













# शरीर भी आर्थिक स्थिति देखकर देता है साथ

कहा जाता है कि बुरे समय में आपका सबसे अच्छा साथी आपका स्वास्थ्य होता है, लेकिन यह कहावत शायद पूरी तरह सच नहीं है, क्योंकि आपका शरीर भी आपकी आर्थिक स्थिति को देखकर आपका साथ देता है।

ब्रिटिश वैज्ञानिकों के दल ने इस बात का दावा किया है कि लंबी आयु के लिए जिम्मेदार हार्मोन भी तभी आपका साथ देता है, जब आपकी आर्थिक स्थिति अच्छी होती है। यूनिवर्सिटी कॉलेज लंदन के शोधकर्ताओं ने पाया कि लंबी आयु के लिए जिम्मेदार हार्मोन डीएचईएएस (डी हाइड्रोइपिएंड्रोस्टोरेन सल्फेट) की अधिकतम मात्रा याददाशत को बढ़ाने, तनाव को कम करने में मददगार होती है और खासकर यह पुरुषों में पचास साल की आयु के दौरान काम करने लगता है।

## लंबी आयु के लिए जरूरी

शोध दल के प्रमुख सर माइकल ने बताया, मैं विश्वास से कह सकता हूँ कि यह हमने पहली बार किया है। मेरा यह निजी तौर पर मानना है कि यह तनाव को कम करने का एक तरीका हो सकता है।

आपके शरीर में हार्मोन डीएचईएएस (डी हाइड्रोइपिएंड्रोस्टोरेन सल्फेट) की अधिकतम मात्रा में मौजूदगी आपको लंबे समय तक जिंदा रखती है। गुर्दे के ऊपर स्थित एड्रीनल गॉंथि से स्रावित होने वाला यह हार्मोन उनमें अधिकतम मात्रा में पाया जाता है, जो ज्यादा व नियमित तौर पर व्यायाम करते हैं और ज्यादा खुशी, उत्साह, रोमांच और अपने दोस्तों व परिवार के साथ जिंदगी व्यतीत करते हैं। इस तरह का आरामदायक और विलासितापूर्ण जीवन जीना, तभी संभव है जब आपके पास अकूत धन हो।

## उम्र बढ़ने पर होता है स्रावित

उम्र को लेकर किए गए अध्ययन में यह बात सामने आई है कि एक दूसरा हार्मोन आईजीएफ (इंसुलिन लाइक ग्रोथ फैक्टर) भी उम्र बढ़ने के साथ कम मात्रा में स्रावित होने लगता है। ये दोनों हार्मोन सम्मिलित रूप में मिलकर तनाव की स्थिति को कम करते हैं। इसके साथ ही यह शरीर की अन्य जैविक गतिविधियों मसलन पाचन, प्रतिरक्षा तंत्र और ऊर्जा बनने की प्रक्रिया को नियंत्रित करने का काम करते हैं। इस प्रयोग को करने के लिए शोधकर्ताओं के दल ने करीब पचास साल की उम्र के 1000 व्यक्तियों के खून के नमूने प्राप्त कर यह निष्कर्ष निकालने में कामयाबी पाई। सर माइकल ने कहा, हमने स्पष्ट रूप से पाया कि कम धनी लोगों के बीच तनाव, मोटापा और अनियमित शारीरिक व्यायाम, धूम्रपान की अधिकता तथा हरी सब्जियों और फलों का कम मात्रा में सेवन कुछ ऐसे कारक थे, जो उनके बीच मधुमेह और उच्च रक्तचाप की समस्या को उत्पन्न करने के लिए जिम्मेदार थे।

## हार्मोन को सीधा बढ़ाएं

शोधकर्ताओं के मुताबिक इस नए शोध के परिणाम की वजह से ऐसी दवाओं के निर्माण का रास्ता खुल गया है, जिसके जरिए हम शरीर में इस तरह के हार्मोन को सीधे बढ़ा पाएंगे। शरीर में इस तरह के हार्मोन के स्तर को बढ़ाने का मामला केवल कुछ गोशियां खाकर पूरा नहीं हो सकता। इस हार्मोन का साव बचपन और युवावस्था में काफी मात्रा में होता है, लेकिन उम्र बढ़ने के साथ ही इसके साव में गिरावट आने लगती है। अस्सी की उम्र में तो इसकी स्रावित मात्रा युवावस्था के मुकाबले में केवल दस प्रतिशत ही रह जाती है।

## विलसन डिजीज से होता है पढ़ाई में चिड़चिड़ापन

यदि आपके बच्चे का पढ़ाई-लिखाई में मन नहीं लग रहा है, उसमें चिड़चिड़ापन आने लगा है तो आप इसे हल्के से नहीं लें। हो सकता है कि उसे विलसन डिजीज हो गई हो। प्रदेश में लगभग आठ प्रतिशत बच्चे इस बीमारी से पीड़ित हैं।

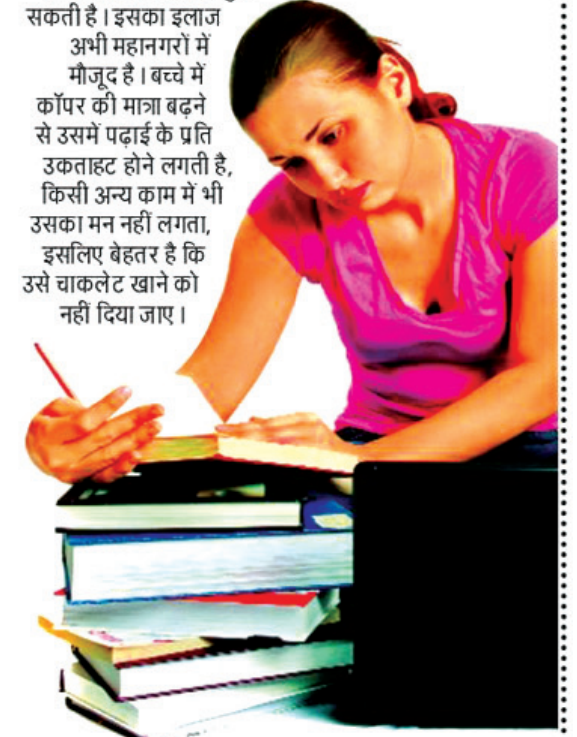
न्यूरोलॉजिस्ट सैमुअल अलेक्जेंडर विलसन ने 1912 में इस रोग का पता लगाया था। तभी से इस बीमारी को नाम मिला। मरिटाइक व लीवर के ऊतकों (टिश्यू) में मौजूद एटीपी-7 बी नामक जीन (जो कि एक प्रोटीन होता है) के विभाजन (म्यूटेशन) के कारण यह बीमारी होती है। यानी भोजन के साथ शरीर में पहुँचने वाला तांबा तब तक नहीं घुल पाता और ऊतकों में जमा हो जाता है।

## संतान में संभावना

इस जीन की एक असामान्य कॉपी 100 में से एक मनुष्य में मौजूद रहती है। इस बीमारी के लक्षण माता-पिता में तो नहीं दिखाई देते, पर वे वाहक (कैरियर) बन जाते हैं और बच्चों में 6 से 20 की उम्र में लक्षण उभर जाते हैं।

## कॉपर बढ़ना है कारण

यह बीमारी शरीर में कॉपर की मात्रा बढ़ने से होती है, इसलिए बच्चे को चाकलेट व बादाम नहीं देना चाहिए। विलसन डिजीज होने पर यदि समय पर रोगी का उपचार नहीं किया गया तो इससे लीवर और आँखों को क्षति पहुँच सकती है। इसका इलाज अभी महानगरों में मौजूद है। बच्चे में कॉपर की मात्रा बढ़ने से उसमें पढ़ाई के प्रति उकताहट होने लगती है, किसी अन्य काम में भी उसका मन नहीं लगता, इसलिए बेहतर है कि उसे चाकलेट खाने को नहीं दिया जाए।



अगर आप अधिक मात्रा में इत्र का इस्तेमाल कर रहे हैं तो सावधान हो जाइए। ज्यादा इत्र के लगाने से आप अवसाद के शिकार भी हो सकते हैं।

## अधिक इत्र से अवसाद

इत्र के अधिक इस्तेमाल से आप जल्द बीमार पड़ सकते हैं। इत्र से न केवल तनाव और अवसाद (डिप्रेशन) की स्थिति उत्पन्न होती है, बल्कि सुँघने की शक्ति में भी कमी आती है।

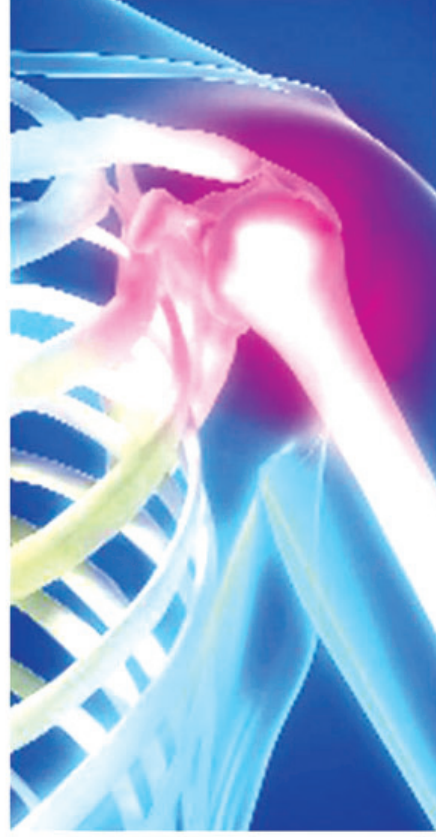
करते थे इत्र से स्नान: इतिहास में इत्र की सबसे बड़ी दीवानी मेरी एन्टोयनेट अपने कभी ना नहाने के कड़वे सच को छुपाने के लिए इत्र लगाकर अपना सारा वातावरण सुगंधमय बना लेती थीं। यूरोप में स्नान करना उस समय कोई आसान बात न थी। इसलिए इत्र ही स्फार्ड और सुगंध के लिए एक सुविधाजनक था।

सुँघने की शक्ति में कमी: इत्र आधुनिक जीव-नशेली का हिस्सा बनते जा रहे हैं, लेकिन मध्यपूर्व के एक विश्वविद्यालय के एक ताजे शोध के अनुसार यह सत्य हाल ही में सामने आया कि एक विशेष रूप के अवसाद से सुँघने की शक्ति में कमी आती है, जिसके कारण लोग ज्यादा या तेज इत्र का प्रयोग करते हैं। जब किसी तेज इत्र की खुशबू आपके नथुनों से टकराए तो आप संदेह कर सकते हैं कि यह व्यक्ति तनाव या अवसाद का शिकार है। यूईई में स्थित स्विस् परेबियन परफ्यूम नामक कंपनी के चेयरमैन हुसेन अदमाली के अनुसार अलग प्रकार की सुगंध से विभिन्न लोगों की मानसिक स्थिति में परिवर्तन होता है। हालांकि यह बात निश्चित रूप से नहीं कही जा सकती कि इत्र का अवसाद से कोई संबंध है या नहीं, पर इत्र की सुगंध मन की भावनाओं पर असर तो जरूर डालती है।

सुगंध की शक्ति: यदि आप नाक बंद कर के कोई चीज खाएँ तो निश्चित है कि आप उसका पूरा आनंद भी नहीं ले पाएँगे। सुगंध में वह शक्ति है कि वह किसी भी अनुभव को प्रभावित तो करती ही है और बेहतर भी बनाती है। पर इस सबकी वैज्ञानिक व्याख्या के लिए अभी बहुत अध्ययन की आवश्यकता है। अब उपभोक्ताओं को भी बंधी बंधाई परिपाटी से बाहर निकलकर इत्र का चुनाव करते समय जागरूक होने की आवश्यकता है, क्यों कि अलग-अलग व्यक्तियों के शरीर के पर सही इत्र का चुनाव वैयक्तिक में आत्मविश्वास की वृद्धि करता, जो दूसरों की दृष्टि में उसे अधिक लोकप्रिय बनाता है। अनेक इत्र ऐसे आकर्षक होते हैं कि उनकी सुगंध लोगों को पलटकर देखते पर विवश कर देती है।

ज्यादा फुहारें नुकसानदायक: अच्छे से अच्छे इत्र भी दूध की छोट्टी फुहारों से अधिक नहीं छिड़कना चाहिए। अगर इसके बाद भी आपको लगता है कि और इत्र होना चाहिए तो किसी विश्वासपात्र व्यक्ति से पूछा जा सकता है कि और इत्र की आवश्यकता है या नहीं।

## अगर आपके कंधों, बांहों में जोर का दर्द है और लंबे समय तक ठीक नहीं हो रहा है तो आपको रोटेटर कफ टियर की जांच और परीक्षण कराने की जरूरत है।



## कंधों-बांहों में दर्द का कारण रोटेटर कफ इंजरी

चार पेशिया कंधे की हड्डी और पसलियों की मांसपेशियों को ऊपरी बांह की हड्डी के साथ जोड़ती हैं, क्योंकि ये पेशियां बांह को उसके कोटर के भीतर घूमने में मदद करती हैं, इन पेशियों के आस्तीन को रोटेटर कफ कहा जाता है।

## रोटेटर कफ पेशियां

रोटेटर कफ में पेशियां आसानी से घायल हो सकती हैं, क्योंकि ये एक तंग जगह के भीतर घूमती हैं। जब कंधे को उसके घुमाव की प्राकृतिक सीमा की हद में मोड़ा या उठाया जाता है, इस तंग जगह में पेशियां भी घुमती हैं। कभी कभी रोटेटर कफ की पेशियां उसके ऊपर के हड्डीदार लोडे (अंशकूट) या कंधे के सामने एक अस्थिबंध से टकरा या रगड़ खा सकती हैं। इस घर्षण को इमपिजमेंट सिंड्रोम के नाम से जाना जाता है और रोटेटर कफ में सूजन का कारण बनता है। रोटेटर कफ घर्षण की सूजन पैदा करने की सबसे ज्यादा संभावना होती है। यदि आपके कंधे का घुमाव कठिन या देहरावदार है। सूजन तीन समस्याएँ पैदा कर सकती है:

## रोटेटर कफ टैडोनाइटिस

अकेली पेशी की सूजन विशिष्ट घुमाव में दर्द उत्पन्न करती है, जब मांसपेशी जो उस पेशी को खींचती है, उपयोग हो रही है या जब आप ऊपर की ओर पहुंच रहे हैं।

## शोल्डर बर्साइटिस

उप-अंशकूटीय बरसाइटिस भी कहते हैं। बरसाइटिस तब होता है जब सूजन तरल पदार्थ, जो रोटेटर कफ की पेशियों को चिकना करता है और खंड तक फैल जाती है। दर्द अक्सर रात में और बुरा होता है, जब आप लगभग किसी भी दिशा में अपना कंधे ले जाते हैं, खासकर यदि आप ऊपर की ओर ले जाते हैं।

## रोटेटर कफ टियर

- सूजन के कारण कमजोर हो जाने के बाद पेशी टूट सकती है।
- कंधे के इस्तेमाल के कई प्रकार सामान्यतः रोटेटर कफ की वजह से होते हैं:

## अपने हाथों से धक्का देना

घुटने के गठिया, टांगों में अन्य दर्दनाक स्थितियां, या जांघों में कमजोर चतुःशिरस्क पेशियों द्वारा पीड़ित लोग अपने हाथों से धक्का देकर क्षतिपूर्ति करते हैं, जब वे कुर्सी से उठते हैं। कंधे इस प्रयोग के लिए नहीं बनाए गए हैं। धक्का देने के दौरान, कंधे की कोटर और प्रगंडिका एक उल्टी मोरटार और मूसल जैसे काम करती हैं, रोटेटर कफ पेशियों को कुचलते और पीसते हुए। फैलाए हुए हाथ के बल गिरते हैं, सीधे वाहन दुर्घटनाओं और खेलों में टक्कर भी पेशियों को कुचल सकती हैं।

## पुनरावृत्तीय फैलाव

ऊपरी हाथों की स्थिति तंग जगह जिनसे रोटेटर कफ पेशियों को निकलना होगा, को छोटा कर देती हैं। पुश अप, तैराकी, घर की सफेदी, घिसना, भवन निर्माण करना, ऑटो मैकेनिक का काम और अन्य गतिविधियां रोटेटर कफ की चोट का कारण हो सकती हैं।

## सशक्त या आकस्मिक ऊपरी बांह का घुमाव

टियर्स विशेष रूप से फेंकने वाली खेलों, रैकेट खेल और कुश्ती के खिलाड़ियों में आम हैं। अचानक संचलन, जैसे एक लॉन की घास काटने की मशीन शुरू करने के लिए खींचना, एक कमजोर पेशी को तोड़ सकता है। इसके अलावा आपका कंधा और आसानी से घायल हो सकता है अगर यह अस्वस्थ है। संकीर्ण जगह

जो रोटेटर कफ पेशियों को घेरती है और भी संकीर्ण हो जाता है। अगर आपके कंधे की मांसपेशियां कमजोर या तंग हैं जब ऐसा होता है। दैनिक कंधे के संचलन की अधिक पेशी घर्षण पैदा करने की संभावना है।

## रोटेटर कफ इंजरी की चिकित्सा

कंधे में टैडोनाइटिस, बरसाइटिस और छोटे रोटेटर कफ टियर्स का प्रभावी रूप से कोर्टिकोस्टेरॉयड दवा की सुई के साथ इलाज किया जा सकता है। इसके बाद कंधे की गति को पुनःसंचलन में लाने और रोटेटर कफ की मांसपेशियों को मजबूत करने के लिए भौतिक चिकित्सा के व्यायाम किए जाते हैं। नॉन स्टेरोइडल एंटी-इंफ्लेमेटरी ड्रग्स (एनएसए आईडी) जैसे आइबुप्रोफेन (एडविल, मोट्रिन और अन्य) दर्द और सूजन को कम करने में उपयोगी होती हैं। अगर आपका चिकित्सक पता लगाता है कि आपको कैल्सिफिक टैडोनाइटिस है, तब डॉक्टर इस बीमारी का इलाज शुरू करता है। प्रायः

## रोटेटर कफ इंजरी के लक्षण

रोटेटर कफ की चोट आपके कंधे और ऊपरी बांह में दर्द का कारण उत्पन्न करती है। दर्द सबसे ज्यादा महत्वपूर्ण तब हो सकता है, जब आप अपने हाथ ऊपर या बाहर फैलाते हैं। जब आप अपने हाथ उठाते हुए घुमाते हैं, पेशियों की आसपास के दानों से रगड़ने की अधिक संभावना है। इस कारण जब आप अपने बालों में कंधी करने या अपनी बांह आस्तीन में डालने की कोशिश करते हैं, आपके कंधे के लक्षण सबसे बुरे हो जाते हैं। रात में आपको क्षीण, दुखता हुआ कंधे का दर्द हो सकता है। इसके अलावा रोटेटर कफ टियर्स जो पेशी के एक महत्वपूर्ण भाग को प्रभावित करते हैं, कंधे की कमजोरी उत्पन्न कर सकते हैं। आपकी बांह एक तरफ बाहर फेलाकर रखने की या कोई वस्तु उठाने की क्षमता को सीमित करते हैं। दर्द की वजह से कंधे का उपयोग करने में कठिनाई का मतलब हमेशा ये नहीं कि टियर है।





# निरंतर अभ्यास से ही सफलता की राह प्रशस्त होती है : चौधरी

## वित्त मंत्री ने कक्षा 11वीं एवं 12वीं के छात्रों को टी कैरियर मार्गदर्शन की सीख

# बाबू भैया की कलम से

## क्या मोदी की गारंटी ही प्रदेश सरकार का विजय ?

रायपुर। जो व्यक्ति जीवन में जितने कठिन परिस्थितियों से गुजरता है और संघर्ष करता है, वह उतना ही ऊंची सफलता प्राप्त करता है। उक्त बातें आज वित्त मंत्री श्री ओपी चौधरी ने अपने जीवन के अनुभव को साझा करते हुए जूट मिल हायर सेकेंडरी स्कूल के सभा कक्ष में छात्रों को कैरियर मार्गदर्शन प्रदान किया।



वित्त मंत्री ओपी चौधरी आज स्थानीय जूट मिल हायर सेकेंडरी स्कूल की कक्षा ग्यारहवीं और बारहवीं के छात्र-छात्राओं को कैरियर मार्गदर्शन के संबंध में टिप्स दिये। उन्होंने अपने जीवन काल के दौरान शासकीय शाला से प्रारम्भ कर आईएएस बनने का सफर और संघर्ष कर सफलता पाने का अनुभव सुनाते हुए बच्चों को जीवन में हमेशा संघर्ष के लिए तैयार रहने और निरंतर प्रयास करने का सुझाव दिया। इस दौरान श्री चौधरी ने रायगढ़ जिले में वृहद नालंदा लाइब्रेरी की स्थापना, नवीन प्रयास विद्यालय खोलने के निर्णय और अन्य प्रयासों की चर्चा की। श्री चौधरी ने कक्षा आठवीं में पढ़ने वाले सभी बच्चों के प्रयास विद्यालय में

परिक्षाओं की कोचिंग की योजनाओं की जानकारी दी। साथ ही, उन्होंने 8वीं कक्षा के छात्रों के लिए प्रयास विद्याथी कोचिंग कक्षाएं शुरू करने के निर्देश दिए। कार्यक्रम में वित्तमंत्री श्री ओपी चौधरी ने रायगढ़ जिले के अंतर्गत वृहद नालंदा लाइब्रेरी की स्थापना, नवीन प्रयास विद्यालय खोलने के निर्णय और अन्य प्रयासों की चर्चा की। श्री चौधरी ने कक्षा आठवीं में पढ़ने वाले सभी बच्चों के प्रयास विद्यालय में

चयन हेतु कोचिंग कक्षा देने के लिए सीईओ जिला पंचायत को निर्देश दिये। इसके साथ ही वित्त मंत्री श्री चौधरी ने विद्यार्थियों के लिये दूसरे प्रतियोगी परीक्षाओं जैसे आईआईटी, नीट, क्लेट की तैयारी करने के लिए छात्रों के लिए कोचिंग कक्षाएं संचालन करने निर्देश दिये।

कार्यक्रम के दौरान वित्त मंत्री श्री चौधरी ने विराट कोहली के उदाहरण से बच्चों को लक्ष्य पर अडिग रहने और अपने लक्ष्य की पूर्ति के लिये

अधिकारी हैं को भी मार्गदर्शन देने के लिए रायगढ़ आमंत्रित करने का आश्वासन दिया। इस मौके पर उन्होंने आज सभी बच्चों को कैरियर मार्गदर्शिका पुस्तक का वितरण किए।

**बच्चों के सवालों का वित्त मंत्री ने दिया जवाब-** कार्यक्रम के दौरान शाला में अध्ययन करने वाले कुमारी याना महिलाने 12 वीं जीवविज्ञान और कुमारी यशोदा यादव कक्षा 11 वी कॉमर्स ने कैरियर निर्माण के दौरान आने वाले परेशानियों और उनसे निपटने का सवाल किया तो वित्त मंत्री श्री चौधरी ने बेहतर तरीके से समझा कर उन्हें संतुष्ट किया। वित्त मंत्री श्री चौधरी ने बच्चों से भी सवाल किया उन्होंने आईआईएम के फूल फॉर्म पूछने पर कक्षा 11 वी के मोहम्मद अबू राशिद के द्वारा सही जवाब देने पर उसे 1000 रुपये देकर सम्मानित किया और सभी बच्चों को अपने कक्षा के विषयवस्तु के साथ समासामयिक घटनाओं का भी निरंतर अध्ययन करने की सलाह दिया।

# मां की कंपनी को पेमेंट करने का सबूत दें तो छोड़ दूंगी राजनीति: खेड़ा

रायपुर। भाजपा नेत्री राधिका खेड़ा ने अपनी मां की कंपनी को लेकर लगाए गए आरोप पर प्रदेश कांग्रेस अध्यक्ष दीपक बैज और प्रवक्ता वंदना राजपूत

सरकार बदलने के बाद कांग्रेस नेताओं से उन्होंने विवाद किया और पार्टी छोड़ दी। राधिका ने कहा कि मेरी मां फिल्ममेकर हैं। उन्होंने यहां काम बन



गमन पथ पर डॉक्यूमेंट्री शूट करने के लिए सरकार की प्रोटेक्टड साइट पर शूटिंग की परमिशन मांगी थी, कोई पैसा नहीं मांगा गया, मैं ये मांग करती हूँ कि बैज और उनके नेता सार्वजनिक रूप से मेरी मां से माफी मांगें। दरअसल 9 सितंबर को राधिका खेड़ा ने एक प्रेस

## राधिका ने बैज को भेजा नोटिस,

को लीगल नोटिस भेजा है, राधिका ने कहा है कि अगर भूपेशा बघेल और बैज 48 घंटे में सबूत दें कि उनकी मां की कंपनी को सरकार ने पेमेंट किया है तो वे राजनीति छोड़ देंगी। राधिका ने यह भी कहा कि अगर चैलेंज पूरा नहीं कर सके तो यही काम बघेल और बैज को भी करना होगा।

कांग्रेस ने आरोप लगाया था कि भूपेशा शासन में उनकी मां की कंपनी ने सरकार के लिए कुछ विज्ञान फिल्में बनाई और लाभ कमाया। उस समय के कुछ पॉइंटिंग बिल थे। इस वजह से

काँग्रेस में कहा था कि कांग्रेस पर की महिला को तो न्याय नहीं दिला सकती है, अब छत्तीसगढ़ की कानून व्यवस्था पर सवाल उठा रही हैं।

राधिका ने भूपेशा बघेल को महिला विरोधी भी बताया था। इसी के जवाब में प्रदेश कांग्रेस प्रवक्ता वंदना राजपूत ने कहा था कि राधिका से कोई अभद्रता नहीं हुई थी। उन्हें अपनी मां की कम्पनी और चंदखुरी पर बनाई गई डॉक्यूमेंट्री फिल्म के बिल की चिंता थी, इसीलिए उन्होंने सारा पड्डयंत्र रचा और कांग्रेस के वरिष्ठ नेताओं पर झूठे आरोप लगाए।



# 'दुर्ग-भिलाई-रायपुर' रैपिड ट्रांजिट कॉरिडोर की योजना पर चल रहा विचार: साहू

रायपुर। केंद्रीय आवास एवं शहरी मामलों के राज्य मंत्री तोखन साहू ने आज नई दिल्ली में हुई बैठक में छत्तीसगढ़ में मास रैपिड ट्रांजिट कॉरिडोर विकसित करने की संभावना पर चर्चा की। उन्होंने आवासन एवं शहरी कार्य मंत्रालय के ओएसडी (शहरी परिवहन) जयदीप कुमार को इस पहल की संभावनाओं की जांच करने के निर्देश दिए। बैठक के दौरान, मंत्री ने मेट्रो, मोनोरेल, रैपिड रेल और केबल कारों जैसे विभिन्न परिवहन विकल्पों पर ध्यान देने की आवश्यकता पर जोर दिया। यह पहल छत्तीसगढ़ के प्रमुख औद्योगिक शहरों डुर्ग, भिलाई और रायपुर- के बीच कनेक्टिविटी को बढ़ाने का उद्देश्य है। मंत्री ने इन शहरों के लिए एक व्यापक गतिशीलता योजना शीघ्र तैयार करने के निर्देश दिए। तोखन साहू ने यह भी निर्देश दिया कि व्यापक गतिशीलता योजना तैयार करने में सर्वेक्षण इत्यादि का सारा खर्च केंद्रीय आवासन एवं शहरी कार्य मंत्रालय द्वारा पूरा किया जाएगा। उन्होंने कहा कि मास रैपिड ट्रांजिट कॉरिडोर की स्थापना से रोजगार के अवसर बढ़ेंगे और लोगों को स्वास्थ्य देखभाल, शिक्षा और अन्य सेवाओं की बेहतर पहुंच प्राप्त होगी। सूत्रों के अनुसार, राज्य सरकार को केंद्रीय आवासन एवं शहरी कार्य मंत्रालय द्वारा आगे के मूल्यांकन और विचार के लिए एक विस्तृत प्रस्ताव तैयार करने और प्रस्तुत करने का निर्देश दिया जाएगा।

# खतीसगढ़/राजधानी प्रमुख समाचार

## बड़े से छोटे सिलेंडरों में हो रही थी रिफिलिंग खाद्य विभाग की टीम ने मारा छापा



रायपुर। रायपुर जिले में कलेक्टर डॉ. गौरव सिंह के निर्देश पर घरेलू गैस-सिलेंडरों की कालाबाजारी और उनके दुरुपयोग को रोकने के लिए खाद्य विभाग द्वारा सघन अभियान चलाया जा रहा है। आज खाद्य नियंत्रक श्री भूपेंद्र मिश्रा के नेतृत्व में विभाग की टीम ने अमन नगर मोवा के गोदाम पर छापा मारकर अवैध रूप से बड़े सिलेंडरों से गैस निकालकर छोटे सिलेंडरों में रिफिलिंग पर कार्रवाई की है। इस कार्रवाई के दौरान अलग-अलग कंपनियों के 98 गैस-सिलेंडर भी जब्त किए गए हैं। इसके साथ ही बड़े सिलेंडरों से छोटे सिलेंडरों में घरेलू एलपीगैस गैस रिफिलिंग के लिए इस्तेमाल किए जाने वाले औजार जैसे हथौड़ा, पाना-पेंचिस, बीस रेगुलेटर और पीतल की तीन बांसुरी भी जब्त की गई हैं। इसके साथ ही गोदाम संचालक के विरुद्ध द्रविकृत पेट्रोलियम आदेश 2000 के विभिन्न प्रावधानों के तहत कार्रवाई भी की जा रही है। आज की गई छापामार कार्रवाई के संबंध में खाद्य नियंत्रक श्री भूपेंद्र मिश्रा ने बताया कि विभाग को आशोका हार्ड्ट्स अमन नगर मोवा के पास एक छोटे गोदाम में दो संदिग्ध व्यक्तियों द्वारा बड़े सिलेंडरों से छोटे सिलेंडरों में घरेलू गैस रिफिलिंग करने की शिकायत मिली थी।

## शेयर ट्रेडिंग के नाम पर ठगी करने वाला आरोपी चेन्नई से गिरफ्तार



रायपुर। रेंज साइबर रायपुर की टीम ने एक बड़ी सफलता हासिल करते हुए शेयर ट्रेडिंग के नाम पर 88 लाख रुपये की ठगी करने वाले आरोपी पी हरिकिशोर को चेन्नई के कांचीपुरम से गिरफ्तार किया है। आरोपी के खिलाफ कर्नाटक में भी मामला दर्ज है, और पुलिस ने आरोपी के बैंक खाते में 57 लाख रुपये होल्ड करवाए हैं। प्रार्थी रश्मि द्वारा दर्ज शिकायत के अनुसार, उन्हें शेयर ट्रेडिंग में मुनाफा कमाने का झंझा देकर 88 लाख रुपये की ठगी का शिकार बनाया गया था। रेंज साइबर थाना में अपराध क्रमांक 14/24 के तहत मामला दर्ज किया गया, जिसमें धारा 318, 4 (3-5) बीएसएन के तहत जबरन की गई। पुलिस महानिरीक्षक अमरेश मिश्रा के निर्देशन में रेंज साइबर थाना की टीम ने तत्कालीन साक्ष्यों के आधार पर जांच की। जांच के दौरान आरोपी द्वारा इस्तेमाल किए गए बैंक खाते और मोबाइल नंबरों की जानकारी जुटाई गई, जिससे आरोपी पी हरिकिशोर सिंह, निवासी मुजफ्फरपुर, बिहार, का पता चला। आरोपी चेन्नई में रहकर सिम कार्ड और बैंक खाते अरेंज करता था और पश्चिम बंगाल में अपने साथियों के साथ मिलकर ठगी को अंजाम देता था।

## चक्रधर समारोह में अपना पहला परफार्मेंस देने पहुंची मीनाक्षी



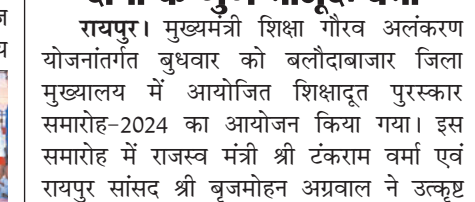
रायगढ़। 30 साल बाद अमेरिका से भारत वापस आई हूँ, और चक्रधर समारोह में मेरा पहला परफॉर्मेंस होगी, यहां आर्डिंस उधें जरूर स्वीकार करेगी और पसंद करेगी, साल 2024 मेरे लिए बहुत ही महत्वपूर्ण साल होगा, यह बात मशहूर सिने तारिका और नृत्यांगना मीनाक्षी शोषादि ने चक्रधर समारोह में अपनी प्रस्तुति से पहले चर्चा में कही, मीनाक्षी शोषादि समारोह में भरत नाट्यम पेश करेगी, इसके पहले पत्रकारों से मुलाकात में उन्होंने कहा कि अमेरिका में भारतीय संस्कृति के प्रचार-प्रसार कर रही हैं, वहां नृत्य का स्कूल स्थापित किया है, भारतीय संस्कृति को विदेश में काफी पहचान है, कथक, भरत नाट्यम और ओडिसी नृत्य में परांत्त मीनाक्षी शोषादि ने बताया कि जब जयपुर और लखनऊ घराने से जुड़ी हुई हैं, आज जब रायगढ़ पहुंची तो उन्हें रायगढ़ घराने की जानकारी मिली, महाराजा चक्रधर सिंह की उनकी अलग नृत्य शैली है, जिसे रायगढ़ घराने के रूप में जाना जाता है, एक सवाल के जवाब में मीनाक्षी शोषादि ने कहा कि उसे राजनीति में आने का कोई शौक नहीं है, हालांकि उन्हें कांग्रेस से चुनाव लड़ने के लिए ऑफर किया गया था, लेकिन उन्होंने इससे दूरी बना ली, उन्होंने कोलकाता में महिला डॉक्टर के साथ हुई घटना की भर्त्सना करते कहा कि यह कलघुण है।

## वित्तमंत्री ने अखिल भारतीय कुश्ती प्रतियोगिता का किया शुभारंभ



रायपुर। वित्तमंत्री ओपी चौधरी ने आज रायगढ़ के रामलीला मैदान में अखिल भारतीय कुश्ती प्रतियोगिता का शुभारंभ किया। उन्होंने महाराज चक्रधर सिंह और भगवान हनुमान के छायाचित्र पर पुष्पमाला अर्पित कर प्रतियोगिता का शुभारंभ किया। वित्तमंत्री श्री चौधरी ने प्रतियोगिता में शामिल सभी खिलाड़ियों से परिचय प्राप्त कर बेहतर खेल प्रदर्शन की शुभकामनाएं दीं। वित्तमंत्री श्री चौधरी कार्यक्रम को सम्बोधित करते हुए कहा कि यह हर्ष का विषय है कि आप सभी 39वें चक्रधर समारोह में सम्मिलित हुए हैं। मुख्यमंत्री श्री विष्णु देव साय के नेतृत्व में इस वर्ष भव्य रूप से चक्रधर समारोह का आयोजन किया जा रहा है। उन्होंने कहा कि आज इस अवसर पर देश भर से आए कुल 275 रेसलर्स के बीच कुश्ती प्रतियोगिता का आयोजन करया जा रहा है। उन्होंने कुश्ती प्रतियोगिता के सुव्यवस्थित आयोजन के लिए जिला प्रशासन व कुश्ती संघ को बधाई दिया। श्री चौधरी ने कहा कि इस तरह की प्रतियोगिताएं बड़े स्तर पर जिले में वैभवशाली ढंग से मनाया जा रहा है, जो हम सभी के लिए गौरव की बात है। उन्होंने इस अवसर पर विधायक निधि से कुश्ती मेट देने की घोषणा भी की।

## शिक्षकों में सृजन व क्रांति दोनों के गुण मौजूद: वर्मा



रायपुर। मुख्यमंत्री शिक्षा गौरव अलंकरण योजनांतगत बुधवार को बलौदाबाजार जिला मुख्यालय में आयोजित शिक्षादूत पुरस्कार समारोह-2024 का आयोजन किया गया। इस समारोह में राजस्व मंत्री श्री टंकम वर्मा एवं रायपुर सांसद श्री बृजमोहन अग्रवाल ने उत्कृष्ट कार्य करने वाले जिले के 14 शिक्षकों को शिक्षादूत पुरस्कार से सम्मानित किया। इसके साथ ही हाई स्कूल बोर्ड परीक्षा 2024 में शतप्रतिशत परिणाम प्राप्त करने वाले 5 स्कूलों के प्राचार्य, 10 संकुल समन्वयक तथा नावाचारी कार्य हेतु 4 शिक्षकों को सम्मानित किया गया। कार्यक्रम को सम्बोधित करते हुए राजस्व मंत्री श्री टंकम वर्मा ने कहा कि शिक्षकों में सृजन और क्रांति दोनों गुण विद्यमान होते हैं। वे अपने सृजन कौशल से नवाचार का प्रयोग कर बच्चों का भविष्य संवारते हैं। उन्होंने कहा कि पहले गांव में शिक्षक मुखिया की भूमिका निभाते थे। कोई भी धार्मिक या सांस्कृतिक आयोजन में उन्हीं को जिम्मेदारी होती थी।

## माओवादियों ने जारी किया 25 पन्नों की बुकलेट

### 20 सालों में मारे गए 5,249 माओवादी, पुलिस और सुरक्षा बलों के 3090 जवानों को किया हताहत

रायपुर। माओवादियों ने 20वीं वर्षगांठ मनाने के लिए 25 पन्नों की बुकलेट जारी किया है, जिसमें भारत में माओवादी इतिहास, वर्तमान और भविष्य का उल्लेख है। इसके साथ बीते 20 वर्षों में मारे जाने और घायल होने वाले माओवादी लीडर्स और सदस्यों की संख्या, जवानों के हताहत और घायल होने की संख्या और जवानों से लूटे गए हथियारों और जवानों द्वारा माओवादियों से बरामद हथियारों की संख्या भी जारी की गई है।

समेत केंद्रीय कमेटी के 22 पीपीसी सदस्य, 871 पार्टी व सदस्यों की जान गई, वहीं 1000 पीएलजीए सदस्य शामिल हैं। माओवादियों ने 3596 मौतों का जन निर्माण कार्यकर्ताओं और क्रांतिकारी जनता वीते दो दशकों में सुरक्षा बलों पर 4073 बड़े, मझौले एवं छोटे किस्म के हमलों की संख्या बताई। इन हमलों को कार्यान्वितक जवाबी हमले कहा गया है। पुलिस और सुरक्षा बलों के 3090 जवानों को हताहत करने की संख्या और 4.077 जवानों को घायल करने

की संख्या बताई। जवानों से 2,365 आधुनिक हथियार और 1,19,682 कारतूस और अन्य असलहा हासिल किए जाने की बात लिखी। माओवादियों ने बीते साढ़े तीन सालों में संगठन को बड़ा नुकसान होने का जिक्र किया है। इस दौरान 439 माओवादी सदस्य मारे गए, वहीं 215 हथियारों से हाथ धोना पड़ा है। 2021 से जुलाई 2024 तक 669 गुल्लक युद्ध कार्यावाहियों में 261 जवानों को हताहत करने और 516 जवानों को घायल करने की बात लिखी गई। 3 सालों के इन हमलों से 25 हथियार हासिल किए जाने की बात कही गई, वहीं बीते एक वर्ष में से 218 सदस्यों, कार्यकर्ताओं और लीडर्स की मौत का उल्लेख किया गया है। बुकलेट में जंगलों, बौहड़ों और देहातों से शहरों तक में युद्ध लड़े जाने की बात लिखी गई है। भारत के वर्तमान व्यवस्था के खिलाफ हथियारबंद युद्ध छेड़कर सत्ता हासिल करने और तुर्की, फिलिपींस समेत अन्य देशों में सक्रिय माओवादी गतिविधियों का भी उल्लेख किया गया है। इसके अलावा माओवादी संगठन कब-कब और कैसे कमजोर और दोबारा कैसे मजबूत हुआ, इन बातों का भी जिक्र प्रमुखता से किया गया है।

रायपुर। भारत सरकार के नवीन एवं नवीकरणीय ऊर्जा मंत्रालय, नई दिल्ली द्वारा 11 से 13 सितंबर 2024 को आयोजित द्वितीय अंतर्राष्ट्रीय ग्रीन हाइड्रोजन सम्मेलन में प्रधानमंत्री श्री नरेन्द्र मोदी की वचुंअल उपस्थिति में, श्री हरदीप पुरी, मंत्री, पेट्रोलियम एवं प्राकृतिक गैस मंत्रालय, भारत सरकार, प्रोफेसर श्री अजय सूर, भारत के प्रधान वैज्ञानिक केन्द्र के रूप में विकसित करना है। इस महत्वपूर्ण अंतर्राष्ट्रीय सम्मेलन में छत्तीसगढ़ का

प्रतिनिधित्व श्री सुमित सरकार, मुख्य कार्यपालन अधिकारी, छत्तीसगढ़ बायोफ्यूल विकास प्राधिकरण (सीबीडीए) द्वारा किया गया। इस सम्मेलन में छत्तीसगढ़ राज्य द्वारा बायोमास आधारित ग्रीन हाइड्रोजन उत्पादन पर अपना अभिमत एवं इस दिशा में किये जा रहे विभिन्न

महत्वपूर्ण कार्यों पर प्रस्तुतीकरण के द्वाे हुये उपपरमराज्ठ उर्जा के क्षेत्र में जैव इंधन के रूप में ग्रीन हाइड्रोजन के प्रोत्साहन की दिशा में किये जा रहे कार्यों से अवगत कराया गया।