



झारखण्ड देखो

खबरें, कहानी, लोग और बहुत कुछ



UDISE Code- 20110108005, JEPC Code- RTE/20/2021-22
Affiliated By Jharkhand Education Project Council

RGS Gurukul
 (An Unit of Shatan Ashram)

Bright Future for your Kids
 For More Detail : www.rgsgurukulam.com, Email- gurukulamrgs@gmail.com

Dhadhkia, Dumka, Mob. - 8409399342 (Principal), 7903712653 (Vice Principal)

Opening Shortly IX to X
Class Nursery to VIII
Medium Hindi & English Admission Open
 For More Detail : www.rgsgurukulam.com

School Van Facility Available

Drawing Class, Victory Meet, Computer Class, Yoga Class, Science Lab, Smart Class

सफलतापूर्वक अंतिम चरण में पहुंच चंद्रयान-3, 23 अगस्त को इतने बजे चंद्रमा पर होगा लैड

चेन्नई/एजेंसी।

भारतीय चंद्र मिशन चंद्रयान-3 बुधवार को चंद्रमा पर उत्तरे के लिए तैयार है। चंद्र मिशन, चंद्रयान 3 सफलतापूर्वक अपने अंतिम चरण में पहुंच गया है और चंद्रयान लैंडर मॉड्यूल (एलएम) 23 अगस्त की शाम छह बजकर 04 मिनट पर चंद्रमा के दक्षिणी ध्रुवीय सेंट्र पर उतरेगा। अब तक, मिशन परीक्षा तह से अच्छा प्रश्रण कर रहा है और सभी की निगाहें अब लैंडिंग पर हैं, जो सफल होने पर, भारत को उन देशों के विशेष समूह में शामिल करेगा जिनमें अमेरिका, रूस और चीन भी हैं। इसरो वैज्ञानिक आधी गत से ही चंद्रयान-3 मिशन पर नज़र रख रहे हैं।

गैरितवाल है कि चंद्रयान-3 की लैंडिंग से कुछ ही घंटे पहले इसरो ने एक मौल का पत्थर हासिल किया जब तक

ऑर्बिटर ले जाने वाले चंद्रयान-2 ने लैंडर चंद्रयान-2 ऑर्बिटर चंद्रयान-3 लैंडर के साथ इसरो के लिए बैकअप संचार चैनल होगा। इसरो ने 'एक्स' पर एक पोर्ट में कहा 'चंद्रयान -3 मिशन: 'आपका स्वयंपत्र है देवत। सोएच-2 ऑर्बिटर ले जाने वाले चंद्रयान-3 मिशन का स्वयंपत्र किया।'

इसरो ने 2019 में कहा था कि सटीक प्रक्षेपण और कक्षीय युद्धाभ्यास के कारण, चंद्रयान -2 ऑर्बिटर का मिशन जीवन सात साल तक बढ़ गया था। 22 जुलाई, 2019 को प्रक्षेपित किए गए चंद्रयान-2 मिशन में चंद्रमा के अन्तर दक्षिणी ध्रुवीय का पता लगाने के लिए एक ऑर्बिटर, लैंडर और रोबर शामिल थे।

चंद्रयान-2 को जुलाई 2019 में लैंडिंग से कुछ ही घंटे पहले इसरो ने एक



लैंडिंग 25 किमी ऊंचा 134 किमी पर स्थित था। इसरो ने कहा, 'मॉड्यूल को अंतरिक्ष जांच से गुरुत्वा होगा और निर्दिष्ट लैंडिंग स्थल पर सूर्योदय का इंतजार करना होगा।' इसरो, लैंडिंग साइट की पहचान करने के बाद, बुधवार शाम को चंद्रमा की सहाय पर सुरक्षित लैंडिंग सुनिश्चित करने के लिए सटीक ब्रॉकिंग तकनीक का प्रदर्शन करेगा।

उल्लेखनीय है कि चंद्रयान-3 अंतरिक्ष यान को 14 जुलाई को इसरो के सबसे भारी प्रक्षेपण यान एलएम-3-एम4 द्वारा सफलतापूर्वक लैंच किया गया था। लगभग 16 मिनट की उड़ान अवधि के बाद, इसे 36,500 किमी ऊंचा लैंडिंग स्थल पर सूर्योदय का इंतजार कराने और 23 अगस्त को संचालित लैंडिंग शुरू होगी। इस युद्धाभ्यास के बाद, चंद्रयान -3 अंतरिक्ष यान अब

पाकिस्तान पर सर्जिकल स्ट्राइक-2 का दावा झूठा, सेना ने अफवाहों को बताया निराधार

नई दिल्ली/एजेंसी। भारतीय सेना ने पाकिस्तान पर फिर से सर्जिकल स्ट्राइक किया और एलएमीटर अंदर धुसकर एक्शन लिया। ऐसे रिपोर्ट एक अखबार में छापी खबर में दावा किया गया कि सेना ने तरकुड़ी सेंटर, पिंगर गली से रुश्यत पार किया और सर्जिकल स्ट्राइक किया। इसके साथ ही सेना ने कोटली में आतंकियों के 4 लॉन्च पैड तबाह किए। इस अपरेशन में 7 से 8 आतंकी मारे गए। सेना का शनिवार रात को एक्शन, स्पेशल फोर्स के जावों का आपरेशन के बाद 12 से 15 जवान सुरुशत वायरस लौटे। अब भारतीय सेना ने इस खबर को पूरी तरह से निराधार और इस दावे को झूठा कराया दिया है।

दरअसल, 21 अगस्त को आतंकियों ने बालाकोट में धुसपैठ की कोशिश की थी। आतंकियों की इस धुसपैठ की कोशिश के बाद भारतीय सेना ने धुसपैठियों पर कारबोरिंग की थी। सेना का फायरिंग के बाद कुछ आतंकी भाग गए थे लेकिन इनमें से दो अंतर्कावादी द्वारा हो गए थे। सेना और पुलिस के संघर्ष अंपरेशन में मारे गए आतंकियों के पास से दो मैग्नेन, दो हैंड ग्रेनेड और एक चैर्च-47 रायफल बरामद किया गया था।

त्वचा पर स्टॉबेरी और दही लगाने के फायदे

तथा दही में एंटीबैक्टीरियल
गुण पाए जाते हैं।
एंटीऑक्सीडेंट

रेम



1. एंटी एजिंग प्रभाव

स्टॉबेरी और दही के मिश्रण में विटामिन सी प्रचुर मात्रा में पाया जाता है जो आपकी त्वचा की कोशिकाओं को पोषण प्रदान करता है तथा कोलेजन के उत्पादन को बढ़ाता है जिससे झुरियां तथा फाइल लाइंस दूर होती हैं।

2. मुहासों को कम करता है

स्टॉबेरी में प्रचुर मात्रा में एंटीऑक्सीडेंट होते हैं

छिद्रों से विषैले पदार्थों को बाहर निकालता है तथा दही का एंटीबैक्टीरियल गुण मुहासे पैदा करने वाले बैक्टीरिया को नष्ट करता है और इस प्रकार मुहासों का उपचार करता है।

3. यूवी (अल्ट्रावॉयलेट) किरणों से बचाव

स्टॉबेरी और दही का मिश्रण प्राकृतिक सन्त्रकीन की तरह कार्य करता है जो सुर्य की नुकसानदायक यूवीए और यूवीबी किरणों से बचाव करता है क्योंकि

इसमें एल्लागिक एसिड होता है जो रक्षा में सहायक होता है।

4. त्वचा की तैलीयता को कम करता है

विटामिन सी से युक्त यह प्राकृतिक फैस पैक आपकी त्वचा में सीबम के उत्पादन को कम करता है जिसके कारण आपकी त्वचा तेल मुक्त और तरोताजा रहती है।

5. त्वचा की रंगत नियाताता है

अपने एसीडिक गुण (अम्लीय गुण) के कारण स्टॉबेरी और दही का मिश्रण प्राकृतिक ब्ल्यूचिंग एजेंट को तरह कार्य करता है तथा आपके रंग को काफी हद तक सफाकरता है।

6. त्वचा की चोट में आराम पहुंचाता है

दही और स्टॉबेरी का मिश्रण छोटे कट्स, चोट और सन्भवन से आराम दिलाता है क्योंकि इसमें प्रदानानशक गुण होता है।

7. त्वचा को हाइड्रेट करता है

इस प्राकृतिक मिश्रण में त्वचा की कोशिकाओं को नम रखने का गुण होता है जो आपकी त्वचा को मौस्खाइज करता है जिससे त्वचा नरम और कोमल रहती है।

सड़े के दिन बनाना ना भूलें काजू पुलाव



80 ग्राम (1/2 कप) किशमिश

विधि - सबसे पहले केसर को एक छोटी कटोरी में गरम दूध में डाल कर 10 मिनट के लिये रख दें।

● तब तक के लिये एक बड़े प्राइंग पैन में घी रखें, उसमें कटी यज्ज डाल कर भूंग होने तक पकाएं।

● जब यज्ज भूंग होने की हो जाए तब इसे एक कटोरे में निकाल कर रख लें।

● अब एक सॉस पैन में चावल डालें, उसमें केसर वाला थोल, लौंग, इलायची और सब्जी वाला शोरबा मिक्स करें।

● पैन को ढक्कन से बिल्कुल टाइट फिट कर दें और चावल को उबाल लें।

● फिर आंच को कम करें और 12 मिनट तक पकाएं या फिर तब तक पकाएं जब तक कि राइस पक ना जाए। फिर इसे आंच से हटा दें।

● इसे एक किनारे रखें, फिर 10 मिनट के बाद इसे खोल कर इसमें से इलायची और लौंग निकालें।

● चावल को किसी चम्पच से चलाएं और फिर इस पर फ्राई की हुई यज्ज, और काजू और किशमिश डाल कर सर्व करें।

चमकती त्वचा के लिए जरूरी हैं ये विटामिन्स...

ईंवार खराब और अस्वस्थ्य त्वचा के लिए हमारा डाइट जिम्मेदार होती है। दमकती त्वचा के लिए पर्याप्त पोषक मिलान जरूरी है। वैसे तो विभिन्न प्रकार के लिए अलग-अलग डाइट की जरूरत होती है। लेकिन एक व्यास और चमकती त्वचा के लिए डाइट में इन विटामिन्स का होना जरूरी है। जानिए ग्लोइंग स्किन के लिए जरूरी पोर्टफोलियो।

आपको अधिक से अधिक पानी पीना चाहिए। क्योंकि पानी ही स्किन के लिए एक सर्वैषष औषधि है। यह न केवल आपको रिफ्रेश करता है बल्कि आपकी त्वचा को एक अद्भुत चमक प्रदान करता है। इसके लिए त्वचा के लिए अलग-अलग डाइट जरूरी है।

● घी के लिए एक घी के लिए अलग-अलग डाइट जरूरी है। इसके लिए जरूरी है कि घी की जरूरत होती है।

● घी के लिए एक घी के लिए अलग-अलग डाइट जरूरी है। इसके लिए जरूरी है कि घी की जरूरत होती है।

● घी के लिए एक घी के लिए अलग-अलग डाइट जरूरी है। इसके लिए जरूरी है कि घी की जरूरत होती है।

● घी के लिए एक घी के लिए अलग-अलग डाइट जरूरी है। इसके लिए जरूरी है कि घी की जरूरत होती है।

● घी के लिए एक घी के लिए अलग-अलग डाइट जरूरी है। इसके लिए जरूरी है कि घी की जरूरत होती है।

● घी के लिए एक घी के लिए अलग-अलग डाइट जरूरी है। इसके लिए जरूरी है कि घी की जरूरत होती है।

● घी के लिए एक घी के लिए अलग-अलग डाइट जरूरी है। इसके लिए जरूरी है कि घी की जरूरत होती है।

● घी के लिए एक घी के लिए अलग-अलग डाइट जरूरी है। इसके लिए जरूरी है कि घी की जरूरत होती है।

● घी के लिए एक घी के लिए अलग-अलग डाइट जरूरी है। इसके लिए जरूरी है कि घी की जरूरत होती है।

● घी के लिए एक घी के लिए अलग-अलग डाइट जरूरी है। इसके लिए जरूरी है कि घी की जरूरत होती है।

● घी के लिए एक घी के लिए अलग-अलग डाइट जरूरी है। इसके लिए जरूरी है कि घी की जरूरत होती है।

● घी के लिए एक घी के लिए अलग-अलग डाइट जरूरी है। इसके लिए जरूरी है कि घी की जरूरत होती है।

● घी के लिए एक घी के लिए अलग-अलग डाइट जरूरी है। इसके लिए जरूरी है कि घी की जरूरत होती है।

● घी के लिए एक घी के लिए अलग-अलग डाइट जरूरी है। इसके लिए जरूरी है कि घी की जरूरत होती है।

● घी के लिए एक घी के लिए अलग-अलग डाइट जरूरी है। इसके लिए जरूरी है कि घी की जरूरत होती है।

● घी के लिए एक घी के लिए अलग-अलग डाइट जरूरी है। इसके लिए जरूरी है कि घी की जरूरत होती है।

● घी के लिए एक घी के लिए अलग-अलग डाइट जरूरी है। इसके लिए जरूरी है कि घी की जरूरत होती है।

● घी के लिए एक घी के लिए अलग-अलग डाइट जरूरी है। इसके लिए जरूरी है कि घी की जरूरत होती है।

● घी के लिए एक घी के लिए अलग-अलग डाइट जरूरी है। इसके लिए जरूरी है कि घी की जरूरत होती है।

● घी के लिए एक घी के लिए अलग-अलग डाइट जरूरी है। इसके लिए जरूरी है कि घी की जरूरत होती है।

● घी के लिए एक घी के लिए अलग-अलग डाइट जरूरी है। इसके लिए जरूरी है कि घी की जरूरत होती है।

● घी के लिए एक घी के लिए अलग-अलग डाइट जरूरी है। इसके लिए जरूरी है कि घी की जरूरत होती है।

● घी के लिए एक घी के लिए अलग-अलग डाइट जरूरी है। इसके लिए जरूरी है कि घी की जरूरत होती है।

● घी के लिए एक घी के लिए अलग-अलग डाइट जरूरी है। इसके लिए जरूरी है कि घी की जरूरत होती है।

● घी के लिए एक घी के लिए अलग-अलग डाइट जरूरी है। इसके लिए जरूरी है कि घी की जरूरत होती है।

● घी के लिए एक घी के लिए अलग-अलग डाइट जरूरी है। इसके लिए जरूरी है कि घी की जरूरत होती है।

● घी के लिए एक घी के लिए अलग-अलग डाइट जरूरी है। इसके लिए जरूरी है कि घी की जरूरत होती है।

● घी के लिए एक घी के लिए अलग-अलग डाइट जरूरी है। इसके लिए जरूरी है कि घी की जरूरत होती है।

● घी के लिए एक घी के लिए अलग-अलग डाइट जरूरी है। इसके लिए जरूरी है कि घी की जरूरत होती है।

● घी के लिए एक घी के लिए अलग-अलग डाइट जरूरी है। इसके लिए जरूरी है कि घी की जरूरत होती है।

● घी के लिए एक घी के लिए अलग-अलग डाइट जरूरी है। इसके लिए जरूरी है कि घी की जरूरत होती है।

● घी के लिए एक घी के लिए अलग-अलग डाइट जरूरी है। इसके लिए जरू