

बाइक से गिरकर

महिला धायल

मेदिनीनगर। चैनपुर थाना क्षेत्र के नावाड़ी हैं निवासी बोरेंद्र कोरवा की पत्नी अनिता देवी उमेर 25 वर्ष बाइक से गिरकर गंभीर रूप से धायल हो गई हैं घस्तना के बारे में बताया जाता है कि बोरेंद्र कोरवा अपनी पत्नी अनिता देवी के साथ रविवार को बाइक पर सवार होकर अपने किसी रिशेदार के घर जा रहा था तभी रास्ते में वह बाइक से गिर कर गंभीर रूप से धायल हो गई हैं इक्के बाद स्थानीय लोगों की मदद से उसे इलाज के लिए मेदिनीनगर सदर अस्पताल लाया गया है। जहाँ चिकित्सकों के द्वारा इलाज के बाद भी अनिता की स्थिति गंभीर बनी हुई है।

वरदान चैरिटेबल ट्रस्ट का भोजन वितरण अभियान

मेदिनीनगर। वरदान चैरिटेबल

ट्रस्ट की टीम लोहोरों की व्यस्तता के बाहर भी संडे को भोजन वितरण अभियान सुचारू रूप से संपन्न करती है। टीम के लोगों ने आज गमरामंड जलेबी, पूरी, सभी, तहरी, लिल्ली, रोटी और अचार का वितरण किया। आज दोनों पातल बनाने वाली महिलाओं के अलावा भारी संख्या में दिलाड़ी मजरूर, जरूरतमंद यात्रीगण और बच्चे शामिल थे जिन्होंने भरपूर भोजन प्राप्त किया और वरदान टीम की सराहना की। आज के अभियान में पोखराहां से खुश्क, सुधाय जी, आशुप्री सिंह, रूपांगना, सुधाय जी, अग्रवाल, ज्योति अग्रवाल और संस्था की सचिव शर्मिला वर्मा मुख्य तौर पर उपस्थित रहे।

विहंगम योग की

जिलास्तरीय बैठक 19 को

मेदिनीनगर। सदरुन सवाफल देव

विहंगम योग संस्थान के पलामू

जिला शाखा की बैठक 19

सितंबर को आयोजित किया गया

है। इस संस्थान के पत्नी संयोजक गिरजा

प्रसाद सिंह ने बताया कि

मेदिनीनगर स्थित गोविंद भवन में

बैठक आयोजित किया गया है।

19 सितंबर को सुबह 10 बजे से

बैठक की कार्यवाही शुरू होगी।

संयोजक श्री सिंह ने बताया कि

बैठक में जिले के सभी प्रबंधकों

से सेवा प्रभारी के अलावा भी जिले

के सभी उपरेक्षा, प्रचारक, आश्रम

प्रतिनिधि एवं सभी सेवा प्रकल्प

के प्राप्तारी निश्चित रूप से भाग

लेंगे बैठक में वार्षिकोंसवार को

लेकर राष्ट्रीयी संकल्प यात्रा के

तहत 28 सितंबर को संत्र प्रवर

विहंगम योग संस्थान के

आयोग की तैयारी पर चर्चा किया

जायेगा साथ ही आश्रम से जुड़े

सेवा कार्यों की समीक्षा होगी।

आम आदमी पार्टी की

बैठक संपन्न

मेदिनीनगर। विश्वकर्मा पूजा के

दिन जिला संयोजक समूमू चंद्रबली

चौबे और उत्तु नेता मुना कुमार के

द्वारा जिलाक 17 सितंबर का बैठक

रखी गया। आम पंचांग कीड़ियों के

बखारी और मिपरड़ी में आम

आदमी पार्टी की चाचा किया और

अरविंद के जीवीवाल सरकार के कार्य

को विस्तार पूर्वक बताया गया।

ग्रामीण जनता के नेतृत्व जीवीवाल

संघर्षों के अलावा भी जीवीवाल

मजदूरों का धरना सेल जीएम के साथ वार्ता के बाद समाप्त

नवीन मेल संवाददाता। भवनाथपुर इंटक जिलाध्यक्ष सुशील चौबे ने नेतृत्व में सेल प्रबंधन भवनाथपुर से अपनी पांच सूरी मारों को लेकर विस्थापित संघर्ष समिति के सदस्यों एवं तुलसीदामर डोलोमाइट खदान समूह के मजदूरों का धरना सेल मारों का आवासन दिये जाने के बाद धरना को समाप्त किया गया। इससे पूर्व धरना स्थल पर मजदूरों को सबोधित करते हुए इंटक जिलाध्यक्ष सुशील चौबे, विस्थापित संघर्ष समिति के अध्यक्ष विरेन्द्र साह, विधायिजय साह व शंखु राम तथा सेल जीएम मोजेर कुमार, खान प्रबंधक बी. पाण्डिरही, डॉ.

धरना के तीसरे दिन सेल के प्रशासनिक भवन में इंटक जिलाध्यक्ष सुशील चौबे, प्रबंड अध्यक्ष नंदलाल पाठक, विस्थापित संघर्ष समिति के अध्यक्ष विरेन्द्र साह, विधायिजय साह व शंखु राम तथा सेल जीएम मोजेर कुमार, खान प्रबंधक बी. पाण्डिरही, डॉ.



विजय राम व थाना प्रभारी रामेश्वर उपाध्यक्ष के मांगों को लेकर वार्ता हुई। जहां इंटक जिलाध्यक्ष के नेतृत्व में विस्थापितों ने सेल प्रबंधन को अपनी पांच सूरी मारों पर संपै, जिस पर प्रबंधन ने उनकी मारों को सेल के उच्चाधिकारियों की खिलेने का आवासन दिये जाने के बाद धरना को समाप्त किया गया। इससे पूर्व धरना स्थल पर मजदूरों को सबोधित करते हुए इंटक जिलाध्यक्ष सुशील चौबे ने कहा कि विस्थापितों एवं खदान समूह के मजदूरों का किये गए त्रिपुरूपा एवं ट्रिचमेंट समाधान हेतु कई बार विस्थापितों व खदान मजदूरों द्वारा सेल प्रबंधन को अवगत करता रहा।

शाबाश सविता...

झारखण्ड के पूर्वी सिंहभूम जिला के धालभूमगढ़ प्रखण्ड के कुकड़ाखुपी गांव की सविता महत्वीय महिलाओं के लिए एक उदाहरण बन गयी है। जीवन में आगे बढ़ने की चाह और आत्मनिर्भरता की ओर उठाये गए कदमों ने उनके परिवार को समृद्धि और आर्थिक सुख प्रदान की है। सविता की मेहनत और कार्यों की चर्चा आज ऐसे गांव में होती है। यह कहानी झारखण्ड में पूर्वी सिंहभूम जिले की रहने वाली एक महिला की है। यह फिल्म की स्टोरी नहीं सच्चाई है। अपने पति की आर्थिक कठिनाईयों को देख कर प्रारंभिक दिनों में सविता काफी रोशन रहती थीं। गांव के बच्चों को दृश्यमान पदाकर पर्ति किसी तरह से घर-परिवार का खर्च चलाने को मजबूर था। शाबाश ऐसी परिवरत परिस्थिति की सामान्य परिवारों में होती है, तो पति की अपनी पत्नी कई तरह का ताना भी सुनना पड़ता, लेकिन उस युवक की पत्नी ने गरीबी से नाराज होने की जगह ऐसा कदम उठाया, जिससे पूरे परिवार की तकरीब बदल गई। अब घर-परिवार में ऐसी खुशहाली आई कि वो पूरे गांव-समाज के लिए प्रेरणा बन चुकी हैं। सफलता की वह कहानी झारखण्ड में पूर्वी सिंहभूम जिले के धालभूमगढ़ प्रखण्ड के कुकड़ाखुपी गांव की सविता महत्वीय है।

जीवन में आगे बढ़ने की चाह और आत्मनिर्भरता की ओर उठाये गए कदम ने उनके परिवार को समृद्धि और आर्थिक सुख प्रदान की है। सविता की मेहनत और कार्यों की चर्चा आज पूरे गांव में होती है।

यह कहानी झारखण्ड में पूर्वी सिंहभूम जिले की रहने वाली एक महिला की है। यह फिल्म की स्टोरी नहीं सच्चाई है।



कुकड़ाखुपी गांव की सविता महत्वीय है।

देश का दावा कितना दमदार?

दुनिया की सबसे प्रतिष्ठित क्रिकेट

प्रतियोगिता की शुरूआत 5

अव्वरबर को अहमदबाद में इंलैंड

और न्यूजीलैंड के बीच मुकाबले

से होने जा रही है। साल 2011 के

बाद यह पहला मौका है जब

आर्सीसी वर्ल्ड कप भारत में हो

रहा। टीम इंडिया ने अखिल बार

परिवरत को बीच में ही

परापूर्ण रूप से जीता है।

इसके बाद यह टीम जीता है।

डॉ. मनसुख मांडविया
प्रधानमंत्री ने दो दोस्री के नेतृत्व में भारत ने 2018 में आयुष्मान भारत योजना की शुरूआत की थी। इस योजना की शुरूआत गर्वशील स्वास्थ्य नीति, 2017 के प्रावधानों के तहत 'सरकारी स्वास्थ्य' की परिकल्पना को साकार करने के लक्ष्य के साथ की गई थी। आयुष्मान भारत योजना के तहत देश के कोने-कोने में रह रहे लोगों तक व्याक स्वास्थ्य सुविधाएं पहुंचाने का लक्ष्य रखा गया था। लेकर प्रधान, सेकेंडरी और जागरूकता से लक्ष्य स्वास्थ्य सेवाएं पहुंचती हैं, इसकी पूरी व्यवस्था हेल्प ऐंड वेलनेस सेंटर्स और प्रधानमंत्री जन अरोग्य योजना के माध्यम से की गई। मोदी सरकार का लक्ष्य यह है कि देश के हर कोने में रह रहे जन-जन तक स्वास्थ्य सेवाएं पहुंचें। इस लक्ष्य को हासिल करने के लिए ही आयुष्मान भव: अभियान लॉन्च किया गया है। गट्टपति द्रौपद मर्मू ने 13 सितंबर, 2023 को इस अभियान का शुभारंभ किया। इस अभियान के तहत जन अरोग्य योजना के जन-जन तक ले जाने, हर किसी का आयुष्मान भारत हेल्प ऐंड कार्ड बनाने और विभिन्न स्वास्थ्य सेवाएं देने का लक्ष्य रखा गया है। कई तरह की बीमारियों की पहचान के लिए व्यापक स्क्रीनिंग

की भी व्यवस्था की गई है। इसमें टीवी, हाइपरेशन, सिक्कल सेल डिजिट, मधुमेह आदि के लिए गांवों और शहरों में जांच अभियान चलाया जाना है। आयुष्मान भव: का मूल लक्ष्य देश के 6.45 लाख गांवों और 2.55 लाख ग्राम पंचायतों के तक पहुंचने का है। ताकि लोगों के बीच योजनाओं को लेकर जागरूकता आए और वे स्वास्थ्य सेवाएं को कालाध्य ले सकें। हमारे प्रेरणाशील पंडित दीनदयाल उपाध्याय जी की 'अंत्योदय' के सिद्धांत के अनुकूल इस अभियान को तैयार किया गया है ताकि स्वास्थ्य योजनाओं का लाभ समाज के हर एक व्यक्ति को मिल पाए। सबको स्वास्थ्य के लक्ष्य को पूरा करने के लिए इस अभियान के तहत सेवा परवाना मना की जाएगी। इसमें अंग दान अभियान चलाना शामिल है। साथ ही स्वच्छता अभियान और रक्त दान अभियान जैसे कई और गतिविधियां जांचांगे हैं। आयुष्मान आपके द्वारा इस अभियान के तीन मूल लक्ष्य हैं: अंग दान अभियान आपको जन-जन तक ले जाने, हर किसी का आयुष्मान भारत हेल्प ऐंड कार्ड बनाने और विभिन्न स्वास्थ्य सेवाएं देने का लक्ष्य रखा गया है। कई

सेवाओं को पहुंचाने का काम किया जाएगा। आयुष्मान आपके द्वारा का यह तीसरा संस्करण है। पहले के दो संस्करणों के सफलताओं को बह अग्रणी बढ़ाएगा। इसके तहत आयुष्मान कार्ड बनाने में और तेजी लाई जाएगी। आयुष्मान सभी के संस्करणों के स्तर पर विभिन्न काम की जाएगी। आयुष्मान मेला का माध्यम से वितरण, सूचीबद्ध अस्तकालों के बारे में जानकारी, आयुष्मान भारत हेल्प ऐंड कार्ड बनाने, स्क्रीनिंग सेवाएं, स्वास्थ्य से संबंधित विभिन्न चिंताओं का समाधान करने का काम किया जाएगा। 'आयुष्मान आपके द्वारा' अभियान की शुरूआत पूरे देश में 17 सिंतंबर को होगी। इसमें आयुष्मान कार्ड का वितरण, सूचीबद्ध अस्तकालों के बारे में जानकारी, आयुष्मान सभा का लाभ हेल्प ऐंड कार्ड बनाने, स्क्रीनिंग सेवाएं, स्वास्थ्य से चर्चा जैसी गतिविधियों का आयोजन होगा। इनमें स्थानीय सांसद, विधायक, जनप्रतिनिधियों के अलावा सरकार के विभिन्न स्वास्थ्य योजनाओं के लाभार्थी शामिल होंगे। आयुष्मान मेला का आयोजन हर हफ्ते गांवों के स्तर पर देश के सभी 1.6 लाख हेल्प ऐंड वेलनेस सेंटर्स पर होगा। साथ ही प्रॉचंड स्तर पर इसका आयोजन के कार्ड बनाने के लिए आयुष्मान भव: की परिकल्पना केंद्र सरकार ने की है। इस अभियान के जरूरी हमें 'सबकाल स्वास्थ्य' सुनिश्चित करते हुए 'स्वस्थ भारत' से 'समृद्ध भारत' की राह पर आगे बढ़ना है।

(डॉ. मनसुख मांडविया केंद्रीय स्वास्थ्य व परिवार कल्याण एवं स्वास्थ्य व उर्वरक मंत्री हैं)

सेवाओं के गांवों और शहरों में इन आयोजन होगा। इसके जरिए मुख्य तौर पर जन-जन तक स्वास्थ्य योजनाओं को लेकर जागरूकता का प्रसार किया जाएगा। 'जनभाईदारी से जनकल्याण' की भावना विकसित करते हुए स्वास्थ्य व्यवस्था में जनभाईदारी सुनिश्चित करते का काम भी इसके तहत किया जाएगा। इसमें आयुष्मान कार्ड का वितरण, सूचीबद्ध अस्तकालों के बारे में जानकारी, आयुष्मान सभा का लाभ हेल्प ऐंड कार्ड बनाने, स्क्रीनिंग सेवाएं, स्वास्थ्य से चर्चा जैसी गतिविधियों का आयोजन होगा। इनमें स्थानीय सांसद, विधायक, जनप्रतिनिधियों के अलावा सरकार के विभिन्न स्वास्थ्य योजनाओं के लाभार्थी शामिल होंगे। आयुष्मान मेला का आयोजन हर हफ्ते गांवों के स्तर पर देश के सभी 1.6 लाख हेल्प ऐंड वेलनेस सेंटर्स पर होगा। साथ ही प्रॉचंड स्तर पर इसका आयोजन के कार्ड बनाने के लिए आयुष्मान भव: की परिकल्पना केंद्र सरकार ने की है। इस अभियान के जरूरी हमें 'सबकाल स्वास्थ्य' सुनिश्चित करते हुए 'स्वस्थ भारत' से 'समृद्ध भारत' की राह पर आगे बढ़ना है।

आयुष्मान भारत से आयुष्मान भव:

काव्य कोना

पूछते हैं

वि या के आलय में ढाई अक्षर अभी पढ़ा नहीं पूछते हैं, ज्ञान-अज्ञान की परिभाषा क्या है?

शुद्धता का पाठ शुरू करने से पहले पूछते हैं, शुद्धता की परिभाषा क्या है?

खेल और उद्यम; प्यार और काम यौवन का पाठ आया नहीं पूछते हैं, यौवन की परिभाषा क्या है?

सीमायें और बध्यों को ही बतलाते-बतलाते यौवन की देहरी न देखी फिर देखो उल्ट कर पूछते हैं, अपरिकवता की परिभाषा क्या है?

अपरिकवता की परिभाषा क्या है?

विद्या के आलय में ढाई अक्षर अभी पढ़ा नहीं पूछते हैं, ज्ञान-अज्ञान की परिभाषा क्या है?

— नाग मणि

फेसवॉश के दौरान की गई ये गलतियां स्किन को पहुंचा सकती हैं नुकसान, बिगड़ सकती है स्किन की कंडीशन

अक्सर आपने लोगों को यह कहते हैं कि जरूर सुना होगा कि कहीं बाहर से आओ तो उसके बाद चेहरे को सफेवांश खरीद लेते हैं। लेकिन इससे चेहरा धोने के दौरान ऐसी कई गलतियां कर देते हैं, जो हमारे लिए परेशानी का कारण बन जाती हैं। अक्सर आपने लोगों को यह कहते जरूर सुना होगा कि कहीं बाहर से आओ तो उसके बाद चेहरे को साफ जरूर करो। क्योंकि फेसवॉश से चेहरे पर जमी गंदी निकल जाती है। इसके लिए मार्केट में फेसवॉश भी आपनी से मिल जाते हैं। जो स्किन को लाभ पहुंचाते हैं। हालांकि कई बार ऐसा भी देखा जाता है कि बार-बार फेस धोने से कई तरह की दिक्कतें होने लगती हैं। बार-बार चेहरा धोने से स्किन रफ़ और रुखी हो जाती है। हम अक्सर मार्केट से फेसवॉश खरीद लेते हैं। लेकिन इससे चेहरा धोने के दौरान ऐसी कई गलतियां कर देते हैं, जो हमारे लिए मार्केट में फेसवॉश भी आपनी से मिल जाते हैं। जो स्किन को लाभ पहुंचाते हैं। लेकिन इसी दौरान कुछ लोग अंजान में ऐसी



गलतियां कर बैठते हैं, जिसके कारण उनकी स्किन पर डैमेज होने लगती है। ऐसे में अगर आपकी भी स्किन डैमेज हो रही है तो यह आटिकल आपके लिए है। फेसवॉश का इस्तेमाल करते वर्क कुछ चीजों को ध्यान में रखना चाहिए।

फेसवॉश का चुनाव : अक्सर लोग फेसवॉश खरीदने के दौरान इसका बात का ध्यान नहीं रखते हैं कि वह भी स्किन टाइप के हिसाब से आता है। जब हम गलत स्किन टाइप का

फेसवॉश इस्तेमाल करते हैं, तो इसकी सीधी असर आपके फेस पर दिखता है। इसलिए स्किन टाइप का ध्यान रखना बहुत जरूरी होता है। गर्म पानी का इस्तेमाल : चेहरा धोते समय

गर्म पानी के इस्तेमाल से बचना चाहिए। क्योंकि गर्म पानी आपकी त्वचा को सुखाने का काम करती है। इसके स्थान पर कई परेशानियां नजर आने लगती हैं।

स्किन को न सांझें : फेसवॉश को लगाने के दौरान कुछ लोग इसे चेहरे पर तकत से रगड़ते हैं। इससे आपकी स्किन डैमेज सकती है।

ज्यादा फेसवॉश का उपयोग : अधिकतम दिन में दो बार ही फेसवॉश को उपयोग करना चाहिए। क्योंकि इससे ज्यादा बार फेसवॉश का इस्तेमाल करने से आपकी त्वचा सूखी और अनेकल्पी नजर आने लगती है।

ना करें गंदे तौलिए का इस्तेमाल : फेसवॉश का इस्तेमाल करने के बाद गंदे तौलिए के दौरान चाहे नहीं परेशान करते हैं। इससे आपकी स्किन पर गलत प्रभाव पड़ सकता है।

बेट वाइप्स का यूज़ : आपने देखा होगा कि कुछ लोग बार-बार बेट वाइप्स का इस्तेमाल करते हैं। कई बार इसके ज्यादा इस्तेमाल करते हैं। बेट वाइप्स का यूज़ से अपरिवर्तन सकता है।

यूटोकु नववाला- 6827				* * * * * मध्यम
8		1	5	
2		1	8	
3	4	6	7	9
5		9		
9	2	3	4	7
4	7	6	5	1

