काली मिर्च, त्रिकूट, अलसी, मुर्च, मूणफल्ली, गुड, फूटा चना एवं तिल को मिलकार 75 ग्राम का प्रति नग आयुर्वेदिक सुपोषण मोदकहु तैयार किया गया है। सुपोषित गौरेला-पेण्डा-मरवाही मिशन अंतर्गत कृपोषित बच्चों को 3 नग मोदक का वितरण प्रति सप्ताह किया जायेगा। इससे 1396 गंभीर और 5238 मध्यम कृपोषित बच्चे लाभान्वित होंगे।

की जाने वाली सुविधाओं का लाभ दिया जाना आवश्यक है। राज्य में वर्तमान में कोविड संक्रमण नियंत्रण में है, इसे देखते हुए विभाग ने कोविड-19 से सुरक्षा के संबंध में जारी सभी दिशा-निर्देशों का पालन करते हुए सभी सेवाओं का संचालन आंगनबाड़ी केन्द्रों में सुनिश्चित करने कहा है। केंद्र सरकार ने सुशासन दिवस पर गुड गवर्नेंस इंडेक्स जारी किया। जिसमें ग्रुप बी के राज्यों में ह्यासामाजिक कल्याण और विकास के मापदंडों में छत्तीसगढ़ ग्रुप बी के राज्यों में टॉप पर है।

यह इंडेक्स राज्यों को सुशासन की कसौटी पर कसने के लिए जारी किया है, जिसमें समाज कल्याण और विकास के मापदंड पर छत्तीसगढ़ खरा उतरा है। छत्तीसगढ़ में पिछले तीन सालों में योजनाओं के माध्यम से सभी क्षेत्रों में बेहतर कार्य किया गया है। इन विकास कार्यों को राष्ट्रीय स्तर पर सराहना भी मिल रही है। यही वजह है कि सामाजिक कल्याण और विकास के मापदंडों में छत्तीसगढ़ ग्रुप बी के राज्यों में टॉप पर है।



महिला समूहों को विधायक विकास उपाध्याय ने दिए वाद्य यंत्र

सं सदीय सचिव एवं रायपुर पश्चिम के विधायक विकास उपाध्याय द्वारा अपने विधानसभा के गुदियारी रोड खमतराई श्रीनगर, दुर्ग मंदिर के पीछे गली के अन्दर संचालित संस्था जगदम्बा महिला स्व सहायता समूह को वाद्य यंत्र भेट किया गया। जगदम्बा महिला स्व सहायता

समूह के सदस्यों ने विधायक के समक्ष वाद्य यंत्र की मांग रखी गई थी, जिस पर विधायक विकास उपाध्याय ने मांग की गम्भीरता को समझते हुए संस्था को वाद्य यंत्र भेट करने के लिए कार्यालयीन प्रतिनिधियों को आदेशित किया। जिस पर विधायक विकास उपाध्याय के अनुपस्थिति में उनके प्रतिनिधियों द्वारा

वाद्य यंत्र भेट किया गया। इस दैरान जगदम्बा महिला स्व सहायता समूह गुदियारी की अध्यक्ष शैलेन्द्री यादव, सचिव उत्तरा साहू, मालती यादव, उषा किरण साहू, पुष्पा वर्मा, नीरा ध्रुव, प्रेमीन ध्रुव, सरस्वती साहू, फुलेश्वरी यादव, द्रोपती यादव, सरिता यादव, आशा विश्वास का अदि उपस्थिति में उनके प्रतिनिधियों द्वारा

सिरसाखुर्द में 45 लाख से अधिक के विकास कार्यों की सौगात

जस झांकी में दिखती है संस्कृति की झलक : मंत्री गुरु रुद्र कुमार

लोक स्वास्थ्य यानिकी एवं ग्रामोद्योग मंत्री गुरु रुद्रकुमार दुर्ग जिले के सिरसा खुर्द में जस झांकी प्रतियोगिता के समापन समारोह में शामिल हुए। उन्होंने वहां ग्रामवासियों को सौगात देते हुए जिला विकास योजना के अंतर्गत 45 लाख 50 हजार के विभिन्न कार्यों का भूमि पूजन भी किया। इसमें हाईस्कूल में मध्यान्ह भोजन शेड, पाइप लाइन विस्तार, तालाबों में पचरी निर्माण कार्य, सामुदायिक भवन व मंच निर्माण और सीसी रोड निर्माण कार्य शामिल हैं।

नं त्री गुरु रुद्रकुमार ने कहा कि जस झांकी जैसे कार्यक्रमों से अपनी संस्कृति के करीब आते हैं। ऐसे कार्यक्रमों का आयोजन लगातार होते रहना चाहिए। उन्होंने जस झांकी प्रतियोगिता का आनंद लिया। इस प्रतियोगिता में विभिन्न मंडलियों ने भाग लिया और झांकियों के माध्यम से शानदार प्रस्तुति दी। कलाकारों ने मनमोहक गायन और नृत्य से उपस्थित लोगों को बांधे रखकर संस्कृति से अवगत कराया। उन्होंने कहा कि गांव का विकास होने पर ही सबका विकास होगा। इसके लिए जनप्रतिनिधि इस ओर अपना ध्यान केंद्रित रखें। मंत्री गुरु रुद्रकुमार ने कहा कि सरकार की प्राथमिकता ग्रामीण अंचलों को सशक्त और सबल बनाना है। ग्रामीण अंचलों में 2023 तक सभी घरों में मुफ्त नल कनेक्शन देने की बात भी कही।



मनरेगा की बढ़ी मजदूरी



- पंचायत एवं ग्रामीण विकास मंत्री की पहल पर भेजा गया था लेबर बजट बढ़ाने का प्रस्ताव
- वित्तीय वर्ष के लिए लक्ष्य 13.50 करोड़ से बढ़कर 15.72 करोड़ मानव दिवस

“

छत्तीसगढ़ में मनरेगा (महात्मा गांधी राष्ट्रीय ग्रामीण रोजगार गरंटी अधिनियम) श्रमिकों को अप्रैल 2022 से प्रतिदिन 204 रुपए की मजदूरी मिलेगी। केंद्रीय ग्रामीण विकास मंत्रालय द्वारा मनरेगा के अंतर्गत वित्तीय वर्ष 2022-23 के लिए राज्यवार प्रतिदिन मजदूरी की दर का राजपत्र में प्रकाशन कर दिया गया है। मनरेगा के तहत काम करने वाले अकुशल हस्त कर्मकारों हेतु छत्तीसगढ़ के लिए 204 रुपए प्रतिदिन की मजदूरी तय की गई है। यह नई दर 1 अप्रैल 2022 से प्रभावी होंगी। केंद्रीय ग्रामीण विकास मंत्रालय द्वारा चालू वित्तीय वर्ष 2021-22 के लिए 193 रुपए मजदूरी दर निर्धारित थी। आगामी वित्तीय वर्ष के लिए इसमें 11 रुपए की बढ़ोतरी की गई है।

”



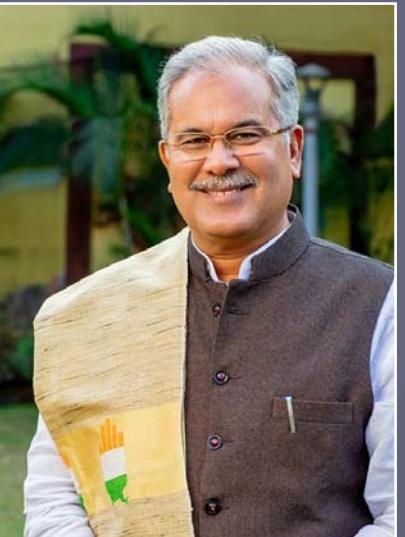
छत्तीसगढ़ में मनरेगा (महात्मा गांधी राष्ट्रीय ग्रामीण रोजगार गरंटी अधिनियम) के लेबर बजट में दो करोड़ 22 लाख मानव दिवस की बढ़ोतरी की मंजूरी दी गई है। अब प्रदेश में चालू वित्तीय वर्ष 2021-22 के लिए मनरेगा के तहत रोजगार सृजन का लक्ष्य साढ़े 13 करोड़ मानव दिवस से बढ़कर 15 करोड़ 72 लाख मानव दिवस हो जाएगा। राज्य शासन के पंचायत एवं ग्रामीण विकास विभाग के विभिन्न अधिकारियों तथा भारत सरकार के ग्रामीण विकास मंत्रालय के सचिव एवं अन्य अधिकारियों के बीच हाल ही में हुई बैठक में छत्तीसगढ़ में लेबर बजट बढ़ाने के प्रस्ताव को मंजूरी दी गई है।

पंचायत एवं ग्रामीण विकास मंत्री टी. एस. सिंहदेव ने मनरेगा के अंतर्गत हो रहे व्यापक कार्यों और लक्ष्य की पूर्णता को देखते हुए लेबर बजट बढ़ाने का प्रस्ताव भारत सरकार को भेजने के निर्देश वरिष्ठ विभागीय अधिकारियों को दिए थे। पंचायत एवं ग्रामीण विकास विभाग की अपर मुख्य सचिव रेणु जी. पिल्ले और मनरेगा आयुक्त मोहम्मद कैसर अब्दुलहक की केन्द्रीय ग्रामीण विकास मंत्रालय के अधिकारियों के साथ सशक्त समिति की हाल ही में हुई बैठक में लेबर बजट बढ़ाने के राज्य शासन के प्रस्ताव को मंजूरी प्रदान की गई। प्रदेश में इस वर्ष अब तक मनरेगा के अंतर्गत 28 लाख से अधिक परिवारों के करीब 54 लाख पांच हजार श्रमिकों को काम दिया गया है। इस दौरान चार लाख 75 हजार 374 परिवारों को 100 दिनों से अधिक का रोजगार भी मुहैया कराया गया है।

महापौर ने विकास निधि बढ़ोतरी पर सीएम का जताया आभार

छत्तीसगढ़ में भूपेश है तो भयोसा है महापौर एजाज ढेबर

प्रदेश के सभी नगरीय निकायों के जनप्रतिनिधियों की मानदेय राशि और क्षेत्रीय विकास निधि ने बढ़ोतरी पर नगर निगम रायपुर के महापौर एजाज ढेबर ने मुख्यमंत्री भूपेश बघेल का आभार जताया है।



पदाधिकारियों की वित्तीय शक्तियों को दोगुना करने के साथ नगरीय निकायों को अधोसंरचना विकास के लिए 579 करोड़ रुपए की सौगत दी है। बघेल ने प्रदेश के नगरीय निकायों में महापौर, अध्यक्ष और पार्षद निधि को बढ़ाकर डेढ़ गुना करने की भी घोषणा की है। निकाय पदाधिकारियों और पार्षदों का मानदेय दोगना करने का घोषणा भी मुख्यमंत्री ने की है।

हापौर ने श्री बघेल की स्थानीय स्वशासन को मजबूत बनाने की मूहिम का पुरजोर समर्थन किया है। एजाज ढेबर ने मुख्यमंत्री बघेल को प्रदेश के सभी नगरीय निकाय प्रतिनिधियों की ओर से धन्यवाद व्यापित किया है। श्री ढेबर ने कहा है कि छत्तीसगढ़ में विकास के लिए छापूर्ण भूपेश है तो भयोसा है। आज एक बार फिर चरितार्थ हुआ है।

श्री ढेबर ने कहा कि विधानसभा सत्र के दौरान प्रदेश के सभी चौदह नगर निगम के महापौरों ने मुख्यमंत्री श्री बघेल से मिलकर मानदेय बढ़ाने और नगरीय पुरजोर प्रयास किया जाएगा।

शहर की जनता से किए वादे पूरे होंगे।

मुख्यमंत्री ने प्रदेश की नगरीय निकायों को प्रदेश की नगरीय कार्यों के लिए निधि राशि को भी बढ़ाने की मांग की थी। श्री ढेबर ने कहा कि मुख्यमंत्री ने इस मांग को पूरा करके छत्तीसगढ़ में नगरीय क्षेत्रों के विकास की सोच को सच कर दिखाया है।

महापौर ने कहा कि छत्तीसगढ़ के नगरीय निकायों ने स्वच्छता के मामले में पूरे देश में 66 पुरस्कार प्राप्त किए हैं। पिछले तीन सालों से छत्तीसगढ़ देश में सबसे स्वच्छ राज्य है। उन्होंने कहा बढ़ी हुई मानदेय



नगर पालिकाओं और नगर पंचायतों में घर पहुंच स्वास्थ्य सेवा

मुख्यमंत्री भूपेश बघेल ने मुख्यमंत्री शहरी स्लम स्वास्थ्य योजना का किया विस्तार घर पहुंच स्वास्थ्य सेवा उपलब्ध कराने 60 एमएमयू का हरी झण्डी दिखाकर किया शुभारंभ

मुख्यमंत्री भूपेश बघेल ने मुख्यमंत्री शहरी स्लम स्वास्थ्य योजना के विस्तार कार्यक्रम के अंतर्गत राज्य के सभी नगर पालिकाओं एवं नगर पंचायतों में जनसामान्य को घर पहुंच स्वास्थ्य सेवा उपलब्ध कराने के उद्देश्य से 60 मोबाइल मेडिकल यूनिट द्वारा मेडिकल कैंप के माध्यम से मुफ्त परामर्श, उपचार, दवाइयां एवं टेस्ट की सुविधा दिखाकर शुभारंभ किया है।

शहरी क्षेत्रों में लोगों को उनकी चौखट पर ही स्वास्थ्य सेवाएं उपलब्ध कराने के लिए मुख्यमंत्री शहरी स्लम स्वास्थ्य योजना

1 नवम्बर 2020 को शुरू की गई थी। इसके पहले चरण में सभी 14 नगर निगमों में 60 मोबाइल मेडिकल यूनिट (एमएमयू) एंबुलेंसों के जरिए डॉक्टर अपनी सेवाएं प्रदान कर रहे हैं। नागरिकों को मोबाइल मेडिकल यूनिट द्वारा मेडिकल कैंप के माध्यम से मुफ्त परामर्श, उपचार, दवाइयां एवं टेस्ट की सुविधा प्रदान की जाती है। इस योजना के तहत महिलाओं को घर की चौखट पर ही बेहतर स्वास्थ्य सेवा उपलब्ध कराने के लिए दाईं दीदी की लिनिक भी प्रारंभ किए गया है।

योजना की सफलता को देखते हुए अब इसे प्रदेश की सभी नगर पालिकाओं एवं नगर पंचायतों में लागू किया जा रहा है। योजना के अगले चरण में 60 नयी मोबाइल मेडिकल यूनिटों के माध्यम से नगर पालिकाओं और नगर पंचायतों में भी लोगों की चौखट तक स्वास्थ्य सेवाएं पहुंचाई जाएंगी। मुख्यमंत्री श्री भूपेश बघेल ने जनसामान्य को घर पहुंच स्वास्थ्य सेवा उपलब्ध हो इस उद्देश्य से सभी नगर पालिकाओं एवं नगर पंचायतों में योजना का विस्तार किया है।

लड़कियाँ हो जाएं सतर्क!

किसी ने ठीक कहा है कि प्यार करने वाले दो लोगों के बीच कब दूरी आ जाए, इसका कभी कोई अंदाजा नहीं लगा सकता। ऐसा इसलिए क्योंकि प्यार तो सभी कर लेते हैं, लेकिन उसे निभा पाने का साहस बहुत कम लोगों में होता है। ऐसा इसलिए क्योंकि शादी के शुरूआती दिनों में तो सब कुछ सही रहता है, लेकिन जैसे-जैसे कपल्स अपने रिश्ते में आगे बढ़ते हैं, वह बोरियत महसूस करने लगते हैं। ऐसा तब ज्यादा होता है, जब तीसरे इंसान की एंट्री से रिश्तों में टकराव आता है। इस दौरान न केवल कपल्स अपने साथी को धोखा देने पर मजबूर हो जाते हैं बल्कि उनकी भावनाओं से खलने का भी उन्हें कोई अफसोस नहीं होता।

यही एक वजह भी है कि जिस व्यक्ति को धोखा मिलता है, वह बुरी तरह टूट जाता है। ऐसा इसलिए क्योंकि पार्टनर से मिला धोखा न केवल इंसान को अंदर तक झकझोर कर रख देता है बल्कि रिश्ते में फिर से शुरूआत करना भी मुश्किल लगने लगता है। हां, वो बात अलग है कि पति की लाइफ में अगर कोई दूसरी महिला आ गई है, तो इसका पता आप जितनी जल्दी लगा सके, उतना ही पत्नी के लिए अच्छा होता है। ऐसा इसलिए क्योंकि एक तो आप अपनी शादीशुदा जिंदगी के लिए सही समय पर निर्णय ले सकती हैं बल्कि आने वाले कल की तस्वीर भी आपकी आंखों के सामने होती है। ऐसे में आज हम बता रहे हैं, उन बहानों के बारे में जिनसे आप आसानी से पता लगा सकती हैं कि आपका पार्टनर आपको धोखा दे रहा है।

क्या आपके पति अचानक से ज्यादा बिजी रहने लगे हैं? क्या वह भी जरूरी काम का बहाना बनाकर फैमिली टाइम के बीच में से उठकर चले जाते हैं? क्या वह अपना ज्यादातर समय फोन पर बिताने लगे हैं? अगर हाँ, तो यह धोखा देने का सबसे बड़ा संकेत है। दरअसल, जब भी कोई मर्द किसी दूसरी महिला के चक्कर में फंसता है, तो वह सबसे पहले अपने परिवार से कटने लगता है। वह न केवल अपनी बीवी-बच्चों से दूरी बनाने लगता है बल्कि अपनी हरकतों को अपने साथी के सामने सही ठहराने की कोशिश भी करता है। अगर वह लगातार ऑफिस में बिजी होने की बात कह रहे हैं, तो अलर्ट हो जाएं।

अचानक से झगड़ा करना

अगर आपके पति छोटी-छोटी बातों पर लड़ने के बहाने खोजने लगे हैं, तो इसका मतलब यह है कि वह आपको पक्का धोखा दे रहे हैं। ऐसा इसलिए क्योंकि कोई भी पुरुष अपनी पत्नी के साथ इस तरह का व्यवहार तभी करता है, जब उसकी जिंदगी में कोई दूसरी महिला आ जाती है। इस दौरान वह न केवल अपनी पत्नी का प्यार उस महिला पर लुटाने लगता है बल्कि वह लड़ाइ-झगड़े करके घर से बाहर निकलने के अलग-अलग मौके भी ढूँढ़ता है। यही एक वजह भी है कि अगर आपका पार्टनर आपको धोखा दे रहा है, तो वह अपने लवर से मिलने के लिए हर संभव प्रयास करेगा।



पहले ज्यादा अपने पर ध्यान देना

इस बात में कोई दोराये नहीं कि लड़कियों की तरह लड़कों को भी अच्छा दिखना पसंद होता है। इस एक अप्रोच की वजह से वह न केवल खुद में कॉन्फिडेंट महसूस करते हैं बल्कि सामने वाले को भी आपकी पर्सनेलिटी इम्प्रेसिव लगती है। हां, वो बात अलग है कि अचानक से आपके पति अपने पर ध्यान देने लगे हैं, तो वहां आपको उनका नोटिस करना बनता है। ऐसा इसलिए क्योंकि जब आपका साथी नए-नए प्यार में पड़ते हैं, तो वह अपनी पर्सनल गूमिंग से लेकर कपड़ों के सिलेक्शन और बॉडी को लेकर ज्यादा सजग हो जाते हैं, जिससे साफ पता लगाया जा सकता है कि वह किसी को इम्प्रेस करने की कोशिश कर रहे हैं।



फैशन शो में दिखा खादी वस्त्रों का जलवा



रहरी और ग्रामीण महिलाओं ने रायपुर के पंडरी स्थित छत्तीसगढ़ हाट परिसर में आयोजित फैशन शो में खादी और हाथकरघा के वस्त्रों का प्रदर्शन किया। फैशन शो में जहां युवक-युवतियां और बच्चे पारम्परिक खादी वस्त्र पहनकर रैम्प पर नजर आए, वहां ग्रामीण अंचलों की महिलाएं भी खादी और हाथकरघा साड़ियों में रैम्प पर चलती नजर आयीं। इस फैशन शो की कोरियोग्राफी क्रेजी चैम्पस ने किया। इस अवसर पर खादी तथा ग्रामोद्योग बोर्ड के अध्यक्ष राजेन्द्र तिवारी ने कहा कि खादी वस्त्र आधुनिकता के इस दौर में अपना प्रभाव दिखा रहा है। यह आज इस फैशन शो में देखने को मिला। आज का यह फैशन शो निश्चित तौर पर राष्ट्रीय स्तर पर चर्चा का विषय रहेगा, जिस प्रकार से इस फैशन शो को दर्शकों से अच्छा प्रतिसाद मिला है वह सराहनीय है।

कार्यक्रम की शुरूआत श्री गणेश वंदना से हुई। फैशन शो पांच राउंड में किया गया, प्रथम राउंड में 12 युवक-युवतियों और 2 बच्चों ने खादी के फैशनेबल कपड़ों का प्रदर्शन किया। दूसरे राउंड के ट्रायबल फैशन में ससुराल गेंदा फूल की धुन पर 8 महिलाएं नृत्य करते हुए चंद्रपुर की पारम्परिक जाला और सरगुजा की गोदना साड़ियों का प्रदर्शन किया। इसी तरह तीसरे राउंड में सिल्क वस्त्रों के साथ रैम्प पर युवक-युवतियां नजर आयीं। चौथे राउंड में 10 युवक-युवतियां और 2 बच्चों ने वैवाहिक परिधानों के साथ का प्रदर्शन किया। अंतिम राउंड में क्रेजी चैम्पस के मॉडलों ने छत्तीसगढ़ी ददरिया गीत में मांदर की थाप पर धिरकते नजर आए।

खुगा तुम ऐसे रिश्ता निभाना

सात फेरे सिर्फ एक रस्म नहीं हैं, ये दो दिलों और दो परिवारों का मेल है। जब दो दिल एक डोर में बंधते हैं, तो उनके दिल में एक-दूसरे के लिए बेपानह प्यार और अपने रिश्ते से कुछ उम्मीदें भी होती हैं। शादी के बात पति-पत्नी एक-दूसरे से ऐसे रिश्ता निभाने की उम्मीद रखते हैं।



1) ऐसे बांटना जिम्मेदारियां

पति: मैं जानता हूं कि मेरी तरह तुम्हारी भी अपने करियर से बहुत उम्मीदें हैं, हम दोनों मिलकर घर और करियर की जिम्मेदारियां बांट लेंगे, ताकि किसी एक पर बहुत ज्यादा बोझ न पड़े। यदि मैं कभी अपनी जिम्मेदारियों से भटक जाऊं, तो तुम मुझे याद दिलाना।

पत्नी: मैं हमारे परिवार का ध्यान रखूँगी, तुमसे कोई शिकायत नहीं करूँगी, हर हाल में तुम्हारा साथ दूँगी। अब ये घर-परिवार हम दोनों का है, इसलिए इस घर की हर जिम्मेदारी हम दोनों बांट लेंगे। यदि मैं कभी अपनी जिम्मेदारियां समझ न पाऊं, तो तुम मुझे सही राह दिखाना।

2) कह देना मन की हर बात

पति: जब कभी हम अनजाने में तुम्हारे दिल को ठेस पहुँचाएं, तो तुम उस बात को दिल में मत रखना, वो बात हमसे कहना। इस घर में तुम्हारी ही तरह तुम्हारी हर बात, हर नादानी का तहे दिल से स्वागत है। तुम जैसे बेकल्फ होकर अपने मायके में रहती थी, वैसे ही अपने इस घर में भी रहना।

पत्नी: मेरे माता-पिता की तरह तुम्हारे माता-पिता को भी मुझे ढांटने और समझाने का पूरा अधिकार है। मेरी कोई बात या कोई हरकत यदि तुम्हें अच्छी न लगे, तो बेझिझक मुझसे कह देना।

3) कभी तुलना मत करना

पति: तुलना करने से हमेशा निराशा और दुख मिलता है, इसलिए तुम ऐसा मत करना। और हाँ, तुम अपनी तुलना मेरी मां से कभी मत करना, क्योंकि मेरे जीवन में तुम दोनों की बहुत बड़ी भूमिका है और तुम दोनों ही मेरे लिए बहुत खास हो, तुम दोनों की आपस में कोई तुलना नहीं हो सकती।

पत्नी: मेरे परिवार के लोग भी आपके परिवार वालों से अलग हो सकते हैं इसलिए तुम भी मेरे मायके वालों की तुलना अपने परिवार से मत करना। मेरी तुलना किसी भी स्त्री से मत करना, क्योंकि मैं भी तुम्हारी तुलना किसी भी सम्मान को ठेस पहुँचूँगी।

पुरुष से नहीं करूँगी।

4) घर की बात घर में रखना

पति: तुम अपने परिवार के साथ अपनी कोई बात मत शेयर करना, जो बातें घर में ही रहनी चाहिए, उन्हें घर के बाहर मत ले जाना। ये बात अकेले तुम पर लागू नहीं होगी, मैं भी ऐसा ही करूँगा। अब हमारे बीच कुछ ऐसी बातें भी होंगी, जिन्हें न तुम अपने परिवार से कहना और न ही मैं कहूँगा।

पत्नी: अब हमारी अपनी गृहस्थी है और इसका सम्मान करना हम दोनों की जिम्मेदारी है। हम अपनी बातें आपस में सुलझा लेंगे और इसके लिए दोनों के परिवार को परेशान नहीं करेंगे। मैं इस बात का हमेशा ध्यान रखूँगी कि हमारे बातें हम तक और घर की बातें घर तक ही रहें।

5) कभी शक मत करना

पति: जीवन में यदि कभी ऐसा मौका भी आए, जब तुम्हें मुझ पर विश्वास न हो तो मुझ पर शक करने से पहले इस बारे में मुझसे खुलकर बात करना। शक की सूई रिश्ते को छलनी कर देती है इसलिए हमारे बीच शक को कभी मत आने देना।

पत्नी: तुम भी कभी मुझ पर शक मत करना। यदि मुझ पर शक होने लगे, तो मेरे बारे में किसी और से बात करने से पहले मुझसे बात करना। हमारे प्यार के बीच कभी भी शक की दीवार को मत आने देना।

6) सम्मान कभी कम मत करना

पति: मैं उम्रभर तुम्हें इसी तरह प्यार करूँगा और तुम्हारे सम्मान को कभी ठेस नहीं पहुँचने दूँगा और यही उम्मीद मैं तुमसे भी करता हूं। तुम मेरे लिए कभी अपना प्यार और सम्मान कम मत करना।

पत्नी: मैं चाहती हूं कि तुम अपने परिवार और समाज के बीच भी हमेशा मेरे सम्मान का ध्यान रखें। मैं भी उम्रभर तुम्हें इसी तरह प्यार करूँगी और हमेशा तुम्हारा सम्मान करूँगी। ऐसा कोई काम नहीं करूँगी, जिससे तुम्हारे सम्मान को ठेस पहुँचे।

जानें आप किस टाइप की माँ हैं

‘ हेलीकॉप्टर माँ, टाइगर माँ, फ्रैगन माँ। पैरेंटिंग स्टाइल से तो माँओं के कई टाइप्स मिल जाएंगे। पर यहां हम बता रहे हैं माँओं की आदतों के आधार पर माँओं के कुछ दिलचस्प टाइप्स। हालांकि इन सभी शेड्स में मां प्यारी हैं और अपने बच्चों को उतना ही प्यार करती हैं।



सोशली एविटर माँ

इस तरह की माँएं सोशली एविटर होती हैं और अपनी सारी एनर्जी ये अपने सोशल ग्रुप्स और फ्रैंड्स से जुटाती हैं। ऐसी सोशली एविटर मम्मियों के पास बच्चों को हैंडल करने के सैकड़ों टिप्स होते हैं। ऐसी माँओं के बेवारे बच्चों पर दुनियाभर के टिप्स आजमाए जाते हैं।

परफेक्शनिस्ट माँ

परफेक्शनिस्ट माँ को हर काम में परफेक्शन चाहिए होता है। इनकी दिनचर्या घड़ी की सूझेयों के हिसाब से चलती है और इनकी पूरी कोशिश होती है कि इनके बच्चे भी इन्हीं की तरह बनें। इसलिए ये बच्चे के सिर पर सवार रहती हैं और बच्चे के हर काम को क्रॉस चेक करती रहती हैं।

हमेशा बच्चे का बखान करनेवाली माँ

इस तरह की माँ अपने बच्चों को लेकर कुछ ज्यादा ही पजेसिव होती हैं। इनकी हर बातचीत का केंद्र इनका बच्चा ही रहता है। इनका बस चले, तो अपने बच्चे की छोटी से छोटी उपलब्धि को भी ये पूरी दुनिया को बता दें। और ये ऐसा करती भी हैं।

अपने लिए जीने की रुखाहिश रखनेवाली माँ

इस तरह की माँओं की दुनिया सिर्फ अपने बच्चों तक ही सीमित नहीं रहती। ये मांएं थोड़ा आजाद रुखाल की होती हैं और मानती हैं कि घर-परिवार के अलावा उनकी अपनी भी पर्सनल लाइफ है, जिसे वो अपने हिसाब से जीना चाहती हैं। ऐसी माँओं के बच्चे बहुत जल्दी आत्मनिर्भर बन जाते हैं और अपना काम खुद करना सीख जाते हैं।

अंधविश्वासी माँ

ऐसी माँओं को हमेशा ये डर लगा रहता है कि कहीं कोई उनके बच्चे को नजर न लगा दे। इसलिए इनकी कोशिश होती है कि अपने बच्चे का बखान किसी के सामने न ही करें। नजर उतारना इन्हें हर प्रॉब्लम का सोल्यूशन लगता है और हफ्ते में दो दिन तो ये अपने बच्चे की नजर उतार ही लेती हैं।

मास्टरशोफ माँ

जैसा कि टाइटल से ही जाहिर है ऐसी माँओं को कुकिंग का बहुत शौक होता है। ऐसी माँएं घटों किचन में ही बिता देती हैं। ऐसी माँओं के बच्चे बहुत लकी होते हैं। इन्हें टिफिन में रोज नई बेरायटी मिलती है और इनके फ्रैंड्स को हमेशा टेस्टी ट्रीट।

हमेशा बिंता में ढूबी रहनेवाली माँ

कुछ मांएं हर समय बच्चे की चिंता में ही ढूबी रहती हैं और कई बार तो उनकी चिंता बेवजह भी होती है। ये बच्चे द्वारा अकेले बिताए हर मिनट का ब्यौरा जानना चाहती हैं। ये अगर पैरेंट-टीचर मीटिंग में जाती हैं, तो अपने सवालों से टीचर को परेशान करके ही छोड़ती हैं।

फैशनिस्टा माँ

फैशनिस्टा माँ खुद तो हमेशा स्टाइल ऑफ़िकॉन नजर आती ही हैं, अपने बच्चे को भी फैशनेबल ही देखना चाहती हैं। इनकी हर चीज खास होती है और इनके बच्चे में इनका ही रिफलेक्शन नजर आता है। यानि इनके बच्चे भी हाइली फैशनेबल और क्लासी होते हैं।



कूल रहने के लिए ऐसे बीट करें संगाट हीट

गर्मी के बढ़ते ही सबसे ज्यादा असर हमारी पाचन क्रिया पर होता है। गर्मी में मेटाबॉलिज्म धीमा हो जाता है, साथ ही डिहाइड्रेशन की समस्या भी बढ़ जाती है। जिससे शरीर थका-थका लगता है, क्रैम्प्स होने लगते हैं और कई हेल्थ प्रॉब्लम्स होने लगती हैं। ऐसे में जरुरी है कि आप अपनी दिनचर्या में मौसम के अनुसार बदलाव लाएं ताकि इस मौसम में भी आप हेल्दी और रिफ्रेश फील करें।

सु

बह जल्दी उठकर वॉक पर जाएं या यन ही टहलने निकलें। क्योंकि सुबह गर्मी कम रहती है और ताजा हवा आपको फ्रेश फील देगी। थोड़ा मेडिटेशन और योग भी करें। ये आपको दिन भर ऊर्जावान रखेगा। शीतली प्राणायाम करें क्योंकि यह बॉडी टेंपेरेचर को कंट्रोल करता है। गर्मी दूर करके शरीर को कूलिंग इफेक्ट देता है। कोशिश करें सुबह चाय-कॉफी की बजाय ताजा जूस, छाठ, नींबू पानी या नारियल पानी लें।

- नाश्ता जरूर करें खाली पेट घर से बाहर न निकलें। ब्रेकफास्ट भी पौष्टिक हो इसका ध्यान रखें। बहुत ज्यादा तेल या मसाले वाला नाश्ता न खाएं।
- बाहर जाते समय सनस्क्रीन लगाएं। हो सके तो छतरी या स्कार्फ से सिर कवर करें।
- मेल स्प्रे बॉटल में गुलाबजल भरकर फ्रिज में रखें और दिन में बीच-बीच में फेस पर स्प्रे करें। ये ठंडक व ताजगी देगा।
- घर को ठंडा रखने की कोशिश करें। हो

सके तो प्राकृतिक तरीके अपनाएं, क्योंकि ऐसी का ज्यादा इस्तेमाल सेहत के लिए ठीक नहीं। इसका बेहतरीन तरीका है-फ्रीजर में पड़ी आइस ट्रेज का इस्तेमाल किया जाए। ढेर सारी आइस लेकर टेबल फैन के सामने रख दें। फिर फैन ऑन करके उसके सामने लेट जाएं। आपको मिलेगी ताजा ठंडी हवा।

■ घर में लाइट्स कम जलाएं। धीमी रोशनी से गर्मी कम पैदा होगी। ब्लाइंड कर्टेंस यूज करें, जिससे तेज धूप कमरे में न आ सके। इलेक्ट्रॉनिक आइटम्स भी हीट पैदा करते हैं, उनका कम इस्तेमाल करें।

■ लाइट कॉटन के ब्राइडेबल कपड़े पहनें। हेयर स्टाइल भी ईंजी के सिंपल रखें। लाइट कलर के आउटफिट्स पहनें।

■ सबसे जरूरी हाइड्रेट रहें। पानी खूब पिएं, नींबू पानी, नारियल पानी, आम पना, छाठ, तरबूज का रस, सलाद आदि का सेवन करें। कोशिश करें प्यास लगने पर कोल्ड ड्रिंक न पीकर पानी या हेल्दी कुछ पिएं।

सूर्यास्त के बाद न करें ये काम, होता है अशुभ

म अक्सर अपने घर के बड़ों को यह कहते सुनते हैं कि दिन ढलने के बाद ऐसा नहीं करते, वैसा नहीं करते और हम उनकी बातों को अनुसुना कर देते हैं, लेकिन शास्त्रों में वाकई दिन ढलने के बाद कुछ कामों को करने की मनाही है। आइये जानते हैं कि सूर्यास्त के बाद क्या नहीं करना चाहिए और इसके क्या परिणाम हो सकते हैं।

1. शास्त्रों के अनुसार सूर्यास्त के बाद झाड़-पोछा करना नहीं करना चाहिए। ऐसा करने से झाड़ के साथ अच्छी चीजें भी घर से बाहर हो जाती हैं और खुशियां व गुडलक समाप्त हो जाता है।
2. तुलसी को शाम के समय स्पर्श करने से मां लक्ष्मी नाराज भी हो सकती हैं, इसलिए सूर्यास्त के बाद कभी तुलसी के पौधे को स्पर्श नहीं करना चाहिए।
3. कई लोग शाम को पहले मंदिर में दीया जलाते हैं, फिर घर के बाहर तुलसी जी को दीपक दिखाते हैं, लेकिन ऐसा करने से बचें। शाम के समय दीया करते समय पहले तुलसी जी को दीपक दिखाएं, इसके बाद दीपक पूरे घर में और फिर भगवान को दिखाते हुए पूजा घर में रखें।
4. सूरज ढलते समय कभी भी सोना नहीं चाहिए। इस सभी चीजों में चंद्र का वास होता है। शाम के वक्त इहें देने से आपका चंद्र ग्रह कमज़ोर हो सकता है।
5. इसके अलावा शाम ढलते वक्त किसी को भी उधार नहीं देना चाहिए। इससे मां लक्ष्मी नाराज हो सकती हैं और आपको पैसों की दिक्कत हो सकती है।
6. सूर्यास्त के बाद घर के किसी को भी दूध, दही या कुछ कुड़ा इकट्ठा न करें। इससे घर में



नेगेटिविटी आती है। मां लक्ष्मी भी घर से चली जाती है।

9. शाम ढलने के बाद घर में कोई मेहमान आए तो उन्हें कभी खाली हाथ न भेजें, न ही उन्हें भूखे जाने दें। इससे घर में खुशहाली और संपन्नता बनी रहेगी।
10. सूर्यास्त के बाद पढ़ाई भी न करें। कहा जाता है कि सूर्यास्त के दौरान घर पर बैठे रहने या पढ़ने के बजाए खेलना चाहिए या कोई फिजिकल एक्टिविटी करनी चाहिए।



अजवायन से करें टेट लॉस?

अजवायन केवल सेहत के लिए फायदेमंद नहीं होता है, बल्कि वजन घटाने में मदद करता है। इसके दानों में एंटीसेप्टिक और एंट्रीइफ्लेमेट्री प्रॉपर्टीज होती हैं, जो वजन घटाने में मदद करती हैं। इसके अलावा अजवायन पाचन संबंधी समस्याओं को दूर करता है और मेटाबॉलिज्म को तेज करता है। यह नेचुरल एंटीऑक्सीडेंट के रूप में काम करता है, जो शरीर से टॉक्सिन्स को निकालने में मदद करता है, जिससे वजन कम करना आसान हो जाता है। हम यहां पर अजवायन इस्तेमाल करने के इंजी तरीके बता रहे हैं, जिन्हें फॉलो करके आप अपना वजन कम कर सकते हैं।

1. बाइल्ड अजवायन वॉटर

वेट लॉस करने का सबसे इंस्टेंट और विक्र तरीका है बाइल्ड अजवायन वॉटर। इसे बनाने में अधिक समय नहीं लगता है। इसे बनाने के लिए पैन में 2 टीस्पून अजवायन डालकर धीमी आंच पर भून लें। खुशबू आने पर आंच से उतार लें। ठंडा होने दें। तब तक पैन में आधा लीटर पानी गरम करें। उबाल आने पर भुना हुआ अजवायन डालें। 3-4 मिनट तक उबालें। जब पानी आधा रह जाए, तो आंच से उतार लें। छानकर 1 बॉटल में भरें, दिनभर पीते रहें।

2. अजवायन और हनी वॉटर

यदि आपको वजन घटाने की बहुत जल्दी है, तो आप अजवायन वॉटर में शहद मिलाकर पी सकते हैं। 2 ग्लास पानी में 2 टीस्पून अजवायन

भिंगोकर रातभर रखें। सुबह उठकर छान लें। 1 टीस्पून शहद मिलाएं। रोजाना खाली पेट पीएं। इसे पीने के साथ लगातार 3 महीने तक लो कॉर्ब लें। वजन जरूर कम होगा।

3. अजवायन और सौफ का पानी

इस हेल्दी डिंकिं को बनाने के लिए भुने हुए अजवायन और 1 टीस्पून भुनी हुई सौफ को 4 कप पानी में मिलाकर उबाल लें। उबालने पर जब पानी का रंग बदलने लगे आंच से उतार लें। आंच से उतारकर छलनी से छान लें। ठंडा होने पर बॉटल में भरें। दिनभर में थोड़ा-थोड़ा पीएं।

4. अजवायन पाउडर

सुबह अगर टाइम नहीं मिलता है तो भी निराश होने की कोई बात नहीं। इसकी बजाय अजवायन, मेथी और कलौंजी को समान मात्रा में लें। 1-2 दिन की तेज धूप में सुखा लें। मिक्सर में पीसकर पाउडर बनाएं। रोजाना रात को सोने से पहले गरम पानी के साथ 1 टीस्पून अजवायन पाउडर की फंकी मारें।

5. भुना हुआ अजवायन

250 ग्राम अजवायन को धूप में सुखाकर भून लें। ठंडा होने पर एयर टाइट कंटेनर में भरकर रखें। रोजाना सुबह ब्रेकफास्ट करने से पहले 30 मिनट पहले 1 टीस्पून अजवायन खाएं। यदि आपको अजवायन का टेस्ट पसंद है, तो जरूरी नहीं कि आप ब्रेकफास्ट में ही ले। दिनभर में किसी भी समय खा सकते हैं।

लखनऊ में नवाबों के यहां पकने वाली आज की रेसिपी का नाम भी नवाबी मोती पुलाव है, इस रेसिपी को भारतीय मसालों के साथ पकाया जाता है जिससे इसमें बहुत ही बढ़िया

जायकेदार नवाबी मोती पुलाव

मुख्य सामग्री

- 200 gms मटन
- मुख्य पकवान के लिए
- 1 कप चना दाल
- 1 - कटा हुआ Vegetables
- 6 - हरी मिर्च
- 1 छोटी चम्मच लहसुन
- जरूरत के अनुसार Vegetables
- 1/4 छोटी चम्मच Spices & Herbs
- 1/4 छोटी चम्मच Spices & Herbs
- 1/2 छोटी चम्मच Spices & Herbs
- जरूरत के अनुसार नमक
- 2 छोटी चम्मच मक्के का आटा
- जरूरत के अनुसार मिक्स्ड ब्राई फ्रूट्स
- जरूरत के अनुसार रिफाइंड तेल
- 3 - प्याज
- 4 - कटा हुआ टमाटर
- 1 कप पुदीना
- जरूरत के अनुसार धनिये के पत्ते
- 1 किलोग्राम बासमती चावल
- जरूरत के अनुसार अदरक
- जरूरत के अनुसार लहसून का पेस्ट
- जरूरत के अनुसार लाल मिर्च पाउडर
- जरूरत के अनुसार हल्दी
- जरूरत के अनुसार गरम मसाला पाउडर
- जरूरत के अनुसार दालचीनी
- जरूरत के अनुसार काली इलायची
- जरूरत के अनुसार मोटी सौफ़
- जरूरत के अनुसार हरी इलायची

स

बसे पहले मटन कीमा को उबाल लीजिए और उसमें चना दाल कटी हुई प्याज हरी मिर्च लहसुन अदरक गरम मसाला हल्दी लाल मिर्च पाउडर नमक यह मिलाकर इसे ठंडा होने के लिए रख दीजिए। जब मिश्रण ठंडा हो जाए तब इसे मिक्सर की सहायता से अच्छे से ग्राइंड कर लीजिए। इसे पीसकर चिकना पेस्ट बना लीजिए।

कीमा से बॉल तैयार करने के पहले इसमें अरारोट मिलाकर अच्छे से गूंथ लीजिए अब अपने हाथों में तेल लगाकर चिकना कर लीजिए और इस मिश्रण से छोटे-छोटे बॉल्स तैयार कर लीजिए साथ ही भरावन के लिए बीच में प्याज और ड्राई फ्रूट भी डाल दीजिए।

अब एक पैन लेकर उसमें एक कप तेल डाल दीजिए और मीट बॉल्स को तल कर अलग रख दीजिए। अब इसी तेल में दालचीनी हरी इलायची बड़ी इलायची डालकर उसे 1 मिनट के लिए भून लीजिए। अब इसमें प्याज हरी मिर्च डालकर इसे नरम होने तक पका लीजिए।

जब प्याज अच्छे से भून जाए तब इसमें



मिट लीव्स डालकर 2 से 3 मिनट के लिए पकाएं अब लहसुन का पेस्ट, अदरक का पेस्ट लाल मिर्च पाउडर हल्दी पाउडर गरम मसाला और कटे हुए टमाटर डालकर इसमें धनिया पत्ती डाल दें और तब तक पकाएं जब तक टमाटर अच्छी तरह से गल ना जाए।

अब एक दूसरा पैन लेकर उसमें पानी डाल दीजिए और नमक दालचीनी बड़ी इलायची जावित्री हरी मिर्च, लौंग इत्यादि डालकर पानी को उबलने दीजिए जब पानी में उबाल आ जाए तब उसमें बासमती राइस डालकर 80% पका लें।

जब चावल 80% पक जाए तो उसका पानी छानकर अलग कर लीजिए साथ ही तैयार मसाले में डालकर इसे हल्के हाथों से चम्मच चलाते हुए मिक्स करें, जोर से चम्मच चलाने पर बासमती चावल टूटने लगता है।

तैयार है गरमा - गरम नवाबी मोती पुलाव, इसे सर्व करने के लिए पुलाव को प्लेट में निकाल लें और ऊपर में मीटबॉल्स रखें और रायता के साथ परोसें देखा दोस्तों नवाबी मोती पुलाव के बाबल नाम से ही नवाबी नहीं बल्कि इसकी रेसिपी भी मजेदार है और यकीनन आप अगर इसे बनाएंगे तो उंगलियां चाटते रह जाएंगे, तो अगर आपको कभी कुछ अलग और स्पेशल ट्राई करने का मन करे तो नवाबी मोती पुलाव जरूर ट्राई करें।



माह : अप्रैल 2022

राशिफल

**मेष**

खुशियाँ आपको हर पल चहकायेगी और जहाँ भी जायेंगे वहाँ आत्मविश्वास के बूते लोगों के दिल पर छा जायेंगे, और यहीं वो लम्हा होगा, जिसका आपको इन्तजार था, बस अब सोचना क्या, ह्याकमर कस कर तैयार हो जाइये, सितारे तो आपके हमकदम हैं ही, पूरा फायदा उठाइये, बात रह जाती है निजी जिन्दगी की तो उसमें तो सिर्फ और सिर्फ मस्ती तय है, सम्भव है उनके साथ कहीं सैर हो जाये। शुभ अंक 3 है।

**सिंह**

परिवारिक एवं व्यावसायिक क्षेत्र में सुधार के लिये समझौता ही कारगर उपाय होगा, अपने ही जरूर कम कहीं जो दूसरों के मरहम लगाइयेगा, छोड़िये गैरों के लिए क्यों हलाकान हैं, अगर यात्रा हो तो रद्द कर दें, वरना लाभ तो दूर ह्यालौट के बुद्ध घर को आयेहूँ वाली कहावत चरितार्थ होगी, यानी वक्त और पैसा देनों का नुकसान, कहीं भी हस्ताक्षर करने में, व वाहन चलाने में सतर्कता बरतें। अंक 6 शुभ है।

**वृष**

आपके अन्तर में जिजीविषा होगी कुछ करने की, खुद भी चाहेंगे कि पूर्वनियोजित कार्यों का निपटारा करूँ, मगर क्या किया जा सकता है, ह्याभाग्यं फलति सर्वत्रं, न विद्या न च पौरूषमङ्ग सूत्रवाक्य के अनुसार, अभी पूरी तौर पर वक्त आपके साथ नहीं है, अतः ह्याठहरो और देखोहूँ यही फामूला आपके लिये उचित है, और इसी की जरूरत है, शुभ अंक 3 है।

**मिथुन**

आप अगर अपना भला चाहते हैं तो कपया शेयर बाजार व सद्वा बाजार की ओर पैर कके सोयें भी न, और साथ ही अन्य किसी प्रकार का लेन-देन भी कदापि न करें, आपके लिये सूत्र वाक्य यह है कि ह्यारहिमन चुप हो बैठिये देखिं दिनन को फेर, जब नीके दिन आइहें बनत न लगिहै बेरल, इन्तजार और इन्तजार बस यही आपकी नियति में है, बस अपनों की दुआयें आपके साथ हैं। अंक 5 शुभ है।

**कर्क**

प्रभाव क्षेत्र में जबरदस्त बढ़त हासिल होगी, एक अहम बात जो पूरी तौर पर आपके हक में है, कि जो बात काफी दिनों से अपनी हाविलोजान की जीनतङ्ग से कहना चाहते थे, उसके लिये माकूल वक्त हैं सलीके से अपनी बात रखिये, सफल होगे, थोड़ा सावधानी रखते हुये भविष्य के लिये किसी भी प्रकार से अर्थिक निवेश या शेयर में भी आज इनवेस्टमेण्ट कर सकते हैं, दाम्पत्य जीवन में खुशहाली रहेगी। शुभ अंक 5 है।

**धनु**

परिवारिक एवं व्यावसायिक क्षेत्र में सुधार के लिये समझौता ही कारगर उपाय होगा, अपने ही जरूर कम कहीं जो दूसरों के मरहम लगाइयेगा, छोड़िये गैरों के लिए क्यों हलाकान हैं, अगर यात्रा हो तो रद्द कर दें, वरना लाभ तो दूर ह्यालौट के बुद्ध घर को आयेहूँ वाली कहावत चरितार्थ होगी, यानी वक्त और पैसा देनों का नुकसान, कहीं भी हस्ताक्षर करने में, व वाहन चलाने में सतर्कता बरतें। अंक 6 शुभ है।

**कन्या**

कड़ी मेहनत से थककर चूर हो जायेंगे, समय मानसिक तनाव बढ़ाने वाला एवं व्यर्थ दौड़ धूप कराने वाला साबित होगा, श्रीमती जी को लेकर सैर-सपाटा करेंगे, जिससे मन बहलेगा और थकान भी दूर होगी, परिवारिक माहौल खुशनुमा रहेगा पर मानसिक उलझन हो सकती है पर इस उलझन में जीवन संगिनी का साथ दिल को ठंडक पहुँचायेगा, शेयर बाजार व सट्टे में बिल्कुल दिमाग न लगायें। आज अंक 2 शुभ है।

**तुला**

रूपयों के लेन-देन से सम्बन्धित कोई भी बड़ा-मुद्दा उठाने से पहले सोच-विचार कर लें, मेरी राय में तो निरस्त कर दें, यही बेहतर है, अन्यथा हानि संभावित है। अगर आपका कारोबार साझेदारी में है तो सावधान रहियेगा, कुछ मुद्दों पर सख्त निर्णय लेने पड़ सकते हैं, अब्बल तो हो सकता है कि व्यापार आदि के सिलसिले में यात्रा करनी पड़ जाय, होशियार रहें, और खान-पान पर संयम रखियेगा, नहीं तो शारीरिक कष्ट के शिकार होंगे। शुभ अंक 3 है।

**क्रृष्ण**

शरीर में टूटन या दिल में किसी की मीठी यादों के दर्द का अहसास होता रहेगा, यह भी सम्भव है कि उन्हीं मीठी यादों में आप ह्यामुचुपहूँ बने रहें, दरअसल आपके दिलों दिमाग पर जो सुस्ती छायी है, इसके निवारण के लिये आप अपने काम दूसरों को सौंपकर सुकून पाइयें, और पूर्व निधारित योजनाओं पर फिलकर रोक लगी रहें, इसी में बेहतरी है, अचानक जो अपना मिला है, उसकी सलाह पर यकीन करना ही आपके हित में है। अंक 9 शुभ है।



START YOUR OWN TEA CAFÉ IN LOW BUDGET

Franchise Opportunity With



Contact us for Franchise +91-9755166622
www.chaisignal.com | chaisignalcafe@gmail.com



न्याय के नए अध्याय उपता छत्तीसगढ़ मॉडल



साजीव गांधी किसान न्याय योजना

राज्य के किसानों को अब तक
11,180.97 करोड़ रुपए का भुगतान

बही पेदावाए, बढ़ा खेती का सकारा
और फसलों की बढ़ी विविधता



साजीव गांधी ग्रामीण भूमिहीन कृषि मज़दूर न्याय योजना

अब तक 3 लाख 55 हजार भूमिहीन कृषि मज़दूर परिवारों को
143 करोड़ रुपए का भुगतान

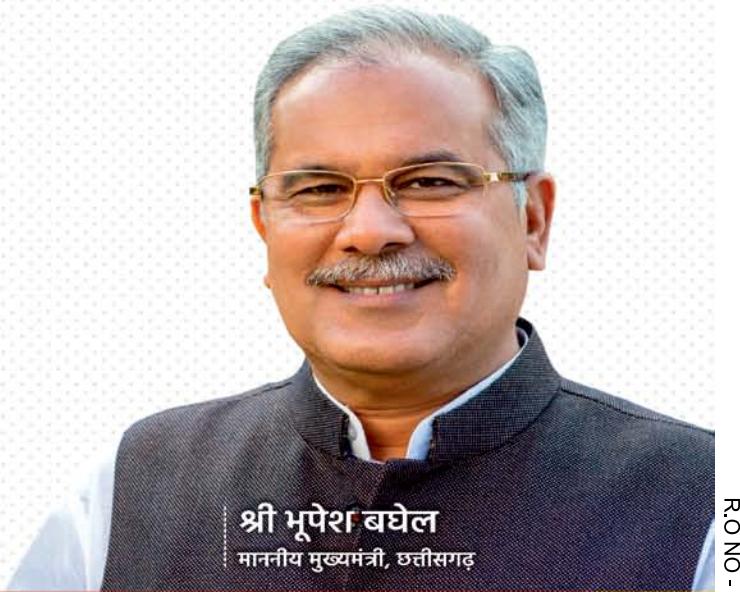
मुख्यमंत्री शहदी स्लम स्थाप्त्य योजना

नगरीय निकायों में 120 मोबाइल मेडिकल यूनिट स्थापित
योजना के तहत अब तक 17 लाख लोगों का उपचार

विकेन्द्रीकरण से सुदृढ़ प्रशासन

4 नए अनुभाग एवं 23 नई तहसीलें गठित

साजस्य प्रकरणों के समयबद्ध नियोक्ताओं की
समीक्षा देते औनलाइन पोर्टल प्राप्त



श्री भूपेश बघेल
माननीय मुख्यमंत्री, छत्तीसगढ़

R.O NO - 12002/24

सेवा-जतन-सदोकार, छत्तीसगढ़ सदकार



गोधन न्याय योजना

पशुपालकों, स्य सहायता समूहों
एवं गोठान समितियों को अब तक
226.18 करोड़ रुपए का भुगतान

नए दोजगाए के अवसर,
जैविक खेती को मिल दहा बढ़ाया



शहीद महेंद्र कर्मा तेन्दुपत्ता संग्राहक सामाजिक सुरक्षा योजना

3 हजार से अधिक तेन्दुपत्ता संग्राहक परिवारों को
46.61 करोड़ रुपए की बीमा साझी का भुगतान