

# राष्ट्रीय नवीन मेल



## न्यूज गैलरी

छठ महापर्व में शामिल हुए मुख्यमंत्री हेमंत सोरेन



रांची। मुख्यमंत्री हेमंत सोरेन ने रविवार को अपनी धर्मपत्नी कल्पना सोरेन एवं दोनों बेटों के साथ छठपर्वतियों के बीच पहुंचकर अस्ताचलगामी सूर्य देव को अर्घ्य देकर आस्था के महापर्व छठी मैया की पूजा की। मुख्यमंत्री ने भगवान भास्कर से झारखंडवासियों की सुख, समृद्धि के लिए आशीर्वाद मांगा। मुख्यमंत्री रविवार की शाम सपरिवार रांची के नक्षत्र वन स्थित हटनिया तालाब पहुंचे तथा सैकड़ों प्रतिष्ठितों के बीच छठ पूजा में शामिल हुए। इस अवसर पर मुख्यमंत्री ने कहा कि यह महापर्व सूर्य भगवान की आराधना के लिए जाना जाता है। छठ महापर्व प्रकृति की पूजा का प्रतीक है। प्रकृति पर आस्था और उससे जुड़ाव भारतीय सभ्यता की परंपरा रही है। मुख्यमंत्री ने कहा कि हमारी माताएं-बहनें 72 घंटे का व्रत रखकर भगवान भास्कर की आराधना करती हैं। यह हजारों साल पुरानी अद्भुत परंपरा है। यह सर्माणा, सांत्विका, आस्था और स्वच्छता का एक बड़ा उदाहरण है। मैं इस परंपरा को शीश झुका कर नमन करता हूँ। मुख्यमंत्री हेमंत सोरेन ने राज्यावासियों को महापर्व की शुभकामनाएं देते हुए कहा कि छठी मैया से प्रार्थना है कि सभी सुखी हों, सब निरोगी रहें, छठी मैया सबका मंगल और कल्याण करें।

**रंगदारी वसूलने पहुंचे अपराधी को पुलिस ने बम व हथियार के साथ किया गिरफ्तार**  
रांची। रांची पुलिस ने नगड़ी थाना क्षेत्र के बरसा गांव में हथियार और बम के साथ घूम रहे एक अपराधी को गिरफ्तार किया है। गिरफ्तार अपराधी के पास से पुलिस ने तीन बम और दो क्यूड के अलावा एक गोली भी बरामद की है। पुलिस की टीम ने झारखंड जगुआर की बीडीडीएस को मदद से तीन बम को डिस्पोज किया। गिरफ्तार अपराधी का नाम विष्णु महली है और वह बरसा गांव का रहनेवाला है। ग्रामीण एसपी नोशाद आलम ने मामले का खुलासा करते हुए बताया कि गिरफ्तार आरोपी विष्णु साथियों के साथ जमीन कारोबारी से रंगदारी का पैसा वसूलने के लिए बीते 30 अक्टूबर को बरसा गांव पहुंचे थे। इसकी जानकारी पुलिस को मिल गयी। मुख्यालय टू डीएसपी प्रदीप कुमार सिंह के नेतृत्व में एक टीम का गठन किया गया। गठित टीम ने छापेमारी कर एक अपराधी को घर-दबोचा। वही, अन्य अपराधी पुलिस को देखकर मौके से भाग निकले। पूछताछ में गिरफ्तार आरोपी विष्णु ने फरार साथियों के नाम व पता भी जानकारी दी है। पुलिस अन्य आरोपियों की तलाश में जुट गयी है।

**पेट्रोल पंप लूटने की योजना बना रहे एक अपराधी को पुलिस ने दबोचा**  
रांची। रांची पुलिस ने बेड़ो थाना क्षेत्र के जरिया गांव से एक अपराधी को हथियार के साथ गिरफ्तार किया है। गिरफ्तार अपराधी का नाम सुरज उरांव है और वह बुद्धू थाना क्षेत्र के बगीचा टोली का रहनेवाला है। उसके पास से पुलिस ने दो क्यूड और दो गोली बरामद की है। ग्रामीण एसपी नोशाद आलम ने मामले का खुलासा करते हुए बताया कि गिरफ्तार आरोपी सुरज अपने एक साथ के साथ जरिया पेट्रोल पंप लूटने की योजना बना रहा था। पुलिस को इसकी जानकारी मिल गयी। बेड़ो डीएसपी रजत मणिक बाखला के नेतृत्व में एक टीम का गठन किया गया। गठित टीम ने बीते 30 अक्टूबर को छापेमारी कर एक अपराधी को दबोच लिया। वही, दूसरा अपराधी अंधेरे का फायदा उठाकर भाग निकला। पूछताछ में आरोपी ने पुलिस के समक्ष अपना जुर्म स्वीकार किया है। उसने पुलिस को अपने साथी के नाम की भी जानकारी दी।

# मोरबी में झूलता पुल टूटने से 150 से अधिक की मौत, कई घायल मरनेवालों में 50 से ज्यादा बच्चे और महिलाएं

**ब्रिज का उद्घाटन 20 फरवरी 1879 को मुंबई के गवर्नर रिचर्ड टेम्पल ने किया था**  
**ब्रिज की क्षमता करीब 100 लोगों की थी**  
**गुजराती नववर्ष की छुट्टियां व रविवार होने के चलते ब्रिज पर करीब 500 लोग जमा थे**



**मोरबी (एजेंसी)।** गुजरात में मोरबी शहर के बो डिबिजन क्षेत्र में रविवार को झूलता पुल टूटने से मच्छू नदी में गिरने से अब तक 150 से अधिक लोगों की मौत हो गयी है तथा सैकड़ों अन्य घायल हुए

हैं। जिला प्रशासन के सूत्रों ने बताया कि इस हादसे में मरनेवालों की संख्या सोमवार शाम तक 150 से अधिक की हो गयी है, जबकि कई घायल अस्पताल में भर्ती हैं। मृतकों की संख्या बढ़ने की आशंका है। अभी भी नदी में लोगों की तलाश की जा रही है। पुलिस ने बताया कि मच्छू नदी पर बना झूलता पुल रविवार शाम अचानक टूट गया, जिसके कारण कई लोग नदी में गिर गये। पुल

## मेरा मन मोरबी के पीड़ितों से जुड़ा हुआ है : मोदी

प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने गुजरात में नर्मदा जिले के केवडिया में सोमवार को एकता दिवस समारोह में कहा कि मैं एकता नगर में हूँ, पर मेरा मन मोरबी के पीड़ितों से जुड़ा हुआ है। श्री मोदी ने कहा कि शायद ही जीवन में बहुत कम ऐसी पीड़ा मैंने अनुभव की होगी। **►शेष पृष्ठ 11 पर**

## सीएम की पहल पर रिम्स से तीन चिकित्सक पहुंचे फूलो-झानो मेडिकल कॉलेज अस्पताल मरीजों के इलाज का लिया जायजा



**नवीन मेल संवाददाता दुमका।** गैस टैंकर विस्फोट कांड के मरीजों का चल रहे इलाज का जायजा लेने रविवार को रांची से चिकित्सकों की एक टीम फूलो-झानो मेडिकल कॉलेज अस्पताल पहुंची और मरीजों को जांच कर आवश्यक दिशा-निर्देश दिये। उन्होंने चल रहे इलाज को संतोषप्रद बताया और मरीजों को खतरे से बाहर कहा। बता दें कि दुमका जिले के हंसडीहा थाना क्षेत्र के बड़ैत गांव में चार दिन पूर्व एक गैस टैंकर विस्फोट में आसपास के कई ग्रामीण घायल हुए थे। आग से झुलसे सभी लोगों को स्थानीय सरैयाहाट के सीएचसी और अस्पताल में इलाज के लिए ले जाया गया। वहां से तीन को दुमका स्थित फूलो-झानो मेडिकल कॉलेज में रेफर कर दिया गया जहां अभी उनका इलाज चल रहा है, लेकिन अचानक शनिवार की रात इस अग्निकांड के 17 मरीज जो स्थानीय अस्पताल में इलाज कर अपने घर भी **►शेष पृष्ठ 11 पर**

## चियांकी में दो भाइयों पर चली गोली, जख्मी

**नवीन मेल संवाददाता मेदिनीनगर।** पलामू जिला मुख्यालय मेदिनीनगर के चियांकी इलाके में रविवार की रात एक पुलिस जवान ने फायरिंग कर दी। इस गोलीबारी में दो युवक जख्मी हो गए। एक की गंभीर स्थिति को देखते हुए बेहतर इलाज के लिए रांची रिम्स रेफर कर दिया गया है। सूचना मिलने पर पलामू के एसपी चंदन कुमार, टीओपी2 के प्रभारी रुद्रानंद सरस, मेदिनी राय मेडिकल कॉलेज अस्पताल पहुंचे और घायल की स्थिति के बारे में जानकारी ली। जख्मी युवक का बयान दर्ज किया जा रहा है। पुलिस आरोपी जवान की तलाश में जुटी है। जख्मी युवक की पहचान रेडमा निवासी 40 वर्ष अंजन तिवारी एवं रेडमा के ही काशी नगरी के रहने वाले 38 वर्ष मनीष तिवारी उर्फ रिकू शामिल है। मनीष तिवारी को रांची रिम्स रेफर किया गया है। गोली चलाने वाले से गोली चलाई, वह उसका सर्विस रिवाल्वर है। गोली चलाने वाला युवक नशे में बताया जाता है। इस संबंध में जख्मी अंजन तिवारी ने बताया कि वह अपने पिता को लेने चियांकी के **►शेष पृष्ठ 11 पर**

## बूढ़ा पहाड़ में भाकपा माओवादी का बंकर ध्वस्त

### भारी मात्रा में हथियार, गोला-बारूद बरामद



**नवीन मेल संवाददाता लातेहार।** बूढ़ा पहाड़ में चल रहे स्पेशल ऑपरेशन ऑक्टोपस के दौरान रविवार को सुरक्षा बलों को बड़ी कामयाबी मिली है। अभियान के दौरान कोबरा 203 के जवानों ने माओवादियों के द्वारा छुपा कर रखे गए बम, राइफल एवं भारी मात्रा में गोली बरामद की। स्पेशल ऑपरेशन ऑक्टोपस में लातेहार जिला बल, कोबरा 203, एजी 8, बीडीडीएस 12, सीआरपीएफ 218 के द्वारा लातेहार जिला बल बरसेसाढ़ थाना क्षेत्र अंतर्गत बूढ़ा पहाड़, चट्टान पानी एवं जोक पानी पहाड़ क्षेत्र में संयुक्त अभियान चलाकर भाकपा माओवादी को खदेड़ा गया है। बूढ़ा पहाड़ में भाकपा माओवादी का बंकर ध्वस्त, भारी मात्रा में हथियार, गोला-बारूद **नक्सलियों के विरुद्ध चलाये जा रहे ऑपरेशन के दौरान मिली सफलता** बरामद हुआ है। मौके पर डीसी कोबरा 203 टीम 14 के जितेन्द्र कुमार, एसी कोबरा 203 टीम 13 के हेमंत कुमार जसोदिया, ए/218 सीआरपीएफ बटालियन नवाटोली के एसी आजाद अहमद हाजाम, बरसेसाढ़ के नवाटोली के पुअनि मनोज मुर्मू, बरसेसाढ़ के नवाटोली के पुअनि कैलाश बाड़ा, एजी 08 ऑफ झारखंड जगुआर के पुअनि आनंद कुमार आदि मौजूद थे। **बरामद हथियार : 303 एलएमजी रायफल -01 व 04 मैग्जीन के साथ ; रायफल - ►शेष पृष्ठ 11 पर**

## रेप पीड़िता के लिए दोबारा आघात टू फिंगर टेस्ट : सुप्रीम कोर्ट

**नयी दिल्ली (एजेंसी)।** भारतीय सुप्रीम कोर्ट ने यौन उत्पीड़न की पीड़िताओं पर अब भी किये जा रहे टू फिंगर टेस्ट पर कड़ी नाराजगी व्यक्त करते हुए सोमवार को निर्देश दिया कि परीक्षण करनेवालों को कदाचार का दोषी ठहराया जायेगा। सुप्रीम कोर्ट ने सोमवार को आदेश दिया कि यौन उत्पीड़न के मामलों में टू फिंगर टेस्ट करानेवाला कोई भी व्यक्ति कदाचार का दोषी होगा। सुप्रीम कोर्ट के जस्टिस डीवाई चंद्रचूड़ और हिमा कोहली की बेंच ने अपने आदेश में कहा टू फिंगर टेस्ट का कोई वैज्ञानिक आधार नहीं है। बेंच ने कहा यह टेस्ट पीड़िताओं को फिर से आघात पहुंचाता है। बेंच ने कहा कि अधिकारियों को इस तरह के टेस्ट का इस्तेमाल नहीं करना चाहिए। अपने फैसले में कोर्ट ने कहा कि यह घटिया सोच है कि रेप पीड़िता पर सिर्फ इसलिए यकीन नहीं किया जा सकता है, क्योंकि वह यौन रूप से सक्रिय है। कोर्ट ने कहा कि पीड़ित के यौन इतिहास के लिए टू फिंगर टेस्ट महत्वपूर्ण नहीं है। दरअसल, सुप्रीम कोर्ट का यह आदेश झारखंड हाईकोर्ट के उस फैसले को पलटते हुए आया है जिसमें हाईकोर्ट ने रेप और हत्या के दोषी को छोड़ दिया था। सुप्रीम कोर्ट ने निचली अदालत के दोषी ठहराने के फैसले को कायम रखा। सुप्रीम कोर्ट ने हाईकोर्ट के फैसले को पलटते हुए आरोपी को दोषी माना।

## रांची से देवघर के लिए भी एक विमान

रांची। विंटर शिड्यूल जारी होने के बाद रांची के विरसा मुंडा एयरपोर्ट से 26 विमान के बदले 38 विमान उड़ान भर सकते हैं। रविवार से नया शिड्यूल लागू हो गया है। बारी-बारी से विमानन कंपनियों पलाइंट की संख्या में सुविधानुसार बढ़ोतरी करेगी। नये शिड्यूल के मुताबिक रांची से देवघर के लिए भी एक विमान को उड़ान भरना है। हालांकि, इसे लेकर अभी तस्वीर स्पष्ट नहीं हुई है। देश के कई शहरों के लिए रांची से उड़नेवाले विमानों की संख्या में बढ़ोतरी हुई है।

## कैदियों को वोट के अधिकार की मांग पर केंद्र, चुनाव आयोग को नोटिस

**नयी दिल्ली (एजेंसी)।** उच्चतम न्यायालय ने कैदियों को वोट के अधिकार से वंचित करने को चुनौती देनेवाली जनहित याचिकाओं पर सोमवार को केंद्र सरकार और चुनाव आयोग को नोटिस जारी कर जवाब-तलब किया। मुख्य न्यायाधीश यूयू ललित और न्यायमूर्ति एस. रवींद्र भट्ट और न्यायमूर्ति बेला एम. त्रिवेदी की पीठ ने कानून के छत्र आदित्य प्रसन्ना भट्टाचार्य की जनहित याचिका पर केंद्र और चुनाव आयोग को नोटिस जारी किया। याचिका में चुनाव आयोग को कैदियों को वोट देने के अधिकार को प्रभावी करने के लिए सभी आवश्यक कदम उठाने का निर्देश देने की गुहार लगायी गयी है। श्री भट्टाचार्य ने लोक प्रतिनिधित्व अधिनियम-1951 की धारा 62(5) की वैधता पर सवाल किया है, जिसने कैदियों को वोट देने के अधिकार से वंचित कर दिया। वर्ष 2019 में दायर की गयी इस याचिका में यह घोषणा करने की गुहार लगायी गयी है कि जनप्रतिनिधित्व अधिनियम- 1951 की धारा 62(5) संविधान के अनुच्छेद 14 के तहत समानता के मौलिक अधिकार और संविधान के अनुच्छेद 326 के तहत मतदान के वैधानिक अधिकार का उल्लंघन करने के लिए संविधान का अधिकार नहीं है।

## एक साथ आगे बढ़ते हैं तो असंभव को भी संभव बनाया जा सकता है : मोदी

**केवडिया (एजेंसी)।** प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने गुजरात में अपने तीन दिवसीय दौरे के दूसरे दिन सोमवार को कहा कि जब सब एक साथ मिलकर चलते हैं और एक साथ आगे बढ़ते हैं तो असंभव कार्य को भी संभव बनाया जा सकता है। श्री मोदी ने एकता दिवस समारोह में कहा कि मैं वर्ष 2022 में राष्ट्रीय एकता दिवस को बहुत विशेष अवसर के रूप में देख रहा हूँ। ये वो वर्ष है जब हमने अपनी आजादी के 75 वर्ष पूरे किये हैं। हम नये संकल्पों के साथ आगे बढ़ रहे हैं। आज एकता नगर में ये जो परेड हुई है, हमें इस बात का अहसास भी दिला रही है कि जब सब एक साथ चलते हैं, एक साथ आगे बढ़ते हैं, तो असंभव को भी संभव बनाया जा सकता है। उन्होंने कहा कि आज यहाँ देशभर से आये हुए कुछ कलाकार सांस्कृतिक कार्यक्रम भी करनेवाले थे। भारत के विविध नृत्यों को भी प्रदर्शित करनेवाले थे, लेकिन रविवार को मोरबी की घटना इतनी दुखद थी कि आज के इस कार्यक्रम में से उस कार्यक्रम को हटा दिया गया है। उन्होंने कहा कि मैं उन सभी कलाकारों से उनका यहाँ तक आना, उन्होंने जो पिछले दिनों मेहनत की है, लेकिन आज उनको मौका नहीं मिला। मैं उनके दुख को समझ सकता हूँ, लेकिन कुछ परिस्थितियाँ ऐसी **►शेष पृष्ठ 11 पर**



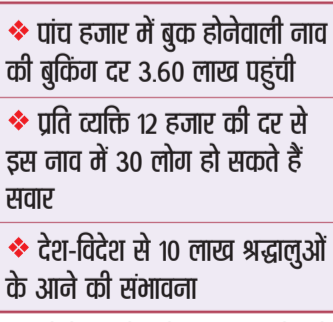
## एक मिलीमीटरवाले एंडो माइक्रोस्कोप की मेजी तस्वीरों से कैंसर टिश्यू को हटाना हो जायेगा आसान

**- आरएनएम**  
**नयी दिल्ली।** भारतीय मूल की डॉक्टर खुशी व्यास ने लंदन के इम्पीरियल कॉलेज में वहाँ के अन्य वैज्ञानिकों के मिलकर एक मिलीमीटर का एंडो माइक्रोस्कोप विकसित किया है। इसे तरह बनाया गया है कि ऑपरेशन के दौरान शरीर के अंदर डाला जा सकता है। जहाँ जाने के बाद यह शरीर के अंदर से कैंसर टिश्यू को तस्वीरें भेजता है। उन तस्वीरों को देखकर कैंसर के टिश्यू को हटाना बहुत आसान हो जायेगा। इसकी क्षमता यह है कि एक मिलीमीटर के सौंवे हिस्से जितने छोटे कैंसर सेल को भी पहचान सकता है। इसे विकसित करनेवाली टीम का कहना है कि इससे कैंसर के फॉलोअप ऑपरेशन से काफी हद तक मुक्ति मिल जायेगी। अभी तो स्थिति यह है कि ज्यादातर मामलों में कैंसर सेल निकालने के लिए कई बार ऑपरेशन करना पड़ता है, क्योंकि एक बार में सारे कैंसर सेल्स डिटैक्ट नहीं हो पाते। इस एंडो माइक्रोस्कोप का उपयोग स्तन कर्जर्विंग सर्जरी में भी किया जा सकेगा। यह सर्जरी कैंसर के सेल निकालने के लिए की जाती है। फिलहाल स्तन कैंसर पीड़ित 20 प्रतिशत महिलाओं को इस सर्जरी की जरूरत पड़ती है। यह डिवाइस ट्यूमर्स के पास के टिश्यू को सही स्थिति बहुत जल्दी से हटाकर सारे डिटैक्ट कर सकता है। यह एंडो माइक्रोस्कोप एक सेकंड में 120 तस्वीरें खींचता है, जिन्हें देखकर डॉक्टर पता लगा लेते हैं कि यह सेल कैंसर ग्रस्त है या नहीं। इस बारे में डॉक्टर खुशी व्यास कहती हैं, अब हम इसे क्लिनिकल ट्रायल में भेज रहे हैं। हमारी कोशिश है कि अगले पांच साल में यह स्तन कैंसर के ऑपरेशन में हर किसी के लिए उपलब्ध हो सके। इस चं्र का विकास यूके **►शेष पृष्ठ 11 पर**



## श्रद्धालुओं के लिए देव दीपावली बनी लूट दीपावली

**- आरपी सिंह**  
**वाराणसी।** बाबा विश्वनाथ नगरी काशी में मां गंगा के किनारे अस्सी घाट से लगायत राजघाट तक लगभग आठ किलोमीटर तक ही नहीं रही है। सामान्य दिनों में तीन घंटे तक के लिए पांच हजार रुपये तक में बुक होने वाली 30 लोगों की क्षमता वाली नाव इस समय प्रति व्यक्ति 12 हजार रुपये के हिसाब से 3.60 लाख रुपये में बुक हो रही है। यही हाल यहाँ के होटलों की है।



**♦ पांच हजार में बुक होनेवाली नाव की बुकिंग दर 3.60 लाख पहुंची**  
**♦ प्रति व्यक्ति 12 हजार की दर से इस नाव में 30 लोग हो सकते हैं सवार**  
**♦ देश-विदेश से 10 लाख श्रद्धालुओं के आने की संभावना**



श्रीराम सेना ने पूजन सामग्री व फल का किया वितरण

मेदिनीनगर। श्रीराम सेना के तत्वाधान में रविवार को पूजन सामग्री फल एवं अन्य आवश्यक सामग्री का वितरण किया गया। श्री राम सेना के छठ व्रत धारी माताओं, बहनों, व भक्तों की सुरक्षा चाक-चौबंद करते हुए पूरे छठ घाट का भ्रमण किया और सभी सनातनी धर्मावलंबियों के लिए भगवान सूर्य की उपासना की। ताकि सनातनी बंधुओं के घर में खुशहाली यश, वैभव, ऐश्वर्य, धन धान्य की प्राप्ति हो। मौके पर श्री राम सेना के राज्य प्रमुख पंकज कुमार जयसवाल, उप राज्य प्रमुख जितेंद्र प्रसाद, उप राज्य प्रमुख राजेंद्र पासवान, दिनेश पासवान, प्रदेश सचिव मंदू कुमार, विनय जयसवाल, सोनू जायसवाल, मेदिनीनगर प्रमुख अंकित कुमार लाल, राजू कुमार, प्रदेश कार्यसमिति सदस्य अमित महाजन, कुंदन गुप्ता, आकाश कुमार हिमांशु सोनी, बिट्टू कुमार, विशाल कुमार, सुनील कुमार शशिकांत पांडे सहित कई लोग मौजूद रहे।

न्यू सुरभी क्लब ने किया फल का वितरण



मेदिनीनगर। छठ महापर्व को लेकर हर वर्ष की भांति इस वर्ष भी न्यू सुरभी क्लब हमीदगंज के द्वारा स्थानीय सूर्य मंदिर के पास कोयल नदी के तट पर रविवार की संध्या अर्घ्य के समय छठ व्रतियों के बीच फल व पूजा सामग्री का वितरण किया। इसके साथ ही पीतल के लोटे का भी वितरण किया गया। वहीं संध्या और सुबह के अर्घ्य देने के लिए दूध की व्यवस्था भी किया गया। घाट पर आने वाले लोगों के लिए सुबह में चाय और बिस्किट की व्यवस्था न्यू सुरभी क्लब के द्वारा किया गया। जिसमें मुख्य रूप से संस्था के अध्यक्ष युवा समाजसेवी मुकेश कुमार चंद्रवंशी, संजय कुमार, राजन कुमार, काजू, दीपक, राहुल, बुटन, सुजीत, दिनेश, जीतू, सुनमुन, प्रशांत, राजत, शुभम, गोलू, अमन सहित संस्था के सारे कार्यकर्ता उपस्थित रहे।

एआईएसएफ के जिला सचिव ने जन्मदिन पर बच्चों में बिस्कुट व टॉफी बांटी

मेदिनीनगर। एआईएसएफ के जिला सचिव सह वार्ड नंबर 6 के पूर्व प्रत्याशी मुरुगुंज तिवारी ने अपने जन्मदिन के अवसर पर बच्चों के बीच टॉफी बिस्कुट का वितरण कर बच्चों के बीच अपना जन्मदिन मनाया। मौके पर भाकपा के जिला सचिव सह राष्ट्रीय परिषद सदस्य रुचिर कुमार तिवारी, अखिल भारतीय नौजवान संघ के उपाध्यक्ष चंद्रशेखर तिवारी, धनंजय तिवारी ने इस कार्य के लिए उनकी सराहना की। राष्ट्रीय परिषद सदस्य रुचिर तिवारी ने कहा कि एआईएसएफ जिला सचिव के द्वारा अपने जन्म दिवस के अवसर पर बच्चों के बीच जन्म दिवस मनाया एक बहुत ही अच्छी बात है।

उगते सूर्य को अर्घ्य देने के साथ संपन्न हुआ आस्था का महापर्व छठ घाटों पर उमड़ी व्रतियों की भीड़, निगम चुनाव का भी दिखा असर

नवीन मेल संवाददाता मेदिनीनगर। पलामू जिला में धूमधाम से लोकआस्था का महापर्व छठ पर्व मनाया गया। सोमवार को छठ पर्व का उगते हुए सूर्य को अर्घ्य देने के साथ ही इस पर्व का समापन हो गया है। यही कारण है कि जिले के हर कोने से छठ के अंतिम दिन उगते सूर्य को अर्घ्य देने की तस्वीरें सामने आई हैं। कई शहरों में श्रद्धालु सुबह से ही घाटों पर इकट्ठा हो गए थे। ये नजारा काफी खूबसूरत लग रहा था। बेहद पवित्र और लोकआस्था के महापर्व छठ के चौथे दिन छठव्रतियों ने उगते सूर्य को अर्घ्य दिया। सुबह से ही घाटों पर आस्था का ऐसा जनसैलाब नजर आया कि पूरा वातावरण भक्तिमय हो गया। सभी जगह व्रतियों ने पानी में खड़े होकर भगवान भास्कर को अर्घ्य दिया और अपनी मनोकामना पूर्ण करने की मनोरथ भी मांगी। छठ पूजा के लिए कोयल नदी, अमानत नदी सूर्य मंदिर हमीदगंज, पम्पू कल, महुगावां, बंधुवा मंदिर सहित सभी घाटों पर काफी संख्या में व्रती और श्रद्धालुओं ने सूर्यदेव को अर्घ्य दिया। इस दौरान प्रशासन और स्थानीय पूजा समितियों द्वारा श्रद्धालुओं की सुविधा के लिए व्यापक बंदोबस्त किए गए थे। रौशनी से नहाए घाटों पर श्रद्धालुओं पूजा का सामान लिए हुए पानी में खड़े होकर भगवान सूर्य देव को अर्घ्य अर्पण करते



रही। इन इलाके में शाम को मेला लगने जैसा माहौल बना हुआ था। इसी को लेकर प्रशासन ने सुरक्षा के कड़े प्रबंध कर रखे थे।

निगम और प्रशासन भी रहा मुस्तेद : छठ घाटों में किसी भी प्रकार के अनहोनी को लेकर जिला प्रशासन और निगम दिन रात मुस्तेद दिखा। जहां पलामू पुलिस कप्तान विधि व्यवस्था को लेकर सक्रिय रहे। वहीं निगम के मेयर व उपमेयर भी छठ व्रतियों के सेवा करने के कारण सक्रिय दिखे। वहीं श्रद्धालुओं के लिए अनेकों सामाजिक संगठनों ने सेवा भाव से पंडाल लगाकर पूजा सामग्री का वितरण किया और रात्रि जागरण के लिए भी गीत संगीत का इंतजाम किया गया।

नजर आए। व्रतियों ने अपने परिवार की सुख-समृद्धि और संतान की लंबी आयु की कामना भी की। सूर्य देव को अर्घ्य देने के साथ ही चार दिवसीय छठ पूजा संपन्न हो गई।

हल्की गुलाबी ठंड में दी गई अर्घ्य : सुबह हल्की गुलाबी ठंड होने के बावजूद घाटों पर छठ व्रतियों की भारी भीड़ नजर आई। सभी व्रतियों ने पूरी श्रद्धा और भक्ति-भाव के साथ भगवान भास्कर को अर्घ्य दिया और छठी मैया से मनोकामना पूर्ण करने की मन्त मांगी। कोयल नदी और अमानत नदी में श्रद्धालुओं ने घाट बनाकर उगते हुए सूर्यदेव को अर्घ्य दिया।

सड़कों में भी आस्था का सैलाब दिखा : नदी घाट जाने को लेकर शाम करीब चार बजे से ही घरों से

निकलकर नदी पहुंचना शुरू हो गए थे। सबने अस्ताचलगामी सूर्य देव को नमस्कार करते हुए पूजा की और प्रसाद भेंट किया। शहर के बीच पारंपरिक रीति-रिवाज के साथ रंग बिरंग परिधानों में लोक पर्व छठ के प्रसिद्ध गीतों को गाते हुए श्रद्धालु भगवान सूर्य की उपासना करने अपने अपने गंतव्य स्थान पर पहुंचे। ढलते सूर्य को सबने अर्घ्य देकर अपने परिवार की सुख समृद्धि की प्रार्थना की। वहीं बच्चों, बुजुर्गों व युवाओं में भी धार्मिक उत्साह नजर आया। लोक गीतों से घाट गूंज रहे थे, और वातावरण भक्तिमय नजर आ रहा था। कवहीं, श्रद्धालुओं ने बताया सूर्योदय काल में सूर्यदेव के अर्घ्य पूजनोत्सव के साथ यह छठ व्रत पूर्ण होगा। कोयल नदी और अमानत नदी में लोगों की संख्या ज्यादा

निगम के मेयर व उपमेयर भी छठ व्रतियों के सेवा करने के कारण सक्रिय दिखे। वहीं श्रद्धालुओं के लिए अनेकों सामाजिक संगठनों ने सेवा भाव से पंडाल लगाकर पूजा सामग्री का वितरण किया और रात्रि जागरण के लिए भी गीत संगीत का इंतजाम किया गया।

निगम चुनाव का दिखा असर : इस बार के छठ पूजा में शहर के चारों ओर चुनाव प्रत्याशी के बड़े बड़े बैनर लगाए गए। ज्ञात हो कि जल्द ही नगर निकाय चुनाव की घोषणा होने वाली है। जिसे लेकर सभी प्रत्याशी अपने अपने स्तर से लगे रहे। मेयर, डिप्टी मेयर सहित कई वार्ड के आयुक्त छठ व्रतियों के सेवा में लगे रहे। स्थानीय लोगों में भी चुनाव के आहट को समझते हुए सबका स्वागत भी किया।

आज से गणित व भौतिकी विषय के अभ्यर्थियों का प्रमाण पत्र की जांच शुरू

नवीन मेल संवाददाता मेदिनीनगर। कर्मचारी चयन आयोग के द्वारा आज से गणित व भौतिक विषय के अभ्यर्थियों के प्रमाण पत्र की जांच शुरू होगी। 01 और 02 नवंबर को गणित व भौतिक की प्रमाण पत्रों की जांच होगी। जबकि 03 और 04 को रसायन और जीव विज्ञान विषय के अभ्यर्थियों का प्रमाण पत्र की जांच किया जायेगा। सभी अभ्यर्थियों के प्रमाण पत्रों की जांच दोनों पालियों में किया जायेगा। आयोग के

द्वारा सभी अभ्यर्थियों को समय पर सभी शैक्षणिक प्रमाण पत्रों के साथ समय पर आने को कहा गया है। पलामू सहित सभी जिलों के तीन सौ से अधिक होगा। 01 और 02 नवंबर को गणित व भौतिक की प्रमाण पत्रों की जांच होगी। जबकि 03 और 04 को रसायन और जीव विज्ञान विषय के अभ्यर्थियों का प्रमाण पत्र की जांच किया जायेगा। सभी अभ्यर्थियों के प्रमाण पत्रों की जांच दोनों पालियों में एक सीमित संख्या में अभ्यर्थियों को बुलाया गया है।

टीम चैलेंजर ने छठ महापर्व में प्रसाद का किया वितरण

नवीन मेल संवाददाता मेदिनीनगर। संध्या अर्घ्य के समय टीम चैलेंजर परिवार ने रविवार को स्थानीय रेड्डीमा चौक स्थित काली मंदिर के समीप करीब 2000 छठव्रतियों को प्रसाद वितरण कर आशीर्वाद लिया। गौरतलब है कि टीम चैलेंजर एक सामाजिक संगठन है। जो 2020 से ऑनलाइन और ऑफलाइन किसी भी समस्या को चैलेंज के रूप में लेकर समाधान करवाती है। चैलेंजर परिवार ने सोमवार को सुबह अर्घ्य के समय भी दूध व, दातुन का



वितरण किया और आशीर्वाद स्वरूप प्रसाद ग्रहण किया। टीम के संस्थापक कौटिल्य द्विवेदी ने सभी सक्रिय सदस्य व पदाधिकारी को आभार व्यक्त किया है। मौके पर मार्गदर्शक प्रवीण सिंह, उपाध्यक्ष अनुराग तिवारी, अधिपंक दुबे, आशीष मिश्रा, पुनीत द्विवेदी, सलाहकार पुष्कर पांडेय, छोटू तिवारी, जयशंकर, नवीन तिवारी, विकास पाठक, अभिनव कुमार, आशीष तिवारी, निधीश पांडेय, कमल त्रिपाठी, मधुकर शुक्ला, अक्की पांडेय, राजन पांडेय, अक्षय सिंह, राहुल कुमार, छोटू, राजेश चौबे मौजूद रहे।

# आपकी योजना आपकी सरकार आपके द्वार

दूसरा चरण : 01-14 नवम्बर, 2022

**मुख्यमंत्री रोजगार सृजन योजना CMEGP भू-राजस्व**

मामलों का निपटारा भू-लगान रसीद घोटी, साड़ी, लुगी वितरण बिजली तथा पेयजल समस्याओं का निपटारा किसान क्रेडिट कार्ड (के.सी.सी.)

**हरा राशन कार्ड**

सेवा के अधिकार अंतर्गत आवेदनों का निष्पादन मुख्यमंत्री पशुधन विकास योजना

**सावित्रीबाई फुले किशोरी समृद्धि योजना**

15 वें वित्त आयोग अंतर्गत योजना सर्वजन पेंशन योजना

आपकी योजना आपकी सरकार आपके द्वार

पहला चरण : 12-22 अक्टूबर, 2022

कुल आवेदन प्राप्त

20,95,744

कुल निष्पादन 12,22,835

कुल प्रक्रियाधीन 8,72,909

सबको मिले अधिकार... इसलिए आपकी सरकार फिर से आ रही आपके द्वार

मनरेगा अंतर्गत हर गांव में न्यूनतम 5-5 योजनाओं का शुभारंभ अत्यंत तेजी से करवाया जाता है। योजनाओं के अंतर्गत

सूचना एवं जनसंपर्क विभाग, झारखण्ड सरकार

PR No. 281079 (IPRD) 2022-23

सूचना एवं जनसंपर्क विभाग, झारखण्ड सरकार















## सर्दियों में रूखी स्किन का रखना है ख्याल तो इन चीजों को कहें ना

नीचू आपकी स्किन को ब्राइटन करने में मदद करता है। लेकिन इसमें एसिड होता है और अगर आपकी शुष्क त्वचा है, तो सर्दियों के दौरान यह आपका सबसे बुरा दुश्मन साबित हो सकता है। यह न केवल आपकी त्वचा को सुखा देगा, बल्कि यह आपकी जलन और चकते भी दे सकता है। जब टंड का मौसम आता है तो स्किन में रूखापन बढ़ने लगता है। खासतौर पर, रूखी स्किन वाली महिलाओं के लिए तो यह मौसम और भी ज्यादा परेशान

करने वाला होता है। इस मौसम में रूखी स्किन वाली महिलाएं अगर अपना सही तरह से ख्याल ना रखें तो फेस पर ड्राई पैचेस हो जाते हैं। इतना ही नहीं, स्किन में खुजली और रूखेपन के कारण काफी दर्द भी होता है। अमूमन महिलाएं स्किन का ख्याल रखने के लिए किचन में मौजूद कुछ चीजों का सहारा लेती हैं।  
**टमाटर** : स्किन केयर एक्सपर्ट बताते हैं कि टमाटर स्वास्थ्य और सौंदर्य दोनों के लिए ही बेहद लाभकारी माना गया है। लेकिन टंड के

मौसम में रूखी त्वचा वाली महिलाओं को इसे इस्तेमाल नहीं करना चाहिए, क्योंकि यह प्रकृति में अम्लीय है। इस तरह यह आपकी त्वचा के प्राकृतिक तेलों को दूर कर सकता है और इसे सुस्त बना सकता है।  
**चावल का आटा** : चावल का आटा एक बेहतरीन एंग्रीडिएंट है जो हर घर में आसानी से पाया जाता है। यह ज्यादातर एंटी-एजिंग फेस मास्क और पैक में उपयोग किया जाता है, क्योंकि यह त्वचा को लाइट बनाने में मदद करता है। इसमें स्टार्च की मात्रा अधिक

अधिकतर लोग अपने दिन की शुरुआत चाय या कॉफी से करते हैं। लेकिन कैफीन की अधिकता स्किन के लिए बिल्कुल भी उचित नहीं है। इससे आपकी स्किन पर फाइन लाइन्स व झुर्रियां नजर आ सकती हैं। ऐसा इसलिए है क्योंकि कैफीन आपकी त्वचा को निर्जलित कर सकता है। क्या

आपको लगातार स्किन केयर प्रोडक्ट्स लगाने से भी लाभ नहीं मिल रहा है? क्या आप लगातार कोल-मुहासों व अन्य स्किन प्रॉब्लम्स से जूझ रही हैं? क्या एक अच्छा स्किन केयर रूटीन भी आपकी स्किन को ग्लोइंग नहीं बना रहा है? क्या आप बार-बार अपने ब्यूटी

प्रोडक्ट्स बदल-बदलकर थक चुकी हैं? अगर इन सभी सवालों का जवाब हां है, तो हो सकता है कि आप अपने आहार पर ध्यान ना दे रही हों। आपकी शायद पता ना हो, लेकिन आपका खान-पान सिर्फ आपकी सेहत ही नहीं, बल्कि स्किन को भी प्रभावित कर सकता है।  
**प्रोसेस्ड मीट** : प्रोसेस्ड मीट जैसे बेकन या हॉटडॉग में नाइट्रेट और सोडियम काफी अधिक मात्रा में पाया जाता है। यह दोनों ही स्किन को नुकसान पहुंचा सकते हैं। नाइट्रेट आपकी स्किन में सूजन और झुर्रियों की वजह बन सकता है, वहीं सोडियम की अधिकता स्किन को समय से पहले बूढ़ा और रूखा बना सकती है।  
**गाय के दूध से बने डेयरी उत्पाद** : यूं तो डेयरी प्रोडक्ट को सेहत के लिए काफी अच्छा माना जाता है। लेकिन गाय के दूध से बने डेयरी प्रोडक्ट्स आपकी स्किन को नुकसान पहुंचा



**स्किन से करती हैं प्यार तो इन फूड्स को कहें ना**

सकता है। कई अध्ययनों से पता चलता है कि गाय का दूध और गाय के दूध से बने अन्य डेयरी उत्पाद इंसुलिन के स्तर को बढ़ाते हैं। जो कोर्टिसोल के स्तर को बढ़ाता है और सोबम उत्पादन को ब्रैक करता है। जिससे आपको स्किन में एग्ने व ब्रेकआउट्स की

समस्या हो सकती है।  
**कैफीन** : अधिकतर लोग अपने दिन की शुरुआत चाय या कॉफी से करते हैं। लेकिन कैफीन की अधिकता स्किन के लिए बिल्कुल भी उचित नहीं है। इससे आपकी स्किन पर फाइन लाइन्स व झुर्रियां नजर आ सकती हैं। ऐसा इसलिए है क्योंकि कैफीन आपकी त्वचा को निर्जलित कर सकता है। जिससे आपकी स्किन अधिक थिन हो सकती है और उसमें रिकलस नजर आ सकते हैं।  
**हाई ग्लाइसेमिक फूड** : सफेद ब्रेड, सफेद पास्ता और आलू आदि को हाई ग्लाइसेमिक फूड की श्रेणी में रखा जाता है। यह ना केवल वजन बढ़ने की वजह हो सकते हैं, बल्कि इससे आपकी स्किन को भी नुकसान उठाना पड़ सकता है। ऐसे फूड्स के कारण व्यक्ति को ब्रेकआउट्स, पिंपल्स सहित समय से पहले उम्र बढ़ने के संकेतों की समस्या भी हो सकती है।



विनेगर को एक बेहद ही अच्छा क्लीनिंग एजेंट माना जाता है। अगर आपकी पानी की बोतल बहुत अधिक गंदी हो चुकी है तो ऐसे में आप विनेगर का इस्तेमाल कर सकते हैं। इसके लिए आप पानी की बोतल में थोड़ा गर्म पानी डालें। घर में पानी को पीने और उसे स्टोर करने के लिए हम सभी बोतल का इस्तेमाल करते हैं। लेकिन लगातार इस्तेमाल करने के बाद वे काफी गंदी हो जाती हैं। ऐसे में उसे रेग्युलर क्लीनिंग सोप से साफ करने से वह उस तरह क्लीन नहीं हो पाते हैं। ऐसी बोतलों में एक अजीब सा पीलापन होता है और उनकी क्लीनिंग के लिए अलग तरीका अपनाने की जरूरत होती है।

**विनेगर का करें इस्तेमाल**  
विनेगर को एक बेहद ही अच्छा क्लीनिंग एजेंट माना जाता है। अगर आपकी पानी की बोतल बहुत अधिक गंदी हो चुकी है तो ऐसे में आप विनेगर का इस्तेमाल कर सकते हैं। इसके लिए आप पानी की बोतल में थोड़ा गर्म पानी डालें। साथ ही, इसमें थोड़ा विनेगर डालें। इसे अच्छी तरह हिलाएं और रातभर के लिए ऐसे ही छोड़ दें। अगली सुबह बोतल को साफ करें। बोतल का सारा पीलापन दूर हो जाएगा।

**गर्म पानी और लिक्विड सोप का करें इस्तेमाल**  
अगर आपके पास विनेगर नहीं है तो ऐसे में आप गर्म पानी का भी इस्तेमाल कर सकती हैं। इसके लिए आप बॉटल में गर्म पानी डालें और कुछ देर के लिए ऐसे ही छोड़ दें। अब आप लिक्विड सोप डालें और बोतल

## पानी की बोतल हो गई है गंदी तो ऐसे करें उसे साफ

ब्रश की मदद से उसे क्लीन करें।

**बेकिंग सोडा का करें इस्तेमाल**  
अगर आपकी बोतल बहुत अधिक गंदी हो चुकी है तो ऐसे में उसे साफ करने के लिए बेकिंग सोडा का इस्तेमाल करना अच्छा विचार है। बेकिंग सोडा जिदी गंदगी को साफ करने में मददगार है। इसके लिए आप गर्म पानी में दो चम्मच बेकिंग सोडा डालकर रख लें। अगली सुबह आप बोतल को क्लीन करें और उसे साफ करें।

**वलीनिंग टैबलेट की लें मदद**  
अगर आप बिना किसी परेशानी के अपनी वाटर बोतल को साफ करना चाहते हैं तो इसके लिए क्लीनिंग टैबलेट की मदद लें। यह क्लीनिंग टैबलेट आपकी बोतल को कुछ ही मिनटों में बिना किसी मेहनत के साफ कर देंगे। आपको बस इतना करना है कि बोतल में गर्म पानी भरें। साथ ही, एक क्लीनिंग टैबलेट डालें। अब आप इसे 15-20 मिनट के लिए ऐसे ही छोड़ दें। अंत में, बोतल के पानी को बाहर निकालें और फिर एक बार साफ पानी की मदद से बोतल को क्लीन करें।

## बालों को धोने के लिए मुल्तानी मिट्टी का करें इस्तेमाल, मिलेंगे ये जबरदस्त लाभ

मुल्तानी मिट्टी से हेयर वॉश करने का एक सबसे बेहतरीन लाभ यह है कि यह आपके बालों की गंदगी को दूर करने के साथ-साथ उसे कंडीशन भी करता है। खासतौर से, अगर आपके बाल कर्ली हैं तो मुल्तानी मिट्टी के कंडीशनिंग गुण आपके बालों को मैनेजबल बनाते हैं। मुल्तानी मिट्टी को अक्सर महिलाएं अपने स्किन केयर रूटीन में शामिल करती हैं। लेकिन यह आपके बालों के लिए भी उतना ही लाभदायी है। दरअसल, इसमें अर्बोबैट प्रॉपर्टीज होती हैं, जिसके कारण यह आपकी स्केल्प से अतिरिक्त ऑयल को अर्बोबैट करने में मददगार है। इतना ही नहीं, यह आपके स्केल्प को भी कंडीशन करती है। इसमें कई तरह के खनिज पाए जाते हैं, जो स्केल्प को लाभ पहुंचाते हैं।

**बालों को करता है कंडीशन** : मुल्तानी मिट्टी से हेयर वॉश करने का एक सबसे बेहतरीन लाभ यह है कि यह आपके बालों की गंदगी को दूर करने के साथ-साथ उसे कंडीशन भी करता है। खासतौर से, अगर आपके बाल कर्ली हैं तो मुल्तानी मिट्टी के कंडीशनिंग गुण आपके बालों को मैनेजबल बनाते हैं।  
**डैमेज हेयर को करे रिपेयर** : अक्सर लोग एक्सपेरिमेंट करने के चक्कर में अपने बालों पर केमिकल ट्रीटमेंट करवाते हैं। लेकिन केमिकल्स के कारण बाल बहुत अधिक डैमेज हो जाते हैं। ऐसे में मुल्तानी मिट्टी का इस्तेमाल करना आपके लिए अच्छा है। यह आपके बाल शाफ्ट को पोषण और मजबूत करने में मदद करता है। जिससे आपके बाल चिकने और मुलायम बनते हैं। साथ ही, केमिकल ट्रीटमेंट से डैमेज्ड हेयर को रिपेयर करने में मदद मिलती है।

**स्केल्प को डैमेज होने से बचाता है** : मुल्तानी मिट्टी के इस्तेमाल से सिर्फ डैमेज्ड हेयर को रिपेयर करने में मदद ही नहीं मिलती है, बल्कि यह स्केल्प को डैमेज होने से भी बचाता है। मुल्तानी मिट्टी को हेयर क्लींजर के रूप में इस्तेमाल करने से स्केल्प

को क्लीन करने में मदद मिलती है और यह स्केल्प पर मौजूद कीटाणुओं व बैक्टीरिया को खत्म किया जा सकता है।  
**हेयर फॉलिकल्स होते हैं मजबूत** : मुल्तानी मिट्टी में कई तरह के खनिजों और पोषक तत्व पाए जाते हैं। जिसके कारण यह ना केवल डंड्रफ और परतदारपन को खत्म करके आपकी स्केल्प को स्वस्थ बनाती है बल्कि यह बालों की ग्रोथ को बेहतर बनाने के लिए आपके हेयर फॉलिकल्स को भी मजबूत बनाती है। अगर बालों के लिए मुल्तानी मिट्टी का उपयोग किया जाए तो इससे बाल मजबूत होते हैं और अपेक्षाकृत कम टूटते हैं।

- मिताली जैन



**मौसमी के रस से बालों को मिलते हैं ये फायदे**  
मौसमी के रस का नियमित सेवन करने से आपके बालों को मजबूत बनाने में मदद मिलती है। इसके अलावा यह आपके बालों के टूटने जैसी समस्याओं को दूर रखता है। यह रस विटामिन सी से समृद्ध होता है जो मुक्त कणों से लड़ता है और बालों को जड़ों से युक्तियों तक मजबूत रखता है। टंड के मौसम में मौसमी खाना हर घर में लोग पसंद करते हैं। इसमें मौजूद विटामिन सी टंड के मौसम में आपकी इम्युनिटी को बढ़ाने में मददगार है। लेकिन अगर आप सोचती हैं कि मौसमी केवल आपके स्वास्थ्य के लिए लाभकारी है तो आप गलत हैं। दरअसल, इसमें एंटी-ऑक्सिडेंट प्रचुर मात्रा में पाए जाते हैं, जो आपकी स्किन और हेयर्स को हेल्दी बनाने में मददगार है।  
**बालों को बनाएँ मजबूत** : हेयर एक्सपर्ट बताते हैं कि मौसमी के रस का नियमित सेवन करने से आपके बालों को मजबूत बनाने में मदद मिलती है। इसके अलावा यह आपके बालों के टूटने जैसी समस्याओं को दूर रखता है। यह रस विटामिन सी से समृद्ध होता है जो मुक्त कणों से लड़ता



है और बालों को जड़ों से युक्तियों तक मजबूत रखता है। बालों का गहरा पोषण भी आपके बालों की अच्छी वृद्धि को आसान बनाता है और उन्हें स्वस्थ रखता है।  
**रूसी से मिलेगा छुटकारा** : हेयर एक्सपर्ट के अनुसार, हेल्दी हेयर तभी मिलते हैं, जब स्केल्प क्लीन हो। खुजली या सूखी खोपड़ी रूसी पैदा कर सकती है और इस कारण आप हर समय अपना सिर खुजलाते हैं। इसे रोकने के लिए, आप या तो नियमित रूप से मौसमी का रस पीएं या इसे शैम्पू के बाद अपने बालों को धो कर हेयर वॉश के रूप में उपयोग कर सकते हैं। यदि आप समय-समय पर ऐसा करते रहते हैं, तो आप देखेंगे कि आपकी खोपड़ी अधिक नमीयुक्त महसूस करेगी और सभी रूसी और खुजली चली जाएगी।  
**इरिटेशन से मुक्ति** : कभी-कभी ऐसा होता है कि हमारी स्केल्प संवेदनशील हो जाती है और उस समय जड़ों को छूने से दर्द होता है। ऐसे में मौसमी का इस्तेमाल करना अच्छा आईडिया है। इसमें विटामिन सी होता है, जो स्केल्प में हर तरह की सूजन और जलन को दूर करने में मदद कर सकता है। इतना ही नहीं, यह स्लिट एंड्स का इलाज कर सकता है।  
**ऐसे करें इस्तेमाल** : अगर आप चाहते हैं कि मौसमी से आपके बालों को लाभ हो तो इसके लिए आप इसे दो तरह से इस्तेमाल कर सकते हैं। सबसे पहले तो आप इसे अपनी डाइट में शामिल करें। इसके अलावा आप इससे अपना हेयर वॉश भी बना सकते हैं। मौसमी को छीलकर उसका रस बना लें। एक पैर में थोड़ा पानी गर्म करें और फिर गैस बंद कर दें जब पानी थोड़ा गर्म हो जाए। अब, रस को गर्म पानी में मिलाएं और हिलाएं। शैम्पू करने के बाद के साथ अपने बालों को धो लें और आप तुरंत परिणाम देखेंगे।

## त्वचा की खूबसूरती निखारने में बेहद मददगार है रेड वाइन

रेड वाइन स्किन के साथ-साथ बालों के लिए भी बेहद लाभदायक है। इसमें मौजूद फ्लेवोनोइड्स और एंटीऑक्सिडेंट केराटिन के निर्माण में मदद करते हैं। साथ ही, इसमें मौजूद एंटीऑक्सिडेंट आपको स्वस्थ और चमकदार बाल देने में मददगार है। अल्कोहल को सेहत के लिए बेहद ही नुकसानदायक माना जाता है। इससे व्यक्ति को कई तरह की स्वास्थ्य समस्याओं का सामना करना पड़ सकता है। लेकिन यह आपकी स्किन व सेहत की कई समस्याओं को दूर कर सकते हैं। खासतौर से रेड वाइन को ब्यूटी केयर के लिए काफी अच्छा माना गया है।  
**रेड वाइन से मिलने वाले स्किन बेनिफिट्स** : रेड वाइन स्किन की खूबसूरती निखारने में बेहद मददगार है। इसमें फ्लेवोनोइड, रेस्वेराट्रोल और टैनिन जैसे एंटीऑक्सिडेंट भरपूर मात्रा में पाए जाते हैं। साथ ही, यह कोलेजन और इलास्टिक फाइबर को रिस्टोर



करके स्किन को उम्र बढ़ने से बचाता है। इतना ही नहीं, रेड वाइन में प्राकृतिक एएचए और एंटीसेप्टिक गुण पाए जाते हैं जो आपके पोर्स को क्लीन करके एग्ने को दूर करते हैं, जिससे ब्रेकआउट की समस्या भी दूर होती है।  
**ऐसे करें इस्तेमाल** : रेड वाइन को स्किन पर अप्लाई करने के लिए आप सबसे पहले इसे कॉटन पैड पर लें और फिर इसे हल्के से चेहरे पर लगाएं। अब आप इसे 20 मिनट तक ऐसे ही रहने दें और फिर माइल्ड क्लींजर से धो लें।

**रेड वाइन से मिलने वाले हेयर बेनिफिट्स** : रेड वाइन स्किन के साथ-साथ बालों के लिए भी बेहद लाभदायक है। इसमें मौजूद फ्लेवोनोइड्स और एंटीऑक्सिडेंट केराटिन के निर्माण में मदद करते हैं। साथ ही, इसमें मौजूद एंटीऑक्सिडेंट आपको स्वस्थ और चमकदार बाल देने में मददगार है। साथ ही, यह डैमेज्ड हेयर को रिपेयर करने के उन्हे फिर से लाइफ देता है।  
अगर आप रेड वाइन को हेयर केयर रूटीन में शामिल करते हैं तो इससे हेयर फॉल की समस्या दूर होती है और यह रूसी को भी कम करता है।  
**ऐसे करें इस्तेमाल** : रेड वाइन को हेयर केयर रूटीन में शामिल करना बेहद ही आसान है। इसके लिए आप बालों को शैम्पू और कंडीशन करने के बाद रेड वाइन की मदद से रिस करें। इससे आपके बालों में एक गजब की चमक आएगी और कई तरह की हेयर प्रॉब्लम्स दूर होंगी।

## आज का राशिफल

<b>मेघ राशि</b> : किसी अज्ञात भय से परेशान हो सकते हैं। माता के स्वास्थ्य का ध्यान रखें। भागदौड़ अधिक रहेगी। कारोबार में किसी मित्र का सहयोग मिल सकता है। मन में उतार-चढ़ाव के भाव रहेंगे।	<b>वृष राशि</b> : बातचीत में सन्तुलन बनाकर रखें। परिवार के स्वास्थ्य का ध्यान रखें। खर्चों की अधिकता रहेगी। बौद्धिक कार्यों से धन की प्राप्ति होगी।	<b>मिथुन राशि</b> : स्वास्थ्य का ध्यान रखें। धन की स्थिति में सुधार होगा। परिवार का साथ मिलेगा। पठन-पाठन में रुचि बढ़ सकती है। नौकरी में अफसरों से वाद-विवाद से बचकर रहें।	<b>कर्क राशि</b> : शैक्षिक कार्यों के प्रति सचेत रहें। व्यवधान आ सकते हैं। किसी मित्र के सहयोग से नौकरी के अवसर मिल सकते हैं। कला एवं संगीत में रुचि बढ़ सकती है।
<b>रिंह राशि</b> : आत्मविश्वास में कमी आयेगी। व्यर्थ के क्रोध एवं वाद-विवाद से बचें। किसी सम्पत्ति से आय के साधन बन सकते हैं। भाग-दौड़ बढ़ेगी।	<b>कन्या राशि</b> : पठन-पाठन में रुचि बढ़ सकती है। नौकरी में कार्यक्षेत्र में वृद्धि के साथ स्थान परिवर्तन के योग बन रहे हैं। आय में सुधार आएगा।	<b>तुला राशि</b> : आत्मविश्वास भी भरपूर रहेगा, परन्तु मन अशान्त हो सकता है। कारोबार में सुधार होगा। परिश्रम अधिक रहेगा। परिवार में मान-सम्मान मिलेगा।	<b>वृश्चिक राशि</b> : पारिवारिक समस्याएं परेशान कर सकती हैं। किसी पुराने मित्र से भेंट हो सकती है। शैक्षिक कार्यों के सुखद परिणाम मिलेंगे। धन की प्राप्ति होगी।
<b>धनु राशि</b> : परिवार के साथ किसी धार्मिक स्थान पर जाने का कार्यक्रम बन सकता है। किसी मित्र से धन की प्राप्ति हो सकती है। दाम्पत्य सुख में वृद्धि होगी। नौकरी में तरक्की के योग बन रहे हैं।	<b>मकर राशि</b> : आत्मविश्वास भी भरपूर रहेगा। कारोबार में वृद्धि होगी। किसी मित्र का सहयोग मिलेगा। परिश्रम अधिक रहेगा। रहन-सहन अव्यवस्थित रहेगा। नौकरी में तरक्की के अवसर मिल सकते हैं।	<b>कुंभ राशि</b> : आत्मसंयत रहें। क्रोध से बचें। परिवार का साथ मिलेगा। किसी धार्मिक स्थान की यात्रा पर जाने का कार्यक्रम बन सकता है। खर्च बढ़ेंगे। पठन-पाठन में रुचि हो सकती है।	<b>मीन राशि</b> : मन में नकारात्मक विचारों से बचें। नौकरी में तरक्की के अवसर मिल सकते हैं। आय में वृद्धि होगी। कार्यक्षेत्र में बदलाव हो सकता है। परिश्रम अधिक रहेगा।





# टीम इंडिया की हार से बदला सेमीफाइनल का समीकरण, रेस में पांच टीमों

पर्य (एजेंसी)। टी-20 वर्ल्ड कप में रविवार को टीम इंडिया साउथ अफ्रीका से पांच विकेट से हार गयी। इस नतीजे के बाद सुपर-12 में ग्रुप-2 का समीकरण काफी बदल गया है। अब ग्रुप की छह में से पांच टीमों में अंतिम चार में पहुंचने की होड़ में हैं। नीदरलैंड की टीम रविवार को पाकिस्तान से हार गई। यह तीन मैचों में डच टीम की लगातार तीसरी हार है। यह सेमीफाइनल की होड़ से बाहर होने वाली ग्रुप-2 की पहली टीम बन गई है। रविवार के मुकाबलों से पहले टीम इंडिया ग्रुप-2 में सबसे अच्छी स्थिति में थी। भारत पर जीत के बाद अब इस स्थिति में साउथ अफ्रीका की टीम आ गई है। तीन मैचों से साउथ अफ्रीका के पांच पॉइंट्स हैं। उसके अब पाकिस्तान और नीदरलैंड से मैच बाकी हैं। दोनों मैच जीतने पर टीम 9 अंक के साथ टेबल टॉपर रहते हुए सेमीफाइनल में पहुंच जाएगी। एक मैच में हार के बाद भी साउथ अफ्रीका अंतिम चार में पहुंच सकता है। उसका नेट रन रेट 2.772 का है जो ग्रुप में सबसे बेहतर है।



भारत के लिए बांग्लादेश से मुकाबला बेहद अहम खेलना है। यह मैच भारत के लिए काफी अहम हो गया है। अगर भारतीय टीम यह मैच हारती है तो फिर टीम इंडिया को अब बुधवार को बांग्लादेश से मैच

## पाकिस्तान के लिए बस आउट साइड चांस

पाकिस्तान के लिए अब सेमीफाइनल में पहुंचना बेहद मुश्किल हो गया है। हालांकि, यह असंभव नहीं है। अगर भारतीय टीम बांग्लादेश से हारती है और पाकिस्तान की टीम साउथ अफ्रीका को हरा देती है तो उसके लिए चांस बन सकता है। इस स्थिति में दोनों टीमों के 4-4 पॉइंट्स हो जाएंगे और 6 नवंबर को होनेवाले दोनों मुकाबले काफी अहम हो जाएंगे। उस दिन भारत का सामना जिम्बाब्वे से और पाकिस्तान का मुकाबला बांग्लादेश से होगा। उस दिन अगर भारत और पाकिस्तान दोनों जीत जाते हैं तो फिर दोनों के 6-6 पॉइंट्स होंगे और बेहतर नेट रन रेट वाली टीम अंतिम चार में पहुंच जाएगी। बांग्लादेश को सेमीफाइनल में पहुंचने के लिए अपने आखिरी दोनों मैच जीतने होंगे। उसे अभी भारत और पाकिस्तान से खेलना है। जिम्बाब्वे को अभी दो मैच खेलने हैं। एक नीदरलैंड से और एक भारत से। अगर जिम्बाब्वे को सेमीफाइनल में पहुंचना है तो उसे दोनों मैच जीतने होंगे।

उसके पांच मैच खत्म होने के बाद ज्यादा से ज्यादा 6 अंक हो सकते हैं। इसके लिए भी आखिरी मैच में भारत को जिम्बाब्वे को हराना होगा। अगर भारतीय टीम बांग्लादेश से हार जाती है और बांग्लादेश आगे चल कर पाकिस्तान को भी हरा देता है तो वह साउथ अफ्रीका के साथ सेमीफाइनल में पहुंच सकता है। इस वजह से भारत के लिए बांग्लादेश के खिलाफ मैच एक तरह से करो या मरो जैसा हो सकता है।

## अश्विन की मेहनत पर कोहली ने फेरा पानी, टर्निंग पॉइंट पर टपकाया कैच



बल्लेबाजी करते हुए निर्धारित 20 ओवर में 9 विकेट के नुकसान पर 133 रन बनाए। खराब शुरुआत से उबरते हुए साउथ अफ्रीका ने दो गेंद पहले पांच विकेट से मैदान मारा। तेज गेंदबाज अश्वीन सिंह ने हालांकि साउथ अफ्रीका की शुरुआत बिगाड़ी। मगर बाद में एडन मार्करम और डेविड मिलर ने टीम को बखूबी संभाला। एक वक्त ऐसा भी आया था, जब अश्विन ने लगभग मारकरम को आउट कर इस पार्टनरशिप को तोड़ दिया था, लेकिन कोहली ने आसान सा कैच टपकाकर सारी मेहनत पर पानी फेर दिया। घटना 12वें ओवर की है। पांचवीं गेंद छोटी थी, जिसे मारकरम ने पुल करने की कोशिश की। डीप मिडविकेट पर कोहली ने आसान कैच छोड़ दिया। अश्विन के पास सिवाय सिर पर हाथ रखने के और कोई चारा नहीं था। डीप मिडविकेट और लॉन ऑन के बीच मारकरम हवा में शॉट मार बैठे थे। बाउंड्री पर तैनात कोहली के पास एक आसान कैच लपकने का मौका आया था, जिसे विराट नहीं पकड़ पाए। यही मैच का टर्निंग पॉइंट भी रहा।

# ऑस्ट्रेलिया ने आयरलैंड को 42 रन से हराया

## ग्रुप-1 में दूसरे स्थान पर पहुंची होस्ट टीम, सेमीफाइनल में पहुंचने की उम्मीदें कायम

ब्रिस्बेन (एजेंसी)। टी-20 वर्ल्ड कप के सुपर-12 स्टेज में सोमवार को ऑस्ट्रेलिया ने आयरलैंड को 42 रन से हरा दिया। ब्रिस्बेन में आयरलैंड के कप्तान एंड्रयू बालबर्नी ने टॉस जीतकर पहले फील्डिंग करने का फैसला किया। ऑस्ट्रेलिया ने 20 ओवर में 5 विकेट खोकर 179 रन बनाए। जवाब में आयरलैंड 18.1 ओवर में 137 रन पर आल आउट हो गई। आयरलैंड के लॉकन टकर 71 रन बनाकर नॉट आउट रहे। दूसरे ओवर में पहला विकेट गिरने के बाद टकर आखिर तक टिके रहे, लेकिन टीम को जीत नहीं दिला सके। बाकी आयरिश बैटर्स पर्फॉर्म रहे। इस जीत के साथ ऑस्ट्रेलिया ग्रुप-1 में 5 पॉइंट के साथ दूसरे स्थान पर पहुंच गया है। न्यूजीलैंड इस ग्रुप में टॉपर है। आयरलैंड की

आधी टीम 25 रन पर ही पवेलियन लौट चुकी थी। टकर तो आखिर तक डटे रहे, लेकिन दूसरे छोर से उन्हें साथ नहीं मिला। वो 71 रन बनाकर नॉट आउट रहे। उनके अलावा आयरलैंड का कोई भी बल्लेबाज 15 रन से ज्यादा का स्कोर नहीं बना सका। ऑस्ट्रेलिया के लिए ग्लेन मैक्सवेल, एडम जम्पा, पैट कर्मिंस और मिचेल स्टार्क ने 2-2 विकेट लिए। एक विकेट मार्कस स्टोडिनिस को मिला। टीम का आखिरी बल्लेबाज रन आउट हुआ।

फिच, मार्श और स्टॉडिनिस ने बनाये रन : ऑस्ट्रेलिया के लिए कप्तान एरोन फिच ने 44 बॉल पर 63 रन की पारी खेली। उन्हें प्लेयर ऑफ द मैच चुना गया। स्टॉडिनिस ने 25 बॉल पर 35 और मिचेल मार्श ने 28 रन बनाये।

फिच की मांसपेशियों में आया खिंचाव, बोले- पहले भी मैं इससे रहा हूँ परेशान

ऑस्ट्रेलिया के कप्तान आरोन फिच के पैर की मांसपेशियों में सोमवार को यहां आयरलैंड के खिलाफ टी-20 विश्व कप मैच के दौरान खिंचाव आ गया। फिच ने इस मुकाबले में अर्धशतक जड़ा जिससे गत चैम्पियन टीम ने आयरलैंड को 42 रन से हराया। फिच ने 44 गेंदों में 63 रन की पारी खेली लेकिन अपनी पारी के आखिरी हिस्से के दौरान उन्हें विकेटों के बीच दौड़ लगाते हुए परेशानी में देखा गया। भारत की हार का कारण टॉप ऑर्डर के बल्लेबाजों की नाकामी तो रही, जो ऑस्ट्रेलिया स्टैडियम की तेज और उछाल भरी पिच में बैट नहीं बिठा पाये। भारत को पांचवें तेज गेंदबाज की कमी खली, क्योंकि ऑफ स्पिनर रविचंद्रन अश्विन ने अपने चार ओवर में 43 रन दिये। साथ ही टीम इंडिया की खराब फील्डिंग भी इस हार का एक अहम कारण रही। कप्तान रोहित शर्मा की भारतीय टीम ने टॉस जीतकर मुकाबले में पहले

# मजबूरी में ऋषभ पंत की शरण में टीम इंडिया, बीच मैच में दिनेश कार्तिक की जगह विकेटकीपिंग के लिए बुलाया

पर्य (एजेंसी)। ऑस्ट्रेलिया में जारी टी-20 वर्ल्ड कप में दिनेश कार्तिक भारतीय टीम के सबसे बुजुर्ग खिलाड़ी हैं। 37 साल के दिनेश कार्तिक रविवार को साउथ अफ्रीका के खिलाफ मैच में विकेटकीपिंग करते इंडर्ड हो गये। ऐसे में अब उनका दो नवम्बर को बांग्लादेश के खिलाफ एडिलेड में होनेवाले मैच में खेलना संदिग्ध है। बल्ले से अबतक टूर्नामेंट में कुछ खास नहीं कर पाये डीके की जगह ऋषभ पंत को पैड पहनाकर मैदान के भीतर भेजा गया, जिन्होंने शुरुआती प्लेइंग इलेवन से बाहर होने के बावजूद आखिरी ओवर्स में अहम रोल निभाया। 15वें ओवर में दिनेश कार्तिक को अपनी काम के साथ जुझते देखा गया था। कुछ ही देर में वह घुटनों के बल पर मैदान में देखे गये।



आनन-फानन में फिजियो को मैदान पर बुलाना पड़ा। कुछ मिनेटों के बाद कार्तिक अपनी कमर पकड़कर मैदान से बाहर जाते कैमरे में कैद हुए। हालांकि, अबतक यह पता नहीं लग पाया है कि दिनेश कार्तिक को क्या हुआ है? देखकर तो लगता है कि वह पीठ की जकड़न से परेशान हैं। यह परेशानी पर्य जैसी जगहों में

होने के लिए 72 घंटे से भी कम का समय है। दो नवम्बर को बांग्लादेश के खिलाफ मैच से पहले उन्हें टीम के साथ एडिलेड भी जाना है। मैच में साउथ अफ्रीका से हार के बाद भारतीय कप्तान रोहित शर्मा ने कहा कि फील्डिंग में टीम ने अच्छा नहीं किया। पर्य में मैच के बाद रोहित ने कहा, 'फील्डिंग में हम अच्छे नहीं थे। हमने कुछ कैच टपकाये। कुछ रन आउट भी मिस किये। इसमें मैं भी शामिल था। हमें इस डिपार्टमेंट में निरंतर अच्छा करने की आवश्यकता है।' अश्विन को 18वां ओवर देने का बचाव करते हुए उन्होंने कहा कि वह चाहते थे कि पेसर्स को उपयुक्त समय पर लाया जाये। वह अश्विन से अंतिम ओवर से पहले उनका कोटा खत्म करवाना चाहते थे।

# कोहली के होटल रूम का वीडियो हुआ लीक, विराट-अनुष्का का फूटा गुस्सा



पर्य (एजेंसी)। भारत के पूर्व कप्तान विराट कोहली और उनकी अभिनेत्री पत्नी अनुष्का शर्मा ने पर्य में एक प्रशंसक द्वारा कथित तौर पर उनके होटल की गोपनीयता भंग करने पर कड़ी प्रतिक्रिया व्यक्त की है। प्रशंसक ने उनके होटल के

बहुत खुश और उत्साहित होते हैं और उनसे मिलना चाहते हैं और मैंने हमेशा इसकी सराहना की है। उन्होंने आगे कहा, अगर मैं अपने होटल के कमरे को गोपनीय तरीके से नहीं रख सकता, तो मैं किसी भी व्यक्तिगत स्थान की गोपनीयता पर कैसे विश्वास कर सकता हूँ। कृपया लोगों की निजता का सम्मान करें और उन्हें मनोरंजन की वस्तु न समझें। अनुष्का ने भी प्रतिक्रिया जाहिर करते हुए कहा है कि ऐसी घटनाएं वास्तव में सबसे बुरी बात है। यह पूर्ण अपमान और चीजों का उल्लंघन है। वहीं, इस पर उर्वसी रौतेला ने लिखा, दुखद: उन्होंने एक लड़की के कमरे में ऐसा किया। ऑस्ट्रेलियाई दिग्गज डेविड वार्नर ने कहा, विश्वास नहीं हो रहा कि होटल क्राउनपर्य में ऐसा हुआ है।

# मले ही राहुल चाहें, हम टीम से ड्रॉप नहीं करेंगे : स्टीफन फ्लेमिंग



पर्य (एजेंसी)। टी-20 विश्वकप में मले ही टीम इंडिया 3 मैचों में से 2 मैच जीत चुकी है लेकिन टीम की सबसे बड़ी समस्या बनकर उभरे हैं ओपनर केएल राहुल। केएल राहुल तेज गेंदबाजों के सामने संघर्ष करते दिख रहे हैं और विकेट के आसपास ही विकेट गंवा रहे हैं। राहुल ने तीन मैच खेले हैं लेकिन उनका उच्चतम स्कोर सिर्फ 9 रन है। यानि वे किसी भी मैच में दहाई तक का आंकड़ा नहीं छू पाए हैं जिसकी वजह से आलोचना के केंद्र में आ गए हैं। हालांकि न्यूजीलैंड के पूर्व कप्तान स्टीफन फ्लेमिंग ने केएल राहुल के लिए स्पेशल मैसेज दिया है। आईपीएल के दौरान न्यूजीलैंड के पूर्व कप्तान स्टीफन फ्लेमिंग ने केएल राहुल के साथ बहुत नजदीक से काम किया

## केएल राहुल को कॉन्फिडेंस बढ़ाने की है जरूरत

स्टीफन फ्लेमिंग ने आईएसपीएन क्रिकइंफो के साथ बातचीत में कहा कि कुछ चीजें हैं जो उनका आत्मविश्वास लौटा सकती हैं। वह ये है कि उन्हें यह भरोसा दिया जाए कि मले ही फेल हो रहे हैं लेकिन टीम उन्हें टूर्नामेंट के बाकी मैचों से ड्रॉप नहीं करने जा रही है। फ्लेमिंग ने यह मैसेज केएल राहुल को दिया है। उनका मानना है कि अब यह केएल राहुल पर है कि वे इसे कैसे भुनाते हैं। उन्हें बिना डर के दुनिया के सामने जाना चाहिए और अपनी बात रखनी चाहिए। चेन्नई सुपर किंग्स के कोच फ्लेमिंग नहीं चाहते कि राहुल को टीम से ड्रॉप किया जाए क्योंकि 32 साल के इस बल्लेबाज के पास बेहतर तकनीक और क्वालिटी है।

व्या है फ्लेमिंग का स्पेशल मैसेज : फ्लेमिंग ने राहुल को स्पेशल मैसेज दिया कि दोस्त तुम रन बनाने के लिए बने हो। तुमने पहले भी यह पूरा किया है कि तुम कितने अच्छे प्लेयर हो। मैं तुम्हें यह कॉन्फिडेंस देता हूँ कि जहां और जब तुम चाहते हो खेला और हम तुम्हें ड्रॉप नहीं करने जा रहे हैं। तुम हमारे सबसे खास खिलाड़ी हो और हमारा पूरा सपोर्ट तुम्हारे साथ है। फ्लेमिंग का मानना है कि इतनी सी बात ही राहुल का अनलॉक कर सकती है जो टीम इंडिया के लिए बेहतर होगा।

WITH GLYCERIN & VASELINE JELLY

DEEP MOISTURISATION

LOCKS-IN MOISTURE