

दिनिया

उंग-बिंगी

दर्थकों की बदलती रहती है पसंद, युवा चाहते हैं नया और अनोखा कंटेंट : अंजुम फकीह

मुंबई, 20 जुलाई (एजेंसियां)। अभिनेत्री अंजुम का नेट अपने नए रियलिटी शो 'छोरियां चलीं गांव' के साथ एक नई शुरुआत की है। अंजुम का मानना है कि कंटेंट को लेकर समय का पसंद बदलती रहती है। यंग जनरेशन नए और अनोखे कंटेंट की मांग करती है। अंजुम ने कहा कि दर्थकों की पसंद हर कुछ सामानों में बदलती है। आज का युवा ज्यादा मुखर है, वह फ्रेश, अनोखी कहानियों की मांग करता है। उन्होंने कहा कि भारत में प्रतिभा और रचनात्मकता की कोई कमी नहीं है। 'छोरियां चलीं गांव' के कॉर्सेट को बनाने का सामान भी उन्होंने कहा कि इसके लिए कुछ नया और जड़ी बूझे लेकर आया है। यह योंश सहरों की चाक-दमक से दूर, गांव की असली चिंदगी को दिखाता है, जहां भारत का दिल बसता है। यह योंश शहर और गांव दोनों के दर्थकों को पसंद आया है। इसकी सफलता दर्थकों के हाथ में है। अगर उन्हें पसंद आया, तो यह सालों चलेगा, वरना खत्म हो जाएगा।

'छोरियां चलीं गांव' को लेकर उत्साहित

शारीरिक स्थिरता को बढ़ाता है पर्वत मुद्रा आसन

नई दिल्ली, 20 जुलाई (एजेंसियां)। योग के क्षेत्र में ताड़ासन जिसे 'ताड़ के पेड़ की मुद्रा' या 'पर्वत मुद्रा' के नाम से जाना जाता है, एक मूलभूत खड़े आसन है। यह आसन न केवल शारीरिक स्थिरता और संतुलन को बढ़ाता है, बल्कि मानसिक ताकत को भी प्रोत्ताहित करता है।

ताड़ का अर्थ है ताड़ का पेड़ या पर्वत, जो इस आसन की दृढ़ और स्थिर प्रकृति को दिखाता है। यह सभी खड़े आसनों का आधार माना जाता है और योग साधन में महत्वपूर्ण स्थान रखता है। एक्सपर्ट के अनुसार यह बेहद आसान और फायदेमंद योगासन है, जिसे करने से हाइट भी बढ़ने लगता है।

भारत सरकार का आयुष मन्त्रालय बताता है कि ताड़ासन करने से एक-दो नहीं, कई फायदे मिलते हैं। इसे करने के लिए सबसे पहले पैरों को 2 इंच की दूरी पर रखकर सीधे खड़े हो। ऊपरी लोगों को आपस में फँसा लें और कर्लाई को बाह्य की ओर मोड़ें। सांस लेते हुए बाजुओं को सिर के ऊपर कंधों की सीधे उठाएं। इसके बाद, ऐड्यूयों को जर्मीन से ऊपर उठाकर पैरों पर सुरुन बनाएं। इस मुद्रा में 10-15 सेकंड तक रहना चाहिए। ताड़ासन शारीरिक और मानसिक स्वास्थ्य के लिए बेहद फायदेमंद है। यह ग्रीढ़ की हड्डी को जम्बूत करता है और शरीर की मुद्रा (पोश्च) को बेहतर बनाता है। यह मांसपेशियों को खाना लेना है, जिससे लचीलापन बढ़ता है। यही नहीं, ताड़ासन

थ्रिएटर्स में खाने-पीने की वस्तुओं के दामों पर निखिल सिद्धार्थ ने जताई नाराजगी, की खास अपील

चेन्नई, 20 जुलाई (एजेंसियां)।

तेलुगु सिनेमा के उभरते सितारे निखिल सिद्धार्थ ने थ्रिएटर्स में खाने-पीने की वस्तुओं की आपसमान छूटी कीमतों पर हँड़ार जाते हुए प्रसासन से अनुभव की है कि दर्थकों को दिखाने के लिए एक-दो नहीं, कई फायदे मिलते हैं। इसे करने के लिए उपर सबसे पहले पैरों को 2 इंच की दूरी पर रखकर सीधे खड़े हो। ऊपरी लोगों को आपस में फँसा लें और कर्लाई को बाह्य की ओर मोड़ें। सांस लेते हुए बाजुओं को सिर के ऊपर कंधों की सीधे उठाएं। इसके बाद, ऐड्यूयों को जर्मीन से ऊपर उठाकर पैरों पर सुरुन बनाएं। इस मुद्रा में 10-15 सेकंड तक रहना चाहिए। ताड़ासन शारीरिक और मानसिक स्वास्थ्य के लिए बेहद फायदेमंद है। यह ग्रीढ़ की हड्डी को जम्बूत करता है और शरीर की मुद्रा (पोश्च) को बेहतर बनाता है। यह मांसपेशियों को खाना लेना है, जिससे लचीलापन बढ़ता है। यही नहीं, ताड़ासन

नीम में एंटी-फंगल, एंटी-बैक्टीरियल और एंटी-इंफ्लेमेटरी गुण भी जूँदू

नीम की पत्तियां कब्ज़ा, अपच जैसी समस्याओं में भी फायदेमंद

नई दिल्ली, 20 जुलाई (एजेंसियां)। बरसात का मौसम जहां ताजगी लाता है, वहीं फंगल और बैक्टीरियल संक्रमण का खतरा भी बढ़ जाता है। ऐसे में नीम की पत्तियां, फूल, फल और अंगूष्ठी का तोहफा बनकर सामने आते हैं। नीम के अंगूष्ठी गुण न केवल संक्रमण से बचते हैं, बल्कि कई गंभीर बीमारियों में भी राहत देते हैं।

नीम में एंटी-फंगल, एंटी-बैक्टीरियल और एंटी-इंफ्लेमेटरी गुण भी जूँदू हैं, जो बरसात में होने वाले संक्रमणों से रक्षा करते हैं। नीम के पत्तों से सान रकने से त्वचा पर संक्रमण नहीं फैलता। नीम

प्रकृति का अनमोल तोहफा बनकर रहता है। नीम के पत्तों से खून सफ़े देती है, त्वचा पर निखार आता है और मुहासे, दाग-धब्बों से छुटकारा मिलता है। नीम की पत्तियां और फूल पेट के कोडे खत्म करते, पाचन

इन्फेक्शन बढ़ाते हैं। नीम के पत्तों से स्नान करने से त्वचा पर संक्रमण नहीं फैलता।

नई दिल्ली, 20 जुलाई (एजेंसियां)। बरसात का मौसम जहां ताजगी लाता है, वहीं फंगल और बैक्टीरियल संक्रमण का खतरा भी बढ़ जाता है। ऐसे में नीम की पत्तियां, फूल, फल और अंगूष्ठी का तोहफा बनकर सामने आते हैं। नीम के अंगूष्ठी गुण न केवल संक्रमण से बचते हैं, बल्कि कई गंभीर बीमारियों में भी राहत देते हैं। नीम की पत्तियां के साथ दायरें बैक्टीरियल और फंगल से खून सफ़े देती हैं, त्वचा पर निखार आता है। बरसात के साथ फंगल संक्रमण के लिए नीम के पत्तों से स्नान करने से त्वचा पर संक्रमण नहीं फैलता।

नई दिल्ली, 20 जुलाई (एजेंसियां)। बरसात का मौसम जहां ताजगी लाता है, वहीं फंगल और बैक्टीरियल संक्रमण का खतरा भी बढ़ जाता है। ऐसे में नीम की पत्तियां, फूल, फल और अंगूष्ठी का तोहफा बनकर सामने आते हैं। नीम के पत्तों से स्नान करने से त्वचा पर संक्रमण नहीं फैलता।

नई दिल्ली, 20 जुलाई (एजेंसियां)। बरसात का मौसम जहां ताजगी लाता है, वहीं फंगल और बैक्टीरियल संक्रमण का खतरा भी बढ़ जाता है। ऐसे में नीम की पत्तियां, फूल, फल और अंगूष्ठी का तोहफा बनकर सामने आते हैं। नीम के पत्तों से स्नान करने से त्वचा पर संक्रमण नहीं फैलता।

नई दिल्ली, 20 जुलाई (एजेंसियां)। बरसात का मौसम जहां ताजगी लाता है, वहीं फंगल और बैक्टीरियल संक्रमण का खतरा भी बढ़ जाता है। ऐसे में नीम की पत्तियां, फूल, फल और अंगूष्ठी का तोहफा बनकर सामने आते हैं। नीम के पत्तों से स्नान करने से त्वचा पर संक्रमण नहीं फैलता।

नई दिल्ली, 20 जुलाई (एजेंसियां)। बरसात का मौसम जहां ताजगी लाता है, वहीं फंगल और बैक्टीरियल संक्रमण का खतरा भी बढ़ जाता है। ऐसे में नीम की पत्तियां, फूल, फल और अंगूष्ठी का तोहफा बनकर सामने आते हैं। नीम के पत्तों से स्नान करने से त्वचा पर संक्रमण नहीं फैलता।

नई दिल्ली, 20 जुलाई (एजेंसियां)। बरसात का मौसम जहां ताजगी लाता है, वहीं फंगल और बैक्टीरियल संक्रमण का खतरा भी बढ़ जाता है। ऐसे में नीम की पत्तियां, फूल, फल और अंगूष्ठी का तोहफा बनकर सामने आते हैं। नीम के पत्तों से स्नान करने से त्वचा पर संक्रमण नहीं फैलता।

नई दिल्ली, 20 जुलाई (एजेंसियां)। बरसात का मौसम जहां ताजगी लाता है, वहीं फंगल और बैक्टीरियल संक्रमण का खतरा भी बढ़ जाता है। ऐसे में नीम की पत्तियां, फूल, फल और अंगूष्ठी का तोहफा बनकर सामने आते हैं। नीम के पत्तों से स्नान करने से त्वचा पर संक्रमण नहीं फैलता।

नई दिल्ली, 20 जुलाई (एजेंसियां)। बरसात का मौसम जहां ताजगी लाता है, वहीं फंगल और बैक्टीरियल संक्रमण का खतरा भी बढ़ जाता है। ऐसे में नीम की पत्तियां, फूल, फल और अंगूष्ठी का तोहफा बनकर सामने आते हैं। नीम के पत्तों से स्नान करने से त्वचा पर संक्रमण नहीं फैलता।

नई दिल्ली, 20 जुलाई (एजेंसियां)। बरसात का मौसम जहां ताजगी लाता है, वहीं फंगल और बैक्टीरियल संक्रमण का खतरा भी बढ़ जाता है। ऐसे में नीम की पत्तियां, फूल, फल और अंगूष्ठी का तोहफा बनकर सामने आते हैं। नीम के पत्तों से स्नान करने से त्वचा पर संक्रमण नहीं फैलता।

नई दिल्ली, 20 जुलाई (एजेंसियां)। बरसात का मौसम जहां ताजगी लाता है, वहीं फंगल और बैक्टीरियल संक्रमण का खतरा भी बढ़ जाता है। ऐसे में नीम की पत्तियां, फूल, फल और अंगूष्ठी का तोहफा बनकर सामने आते हैं। नीम के पत्तों से स्नान करने से त्वचा पर संक्रमण नहीं फैलता।

नई दिल्ली, 20 जुलाई (एजेंसियां)। बरसात का मौसम जहां ताजगी लाता है, वहीं फंगल और बैक्टीरियल संक्रमण का खतरा भी बढ़ जाता है। ऐसे में नीम की पत्तियां, फूल, फल और अंगूष्ठी का तोहफा बनकर सामने आते हैं। नीम के पत्तों से स्नान करने से त्वचा पर संक्रमण नहीं फैलता।

नई दिल्ली, 20 जुलाई (एजेंसियां)। बरसात का मौसम जहां ताजगी लाता है, वहीं फंगल और बैक्टीरियल संक्रमण का खतरा भी बढ़ जाता है। ऐसे में नीम की पत्तियां, फूल, फल और अंगूष्ठी का तोहफा बनकर सामने आते हैं। नीम के पत्तों से स्नान करने से त्वचा पर संक्रमण नहीं फैलता।

खेल जगत

चौटिल आकाश और अर्शदीप के मैनचेस्टर टेस्ट खेलने पर संशय

मैनचेस्टर, 20 जुलाई (एजेंसियां)। मैनचेस्टर में होने वाले मरत्पूर्ण चौथे टेस्ट में भारत आकाश दीप और अर्शदीप सिंह के चौटिल हो गये हैं, जिससे इन दोनों के अगले टेस्ट मैच में खेलने पर संशय बना उठा है। अर्शदीप को गुणवार को बैकनेंड में अभ्यास सत्र के दौरान अपने ही फॉलो श्रृंग में गेंदबाजी हाथ में चोट लगी है, जबकि आकाश दीप को पॉर्ट में परेशानी से ज़ख्म रहे हैं। चौथा टेस्ट मैच बुधवार से अलेल ट्रैफर्ड में शुरू होगा।

- चौथा टेस्ट मैच बुधवार से अलेल ट्रैफर्ड में शुरू होगा
- आकाश दीप ने बैरींग टेस्ट में 10 विकेट लेकर भारत को बाहरी दिलाने में अभ्यास निर्माई की है।

गुणवार को कहा था कि अर्शदीप की चोट भारत की योजना पर असर डालेगी और अब आकाश दीप पर सर्वेंद के साथ चिंताएं और भी बढ़ गई होंगी। दाएं हाथ के इस तेज गेंदबाजी ने बैरींग में 10 विकेट लेकर भारत को बाहरी दिलाने में अहम भूमिका निर्माई की है। लॉर्ड्स में अगले टेस्ट में आकाश दीप ने क्वेल वर के बाहरी दिलाने में अगले टेस्ट में अगले टेस्ट में आकाश दीप ने हुए लय बाहिल करने में संरक्षण करते रहे थे। वह चौथे टेस्ट में भी इलाज के लिए मैदान से बाहर चले गए थे, हालांकि उस समय वह पुष्ट नहीं हो पाए थे कि समस्या क्या

थी। अकाशदीप ने थोड़ी देर अभ्यास गेंदबाजी और वह चौटिल होकर भारत और और उनके गेंदबाजों वाले हाथ पर टेप लगा दिया। वह पता नहीं चल किया लगे हैं कि उन्हें टांके लगे हो जाएं अर्शदीप उनकी जगह औलेल ट्रैफर्ड टेस्ट की दोहर में शामिल हो जाते मोहम्मद सिराज एकात्र तेज गेंदबाज हैं जो इस दौरे पर भारत के लिए सभी टेस्ट मैचों में खेले हैं और अब उनका भारत की ओर से सबसे ज्यादा ऑवर भाले हैं। टेन डेस्काटर ने कहा है कि सिराज के वक्तलोड पर भी प्रबंधन की नजर है।

इंग्लैंड दौरे के बीच भारतीय टीम में शामिल हुए अंशुल कंबोज

नई दिल्ली। हरियाणा के तेज गेंदबाज अंशुल कंबोज को इंग्लैंड के मौजूदा दोस्रे के लिए भारतीय टेस्ट टीम में शामिल किया गया है। वाएं हाथ के तेज गेंदबाज अर्शदीप सिंह द्वारा दिलाने में अहम भूमिका निर्माई की है। लॉर्ड्स में अगले टेस्ट में आकाश दीप ने ज्यादा ऑवर भाले हैं। वह चौथे टेस्ट में भी इलाज के लिए मैदान से बाहर चले गए थे, हालांकि उस समय वह पुष्ट नहीं हो पाए थे कि समस्या क्या है।

‘एक्स’ पर पोस्ट किया, भारत-ए के तेज गेंदबाज अंशुल कंबोज को मैनचेस्टर में इंग्लैंड के खिलाफ चौथे टेस्ट से पहले कवर के तौर पर भारतीय टीम में शामिल किया गया है। 24 वर्षीय दाएं हाथ के तेज गेंदबाज अंशुल ने 24 प्रथम श्रेणी मैचों में 79 विकेट अपने नाम किए हैं। वह पिछले महीने भारत-ए टीम का हिस्सा थे। इस दौरान दो तीन दिवसीय मैच खेले गए। अंशुल ने दोनों मैचों में बल पांच विकेट अपने नाम कर चुके हैं। उन्होंने कलरियर में 30 मुकाबलों में अंशुल 40 विकेट अपने नाम कर चुके हैं।

टी-20 मुकाबलों भी खेले, जिसमें 34 विकेट करका चुका है। चौथे टेस्ट में तेज गेंदबाज जसप्रीत बुमराह के खेलने पर अब उनका संशय है। कुछ अन्य भारतीय गेंदबाज पिछले मुकाबलों में प्रभाव नहीं छोड़ सकते हैं। ऐसे में अर्शदीप सिंह को मैनचेस्टर टेस्ट की दोहर में आगे माना जा रहा था।

एशियाई जूनियर मिशन टीम चैम्पियनशिप

भारत ने हांगकांग को हाकर ग्रुप डी में शीर्ष स्थान हासिल किया

सोलो, 20 जुलाई (एजेंसियां)। भारतीय टीम ने इंडोनेशिया में बैडमिंटन एशिया जूनियर मिशन टीम चैम्पियनशिप के युव चरण में अपनी लगातार जीत का किंडर्ड बरकरार रखते हुए रिवायर को बांध आउट करकर रखते हुए एक बार फिर भारत को विजयी शुरूआत की है। इसके बावजूद जीत से भारतीय टीम का आत्मविश्वास बढ़ गया। रुजुला रामू ने एक बार फिर भारत को विजयी शुरूआत दिलाई। उन्होंने आईपी सुम यात्रा की 11-18 से हार्या, और फिर भारतीय राम अरिगेल और फिर एकल तक तक अंतर (55-49) था। जूनियर विश्व नंबर 1 तकी शर्मा ने दूसरे बालिका एकल में लिया था। उन्होंने आईपी सुम यात्रा की गोल्ड की चांदी दिलाई। उन्होंने आईपी सुम यात्रा की अंतर्वार को अंतर तक अंतर (22-13) तक पहुंचा दिया। हांगकांग के लालों का तो ने 13 अंतर बनाकर रामू ने एक बार फि�र जीत की है।



■ रामू ने एक बार फिर भारत को विजयी शुरूआत दिलाई

■ आज वार्ल्ड फाइनल में भारत का सामना जापान से होगा

अपनी टीम के अंतर को कम करने में मदद की, इससे पहले गुणवार को बालीकों के अंतर के अंकों को 33 तक पहुंचाया था। पांच मैचों के बाद दोनों यीमें के बीच केवल छह अंकों का अंतर (55-49) था। जूनियर विश्व नंबर 1 तकी शर्मा ने दूसरे बालिका एकल में लिया था। उन्होंने आईपी सुम यात्रा की गोल्ड की चांदी के लिए बालिका एकल में लिया था। उन्होंने आईपी सुम यात्रा की अंतर्वार को अंतर तक अंतर (22-13) तक पहुंचा दिया। हांगकांग के लालों का तो ने 13 अंतर बनाकर रामू ने एक बार फि�र जीत की है।

सोलो, 20 जुलाई (एजेंसियां)। भारत के लालों जंपर सूरली श्रीशंकर ने मैटिंग माया सिद्धार्थ दो टेस्पोर्ट 2025 में देश का नाम रोना किया है। यह एक वर्ल्ड एथलेटिस्म कॉन्फिनेंटल टूर का ब्रॉन्ज-लेवल मुकाबला था, जिसमें श्रीशंकर ने 7.75 मीटर की सर्वश्रेष्ठ छलांग लगाकर पहला स्थान हासिल किया। श्रीशंकर ने प्रतियोगिता की शुरूआत 7.63 मीटर की छलांग से की। इसके बाद उन्होंने दूसरे रांड में 7.75 मीटर की छलांग लगाई, जो उनका सर्वश्रेष्ठ प्रयास रहा। तीसरे प्रयास में उन्होंने 7.69 मीटर की छलांग लगाई, और चौथी प्रयास काउल रहा। उन्होंने पांचवें प्रयास में 6.12 मीटर और आर्थिक रांड में 7.58 मीटर की छलांग लगाई। पॉलेंट के प्रियोरिटी टारकोंका दूसरे स्थान पर रहे, जबकि अंस्ट्रेलिया के क्रिस मिटरबस्ट की शुरूआत 7.84 मीटर से की। फिर इसे बेहतर करते हुए 7.99 मीटर तक पहुंचे। इसके बाद 8 मीटर का अंक बालीका पार किया। हालांकि, वर्ल्ड एथलेटिस्म चैम्पियनशिप 2025 में लिए एक बाद उन्होंने शानदार वापसी की है। भारतीय श्रीशंकर ने अपने अभियान की शानदार सुनिश्चित किया।

मुरली श्रीशंकर को अप्रैल 2024 में घुटने में चोट लगी है। उनकी वजह से वह पेरिस ओलंपिक 2024 में हिस्सा नहीं ले सकते। उन्होंने 8.37 मीटर की छलांग के साथ एशियन एथलेटिस्म चैम्पियनशिप में अपने अभियान की शानदार शीर्ष स्थान सुनिश्चित किया।

सोलो, 20 जुलाई (एजेंसियां)। भारत के लालों जंपर सूरली श्रीशंकर ने मैटिंग माया सिद्धार्थ दो टेस्पोर्ट 2025 में देश का नाम रोना किया है। यह एक वर्ल्ड एथलेटिस्म कॉन्फिनेंटल टूर का ब्रॉन्ज-लेवल मुकाबला था, जिसमें श्रीशंकर ने 7.75 मीटर की सर्वश्रेष्ठ छलांग लगाकर पहला स्थान हासिल किया। श्रीशंकर ने प्रतियोगिता की शुरूआत 7.63 मीटर की छलांग से की। इसके बाद उन्होंने दूसरे रांड में 7.75 मीटर की छलांग लगाई, जो उनका सर्वश्रेष्ठ प्रयास रहा। तीसरे प्रयास में उन्होंने 7.69 मीटर की छलांग लगाई, और चौथी प्रयास काउल रहा। उन्होंने पांचवें प्रयास में 6.12 मीटर और आर्थिक रांड में 7.58 मीटर की छलांग लगाई। पॉलेंट के प्रियोरिटी टारकोंका दूसरे स्थान पर रहे, जबकि अंस्ट्रेलिया के क्रिस मिटरबस्ट की शुरूआत 7.84 मीटर से की। फिर इसे बेहतर करते हुए 7.99 मीटर तक पहुंचे। इसके बाद 8 मीटर का अंक बालीका पार किया। हालांकि, वर्ल्ड एथलेटिस्म चैम्पियनशिप 2025 में लिए एक बाद उन्होंने शानदार वापसी की है। भारतीय श्रीशंकर ने अपने अभियान की शानदार शीर्ष स्थान सुनिश्चित किया।

सोलो, 20 जुलाई (एजेंसियां)। भारतीय श्रीशंकर ने मैटिंग माया सिद्धार्थ दो टेस्पोर्ट 2025 में देश का नाम रोना किया है। यह एक वर्ल्ड एथलेटिस्म कॉन्फिनेंटल टूर का ब्रॉन्ज-लेवल मुकाबला था, जिसमें श्रीशंकर ने 7.75 मीटर की सर्वश्रेष्ठ छलांग लगाकर पहला स्थान हासिल किया। श्रीशंकर ने प्रतियोगिता की शुरूआत 7.63 मीटर की छलांग से की। इसके बाद उन्होंने दूसरे रांड में 7.75 मीटर की छलांग लगाई, जो उनका सर्वश्रेष्ठ प्रयास रहा। तीसरे प्रयास में उन्होंने 7.69 मीटर की छलांग लगाई, और चौथी प्रयास काउल रहा। उन्होंने पांचवें प्रयास में 6.12 मीटर और आर्थिक रांड में 7.58 मीटर की छलांग लगाई। पॉलेंट के प्रियोरिटी टारकोंका दूसरे स्थान पर रहे, जबकि अंस्ट्रेलिया के क्रिस मिटरबस्ट की शुरूआत 7.84 मीटर से की। फिर इसे बेहतर करते हुए 7.99 मीटर तक पहुंचे। इसके बाद 8 मीटर का अंक बालीका पार किया। हालांकि, वर्ल्ड एथलेटिस्म चैम्पियनशिप 2025 में लिए एक बाद उन्होंने शानदार वापसी की है। भारतीय श्रीशंकर ने अपने अभियान की शानदार शीर्ष स्थान सुनिश्चित किया।

सोलो, 20 जुलाई (एजेंसियां)। भारतीय श्रीशंकर ने मैटिंग माया सिद्धार्थ दो टेस्पोर्ट 2025 में देश का नाम रोना किया है। यह एक वर्ल्ड एथलेटिस्म कॉन्फिनेंटल टूर का ब्रॉन्ज-लेवल मुकाबला था, जिसमें श्रीशंकर ने 7.75 मीटर की सर्वश्रेष्ठ छलांग लगाकर पहला स्थान हासिल किया। श्रीशंकर ने प्रतियोगिता की शुरूआत 7.63 मीटर की छल

सर्वाधिक बढ़ने गाले शेयर	
ब्राज़िल फाइनेंस	1.94 प्रतिशत
दादा चौल	1.66 प्रतिशत
आईसीआईसीआई बैंक	0.52 प्रतिशत
एच्सीएल ट्रेक	0.32 प्रतिशत
इंफोसिस	0.24 प्रतिशत

सर्वाधिक घटने गाले शेयर	
एपिसस बैंक	5.24 प्रतिशत
बीईएल	2.34 प्रतिशत
भारतीय एयटेल	1.49 प्रतिशत
एच्सीएफ बैंक	1.47 प्रतिशत
कोटक बैंक	1.44 प्रतिशत

सरफ़िा

दिल्ली	
सोना (प्रति दस ग्राम)स्टॉडर्ड	98,243
बिहुर	88,730
मिनी (प्रति आठ ग्राम)	39,795
चांदी (प्रति दिल्ली) टैंक हाजिर	1,12,000
बायर	70,857
चांदी सिरका लियाली	900
दिल्ली	880

मुद्रा विनियम

मुद्रा	क्र.	विक्रय
अमेरिकी डॉलर	77.85	90.26
पौद रटांग	105.22	122.04
रुपै	88.88	103.09
चीन युआन	8.4	13.63

अनाज

देसी गेहूँ एमी	2400-3000
गेहूँ डा	3100-3200
आटा	2800-2900
मैदा	2900-2950
बोकर	2000-2100

मोटा आनाज

बाजरा	1300-1305
मुक्का	1350-1500
ज्वार	3100-3200
जौ	1430-1440
काबुली चाना	3500-4000

शुगर

चीनी एस	4280-4380
चीनी एम	4500-4600
मिल डिलीपी	3620-3720
गुड़	4400-4500

दाल-दलहन

चना	5700-5800
दाल चना	7789-7818
मसूर काली	8006-8032
उड़ान दाल	10556-10561
मूँग दाल	10133-10146
असर दाल	11130-11132

वैश्विक कारकों से तय होगी बाजार की चाल

मुंबई, 20 जुलाई (एजेंसियां)। लगातार तीन सप्ताह की गिरावट के बाद अपने सप्ताह शेयर बाजार की दिसाया तय करने में खरेलू स्तर पर कंपनियों के तिमाही परिणाम और वैश्विक स्तर पर अमेरिका में स्टेलकार्ड को लेकर बने नये कानून की अहम भूमिका होगी। अमेरिका के राष्ट्रपील डोनाल्ड ट्रंप ने शुक्रवार को गाइडिंग एंड इंटर्विनिंग नेशनल इनोवेशन एक्ट पर धस्ताकेन कर दिए जिसका असर सोमवार को बाजार खुलते ही दिखेगा। खासकर स्टेलकार्ड नारी करने वालों के लिए शत-प्रतिशत रिजर्व रखने के प्रावधान से डालत और अल्पांश अमेरिकी को रेटरी बॉड की मांग बढ़ेगी और ये मजबूत होंगे। इससे विदेशी निवेशक भारतीय बाजार से पैसा निकाल सकते हैं। अमेरिका द्वारा नए टैरेक को लेकर अंतिम समझौते से पहले निवेशक सरकार के बारे में यह रुख आगे भी जारी रहने की संभावना है। सप्ताह के दौरान 21 जुलाई को इटरनल, 25 जुलाई को बाजार नारी करने वालों के लिए शत-प्रतिशत रिजर्व के राष्ट्रपील को स्टेलकार्ड से बदलने के रिपोर्ट आपने एक प्रति वर्ष 81,757.73 अंक पर दिया। निपटी-100 में 0.53 पौसदी की गिरावट के साथ इटरनल, 25 जुलाई को बाजार नारी होने हैं। आईडीआई आई, यूको बैंक, केनरा बैंक, बैंक ऑफ बड़ादा और कोटक महिंद्रा बैंक समेत कई बैंकों के परिणाम भी आगा यह दोनों का एक महीने का निचला स्तर है। निपटी-100 में 0.53 पौसदी की गिरावट पर ही। दूसरी तरफ, मिडकैप और स्पॉल्कैप में

निवेशकों की नजर सोमवार को जारी होने हैं।

निवेशकों की नजर सोमवार को ज

नपा अध्यक्ष टीम ने भोरमदेव में किया स्वच्छता श्रमदान

कवर्धा, 20 जुलाई (देशबन्ध)। नगर पालिका अध्यक्ष चंद्रप्रकाश चंद्रवंशी के नेतृत्व में स्वच्छता संकल्प की परिकल्पना को आगे बढ़ाते हुए भोरमदेव मंदिर परिसर में विशेष स्वच्छता अभियान चलाया गया। इस अभियान के तहत अध्यक्ष एवं उनकी टीम ने स्वयं श्रमदान करते हुए मंदिर परिसर, गलियारों, कांवरिया मार्ग एवं मंदिर के अंदरूनी हिस्सों की सफाई की।

भोरमदेव परिवर्त स्थल की सफाई हम सब की जिम्मेदारी। नगर पालिका अध्यक्ष ने कहा कि चंद्रप्रकाश चंद्रवंशी ने बताया कि इस अभियान का मुख्य उद्देश्य स्वच्छता के प्रति जननागरकाता बढ़ाना और लोगों को अपनी धार्मिक स्थलों की सफाई बनाए रखने के लिए प्रेरित करना। श्रमदान के दौरान उपरित सभी लोगों ने स्वच्छता का संदेश फैलाने और इसे अपनी दिनचर्या

में शामिल करने का संकल्प लिया। नगर पालिका अध्यक्ष ने कहा कि स्वच्छता सिर्फ एक अभियान नहीं, बल्कि एक जन आंदोलन है। भोरमदेव जैसे परिवर्त स्थलों की सफाई हमारी सामूहिक जिम्मेदारी है। इस परिवर्त श्रमदान मास शिवभक्तों के लिए विशेष महत्व रखता है, और इस पावन अवसर पर मंदिर परिसर में सफाई कर श्रमदान किया जाएगा। उन्होंने कहा, चंद्रवंशी ने बताया कि कि श्रावण मास के प्रत्येक रविवार को मंदिर परिसर में सफाई कर श्रमदान किया जाएगा।

आज श्रमदान में नगर पालिका अध्यक्ष के साथ जिला परिवर्त सभी लोगों को अपनी जिम्मेदारी लेने के लिए एवं समय के अधिक मतदाताओं के मतदान कर दिए थे। तीनों श्रेणी के ओवर ऑल वॉटिंग प्रतिशत की बात करें तो 95 प्रतिशत मतदान हुआ। दो श्रेणी संरक्षक में 94.06 प्रतिशत व साधारण श्रेणी में 95.31 प्रतिशत मत पड़े। जबकि आजीवन श्रेणी में 90.95 प्रतिशत मतदान हुआ। मतदान के बाद मतपेटियों को सील करके नीचे मंदिर परिसर के स्ट्रिंग रूम में सीसीटीवी कैमरों की निगरानी व पुलिस जवानों की सुरक्षा में रखा गया है। अब सोमवार सुबह 7 बजे वोटों की गिनती शुरू होगी। सबसे पहले संरक्षक श्रेणी के परिणाम आएंगे। इसके बाद शाम तक आजीवन श्रेणी के परिणामों की घोषणा हो जाएंगी। सबसे अंत में देर रात तक साधारण श्रेणी के रिजल्ट आएंगे। इसके बाद शाम तक आजीवन श्रेणी के परिणामों की घोषणा हो जाएंगी। अब तक हुए स्ट्रिंग में दोनों श्रेणी पर पक्ष-विपक्ष के एक-एक पैरेट भारी पड़ते रहे हैं।

आदिवासी समाज ने ट्रस्ट समिति में 50 प्रतिशत आरक्षण की मांग, सोपा ज्ञापन

डॉंगरगढ़, 20 जुलाई (देशबन्ध)। मां बप्ले श्री मंदिर ट्रस्ट समिति में 15 नए ट्रस्टी के लिए रविवार को मतदान हुआ। सुबह 7 बजे से वोटिंग शुरू हुई लेकिन बारिश ने शुरुआत धीमी कर दी। बारिश थमने के बाद 12 बजे से मतदाता बड़ी संख्या में बृहत् पहुंचे और मतदान करने जेकर उत्साह दिखाया। शाम 4 बजे के बाद कतर में खड़े मतदाताओं को टोकने दे दिया गया। हालांकि निर्धारित समय के अंत मतदान तक मतदाताओं के मतदान कर दिए थे। तीनों श्रेणी के ओवर ऑल वॉटिंग प्रतिशत की बात करें तो 95 प्रतिशत मतदान हुआ। दो श्रेणी संरक्षक में 94.06 प्रतिशत व साधारण श्रेणी में 95.31 प्रतिशत मत पड़े। जबकि आजीवन श्रेणी में 90.95 प्रतिशत मतदान हुआ। मतदान के बाद मतपेटियों को सील करके नीचे मंदिर परिसर के स्ट्रिंग रूम में सीसीटीवी कैमरों की निगरानी व पुलिस जवानों की सुरक्षा में रखा गया है। अब सोमवार सुबह 7 बजे वोटों की गिनती शुरू होगी। सबसे पहले संरक्षक श्रेणी के परिणाम आएंगे। इसके बाद शाम तक आजीवन श्रेणी के परिणामों की घोषणा हो जाएंगी। सबसे अंत में देर रात तक साधारण श्रेणी के रिजल्ट आएंगे। ट्रस्ट चुनाव के परिणाम पर अब

सबकी नजर टिकी हुई है। संरक्षक श्रेणी में कुल 522 मतदाताओं में से 491 लोगों ने अपने मताधिकार का प्रयोग किया है। इसी तरह आजीवन श्रेणी में कुल 884 मतदाताओं में से 804 लोगों ने वोट डाले। जबकि साधारण श्रेणी में सबसे अधिक 1537 मतदान है, जिनमें से 1465 लोगों ने वोट डालकर अपनी जिम्मेदारी निर्धारित करने में महिला वोटर भी पीछे नहीं थी दोपहर तक संरक्षक श्रेणी के ट्रस्टी में निर्णय वाले रहे। साधारण श्रेणी के ट्रस्टी में इस बार सबसे अधिक घमासान मची हुई है। तीन पद के लिए नौ वास्तविक सहित आवाजन में हैं। इनमें छह प्रत्याशी पैनल से तीन प्रत्याशी निर्दितीय के रूप में भाग्य आजमा रहे हैं।

जबकि ट्रस्ट में सरकार बनाने के लिए साधारण श्रेणी से चुनकर आगे आनेवाले ट्रस्टी निर्णयक की भूमिका में रहते हैं। इसलिए दोनों श्रेणी के परिणाम आगे के बाद भी देर रात तक स्थिति साफ नहीं होने से मतदाताओं की नजर अत रेजिस्टर पर ही टिकी रहेगी। साधारण श्रेणी के ट्रस्टी में निर्णयक भूमिका में रहेंगे। साधारण श्रेणी में इस बार सबसे अधिक घमासान मची हुई है। तीन पद के लिए नौ वास्तविक सहित आवाजन में हैं। इनमें छह प्रत्याशी पैनल से तीन प्रत्याशी निर्दितीय के रूप में भाग्य आजमा रहे हैं।

जबकि ट्रस्ट में सरकार बनाने के लिए साधारण श्रेणी के चुनकर आगे आनेवाले ट्रस्टी निर्णयक की भूमिका में रहते हैं। इसलिए दोनों श्रेणी के परिणाम आगे के बाद भी देर रात तक स्थिति साफ नहीं होने से मतदाताओं की नजर अत रेजिस्टर पर ही टिकी रहेगी। साधारण श्रेणी के ट्रस्टी में निर्णयक भूमिका में रहेंगे। साधारण श्रेणी में इस बार सबसे अधिक घमासान मची हुई है। तीन पद के लिए नौ वास्तविक सहित आवाजन में हैं। इनमें छह प्रत्याशी पैनल से तीन प्रत्याशी निर्दितीय के रूप में भाग्य आजमा रहे हैं।

जबकि ट्रस्ट में सरकार बनाने के लिए साधारण श्रेणी के चुनकर आगे आनेवाले ट्रस्टी निर्णयक की भूमिका में रहते हैं। इसलिए दोनों श्रेणी के परिणाम आगे के बाद भी देर रात तक स्थिति साफ नहीं होने से मतदाताओं की नजर अत रेजिस्टर पर ही टिकी रहेगी। साधारण श्रेणी के ट्रस्टी में निर्णयक भूमिका में रहेंगे। साधारण श्रेणी में इस बार सबसे अधिक घमासान मची हुई है। तीन पद के लिए नौ वास्तविक सहित आवाजन में हैं। इनमें छह प्रत्याशी पैनल से तीन प्रत्याशी निर्दितीय के रूप में भाग्य आजमा रहे हैं।

जबकि ट्रस्ट में सरकार बनाने के लिए साधारण श्रेणी के चुनकर आगे आनेवाले ट्रस्टी निर्णयक की भूमिका में रहते हैं। इसलिए दोनों श्रेणी के परिणाम आगे के बाद भी देर रात तक स्थिति साफ नहीं होने से मतदाताओं की नजर अत रेजिस्टर पर ही टिकी रहेगी। साधारण श्रेणी के ट्रस्टी में निर्णयक भूमिका में रहेंगे। साधारण श्रेणी में इस बार सबसे अधिक घमासान मची हुई है। तीन पद के लिए नौ वास्तविक सहित आवाजन में हैं। इनमें छह प्रत्याशी पैनल से तीन प्रत्याशी निर्दितीय के रूप में भाग्य आजमा रहे हैं।

जबकि ट्रस्ट में सरकार बनाने के लिए साधारण श्रेणी के चुनकर आगे आनेवाले ट्रस्टी निर्णयक की भूमिका में रहते हैं। इसलिए दोनों श्रेणी के परिणाम आगे के बाद भी देर रात तक स्थिति साफ नहीं होने से मतदाताओं की नजर अत रेजिस्टर पर ही टिकी रहेगी। साधारण श्रेणी के ट्रस्टी में निर्णयक भूमिका में रहेंगे। साधारण श्रेणी में इस बार सबसे अधिक घमासान मची हुई है। तीन पद के लिए नौ वास्तविक सहित आवाजन में हैं। इनमें छह प्रत्याशी पैनल से तीन प्रत्याशी निर्दितीय के रूप में भाग्य आजमा रहे हैं।

जबकि ट्रस्ट में सरकार बनाने के लिए साधारण श्रेणी के चुनकर आगे आनेवाले ट्रस्टी निर्णयक की भूमिका में रहते हैं। इसलिए दोनों श्रेणी के परिणाम आगे के बाद भी देर रात तक स्थिति साफ नहीं होने से मतदाताओं की नजर अत रेजिस्टर पर ही टिकी रहेगी। साधारण श्रेणी के ट्रस्टी में निर्णयक भूमिका में रहेंगे। साधारण श्रेणी में इस बार सबसे अधिक घमासान मची हुई है। तीन पद के लिए नौ वास्तविक सहित आवाजन में हैं। इनमें छह प्रत्याशी पैनल से तीन प्रत्याशी निर्दितीय के रूप में भाग्य आजमा रहे हैं।

जबकि ट्रस्ट में सरकार बनाने के लिए साधारण श्रेणी के चुनकर आगे आनेवाले ट्रस्टी निर्णयक की भूमिका में रहते हैं। इसलिए दोनों श्रेणी के परिणाम आगे के बाद भी देर रात तक स्थिति साफ नहीं होने से मतदाताओं की नजर अत रेजिस्टर पर ही टिकी रहेगी। साधारण श्रेणी के ट्रस्टी में निर्णयक भूमिका में रहेंगे। साधारण श्रेणी में इस बार सबसे अधिक घमासान मची हुई है। तीन पद के लिए नौ वास्तविक सहित आवाजन में हैं। इनमें छह प्रत्याशी पैनल से तीन प्रत्याशी निर्दितीय के रूप में भाग्य आजमा रहे हैं।

जबकि ट्रस्ट में सरकार बनाने के लिए साधारण श्रेणी के चुनकर आगे आनेवाले ट्रस्टी निर्णयक की भूमिका में रहते हैं। इसलिए दोनों श्रेणी के परिणाम आगे के बाद भी देर रात तक स्थिति साफ नहीं होने से मतदाताओं की नजर अत रेजिस्टर पर ही टिकी रहेगी। साधारण श्रेणी के ट्रस्टी में निर्णयक भूमिका में रहेंगे। साधारण श्रेणी में इस बार सबसे अधिक घमासान मची हुई है। तीन पद के लिए नौ वास्तविक सहित आवाजन में हैं। इनमें छह प्रत्याशी पैनल से तीन प्रत्याशी निर्दितीय के रूप में भाग्य आजमा रहे हैं।

जबकि ट्रस्ट में सरकार बनाने के लिए साधारण श्रेणी के चुनकर आगे आनेवाले ट्रस्टी निर्णयक की भूमिका में रहते हैं। इसलिए दोनों श्रेणी के परिणाम आ



विस्थापितों की
मांगें हों पूरी



रमेश ने शौक-शौक में ब्रत
रखा लिया।
रमेश (पत्नी से)- देखो
सूरज झूँझ चुका है, अब आना
आता है।

पत्नी (रमेश से)- नहीं जी।
रमेश- देखो इशा या नहीं
पत्नी- नहीं जी।
रमेश- लगता है ये मुझे साथ
लेकर ही इशा।

प्रादेशिकी

संविदा शिक्षकों एवं कर्मचारियों ने मांगों को लेकर किया धरना-प्रदर्शन

साथ ईस्टर्न कॉलफील्ड्स लिमिटेड (एसईसीएल) की कोरबा स्थित कुमुंडा परियोजना के महाप्रबन्धक कार्यालय में शनिवार को जो हुआ वह एसईसीएल प्रबन्धन के साथ छत्तीसगढ़ सरकार के लिये भी शर्मनाक है। कुमुंडा खदानों के लिये जिन लोगों की जमीनों का अधिग्रहण किया गया था, उन प्रभावित परिवारों की महिलाओं ने कार्यालय में अर्धनान प्रदर्शन किया। भ अर्जन के दोरान एसईसीएल ने नौकरी सञ्चयी जो बाद किये गये थे वे अब तक पूरे न होने से यह स्थिति हुई। मुख्य अश्वासन ऐसे परिवारों के सदस्यों को कम्पनी में स्थायी रोजगार देने की थी। वैसे तो महिलाओं के इस प्रदर्शन के कारण प्रबन्धन तत्काल हरकत में आया और जीएम कार्यालय में आनन-फानन में बैठक बुलाई गई। प्रबन्धन ने उनकी मांगों पर जल्दी विचार करने का अश्वासन दिया है। अब देखना यह है कि एसईसीएल कितनी शीत्रता से कारबाई करता है ताकि महिलाओं को ऐसे अतिरिक्तपूर्ण कदम न उठान पड़े।

माना जाता है कि लाखे उत्तरांक के बाद भी एसईसीएल की ओर से अपना अश्वासन पूरा न करने के कारण प्रभावित परिवारों की महिलाओं को यह करम उठाना पड़ा जो निश्चित ही उनकी इच्छा के विरुद्ध रहा होगा। प्रदेश सरकार तथा जिला प्रशासन को एसईसीएल से स्पष्टीकरण ले कर्त्तव्य के लिये गिराया गया। एसईसीएल की कोरबा सहित प्रदेश भर में कई खदान हैं। उन सभी के लिये बड़े पैमाने पर भूमि का अधिग्रहण किया गया है। अक्सर इस प्रकार की शिकायतें आती हैं और प्रभावित के प्रदर्शन भी आयोजित होते रहते हैं मियां युआवजा न मिलने की बात कही जाती है अथवा रोजगार सम्बन्धी अश्वासन पूरा न होने को लेकर रोप प्रकट किया जाता है। ये मांगे विस्थापितों के संगठनों, सिविल सोसायटीयों एवं राजनीतिक दलों द्वारा उठाई जाती होती हैं।

ऐसा भी नहीं कि एसईसीएल की ओर से अधिग्रहित किसी भी प्रभावित को मुआवजा न दिया गया हो या किसी को भी नौकरी नहीं मिली हो। कम्पनी की विभिन्न खदानों में नौकरियां कर रहे लोगों में बड़ी संख्या उनकी भी है जिनकी जमीनें कोयला उत्खनन के लिये ली गयी थीं। वहाँ को भरपूर मुआवजा भी दिया गया है। कई बार तकनीकी कारणों से भी यह काम पूरा नहीं हो पाता। अधिग्रहित जमीन के स्वामित्व उसकी नाई, रोजगार के लिये परिवार के भीतर ही विवाद आदि ऐसे मुहूर्ह हैं जिनके कारण प्रभावितों को उनके हक से वर्चित रह जाना पड़ता है।

राज्य में एसईसीएल के अलावा सार्वजनिक और निजी क्षेत्र में कई उत्क्रम लगाये गये हैं। इनमें से कई कम्पनियों में इस तरह के विवाद होते रहते हैं। कोयले के अलावा बिजली, सीमेंट, लोहा-स्टील, एल्यूमीनियम आदि के उद्योग जब लगते हैं तो ये मुहूर्ह बनते हैं। बांध, सड़क या अन्य निर्माण में भी भू अर्जन होता है। सरकार विस्थापितों की समस्याएं दूर करे।

भरुवाडीही/बलोदावाजार, 20 जुलाई (देशबन्धु)। छत्तीसगढ़ के स्वामी आत्मानंद उत्कृष्ट अंगे जी माध्यम विद्यालयों में कार्यरत संविदा शिक्षकों एवं कर्मचारियों ने आज छत्तीसगढ़ स्वामी आत्मानंद संविदा शिक्षक एवं कर्मचारी संघ के बैठक तत्काल हरकत में आया और जीएम कार्यालय में आनन-फानन में बैठक बुलाई गई। प्रबन्धन ने उनकी मांगों पर जल्दी विचार करने का अश्वासन दिया है। अब देखना यह है कि एसईसीएल कितनी शीत्रता से कारबाई करता है ताकि महिलाओं को ऐसे अतिरिक्तपूर्ण कदम न उठान पड़े।

सांकेतिक धरना के माध्यम से संघ ने अपनी दो सूचीय प्रमुख मांगों को दोहराया। पहली मांग नियमित वेतन वृद्धि



नपा अध्यक्ष अशोक जैन ने मंत्री का विमानताल पर किया स्वागत

एवं वेतनमान निर्धारण की है, जिसमें शिक्षकों ने बताया कि वे विभिन्न स्वामी आत्मानंद स्कॉलों से आप संविदा शिक्षक एवं कर्मचारी बड़ी संख्या में उपस्थित रहे।

सांकेतिक धरना के माध्यम से संघ ने अपनी दो सूचीय प्रमुख मांगों को दोहराया। पहली मांग नियमित वेतन वृद्धि

