

Travelling

में बनाएं करियर, मिलेगा देश-दुनिया भर में घूमने का मौका, करें ये कोर्सेज



एक समय था कि सब को डॉक्टर और इंजीनियर फोल्ड में ही जाना पसंद होता था, लेकिन अब दौर बदल चुका है। दरअसल, अब वो स्ट्रीट्रियोटाइप का दौर लगभग खत्म हो गया है, जहां बच्चों के करियर के लिए उसके पेरेंट्स ही निर्णय लेते थे। आजकल ऐसा नहीं रह गया है। अब बच्चे अपनी पसंद के हिसाब से करियर को चुनते हैं। ऐसे में, आज हम बात कर रहे हैं कि ट्रेवलिंग में करियर बनाने की। अगर आप घूमने का शौक रखते हैं, तो आप इस क्षेत्र में अपना करियर बना सकते हैं। चलिए आपको बताते हैं ट्रेवलिंग से जुड़े कोर्सेज के बारे में, जिन्हें आप कर सकते हैं।

ट्रेवल से जुड़े कोर्स क्या-क्या हैं

आप किसी भी विषय में 12वीं पास करने के बाद बीए इन टूरिज्म मैनेजमेंट, बीबीए इन ट्रेवल एंड टूरिज्म मैनेजमेंट, बीएससी इन हॉस्पिटैलिटी एंड ट्रेवल मैनेजमेंट जैसे कोर्स कर सकते हैं। इसके अलावा, आप टूरिज्म एवं हॉस्पिटैलिटी मैनेजमेंट में पीजीडीएस भी कर सकते हैं। इतनी ही नहीं, आप टूरिज्म में एमबीए कर सकते हैं।

ट्रेवल संबंधित कोर्स के लिए कॉलेज

- इंडियन इंस्टीट्यूट ऑफ टूरिज्म एंड ट्रेवल मैनेजमेंट, ग्वालियर
- जामिया मिलिया इस्लामिया, नई दिल्ली दिल्ली
- नेशनल इंस्टीट्यूट ऑफ टूरिज्म एंड हॉस्पिटैलिटी मैनेजमेंट, हैदराबाद
- केरल इंस्टीट्यूट ऑफ टूरिज्म एंड ट्रेवल स्टडीज, तिरुवनंतपुरम
- सेंटर फॉर टूरिज्म स्टडीज, पुडुचेरी
- इंडियन इंस्टीट्यूट ऑफ हॉस्पिटैलिटी एंड मैनेजमेंट, थाणे

कोर्स के बाद कैसा होगा करियर

जब आपका टूरिज्म कोर्स हो जाए तो आप किसी भी अच्छी कंपनी से इंटरशिप करके जॉब के लिए अप्लाई कर सकती हैं। इनमें, ट्रेवल एजेंट, टूर गाइड, टूरिज्म मैनेजर, ट्रेलव एडमिनिस्ट्रेशन, टूरिज्म ऑफिसर, ट्रेवल स्पेशलिस्ट, हॉलिडे एडवाइजर, ट्रेवल कंसल्टेंट, कस्टमर सर्विस मैनेजर आदि शामिल हैं। मार्केट में कई ऐसी कंपनियां हैं, जो टूर पैकेज प्लान करती हैं। इस फोल्ड में आपके शुरुआती सैलरी के तौर पर 15 से 20 हजार रुपये तक मिल सकते हैं। वर्क एक्सपीरियंस के आधार पर आपकी सैलरी के साथ पोस्ट भी बढ़ेंगे, जिससे आप आगे चलकर लाखों में कमा सकते हैं।

सही जूते-चप्पल का चयन जरूरी है

महिला हो या पुरुष, अपने कपड़ों को लेकर दोनों ही जितने सजीदा रहते हैं फुटवियर के प्रति उतने ही लापरवाह। हम सोचते हैं कि फुटवियर तो हम कोई भी पहन लेंगे। लेकिन उन्हें खरीदते वक्त हम भूल जाते हैं कि शरीर का पूरा वजन फुटवियर पर ही होता है। तो फुटवियर खरीदने से पहले इन बातों पर ध्यान जरूर रखें।

आमतौर पर कामकाजी महिलाओं और पुरुषों को पूरे दिन फुटवियर पहनना पड़ता है। लिहाजा जरूरी है कि फुटवियर का चुनाव सौच-समझकर ही करें। अगर आपके फुटवियर सही न हों तो यह कमर, घुटनों, पंजों या एड़ी के दर्द का कारण बन सकते हैं। आपका चलना कितना आरामदायक रहेगा यह आपके फुटवियर पर निर्भर करता है। बहुत ज्यादा टाइट और बहुत लूज फुटवियर को पहनकर आप ठीक से नहीं चल पाएंगे, इसलिए फुटवियर पैर के ठीक साइज का हो ताकि आपको चलने में आराम रहे। हाई हील से शरीर पर अनावश्यक भार पड़ता है। इससे पांवों की स्थिति फिक्रम सीढ़ीनुमा बन जाती है। इससे पैरों की मांसपेशियां कमजोर होने लगती हैं। ऊंची एड़ी के सैंडल लगातार ज्यादा समय तक पहनने से नसों में खिंचाव आ जाता है। लिहाजा इन्हें बीच-बीच में उतारते रहना चाहिए। लेकिन हील वाली फुटवियर कम वजन के लोगों के पहनने पर कोई ख़ास फर्क नहीं पड़ता है। हालांकि उन्हें भी हाई हील स्लीपर नहीं पहननी चाहिए। क्योंकि इससे पंजों में दर्द हो जाता है। इसलिए फ्लैट या प्लेटफॉर्म वाली फुटवियर ही पहनें।

स्लीपर खरीदते वक्त इस बात का ध्यान रखें कि एड़ी का हिस्सा साँपट होना चाहिए क्योंकि अगर वह हार्ड होगा तो पैर में दर्द होने का डर बना रहेगा। फुटवियर खरीदते वक्त इस बात का भी ध्यान रखें कि वह आगे से ज्यादा चपटी न हो, वरना इससे आपकी उंगलियों में कसाव आने का खतरा बना रहेगा। हालांकि टूटी और चिसी हुई चप्पलें भी दर्द का कारण बन सकती हैं। अगर इन सब दुखों को आप न्योता नहीं देना चाहते हैं तो ऐसा फुटवियर खरीदें जिसमें पूरा पंजा ग्रिप में रहे और दप्तर से घर लौटने के बाद नमक के गुनगुने पानी में पैर डालकर सिकाई जरूर करें।

अमित भंडारी



मन पर लगाएं लगाम सफलता होगी आसान

सफलता हो या अच्छी सेहत। इन्हें पाने के लिए आत्मनियंत्रण बेहद जरूरी है। पर ज्यादातर लोगों को मालूम नहीं होता है कि आत्मनियंत्रण कैसे मजबूत किया जा सकता है। बस इसके लिए 'मन के व्यायाम' की जरूरत होती है। आइए जानते हैं कि कैसे बढ़ा सकते हैं आत्मनियंत्रण।

खुद को दें इनाम और सजा

- कुछ करने से रोकने के लिए खुद को इनाम और सजा देने का तरीका होता है अच्छा
- इसके जरिए कुछ समय लुभाने वाली चीजों से दूर रहकर हासिल की जा सकती है सफलता
- जैसे तय करें कि जिस दिन आप धूम्रपान नहीं करेंगे, जाएंगे अच्छे रेस्टोरेंट में खाना खाने

सकारात्मक सोच

- कई शोधों में पता चला है कि सकारात्मक सोच और कल्पना शक्ति के दम पर भटकाने वाली चीजों से रखा जा सकता है दूर
- जो लोग लक्ष्य को पाने के सपने देखते हैं और समझते हैं कि इसे आसानी से पूरा किया जा सकता है, वह रहते हैं बुरी लतों से दूर

कमियों को पहचानें

- सबसे पहले उन चीजों को पहचानें, जिनके लुभाने पर आप आत्मनियंत्रण खो बैठते हैं
- इसके जरिए पहले से सोचा जा सकता है कि इससे बचने के लिए क्या करना चाहिए
- जैसे अगर आपको फिजूलखर्ची की आदत हो, तो पहले से अपने पास कम पैसे रखें

दिल की सुनें

- दिल हमेशा दिमाग पर भारी पड़ता है, इसलिए हमेशा भावनाओं की हिसाब से चलें
- सफलता से मिलने वाले गर्व और रोमांच को महसूस करें, इससे मजबूत बनेंगे आप
- मन को मजबूत बनाएं, इससे बुराइयों से दूर रहने में मिलती है काफी मदद

अचेतन मन से लड़ें

- अक्सर हम लुभावनी चीजों के लिए आत्मनियंत्रण खो बैठते हैं क्योंकि अचेतन मन हमारी मजबूत आकांक्षाओं का करता है विरोध
- भटकाने वाली चीजों से मानसिक और शारीरिक रूप से दूर रहकर और लक्ष्य तक पहुंचाने वाली चीजों के करीब रहने से मिलती है सफलता

इंटीरियर में भी लें एप्लिकेशन की हैल्प

इंटीरियर डिजाइनिंग और होम रिकंस्ट्रक्शन काफी बड़ा काम लगता है। हम आर्किटेक्ट्स और डिजाइनर्स के चक्कर काटकर थक जाते हैं। लेकिन अब ऐसी एप्स अवेलेबल हैं, जो आपकी मदद करेंगी। आम तौर पर हम सभी घर के इंटीरियर या एक्स्टीरियर में बदलाव करने से पहले डिजाइनर या फिर आर्किटेक्ट को कंसल्ट करते हैं। लेकिन इन दिनों ऐसी कई एप्स अवेलेबल हैं, जो आपको घर में बदलाव करने में हैल्प करेंगी। ये एप्स कलर स्कीम्स से लेकर फर्निचर सैटिंग तक के लिए आपको गाइड करेंगी।



हाउज

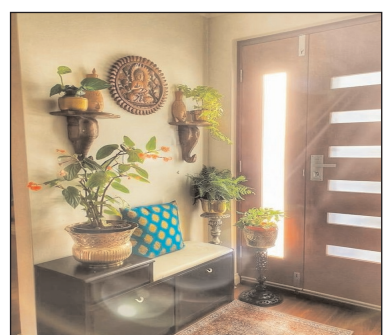
हाउज इंटीरियर डिजाइंस के लिए सबसे पॉपुलर एप है। इस एप में आप घर के इंटीरियर से रिलेटेड कई फोटोग्राफ्स और आर्टिकल्स को सर्फ कर सकते हैं।

होम 3डी

यदि आप घर के फ्लोरिंग या सीलिंग के डिजाइन को लेकर कन्फ्यूज हो रहे हैं, तो आप होम 3डी एप को डाउनलोड कर हजारों डिजाइन देख सकते हैं।

कलर कैप्चर

कलर कैप्चर भी पेंटिंग से रिलेटेड एप है, लेकिन यह थोड़ी डिफरेंट है। यह एप आपको कलर स्कीम्स के ऑप्शन देने के साथ ही टैक्सचर डिजाइंस और लोकल पेंटर्स की इन्फॉर्मेशन भी देगी।



कलर स्मार्ट

कलर स्मार्ट आईओएस और एंड्रॉयड प्लेटफॉर्म की पॉपुलर एप्लिकेशन है। इस एप को आप आसानी से एप स्टोर या प्ले स्टोर से फ्री में डाउनलोड कर सकते हैं। इस एप में जब आप अपने घर की दीवारों के फोटो अपलोड करेंगे, तो यह आपको कई कलर स्कीम्स के ऑप्शन देगी। इनमें से आप आसानी से अपने घर के लिए कलर स्कीम पसंद कर सकते हैं।



विष्णु के सुशासन से
संवर रहा छत्तीसगढ़

सुशासन और समग्र विकास के



श्री नरेन्द्र मोदी
माननीय प्रधानमंत्री



माह



श्री विष्णुदेव साय
माननीय मुख्यमंत्री, छत्तीसगढ़

विकास की नई राह

- कृषक उन्नति से समृद्ध किसान, 3100 रुपए में खरीदा धान
- मिला दो वर्षों का 3716 करोड़ रुपए बकाया बोनस
- पीएम आवास से 18 लाख से अधिक परिवारों को अपना मकान, गरीबों का रखा ध्यान
- मुफ्त अनाज से गरीबों का कल्याण, एक करोड़ से अधिक परिवारों को 5 वर्षों तक राशन
- महतारी वंदन से महिलाओं को आर्थिक संबल, प्रतिवर्ष 12,000 रुपए की मदद से 70 लाख महिलाओं को मिला बल
- तेंदूपत्ता मानदेय अब बढ़कर प्रति मानक बोरा 5,500 रुपए भुगतान, आदिवासी का सम्मान
- शासकीय भर्ती आयु सीमा में 5 वर्ष की छूट मिली, युवाओं में चहुँओर खुशी
- भ्रष्टाचार मुक्त पारदर्शी भर्ती प्रक्रिया सुनिश्चित, युवा रहेगा अब निश्चित
- 'नियद नेल्लानार' से माओवादी समस्या का पूर्ण निदान, लड़ाई से आगे बढ़ विकास का विधान
- त्वरित निर्णय- सख्त प्रशासन, विगत 6 माह में, 129 माओवादी ढेर, 488 गिरफ्तार, 431 आत्मसमर्पण
- 'रामलला दर्शन योजना' से श्रद्धालुओं को अयोध्या धाम की निःशुल्क यात्रा का मिल रहा सौभाग्य

सबका साथ, सबका विकास, सबका विश्वास और सबका प्रयास

Visit us : [f ChhattisgarhCMO](#) [X ChhattisgarhCMO](#) [ChhattisgarhCMO](#) [ChhattisgarhCMO](#) [f DPRChhattisgarh](#) [X DPRChhattisgarh](#) [www.dprcg.gov.in](#)

