

संक्षिप्त समाचार

अनुसूचित जाति वर्ग के खिलाड़ियों से खेल प्रशिक्षण हेतु आवेदन आवेदन 13 जून तक आमंत्रित

मुंगेली(समय दर्शन) जिले के अनुसूचित जाति वर्ग के खिलाड़ियों से खेल प्रशिक्षण हेतु आवेदन जिला कलेक्टरारेट स्थित कायालय सहायक आयुक्त आदिवासी विकास विभाग और अनुसूचित जाति बालवान छात्रावास क्रीड़ा परिषद में 13 जून तक आमंत्रित किया गया था। आदिवासी विकास विभाग के सहायक आयुक्त ने बताया कि खिलाड़ियों के चयन हेतु परीक्षा 14 एवं 15 जून को जिला मुख्यालय स्थित डॉ. श्याम प्रसाद मुख्यालय स्टेडियम में आयोजित की जाएगी, इसमें बैटरी औपटेस्ट के आधार पर 50 मीटर दौड़, 400 मीटर दौड़, अपर बाड़ी बैंडिंग, गतिशाल स्पूर्ति परीक्षण, स्टेंडिंग जम्प, उछाल परीक्षण एवं शलस ट्रैक का परीक्षण किया जाएगा।

उन्होंने बताया कि बिहार का जन्म 01 जनवरी 2013 के बाद बिहार चाहिए। चयनित खिलाड़ियों को एथलेटिक्स, ब्लॉकेटावल, तीरंदाजी, बास्केटबाल, बेसबाल आदि में प्रशिक्षण दिया जाएगा। इस चयन स्पर्धा में सभाभागिता होने पर अध्यर्थी की 05 अंक एवं राष्ट्रीय प्रतियोगिता में सभाभागिता होने पर 10 अंक प्रदान किया जाएगे। चयन परीक्षा के अधार पर मेरिट सूची तैयार कर विकासालय परीक्षण के उपरांत क्रीड़ा परिस्तियों में प्रवेश दिया जाएगा। प्रवेशित छात्रों को भोजन, पौष्टिक आहार तथा आयोजित सुविधा निःशुल्क उपलब्ध कराई जाएगी। इसके साथ ही 01 ट्रैक सू. 01 जोड़ी जून, 02 जोड़ी मोजा, 02 टी-शर्ट, 02 नेकर एवं 01 सेट शालेय गणवेश प्रदान किया जाएगा। चयनित छात्र कक्ष 12वीं में अध्ययनरत रहते तक इस क्रीड़ा परिषद में प्रवेशित रहेंगे।

निर्माणी व असंगठित श्रमिकों के लिए पंजीयन एवं नवीनीकरण हेतु शिविर का होगा आयोजन

विभिन्न विकाससंघों में 09 से 30 जून तक आयोजित होने वाले निःशुल्क शिविर

मुंगेली(समय दर्शन) जिले के निर्माणी एवं असंगठित श्रमिकों के पंजीयन और नवीनीकरण के लिए 09 जून से 30 जून तक विभिन्न ग्राम पंचायतों में शिविरों का आयोजित किया जाएगा। इसके साथ ही खानाधारी जातियों की जानकारी प्रदान कर पात्रतावाल लाभ उठाने प्रेरित किया जाएगा। श्रम पदाधिकारी ने बताया कि इन शिविरों में श्रमिक अपने नई पंजीयन करवा सकते हैं और जिनका पूर्व में पंजीयन हो चुका है, वे नवीनीकरण भी करवा सकते हैं। श्रमिकों को विभागीय योजनाओं का लाभ दिलाए एवं पंजीयन प्रक्रिया के सरल औंच लोगों के डेश्य से शिविर आयोजित किए जा रहे हैं। उन्होंने बताया कि 09 व 10 जून को विकासखंड मुंगेली के ग्राम सेमरन्चुआ एवं लोरमी के ग्राम जोतेपुर, 12 व 13 जून को विकासखंड पथरिया के ग्राम चन्द्रगढ़ी एवं मुंगेली के कुरानकापा, 16 व 17 जून को विकासखंड पथरिया ग्राम जगताकापा व लोरमी के ग्राम डिंडीपी, 19 व 20 जून को विकासखंड मुंगेली के सिंधांबांध एवं पथरिया के सकरों 23 व 24 जून को विकासखंड लोरमी के ग्राम कोदावा महत एवं पथरिया के नहान, 26 व 27 जून को विकासखंड मुंगेली के हेडसपुर व लोरमी के बिजराकापा खुर्द और 30 जून को विकासखंड पथरिया के ग्राम मुंदा देवरी एवं लोरमी के दाउकापा में शिविर का आयोजन किया जाएगा।

चुनाव कार्य में लापरवाही और अनुशासनहीनता पर सहायक ग्रेड-3 की वेतन वृद्धि रोकी गई

दुर्ग(समय दर्शन)। नगर पालिक निगम दुर्ग में पदस्थ सहायक ग्रेड-3 भूपौन्द्र गोई को निवार्चन कार्य में लापरवाही एवं अनुशासनहीनता के चलते अनुशासनात्मक कार्यालय का सामान करना पड़ा है। रिटर्निंग आफ्सर नगर पालिक निगम, दुर्ग द्वारा आदेश क्रमांक 176/थथ०निव०१०पा०/२०२५ दिनांक 14.02.2025 को श्री गोर्डर को कारण बताओ नोटिस जारी किया गया था, जिसमें उन्हें 24 घंटे के भीतर जवाब प्रस्तुत करने के निर्देश दिए गए थे। किन्तु निर्धारित समयावधि समाप्त होने के बाद भी श्री गोर्डर द्वारा दिनांक 20 फरवरी 2025 तक कोई उत्तर प्रस्तुत नहीं किया गया। जबाब प्रस्तुत न करने और निवार्चन कार्य में लापरवाही तथा अनुशासनहीनता बताने के कृत्य को सिविल सेवा आचारण सहित 1965 की कंडिका (3) का उल्लंघन माना गया। इस आधार पर, श्री गोर्डर की एक वेतनवृद्धि को सिविल सेवा (वर्गीकरण, नियंत्रण एवं अपील) नियम 1986 के नियम 10 के तहत असंचयी प्रभाव से तकाल रोका गया है। यह नियंत्रण कलेक्टर एवं जिला नियंत्रण अधिकारी द्वारा एवं जिला नियंत्रण अधिकारीयों एवं इकाइयों को सूचनार्थ एवं पालनार्थ प्रेषित की गई है, साथ ही खालीपन प्रभारी को सेवा पुस्तिका में इस आदेश को दर्ज करने के निवेदित दिए गए हैं।

युक्तियुक्तकरण से प्रदेश की शिक्षा स्तर में आएगी गिरावट-पूर्व शिक्षामंत्री रविन्द्र चौबे

कहा 10 हजार स्कूलों बंद एवं 50 हजार शिक्षक पद समाप्त होने के आसार

राज्य सरकार जल्द ले उचित निर्णय, नहीं तो कांग्रेस करेगी शिक्षा अधिकारी के कार्यालय का घेराव

दुर्ग(समय दर्शन)। छत्तीसगढ़ के पूर्व शिक्षा मंत्री एवं वरिष्ठ कांग्रेस नेता रविन्द्र चौबे ने राज्य विभाग और अनुसूचित जाति बालवान छात्रावास क्रीड़ा परिषद में 13 जून तक आमंत्रित किया गया था। आदिवासी विकास विभाग के सहायक आयुक्त आदिवासी विकास विभाग के सहायक आयुक्त ने बताया कि खिलाड़ियों के चयन हेतु परीक्षा 14 एवं 15 जून को जिला मुख्यालय स्थित डॉ. श्याम प्रसाद मुख्यालय स्टेडियम में आयोजित की जाएगी, इसमें बैटरी औपटेस्ट के आधार पर 50 मीटर दौड़, 400 मीटर दौड़, अपर बाड़ी बैंडिंग, गतिशाल स्पूर्ति परीक्षण, स्टेंडिंग जम्प, उछाल परीक्षण एवं शलस ट्रैक का परीक्षण किया जाएगा।

उन्होंने बताया कि बिहार का जन्म 01 जनवरी 2013 के बाद बिहार चाहिए। चयनित खिलाड़ियों को एथलेटिक्स, ब्लॉकेटावल, तीरंदाजी, बास्केटबाल, बेसबाल आदि में प्रशिक्षण दिया जाएगा। इस चयन स्पर्धा में सभाभागिता होने पर अध्यर्थी की 05 अंक एवं राष्ट्रीय प्रतियोगिता में सभाभागिता होने पर 10 अंक प्रदान किया जाएगे। चयन परीक्षा के अधार पर मेरिट सूची तैयार कर विकासालय परीक्षण के उपरांत क्रीड़ा परिस्तियों में प्रवेश दिया जाएगा। प्रवेशित छात्रों को जन्म 01 जून 2023 के बाद वार्षिक आहार तथा आयोजित खालीपन की जाएगी। इसके साथ ही खिलाड़ियों को एथलेटिक्स, ब्लॉकेटावल, तीरंदाजी, बास्केटबाल, बेसबाल आदि में प्रशिक्षण दिया जाएगा। इस चयन स्पर्धा में सभाभागिता होने पर अध्यर्थी की 05 अंक एवं राष्ट्रीय प्रतियोगिता में सभाभागिता होने पर 10 अंक प्रदान किया जाएगा।

अवैध मादक पदार्थ गांजा की तस्करी करते 02 अन्तर्राज्ञीय तस्कर पुलिस की गिरफ्त



का निवारी होना बताये पुलिस टीम के द्वारा वाहन की तलाशी ली गई। वाहन के पीछे डाला में 07 नग प्लास्टिक बोरिया सुचना मिली कि एक लाल कलर के आईकर वाहन क्रमांक सी जी- 04 पी ई 9434 में दो व्यक्ति ओडिशा से अवैध

मादक पदार्थ गांजा का बड़ा खेपे रायपुर लेकर जाए है।

इस सूचना पर थाना सिंधोडा पुलिस की टीम के द्वारा एन एच 53 रोड रेहेटीखोल से बंद तैनात कर संदर्भ वाहन की जांच कर रही थी, तभी उडिसा से रायपुर की ओर एक लाल कलर की आईकर वाहन क्रमांक एच-04 बी-9434। जिसे एन एच 53 रोड ग्राम रेहेटीखोल में एन्टी नारकोटिक्स टास्टर के द्वारा एक लाल कलर की आईकर वाहन क्रमांक एच-04 बी-9434 आयी।

जिसे एन एच 53 रोड ग्राम रेहेटीखोल में एन्टी नारकोटिक्स टास्टर को देखा गया था तब वाहन की जांच कर रही थी, तभी उडिसा से रायपुर की ओर एक लाल कलर की आईकर वाहन क्रमांक एच-04 बी-9434 आयी।

जिसे एन एच 53 रोड ग्राम रेहेटीखोल में एन्टी नारकोटिक्स टास्टर को देखा गया था तब वाहन की जांच कर रही थी, तभी उडिसा से रायपुर की ओर एक लाल कलर की आईकर वाहन क्रमांक एच-04 बी-9434 आयी।

जिसे एन एच 53 रोड ग्राम रेहेटीखोल में एन्टी नारकोटिक्स टास्टर को देखा गया था तब वाहन की जांच कर रही थी, तभी उडिसा से रायपुर की ओर एक लाल कलर की आईकर वाहन क्रमांक एच-04 बी-9434 आयी।

जिसे एन एच 53 रोड ग्राम रेहेटीखोल में एन्टी नारकोटिक्स टास्टर को देखा गया था तब वाहन की जांच कर रही थी, तभी उडिसा से रायपुर की ओर एक लाल कलर की आईकर वाहन क्रमांक एच-04 बी-9434 आयी।

जिसे एन एच 53 रोड ग्राम रेहेटीखोल में एन्टी नारकोटिक्स टास्टर को देखा गया था तब वाहन की जांच कर रही थी, तभी उडिसा से रायपुर की ओर एक लाल कलर की आईकर वाहन क्रमांक एच-04 बी-9434 आयी।

जिसे एन एच 53 रोड ग्राम रेहेटीखोल में एन्टी नारकोटिक्स टास्टर को देखा गया था तब वाहन की जांच कर रही थी, तभी उडिसा से रायपुर की ओर एक लाल कलर की आईकर वाहन क्रमांक एच-04 बी-9434 आयी।

जिसे एन एच 53 रोड ग्राम रेहेटीखोल में एन्टी नारकोटिक्स टास्टर को देखा गया था तब वाहन की जांच कर रही थी, तभी उडिसा से रायपुर की ओर एक लाल कलर की आईकर वाहन क्रमांक एच-04 बी-9434 आयी।

जिसे एन एच 53 रोड ग्राम रेहेटीखोल में एन्टी नारकोटिक्स टास

संपादकीय

केडर अफसरों को जायज हक

केंद्रीय संसद पुलिस बल (सीएपीएफ) के केडर अधिकारियों के मनोबल को बढ़ाने वाले फैसले में सुप्रीम कोर्ट ने इन बलों में आईपीएस अधिकारियों की तैनाती में संतुलन रखने का रास्ता खोल दिया है। अदालत ने इन बलों में महानीरीक्षक स्तर तक के आईपीएस अधिकारियों की प्रतिनियुक्ति दो वर्षों में 'उत्तरोत्तर' करने का आदेश दिया है ताकि केडर अधिकारी अपने जायज हक से वंचित न हों और उन्हें पदोन्तति के अधिक अवसर प्रियत मिले। अपने ऐतिहासिक फैसले में सुप्रीम कोर्ट की पोषा भी माना है कि सीएपीएफ में केडर अधिकारियों की पदोन्तति में विलंब से उक्त मनोबल पर प्रभाव पड़ सकता है। सुप्रीम कोर्ट की पोषा ने इन बलों की बहुप्रतीक्षित केडर समीक्षा छह महीने में करने को कहा है जिस पर शोरी अदालत ने ही 2020 में रोक लगा दी थी। इन बलों के हजारों अधिकारियों ने गृह मंत्रालय से उनमें से प्रलेक को संगठित समूह पर सेवा (ओजीएस) के रूप में मानते हुए केडर समीक्षा की मांग की थी, ताकि समय पर पदोन्तति में देरी से संबंधित उनके मुद्दे पर समाधान किया जा सके। कहा जाए कि जब सीएपीएफ को ओजीएस घोषित किया गया है, तो ओजीएस को उपलब्ध सभी लाभ स्वाभाविक रूप से सीएपीएफ का भी मिलने चाहिए, यह नहीं हो सकता कि उन्हें एक लाभ दिया जाए और दूसरे से वंचित रखा जाए। याचिकारकताओं का तर्क था कि चूंकि भारतीय पुलिस सेवा के अधिकारी बहुरुप प्रशासनिक ग्रेड (महानीरीक्षक रैंक) तक के पांचों पांच असीन हैं, इसलिए उनकी पदोन्तति की संभावनाएँ 'बाधित' हो रही हैं। जिससे सेवा पदानुक्रम में बदलाव आ रहा है। इसे स्वीकार करते हुए पीठे परे अदेश दिया, 'सभी सीएपीएफ में केडर समीक्षा, जो वर्ष 2021 में होनी थी, आज से छह महीने की अवधि के भीतर पूरी की जाए।' उम्मीद है कि इस फैसले से पांचों केंद्रीय पुलिस बलों-सीएपीएफ, बीएसएफ, सीआईएसएफ, आईटीबीपी और एसएसबी के केडर अफसरों को उनका जायज हक मिलेगा और उनकी कर्तव्य भावना और मजबूत होगी। मंत्रालय ने अपने वकील के माध्यम से कहा कि चूंकि ये बल विभिन्न राज्यों से जैनता हैं, इसलिए आईपीएस अधिकारी सीएपीएफ के प्रभावी संचालन के लिए 'आवश्यक' हैं, जिससे संबंधित राज्य सरकारों और उनके संबंधित पुलिस बलों के साथ सहयोग की सुविधा मिलती है, जिससे संघीय ढांचे को संरक्षित किया जा सकता है।

हर लड़की और महिला के जीवन का हिस्सा पीरियड्स

बंदना प्रेयसी

सदियों से एक लड़की की माहवारी ऐसा विषय रहा जिसे उसे छिपाना पड़ता था। एक सुझावहारे, ज़िद्दक और चुप्पी-ये सब उस प्राकृतिक जैविक प्रक्रिया के साथ जुड़ गई, जो हर लड़की और महिला के जीवन का हिस्सा है, लाकिन आज बिहार में यह खामोशी ठूट रही है—और उसकी जगह ले रही है एक सरकार। मासिक धर्म स्वच्छा के लिए अब तक सर्वजनिक नीति और सामाजिक दायरे के बाहर रखा गया था, अब हमारे स्कूलों, सरकारी कार्यालयों और सबसे महत्वपूर्ण हमारे घरों में प्रवेश कर रही है। यह सिफ़ सैनिट्री पैड्स की उपलब्धता या शौचालयों की सुविधा को बात नहीं है—यह एक सामाजिक परिवर्तन है, जो हमारी बेटियों और महिलाओं के प्रति हमारे व्यवहार को सिरे से बदल रहा है। देश-समाज के लिहाज के बहुत मायने हैं। तो वे स्कूल में आसानी से पठन-पाठ कर सकती हैं, तो वे सुधारित कार्यालयों की सुविधा मिलती हैं, तो वे बंदना प्रेयसी को स्वच्छता की सुविधा मिलती है, तो वे खुलकर बातचीत करती हैं। जब समुदाय बंदिशक, बिना शर्म के मासिक धर्म पर खुलकर बातचीत करता है, तो वे प्रधानमंत्री के प्रधानमंत्री के साथ अपनी माहवारी को संभाल सकती हैं, तो वे बंदना प्रेयसी को संभाल सकती हैं।

इस लिहाज से सर्वोच्च व्यायालय के मुख्य व्यायाधीश जिस्टिस बी आर गवई ने मुख्य व्यायाधीश ग्रेड बिटेन में वहाँ के सुप्रीम कोर्ट के द्वारा आयोजित एक गोलमेज सम्मेलन में 'व्यायिक विधानी' और सार्वजनिक विश्वास सम्मेलन में व्यायाधीशीयों के बिन्दुवार्ता के बाबत नहीं कहा है कि विधायिका या व्यायापालिका के महत्वपूर्ण पदों पर आसान भ्रष्ट आवरण वाले व्यक्तियों के बिन्दुवार्ता के बाबत नहीं कहा है कि विधायिका और व्यायापालिका दोनों वे अपनी सर्वोच्च विधियों का दुरुपयोग किया है, इसलिए लोकहीन या दृष्टिगत व्यवस्था हित वाले रेप औफ रेपरेस्ट मामलों में विद्वत परिषद या जनमत सर्वेक्षण के माध्यम से किसी विधायिका पर पड़न्होंचे की वैधानिक व्यवस्था होनी चाहिए।

इस लिहाज से सर्वोच्च व्यायालय के मुख्य व्यायाधीश जिस्टिस बी आर गवई ने मुख्य व्यायाधीश ग्रेड बिटेन में वहाँ के सुप्रीम कोर्ट के द्वारा आयोजित एक गोलमेज सम्मेलन में 'व्यायिक विधानी' और सार्वजनिक विश्वास सम्मेलन में व्यायाधीशीयों के बिन्दुवार्ता के बाबत नहीं कहा है कि विधायिका या व्यायापालिका के महत्वपूर्ण पदों पर आसान भ्रष्ट आवरण वाले व्यक्तियों के बिन्दुवार्ता के बाबत नहीं कहा है कि विधायिका और व्यायापालिका दोनों वे अपनी सर्वोच्च विधियों का दुरुपयोग किया है, इसलिए लोकहीन या दृष्टिगत व्यवस्था हित वाले रेप औफ रेपरेस्ट मामलों में विद्वत परिषद या जनमत सर्वेक्षण के माध्यम से किसी विधायिका पर पड़न्होंचे की वैधानिक व्यवस्था होनी चाहिए।

इस लिहाज से सर्वोच्च व्यायालय के मुख्य व्यायाधीश जिस्टिस बी आर गवई ने मुख्य व्यायाधीश ग्रेड बिटेन में वहाँ के सुप्रीम कोर्ट के द्वारा आयोजित एक गोलमेज सम्मेलन में 'व्यायिक विधानी' और सार्वजनिक विश्वास के बिन्दुवार्ता के बाबत नहीं कहा है कि विधायिका या व्यायापालिका के महत्वपूर्ण पदों पर आसान भ्रष्ट आवरण वाले व्यक्तियों के बिन्दुवार्ता के बाबत नहीं कहा है कि विधायिका और व्यायापालिका दोनों वे अपनी सर्वोच्च विधियों का दुरुपयोग किया है, इसलिए लोकहीन या दृष्टिगत व्यवस्था हित वाले रेप औफ रेपरेस्ट मामलों में विद्वत परिषद या जनमत सर्वेक्षण के माध्यम से किसी विधायिका पर पड़न्होंचे की वैधानिक व्यवस्था होनी चाहिए।

इस लिहाज से सर्वोच्च व्यायालय के मुख्य व्यायाधीश जिस्टिस बी आर गवई ने मुख्य व्यायाधीश ग्रेड बिटेन में वहाँ के सुप्रीम कोर्ट के द्वारा आयोजित एक गोलमेज सम्मेलन में 'व्यायिक विधानी' और सार्वजनिक विश्वास के बिन्दुवार्ता के बाबत नहीं कहा है कि विधायिका या व्यायापालिका के महत्वपूर्ण पदों पर आसान भ्रष्ट आवरण वाले व्यक्तियों के बिन्दुवार्ता के बाबत नहीं कहा है कि विधायिका और व्यायापालिका दोनों वे अपनी सर्वोच्च विधियों का दुरुपयोग किया है, इसलिए लोकहीन या दृष्टिगत व्यवस्था हित वाले रेप औफ रेपरेस्ट मामलों में विद्वत परिषद या जनमत सर्वेक्षण के माध्यम से किसी विधायिका पर पड़न्होंचे की वैधानिक व्यवस्था होनी चाहिए।

इस लिहाज से सर्वोच्च व्यायालय के मुख्य व्यायाधीश जिस्टिस बी आर गवई ने मुख्य व्यायाधीश ग्रेड बिटेन में वहाँ के सुप्रीम कोर्ट के द्वारा आयोजित एक गोलमेज सम्मेलन में 'व्यायिक विधानी' और सार्वजनिक विश्वास के बिन्दुवार्ता के बाबत नहीं कहा है कि विधायिका या व्यायापालिका के महत्वपूर्ण पदों पर आसान भ्रष्ट आवरण वाले व्यक्तियों के बिन्दुवार्ता के बाबत नहीं कहा है कि विधायिका और व्यायापालिका दोनों वे अपनी सर्वोच्च विधियों का दुरुपयोग किया है, इसलिए लोकहीन या दृष्टिगत व्यवस्था हित वाले रेप औफ रेपरेस्ट मामलों में विद्वत परिषद या जनमत सर्वेक्षण के माध्यम से किसी विधायिका पर पड़न्होंचे की वैधानिक व्यवस्था होनी चाहिए।

इस लिहाज से सर्वोच्च व्यायालय के मुख्य व्यायाधीश जिस्टिस बी आर गवई ने मुख्य व्यायाधीश ग्रेड बिटेन में वहाँ के सुप्रीम कोर्ट के द्वारा आयोजित एक गोलमेज सम्मेलन में 'व्यायिक विधानी' और सार्वजनिक विश्वास के बिन्दुवार्ता के बाबत नहीं कहा है कि विधायिका या व्यायापालिका के महत्वपूर्ण पदों पर आसान भ्रष्ट आवरण वाले व्यक्तियों के बिन्दुवार्ता के बाबत नहीं कहा है कि विधायिका और व्यायापालिका दोनों वे अपनी सर्वोच्च विधियों का दुरुपयोग किया है, इसलिए लोकहीन या दृष्टिगत व्यवस्था हित वाले रेप औफ रेपरेस्ट मामलों में विद्वत परिषद या जनमत सर्वेक्षण के माध्यम से किसी विधायिका पर पड़न्होंचे की वैधानिक व्यवस्था होनी चाहिए।

इस लिहाज से सर्वोच्च व्यायालय के मुख्य व्यायाधीश जिस्टिस बी आर गवई ने मुख्य व्यायाधीश ग्रेड बिटेन में वहाँ के सुप्रीम कोर्ट के द्वारा आयोजित एक गोलमेज सम्मेलन में 'व्यायिक विधानी' और सार्वजनिक विश्वास के बिन्दुवार्ता के बाबत नहीं कहा है कि विधायिका या व्यायापालिका के महत्वपूर्ण पदों पर आसान भ्रष्ट आवरण वाले व्यक्तियों के बिन्दुवार्ता के बाबत नहीं कहा है कि विधायिका और व्यायापालिका दोनों वे अपनी सर्वोच्च विधियों का दुरुपयोग किया है, इसलिए लोकहीन या दृष्टिगत व्यवस्था हित वाले रेप औफ रेपरेस्ट मामलों में विद्वत परिषद या जनमत सर्वेक्षण के माध्यम से किसी विधायिका पर पड़न्होंचे की वैधानिक व्यवस्था होनी चाहिए।

इस लिहाज से सर्वोच्च व्यायालय के मुख्य व्यायाधीश जिस्टिस बी आर गवई ने मुख्य व्यायाधीश ग्रेड बिटेन में वहाँ के सुप्रीम कोर्ट के द्वारा आयोजित एक गोलमेज सम्मेलन में 'व्यायिक विधानी' और सार्वजनिक विश्वास के बिन्दुवार्ता के बाबत नहीं कहा है कि विधायिका या व्यायापालिका के महत्वपूर्ण पदों पर आसान भ्रष्ट आवरण वाले व्यक्तियों के बिन्दुवार्ता के बाबत नहीं कहा है कि विधायिका और व्यायापालिका दोनों वे अपनी सर्वोच्च विधियों का दुरुपयोग किया है, इसलिए लोकहीन या दृष्टिगत व्यवस्था हित वाले र

निर्जला एकादशी में इस समय पानी पीने से नहीं टूटेगा आपका व्रत

निर्जला एकादशी जैसा कि नाम से ही विदित है कि इस व्रत ने जल के बिना रहा जाता है। इस व्रत ने भोजन और जल व्याहण करना निषेध है। वैसे तो शास्त्रों के अनुसार इस व्रत ने पानी का पीना वर्जित है, इसलिये इस निर्जला एकादशी कहते हैं लेकिन शास्त्रानुसार एक तथ नियम और तथ स्थान ने आप जल व्याहण कर सकते हैं। चलिए आपको बताते हैं गो नियम...

हि दूधर्म में एकादशी का व्रत अति महत्वपूर्ण माना गया है। पूरे साल में चौबीस एकादशीयां आती हैं, लेकिन जब अधिकमास या मलमास पड़ता है तब एकादशी कुल मिलाकर 26 के करीब हो जाती है। ज्येष्ठ मास की शुक्ल पक्ष की एकादशी को निर्जला एकादशी या भीमसेनी एकादशी कहा जाता है। इस व्रत की महत्वा बाकी की एकादशी से अधिक बतायी जाती है। कहा जाता है कि इस की एकादशी सभी एकादशी के व्रत करने के बराबर होती है यानि ये एक एकादशी व्रत रखने से आपको पूरी 24 एकादशी का फल मिल जाता है।



इस नियम से पानी पीने से नहीं टूटा व्रत

वैसे तो ऐसी मान्यता है कि निर्जला एकादशी व्रत का पूर्ण फल तभी प्राप्त होता है जब अगले दिन व्रत का पारण करके जल को ग्रहण किया जाये, लेकिन अगर आप इस व्रत में स्वान आचमन के समय नियमानुसार आप पानी पीते हैं तो व्रत भग नहीं होता है और इस व्रत से अन्य तईस एकादशीयों का पूर्ण लाभ भी आपको मिल जाता है। यानि जिस व्रत आप नहाने जायें उस समय पहले जल का आचमन करें और फिर उसी समय पानी पी लें।



ऑफिस में फॉर्मल लुक के लिए पहनें ये आउटफिट्स

जा हड्डी कपूर ने ब्लैक कलर में बूटकट स्टाइल द्राउडर, बैसियर टॉप और कॉट कैरी किया है। साथ ही मिनिमल में कपअप, स्टाइलिश ईयररिंग्स और ओपन हेयर के साथ अपने इस फॉर्मल लुक को कंप्लीट किया है। इस आउटफिट के साथ ही हाइ हील्स पफेक्ट रहेंगी। इच्छा तिवारी का ये फॉर्मल लुक काफी अट्रैक्टिव लग रहा है, उहाँने वाइट कलर के ट्राउजर के साथ में येलो कलर की टॉप और कॉट वियर किया है। साथ ही ईयररिंग्स वियर किए हैं। फॉर्मल ड्रेस में स्टाइलिश लुक पाने के लिए आप एक्सेस के इस आउटफिट से आइडिया ले सकती हैं।

रोनम बाजवा ने रसेट जीस के साथ में वाइट कलर की बिस्ट्रियर टॉप और ब्लू कलर का कॉट पहना है। उनका ये लुक रसाइलिश लग रहा है। आप वाइट शर्ट की ट्राई कर सकती हैं, साथ ही आपको गर्मी के लिए इस तरह का कॉट मार्केट में आसानी से मिल जाएगी। हाई हील्स के साथ एप्टेस ने तुक को कंप्लीट किया है, शेता तिवारी ने वाइट कलर में विकनकारी कुर्ता और प्लाजो पहना है। अगर आपको सूर्य पहनना पसंद है, तो इस तरह के खिल सूट ऑफिस के लिए परफेक्ट रहेंगे। आप विकनकारी, सिपल पिंट और लंगन सूट दूर्घट कर सकती हैं। इसके साथ में कपअप, जूफ़ेरी और लाइट वेट जैलरी जैसे कि ईयररिंग के साथ लुक रसाइलिश लगा। काजल अवाल ने रस्ट स्टाइल ड्रेस वियर की है, साथ ही हाई हील्स, ईयररिंग्स और मेकअप के साथ तुक को कंप्लीट किया है। उनका ये लुक लासी लग रहा है। ऑफिस के लिए इस रसाइल की ड्रेस परफेक्ट रहेंगी। इससे आपको कलासी लुक मिलेगा। आप डीनिंग या लंगन स्टर्ट भी ट्राई कर सकती हैं।



योग और पिलेट्स में क्या अंतर?

योग के अभ्यास के दौरान आमतौर पर एक ही पोजिशन अपनानी होती है और उसमें कुछ सेकेंड रखने के बाद अलग पोजिशन अपनाते हैं और फिर अपनी बाहों या पैरों को हिलाकर अपने कोरे करते हैं। योग की गतिविधियों को लेकर उनकी रुचि बढ़ने लगी। युद्ध के बाद वह पिलेट्स कोई एक्सिविट के दौरान सेवन करने के लिए मार्शल आर्ट लाइज करते हैं, इसमें कई तरह के इविवपर्मेंट की जल्लरत होती है। उसी में आजकल पिलेट्स का नाम काफी सुनने में आ रहा है। पिलेट्स एक्सरसाइज की तरहीरें देखें, तो यह देखने में योग की तरह ही लगता है। योग और पिलेट्स दोनों ही शरीर और मन दोनों को हल्ली रखने में मदद करते हैं। साथ ही शरीर को फ्लेक्सिबल बनाने में मदद मिलती है, लेकिन इन दोनों में कुछ बातों ऐसी हैं जो इन दोनों को एक दूसरे से अलग बनाती हैं।

फेस क्लींजिंग - फेसियल का सबसे पहला और जरूरी स्टेप रिकन की गहरानी से सफाई करता है। इससे रिकन की धूल-मिट्टी और अंयल को दूर किया जा सकता है। वही चुकंदर का रस नेतृत्व क्लींजर की तरह काम करता है। मैं जैकि रिकन के पीर्स सफाई करता है और बिटमिंग देता है। गुलाब जल रिकन को शांत करने के साथ ही नमी देने का काम करता है और रिकन के पीएच बैलेंस को बनार रखता है।

सामग्री :- चुकंदर का जूस- 2 घम्बर, गुलाब जल-2 घम्बर इसकी तरीकता लगेगी।

फेस स्क्रब

बता दें कि क्लींजिंग के बाद रिकन को एक्सफोलिएट करना बेहद जरूरी होता है। जिससे कि डेंड रिकन सेल्स हट जाएं और आपकी रिकन खुल रहीं सांस ले सके। इससे ब्लैकहेड्स और डाइटट्स की समस्या दूर होती है। वही कॉफी नेचुरल एक्सफोलिएट है, जौकि डेंड रिकन को होता, रिकन को स्मूथ बनाने और ब्लड सर्क्युलेशन को बढ़ाने में मदद करता है। चुकंदर का रस रिकन को पोषण और ग्लोब देने का काम करता है।



अगर प्रेग्नेंट महिला को हो गया है हेपेटाइटिस तो बच्चे को उससे कैसे बचाएं?

Healthline
के मुताबिक, हेपेटाइटिस एक वायरल संक्रमण है, जो कई कारणों से हो सकता है। इसमें संक्रमित खून या दूषित सूखे को इस्तेमाल, जैसे किसी पुरानी सुई से इंजेक्शन लगवाना या असुशिक्षित लड्डा द्रासापूजन करना शामिल है। साथ ही, असुशिक्षित इंट्राकासिस से भी यह संक्रमण फैल सकता है। हेपेटाइटिस A और E अक्सर दूषित खाना या पानी से होते हैं, जैकि हेपेटाइटिस B और C संक्रमित मां से बच्चे में ट्रांसमिट हो सकते हैं। ट्रैट या पियरिंग के समय अगर उपकरण सही से रस्तराइजन किए गए हों, तो इससे भी संक्रमण हो सकता है।

कैसे बचाएं होने वाले बच्चे को हेपेटाइटिस से?
एम्स दिल्ली में हेपेटिक विभाग में डॉ. राकेश बागड़ी बताते हैं कि अगर प्रेग्नेंट

प्रे

गर्नेंसी के दौरान अगर महिला को हेपेटाइटिस B जाए, तो यह उसके और गर्भ में पल रहे शिशु दोनों के लिए खतरनाक साबित हो सकता है। हेपेटाइटिस एक वायरल संक्रमण है जो लिवर को प्रभावित करता है। यह कई प्रकार का होता है, जैसे हेपेटाइटिस A, B, C, D और E इनमें से हेपेटाइटिस B और C प्रेग्नेंसी में सबसे ज्यादा खतरनाक होते हैं, क्योंकि ये मां से बच्चे में ट्रांसमिट हो सकते हैं। इससे नवजात शिशु को गंभीर लिवर इफेक्शन हो सकता है, यहाँ तक कि भविष्य में लिवर कैंसर या सिरेसिस तक जाकर खतरा रहता है। ऐसे में आइए जानें, इससे बचाव कैसे करें।



घर से निकलने से पहले पति को खिलाएं ये चीज

हट परेशानी होगी दूर

पति को घर से निकलने से पहले कुछ खास चीजें खिलाना और शुभ आशीर्वाद देना धार्मिक वृद्धिकोण से अत्यंत शुभ माना जाता है। हमारे धर्म और संस्कृति में यह प्राचीन परंपरा पति के कामों में सफलता, उसके स्वास्थ्य में सुधार और परिवार में समृद्धि बनाए रखने का माध्यम मानी जाती है। ऐसा करने से न केवल पति का मनोबल बढ़ता है, बल्कि घर में सकारात्मक ऊर्जा और शांति का भी वास होता है।



धार्मिक ग्रंथों में दूध और गुड़ का विशेष महत्व बताया गया है। पति को घर से बाहर जाने से पहले दूध के साथ गुड़ खिलाने से शुद्धि और मिटास का सचार होता है। दूध पवित्रता और सातिकात का प्रतीक है, जबकि गुड़ जीवन में सुख, समृद्धि और मधुरता लाता है। इसके सेवन से पति के कार्यों में सफलता और उनके लिए ग्राही जीवन में शुभ माना जाता है। धार्मिक मान्यता है कि केला भगवान विष्णु का प्रिय फल है, और उसे भोजन में समिल करने से भगवान का आशीर्वाद मिलता है। फल शरीर को पोषण देते हैं और मानसिक स्थिरता बनाए रखते हैं।

जो कामों में सफलता दिलाने में सहायता होता है, उसी अत्यंत शुभ मान्यता का प्रतीक होता है। ज्यादा और खुशहाली का प्रतीक होता है। साथ ही, पति के लिए ग्राही जीवन से आपकी वास्तविक ऊर्जा और खुशहाली का प्रतीक होता है। ज्यादा और उसे भोजन करने का लाभ आपकी ऊर्जा और शांति को बढ़ाता है।

घटनों में रहने लगा है दर्द तो आजमाएं ये घरेलू नुस्खे जल्दी निलंगी राहत

रबाल लाइफस्टाइल और अनहेल्डी डाइट प्लान को फॉलो करने की वजह से आपकी बोन और मसल हेल्थ बुरी तरह से प्रभावित हो सकती है। कभी-कभी लोगों के घुटनों में इतना ज्यादा दर्द होने लगता है कि रोजमारा के काम करना भी उनके लिए कामी ज्यादा चैलेंजिंग हो जाता है। आइए इस समस्या से छुटकारा पाने के कुछ रामबाण उपायों के बारे में जानकारी देखिए।



फायदेमंद साबित होगी अदरक
अदरक की तासीर गर्म होती है। हेल्थ एक्सरपर्ट्स के मुताबिक घुरु

