दैनिक
न्याय साक्षी

छत्तीसगढ़-प्रादेशिक
सेहत-वास्तु-फीचर

रायगढ़, शनिवार 17 अगस्त 2019
www.nyaysakshi.com

महत्वपूर्ण एवं खास

स्वतंत्रता दिवस-2019 : राज्यपाल उइके ने राजभवन में किया ध्वजारोहण

रायपुर (आरएनएस)। राज्यपाल अनुसुईया उइके ने स्वतंत्रता दिवस के अवसर पर आज सुबह राजभवन में राष्ट्रीय ध्वज फहराया और सम्मान गार्ड की सलामी ली तथा परेड का निरीक्षण किया। राज्यपाल उइके ने कहा कि देश के महान स्वतंत्रता संग्राम सेनानियों और राष्ट्र नायकों के अथक संघर्ष, बलिदान और त्याग के कारण ही, आज हम अमन-चैन की सांस ले रहे हैं। उन्होंने देश की आजादी के लिए अपने प्राणों की आहूति देने वाले शहीदों को नमन करते हुए कहा कि वीर सपूतों के बलिदान को सदैव याद रखना चाहिए। राज्यपाल ने प्रदेशवासियों से कहा कि वे जहां पर भी जिस दायित्व में कार्य कर रहे हैं, उसे पूरी तरह समर्पण भाव से करें, यही सच्ची देश सेवा है। उन्होंने कहा कि प्रदेश के सभी लोगों के सक्रिय सहयोग और भागीदारी से ही हमारा राज्य और देश विकास की राह पर निरंतर आगे बढ़ता रहेगा। राज्यपाल ने इस अवसर पर राजभवन सचिवालय के अधिकारियों, कर्मचारियों एवं उनके परिजनों से भेंट कर, स्वतंत्रता दिवस की बधाई एवं शुभकामनाएं दी। इस अवसर पर राज्यपाल ने राजभवन के कर्मचारियों के बच्चों से बड़ी आत्मीयता से मुलाकात की और उन्हें टॉफी-मिठाई वितरित की। इस अवसर पर राज्यपाल के सचिव सुरेन्द्र कुमार जायसवाल, विधि सलाहकार एन. के. चन्द्रवंशी, उप सचिव श्रीमती रोक्तिमा यादव सहित राजभवन के सभी अधिकारी एवं कर्मचारी उपस्थित थे।

नक्सलियों ने बिछाया था आईडी, चपेट में आने से ग्रामीण की मौत

कांकेर (आरएनएस)। नक्सलियों द्वारा लगा आईईडी ब्लास्ट के चपेट में आने से गुरुवार को एक ग्रामीण की मौत हो गई। वहीं घटना स्थल पर एक और जिंदा बम होने की सूचना मिली है। आमाबेड़ा थाना क्षेत्र के उसेली गांव में माओवादियों ने सुरक्षा बल को नुकसान पहुंचाने के उद्देश्य से जंगल में आईईडी लगाया था। लेकिन गुरुवार को गाय चराने जंगल गया ग्रामीण शोभसिंह सलाम उसकी चपेट में आ गया और मौके पर ही उसकी मौत हो गई। घटना की पुष्टि पुलिस अधीक्षक कीर्तन राठौर ने की है।

पॉवर कंपनी में डाटा एंट्री आपरेटर भर्ती के लिए ऑन लाईन परीक्षा का आयोजन

रायपुर (आरएनएस)। छत्तीसगढ़ स्टेट पॉवर होल्डिंग कंपनी द्वारा डाटा एंट्री आपरेटर के पद पर भर्ती हेतु ऑन लाईन परीक्षा (कम्प्यूटर बेस्ड टेस्ट) का आयोजन 21 से 24 अगस्त एवं 26 से 27 अगस्त 2019 को दो पॉली में प्रातः 9 से 12 बजे एवं दोपहर 2 से 5 बजे तक किया गया है। इसमें शामिल होने वाले अभ्यार्थियों को बुलावा पत्र (ई एडमिट कार्ड) उनके ई-मेल पते पर प्रेषित कर दिये गये हैं। इसके अलावा पॉवर कंपनी की वेबसाइट डब्लूडब्लूडब्लू डॉट सीएसपीसी डॉट सीओ डॉट आईएन, से भी बुलावा पत्र डाउनलोड किया जा सकता है। उक्त जानकारी अतिरिक्त महाप्रबंधक (जनसम्पर्क) विजय मिश्रा ने दी। उन्होंने बताया कि अभ्यार्थियों को बुलावा पत्र अप्राप्त होने, डाउनलोड न होने अथवा अन्य किसी भी प्रकार की विसंगति या कठिनाई होने की स्थिति के निराकरण हेतु रायपुर डंगनिया मुख्यालय स्थित महाप्रबंधक (मानव संसाधन) कार्यालय एवं बिलासपुर तिफरा स्थित कार्यपालक निदेषक (बिलासपुर क्षेत्र) कार्यालय में सुविधा केन्द्र की स्थापना की गई है। ये सुविधा केन्द्र 20 से 26 अगस्त 2019 की अवधि में अभ्यार्थियों के लिये प्रातः 10.00 से दोपहर 1.00 बजे तक खुले रहेंगे। समस्त अभ्यार्थी उक्त केन्द्रों से आन लाईन आवेदन की पॉवती, फोटो पहचान पत्र, प्रमाण पत्रों की प्रति के साथ स्वयं उपस्थित होकर उम्मीदवार बुलावा पत्र से संबंधित कठिनाईयों का निराकरण करा सकते हैं।

शान से लहराया तिरंगा : मुख्यमंत्री ने रायपुर के पुलिस परेड ग्राउण्ड में किया ध्वजारोहण

रायपुर (आरएनएस)। मुख्यमंत्री भूपेश बघेल ने 73वें स्वतंत्रता दिवस के अवसर पर आज राजधानी रायपुर के पुलिस परेड ग्राउण्ड में आयोजित राज्य स्तरीय मुख्य समारोह में राष्ट्रीय ध्वज फहराया और परेड की सलामी ली। मुख्यमंत्री ने आम जनता के नाम अपने संदेश का वाचन किया। इस दौरान उन्होंने परेड का निरीक्षण किया और हर्षोल्लास के प्रतीक स्वरूप रंग-बिरंगे गुब्बारें आकाश में छोड़े। सशस्त्र बलों के द्वारा इस अवसर पर हर्ष फायर किया गया। मुख्यमंत्री ने समारोह में परेड और सांस्कृतिक कार्यक्रम में उत्कृष्ट प्रदर्शन करने वालों को पुरस्कृत किया।

मुख्यमंत्री ने समारोह में स्वतंत्रता संग्राम सेनानी डॉ. महादेव प्रसाद पाण्डेय को शाल फल से सम्मानित किया। समारोह में परेड कमांडर जितेन्द्र शुक्ला के नेतृत्व में सशस्त्र बलों और एनसीसी, स्काउट, गाईड, एनएसएस, अश्वरोही दल और अतिथि के तौर पर शामिल आंध्रप्रदेश स्पेशल पुलिस एवं अन्य बटालियनों द्वारा आकर्षक मार्च पास्ट किया गया। समारोह में उत्कृष्ट परेड के लिए केन्द्रीय बल के अंतर्गत पहला पुरस्कार केन्द्रीय रिजर्व पुलिस बल, दूसरा पुरस्कार सीमा सुरक्षा बल और तीसरा पुरस्कार केन्द्रीय औद्योगिक सुरक्षा बल को मिला। इसी तरह राज्य सुरक्षा बल के अंतर्गत पहला पुरस्कार छत्तीसगढ़ सशस्त्र महिला बल, दूसरा पुरस्कार अतिथि के तौर पर शामिल आंध्रप्रदेश स्पेशल पुलिस और तीसरा पुरस्कार छत्तीसगढ़ सशस्त्र पुरूष बल को मिला। जुनियर विंग में पहला पुरस्कार एनसीसी सीनियर गर्ल्स, दूसरा पुरस्कार एनसीसी सीनियर बॉयस और तीसरा पुरस्कार एनसीसी नेवल यूनिट को मिला।

समारोह में देश भक्ति पर आधारित रंगारंग सांस्कृतिक कार्यक्रम प्रस्तुत किए गए। इसमें पहला पुरस्कार उत्तरी क्षेत्र बिलासपुर संभाग के स्कूली बच्चों को, दूसरा पुरस्कार दक्षिणी क्षेत्र बस्तर संभाग और तीसरा पुरस्कार मध्य क्षेत्र रायपुर संभाग के स्कूली बच्चों को मिला। विशेष आकर्षण पोटाकेबिन नारायणपुर रामकृष्ण आश्रम आवासीय विद्यालय के बच्चों के द्वारा प्रस्तुत मलखम्ब प्रदर्शन रहा। उल्लेखनीय है कि ये बच्चे जापान में होने वाले ओलम्पिक खेलों में अपनी प्रतिभा का प्रदर्शन करेंगे।

इस अवसर पर वरिष्ठ जनप्रतिनिधि, गणमान्य नागरिक, वरिष्ठ प्रशासनिक एवं पुलिस अधिकारी सहित बड़ी संख्या में आमजन एवं स्कूल एवं कॉलेजों के विद्यार्थी उपस्थित थे।

13 अधिकारियों को पुलिस वीरता पदक और 10 को भारतीय पुलिस पदक

रायपुर (आरएनएस)। मुख्यमंत्री भूपेश बघेल ने आज यहां पुलिस परेड ग्राउंड में स्वतंत्रता दिवस के मुख्य समारोह में उल्लेखनीय कार्य करने वाले पुलिस और जेल विभाग के 35 अधिकारियों को पुरस्कृत किया। उन्होंने पुलिस विभाग के 13 अधिकारियों को पुलिस वीरता पदक और 10 अधिकारियों को भारतीय पुलिस पदक प्रदान किया। भारतीय पुलिस सेवा के सेवानिवृत्त अधिकारी पूर्व उप पुलिस महानिरीक्षक एस.एस. सोरी को विशिष्ट सेवा के लिए राष्ट्रपति के विशिष्ट सेवा पदक से सम्मानित किया गया।

पुलिस वीरता पदक से सम्मानित होने वालों में निरीक्षक प्रकाश राठौर, ई.ओ.डब्ल्यू. में पुलिस अधीक्षक आई.के. एलेसेला, निरीक्षक अब्दुल समीर, सहायक उपनिरीक्षक हनीफ खान, उपनिरीक्षक शहीद पुष्पराज नागवंशी, निरीक्षक सर्व निलेश पाण्डेय, देवेन्द्र दर्रो, संग्राम सिंह ध्रुर्वे, आरक्षक शहीद आदित्यशरण प्रताप सिंह, उपनिरीक्षक शहीद मूलचंद कंवर, उप पुलिस अधीक्षक आकाश राव गिरेपुंजे, निरीक्षक सोनल ग्वाला तथा अतिरिक्त पुलिस अधीक्षक अनिल कुमार सोनी शामिल हैं।

मुख्यमंत्री ने स्वतंत्रता दिवस समारोह में रेल पुलिस अधीक्षक मती मिलना कुर्रे, सेनानी मनोज कुमार खिलारी, उप पुलिस अधीक्षक नजमुस साकिब, कंपनी कमांडर मोहन सिंह, प्लाटून कमांडर इस्तेफन कुजूर, सहायक उप निरीक्षक बलराम बघेल, सहायक प्लाटून कमांडर ओंकार दास साहू, प्रधान आरक्षक सर्व ताज खान, संजय सिंह बघेल और मती जुलेखा बेगम को भारतीय पुलिस पदक से अलंकृत किया।

छत्तीसगढ़ अब 28 जिलों का राज्य बना : मुख्यमंत्री भूपेश बघेल ने की घोषणा : नया जिला गौरेला-पेंड्रा-मरवाही के साथ ही बनेंगी 25 नई तहसील

रायपुर (आरएनएस)। छत्तीसगढ़ के मुख्यमंत्री भूपेश बघेल ने आज स्वतंत्रता दिवस के मौके पर प्रदेशवासियों को कई महत्वपूर्ण सौगात दी। मुख्यमंत्री ने प्रदेश में एक नए जिले के निर्माण की घोषणा की। यह जिला 'गौरेला- पेण्ड्रा-मरवाही' के नाम से जाना जाएगा। इस तरह अब छत्तीसगढ़ 28 जिलों का राज्य बन जाएगा। इसके साथ ही उन्होंने 25 नई तहसीलें भी बनाने की घोषणा की। मुख्यमंत्री ने प्रदेश निवासी अनुसूचित जनजाति को 32 प्रतिशत, अनुसूचित जाति को 13 प्रतिशत तथा अन्य पिछड़ा वर्ग को 27 प्रतिशत आरक्षण प्रदान करने की घोषणा के साथ ही सरकार की तरफ से गौठान समितियों को प्रतिमाह 10 हजार रूपए की सहायता और लेमरू एलीफेंट रिजर्व बनाने की घोषणा भी इस अवसर पर की। प्रदेश को कुपोषण और एनीमिया से मुक्त कराने गांधी जयंती 2 अक्टूबर से प्रदेश में सुपोषण अभियान के शुभारंभ की घोषणा भी की।

मुख्यमंत्री बघेल स्वतंत्रता दिवस की 72वीं वर्षगांठ पर आज यहां राजधानी रायपुर के पुलिस परेड ग्राउण्ड में आयोजित मुख्य समारोह में ध्वजारोहण कर परेड की सलामी ली। उन्होंने प्रदेश की जनता को स्वतंत्रता दिवस की बधाई और शुभकामनाएं दी। मुख्यमंत्री ने प्रदेशवासियों को रक्षाबंधन और भोजली पर्व की शुभकामनाएं भी दी। बघेल ने अपने संदेश में कहा कि जनता को विभिन्न लोकतांत्रिक और मौलिक अधिकारों से सशक्त करना भी हमारी विरासत है। भारत में आज जनता को जितने भी संविधान सम्मत अधिकार प्राप्त हैं, वे हमारे महान नेताओं की देन हैं। हमारी सरकार पंचायतों, नगरीय-निकायों के सशक्तीकरण के साथ ही शिक्षा, सूचना, रोजगार, खाद्यान्न सुरक्षा जैसे तमाम अधिकारों को पुष्ट करेगी। प्रदेश के विकास में गांधी-नेहरू ने नींव रखी उस विरासत को हमें आगे बढ़ाना होगा।

मुख्यमंत्री भूपेश बघेल ने कहा कि - सरकार प्रशासन को जनहित के प्रति संवेदनशील बनाने के लिए एक ओर जहां अधिकारियों-कर्मचारियों को अपने मूल कार्यों पर ध्यान देने के लिए सचेत किया, वहीं जवाबदेही तय करने के लिए 'लोकसेवा गारंटी अधिनियम' का कड़ाई से पालन सुनिश्चित किया है। लोगों की बहु-प्रतीक्षित मांग को पूरा करते हुए एक नए जिले के निर्माण किया जाएगा। यह जिला 'गौरेला- पेण्ड्रा-मरवाही' के नाम से जाना जाएगा। इस तरह अब छत्तीसगढ़ 28 जिलों का राज्य बन जाएगा। इसके अलावा 25 नई तहसीलें भी बनाई जाएगी।

उन्होंने कहा कि प्रदेश का अनुसूचित जनजाति, अनुसूचित जाति तथा अन्य पिछड़ा वर्ग तबका काफी शांतिप्रिय ढंग से अपने अधिकारों की बात करता रहा है। उनके संविधान सम्मत अधिकारों की रक्षा करना हमारा कर्त्तव्य है। इस दिशा में एक बड़ा कदम उठाते हुए मुख्यमंत्री ने प्रदेश निवासी अनुसूचित जनजाति को 32 प्रतिशत, अनुसूचित जाति को 13 प्रतिशत तथा अन्य पिछड़ा वर्ग को 27 प्रतिशत आरक्षण प्रदान करने की घोषणा की।

नव कलेवर में निर्मित ऐतिहासिक टाउन हॉल मुख्यमंत्री भूपेश बघेल के हाथों लोकार्पित

» टाउन हॉल में जनसंपर्क विभाग की प्रदर्शनी- गढ़बो नवा छत्तीसगढ़ का हुआ शुभारंभ, समापन 21 अगस्त को

रायपुर (आरएनएस)। मुख्यमंत्री भूपेश बघेल ने नव कलेवर में निर्मित शहर ऐतिहासिक इमारत टाउन हॉल का लोकार्पण किया । इस टाउन हॉल का जीर्णोद्धार रायपुर स्मार्ट सिटी लिमिटेड ने कर इसे ऐसा स्वरूप दिया गया है कि लोक कला, रंगमंच से जुड़ी प्रतिभाओं को यहां निखारने का अवसर मिले। मुख्यमंत्री बघेल ने इस भवन का लोकार्पण उपरांत जनसंपर्क विभाग द्वारा टाउन हॉल में आयोजित गढ़बो नवा छत्तीसगढ़ छायाचित्र प्रदर्शनी का शुभारंभ किया। कार्यक्रम में मुख्यमंत्री बघेल ने वयोवृद्ध स्वतंत्रता संग्राम सेनानी पद्म डॉ. एम.पी. पांडे को शॉल व फल भेंट कर सम्मानित किया। 21 अगस्त तक आयोजित इस प्रदर्शनी में शासन की उपलब्धियों एवं भावी योजनाओं को छायाचित्र व वृत्त चित्रों के माध्यम से आकर्षक रूप में प्रस्तुत किया गया है।

इस अवसर पर महापौर प्रमोद दुबे, विधायक विकास उपाध्याय, संचालक जनसंपर्क तारण प्रकाश सिन्हा, नगर निगम आयुक्त शिव अनंत तायल, अपर आयुक्त पुलक भट्टाचार्य, रायपुर स्मार्ट सिटी लिमिटेड के महाप्रबंधक (तकनीकी) एस.के. सुंदरानी, मैनेजर (सिविल) संजय शर्मा, इतिहासकार रमेन्द्रनाथ मिश्र सहित जनसंपर्क ,नगर निगम, रायपुर स्मार्ट सिटी सहित विभिन्न विभागों के अधिकारी-कर्मचारी उपस्थित थे।

पांच जिलों के पुलिस अधीक्षक बदले गए

रायपुर (आरएनएस)। राज्य में पदस्थ पुलिस अधीक्षकों को एक बार फिर से इधर से उधर किया गया है। महासमुंद एसपी संतोष सिंह को रायगढ़ का नया पुलिस अधीक्षक बनाया गया है। वहीं एआईजी जितेन्द्र शुक्ला को महासमुंद का नया पुलिस अधीक्षक नियुक्त किया गया है। सूत्रों से मिली जानकारी के अनुसार राजेश कुकरेजा को सूरजपुर का नया पुलिस अधीक्षक बनाया गया है, राजेश कुकरेजा वर्तमान में एसटीएफ दुर्ग में पदस्थ थे। सूरजपुर के पुलिस अधीक्षक गिरजाशंकर जायसवाल को सेनानी 13वीं वाहिनी छसबल, कोरबा भेजा गया है।

अजय-काजोल की जोड़ी फिर मचायेगी धूम

बॉलीवुड के सिंघम स्टार अजय देवगन और काजोल की सुपरहिट जोड़ी फिर सिल्वर स्क्रीन पर साथ नजर आ सकती है।

अजय देवगन और काजोल फिल्म इंडस्ट्री की ऐसी जोड़ियों में गिने जाते हैं जो पर्सनल लाइफ में जितने पॉपुलर हैं उतने ही सक्सेसफुल प्रोफेशनल फ्रंट पर भी हैं। दोनों काफी समय से फिल्मों में सक्रिय हैं और कई बार साथ सिल्वर स्क्रीन शेयर करते नजर आ चुके हैं। दोनों कलाकार एक साथ फिल्म तानाजी में काम करते नजर आएंगे। अब चर्चा है कि दोनों एक कॉमेडी फिल्म में भी साथ काम करते नजर आ सकते हैं।

बताया जा रहा है कि अजय और काजोल फाइनल स्क्रिप्ट के इंतजार में हैं। माना जा रहा है कि फिल्म की कहानी एक मैच्योर कपल और उनकी आपसी समझ पर निर्भर होगी। फिल्म के टाइटल को लेकर भी विचार-विमर्श जारी है। फिल्म के लिए रोमांस और क्या, धोखा अराउंड द कॉर्नर और धोखा जैसे नामों पर चर्चा चल रही है। फिल्म की शूटिंग साल 2020 में शुरू होने की संभावना है। अजय और काजोल साथ में राजू चाचा, इश्क, गुंडाराज, प्यार तो होना ही था और दिल क्या करे जैसी कई फिल्मों में साथ नजर आ चुके हैं।

बेली डांसिंग की ट्रेनिंग ले रही हैं रकुल प्रीत

ऐक्ट्रेस रकुल प्रीत सिंह इन दिनों अपनी आने वाली फिल्म मरजावां के लिए बेली डांसिंग की ट्रेनिंग ले रही हैं। उनका कहना है कि इस कठिन डांस स्टाइल के सभी मूव्स को सही ढंग से करना आसान नहीं है।

फिल्म में एक गाने के लिए तैयारी करते हुए रकुल कहती हैं, बेली के मूव्स काफी तेज होते हैं, ऐसे में आपको इन्हें जल्दी करने की जरूरत है लेकिन इसके साथ ही इसे अच्छे से करना होता है। यह आसान नहीं है।फिल्म दे दे प्यार दे में अपने लुक्स से लोगों का दिल जीतने वाली रकुल ने आगे कहा, बेली डांसिंग वर्कआउट करने का एक और तरीका बन गया है क्योंकि यह डांस स्टाइल फिट रहने में मेरी मदद करती है। मैं हर रोज इसके लिए वक्त निकालने की कोशिश करती हूं। ऐक्ट्रेस के मुताबिक, दिन के आखिर में आपको एक टोन्ड सेक्सी पेट मिलता है तो इस पर मेहनत करना बनता है। वर्क फ्रंट की बात करें तो रकुल की आने वाली फिल्म मरजावां एक ऐक्शन-थ्रिलर मूवी है जिसमें सिद्धार्थ मल्होत्रा और रितेश देशमुख भी अहम रोल में हैं। फिल्म का डायरेक्शन मिलाप जावेरी कर रहे हैं।

अक्सर सिर दर्द से रहते हैं परेशान, हो सकती हैं ये वजहें!

भागदौड़ भरी जिंदगी में काम का तनाव और कई बार खाना स्किप हो जाने का प्रभाव हमारी सेहत पर पड़ता है. कई लोगों को अक्सर सिर दर्द की समस्या बनी रहती है. सिर दर्द भी कई तरह के होते हैं और इसके कारण भी अलग से हो सकते हैं. कुछ लोगों को सिर के एक या एक से ज्यादा भाग में साथ ही गर्दन के पिछले भाग में हल्के से लेकर तेज दर्द की समस्या रहती है तो कुछ लोगों को अलग तरह का भी सिर दर्द हो सकता है. कई बार ठीक से नींद न ले पाने के कारण, थकान और तनाव की वजह से भी सिरदर्द की समस्या हो सकती है. आइए जानते हैं सिरदर्द के प्रकार...

कई कामकाजी लोगों और आम लोगों में तनाव की वजह से सिर दर्द की समस्या सामने आ सकती है. इस तरह के सिरदर्द में दोनों तरफ या पूरा सिरदर्द होता है. यह दरअसल तनाव की वजह से मांसपेशियों के सिकुड़ने से होता है. जब आप किसी बात को लेकर ज्यादा चिंता करते हैं तो अक्सर इस सिरदर्द की समस्या सामने आती है और अपने आप ठीक भी हो जाती है.

कुछ लोगों को सिर के एक भाग में और आंखों के आसपास तेज दर्द की अनुभूति होती है. इस दौरान यदि वो कई दैनिक क्रियाकलाप या सामान्य कार्य भी करें तो यह दर्द और बढ़ जाता है. इस दर्द को अधकपारी या माइग्रेन भी कहते हैं. माइग्रेन से पीड़ित लोग ज़्यादातर अंधेरे और शांत माहौल में रहना पसंद करते हैं. यह दर्द जेनेटिक कारणों से हो सकता है.

कई बार दातों का दर्द भी सिरदर्द का सबब बन जाता है. दातों में पायरिया या जर्म्स लगने से पूरी जॉ लाइन में दर्द बना रहता है और कई बार इसी की वजह से सिरदर्द होता है. इस स्थिति में आपको तत्काल डॉक्टर से संपर्क कर उससे सलाह लेनी चाहिए ताकि आपको उचित इलाज मिल सके.