





## सांकेतिक समाचार

नुखिया प्रत्याशी ने किया जनसंपर्क



हजारीबाग/ (झारखण्ड देखो, प्रतिनिधि)। दारू प्रखंड अंतर्गत दारू पंचायत मुख्या प्रत्याशी सुनील कुमार उर्फ भोला ने पंचायत क्षेत्र के जबरा पांडे टोला, मुस्तिम टोला, बछोटीही में चुनाव जरूरीपक्का किया। जिसमें प्रत्याशी सुनील कुमार ने बताया कि चुनाव जीतने के बाद पंचायत की जल संकट, बढ़ायेंगे पर जिक्र का कसा जाएगा। वहीं आम जनता के हिस्से के लिए हमसारा तपार होगा। आम लोगों ने आश्वासन दिया, कि मैं सुनील कुमार उर्फ भोला को मतदान कर भारी मतों से विजयी बनाएगा।

**पीसीसी सड़क निर्माण कार्य पुनः चालू, भाजपा ने अनियन्त्रिता को ले कराया था बंद**



निरसा। (झारखण्ड देखो, प्रतिनिधि)। मुगमा मोड़ से स्टेन सोड होते हुए रेतने वाले फाटक तक कीरी एक माह से बंद पी सिंह एवं विधायक अपासे संन गुप्ता ने नारियल फोड़का शिलान्वास किया था। 19 अप्रैल को अनियन्त्रिता का अपासे लगाते हुए भाजपा मंडल अध्यक्ष रंजीत मोदी के नेतृत्व में काम बंद कर दिया गया था। लोकल बालू के इस्तेमाल करने, कलवर्ट नहीं बनाने आदि का आपासे लगाया गया था। बाद में विधायक के आवास पर संवेदक के साथ बैठक हुई। प्राक्कलन से संबंधित परेस दिखाया गया। प्राक्कलन के अनुसार काम करने का भरोसा दिलाया। सड़क निर्माण के दौरान तीन कलवर्ट भी बनाने की बात कही। जो पहले संवेदक बनाने से इनकर कर रहा था।

**वैशाख पूर्णिमा ने विदाय गायत्री दीप नहायड़ा का आयोजन**

झुमरी। (झारखण्ड देखो, प्रतिनिधि)। वैशाख पूर्णिमा के पावन अवसर पर बांती रात जामतारा बनांचल चौक के पास स्थित सार्वजनिक दुर्गा मारी में विदाय गायत्री दीप महायज्ञ का आयोजन किया गया। जिसमें क्षेत्र के दर्जनों धर्म प्रेमी शमिल हुए। मैंके पर 251 दीप का प्रारंभ किया गया। गायत्री परिवार गिरिह वर्ष से एवं परिवार के सदस्यों द्वारा सानतन धर्म एवं उपर्युक्त विधायक के कार्यक्रमों की जानकारी दी गई। जिसमें गायत्री परिवार के सदस्य काशी साव, प्रेमा देवी, वीणा देवी, बुद्ध गोप, मान सिंह, अनिल जायसवाल, प्रदीप कुमार जायसवाल, अनिल बरार जायसवाल, रामानंद मिश्री, अविंद शर्मा आदि दर्जनों लोग उपस्थित रहे।

**बड़कागांव ने 90 प्रत्याशियों को निर्विरोध वार्ड सदस्य युनियन के लिए जाने का प्रणाली पत्र दिया गया**

बड़कागांव। (झारखण्ड देखो, प्रतिनिधि)। ग्राम पंचायत चोपदार बलिया वार्ड 14 से पूर्व वार्ड सदस्य संजय रुपेंद्र की पार्टी शाहीन परवीन निर्विरोध वार्ड सदस्य निर्वाचित हुवे। निर्वाचित प्रत्याशियों सह प्रखंड विकास पदाधिकारी के हाथों प्रमाण पत्र दिया गया। मैंके पर वार्ड सदस्य शाहीन परवीन ने चौपादर बलिया पंचायत के सभी जनता को आभार प्रकट किया। मैंके पर नारियल यादव, लालचंद यादव, महेश यादव, मोहम्मद तसलीम सरपान, धनु यादव, मोहम्मद इनाम एवं अन्य लोगों ने खुशी जाहिर कर बधाई दी है। बताते चर्चे के प्रखंड में लगभग 100 लोगों को निर्विरोध चुनाव जीतने का निर्वाचित प्रत्याशियों सह बीड़ियों जिमेंट्र कुमार पांडे, रवि रंजन, भास्कर राज की उपस्थिति में प्रमाण पत्र दिया गया।

**सदर अस्पताल की प्रसिद्ध नेत्र चिकित्सक डॉ पिंकी पाल को मिला सम्मान**

(झारखण्ड देखो, प्रतिनिधि)

बोकागो। वेस्ट बंगल के एसपीएशन के ऑफ कम्युनिटी आपलोलाइंजस्ट ऑफ इंडिया की ओर से कोलकाता मैटिंग कालेज में अखिल भारतीय सामुदायिक नेत्र विज्ञान समारोह आयोजित कर बोकागो जिले के प्रसिद्ध नेत्र चिकित्सक डॉ पिंकी पाल को कृष्णनेंदु सरकार मेमोरियल वेस्ट बंगल अवार्ड 2022 से समानित किया गया। उन्हें प्रतीक चिह्न और अंग वस्त्र प्रदान किया गया। समारोह में देश के विभिन्न प्रदेशों से कई प्रसिद्ध नेत्र चिकित्सक शमिल हुए। कार्यक्रम में चिकित्सा क्षेत्र में बेंहर काम करनेवाले डॉकरों को प्रतीक चिह्न व अंग वस्त्र देकर संवादश्चय देखभाल सेवाओं की प्रशंसना में प्रतिश्वास दिखाई है। इसी के आलोक में डॉ पाल को दिव्यांगत प्रो कृष्णनेंदु सरकार मेमोरियल वेस्ट



बंगल अवार्ड 2022 से समानित किया गया। वहीं इस सम्मान को पाने के बाद डॉ पाल ने कहा कि अपने जीवन काल में लोगों की निश्चयता सेवा करना ही हमारी बकाया राशि का भुगतान नहीं करती है।

# प्रथम चरण का मतदान की मतगणना शुरू, मतदान दो दिन चलेगी



(झारखण्ड देखो, प्रतिनिधि)

पाकुड़। प्रथम चरण में हुए मतदान की मतगणना सम्पन्न शुरू किया गया। मतगणना का कार्य 17 मई और 18 मई दो दिन चलेगा। पहले दिन में दावपुर, कालिदासपुर, जगप्रसादपुर, मदनमोहनपुर, इलामी, रामचंद्रपुर, कुमारपुर, नरोत्तमपुर, संग्रामपुर, सोनाजाड़ी, शहरकोल, ईशांकपुर उर्फ गण्डागांव, तारानगर, रहसपुर, जगदिक्षिपुर, उर्फ नारायणपुर, मनिरामपुर, रघुनन्दनपुर उर्फ चांची की पंचायत का जिला

निर्वाचन पदाधिकारी (पंचायत) सह उपायुक्त वर्धन रंजन, उप विकास आयुक्त शाहिद अखरा, सामान्य प्रेषक, इंद्रदेव मंडल के देखभाल में मतगणना किया गया। पाकुड़ प्रखंड की मतगणना हेतु 25 टेबल लगाया गया है साथ ही पर्याप्त संख्या में मतगणना कर्मियों को किया गया है। प्रथम चरण के बज्रगुह/मतगणना (पाकुड़) का बज्रगुह/मतगणना केंद्र पाकुड़ पालटेकनीक कॉलेज में सम्पन्न शुरू की दिया गया है। मतगणना पाकुड़ प्रखंड की मतगणना हेतु 25 टेबल लगाया गया है जहाँ प्रथम चरण का मतदान हुआ था। मतगणना को लेकर जिला प्रशासन पूरी तरह चौकस है। गेट के भीतर बिना पास के अंदर घुमने नहीं दिया जा रहा है। गेट पर पुलिस बल तैनात किया गया है। साथ ही अग्रिंशमन वाहन रहे हैं। उन्हें बताया कि गोमिया

त्रिस्तरीय पंचायत आम चुनाव 2022 के तहत 14 मार्च को प्रथम चरण में हुए मतदान की मतगणना आज 17 मई के जिले के पाकुड़ पोलटेकनीक कॉलेज में सम्पन्न शुरू की दिया गया है। मतगणना पाकुड़ प्रखंड की मतगणना हेतु 25 टेबल लगाया गया है जिला निर्वाचन पदाधिकारी (पंचायत) का विवरण व निकासी द्वारा बनाया गया है। मतगणना के बाद कुल 1372 प्रत्याशियों की किस्मत का फैसला होगा।

और मेडिकल टीम के साथ एम्बुलेंस भी मैजूद है। मतगणना स्थल परायाशीयों एवं उनके अधिकारीओं के प्रवेश के लिए अलग-अलग प्रवेश व निकासी कॉलेज में विवरण शुरू की दिया गया है। प्रखंड प्रखंड की मतगणना हेतु 25 टेबल लगाया गया है जिला निर्वाचन पदाधिकारी (पंचायत) का विवरण व राशन घूम कर प्रति टेबल मतगणना के कार्यों को देख रहे हैं तथा संबंधित मतगणना कर्मी को आवश्यक दिशा निर्देश भी दे रहे हैं। उन्हें बताया कि गोमिया

प्रखंड की मतगणना हेतु 25 टेबल लगाया है साथ ही इसके लिए प्रायाशीयों में बंद मतपत्रों की गणना व परिणाम आने के साथ ही इनके किस्मत का फैसला हो जाएगा। कुल प्रत्याशियों में वार्ड सदस्य पद के लिए 1036 मुखिया पद के लिए 149, पंचायत सदस्य समिति के लिए 150, एवं जिला परिषद सदस्य पद के लिए 37 प्रत्याशी हैं। जिला विकास आयुक्त, शाहिद अखरा, सामान्य प्रेषक, इंद्रदेव मंडल, अनुमंडल पदाधिकारी, हरिवंश पंडित एवं अन्य उपस्थित हैं।

**● 1372 प्रत्याशियों की किस्मत का फैसला होगा**

पाकुड़ प्रखंड में कुल चार पदों (जिला परिषद सदस्य, पंचायत समिति सदस्य, मुखिया एवं वार्ड

सदस्य पद) 1372 प्रत्याशी चुनावी मैदान में थे। मांगलवार को मतपत्रों में बंद मतपत्रों की गणना व परिणाम आने के साथ ही इनके किस्मत का फैसला हो जाएगा। कुल प्रत्याशियों में वार्ड सदस्य पद के लिए 1036 मुखिया पद के लिए 149, पंचायत सदस्य समिति के लिए 150, एवं जिला परिषद सदस्य पद के लिए 37 प्रत्याशी हैं। जिला विकास आयुक्त, शाहिद अखरा, सामान्य प्रेषक, इंद्रदेव मंडल, अनुमंडल पदाधिकारी, हरिवंश पंडित एवं अन्य उपस्थित हैं।

**मतदान कर्मियों की सुविधा हेतु जिला प्रशासन द्वारा बस की व्यवस्था की गई है**

(झारखण्ड देखो, प्रतिनिधि)

पाकुड़। 18 मई पाकुड़िया मुख्यालय से सुबह 5:00 बजे पूर्वाहन में चार बस की व्यवस्था की गई है मामोहेन प्रखंड मुख्यालय से 5:30 बजे पूर्वाहन दो बस की व्यवस्था में गई है। अमड़ापाड़ा प्रखंड मुख्यालय से 5:30 बजे पूर्वाहन एक बस की व्यवस्था की गई है। लिटोटीपाड़ा प्रखंड मुख्यालय से 5:30 बजे पूर्वाहन एक बस की व्यवस्था की गई है। लिटोटीपाड़ा से आगे चाली बस ही हिंगापुर प्रखंड मुख्यालय से सुबह 5:00 बजे पूर्वाहन एक बस की व्यवस्था की गई है। मामोहेन प्रखंड मुख्यालय से 5:30 बजे पूर्वाहन एक बस की व्यवस्था की गई है। लिटोटीपाड़ा से आगे चाली बस ही हिंगापुर प्रखंड मुख्यालय से 5:30 बजे पूर्वाहन एक बस की व्यवस्था की गई है। मामोहेन प्रखंड मुख्यालय से 5:30 बजे पूर्वाहन एक बस की व्यवस्था की गई है। मामोहेन प्रखंड मुख्यालय से 5:30 बजे पूर्वाहन एक बस की व्यवस्था की गई है। मामोहेन प्रखंड मुख्यालय से 5:30 बजे प



## संक्षिप्त समाचार

तीनों बादें पूरे नहीं करने पर पद व राजनीति से दूंगा इस्तीफा : नंसूर आलम



**दुमरी/गिरिडीह।** दुमरी भाग-31 के जिला परिषद सदस्य प्रत्याशी मंसूर आलम ने अजय अपने क्षेत्र के दुमरी, कुलगा, नावाठांड, भरखर, अमरा, चिनिकोरो, टोंगराखुरु, पोदेगां, गुटांड आदि गांवों को तूफानी दौरा किया। दौरे के मौसूल में जनता के बीच में उन्होंने अपने तीनों बादों को दोहराया कि किसी भी घाल में घुजाड़ी हो गोड़ में फुटओवर ब्रिज, डुमरी में मैलिल कालेज निर्माण और प्रत्येक पंचायत में 50-50 सोलर जलमीना और 50-50 सोलर किसान पंच का वितरण अमर अपने कार्यकाल के एक साल के अंदर पूरा नहीं कर पाएंगे तो साल में 365 दिन होता है, मैं 366वें दिन अपने पद और राजनीति दोनों से इस्तीफा दें दूंगा। जनता के मिल रहे अपार जन सर्वन से गवाह मंसूर आलम ने कहा कि इस बार लोग समाज में फैली बमरी और शिथ्रा के लिए अच्छे डॉक्टर एवं शिक्षकों के रूप में मुझे देख रहे हैं व्होकं पीड़ित व्हर्क जातपात देखकर अपना इलाज डाक्टर से नहीं करवाता है। बल्कि अच्छे डॉक्टर देखकर इलाज करवाता है। दौरे के क्रम में उनके साथ बैजनाथ महोंगी, राजकमल महोंगी, रोहित ठाकुर, हेमलाल वादव, मनोज तुरी, सतीश महोंगी आदि दर्जनों लोग उपस्थितथा।

### एनआइसी कैप बागपत हेतु किया गया चयन



**दुमरी।** बिहार भावे विश्वविद्यालय हजारीबाग एनएसएस प्रकोष्ठ के अंतर्गत झारखंड कालेज दुमरी के एक छात्र एवं एक छात्रा का चयन एनआइसी कैप बागपत (यूपी) के लिए चयन किया गया है। चयनित हुए छात्र अभियंत कुमार एवं छात्रा नु प्रिया शामिल हैं।

चयन होने पर कालेज के एनएसएस यूनिट 1 व 2 के पीओ ऋक्षम: प्रो.मनोज सिंह व प्रो.शक्ति ठाकुर, प्रो. पीके सिन्धा, प्रो.अमिता मिश्र, प्रो.शशांत यादव, प्रो. मनोज तिवारी, कैलाश चौधरी आदि ने शुभकामनाएं व बधाई दी है।

### सीसीएल कर्मी नार्निंग वॉक के दौरान बेहोश हो कर गिरे

**बेरमो।** सीसीएल कर्मी महादेव बीपी सुबह टहलने के दौरान बेहोश हो कर गिर गये। स्थानीय लोगों की मदद से ब्यांके अस्पताल ढोरी लाया गया। जहाँ डॉक्टरों ने उन्हें मुत् थोकित कर दिया मुत् सीसीएल कर्मी खास ढोरी में कार्यरथ था। मैके पर मुख्य रूप से वार्ड पार्श्व अंजय कुमार जयसवालं, भृंग प्रतिनिधि राजू, दिग्गज, भोला, भारती, देशव सह, तारुंदांड, मुख्याल, कृष्ण रजवार आदि उपस्थित आदि थे।



### भारत पेंशनर्स समाज की बैठक ने पेंशनधारियों की समस्या पर विशेष चर्चा हुई

**दुमरी।** भारत पेंशनर्स समाज की बैठक मंगलवार को दुमरी में सम्पन्न हुई। समाज के अध्यक्ष रमेशवर चौधरी की अध्यक्षता में हुई। इस बैठक में पेंशनधारियों के समस्या आने वाली परेशानियों के समाधान पर विचार विमर्श किया गया। साथ ही पेंशन का भुगतान करने वाले बैठकों के प्रबंधकों से मिलकर इसका समाधान करने का निर्णय लिया गया। बैठक में पेंशनधारी शक्ति राम रामजी प्रसाद का 15 वर्ष पुरुगा होने के बाबजूद कम्पुटेशन राशि की कटौती बढ़ नहीं होने पर विस्तार से चर्चा की गयी। साथ ही इस मामले के लिए राजनीतिक बैठकों के प्रबंधकों से मिलकर इसका समाधान करने का निर्णय लिया गया। बैठक में सभी पेंशनधारियों को अपना-अपना बैठक पासबुक अद्यतन कराते हुए समय पर इनकम टेक्स भरने का निर्देश दिया गया। इस मैके पर रामजी प्रसाद, जयलाल महतो, गिरधारी महतो, गनौरी राम, नरसिंह राम, भोला प्रसाद, गणेश सिंह, सत्यदेव सिन्हा, बैजनाथ प्रसाद बर्धवाल आदि उपस्थित थे।

### आईआईटी दे रहा योजनार का अवक्षण:

## एसोसिएट प्रोफेसर और प्रोफेसर पद के लिए अभी करें आवेदन, जानें सारी डिटेल्स...

झारखंड देखो/प्रतिनिधि।

**धनबाद।** धनबाद रिथर आईआईटी आईएसएस ने एससी, एसटी, ओबीसी, इंडियान्यूएस और फिजिकल डिसेप्सल अध्यार्थियों के लिए स्पेशल रिकूटमेंट ड्राइव का आयोजन किया है। इसके तहत आईआईटी ने विभिन्न विभागों के लिए एसोसिएट प्रोफेसर और प्रोफेसर के पद की बहाली निकाली है। क्लोइ भी भारतीय संबंधित श्रेणी से इन पदों के लिए आवेदन करने की अंतिम तिथि 27 जूलाई। निर्धारित की गई है। एसोसिएट प्रोफेसर का न्यूनतम वेतनमान एक लाख 39 हजार 600 रुपये और प्रोफेसर के लिए एक लाख 59 हजार 100 रुपये।



सुविधाएं भी मिलेंगी। एसोसिएट प्रोफेसर के लिए अर्हताएं भी निर्धारित की गई है। न्यूनतम अर्हता फर्स्ट क्लास पीएचडी की डिग्री होनी चाहिए।

छह वर्ष और प्रोफेसर के लिए 10 वर्ष शिक्षण कार्य का अनुभव जरूरी है। इसके साथ ही पीएचडी छात्रों के मार्गदर्शन करने में दक्ष भी हों। महत्वपूर्ण जर्नल में प्रकाशन करने के साथ ही काफ़ेसेज, पेटेट, लेबरेटरी,

## झारखंड

### प्रथम चरण में हुए मतदान की मतगणना समय शुरू

## प्रथम चरण (गोमिया - पेटरवार) का वज्रगृह/मतगणना केंद्र बोकारो इस्पात सीनियर सेकेंडरी स्कूल सेक्टर-2/डी को बनाया गया

जिला निर्वाचन पदाधिकारी (पंचायत) सह उपायुक्त श्री कुलदीप चौधरी, उप विकास आयुक्त कीर्तीश्री, सामाजिक प्रेक्षक देखो

अनुमंडल क्षेत्र प्रदीप कुमार के देखरेख में मतगणना किया जा रहा है।

● गोमिया प्रखंड की मतगणना हेतु 36 टेबल एवं पेटरवार प्रखंड हेतु 16 टेबल लगाया गया है। पार्यात संचालन की किसियों को किया गया है।

● मतगणना के बाद कुल 1702 प्रत्याशियों की किसियां देखो

झारखंड देखो/प्रतिनिधि।

**बोकारो।** विस्तरीय पंचायत आम चुनाव के तहत 14 मई को प्रथम चरण गोमिया व पेटरवार प्रखंड में हुए मतदान की मतगणना आज दिनांक 17 मई को जिले के बोकारो इस्पात सीनियर सेकेंडरी स्कूल, सेक्टर-2/डी में समय शुरू कर दिया गया है। मतगणना वर्षे अनुमंडल क्षेत्र के गोमिया व पेटरवार प्रखंडों का आयोजन वाहन और मौजूद है। मतगणना स्थल पर प्रत्याशियों एवं उनके अधिकारियों को प्रवेश के लिए अलगज़अलग



स है। गेट के भीतर बिना पास के अंदर घुसने नहीं दिया जा रहा। पर एक पुलिस बल तैनात किया गया है। साथ ही अनिवार्य वाहन और मौजूदकल टीम के साथ एम्बुलेंस भी मौजूद है। मतगणना स्थल पर प्रत्याशियों एवं उनके अधिकारियों के प्रवेश के लिए अलगज़अलग

● गोमिया प्रखंड के मतगणना हेतु 36 टेबल व उपायुक्त के बोकारो इस्पात संचालन की किसियों को प्रवेश के लिए 16 टेबल लगाया गया है। अथात कुल 36 टेबल लगाया गया है। साथ ही इसके लिए प्रयात संचालन की किसियों को प्रवेश करने के लिए अनुमंडल क्षेत्र के गोमिया व पेटरवार प्रदीप कुमार आयुक्त का अवधारणा की अवधारणा है। मतगणना सुचारू रूप से चल रही है। मतगणना हेतु दोनों प्रखंडों के सभी चार पदों के लिए अनुमंडल क्षेत्र के गोमिया प्रखंड की मतगणना हेतु

जिला निर्वाचन पदाधिकारी (पंचायत) सह उपायुक्त श्री कुलदीप चौधरी घूम घूम कर प्रति टेबल मतगणना के कार्यों को देख रहे हैं तथा संचालन मतगणना कर्मी को अवश्यक दिशा निर्देश भी दे रहे हैं। उन्होंने बताया कि गोमिया प्रखंड की मतगणना हेतु

36 टेबल एवं पेटरवार प्रखंड के लिए 16 टेबल लगाया है अथात कुल 52 टेबल लगाया गया है। साथ ही इसके लिए प्रयात संचालन की किसियों को प्रवेश करने के लिए अनुमंडल क्षेत्र के गोमिया व पेटरवार प्रदीप कुमार आयुक्त का अवधारणा है। मतगणना सुचारू रूप से चल रही है। मतगणना हेतु दोनों प्रखंडों के सभी चार पदों के लिए अनुमंडल क्षेत्र के गोमिया प्रखंड की शुरूआत बूथ नंबर 36 टेबल लगाया है। मतगणना हेतु दोनों प्रखंडों की शुरूआत बूथ नंबर 1 लगाया गया है।

### कोयला लदा हाइवा पलटा, सड़क पर बिखरे काले हीरे को लूटने की नीची होड़

● आग निकला इलाज व्हालासी, देर तक नहीं पहुंची पुलिस

● हाइवा पलटने से सड़क पर गिरा कोयला लूटते लोग



**धनबाद।** धनबाद के गोविंदपुर थाना क्षेत्र में मंगलवार 17 मई की सुबह कोयले से भरा हाइवा अनियंत्रित होकर पलट गया। इसके बाद सड़क पर बिखरे कोयले की जमकर लूट हुई। कालाडी में मोड़े के समीप दुर्घटना में हाइवा के द्राइवर और खालासी बाल-बाल बच गए और मौका देख भाग निकले। इसके बाद सड़क पर बिखरे कोयले की लूट के लिए होड़ मची रही। पुलिस नर्स पहुंची तो स्थानीय लोग बेकबू हो गए और कोयला समेटकर बोरा में भरकर ले जाते रहे। विगत दिन तोपचांची थाना क्षेत्र में एक पिकअप वैन पलटने के बाद इसी तरह टामार को जमकर लूट हुई थी।

दुर्घटना के काफी देर तक गोविंदपुर थाने की पुलिस नहीं पहुंची थी। खालासी क्लूट में शामिल स्थानीय लोगों ने कहा कि वह ज



## स्टाइल बदलने से लग सकते हैं पतले

एक लंबे अंदर बाद आपको कल किसी डेट पर जाना है। सब कुछ अच्छा जा रहा है लेकिन पतले की मुश्किल है। आपका वजन घिरने के काफी ज्यादा बढ़ गया है। अब एक दिन में एक्ससरसाइज करके आप अपने वजन तो नहीं घटा सकते। तो अब क्या करें? एक तरीका है। आप अपने कपड़े पहनने के स्टाइल पर खास ध्यान देकर स्लिम नजर आ सकते हैं।

### फिट कपड़े पहनें

बहुत से लोग बाले के कपड़े पहनने से उनकी इस समस्या का हल हो जाएगा। लेकिन ऐसा नहीं है। बड़े कपड़े पहनने से आप और ज्यादा भारी ट्राईवर आ सकते हैं। इसलिए ऐसे कपड़े पहने जो आपको अच्छी तरह से फिट हों। फिट कपड़े पहनने से आप तुलनात्मक रूप से पतले दिखते हैं।

### गहरे रंग के कपड़े

काला पहनने से लोग पतले दिखते हैं। ऐसा ऑफिचियल इल्यून की कपड़े ज्यादा बढ़ देते हैं। इसके साथ ही, काला रंग खास मौके पर अच्छा लगता है। एक टाइट फिटिंग की शर्ट के साथ ऊपर से ब्लैक जैकेट या कोट पहनें, और आपकी मुश्किल हल हो जाएगी।

### बेल्ट पहनें

बेल्ट पहनें। इसका मतलब यह नहीं है कि आप अपनी तोहं को बेल्ट के साथ दबाने की कोशिश करें। इसका मतलब सिर्फ़ ये है कि बेल्ट का इस्तेमाल ऐससेरीज के तौर पर करें, ताकि आपकी पैंट अच्छे से फिट रहें। आगे आपकी पैंट अच्छे से फिट होंगा तो आपकी अपर बॉडी इसलिए इस तरह के कपड़े पहनने से बचना चाहिए।

### शर्ट पैंट में टक न करें

शर्ट के बॉडी को लटकने देने से शर्ट आपके प्रॉब्लम एरिया के साथ नहीं सकती, जिससे उसकी तरफ ध्यान नहीं जाता। लेकिन अगर आप शर्ट को पैंट में टक कर लेते हैं तो ध्यान आपके पेट और चेस्ट की तरफ सक्से ज्यादा जाता है।

### स्ट्रिप्स और भड़कीले रंगों से बचें

आपके अक्सर सुना होगा कि हॉर्नीजेटल स्ट्रिप्स से मोटाया छलकता है और वर्टिकल स्ट्रिप्स से व्हर्टिकल पलाया नजर आता है। लेकिन वर्टिकल स्ट्रिप्स से सबका ध्यान आपके शरीर पर ज्यादा जाता है। इसके अलावा, भड़कीले रंग भी सबका ध्यान आकर्षित करते हैं, इसलिए इस तरह के कपड़े पहनने से बचना चाहिए।

### पॉश्चर का रखें ख्याल

पॉश्चर एक ऐसी चीज़ है जो आपके मोटा होने के बावजूद आपको पतला दिखा सकती है और पतला होने पर मोटा। जितना हो सके स्ट्रेट खड़े हों, इससे आप पतले दिखेंगे और अगर हाल ही में आपने कुछ पॉड वजन कम किया है तो आपका अल्मियावास देखने लायक होगा।

### भरी हुई न हो पॉकेट

अपने कपड़ों की पॉकेट में भरी सेल फोन, ज्यादा भरे हुए बॉलेट और कार टी चारबिंदी न रखें। इससे आपके मिडसेवशन पर ज्यादा ध्यान जाएगा और आप नहीं चाहेंगे कि ऐसा हो।

आजलन लड़के खुद को किसी भी चीज़ में कम आंकने को तैयार नहीं है। जिसके चलते आपने यह है कि वर्तमान समय में पुरुष महिलाओं के साथ फैशन और में एक अप की भी होड़ कर रहे हैं। लेकिन कई बार पुरुष फैशन के चक्रमें कई ऐसी चीज़े कर बैठते हैं जिसका भवियत में उन्हें भारी खामियाजा भुगतना पड़ सकता है। एक शोध के अनुसार पुरुषों को मार्डन फैशन का इस्तेमाल करने से पहले कुछ सावधानियां बरतने की ज्यादा जरूर होती है। आज हम आपको पुरुषों के फैशन से जुड़ी कुछ ऐसी बातें बता रहे हैं जो वे अक्सर फौलों करते हैं। जबकि वास्तव में ऐसा करना नहीं चाहिए।

### टाइट जींस का फैशन

पहले के समय में पुरुष बेल बॉटम जींस पहनते थे। लेकिन आजकल महिलाओं की होड़ में पुरुष और नैरो जींस पहनने लगे हैं। पुरुषों का मानना है कि टाइट जींस में काफी हाट और स्मार्ट दिखा जा सकता है। जबकि टाइट जींस से जानी होती है कि टाइट अंडरगार्मेंट पहनने से आपके फ्रंट पार्ट बहुत सेंसिटिव होता है। ऐसे में आप टाइट अंडरगार्मेंट पहनने तो आपके फ्रंट पार्ट को हीट मिलती है। जिसके चलते स्पर्म कार्डिंग कम होने लगता है। अगर आप बेबी प्लान कर रहे हैं, तो बेहतर होगा की लूज अंडरगार्मेंट के साथ-साथ लूज पैंट पहनने होने लगते हैं।

