

संक्षिप्त समाचार

नुख्यानंत्री साथी योजना के तहत बेदेजगारों को रोजगार मिल सकेगा : डॉ सुदेंद्र राज

● गोपनिया प्रखण्ड कार्यालय के समीप एक दिवसीय प्रारूपकार्यक्रम आयोजित किया गया।

गोपनिया गोपनिया प्रखण्ड कार्यालय के समीप मुख्यमंत्री साथी योजना के तहत एस.जी.आर.एस एकड़मी प्राइवेट लिमिटेड की ओर से आंगनबाड़ी सेविकाओं का एक दिवसीय प्रशिक्षण कार्यक्रम आयोजित किया गया। इस समाचार के मुख्य अंतिम चिन्ह जिन सप्तर्षी डॉ सुरेण्ठ राज को संस्था के स्टेट कॉर्डिनेटर अब्दुल जब्बर अंसारी ने अंगनबाड़ी देकर सम्पादित किया। इस अवसर पर मुख्य डॉ सुरेण्ठ राज ने कहा कि मुख्यमंत्री साथी योजना राज्य सरकार की एक महत्वाकांक्षी योजना है और इसमें बेदेजगार युवाओं को रोजगार मिल सकेगा। कहा कि पढ़े तिथे बेदेजगार युवक व युवतियों को आर्थिक रूप से सबल बनाने एवं समाज को मजबूत करने के लिए व परिवर्तन को आगे बढ़ाने के लिए यह योजना सरकार की ओर से संचालित है बेदेजगार युवकों को इसका लाभ लेना चाहिए। स्टेट कॉर्डिनेटर अब्दुल जब्बर अंसारी ने आंगनबाड़ी सेविकाओं को एक दिवसीय प्रारूपकार्यक्रम आयोजित किया। इसके लिए सरकार की ओर से इच्छुक लाभार्थियों को संचालित तीन माह का निशुल्क देनिंग कराया जाएगा। जिसमें रहने खेने की व्यवस्था भी निशुल्क होती है। बताया गया कि बेदेजगार युवकों को एक ऑटोमेटिक इलेक्ट्रिशियन, स्मार्टफोन अपैप्लॉट टेक्नोलॉजियन, अटोमेटिव वेल्डिंग मशीन और प्रैटर, सोलर पौरी इंस्टॉलेशन, फिटर फैक्रिकेशन, असिस्टेंट इलेक्ट्रिशियन एवं बेदेजगार युवतियों को सिलाई, ब्लूटैशन फैशन डिजाइन, कथ्यूर देनिंग (प्रैटीसीप), स्पोन्टन डिंग्लर और पर्सनली डेवलपमेंट आदि योजों को ट्रेनिंग देने के उपरांत प्रमाण पत्र दिया जाएगा। इन लाभार्थियों को ग्राज्य सरकार अविलंब उनके योग्यता के आधार पर रोजगार मुहैया कराया जाएगा। यदि रोजगार नहीं मिलता है तो युवकों को ग्राज्य सरकार की ओर से 1 वर्ष तक तिमाही एक हजार रुपए बेदेजगारी भर्ता मिलाया जाएगा। वहाँ युवतियों को प्रतिवार्ष पांच सौ रुपए भर्ता दी जायेगी। इस दौरान आंगनबाड़ी सेविकाओं को कहा गया कि अपने अपने छात्रों से अधिकाम 10 लाभार्थियों को इस योजना से जोड़ने का कार्य करें। विभाग की ओर से 16 जुलाई को वाहन आएगी और इच्छुक लाभार्थी ट्रेनिंग के लिए संचार योजना वहाँ इन्होंनों का आधार बनाएगा। लाभार्थियों के साथ उनके अभिभावक व आंगनबाड़ी सेविका भी जा सकते हैं। योके पर आंगनबाड़ी समाज कल्याण कर्मचारी संघ के प्रदेश संस्थान के गंभीरी साम, डिस्ट्रिक्ट डीएसप्री प्रतीक प्रसाद, गोपनिया ब्लॉक बीएसप्री अरुण कुमार पासवान, बीएसप्री जिंत्रें सिंह, बीएसप्री मंदू राम, बीएसप्री शिवकर रविदार, बीएसप्री सुमित्र कुमार, बीएसप्री रंजन सिंह सहित कई आंगनबाड़ी सेविका मौजूद थीं।

उप विकास आयुक्त ने इनिरिया प्रखण्ड

नुख्यालय में की बैठक, पंचायत भ्रमण कर योजनाओं का किया स्थलीय निरीक्षण

जमशेदपुर। दुमरिया प्रखण्ड सभागार में उप विकास आयुक्त श्री मनीष कुमार की अध्यक्षता में प्रखण्ड सभागार में बैठक सह क्षेत्र भ्रमण का कार्यक्रम किया गया। स्वर्गमंत्री उप विकास आयुक्त के अध्यक्षता में बैठक किया गया था। बैठक में प्रखण्ड में चल रहे विभिन्न प्रकार को जीवन यथा मनरेगा, आवास, 15वें वित्त आयोग इलायादि की समीक्षा की गई। समीक्षा के क्रम में उप विकास आयुक्त महोदय द्वारा निर्देश दिया गया कि आगामी 12 जुलाई से 14 जुलाई तक लोगों को जोड़े ग़ूँथ खोदे अभियान चलाया जाएगा। जिसमें जितने भी ग़ूँथ खुदाई का काम बचा है तो इस प्रखण्ड अंतर्गत विभास आम बागवानों योजना फेज दू के तहत कल 200 एकड़ क्षेत्रों में बांधनी हेतु स्थल का चयन किया गया है। जिसमें उप विकास आयुक्त के द्वारा बताया गया कि कम के समय 25% अतिरिक्त 5 एकड़ श्रेष्ठ मैंडल स्प्रिंग के रूप में कम करना है। सभी बागवानों में सीधीयों, लज्ज, जिंदा धरान, जलकुड़ इलायादि का काम समस्या पूर्ण हो जाए। सभी बागवानों के बैठक के पश्चात उप विकास आयुक्त के जीवन पर आम बागवानी के प्रतिक्रिया दिया गया। जिसमें निर्माण दिया गया है कि इस प्रखण्ड अंतर्गत विभास आम बागवानों योजना फेज दू के तहत निर्माण हो जाएगी।

1:- सचिन शर्मा सिंह के जीवन पर आम बागवानी

2:- गम निश्चितपूर्व जुड़ी के जीवन पर आम बागवानी

3:- ग्राम पंचायत कुमड़ाशोल में बांधने दूर, पुरानी दूर, बैधनाथ दूर, जान्म सुर्म एवं कल्याण सुर्म के जीवन पर 5 एकड़ आम बागवानी। इस योजना में उप विकास आयुक्त के द्वारा दो ढोभा, सीधीयों, टीसीबी, जिंदा धरान, जलकुड़ एवं नाडें के निर्माण हेतु निर्देशित किया गया। साथ ही इच्छादी में रुकुनाथ सोरेन, कुमड़ाशोल गांव में सुधांशु शेखर राह, पुरी रानी साव के आवास का निर्माण किया गया था। अजाके इस कार्यक्रम पर प्रधानमंत्री प्रधानमंत्री परामित की प्रतिक्रिया दिया गया। अजाके इस कार्यक्रम पर आम बागवानों योजना के लिए जिंदा धरान निर्माण हो जाएगा।

4:- गोपनिया प्रखण्ड संकुचित होने के जीवन पर आम बागवानी

5:- गम निश्चितपूर्व जुड़ी के जीवन पर आम बागवानी

6:- ग्राम पंचायत कुमड़ाशोल में बांधने दूर, पुरानी दूर, बैधनाथ दूर, जान्म सुर्म एवं कल्याण सुर्म के जीवन पर आम बागवानी। इस योजना में उप विकास आयुक्त के द्वारा दो ढोभा, सीधीयों, टीसीबी, जिंदा धरान, जलकुड़ एवं नाडें के निर्माण हेतु निर्देशित किया गया। साथ ही इच्छादी में रुकुनाथ सोरेन, कुमड़ाशोल गांव में सुधांशु शेखर राह, पुरी रानी साव के आवास का निर्माण किया गया। अजाके इस कार्यक्रम पर आम बागवानों योजना के लिए जिंदा धरान निर्माण हो जाएगा।



झारखण्ड देखो/प्रतिनिधि

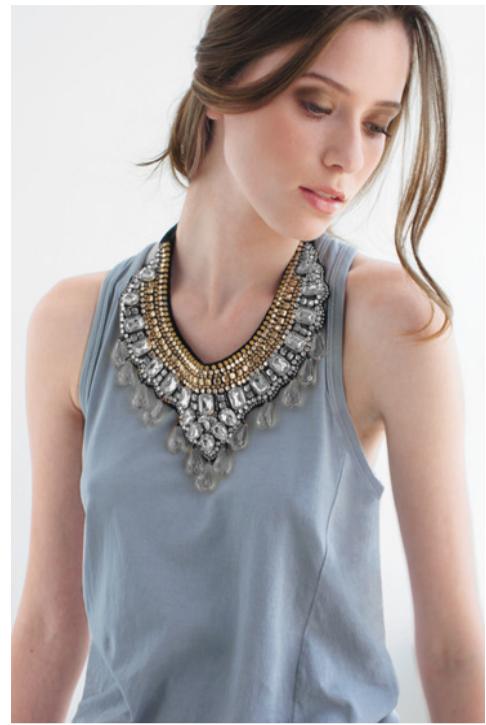
दुमरी। प्रखण्ड के सुदूरवर्ती छातियों पंचायत के कोलहरिया में मंत्री चंपई सोरेन और उत्ताप एवं मित्र निरेश मंत्री बैद्य देवी ने विभिन्न प्रतिक्रियाओं को विभिन्न योजनाओं के तहत परिसंपत्तियों का वितरण किया।

अध्यक्षता कर रहे गिरिडीह उपायुक्त नमन प्रियंग लकड़ा ने कार्यक्रम के उद्घास्य पर विस्तार से प्रकाश डाला। इस दैशन 46 लाख 91 हजार की परिसंपत्तियों का वितरण किया गया। इस दैशन 18 से 35 वर्ष के बीच बेदेजगार युवक और अंसारी ने अंगनबाड़ी सेविकाओं को इसका लाभ लेना चाहिए। स्टेट कॉर्डिनेटर अब्दुल जब्बर अंसारी ने अंगनबाड़ी सेविकाओं का एक दिवसीय प्रशिक्षण कार्यक्रम आयोजित किया। इस अवसर पर मुख्य डॉ सुरेण्ठ राज ने कहा कि मुख्यमंत्री साथी योजना का उद्देश्य 18 से 35 वर्ष के बीच बेदेजगार युवक और अंसारी योजनाओं को रोजगार उपलब्ध कराना है। इसके लिए सरकार की ओर से इच्छुक लाभार्थियों को संचाली में तीन माह का निशुल्क देनिंग कराया जाएगा। जिसमें रहने खेने की व्यवस्था भी निशुल्क होती है। बताया गया कि बेदेजगार युवकों को एक ऑटोमेटिक इलेक्ट्रिशियन, स्मार्टफोन अपैप्लॉट टेक्नोलॉजियन, अटोमेटिव वेल्डिंग मशीन और प्रैटर, सोलर पौरी इंस्टॉलेशन, फिटर फैक्रिकेशन, असिस्टेंट इलेक्ट्रिशियन एवं बेदेजगार युवतियों को सिलाई, ब्लूटैशन फैशन डिजाइन, कथ्यूर देनिंग (प्रैटीसीप), स्पोन्टन डिंग्लर और पर्सनली डेवलपमेंट आदि योजों को ट्रेनिंग देने के उपरांत प्रमाण पत्र दिया जाएगा। इन लाभार्थियों को ग्राज्य सरकार अविलंब उनके योग्यता के आधार पर रोजगार मुहैया कराया जाएगा। यदि रोजगार नहीं मिलता है तो युवकों को ग्राज्य सरकार की ओर से 1 वर्ष तक तिमाही एक हजार रुपए बेदेजगारी भर्ता मिलाया जाएगा। वहाँ युवतियों को प्रतिवार्ष पांच सौ रुपए भर्ता दी जायेगी। इस दौरान आंगनबाड़ी सेविकाओं को कहा गया कि अपने अपने छात्रों से अधिकाम 10 लाभार्थियों को इस योजना से जोड़ने का कार्य करें। विभाग की ओर से 16 जुलाई को वाहन आएगी और इच्छुक लाभार्थी ट्रेनिंग के लिए संचार योजना का आधार बनाएगा। लाभार्थियों के साथ उनके अभिभावक व आंगनबाड़ी सेविका भी जा सकते हैं। योके पर आंगनबाड़ी समाज कल्याण कर्मचारी संघ के प्रदेश संस्थान के गंभीरी साम, डिस्ट्रिक्ट डीएसप्री प्रतीक प्रसाद, गोपनिया ब्लॉक बीएसप्री अरुण कुमार पासवान, बीएसप्री जिंत्रें सिंह, बीएसप्री मंदू राम, बीएसप्री शिवकर रविदार, बीएसप्री सुमित्र कुमार, बीएसप्री रंजन सिंह सहित कई आंगनबाड़ी सेविकाओं में उपरांत कर्मचारी को काम करेगा।

जाहेर स्थान घरेबंदी एवं मांझी उपायुक्त नमन प्रियंग लकड़ा ने विभिन्न प्रतिक्रियाओं के दोनों मंत्री के कार्यक्रम स्थल पहुंचने पर आदिवासी समाज के लोगों ने पारंपरिक रीति रिवाज से स्वागत किया। इस दैशन 18 से 35 वर्ष के बीच बेदेजगार युवक और अंसारी योजनाओं के तहत परिसंपत्तियों का वितरण किया।

मोके पर उत्ताप एवं मित्र निरेश मंत्री बैद्य देवी ने कहा कि मैं अपने पति के अनुरोध कार्यों को पूरा करने के बाद लोगों को एक दूसरी राजीवी देवी ने विभिन्न प्रतिक्रियाओं के दोनों मंत्री ने पुष्ट विवरण भरा। जबकि बैद्य देवी ने विभिन्न प्रतिक्रियाओं के दोनों मंत्री के बाद लोगों को एक दूसरी राजीवी देवी ने विभिन्न प्रतिक्रियाओं के दोनों मंत्री के बाद लोगों को एक दूसरी राजीवी देवी ने विभिन्न प्रतिक्रियाओं के दोनों मंत

बिब नैकलेस का आकर्षण



कौन कहता है कि बिब केवल नवजात बच्चों के लिए होते हैं? बिब्स से अधियोग लेकर तैयार नैकलेस इन दिनों फैशन जगत में खूब धूम मचा रहे हैं। तभी तो हालीनुड अभिनेत्री मिशा बाटन से लेकर बॉलीवुड की सोनम कपूर तक बिब नैकलेस में सजी दिखाएं रहे लागी हैं।

फौदर, बीइस, स्टोन्स, स्पाइक्स हर चीज बिब नैकलेस में देखने को मिल रही है।

मॉडल डायाना इरपा एस्ट्रेसरीज की बड़ी फैन हैं और इन दिनों बिब नैकलेस में उपलब्ध वैरायटी से काफी प्रसन्न हैं। वह बताती हैं, हर भौंके पर पहना जा सकने वाला बिब नैकलेस मिल जाता है। ब्लैक मैटल बिब नैकलेस भौंके फैटिंग हैं जिस में कहीं लंच पर जाने से लेकर नाइट पार्टी जैसे हर अवसर पर पहन सकती हैं। ये नैकलेस इन दिनों आसानी से

हर जगह मिल रहे हैं। फिर मॉल्स से लेकर छोटे बाजारों में मौजूद आम दुकानें ही क्यों न हों, ये हर जगह खरीदे जा सकते हैं।

बिब नैकलेस की एक बड़ी खासियत है कि यह बिना अधिक मेहनत किए किसी भी युवती की छाँव में तुरंत एक अलग ही सुंदर एवं रोमांटिक परिवर्तन कर देते हैं। ये उसकी लुक में झट से ग्लैमर भर देते हैं।

बिब नैकलेस की एक और बड़ी प्रशंसक गायिका एवरिल क्वार्टेस सलाह देते हुए बताती हैं, बिब नैकलेस किसी भी परिधान के आकर्षण में चार चांद लगा देते हैं परंतु इन्हें पहनने हुए आपको कुछ बातों का ध्यान रखना

होगा। बड़े वक्षस्थल वाली महिलाएं इनका प्रयोग बिल्कुल न करें। सभी पतली गर्दन होना बढ़िया है।

कंधे तक लाके केश हों या बाब कट हेयरस्टाइल होते ही बिब नैकलेस पहनने का आकर्षण कई गुण बढ़ा जाता है। माना जाता है कि बिब नैकलेस चौड़े या गहरे गले वाले परिधानों के साथ बढ़िया मेल खाते हैं। यदि आप शर्ट-जीस्स या स्कर्ट के साथ बिब नैकलेस पहनना चाहती हैं तो सुनिश्चित बनाएं कि आप शर्ट के ऊपरी कुछ बटानों को खुला रखें।

डिजाइनर अनु नगपांडी की सलाह है कि इन्हें गहरे रंग के परिधानों के साथ पहनना अधिक बेहतर है। वी-



नैक वाली सैटिन ड्रेस के साथ भी बिब नैकलेस कमाल की लुक पेश करते हैं। इनके साथ अन्य एस्ट्रेसरीज का कम ही प्रयोग करें।

प्यारे बंधन की तैयारी थोड़ा डर, थोड़ी खुमारी

बात चाहे लव मेरिज की हो या अरेंज मेरिज की, शादी की बात चलते ही मन में अजीब-



सी घबराहट होने लगती है। हमेशा मन में यही सवाल रहते हैं, अगर शादी सफल नहीं हो पाई तो? क्या मेरा डिसीजन सही है? क्या मुझे थोड़ा और इंतजार करना चाहिए? मैं जिससे शादी कर रही हूं वह मेरे लिए सही है या नहीं? इसी डर की वजह से डिसीजन लेना मुश्किल हो जाता है। ऐसे में भावी दुल्हन की अंखों में शादी के सपने सजाने के बजाय मन में डर उतार कर जाता है। ऐसे में क्या करें, क्या न करें आइए जानिए—

अपने मंगेतर से खुल कर बात करना जरूरी है। सबसे जरूरी है एक दूसरे के बारे में जानना। अच्छी शादीशुदा जिंदगी के लिए गुड कम्प्युनिकेशन होना जरूरी है। उन बातों पर फोकस करें जिनसे आप दोनों को खुशी मिलती है। एक-दूसरे को अपनी चाहत का एहसास कराएं।

एक शांत जगह पर जाकर अपने दिल की आवाज सुनें। आपका दिल आपसे क्या कह रहा है।

किसी ऐसे शादीशुदा कपल से बात करें जिन्होंने अपनी शादीशुदा जिंदगी के कई साल एक-दूसरे के साथ बिताए हैं, वे आपका सही मार्गदर्शन करेंगे।

शादी के माहात्मा से दूर एक-दूसरे के साथ धूमने जाएं। कुछ हप्तीन शामें अपने पाठीनर के साथ बिताएं।

उएक बात हमेशा याद रखें। आप एक-दूसरे को कितना भी जानते हों, शादी के बाद लाईक बिल्कुल बदल जाती है। नई जिम्मेदारियां, कर्तव्य, हमारी

जिंदगी को चेंज कर देते हैं इसलिए थोड़ा नर्वस होना आम बात है।

एक जगह पर बैठ कर गहरी सोस लें। दिल-दिमाग से सोचें, असल में आप क्या चाहती हैं?

सगाई के बाद जितना समय हो अपने पाठीनर के साथ बिताएं। उसे पचाचाने की कोशिश करें। क्या उसके व्यवहार में दिन-प्रातिदिन कोई परिवर्तन आ रहा है। इनबातों से शादी का डिसीजन लेने में आपको मदद मिलेगी।

चाय, कॉफी की अपेक्षा पानी ज्यादा पिएं। नमक जहां तक हो सके कम खाएं। नमक, चीनी, कॉफी से नर्वस बढ़ाती है।

हंसना और गाना एक सबसे अच्छा साधन है स्ट्रेस को भागाने को।

व्यायाम करें

सुबह-सुबह टहलने जरूर जाएं।

वॉक करते समय अपने हाथ की तीन उंगलियों को नाभि में रख कर दबाएं, सांस लें और छोड़ें। ऐसा दस बार करें। इस एक्सरसाइज से एन्जी बढ़ती है, टैशन को यह दूर रखती है।

सबसे सिम्प्ल और अच्छी एक्सरसाइज है अपने कंधे टाइट करते हुए कानों के पास ले जाएं। फिर छोड़ दें। ऐसा दस बार करें। इससे आप रिलैक्स महसूस करेंगे।

शादी से ठीक पहले

शादी पर खुद को सबसे बेहतर रूप में पेश करने की चाहत हर किसी दूल्हा-दुल्हन को होती है। सुनिश्चित बनाएं कि आप शादी से ठीक पहले कोई ब्लैंडर न करें।

क्या न करें

शादी के दिन से पहले रात को अपने दोस्तों के लिए पार्टी का आयोजन न करें। ऐसा न हो कि शादी वाले दिन आपकी थकान से बुरी हालत हो।

शादी से ठीक पहले किसी तरह की शराब का सेवन न करें, बल्कि काफी सारा पानी पिएं, जिससे आप अपने शादी वाले दिन अच्छा महसूस करने के साथ-साथ अच्छी दिखेंगे भी।

भारी तथा गरिष्ठ भोजन का सेवन करें।

सारा काम खुद करने की कोशिश न करें। अपने होने जा रहे जीवनसाथी, माता-पिता, शादी में शरीक हो रहे संबर्धियों तथा दोस्तों की सहायता लें।

किसी भी तरह की अन्य गतिविधियों में शादी से ठीक एक दिन पहले हिस्सा न लें। उशादी से ठीक पहले हीनमून की पैकिंग शुरू करने की गलती कभी न करें।

क्या करें

कुछ समय ध्यान-मन या अपने बैंडिंग डे की कल्पना करते हुए गुजारें।

संतुलित तथा स्वस्थ खाना खाएं। आपको शादी वाले दिन काफी ऊर्जा जरूर चाहिए।



प्रोस्टेट कैंसर को बढ़ने से रोकती है हरी चाय

यूनिवर्सिटी ऑफ विस्कॉसिन के विशेषज्ञों द्वारा किए गए एक शोध के अनुसार हरी चाय का सेवन प्रोस्टेट कैंसर को बढ़ने से रोकता है। हरी चाय में पाए जाने वाले पोलीफैनोलोइड्स के कारण ही ट्यूमर को पोषण देने वाली रक्तवहिनियों का विकास रुक जाता है। इससे पूर्व भी कई शोधों से यह प्रमाणित हुआ है।

हुआ है कि हरी चाय कई गंभीर रोगों की संभावना को कम कर अनेक स्वास्थ्य लाभ देती है।



मूँगफली से कम करें कैंसर का खतरा

फलों व सब्जियों में पाया जाने वाला यह प्राकृतिक तत्व प्री रैडिकल्स से होने वाले नुकसान से शरीर की रक्षा करता है। प्री रैडिकल्स रक्त में पाया जाने वाला हानिकारक रसायन है।

वैज्ञानिकों का कहना है कि भूमि हुई मूँगफली की गुणवत्ता और बढ़ जाती है। ऐसी मूँगफली में एंटी-ऑक्सीडेंट की मात्रा 22 फीसदी तक बढ़ जाती है, इससे कैंसर औं दिल की बोमारियों के रोकथाम में काफी हद तक मदद मिलती है। अध्ययनकर्ताओं का कहना है कि इस साल के अंत तक दि जर्नल ऑफ फूट कैमिस्ट्री में इससे संबंधित अध्ययन रिपोर्ट प्रकाशित होंगी।

यूनिवर्सिटी ऑफ फ्लोरिडा के वैज्ञानिक स्टार्ट टॉल्कोट का कहना है कि मूँगफली के साथ फलों का सेवन फारदेमंद साबित हो सकता है। अनुसंधानकर्ता डाक्टर फ्रैंकी फिलिप्स के मुताबिक मूँगफली में एंटी-ऑक्सीडेंट की मात्रा फलों से कम नहीं होती।



अनुसंधानकर्ताओं ने बताया कि मूँगफली में प्रोटीन व अच्छी किसी की चर्बी मोनोअनसेरोचिटिंड फैट पाई जाती है। ब्रिटिश डायरेक्टिक एसोसिएशन की प्रवक्ता के मुताबिक मूँगफली सेहत के लिए फारदेमंद है तो किन

अमेरिकी वैज्ञानिकों ने मूँगफली की परीक्षण कर बताया कि