

संक्षिप्त समाचार

आदि कर्मयोगी अभियान के
सम्बंध में 3 दिवसीय
कार्यशाला आज से

खण्डवा । आदि कर्मयोगी अभियान के तहत मास्टर ट्रेनर्स के लिए 3 दिवसीय आवासीय प्रशिक्षण कार्यशाला का आयोजन 3 से 5 सितंबर तक किया गया है। सहायक आयुक्त जनजातीय कार्य विभाग श्री सतोष शुक्ला ने बताया कि यह प्रशिक्षण सह कार्यशाला ग्रामीण स्वरोजगार प्रशिक्षण संस्थान, आरसेरसी में आयोजित की गई है। जिले के सभी विकासखंडों के मास्टर ट्रेनर्स को इस कार्यशाला में 3 सितंबर को प्रातः 9 बजे उपस्थित रहने के निर्देश दिए गए हैं।

इंदौर में नहीं होगी विधायक
निर्मला सप्रे केस की सुनवाई

इंदौर। बीना विधायक निर्मला सप्रे के दलबदल के मामले में नेता प्रतिपक्ष उमंग सिंघार की याचिका को इंदौर हाईकोर्ट ने खारिज कर दिया। सप्रे की सदस्यता रद्द किए जाने को लेकर हाईकोर्ट में दायर याचिका पर जस्टिस प्रणय वर्मा की बेंच ने अंतिम आदेश पारित किया। उच्च न्यायालय की इंदौर पीठ ने अपने क्षेत्राधिकार में विवाणीय न होने के आधार पर यह फैसला सुनाया। कोर्ट ने याचिकाकर्ता से कहा कि वे मुख्य पीठ के समक्ष दोबारा याचिका पेश करने के लिए स्वतंत्र हैं। आदेश सोमवार को जारी किया गया। नेता प्रतिपक्ष उमंग सिंघार ने रिट पिटीशन दायर की थी। इसमें कहा गया था कि कांग्रेस से निर्वाचित विधायक निर्मला सप्रे बीजेपी में शामिल हो गई हैं, लेकिन उन्होंने विधानसभा की सदस्यता से इस्तीफा नहीं दिया। याचिका में मांग की गई थी कि सप्रे ने पार्टी बदली है तो उनकी विधानसभा सदस्यता रद्द की जानी चाहिए। इसके लिए पहले विधानसभा अध्यक्ष नरेंद्र सिंह तोमर के समक्ष पत्र भेजा था लेकिन उस पर 90 दिन की तय अवधि में कोई कार्रवाई नहीं होने पर हाईकोर्ट में याचिका दायर की गई। याचिका में कहा था कि संविधान की अनुसूची 10 के अनुसार कोई विधायक दल बदलता है, उसकी विस से सदस्यता निरस्त कर दी जाती है।



माखननगर। श्री गणेश उत्सव पर नगर के वाग्रा तवा रोड पर पुरोहित परिवार द्वारा स्थापित गणेश प्रतिमा।

हमारा विद्यालय-हमारा स्वाभिमान के साथ
शिक्षक, विद्यार्थियों ने संकल्प लिया

सिवनीमालवा ■ लिंस

लोक शिक्षण संचालय मध्यप्रदेश शिक्षा विभाग के निर्देश पर हमारा विद्यालय हमारा स्वाभिमान के विचार की थीम के साथ विकासखण्ड सिवनी मालवा के शासकीय, अशासकीय विद्यालयों में शैक्षणिक गुणवत्ता, उत्कृष्ट परीक्षा परिणाम, अनुशासन, पर्यावरण सौंदर्य, छात्रों के चरित्र निर्माण, सेवा, समर्पण, संस्कार तथा भेदभाव रहित वातावरण निर्माण की दृष्टि से 01 सितम्बर 2025 को %हमारा विद्यालय हमारा स्वाभिमान के विचार, भाव को लेकर विद्यालय के शिक्षक तथा अध्ययनरत विद्यार्थियों ने एक साझा संकल्प का वाचन कर संकल्प लिया। जिसमें विद्यालय परिसर की स्वच्छता, अनुशासन तथा प्रेरणास्पद वातावरण बनाते हुए



विद्यालय की सम्पदा-संसाधन को राष्ट्रधन मानते हुए इनका संरक्षण कर भेदभाव रहित शिक्षण, आत्म विकास एवं चरित्र निर्माण, सेवा समर्पण के प्रति ध्यान आकृष्ट करने हेतु शिक्षक-शिक्षिकाएं विद्यालय में संकल्प पत्र का वाचन भी किया गया।

कार्यक्रम के सफल आयोजन के लिए जिला शिक्षा अधिकारी नर्मदापुरम ने विकासखंड नोडल अधिकारी प्राचार्य श्याम सिंह रघुवंशी, सहायक नोडल अधिकारी प्राचार्य, सुरेंद्र कुमार पाटिल नियुक्त किया गया था।

खाटू श्याम के दर्शन करने जा रहे थे राजस्थान, ट्रक की टक्कर से हुआ हादसा

ग्वालियर-झांसी हाइवे पर पलटी स्कॉर्पियो, दो की मौत, चार घायल

ग्वालियर ■ लिंस

ग्वालियर-झांसी हाईवे पर भरथरी के पास एक स्कॉर्पियो, ट्रक के कट लगने के बाद पलट गई है। हादसे में स्कॉर्पियो में सवार दो युवकों की मौत हो गई है, जबकि चार लोग घायल हुए हैं। घटना सोमवार शाम की बताई जा रही है। मंगलवार को पोस्टमॉर्टेम के बाद शव ग्वालियर से झांसी भेजे गए। हादसे में घायलों का इलाज चल रहा है। जानकारी के अनुसार मृतक और घायल सभी झांसी के रहने वाले हैं। यह सभी सोमवार को झांसी से खाटू श्याम बाबा के दर्शन करने राजस्थान के लिए निकले थे। ग्वालियर पुलिस

ने आरोपी की तलाश शुरू कर दी है। घायलों का इलाज चल रहा है।

साथियों संग खाटू श्याम जा रहे थे दोनों: यूपी के झांसी निवासी सिद्धार्थ उर्फ सुभाष गुप्ता (32) एक निजी कंपनी में कर्मचारी हैं। वह अपने साथी शुभम उर्फ भरत नामदेव (31), मनीष उर्फ पप्पू यादव, अभिषेक यादव, राजाअली और शक्ति सिंह राजपूत के साथ सोमवार झांसी से खाटू श्याम के दर्शन करने के लिए स्कॉर्पियो से निकले थे। साढ़े चार बजे के करीब वह भरथरी पुल के पास डबरा हाईवे पर खालसा बाबा के सामने पर पहुंचे ही थे कि तभी तेज रफ्तार ट्रक ने



ओवरटेक करने की जल्दबाजी में उनकी कार में कट मारी। स्पीड ज्यादा होने पर कट लगते ही

स्कॉर्पियो बेकाबू होकर पहले डिवାଇडर से टकराई फिर दूसरी ओर जाकर पलट गई। हादसे की जल्दबाजी में उनकी कार में कट मारी। स्पीड ज्यादा होने पर कट लगते ही

स्कॉर्पियो बेकाबू होकर पहले डिवାଇडर से टकराई फिर दूसरी ओर जाकर पलट गई। हादसे की जल्दबाजी में उनकी कार में कट मारी। स्पीड ज्यादा होने पर कट लगते ही

नदियों में उफान, शाजापुर में स्कूल बस फंसी

टीकमगढ़ में 20 लोगों का रेस्क्यू,
नर्मदापुरम में तवा डैम के 3 गेट खोले

शाजापुर ■ लिंस

स्ट्रॉंग सिस्टम के एक्टिव होने से मध्यप्रदेश में एक बार फिर तेज बारिश का दौर शुरू हो गया। मंगलवार को भोपाल, नर्मदापुरम, शाजापुर समेत कई जिलों में पानी गिरा। शाजापुर जिले के अकोदिया में भारी बारिश के बाद खारसोदा मार्ग की पुलिया डूब गई। यहां आवागमन बंद हो गया। एक स्कूल बस भी फंस गई। निचली बस्त्रियों में पानी भर गया। नर्मदापुरम जिले के इटारसी में रुक-रुक कर तेज और रिमझिम बारिश हो रही है। जलस्तर बढ़ने पर तवा डैम के 3 गेट दो-दो फीट की ऊंचाई तक खोले गए हैं। यह इस सीजन में दूसरी बार है, जब बांध के गेट खोले गए हैं। मऊगंज और पिपरिया में भी पानी गिरा। मौसम विभाग ने 15 जिलों में बारिश का अलर्ट जारी किया है।

टीकमगढ़ में 20 लोगों का रेस्क्यू: इससे पहले सोमवार देर शाम टीकमगढ़ में 20 लोग धसान नदी के बरा घाट पर फंस गए थे। पुलिस और एसडीआरएफ की टीम ने उनको सुरक्षित रेस्क्यू किया। ये सभी कुडीला थाना क्षेत्र के निवासी हैं। धसान नदी में



रतलाम में गांव डूबा, मुरैना में तिरपाल के नीचे अंतिम संस्कार

मानसून ट्रफ की एक्टिविटी इस समय प्रदेश में है। सोमवार को सबसे ज्यादा दमोह में 2.3 इंच पानी गिरा गया। रतलाम-दतिया में डेढ़ इंच, ग्वालियर में पौन इंच और भोपाल में आधा इंच बारिश हो गई। बैतुल, इंदौर, पचमढ़ी, गुना, शाजापुर, भिंड, निवाड़ी, छतरपुर, बालाघाट, मंडसौर, सतना, नर्मदापुरम, शिवपुरी, छिंदवाड़ा, जबलपुर, नोगांव, सागर, सिवनी, सीधी, टीकमगढ़, उमरिया, बालाघाट में भी बारिश का दौर बना रहा।

रेत का अवैध खनन करने गए थे। इसी दौरान जलस्तर बढ़ने से फंस गए थे। मौसम विभाग के मुताबिक, जिन जिलों में अगले 24 घंटे के दौरान ड्राई से साढ़े 4 इंच तक बारिश हो सकती है, उनमें उज्जैन, रतलाम, आगर-मालवा, राजगढ़, गुना, शिवपुरी, धार, बुरहानपुर,

खंडवा, हरदा, कटनी, उमरिया, शहडोल, डिंडोरी और अनुपपुर शामिल हैं। भोपाल, इंदौर, जबलपुर, ग्वालियर में भी बारिश का दौर जारी रह सकता है। मुरैना के अंबाह में तिरपाल ढांककर अंतिम संस्कार किया गया। दमोह में एक मकान गिर गया। मलबे में दबने से

दमोह में सबसे ज्यादा 2.6
इंच पानी गिरा

पिछले 24 घंटे के दौरान मध्यप्रदेश के 32 से अधिक जिलों में बारिश का दौर रहा। सबसे ज्यादा दमोह में 2.6 इंच पानी गिर गया। रतलाम, श्यापुर-दतिया में डेढ़ इंच, ग्वालियर में सवा इंच, गुना में 1 इंच और भोपाल में आधा इंच बारिश हो गई। सिवनी, बैतुल, मंडला, रायसेन, छतरपुर, शिवपुरी, टीकमगढ़, सीधी, इंदौर, सागर, नर्मदापुरम, उमरिया, जबलपुर, खंडवा, सतना, छिंदवाड़ा, बालाघाट, नरसिंहपुर, भिंड, निवाड़ी, मंडसौर, शाजापुर, राजगढ़, सीहोर, विदिशा समेत कई जिलों में हल्की बारिश का दौर जारी रहा।

एक व्यक्ति की मौत हो गई। उसकी पत्नी घायल है, जिसे अस्पताल ले जाया गया। भोपाल में रुक-रुककर कभी तेज तो कभी रिमझिम बारिश जारी रही। रतलाम के धोलावाड़ डैम के तीन गेट खोलने पड़े। पलसोड़ा गांव पानी में पूरी तरह डूब गया। लोग छतों पर चढ़कर बैठे रहे। उसरागर और अमलेटा गांव के बीच नाले की पुलिया धंसने से ट्रैफिक रुक गया।



पुलिस ने 13 वाहनों पर किया 4900 का चालान

माखननगर। वाहन चालकों को ट्रैफिक नियमों का पालन कराने और उनकी सुरक्षा के मद्देनजर माखननगर पुलिस लगातार चलाती कार्यवाही कर रही है। इसी के तहत सोमवार को थाने के सामने स्टेट हाईवे पर वाहन चैकिंग शुरू की गई और 13 दो व चार पहिया वाहन पर चालानी कार्यवाही कर 4900 रुपये का राजस्व बसुला गया।

दसवीं पर बाबा रामदेव की
संगीतमय भव्य शोभायात्राबाबा रामदेव के मधुर भजन संगीत के साथ नृत्य करते
निकले सैकड़ों महिला पुरुष श्रद्धालु गण

सिवनीमालवा ■ लिंस

नगर में मंगलवार दशमी तिथि को बाबा रामदेव की संगीत मय दोपहर तीन बजे से हनुमान मंदिर के पास सरस्वती परिसर से सैकड़ों की संख्या में श्रद्धालु महिला पुरुष और बच्चे रामदेव बाबा के मधुर संगीत में भजनों पर नाचते गाते ढोल नगाड़ों के साथ प्रारम्भ हुई। जो नगर के मुख्य मार्ग रेंज ऑफिस चौक कल्लू चौक गांधी चौक जय स्वंभ चौक नए बस स्टैंड बानापुरा होते हुए निकली जिसका श्रद्धालुओं द्वारा जगह जगह पुष्पवर्षा

कर स्वागत किया गया। स्वागत के साथ श्रद्धालुओं ने बाबा रामदेव की पूजन आरती किया। शोभायात्रा के साथ श्रद्धालु गीतों और बाबा के भजनों पर नाचते हुए चल रहे थे। श्रद्धालु बाबा रामदेव की ध्वजा अपने बच्चे रामदेव बाबा के मधुर संगीत में भजनों पर नाचते गाते ढोल नगाड़ों के साथ प्रारम्भ हुई। जो नगर के मुख्य मार्ग रेंज ऑफिस चौक कल्लू चौक गांधी चौक जय स्वंभ चौक नए बस स्टैंड बानापुरा होते हुए निकली जिसका श्रद्धालुओं द्वारा जगह जगह पुष्पवर्षा

इंदौर के कार्टूनस्ट को सुप्रीम कोर्ट से अग्रिम जमानत
कोर्ट ने कहा- जांच में सहयोग
नहीं किया तो होगी निरस्त

इंदौर ■ लिंस

इंदौर के कार्टूनस्ट हेमंत मालवीय को सुप्रीम कोर्ट ने मंगलवार को शर्तों के साथ अग्रिम जमानत (पंटीसिपेट्री बेल) दे दी। हालांकि कोर्ट ने मालवीय को पुलिस जांच में सहयोग करने का निर्देश दिया है। कोर्ट ने निर्देश दिए कि जांच में सहयोग नहीं करने पर जमानत रद्द की जा सकती है। मालवीय पर आरोप है कि उन्होंने प्रधानमंत्री मोदी और राष्ट्रीय स्वयंसेवक संघ (आरएसएस) का विवादित कार्टून बनाकर सोशल मीडिया पर वायरल किया था। इससे पहले 23 अगस्त को सुप्रीम कोर्ट के निर्देश पर मालवीय ने सोशल मीडिया पर माफ़ी भी मांगी थी। इसके बाद मंगलवार को सुनवाई करते हुए सुप्रीम कोर्ट ने अग्रिम जमानत दे दी।

पीएम को इंजेक्शन लगाते हुए दिखाया था: एफआईआर के अनुसार, मालवीय के कार्टून में आरएसएस की वर्दी पहने एक व्यक्ति को शर्द उतारते हुए और प्रधानमंत्री मोदी को इंजेक्शन लगाते हुए दिखाया गया था। इस कार्टून से



कोर्ट ने दस दिन में माफ़ीनामा लिखने को कहा। सुप्रीम कोर्ट में इस मामले में सुनवाई हुई। मालवीय ने कोर्ट में कहा कि वह आरएसएस और प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी का अशोभनीय व्यंग्य चित्र बनाने के लिए फ़ैसबुक, इंस्टाग्राम और अन्य सोशल मीडिया प्लेटफॉर्म पर माफ़ीनामा प्रकाशित करेंगे। यह सुनवाई 19 अगस्त को हुई। इस पर सुप्रीम कोर्ट ने दस दिन में माफ़ीनामा प्रकाशित करने का निर्देश दिया।

भावनाएं आहत होने पर इंदौर के विनय जोशी ने पुलिस से शिकायत कर दी थी। पोस्ट में कथित तौर पर भगवान शिव से जुड़ी टिप्पणियां भी थीं, जिन्हें उच्च न्यायालय ने अपमानजनक पाया।

रियलिटी शो की शूटिंग से गांव में गंदगी
सीहोर में पंचायत को राजस्व नहीं,
तालाब में फेंका कचरा, सड़कें भी टूटीं

सीहोर ■ लिंस

सीहोर के बमुलिया गांव में रियलिटी शो खीरियां चली गांव की की शूटिंग डेढ़ महीने से जारी है। शूटिंग यूनिट ने पंचायत के खेल मैदान, मंदिर और सरकारी स्कूल का उपयोग किया। लेकिन पंचायत को कोई कर नहीं दिया गया। शूटिंग यूनिट की लापरवाही से गांव को नुकसान हो रहा है। यूनिट से निकलने वाला कचरा बमुलिया और शिकारापुर तालाब के पास फेंका जा रहा है। इससे तालाब का पानी प्रदूषित हो रहा है। ग्रामीण आकाश परमार के अनुसार, तालाब का पानी

ग्राम पंचायतों के राजस्व
में कोई वृद्धि नहीं

पिछले कुछ वर्षों में सीहोर की प्राकृतिक लोकेशन फ़िल्म और वेब सीरीज निर्माताओं को आकर्षित कर रही है। यहां शूट की गई फ़िल्में देश-विदेश में नाम कमा रही हैं। लेकिन इससे ग्राम पंचायतों के राजस्व में कोई वृद्धि नहीं हुई है। उक्त गंदगी और सड़कों की टूट-फूट से ग्रामीण नाराज हैं। सरपंच और सावित्री ने भी इस मामले में कोई आपत्ति दर्ज नहीं की है। मवेशी पोते हैं। प्लास्टिक और बचा हुआ खाना तालाब में फेंकने से मवेशियों को जान को खतरा है।

इस प्रकार करें ब्यूटी प्रोडक्ट का बेहतर इस्तेमाल

बसूरती निखारने आप घरेलु नुस्खे भी आजमा सकती हैं। हमेशा महंगे उत्पाद खरीदने की जरूरत नहीं है। मस्कारा व आईलाइनर सूख जाए या फिर खत्म होने की स्थिति में हो तो उसे हल्के गर्म पानी में रखें या कॉन्टेक्ट लेंस सॉल्यूशन की कुछ बूंदें डालकर उनको आप एक बार फिर इस्तेमाल कर सकती हैं। मेकअप



हटाने के लिए रिमूवर व क्लीजिंग मिलक की जगह नारियल तेल , बेबी ऑयल या फिर दूध का उपयोग किया जा सकता है। फाउंडेशन वाला स्पंज अगर खराब हो गया है तो ब्रश से भी फाउंडेशन लगा सकती हैं। ब्रश से उसे फैलाएं, फिर टिश्यू पेपर को हल्का गीला करके उसको एक सार करें।

डार्क शेड के फाउंडेशन को अपनी स्किन टोन से मिलाने के लिए फाउंडेशन और मॉइश्चराइजर के साथ इसे मिलाएं। लिप बाम बनाने के लिए बची हुए लिपस्टिक किसी स्टिक से निकाल लें फिर उसे माइक्रोवेव में मेल्ट कर लें। फिर उसे एक बाउल में निकाल लें। फिर इसे लिप बाम की तरह इस्तेमाल करें।

स्क्रब खत्म हो जाए तो नया स्क्रब खरीदने की जगह ब्राउन शुगर और शहद को आपस में मिला कर स्क्रब बनाएं। गालों की ललिमा को बनाए रखने के लिए ब्लशऑन की जगह पिंक लिपस्टिक का भी इस्तेमाल कर सकती हैं। अगर वॉक्स में ड्राई आईशेडो टूट गया है तो इसे जोड़ने के लिए उसमें एल्कोहल की कुछ बूंदें डालकर मिलाएं और उसी डिब्बी में जमा कर रखें। टूटे कॉन्टैक्ट को एक डिब्बी में एक साथ रख लें। फिर उसे इस्तेमाल करें। टूटी हुई लिपस्टिक को जोड़ने के लिए उसे थोड़ा गर्म करे या फिर हेयर ड्रायर चला कर टूटे हिस्सों को जोड़ दें।



आभूषण के संदेश को भी समझें

आभूषण नारी को हमेशा प्रिय रहे हैं। इससे नारी का सौंदर्य कई गुना बढ़ जाता है। आभूषण सुंदरता बढ़ाने के साथ ही उसे स्वस्थ भी रखते हैं। हर आभूषण के अंदर एक गुण सन्देश छिपा है। सभी महिलाओं को चाहिये की आभूषण धारण करने के साथ ही आभूषण के अन्तर्गत निहित अर्थ संदेश को भी हृदयगम करे, ताकी उस आभूषण नाम सार्थक हो सके

काजल - शील का जल

आंखों में रखें

नथ - मन को नियन्त्रित

रखें, जिससे नाक ऊंची रहे

टीका - बुराई छोड़ दे

बिंदी - ध्यान रखें यश का ही

टीका लगे

वंदनी - पति एवं गुरुजनों की वन्दना करें

कर्ण फूल - कानों से दूसरों की प्रशंसा

सुनें



कण्ठहार - पति के कण्ठ का हार बनें

कड़े - किसी से कड़ी बात न बोलें

छल्ले - किसी से छल न करें

करधनी या कमरबंद - सत्कर्मा के लिए

हमेशा कमर बाँधकर तैयार रहें

पायल - सभी बड़ी बूढ़ी औरतों के पाँव (

चरण) स्पर्श करें

मेंहदी - लाज की लाली बनायें रखें

बाहरी नहीं प्राकृतिक सुंदरता है जरूरी खतरनाक साबित हो सकता है जोड़ों का दर्द

युवतियां अपनी बाहरी सुंदरता को लेकर बेहद सजग रही हैं जो ठीक भी है पर इसके साथ ही प्राकृतिक सुंदरता पर भी ध्यान दें। बाहरी त्वचा को सुंदर बनाने के फेर में हम प्राकृतिक सुंदरता का अहसास नहीं कर सकते। अगर आप सचमुच उस प्राकृतिक सुंदरता को पाना चाहती हैं तो अपने अंदर की असली सुंदरता को पहचानें। अपनी जिंदगी में सभी चीजों के बीच संतुलन कायम करने का सफल प्रयास करें। इससे न केवल आप खुश रहेंगे बल्कि आप स्वस्थ भी महसूस करेंगे। इससे आपके अंदर की असली सुंदरता स्वयं निखरकर बाहर आ जाएगी और आप पहले से कहीं ज्यादा सुंदर दिखाई देंगी। इसे ऐसे हासिल करें।

तुलना न करें

जहां बात आती है अपने सुंदर दिखने की तो हम अक्सर दूसरे लोगों से अपनी तुलना करने लग जाते हैं जबकि यह सही नहीं है। अपनी सुंदरता को लेकर दूसरों से अपेक्षा पर निर्भर रहने की बजाय स्वयं उस आंतरिक सुंदरता का दिदार करें। आपकी सुंदरता को निहारने का सबसे पहला अधिकार आपका ही है। इसलिए अपने अंदर की सुंदरता को पहचानें और उससे प्यार करें। आपका खुद के साथ संतुष्ट होना बहुत आवश्यक है क्योंकि इससे आप स्वयं का बहुत ज्यादा ध्यान रखना शुरू कर देंगी।

इसके अलावा खुद को पसंद करना एक महिला के लिए इसलिए भी जरूरी है क्योंकि इसके माध्यम से वह अपने अंदर छुपी एक ऐसी नारी की पहचान कर लेती है जो पुरुषों को आकर्षित करने का प्रयास नहीं करती, बल्कि असली वास्तविकता से जुड़ी है। यह



बिल्कुल मायने नहीं रखता कि कोई पुरुष आपको पसंद करे या न करें। स्वयं के अंदर असली रूप में मौजूद सुंदरता से प्यार करें क्योंकि इससे होने वाली अंदरूनी खुशी के कारण बाहरी सुंदरता भी अपने आप खिल उठती है।

नारीत्व गुण कायम रखें

अक्सर पुरुष उन्हीं महिलाओं को ज्यादा देखना पसंद करते हैं जो नारीत्व गुण से जुड़ी हुई हैं। जिस नारी के अंदर नारीत्व गुण बना हुआ है, वह आज भी बहुत ज्यादा सुंदर दिखाई देती है। क्योंकि नारीत्व गुण खत्म नहीं हुआ है, यह आज भी मौजूद है। माना कि इसमें त्याग है, सहनशीलता है लेकिन यह बहुत ज्यादा मजबूत है। सबसे ज्यादा आकर्षित होता है एक औरत का उत्साह जिसके बल पर वह अपने को मजबूत महसूस करती है। आप जितना ज्यादा अपनी नारी शक्ति का समर्थन करती है यह उतनी ही ज्यादा आपको मजबूती प्रदान करती है।

अक्सर लोगों को कमर में अकड़न, पीठ और जोड़ों में दर्द की शिकायत रहती है और वे इसे नजरअंदाज कर देते हैं पर ऐसा करना आपकी सेहत के लिए खतरनाक साबित हो सकता है। अगर जोड़ों के दर्द के कारण आपकी रात में तीन-चार बजे आपकी नींद खुल जाती है और आप असहज महसूस करते हैं, तो डॉक्टर से सलाह लीजिए क्योंकि आपको स्पाइडलाइटिस की शिकायत हो सकती है। स्पाइडलाइटिस से हृदय, फेफड़े और आंत समेत शरीर के कई अंग प्रभावित हो सकते हैं। स्पाइडलाइटिस को नजरंदाज करने से गंभीर रोगों का खतरा पैदा हो सकता है। इससे बड़ी आंत में सूजन यानी कोलाइटिस हो सकता है और आंखों में संक्रमण हो सकता है। स्पाइडलाइटिस एक प्रकार का गठिया रोग है। इसमें कमर से दर्द शुरू होता है और पीठ और गर्दन में अकड़न के अलावा शरीर के निचले हिस्से जॉन्ट, घुटना व टखनों में दर्द होता है। रीढ़ की हड्डी में अकड़न बनी रही है। स्पाइडलाइटिस में जोड़ों में इन्फ्लेमेशन यानी सूजन और जलन के कारण तेज दर्द होता है। वहीं नौजवानों में स्पाइडलाइटिस की शिकायत ज्यादा होती है। आमतौर पर 45 से कम उम्र के पुरुषों और महिलाओं में स्पाइडलाइटिस की शिकायत रहती है। एंक्लोटिसिंग स्पाइडलाइटिस गठिया का एक सामान्य प्रकार है जिसमें रीढ़ की हड्डी प्रभावित होती है और कशेरुक में गंभीर पीड़ा होती है जिससे बेचैनी महसूस होती है। इसमें कंधों, कुल्हों, पसलियों, एड्रियों और हाथों व पैरों के जोड़ों में दर्द होता है। इससे आंखें, फेफड़े, और हृदय भी प्रभावित होते हैं। बच्चों में जुवेनाइल स्पाइडलाइटिस होता है जोकि 16 साल से कम उम्र के बच्चों में पाया जाता है और यह वयस्क होने तक तकलीफ देता है। इसमें शरीर के निचले हिस्से के जोड़ों में दर्द व सूजन की शिकायत रहती है। जॉन्ट, कुल्हे, घुटना और टखनों में दर्द होता है। इससे रीढ़, आंखें, त्वचा और आंत को भी खतरा पैदा होता है। थकान और आलस्य का अनुभव होता है।

स्पाइडलाइटिस मुख्य रूप से जेनेटिक म्यूटेशन के कारण होता है। एचएलए-बी जीन शरीर के प्रतिरोधी तंत्र को वाइस और बैक्टीरिया के हमले की पहचान करने में मदद करता है लेकिन जब जीन ख़ास म्यूटेशन में होता है तो उसका स्वस्थ प्रोटीन संभावित खतरों की पहचान नहीं कर पाता है और यह प्रतिरोधी क्षमता शरीर की हड्डियों और जोड़ों को निशाना बनाता है, जो स्पाइडलाइटिस का कारण होता है हालांकि अब तक इसके सही कारणों का पता नहीं चल पाया है.



मुंहासों से इस प्रकार मिलेगी राहत

मुंहासों की समस्या आम है पर इससे संदरता प्रभावित होती है। ऐसे में युवतियां इन्हें ठीक करने कोई भी घरेलू प्रयोग करने लगती हैं जो कई बार इन्हें ठीक करने की जगह और भी बढ़ा देता है। नीचू आदि लगाने से यह बढ़ भी सकते हैं। विशेषज्ञों का कहना है कि मुंहासा प्रभावित हिस्से को हाथ भी नहीं चाहिए। कई बार आंतरिक असंतुलन खासकर हार्मोन की वजह से मुंहासे निकलते हैं। आंतरिक समस्या से मुंहासे होने पर रक्त की जांच व अल्ट्रासाउंड से पता चल जाता है। मुंहासों से बचने के लिए संतुलित व स्वास्थ्यपरक आहार जैसे फलों, सब्जियों का सेवन करें। अपनी त्वचा को नियमित रूप से मॉइश्चराइज करें, जिससे त्वचा में नमी बनी रहे।

बैक्टीरिया को दूर रखने के लिए चेहरे पर कुछ क्रीम आदि लगाने समय अपने हाथ जरूर धो लें। प्रभावित हिस्से को लगातार हाथ लगाने से बैक्टीरिया के फैलने की संभावना होती है, जिससे और मुंहासे निकल सकते हैं।

टी (चाय) त्री तेल जीवाणु रोधी और एंटी फंगल होता है और यह तैलीय त्वचा के लिए उपयुक्त होता है। मुंहासों से बचने के लिए इस तेल का इस्तेमाल किया जा सकता है।

कई लोगों का मानना होता है कि मुंहासे त्वचा के अधिक तैलीय होने के कारण निकलते हैं और ऐसे में वे कटोर साबुन या स्क्रब का इस्तेमाल करना शुरू कर देते हैं जो नुकसानदेह हो सकता है क्योंकि ज्यादा ड्राई स्किन मुंहासों को और बढ़ा सकती है।

स्क्रब से मुंहासों में सूजन व लालिमापन आने की संभावना बढ़ जाती है और चेहरे में जलन महसूस हो सकती है। मुंहासों के उपचार में तीन से लेकर छह महीने तक का समय लग सकता है। ऐसे में संयम बनायें रखें। तत्काल उपाय के प्रयास में और भी घाटा हो सकता है।

चेहरे को रोजाना दो-तीन बार धोएं, अगर त्वचा में पर्याप्त मात्रा में मॉइश्चराइजर है तो फिर यह अपना ऑयल बाहर नहीं निकालता है, ऐसे में मुंहासे होने की संभावना नहीं होती है।



सांक्षिप्त समाचार

फिजियो से बोले रोहित, आओ तुम्हें घर छोड़ दूं

मुम्बई। भारतीय एकदिवसीय क्रिकेट टीम के कप्तान रोहित शर्मा बेंगलुरु में बीसीसीआई के सेंटर ऑफ एक्सिलेंस में फिटनेस टेस्ट पास करने के बाद मुंबई लौट आये हैं। इससे अब रोहित के अगले माह ऑस्ट्रेलिया के खिलाफ सीरीज में खेलने को लेकर जतायी जा रही सभी आशंकाएं दूर हो गयी हैं। रोहित के मुम्बई एयरपोर्ट पर पहुंचने ही प्रशंसक उनके स्वागत के लिए उमड़ पड़े। इसका एक वीडियो भी आया है। इसमें रोहित टीम के फीजियो अमित दुबे से मजाकिया अंदाज में कहते हैं आओ तुमको घर छोड़ दूं। इस वीडियो को जमकर लाइक किया गया है। शाल मीडिया पर फेंस का ध्यान खींच रहा है। रोहित के साथ ही तेज गेंदबाज जसप्रीत बुमराह और टेस्ट कप्तान शुभमन गिल ने भी बेंगलुरु में अपना-अपना फिटनेस टेस्ट दिया है। 138 साल के रोहित शर्मा टी20 और टेस्ट क्रिकेट से संन्यास ले चुके हैं।

बाढ़ प्रभावित पंजाब के हालात देखकर दुखी हुए शुभमन

चंडीगढ़। भारतीय टेस्ट टीम के कप्तान शुभमन गिल पंजाब में आई भीषण बाढ़ से हुई हानि को देखकर बेहद दुखी हैं। पंजाब में आई बाढ़ से तकरीबन तीन लाख से ज्यादा लोग प्रभावित हुए हैं। शुभमन का मानना है कि पंजाब इस प्राकृतिक आपदा का मजबूती के साथ मुकाबला करेगा और लोग भी इससे उबर जाएंगे। शुभमन ने सोशल मीडिया प्लेटफॉर्म पर लिखा, बाढ़ से तबाह हुए अपने पंजाब को देखकर बेहद दुख हुआ है। पंजाब हर मुसीबत से ज्यादा मजबूत है। हम इससे उबरकर फिर खड़े होंगे। मेरी प्रार्थनाएं सभी प्रभावित परिवारों के साथ हैं। मैं अपने लोगों के साथ मजबूती से खड़ा हूं।

अफगानिस्तान टीम ने भूकंप पीड़ितों को दान की मैच फीस

शांजा। यहां अभी त्रिकोणीय क्रिकेट सीरीज खेल रही अफगानिस्तान क्रिकेट टीम के खिलाड़ियों ने अपने देश में आये भूकंप पर दुख जताते हुए पीड़ितों के लिए मैच फीस की पूरी राशि ही दान कर दी है। इन खिलाड़ियों ने भूकंप पीड़ितों के लिए दुआएं भी की हैं। खिलाड़ियों ने कहा है कि वे संयुक्त अरब अमीरात (यूएई) के खिलाफ मिली मिली मैच फीस की राशि दान कर देंगे। पूरी मैच फीस के साथ ही खिलाड़ियों ने निजी तौर पर भी सहायता राशि दी है। अफगानिस्तान और यूएई के खिलाड़ियों ने मैच से पहले जान गंवाने वाले लोगों की याद में कुछ दूर के लिए मौन भी रखा।

व्यापार समाचार

अकाउंट एग्रीगेटर से वित्तीय समावेशन और डिजिटल इन्फ्रास्ट्रक्चर मजबूत

नई दिल्ली। वित्त मंत्रालय ने बताया कि अकाउंट एग्रीगेटर (एए) प्रणाली ने भारत में सुक्ष्म, लघु एवं मध्यम उद्यम (एमएसएमई) तथा व्यक्तिगत ऋण की पहुंच को बेहतर बनाने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाई है। इसे 2 सितंबर 2021 को आधिकारिक तौर पर शुरू किया गया था, जबकि भारतीय रिजर्व बैंक ने 2016 में इसके लिए दिशा-निर्देश जारी किए थे। यह एक डिजिटल फ्रेमवर्क है जो वित्तीय डेटा को सुरक्षित और सहमति-आधारित तरीके से साझा करने की सुविधा प्रदान करता है। इससे बैंकिंग, बीमा, पेंशन और प्रतिभूति जैसे क्षेत्रों में डेटा साझा करना सरल और सुरक्षित हो गया है। इस पहल से भारत का डिजिटल सार्वजनिक बुनियादी ढांचा (डीपीआई) मजबूत हुआ है।

डिक्सन बना भारत का सबसे बड़ा स्मार्टफोन निर्माता

नई दिल्ली। डिक्सन टेक्नोलॉजीज के नेतृत्व में भारतीय स्मार्टफोन मैन्युफैक्चरिंग कंपनियों ने वैश्विक डिग्नो को पीछे छोड़ते हुए उत्पादन में बड़ा हिस्सा हासिल कर लिया है। एक अध्ययन के अनुसार, अप्रैल-जून 2025 तिमाही में घरेलू कंपनियों का कुल उत्पादन हिस्सा 36 फीसदी तक पहुंच गया, जो पिछले साल इसी अवधि में सिर्फ 9 फीसदी था। डिक्सन ने इस तिमाही में 22 फीसदी बाजार हिस्सेदारी हासिल कर सैमसंग, फॉक्सकॉन और वीवो जैसे डिग्नो को पीछे छोड़ दिया। यह 196 फीसदी की तेज वृद्धि दर्शाता है। डिक्सन 70 मिलियन फोन सालाना उत्पादन क्षमता वाले नए प्लांट पर भी काम कर रहा है, जिससे उसकी उत्पादन क्षमता और बढ़ेगी।

इलेक्ट्रिक स्कूटर रेंज की रीढ़ साबित होगा ईएल प्लेटफॉर्म

नई दिल्ली। एथर एनर्जी कंपनी ने अपने बहुप्रतीक्षित ईएल प्लेटफॉर्म से पर्दा हटा दिया है। इसके बारे में एथर का कहना है कि यह नेक्स्ट-जनरेशन प्लेटफॉर्म उसकी आने वाली इलेक्ट्रिक स्कूटर रेंज की रीढ़ साबित होगा। इसके तहत कंपनी फैमिली स्कूटर, मैक्सि-स्कूटर और स्पोर्ट्स परफॉर्मंस डीवी लॉन्च करेगी। इस मीक पर एथर ने ईएल 01 कॉन्सेप्ट भी दिखाया, जो भविष्य के फैमिली स्कूटर की झलक पेश करता है। कंपनी का पहला नया स्कूटर अगले साल त्योहारी सीजन में बाजार में आएगा और इसका उत्पादन महाराष्ट्र के संभाजी नगर प्लांट में होगा। ईएल प्लेटफॉर्म को पूरी तरह नए सिरे से डिजाइन किया गया है।

पहली बार किसी राष्ट्रीय रैंकिंग टूर्नामेंट की मेजबानी कर रहा दिल्ली

13 साल बाद दिल्ली में होगी राष्ट्रीय रैंकिंग टेबल टेनिस चैंपियनशिप स्पर्धा



12 स्पर्धाओं में हिस्सा लेंगे खिलाड़ी

दिल्ली राज्य टेबल टेनिस संघ (डीएसटीटीए) 2008 के बाद पहली बार किसी राष्ट्रीय रैंकिंग टूर्नामेंट की मेजबानी कर रहा है, हालांकि भारतीय टेबल टेनिस महासंघ ने हरियाणा के सहयोग से 2012 में राष्ट्रीय राजधानी में एक टूर्नामेंट का आयोजन किया था। खिलाड़ी सीनियर, अंडर-19, अंडर-17, अंडर-15, अंडर-13 और अंडर-11 श्रेणियों सहित 12 स्पर्धाओं में भाग लेंगे। पुरुष वर्ग में भाग लेने वाले खिलाड़ियों में कई पूर्व राष्ट्रीय चैंपियन जैसे साधियान, हस्मीत, एनवी अमलराज और सौरभजीत घोष शामिल हैं। घोष 2012 में लंदन ओलंपिक में भाग लेने के बाद व्याक्तिगत कारणों से राष्ट्रीय टीम की तरफ से नहीं खेल पाए थे।

नई दिल्ली ए एनडी

दिल्ली राज्य टेबल टेनिस संघ (डीएसटीटीए) 2008 के बाद पहली बार किसी राष्ट्रीय रैंकिंग

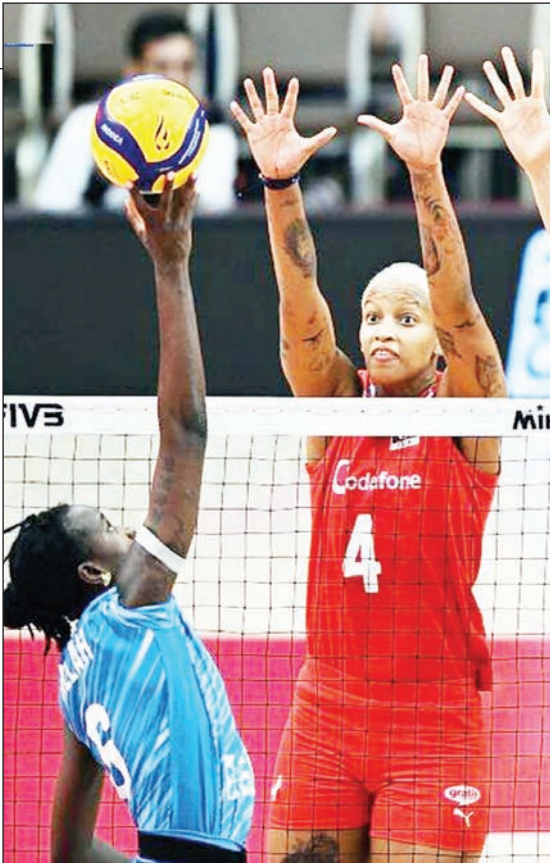


टूर्नामेंट की मेजबानी कर रहा है, हालांकि भारतीय टेबल टेनिस महासंघ ने हरियाणा के सहयोग से 2012 में राष्ट्रीय राजधानी में एक टूर्नामेंट का आयोजन किया था। देश की राजधानी दिल्ली में 13 साल बाद राष्ट्रीय रैंकिंग टेबल टेनिस चैंपियनशिप का आयोजन किया जाएगा। मौजूदा राष्ट्रीय चैंपियन दीया चितले और राष्ट्रमंडल खेलों के स्वर्ण पदक विजेता जी साधियान और हरमीत देसाई सहित कई शीर्ष भारतीय खिलाड़ी सात सितंबर से शुरू हो रहे यूटोटी राष्ट्रीय रैंकिंग टेबल टेनिस टूर्नामेंट में हिस्सा लेंगे।

बीडब्ल्यूएफ विश्व चैंपियनशिप में कांस्य पदक जीतने से ओलंपिक की भरपाई कर दी



भारत की इस जोड़ी का पहली बार विश्व चैंपियनशिप के फाइनल में पहुंचने का सपना संपीफाइनल में वीन की 11वीं वरीयता प्राप्त वेन बो यांग और लियू यी की जोड़ी से हार के साथ टूट गया। भारतीय पुरुष युगल बेडमिंटन टीम के सदस्य चिराग शेट्टी ने कहा कि हाल में पेरिस में विश्व चैंपियनशिप में पदक जीतने से एक साल पहले इसी शहर में ओलंपिक खेलों में पॉइंटम तक नहीं पहुंच पाने की काफी हद तक भरपाई कर दी। चिराग और लंबे समय से उनके साथी सात्विक-साईराज रंकोरेड्डी ने पिछले सप्ताह विश्व चैंपियनशिप में पुरुष युगल का कांस्य पदक जीता। दुनिया की नौवें नंबर की इस जोड़ी ने क्वार्टर फाइनल में मलेशिया के दो बार के ओलंपिक पदक विजेता आरोन चिया और सोह वूई थिक को हराकर विश्व चैंपियनशिप में अपना दूसरा पदक हासिल किया।



बैंकाक में तुर्की और स्लोवेनिया के खिलाफ वॉलीबाल मैच में खेलती हुई खिलाड़ी।

कार्यालय उपसंचालक सामाजिक न्याय एवं दिव्यांगजन

सशक्तिकरण विभाग रायसेन

क्रमांक/ 761 /जि.दि.पु.के. /सा.न्याय/ 2025

दिनांक 01/09/2025

// विज्ञप्ति //

सामाजिक न्याय एवं दिव्यांगजन सशक्तिकरण संचालनालय म.प्र. भोपाल के क्रमांक/ दि.पु.के.-2/एफ-173/2024-25/2263 दिनांक 11.07.2024, पत्र संचालनालय म.प्र. भोपाल का पत्र क्रमांक 766 दिनांक 03.09.2024 एवं प्रमुख सचिव मध्यप्रदेश शासन सामाजिक न्याय एवं दिव्यांगजन सशक्तिकरण विभाग मंत्रालय वल्लय भवन भोपाल के पत्र क्रमांक/ 1957/ 2024/26-2/07.10.2024 के अनुपालन में जिला दिव्यांग पुनर्वास केन्द्र रायसेन के रिक्त पदों पर मानदेय नियुक्ति के लिये निम्नानुसार पदों की पूर्ति हेतु पात्र अभ्यर्थियों के आवेदन पत्र आमंत्रित किये जाते है। **आवश्यक अर्हता/ योग्यता एवं आवेदन प्रारूप एनआईसी द्वारा विकसित वेबसाईट www.raisen.nic.in अथवा कार्यालय उपसंचालक सामाजिक न्याय एवं दिव्यांगजन सशक्तिकरण विभाग जिला रायसेन नोटिस बोर्ड पर विज्ञापन का अवलोकन किया जा सकता है। निम्नानुसार रिक्त पदों पर विषय- विशेषज्ञों/ कर्मचारियों की सेवायें प्रतिमाह मानदेय पर सेवाएँ लिये जाने हेतु आवेदन पत्र आमंत्रित किये जाते है विवरण आवश्यक अर्हता/ योग्यता है :-**

क्र.	मानदेय पद का नाम	पद संख्या	शैक्षणिक योग्यता	मानदेय राशि
1	क्लीनिकल मनोचिकित्सक/ पुनर्वास मनोचिकित्सक (कोई एक पद)	01	क्लीनिकल मनोचिकित्सक (क) क्लीनिकल मनोचिकित्सक मे एम.फिल (ख) मनोचिकित्सा में व्यवसायिक डिप्लोमा पुनर्वास मनोचिकित्सक (क) पुनर्वास मनोचिकित्सक मे एम.फिल (ख) पुनर्वास मनोचिकित्सा में पोस्ट ग्रेजुएट डिप्लोमा (पीजीडीआरपी)	20500/-
2	सीनियर प्रोस्थेटिस्ट ऑर्थोटिस्ट	01	आर.सी.आई. द्वारा मान्यता प्राप्त किसी भी संस्थान से प्रोस्थेटिक्स और ऑर्थोटिस्ट (बी.पी.ओ.) में स्नातक	20500/-
3	सीनियर स्पीच थेरोपिस्ट ऑडियोलॉजिस्ट	01	ऑडियोलॉजी और स्पीच एण्ड लैंग्वेज पैथोलॉजी (बीएएसएलपी) में स्नातक या बी.एस.सी. स्पीच एण्ड हियरिंग	20500/-
4	प्रोस्थेटिस्ट ऑर्थोटिस्ट (टेक्न.)	01	पी.एण्ड ओ. में डिप्लोमा या 03 साल के अनुभव के साथ पी.एण्ड ओ. में प्रमाण पत्र	14500/-
5	मल्टीपरपज रिह्यूनिटेशन वर्कर	01	दसवीं और गतिशीलता सर्टिफिकेट/ डिप्लोमा अधिमानता : गतिशीलता विज्ञान में स्नातक (बी.एम.एस.सी) अथवा दृष्टिबाधित में डी. एण्ड विशेष शिक्षा/ बी.एड विशेष शिक्षा	14500/-
6	वोकेशनल काउंसलर कम कम्प्यूटर असिस्टेंट	01	व्यवसायिक पुनर्वास में डिप्लोमा (डी.बी.आर.)/ बाल मार्गदर्शन और परामर्श में एडवांस्ड डिप्लोमा (एडीसीजीसी)/ पुनर्वास विज्ञान में स्नातक (बीआरएससी)	14500/-
7	ट्रान्स डिसिप्लिनरी स्पेशल एड्युकएटर (एम.आर)	01	बीआई/आईडी/सीपी/एएसडी/एमडी/डीबी/एसएलडी में डीईडीएसई/ बीईडीएसई	14500/-
8	ट्रान्स डिसिप्लिनरी स्पेशल एड्युकएटर (एच.आई.)	01	श्रवण बधिता में डीईडीएसई/ बीईडीई	14500/-
9	प्रारंभिक उपचार थेरोपिस्ट	01	पीजीडीडीटी/ पीजीडीईआई/ बीएमआर / बीआरएससी/ बीआरटी/ एमआरएससी/ एमएससीईआई	14500/-
10	केयर गिवर	01	सीसीसीजी/ आरसीआई-सी सीसीजी/ राष्ट्रीय न्यास या कक्षा 8वीं उत्तीर्ण जिसमें दिव्यांगजनों की देखभाल में 3 साल का अनुभव हों	6250/-
11	अटेंडेंट कम प्यून कम मेसेन्जर	01	आठवीं उत्तीर्ण	9500/-

विज्ञापन प्रकाशन दिनांक से दिनांक 20 सितम्बर 2025 तक सायंकाल 5.30 बजे तक कार्यालय उपसंचालक सामाजिक न्याय एवं दिव्यांगजन सशक्तिकरण विभाग रायसेन में स्वयं अथवा डाक के माध्यम से पेटी में जमा किये जा सकते है। नियत तिथि के पश्चात प्राप्त आवेदनों को मान्य नहीं किया जावेगा।

उप संचालक

सामाजिक न्याय एवं

दिव्यांगजन सशक्तिकरण विभाग

जिला रायसेन

G18080/25

