



राष्ट्रीय नवीन मेल

झालनगंज (मेदिनीनगर) एवं रांची से एक साथ प्रकाशित

www.rastrriyanaveenmail.com • झालनगंज • मार्गशीर्ष कृष्ण पक्ष 05 • विक्रम संवत् 2080 • शनिवार, 02 दिसंबर 2023 • वर्ष-30 • अंक-46 • पृष्ठ-12 • मूल्य ₹ 2.00

गागर में सागर

चिनिया में बाइक व हाईवा की भीषण टक्कर में दो युवकों की दर्दनाक मौत

चिनिया (गढ़वा) थाना क्षेत्र के डोल गांव में

शुक्रवार की देर शाम करीब 7:30 बजे

मोटरसाइकिल व हाईवा के बीच हुई भीषण टक्कर में दो युवकों की घटनास्थल पर ही दर्दनाक मौत गई है। जानकारी के अनुसार डोल गांव निवासी मौद्रं सिंह के पुत्र राखेश सिंह जे जिरंग सिंह के पुत्र राजा सिंह मोटरसाइकिल से घर जा रहे थे। इसी बीच निर्माणीवान चिनिया-धूकी मुख्य सड़क पर काम कर रहे हाईवा से डोल गांव में मोटरसाइकिल की जोरदार टक्कर हो गई, जिससे दोनों युवकों की मौत घटनास्थल पर ही हो गई। उसनुसारे ही घटनास्थल पर एक फैकड़ी लोगों की भीड़ हो गई।

मोटरसाइकिल हाईवा के ही पिछले दिसंसे में फैक्सी हुई थी। लोगों ने इसकी सुनना पुलिस को दी।

ओडिशा के क्योंझर जिले में सड़क

दुर्घटना में आठ लोगों की मौत

भुवनेश्वर। ओडिशा के क्योंझर जिले के घाटगांव के पास राष्ट्रीय राजमार्ग 20 पर शुक्रवार को एक दुखद सड़क दुर्घटना में तीन महिलाओं सहित आठ लोगों की मौत हो गई, जबकि 12 अन्य गंभीर रूप से घायल हो गए। मुख्य मंजिम जिले के पोदामरी, बटाङडा, पलाङडी और देखापी गांवों में थाया गया। घाटगांव पुलिस थाने के प्रभागी निरीक्षक ने तात्पार किंवदन में योग्य बच्चों समेत कम से कम 21 लोग टाटा विंग वैन में क्योंझर जिले के घाटगांव स्थित तारिणी मंदिर जा रहे थे। शुक्रवार सुबह 4:30 बजे वाहन मंदिर से लगभग आठ किलोमीटर दूर एक मोड़ पर खड़े सीमेंट से भेरे ट्रक से टक्कर गया। हादसा इतना भीषण था कि लोगों की मौत हो गई। घटना के बाद टाटा विंग का ड्राइवर मौके से भाग गया। ओडिशा के मुख्यमंत्री नवीन पटनायक ने मुक्तक के परिजनों के लिए 3-3 लाख रुपये के मुआवजे की घोषणा की है।

इस वर्ष वाहनों के डेढ़ लाख

ऑनलाइन चालान करे

रांची। राजधानी की सुरक्षा और ट्रैफिक पर नजर रखने के लिए शहर में सीसीटीवी 750 कैमरे लगाए गए हैं। इससे राजधानी के चैप्यू-चैप्पे पर दो कैट्रोल रूम के द्वारा नजर रखी जाती है। इनमें कई अत्यधिक कैमरे प्रस्तुत ब्रैकर करनेवालों की पहचान करने, वाहनों के नंबर प्लेट की फोटो लेने, तेज गति से जानेवाले वाहनों की पहचान करने और शहर में क्राइम कट्रोल के लिए लगाये गये हैं। इनमें एसवीडी, एसपीआर, अरालवीडी जैसे अत्याधिक कैमरे हैं। इस वर्ष अत्यधिक कैमरों की मदद से नियम तोड़ने वालों से लगाया 15 लाख ऑनलाइन चालान करें जा चुके हैं।

25 फीसदी तक बढ़ सकता है बिजली बिल

रांची। 2024 में झारखंड में लोगों को बिजली के तेज 'झाके' लग सकते हैं। राज्य में बिजली की दो बढ़ाए जाने की तैयारी चल रही है। झारखंड बिजली वित्तिका वितरण निगम लिमिटेड ने बिजली की कीमतों में 25 फीसदी तक की वृद्धि का प्रस्ताव झारखंड इनोवेशन्सीटी बेंटेलरी कमीशन के समक्ष तरत दिया है। कमीशन ने इस प्रस्ताव का अध्ययन कर लिया है और इसे लेकर विभिन्न प्रमंडलों में जनसुनवाई की तारीखें तय कर दी गईं। जनसुनवाई की प्रक्रिया पूरी होने के बाद आयोग नई दरों का अंतिम निर्धारण करेगा। कमीशन ने 11 दिसंबर को भेदभान, 13 दिसंबर को चाँदीबासा, 15 दिसंबर को धनबाद, 18 को देवरांग और 19 दिसंबर को रांची में प्रतावित दरों पर जनसुनवाई का कार्यक्रम तय किया है। अधिकारिक सूची के अनुसार, नई दरों आयागी अप्रैल माह से प्रभावी होगी। झारखंड बिजली वित्तिका वितरण निगम लिमिटेड ने नई दरों को लेकर जो प्रस्ताव दिया है, वह वर्ष 2024-25 के लिए है। बिजली वित्तिका वितरण निगम के समक्ष दिए दिए प्रस्ताव में अपने खंडों के लिए 10 हजार 800 करोड़ की सालाना जरूरत बर्ताई है और इस आधार बिजली की दरों में बढ़ोतारी की जरूरत बर्ताई है। नियम ने रेवन्यू रिकवरर्सेंट और मैजूदा रेवेन्यू के बीच 2500 करोड़ रुपये की गिरिया दिया है। बता दें कि इस साल जन से झारखंड में बिजली की दरों में 6.50 प्रतिशत तक की वृद्धितरी की गई थी। हालांकि, यह वृद्धि तीन साल के बाद की गई थी। अब अगर कमीशन जनसुनवाई के बाद बिजली दरों में वृद्धि के प्रस्ताव पर मुहर लगा देता है तो एक साल में दूसरी बार बिजली की कीमतें बढ़ने के आसार हैं।

नए साल में झारखंड के लोगों को लग सकते हैं शक्ति

6 लाख 53 हजार 152

लाभुकों के बीच लगभग 68

करोड़, 67 लाख रुपये की

बांटी परिसंपत्ति

नवीन मेल संवाददाता

मंदीरीनगर। आपकी योजना-आपकी

सरकार-आपके द्वारा कार्यक्रम का

उद्देश्य समाज के अंतिम पक्ष के

दरवाजे पर कार्यक्रम की जीवन

सेवाओं को पहुंचाना है।

सुदूर ग्रामीण इलाकों में रहने वाले

की प्रथम पक्ष में रहने वाले

की प्रथम पक्ष के लिए

कार्यक्रम की जीवन

सेवाओं को पहुंचाना है।

सुदूर ग्रामीण इलाकों में रहने वाले

की प्रथम पक्ष के लिए

कार्यक्रम की जीवन

सेवाओं को पहुंचाना है।

सुदूर ग्रामीण इलाकों में रहने वाले

की प्रथम पक्ष के लिए

कार्यक्रम की जीवन

सेवाओं को पहुंचाना है।

सुदूर ग्रामीण इलाकों में रहने वाले

की प्रथम पक्ष के लिए

कार्यक्रम की जीवन

सेवाओं को पहुंचाना है।

सुदूर ग्रामीण इलाकों में रहने वाले

की प्रथम पक्ष के लिए

कार्यक्रम की जीवन

सेवाओं को पहुंचाना है।

सुदूर ग्रामीण इलाकों में रहने वाले

की प्रथम पक्ष के लिए

कार्यक्रम की जीवन

सेवाओं को पहुंचाना है।

सुदूर ग्रामीण इलाकों में रहने वाले

की प्रथम पक्ष के लिए

कार्यक्रम की जीवन

सेवाओं को पहुंचाना है।

सुदूर ग्रामीण इलाकों में रहने वाले

की प्रथम पक्ष के लिए

कार्यक्रम की जीवन

सेवाओं को पहुंचाना है।

सुदूर ग्रामीण इलाकों में रहने वाले

की प्रथम पक्ष के लिए

कार्यक्रम की जीवन

सेवाओं को पहुंचाना है।

सुदूर ग्रामीण इलाकों में रहने वाले

की प्रथम पक्ष के लिए

कार्यक्रम की जीवन

सेवाओं को पहुंचाना है।

सुदूर ग्रामीण इलाकों में रहने वाले

की प्रथम पक्ष के लिए

कार्यक्रम की जीवन

सेवाओं को पहुंचाना है।

सुदूर ग्रामीण इलाकों में रहने वाले

की प्रथम पक्ष के लिए

कार्यक्रम की जीवन

सेवाओं को पहुंचाना है।

सुदूर ग्रामीण इलाकों में रहने वाले

की प्रथम पक्ष के लिए

कार्यक्रम की जीवन

सेवाओं को पहुंचाना है।

सुदूर ग्रामीण इलाकों में रहने वाले

की प्रथम पक

गागर में सागर

विश्व एडस दिवस पर छात्राओं को इस बीमारी के बारे में किया गया जागरूक



श्री बंशीधर नगर। राजकीयकृत अंबलाल पटेल बालिका उच्च विद्यालय में विश्व एडस दिवस के अवसर पर एडस बीमारी की सावधानियाँ और बचाव के बारे में कक्ष 6 से कक्ष 10 तक की छात्राओं को जागरूक किया गया। विद्यालय के आरोग्य दूत प्रमोट कुमार एवं जयेंद्र कुमार ने कियोरिं और कियोरिंयों को बताया कि एडस, एचआईवी वायरस के कारण होने वाली नहीं लगाना पड़ेगा। अधिकारी स्वयं संचारित संक्रमण (एस्सीआई) के अलावा संक्रमित रस्त के चढ़ाने, संक्रमित व्यक्ति को लगे इंजेक्शन के उपयोग से दूसरे व्यक्ति में फैल सकता है। गर्भवास, प्रसव या स्तननान के दौरान मासे से इसके बच्चे भी होने वाले खतरा देखा जाता रहा है। कार्यक्रम को तकनीकी सहायता सेंटर फॉर कैटलाइजिंग चेंज (उ3), के कार्यक्रम अधिकारी आकाश कुमार भी उपस्थित थे। कार्यक्रम में सहायक शिक्षक प्रकाश चंद्र सोनी, जया कुमारी, ममता ललता आदि शिक्षिकाओं ने सभाय किया। वर्ही विद्यालय की छात्राओं और गर्भवासी, कुमकुम, काजल, सावित्री, अंजलि, एकता, रुचिना, सहाना, ममता, नम्रता, अदिति, रिमझिम आदि छात्राओं ने भाग लिया और इस पर अपने विचार व्यक्त किये।

डंडई प्रखंड के वेंडरों के साथ प्रखंड विकास पदाधिकारी की बैठक 4 को डंडई। बीड़ीओं गहुल कुमार सानू ने 4 दिवंवर को प्रखंड भर के वेंडरों की बैठक बुलाई है। इस संबंध में जारी पत्र में उन्होंने आवश्यक दस्तावेजों के साथ सभी वेंडरों की बैठक में भाग लेने का निर्देश दिया है। साथ ही बैठक से अनुपस्थित रहने वाले वेंडरों के खिलाफ विधि सम्बन्धित करने की बात भी पत्र के माध्यम से बीड़ीओं द्वारा की गई है। वर्ही आयोजित बैठक में कागज पर चल रही वेंडरों की दुकान पर भी चर्चा होने की उम्मीद जारी रही है। साथ ही नियमों को ताक पर रखकर वेंडर बनाए गए प्रखंड के कई जनप्रतिनिधि के पतियों के खिलाफ भी बैठक के दौरान कार्रवाई होने का अंदेश लगाया जा रहा है।

गृहरक्षक की मृत्यु पर शोक की लहर रमना। सिलिदापा संचायत के विद्यालय टोला निवासी गृहरक्षक हवलदार 57 वर्षीय मटुकी राम की मिस्र गृहरक्षक को दोपहर में हो गया। उनकी अंतिम संस्कार शुक्रवार को सिलिदापा स्थित गड़गड़वा नदी तक शमशान घाट पर किया गया। मटुकी राम अपने समाज को आगे बढ़ाने के लिए हमेशा प्रेरित करते थे और सामाजिक समस्या को दूर करने के लिए सदैव तैयार रहते थे। उनकी असमय मृत्यु से लोग अहत हैं। इनकी मृत्यु पर मुखिया अनीता देवी ने परिजनों से पिलकर धोस्स बढ़ाया।

हाजी ने बच्चों के बीच बांटा कंबल मध्यांत्रांवं। जन प्रतिशील मुस्लिम एकता मंच के संस्थापक हाजी अशफाक खान की ओर से मदरसा मज़रुल उलुम काम में अध्ययनरत बच्चों के बीच कंबल का वितरण किया गया। मौके पर मदरसा के प्रिंसिपल कार्यकारी सचिव और सहायता के कार्यकारी अध्यक्ष जनप्रतिनिधि ने एकत्रित करने के बाद बच्चों को ग्रामीणों ने विश्वास को जितना है तिन बच्चों से वहां रुक्मणी के पूर्ण करने की जो जिम्मेवारी मुझे गिरी थी, उसे पूर्ण करने में मैंने अपना शत प्रतिशत योगदान दिया। इस दोरान मेरा ग्रामीणों के साथ मेरा परिवार को तरह रिश्ता जुड़ गया था, जिसे निभाना मेरा कर्तव्य है। मौके पर ग्रामीण कुमार महेना, यशवा प्रजापाता, सुनील मेहता, अंजलि यादव, सुरेन्द्र मेहता, निरंजन पाठक, धर्मजीत यादव, शिवंदाम देहता, निरंजन पाठक, धर्मजीत यादव, छोटेलाल प्रजापाति समेत अन्य महिला पुरुष मौजूद थे।

स्थानान्तरण पर जई को दी गई विदाई भवनाथपुर। प्रखंड के झगरखांड के जेरहुल्ला में बने सरकारी दिग्गी कोलेजी की कंस्ट्रक्शन कंपनी के जई दिलीप कुमार के स्थानान्तरण पर शुक्रवार को ग्रामीणों ने विदाई समारोह आयोजित कर उन्हें भावभीनी विदाई दी। मौके पर जेरहुलीपुर के कालेजी के निवासियों के साथ विद्यासाधनों के वितरण किया गया। जनकारी के निवासियों के साथ विद्यासाधनों के वितरण के लिए एक दिन दिलीप कुमार उर्फ दिलीप सिंह को कहा कि भवनाथपुर में रह कर कंस्ट्रक्शन कंपनी को पूर्ण करने के विश्वास को जितना है तिन बच्चों से वहां रुक्मणी के पूर्ण करने की जो जिम्मेवारी मुझे गिरी थी, उसे पूर्ण करने में मैंने अपना शत प्रतिशत योगदान दिया। इस दोरान मेरा ग्रामीणों के साथ मेरा परिवार को तरह रिश्ता जुड़ गया था, जिसे निभाना मेरा कर्तव्य है। मौके पर ग्रामीण कुमार महेना, यशवा प्रजापाता, सुनील मेहता, अंजलि यादव, सुरेन्द्र मेहता, निरंजन पाठक, धर्मजीत यादव, शिवंदाम देहता, निरंजन पाठक, धर्मजीत यादव, छोटेलाल प्रजापाति समेत अन्य महिला पुरुष मौजूद थे।

राजनीति

पूर्व मंत्री सह भाजपा नेता गिरनाथ बोले, सरकार ने जिलावासियों को छलने का काम किया

‘मुख्यमंत्री ने पूरा नहीं किया पेशका को प्रखंड बनाने का वादा’

नवीन मेल संवाददाता। गढ़वा

मुख्यमंत्री के गढ़वा आगमन पर जिला वासियों को काफी उम्मीद थी, लेकिन लोगों को निराश ही हाथ लगाया। पेशका को जिस धरती पर खड़े होकर मुख्यमंत्री ने सभा को संबोधित किया उसी धरती पर उन्होंने वर्ष 2019 में पेशका को प्रखंड बनाने की धोणा की थी, लेकिन चार साल सरकार चलाने के बाद वे अपना वादा भूल गए। उक्त बातें झारखंड सरकार के पूर्व मंत्री सह भाजपा नेता गिरनाथ सिंह ने



ने फिर एक बार लोगों को छलने का काम किया है। यह जनता का अपमान है और इसे जनता बर्दाशत पेशका को प्रखंड बनाने की मांग को लेकर पेशका निवासी डॉ. निहायनाथ ठाकुर के नेतृत्व में

पेशका को प्रखंड बनाने की धोणा की थी। इसके अलावा और गर्गा को भी प्रखंड बनाने की धोणा की थी, लेकिन वेंडर पेशका निवासी डॉ. निहायनाथ ठाकुर के नेतृत्व में

पेशका को वितरण किया गया। वेरोजगारों को भता देने का वादा भी उन्हें बदल नहीं है। इसी सरकार ने पेशेल देने का भी वादा किया था। अब चुवाव आया है तो सरकार पैंतरा बदल रही है और नव-नवा शिगुफा छोड़ रही है। सिंह ने कहा कि बेरोजगार

युवकों को नौकरी देने का वादा भी फैल हो गया। वेरोजगारों को भता देने का वादा भी उन्हें बदल नहीं है। इसी सरकार ने पेशेल देने का भी वादा किया था। अब चुवाव आया है तो सरकार पैंतरा बदल रही है और नव-नवा शिगुफा छोड़ रही है।

सिंह ने कहा कि वर्ष 2019 में

मुख्यमंत्री ने कहा कि वर्ष 2019 में

लिवर में गंदगी जमा होने पर दिखते हैं ऐसे लक्षण, इन फूड्स की मदद से करें डिटॉक्स

लिवर को मजबूत और स्वस्थ बनाने में फिजिकल एक्टिविटी और एक्सरसाइज का अहम रोल होता है। ऐसे में अगर आप भी लिवर डिटॉक्स करना चाहते हैं, तो हम आपको बताने जा रहे हैं कि कब और कैसे लिवर को डिटॉक्स करना चाहिए। लिवर हमारे शरीर का एक महत्वपूर्ण अंग होता है। योकि लिवर हमारे शरीर से जहरीले स्यायन यानी की टॉक्सिन को बाहर निकालने का काम करता है। इसके अलावा यह पित्त को उत्सर्जन कर इंजाम को सक्रिय करता है। इसके अलावा यह ग्रेटीन और कोलेस्ट्रॉल के उत्पादन में सहायक होता है। लिवर विटामिन ए, निन्हरलस और आयरन का स्टोरेज भी करता है। वहीं लिवर को मजबूत और स्वस्थ बनाने में फिजिकल एक्टिविटी और एक्सरसाइज का अहम रोल होता है। लिवर को साफ करने के लिए लिवर डिटॉक्स की आवश्यकता होती है। ऐसे में लिवर को समय-समय पर साफ करना बहुत ज़रूरी होता है। ऐसे में अगर आप भी लिवर

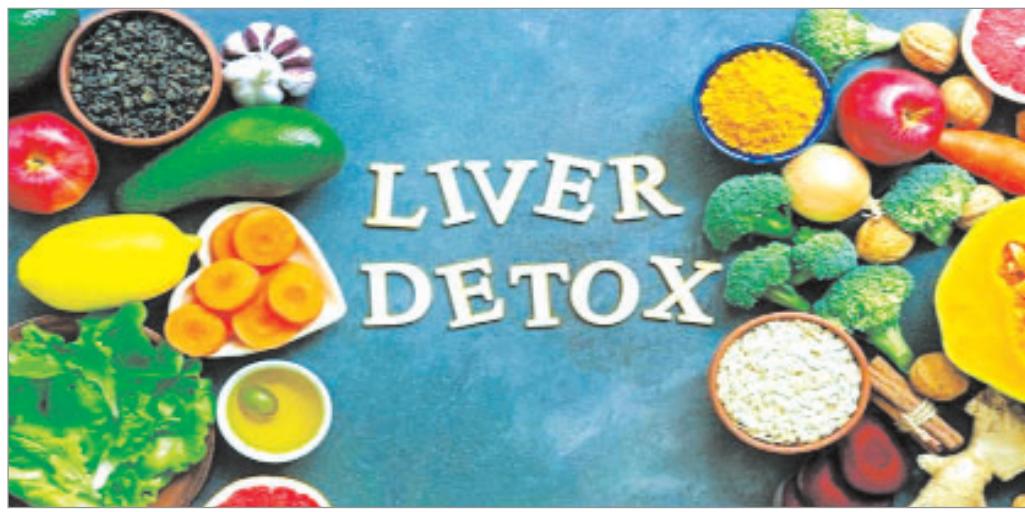
आर्टिकल के लिए हम आपको बताने जा रहे हैं कि कब और कैसे लिवर को डिटॉक्स करना चाहिए।

कब करना चाहिए लिवर डिटॉक्स

मुंह व शरीर से बदबू आना तनाव व चिंता होना अनहल्दी फौल करना त्वचा पर खुलाली होना गैस और पेट फूलना मूड स्विंग होना एनर्जी की जरूरत दाने-धन्धे होना मौठ क्रिंग पेट में गडबड

क्या है लिवर डिटॉक्स

आपको बता दें कि लिवर डिटॉक्स करना चाहिए।



और फलश का एक ऐसा प्रोसेस है, जो आपके शरीर से टॉक्सिन यानी की टॉक्सिन पदार्थों को बाहर निकालने में मदद करता है। इसके अलावा यह कम करने और सेहत को बेहतर बनाता है। अगर आपको बार-बार एर्जी अदि हो रही है, तो समझ जाना

चाहिए कि आपके लिवर को डिटॉक्स की जरूरत है।

कैसे करें लिवर डिटॉक्स

गर्म पानी और नींबू में नींबू मिलाकर पीते हैं, अगर आप गर्म पानी में नींबू मिलाकर पीते हैं,

तो यह आपके लिवर को साफ करने में मदद करता है। यह आपके शरीर से टॉक्सिन पदार्थों को बाहर निकालता है। ऐसे में एक ऐसा गुण पाए जाते हैं। ऐसे में अगर आप भी लिवर डिटॉक्स करना चाहते हैं, तो हल्दी का सेवन बढ़ा देना चाहिए। बता दें कि हल्दी एंजाइम कूर्टर का काम करती

हल्दी का सेवन

हल्दी में कई औषधीय गुण पाए जाते हैं। ऐसे में अगर आप भी लिवर डिटॉक्स करना चाहते हैं, तो हल्दी का सेवन बढ़ा देना चाहिए। बता दें कि हल्दी एंजाइम कूर्टर का काम करती

जाता है। इसके सेवन से शरीर विषाक्त पदार्थ खाता है जाते हैं और लिवर को डिटॉक्स करने में मदद करता है। ऐसे में आप चाहें तो लिवर डिटॉक्स के लिए सुख खाली पेट गुणने पानी में नींबू का रस मिलाकर पीने से जबरदस्त लाभ मिलता है।

आंवला

आंवले का जूस हमारे लिवर को साफ करने में फायदेमंद होता है। आंवला में एंटी ऑक्सीडेंट्स पाया जाता है। जो हमारे शरीर से टॉक्सिन पदार्थ को बाहर निकालने में मदद करता है।

चिया सीड्स ओट्स खिचड़ी

इसके अलावा लिवर डिटॉक्स के लिए आपको चिया सीड्स और ओट्स से बनी खिचड़ी का सेवन करना चाहिए। यह फाइबर को तरह काम करता है और लिवर को सकार॑ में मदद करता है। चिया सीड्स और ओट्स से बनी खिचड़ी लिवर में चिकोर जिद्दी फैट और ट्राईग्लिसराइड को कम करता है।

◆ अनन्या मिश्रा

दांतों को ऐसे करें देखभाल

र वर्ष के लोगों को दांतों का खास ख्याल रखना चाहिए। जिससे कि यह लंबे समय तक हेल्दी रहें। वर्कोंके जब आपके दांत हेल्दी और मजबूत होंगे, तो आप भी स्वस्थ रहेंगे। दांतों का सीधा कनेक्शन हमारे दिल की सेहत के साथ जुड़ा होता है। हमारे शरीर में दांत काफी खास ख्याल रखना होता है। लेकिन अधिकतर लोगों को दांतों का ख्याल रखना चाहिए। दांतों का हमें स्वस्थ रहने पर आपके दांतों की समस्या शुरू हो जाती है। आज के समय में हर वर्ष के लोग दांतों की समस्या से परेशान रहते हैं। बता दें कि दांतों का सीधा कनेक्शन हमारे दिल की सेहत के साथ जुड़ा होता है। आप ने भी यह नोटिस किया होगा कि जब दांत में दंद होता है, तो इसके साथ जैविक दांतों जैसे, सिर, कान आदि में भी दंद होते हैं। लगता है। अपने दांतों को संरक्षित करने के लिए एक बड़ा सवाल यह भी है कि अपने दांतों का ख्याल कैसे रखें। हर वर्ष के लोगों को दांतों का ख्याल रखना चाहिए। जिससे कि यह लंबे समय तक हेल्दी रहें। वर्कोंके जब आपके दांत हेल्दी और मजबूत होंगे, तो आप भी स्वस्थ रहेंगे। वहीं डॉक्टर्स की मानें तो दांतों की आसानी से देखभाल की जा सकती है। इसके लिए एक बड़ा सवाल यह है कि अपने दांतों का ख्याल कैसे रखें। ज्यादा न लें शुगर

ऐसे रखें दांतों का ख्याल

शुगर यानी की मौथा, न सिर्फ आपके शरीर बल्कि आपके दांतों के लिए भी खाने का ख्याल

करना चाहिए। जिससे कि यह लंबे समय तक हेल्दी रहें। वर्कोंके जब आपके दांत हेल्दी और मजबूत होंगे, तो आप भी स्वस्थ रहेंगे। वहीं डॉक्टर्स की मानें तो दांतों की आसानी से देखभाल की जा सकती है। इसके लिए एक बड़ा सवाल यह है कि अपने दांतों का ख्याल कैसे रखें। ज्यादा न लें शुगर

ज्यादा न लें शुगर

शुगर यानी की मौथा, न सिर्फ आपके शरीर बल्कि आपके दांतों के लिए भी खाने का ख्याल

करना चाहिए। जिससे कि यह लंबे समय तक हेल्दी रहें। वर्कोंके जब आपके दांत हेल्दी और मजबूत होंगे, तो आप भी स्वस्थ रहेंगे। वहीं डॉक्टर्स की मानें तो दांतों की आसानी से देखभाल की जा सकती है। इसके लिए एक बड़ा सवाल यह है कि अपने दांतों का ख्याल कैसे रखें। ज्यादा न लें शुगर

ज्यादा न लें शुगर

शुगर यानी की मौथा, न सिर्फ आपके शरीर बल्कि आपके दांतों के लिए भी खाने का ख्याल

करना चाहिए। जिससे कि यह लंबे समय तक हेल्दी रहें। वर्कोंके जब आपके दांत हेल्दी और मजबूत होंगे, तो आप भी स्वस्थ रहेंगे। वहीं डॉक्टर्स की मानें तो दांतों की आसानी से देखभाल की जा सकती है। इसके लिए एक बड़ा सवाल यह है कि अपने दांतों का ख्याल कैसे रखें। ज्यादा न लें शुगर

ज्यादा न लें शुगर

शुगर यानी की मौथा, न सिर्फ आपके शरीर बल्कि आपके दांतों के लिए भी खाने का ख्याल

करना चाहिए। जिससे कि यह लंबे समय तक हेल्दी रहें। वर्कोंके जब आपके दांत हेल्दी और मजबूत होंगे, तो आप भी स्वस्थ रहेंगे। वहीं डॉक्टर्स की मानें तो दांतों की आसानी से देखभाल की जा सकती है। इसके लिए एक बड़ा सवाल यह है कि अपने दांतों का ख्याल कैसे रखें। ज्यादा न लें शुगर

ज्यादा न लें शुगर

शुगर यानी की मौथा, न सिर्फ आपके शरीर बल्कि आपके दांतों के लिए भी खाने का ख्याल

करना चाहिए। जिससे कि यह लंबे समय तक हेल्दी रहें। वर्कोंके जब आपके दांत हेल्दी और मजबूत होंगे, तो आप भी स्वस्थ रहेंगे। वहीं डॉक्टर्स की मानें तो दांतों की आसानी से देखभाल की जा सकती है। इसके लिए एक बड़ा सवाल यह है कि अपने दांतों का ख्याल कैसे रखें। ज्यादा न लें शुगर

ज्यादा न लें शुगर

शुगर यानी की मौथा, न सिर्फ आपके शरीर बल्कि आपके दांतों के लिए भी खाने का ख्याल

करना चाहिए। जिससे कि यह लंबे समय तक हेल्दी रहें। वर्कोंके जब आपके दांत हेल्दी और मजबूत होंगे, तो आप भी स्वस्थ रहेंगे। वहीं डॉक्टर्स की मानें तो दांतों की आसानी से देखभाल की जा सकती है। इसके लिए एक बड़ा सवाल यह है कि अपने दांतों का ख्याल कैसे रखें। ज्यादा न लें शुगर

ज्यादा न लें शुगर

शुगर यानी की मौथा, न सिर्फ आपके शरीर बल्कि आपके दांतों के लिए भी खाने का ख्याल

करना चाहिए। जिससे कि यह लंबे समय तक हेल्दी रहें। वर्कोंके जब आपके दांत हेल्दी और मजबूत होंगे, तो आप भी स्वस्थ रहेंगे। वहीं डॉक्टर्स की मानें तो दांतों की आसानी से देखभाल की जा सकती है। इसके लिए एक बड़ा सवाल यह है कि अपने दांतों का ख्याल कैसे रखें। ज्यादा न लें शुगर

ज्यादा न लें शुगर

शुगर यानी की मौथा, न सिर्फ आपके शरीर बल्कि आपके दांतों के लिए भी खाने का ख्याल

KASHYAP'S DENTAL CLINIC



Dr. Vaibhav Kashyap

Oral & Dental Surgeon, C.c. Endodontist & Implantologist Certified Orthodontist, MIDA



"Smiles & More"

छात्र छात्राओं के लिए
50% की छूट

Facilities

- ❖ आरसीटी
- ❖ पायरिया का इलाज
- ❖ टेढ़े-मेढ़े दाँतों का इलाज
- ❖ स्माइल डिजाइन
- ❖ इनविजिवल क्लिप
- ❖ दंत रोपण
- ❖ फिक्स दाँत लगाना
- ❖ अत्याधुनिक मशीन और तकनीक के द्वारा इलाज

CHAMBER

SKYLINE - 4006, 4th Floor, Kadru, Opp. Dr. Lal's Hospital, Ranchi
Contact No. : 9199533383, 7903835453
Time : 9 am to 2 pm & 4 pm to 8 pm
Sunday : 9 am to 2 pm
E-mail : vaibhav.kashyap2011@gmail.com

कॉप-28 शिखर सम्मेलन : पीएम मोदी ने ग्रीन क्रोडिट इनिशिएटिव का किया आह्वान

भारत ने पारिस्थितिकी-अर्थव्यवस्था के बीच संतुलन बनाया : नरेन्द्र मोदी

2028 में भारत में
कॉप-33 की मेजबानी
करने का प्रस्ताव रखा

एंजेसी। नई दिल्ली प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी ने सुक्रवार को दुबई में कॉप-28 के विश्व जलवायु कार्बोर्ब शिखर सम्मेलन में कहा कि भारत ने पारिस्थितिकी और अर्थव्यवस्था के बीच संतुलन का एक उत्तरांश स्पष्टित किया है। भारत में वैश्वक आबादी का 17 प्रतिशत हिस्सा है। इसके बावजूद वैश्वक कार्बन उत्तरांश में भारत का योगदान 4 प्रतिशत से भी कम है।

प्रधानमंत्री ने कहा कि भारत दुनिया की उन कुछ अर्थव्यवस्थाओं में से एक है जो एंजेसी सुक्रवार लक्ष्यों को पूरा करने की राह पर है। मोदी ने वैश्वक मंच से प्रो-प्लैनेट, प्रो-एक्टिव और सकारात्मक पहल 'ग्रीन क्रोडिट इनिशिएटिव' का आह्वान किया। उन्होंने कहा, हम सभी के प्रयत्नों से से विश्वस बढ़ा है कि विश्व कल्याण के लिए सबके की सुरक्षा और सबकी भागीदारी आवश्यक है।

प्रधानमंत्री ने कहा कि भारत ने पारिस्थितिकी और अर्थव्यवस्था के बीच बेहतरीन संतुलन बनाने के द्विनिया के सामने विकास का एक मॉडल पेश किया है। भारत में विचार की 17 प्रतिशत आबादी होने के बावजूद लोबोल कार्बन उत्तरांश में हमारी दिस्ट्रिक्टरी 4 प्रतिशत से भी कम है। भारत विचार की उन कुछ अर्थव्यवस्थाओं में ये एक है, जो



पीएम मोदी ने यूएई के राष्ट्रपति व यूएन प्रमुख सहित अनेक वैश्वक नेताओं से की मुलाकात।

एंजेसी लक्ष्य को पूरा करने की राह पर है। उत्तरांश की तीव्रता संवैधित लक्ष्यों को हमने 11 साल पहले ही हासिल कर लिया है। गैर जीवाश्वर दुनिया के सामने विकास का एक मॉडल पेश किया है। भारत में विचार की 17 प्रतिशत आबादी होने के बावजूद लोबोल कार्बन उत्तरांश की तीव्रता के द्विनिया के बीच बेहतरीन संतुलन बनाने के उत्तरांश की तीव्रता विकास पर व्याकरण रूप से जोर दिया। वैकल्पिक इंधन के रूप में हाइड्रोजेन के उत्तरांश को बढ़ावा दिया है और दोहन के परिणाम द्वारा विकास कर लोबोल साउथ के विशेषज्ञों को भूगतने पड़ते हैं।

प्रधानमंत्री ने कहा, ग्राम्यों में ये एक है। गैर जीवाश्वर इंधन का विकास करने की राह पर है। गैर जीवाश्वर ने 2070 तक 'नेतृत्व जी-20' की अव्यक्ति के द्वारा भारत ने सतत विकास पर व्याकरण रूप से जोर दिया। वैकल्पिक इंधन के रूप में हाइड्रोजेन के उत्तरांश को बढ़ावा दिया है और वैश्वक ग्राम्यों में ये एक है। गैर जीवाश्वर इंधन का भूगतने पड़ते हैं।

मैंने मिशन लाइफ (पर्यावरण के लिए जीवन शैली) का विजन आप सभी के सामने रखा। इंटरेशनल एनर्जी एंजेसी के एक अध्ययन में कहा गया है कि लाइफ मिशन के जरिए हम 2030 तक हर साल 2 बिलियन टन कार्बन उत्तरांश कम कर सकते हैं। आज इस मंच से मैं एक और प्रो-प्लैनेट, प्रो-एक्टिव और सकारात्मक पहल 'ग्रीन क्रोडिट इनिशिएटिव' का आह्वान कर रहा हूँ। यह कार्बन क्रोडिट की व्यावसायिक मार्गसिकता से आगे बढ़कर जन भागीदारी से कार्बन सिंक बनाने का अभियान है।

प्रधानमंत्री ने कहा कि भारत जलवायु परिवर्तन प्रक्रिया के लिए संयुक्त रूप से क्रांति के प्रति विश्वदृढ़ है। इसके अपेक्षाकृत विश्वदृढ़ में आज इस मंच से 2028 में कॉप-33 प्रसिद्ध की भारत में होस्ट करने का प्रस्ताव भी रखा है। मोदी ने कहा कि भारत का लक्ष्य दुनिया के सामने विकास का एक मॉडल पेश किया है। भारत में विचार की 17 प्रतिशत आबादी होने के बावजूद लोबोल कार्बन उत्तरांश में हमारी दिस्ट्रिक्टरी 4 प्रतिशत से भी कम है। प्रधानमंत्री ने कहा, ग्राम्यों में ये एक है।

शेवर बढ़ा कर 50 प्रतिशत करेंगे। भारत ने 2070 तक 'नेतृत्व जी-20' की अव्यक्ति के द्वारा भारत ने सतत विकास पर व्याकरण रूप से जोर दिया। वैकल्पिक इंधन के रूप में हाइड्रोजेन के उत्तरांश को बढ़ावा दिया है और दोहन के परिणाम द्वारा विकास कर लोबोल साउथ के विशेषज्ञों को भूगतने पड़ते हैं।

प्रधानमंत्री ने कहा कि पिछली शान्तियों की गतिविधियों को मुश्वरने के लिए व्याकरण रूप से जोर दिया। उत्तरांश की अव्यक्ति के द्वारा भारत का लक्ष्य नहीं बदल रहा है। गैर जीवाश्वर ने 2030 तक सकल घेरेलू इंधन के रूप में हाइड्रोजेन के उत्तरांश को बढ़ावा दिया है और वैश्वक ग्राम्यों में ये एक है।

गैर जीवाश्वर इंधन का भूगतने पड़ते हैं।

राष्ट्रपति मुर्मू ने एफएमसी को 'प्रेसिडेंट कलर' किया प्रदान, कहा महिला अधिकारियों की भूमिका सराहनीय



एंजेसी। पुणे

गैर जीवाश्वर किया है।

उत्तरांश की कहा कि उत्तर वेह जानकर प्रसन्नता हुई कि एफएमसी से सम्बन्धित कांसिट्स के लिए एक और सकारात्मक पहल 'ग्रीन क्रोडिट इनिशिएटिव' का आह्वान कर रहा हूँ। यह कार्बन क्रोडिट की व्यावसायिक मार्गसिकता से आगे बढ़कर जन भागीदारी से कार्बन सिंक बनाने का अभियान है।

प्रधानमंत्री ने कहा कि भारत जलवायु परिवर्तन प्रक्रिया के लिए संयुक्त रूप से क्रांति के प्रति विश्वदृढ़ है। इसके अपेक्षाकृत विश्वदृढ़ में आज इस मंच से 2028 में कॉप-33 प्रसिद्ध की भारत में होस्ट करने का प्रस्ताव भी रखा है। मोदी ने कहा कि पिछली शान्तियों की गतिविधियों को मुश्वरने के लिए व्याकरण रूप से जोर दिया। उत्तरांश की अव्यक्ति के द्वारा भारत का लक्ष्य नहीं बदल रहा है। गैर जीवाश्वर ने 2030 तक सकल घेरेलू इंधन के रूप में हाइड्रोजेन के उत्तरांश को बढ़ावा दिया है और दोहन के परिणाम द्वारा विकास कर लोबोल साउथ के विशेषज्ञों को भूगतने पड़ते हैं।

गैर जीवाश्वर किया है। उत्तरांश की कहा कि उत्तर वेह जानकर प्रसन्नता हुई कि एफएमसी से सम्बन्धित कांसिट्स के लिए एक और सकारात्मक पहल 'ग्रीन क्रोडिट इनिशिएटिव' का आह्वान कर रहा हूँ। यह कार्बन क्रोडिट की व्यावसायिक मार्गसिकता से आगे बढ़कर जन भागीदारी से कार्बन सिंक बनाने का अभियान है।

प्रधानमंत्री ने कहा कि भारत जलवायु परिवर्तन प्रक्रिया के लिए संयुक्त रूप से क्रांति के प्रति विश्वदृढ़ है। इसके अपेक्षाकृत विश्वदृढ़ में आज इस मंच से 2028 में कॉप-33 प्रसिद्ध की भारत में होस्ट करने का प्रस्ताव भी रखा है। मोदी ने कहा कि पिछली शान्तियों की गतिविधियों को मुश्वरने के लिए व्याकरण रूप से जोर दिया। उत्तरांश की अव्यक्ति के द्वारा भारत का लक्ष्य नहीं बदल रहा है। गैर जीवाश्वर ने 2030 तक सकल घेरेलू इंधन के रूप में हाइड्रोजेन के उत्तरांश को बढ़ावा दिया है और दोहन के परिणाम द्वारा विकास कर लोबोल साउथ के विशेषज्ञों को भूगतने पड़ते हैं।

गैर जीवाश्वर किया है। उत्तरांश की कहा कि उत्तर वेह जानकर प्रसन्नता हुई कि एफएमसी से सम्बन्धित कांसिट्स के लिए एक और सकारात्मक पहल 'ग्रीन क्रोडिट इनिशिएटिव' का आह्वान कर रहा हूँ। यह कार्बन क्रोडिट की व्यावसायिक मार्गसिकता से आगे बढ़कर जन भागीदारी से कार्बन सिंक बनाने का अभियान है।

प्रधानमंत्री ने कहा कि पिछली शान्तियों की गतिविधियों को मुश्वरने के लिए व्याकरण रूप से जोर दिया। उत्तरांश की अव्यक्ति के द्वारा भारत का लक्ष्य नहीं बदल रहा है। गैर जीवाश्वर ने 2030 तक सकल घेरेलू इंधन के रूप में हाइड्रोजेन के उत्तरांश को बढ़ावा दिया है और दोहन के परिणाम द्वारा विकास कर लोबोल साउथ के विशेषज्ञों को भूगतने पड़ते हैं।

गैर जीवाश्वर किया है। उत्तरांश की कहा कि उत्तर वेह जानकर प्रसन्नता हुई कि एफएमसी से सम्बन्धित कांसिट्स के लिए एक और सकारात्मक पहल 'ग्रीन क्रोडिट इनिशिएटिव' का आह्वान कर रहा हूँ। यह कार्बन क्रोडिट की व्यावसायिक मार्गसिकता से आगे बढ़कर जन भागीदारी से कार्बन सिंक बनाने का अभियान है।

