



## एक झालक

नवनिर्मित शिव हनुमान मंदिर में प्राण-प्रतिष्ठा महोसूल आज से



**बेड़ों :** प्रखंड के जरिया नहर टोली गाँव में ग्रामीण द्वारा नन निर्मित शिव हनुमान मंदिर का पांच सदसीय प्रण प्रतिष्ठा महोसूल कथा का आयोजन आज सोमवार से शुभारंभ होगा। इस दीवार भव्य कलाश यात्रा व धार्मिक अनुषान का आयोजन किया जाएगा। यह कार्यक्रम 10 मई तक चलेगा। वहीं कार्यक्रम के दीवान बुद्धिमत्ता के कथा यास निकुञ्ज लाली के द्वारा अनुषान वापर कथा का वापर किया जाएगा। वहीं धार्मिक अनुषान में हवन आरती, रामायण पाठ, हनुमान चालीसा पाठ किया जाएगा। साथ ही पांच दिनों तक श्रद्धालुओं के प्राप्त प्रसाद वितरण किया जाएगा। इधर पांच दिवसीय धार्मिक अनुषान को सफल बनाने में प्रखंड व गाँव के युवा, समाजसेवी व बृद्धिमत्ती साहस्रीय योगदान दे रहे हैं।

**बेड़ों में महिला समूहों ने वलाया मतदाता जागरूकता अभियान**



**बेड़ों :** जेएसएलपीएस बेड़ो में महिला समूहों से जुड़ी दीवियों और स्टाफों ने रविवार को मतदाता जागरूकता अभियान किया। जिससे योगीयों के साथयाएं से प्रखंड कार्यालय प्रबंधक मुकेश कुमार सिन्हा ने बताया कि बोट देना सभी का अधिकार है। अब अधिकारी से किसी की वापर नहीं होना है। साथ ही आपने आसापास के लोगों को भी बिना परामर्श में आपकर बोट करने का दिशानिर्देश दिया। साथ ही आपानी 13 मई को लोकतां के महारप्त में बढ़-बढ़कर भाग जेने व मतदाता को नाम दिया। जिससे योगीयों को युवक-युवतियों को रोजगारोन्मुख शिक्षा से मिल देने के लिए प्रीति दिया। साथ ही अपने आसापास के मतदातों को भी जागरूक करने की बात कही। पहले मतदान किए जलपान करने की बात पर जार दिया। वहीं डीवी ईंटीएम मशीन दिखाकर बोटिंग की प्रक्रिया को समझाया। मौके पर जेएसएलपीएस प्रबंधक मुकेश सिन्हा, पक्षज, घरन, कृष्णारुद्र, शिवसागर, डिजल, सारांशी, बबरी, रितु, कामराज, कालेश्वर, सभान, सुमन, प्रतिमा, प्रखंड के कर्मियों व समूहों की दीवार का अधिक्रम को सफल बनाने वालों को उपर्युक्त नहीं हो गई। बेड़ो में विद्यार्थियों के बीच अध्ययन सामग्री का वितरण रुक्मिणी द्वारा सोमवार को नाम दिया।

**बेड़ो में विद्यार्थियों के बीच अध्ययन सामग्री का वितरण**



**बेड़ो :** ज्ञानरुद्ध स्टेट ओपन यूनिवर्सिटी के अध्ययन केंद्र इंडियन टैलेंट इंटरनेशनल स्कूल बेड़ो के परिसर में रविवार को अध्ययन वितरण कार्यक्रम का आयोजन किया गया। मौके पर बतौर मुख्य अतिथि स्कैंडे मिशन स्कूल नार्डी के निवेदिक सुरेशरी महतों होने के बाद वर्दं में विद्यार्थियों के व्यापक कलापन के लिए साधारण शिक्षा के साथ साथ राजगारपत्र क शिक्षा आशारप्त है। मौके पर अध्ययन केंद्र के को-ऑर्डिनेटर कुमार ने कहा कि अध्ययनरत छात्रों को शो प्रतिशत छात्रवृत्ति मिलायी। साथ ही सेकेंड बेड़ो का नार्डी निवेदिक डिपोलों द्वारा रुल डेवलपमेंट, पीजी डिलोमा इन ऐजेन्ट आइट ऑर्डिनेटर को साथ नामांकन किया है। कार्यक्रम में नरसी टीवर ट्रीनिंग कर रखे जात्रों के बीच अध्ययन सामग्री वितरण किया गया। मौके पर मुख्य अतिथि सुरेशरी कृष्ण आशिंश प्राणिक कल्याणी कुमारी एवं जात्र-जात्रा एवं मोहू शेर्श कार्यक्रम का साचालन प्रीतम कुमार ने किया।

**चुनाव प्रभारी स्वामी देवेन्द्र प्रकाश ने की बैठक**



**बुद्धम् :** ठाकुर गण भंडल के चुनाव प्रभारी स्वामी देवेन्द्र प्रकाश द्वारा बेड़ो शक्ति केंद्र के साथ दूसरों का भी जीवन बदलती है। ऐसी ही बेड़ो पूर्वी की जिप सदस्य पावरित कुमारी। जिसने स्वयं अपनी वितरण होकर दूसरों की समृद्धि व सशक्त बनाया। जिप सदस्य ने लगभग 25 वर्ष पूर्व महिलाओं के उत्थान के लिए दुग्ध वितरण किया गया। अपने पांच सदस्यों ने एक बोली रोड ट्रैक, गणेश वंदना, कब्बाली और अंत में फैशन रैप वॉक का प्रदर्शन किया। उनके मनोमोहक प्रदर्शन ने वास्तव में इस अवसर को यादानंद बना दिया। विभिन्न प्रश्नोत्तरी और ईंटेक्टिव खेलों का भी आयोजन किया गया, जिससे अन्य सदस्यों सहित कर्मचारी उपस्थित थे।

## रांची/आस-पास

## रांची/आस-पास

# हर वोटर है ब्रांड एम्बेसेडर, महा हैशटैग अभियान में शामिल हों, लोगों को करें प्रेरित : डीसी

फ्रीडम फाइटर संचादाता

**रामगढ़ :** लोकसभा चुनाव एक महापर्व है। इसमें हर वोटर ब्रांड एम्बेसेडर है। इस बार के चुनाव में हर मतदाता खुद अपने आसापास के लोगों को जागरूक करना यह बात रविवार को सह भाग लेने का कार्यक्रम है। उन्होंने बताया कि मतदाताओं को जागरूक करने के लिए इस बार कोई बड़े पैमाने पर कार्यक्रम आयोजित किया जा रहा है।

लिए एक बड़े पैमाने पर कार्यक्रम आयोजित किया जा रहा है।

**महा हैशटैग अभियान में शामिल होंगे लोग**

सात मई को शाम छह बजे से आठ बजे तक # में भी इनेक्शन अभियान के तहत महा हैशटैग अभियान चलाया जाना है। अभियान के सफल आयोजन में जिला स्तरीय विभागों, वृथ अवेयरेनेस समूहों, प्रज्ञा केन्द्रों, शिक्षकों, जन वितरण प्रणाली के द्वारा करना याकूब भरने की अप्रेस करना। इस बार के मतदाता विकास से संबंधित विभिन्न क्षेत्रों की पूरी जानकारी होने के बावजूद मतदाता के दिन मतदाता भरने नहीं होते हैं। उनमें नई ऊर्जा भरने की जरूरत है। इस बार के मतदाता विकास के साथ शेयर करने की अपील की। वहीं उन्होंने एक साथ बड़े स्तर पर लोगों को अप्रेस करना।



जागरूक करने की अपील की।

07 मई को इन कम्पनीजिक्षण में भी ले सकते हैं हिस्सा।

सात मई को शाम छह बजे से आठ तक मतदाता जागरूकता से संबंधित फोटो, वीडियो, स्टोगेन, पैटिंग अपरेंट इस बार के पहले वर्ष की शीतल पेय की व्यवस्था की गई है। जहां हर दिन शीतल पेय उल्लंघन कराया जाएगा। 11:30 बजे से सुवा, मतदाता जागरूकता से जीत लेने के लिए शाम रामगढ़ के साथ शेयर करने की अपील की। वहीं उन्होंने एक साथ बड़े स्तर पर लोगों को अप्रेस करना।

जागरूक करने के लिए शीतल पेय की व्यवस्था की गई है।

जिसका उद्देश्य कार्यक्रम का आयोजन होना है।

जिसका उद्देश्य कार्यक्रम का आयोजन ह















## एक झलक

अशिवन ने पावर हिटिंग को लेकर जतायी चिन्ता

नयी दिल्ली : दिग्गज रिप्पर आर अशिवन ने आईपीएल में लगातार बढ़ते हुए बड़े खेलों को लेकर कहा कि ये सब पावर हिटिंग के कारण हो रहा है।

अशिवन ने पावर हिटिंग को लेकर चिंता जताते हुए कहा है कि इससे स्टीरियो का आकार अब छोटा पड़ने लगा। उन्होंने कहा कि इससे खेल एकतरफा हो गया है। अशिवन ने आईपीएल के इस सत्र में बड़े स्ट्रोकों को लेकर कहा कि इससे खेल एकतरफा होता जा रहा है।

आईपीएल के इस सीजन में कई बार टीमों ने 250 से अधिक रन बनाये हैं। इसके अलावा इस सत्र में 287 और 277 रन भी बने हैं।

इस लीग में इंगैटर नियम के लागू होने से भी अब टीमों 200 से ज्यादा रन बना रही हैं पर इसका भी बवाह नहीं हो पा रहा है। उन्होंने कहा कि, पहले के बाएँ गए रिप्पर हिटिंग अज के समय के अनुरूप नहीं रहे हैं।

जो बल्ले तह उपयोग में लाये जाते थे, उनका उपयोग अब कहीं नहीं होता है। प्रयोजकों के

एलईडी बोर्ड के इस्टेमाल के कारण भी बांड़े पहले से ही 10 गज कम हो गई है। अज के दौर में खेल बल्लेबाजी की ओर शुका लगता है। ये किसी को परेशन कर के किसी को खुश करने की तरह ही है। ऐसे में गेंदबाजों को मानसिक तौर पर उत्साहित करना होगा।

मुझे लगा बल्लेबाजी के लिए उत्तराना नहीं पड़ेगा : कार्तिक चैन्स्वर्ड : युजरात टाइटंस के खिलाफ अंतिम ओरेंज में अच्छी बल्लेबाजी कर टीम को जीत दिलाने वाले दिनेश कार्तिक वह शुरूआत में टीम की जीत के लिए आश्वस्त थे क्योंकि टीम ने पावरले में ही फाफ ढुकेसस के अश्वासक से 92 रन बना लिए थे। इसी कारण वह कॉफी पीने में लगा गये थे क्योंकि उन्हें लगा था कि उन्हें बल्लेबाजी के लिए नहीं उत्तराना पड़ेगा। साथ ही कहा कि अरसीबी ने जब

पावरले में तेज शुरूआत की और पहले 4 ओरेंज गुजर तो मैंने अपनी पहली काफी ली। मैं तब मानसिक रूप से बल्लेबाजी के लिए तैयार नहीं था, मैं बस आरम कर रहा था और पिर कुछ ऐसे हाल हुए कि मझे मूदान में उत्तराना पड़ा। कार्तिक ने कहा कि पिछे शुरू में गेंदबाजी के लिए अच्छी थी योग्यिक लंबे समय तक कवर के नीचे रहने के कारण अपने थोड़ी नमी आ गयी थी। टॉस जीतकर हमने अच्छी गेंदबाजी की ओर गुजरात को कम स्ट्रोक पर रोका। इसलिए कहा जा सकता है कि ये जीत हमें गेंदबाजों के कारण मिली है।

मयंक आईपीएल से हुए बाहर : कांच लैंगर

मुख्य : आईपीएल 2024 के इस सत्र में अपनी सबसे तेज गेंदों के कारण अकार्णण का

केन्द्र बने युवा तेज गेंदबाज मयंक यादव बड़े हुए मैचों से बाहर हो गये हैं। मयंक अपील तक अपनी घोटे से नहीं उत्तर हैं। मयंक का बाहर होना उनकी टीम लखनऊ सुपर जॉयट्स के लिए एक बड़ा झटका है। सुपर जॉयट्स के मुख्य कार जॉर्डन लैंगर ने भी कहा है कि ये एक मयंक इस सत्र में आगे नहीं खेल पायेंगे। मयंक पेट के निलों हिस्से की मासेशी में चोंचों के कारण इस सत्र से बाहर हुए हैं। उन्होंने इस आईपीएल से अपनी तेज गेंदबाजी को बाहर किया है। भारत की ओर अंतिम टीम जीती है।

आईपीएल 2024 : सीएसके के तेज गेंदबाज मर्थीसा पथिराना श्रीलंका लौटे

नयी दिल्ली : चेन्नई सुपर किंस (सीएसके) और श्रीलंका के तेज गेंदबाज मर्थीसा पथिराना हैमिस्ट्रिंग की चोट से उत्तराने के लिए स्वदेश लौटे।

सीएसके ने रविवार को उत्तराने के लिए एक बड़ा झटका है। पथिराना का चोटिल होना सीएसके के लिए बड़ा क्षय है।

विश्व की नंबर 1 जोड़ी चेन्नई सुपर किंस के तेज गेंदबाज ने एक बड़ा झटका है। उन्होंने एक बड़ा झटका है।

नयी दिल्ली : चेन्नई सुपर किंस

की मर्थीसा पथिराना के तेज गेंदबाज मर्थीसा पथिराना की चोट से उत्तराने के लिए स्वदेश लौटे।

सीएसके ने रविवार को उत्तराने के लिए एक बड़ा झटका है। पथिराना का चोटिल होना सीएसके के लिए बड़ा क्षय है।

विश्व की नंबर 1 जोड़ी चेन्नई सुपर किंस के तेज गेंदबाज ने एक बड़ा झटका है।

नयी दिल्ली : चेन्नई सुपर किंस

की मर्थीसा पथिराना के तेज गेंदबाज मर्थीसा पथिराना की चोट से उत्तराने के लिए स्वदेश लौटे।

सीएसके ने रविवार को उत्तराने के लिए एक बड़ा झटका है। पथिराना का चोटिल होना सीएसके के लिए बड़ा क्षय है।

विश्व की नंबर 1 जोड़ी चेन्नई सुपर किंस के तेज गेंदबाज ने एक बड़ा झटका है।

नयी दिल्ली : चेन्नई सुपर किंस

की मर्थीसा पथिराना के तेज गेंदबाज मर्थीसा पथिराना की चोट से उत्तराने के लिए स्वदेश लौटे।

सीएसके ने रविवार को उत्तराने के लिए एक बड़ा झटका है। पथिराना का चोटिल होना सीएसके के लिए बड़ा क्षय है।

विश्व की नंबर 1 जोड़ी चेन्नई सुपर किंस के तेज गेंदबाज ने एक बड़ा झटका है।

नयी दिल्ली : चेन्नई सुपर किंस

की मर्थीसा पथिराना के तेज गेंदबाज मर्थीसा पथिराना की चोट से उत्तराने के लिए स्वदेश लौटे।

सीएसके ने रविवार को उत्तराने के लिए एक बड़ा झटका है। पथिराना का चोटिल होना सीएसके के लिए बड़ा क्षय है।

विश्व की नंबर 1 जोड़ी चेन्नई सुपर किंस के तेज गेंदबाज ने एक बड़ा झटका है।

नयी दिल्ली : चेन्नई सुपर किंस

की मर्थीसा पथिराना के तेज गेंदबाज मर्थीसा पथिराना की चोट से उत्तराने के लिए स्वदेश लौटे।

सीएसके ने रविवार को उत्तराने के लिए एक बड़ा झटका है। पथिराना का चोटिल होना सीएसके के लिए बड़ा क्षय है।

विश्व की नंबर 1 जोड़ी चेन्नई सुपर किंस के तेज गेंदबाज ने एक बड़ा झटका है।

नयी दिल्ली : चेन्नई सुपर किंस

की मर्थीसा पथिराना के तेज गेंदबाज मर्थीसा पथिराना की चोट से उत्तराने के लिए स्वदेश लौटे।

सीएसके ने रविवार को उत्तराने के लिए एक बड़ा झटका है। पथिराना का चोटिल होना सीएसके के लिए बड़ा क्षय है।

विश्व की नंबर 1 जोड़ी चेन्नई सुपर किंस के तेज गेंदबाज ने एक बड़ा झटका है।

नयी दिल्ली : चेन्नई सुपर किंस

की मर्थीसा पथिराना के तेज गेंदबाज मर्थीसा पथिराना की चोट से उत्तराने के लिए स्वदेश लौटे।

सीएसके ने रविवार को उत्तराने के लिए एक बड़ा झटका है। पथिराना का चोटिल होना सीएसके के लिए बड़ा क्षय है।

विश्व की नंबर 1 जोड़ी चेन्नई सुपर किंस के तेज गेंदबाज ने एक बड़ा झटका है।

नयी दिल्ली : चेन्नई सुपर किंस

की मर्थीसा पथिराना के तेज गेंदबाज मर्थीसा पथिराना की चोट से उत्तराने के लिए स्वदेश लौटे।

सीएसके ने रविवार को उत्तराने के लिए एक बड़ा झटका है। पथिराना का चोटिल होना सीएसके के लिए बड़ा क्षय है।

विश्व की नंबर 1 जोड़ी चेन्नई सुपर किंस के तेज गेंदबाज ने एक बड़ा झटका है।

नयी दिल्ली : चेन्नई सुपर किंस

की मर्थीसा पथिराना के तेज गेंदबाज मर्थीसा पथिराना की चोट से उत्तराने के लिए स्वदेश लौटे।

सीएसके ने रविवार को उत्तराने के लिए एक बड़ा झटका है। पथिराना का चोटिल होना सीएसके के लिए बड़ा क्षय है।

विश्व की नंबर 1 जोड़ी चेन्नई सुपर किंस के तेज गेंदबाज ने एक बड़ा झटका है।

नयी दिल्ली : चेन्नई सुपर किंस

की मर्थीसा पथिराना के तेज गेंदबाज मर्थीसा पथिराना की चोट से उत्तराने के लिए स्वदेश लौटे।

सीएसके ने रविवार को उत्तराने के लिए एक बड़ा झटका है। पथिराना का चोटिल होना सीएसके के लिए बड़ा क्षय है।

विश्व की नंबर 1 जोड़ी चेन्नई सुपर किंस के तेज गेंदबाज ने एक बड़ा झटका है।

नयी दिल्ली : चेन्नई सुपर किंस

की मर्थीसा पथिराना के तेज गेंदबाज मर्थीसा पथिराना की चोट से उत्तराने के लिए स्वदेश लौटे।

सीएसके ने रविवार को उत्तराने के लिए एक बड़ा झटका है। पथिराना का चोटिल होना सीएसके के लिए बड़ा क्षय है।

विश्व की नंबर 1 जोड़ी चेन्नई सुपर किंस के तेज गेंदबाज ने एक बड़ा झटका है।



## एक झलक

ब्राजील में बारिश से अबतक 56 की मौत  
साथे पातलों ब्राजील में भारी बारिश और बाढ़ से हालात बिगड़ते जा रहे हैं। इसमें मरने वालों की तात्पार भी बढ़ रही है।

देश के दक्षिणी राज्य रियो ग्रांडे डो सुल में अब तक 56 लोगों की मौत हुई है जबकि जबकि 67 लापता हुए हैं। वर्ती आज तक 32,900 लोगों को सुक्षित जगहों पर भेजा गया है। यिथों में इस कारण बिजली भी नहीं है। एक सप्ताह से हो रही रेत वार्षिकी ने 30 तक 281 नगर पालिकाओं तक जगहों पर भेजा हुआ है। नियों खत्तर के निशान से ऊपर बढ़ रही हैं। यहाँ तक कि राज्य की राजधानी पोर्टो एलेग्री भी डूब रही है। रियो के गवर्नर एडुआर्डो लेइट ने कहा, आने वाले दिनों में लापता लोगों की संख्या बढ़ाव सकती है व्यापक हम घटनास्थल पर पहुंचेंगे और अन्य लापता हुए लोगों का पता लगाएंगे। वहीं ब्राजील के राष्ट्रपति तुड़ज इनसियो लोता दा सिल्वा भी बचाव अभियान को देख रहे हैं।

**फिर 1971 वाले रास्ते पर चल रहा पाक :** इमरान

इस्लामियाद : जेल में बंद पाकिस्तान के पूर्व पीपी उम्रान खान ने भारत और अफगानिस्तान से लगी सीमाओं पर पाकिस्तान में हालात खराब होने की वेतावनी दी है। मिली खबरों के मुताबिक इमरान खान ने कहा है कि पाकिस्तान 10 साल रास्ते पर चल रहा है, जिस पर वह 1971 में चला था। जब उसने अपनी पूर्वी इलाका खो दिया था जो अब बांगलादेश है। रावलपिंडी की जेल से इमरान ने आपने लगाया कि पाकिस्तान आतंकवाद और बल्लिवर्स्टान में अलगाव बढ़ रहा है। उन्होंने कहा कि भारत पहले ही पाकिस्तान के अंदर हात्याएं करने की बात कबूल कर चुका है और पाकिस्तान की सीमाओं पर अफगानिस्तान के साथ अंतरराष्ट्रीय सीमा अस्थिरता बनी हुई है।

जहां भक्तों का धर्म, अर्थ, काम व मोक्ष पांच दिन में सध जाये, उस उज्जैयनी में पंचक्रोशी यात्रा

# आरथा और श्रद्धा का दिखा अद्भुत संगम

एजेंसी

उज्जैन : भगवान महाकाल की नगरी उज्जैयनी में पांच दिवसीय पंचक्रोशी यात्रा के चार दिन समाप्त हो चुके हैं। आरथा और श्रद्धा की यह यात्रा सत वर्ष की समाप्त होगी। मासों में वैशाख मास का कुछ अलग ही महत्व है। पंचक्रोशी यात्रा में श्रद्धालु हजारों की संख्या में सिर पर गठरी रखे औम नमः शिवाय और आम नमों भगवते वासुदेवाय मंत्र का जप करते हुए अपनी यात्रा की पांचता देने के लिए लगातार चल रहे हैं। दरअसल, कहा भी गया है 'न माधवसमाप्तेऽनुत्तमं स्वर्णं च वेद समशस्त्रन तीर्थंगयासम्।' स्कंदपुराण में आए इस चारण का तात्पर्य है, वैशाख के समान कोई युग मास नहीं, सत्यगुर के समान कोई युग नहीं, वेद के समान कोई साक्षी नहीं, गंगा के समान कोई तीर्थ नहीं। भगवान विष्णु को अत्यधिक प्रिय होने के कारण ही वैशाख उनके नाम माधव से जाना जाता है। जिस प्रकार सर्वे के उदात्त होने पर अंधकार वैशाख में श्रीहरि की उपासना से ज्ञानवाय होने पर पर अज्ञान का नाश होता है और इसी अज्ञानता के नाश के लिए भक्त द्वारा वर्ष वैशाख मास में बड़ी संख्या में पंचक्रोशी यात्रा पर निकल पड़ते हैं। इस संबंध में आचार्य भरत दुबे ने बताया कि सनातन हिन्दू धर्म की परंपरा में वैशाख मास का महत्व कार्तिक और माघ माह के समान ही बतलाया गया है। 12 मासों की वर्ष भर की श्रंखला में यह तीन महिने दान, पुष्य, देव स्थान, धार्मिक यात्रा के लिए अत्यधिक शुभ वर्ष है। इसके बाद क्रृष्ण भी इसी मास से आरंभ होता है। इसलिए वैशाख मास स्नान का महत्व स्कंदपुराण के अवंती खंड में



## चारधाम यात्रा : धामों के कपाट खुलने के दिन हेलीकॉप्टर से की जायेगी पुष्प वर्ष

देहरादून : धामी सरकार 10 मई से शुरू ही रही चारधाम यात्रा की सभी तैयारियों को लेकर मुख्यमंत्री के साथ काम कर रही है। मुख्यमंत्री ने पिछले वर्ष की चारधाम यात्रा के अनुभवों से सीख लेकर यात्रा को सुगम और सुखित बनाये।



■ धामी बोले : चारधाम यात्रा की सभी तैयारियां 10 मई तक हर हाल में पूरी हों, यात्रा को सुगम और सुरक्षित बनायें।

केदारनाथ डोली यात्रा के साथ चलने वाले 'मुख्य सेवक के भंडारा कार्यक्रम' के 300 सेवादारों की टीम को मुख्य सेवक सदन मुख्यमंत्री कैम्प कार्यालय, देहरादून में हरी झण्डी दिखाकर रवाना किया। इस मौके पर मुख्यमंत्री धामी ने बाबा केदारनाथ डोली यात्रा के साथ चलने वाले 'मुख्य सेवक के भंडारा कार्यक्रम' की शुभकामनाएं देते हुए कहा कि 10 मई से हमारी चारधाम यात्रा प्रारंभ होने वाली है, जो हमारे लिये उत्सव का बातावरण तैयार करती है।

चंद दुबे ने बताया कि इसी तरह से स्कंदपुराण के अनुसार अनन्तकाल तक काशीवास की अपेक्षा वैशाख मास में मात्र पांच दिवस अवन्तिवास का पुण्यफल अधिक है। वैशाख कृष्ण दशमी पर उज्जैन में शिंग्रा स्नान कर पटनी बाजार स्थित नामदेवश्वर मन्दिर में पूजन के पश्चात पंचक्रोशी यात्रा आरंभ होती है।

भक्त पंचक्रोशी यात्रा करते हैं। पंचक्रोशी यात्रा सम्पन्न होती है, दोनों की अपनी कथाएं एवं उसका महत्व है। उज्जैन के अलावा काशी में भी पंचक्रोशी यात्रा की परंपरा है। सभी ज्ञात-ज्ञात देवताओं की प्रदाक्षिणा का पुष्य इस पवित्र मास में मिलता है। काशी में महाशिवरात्रि के शुभ अवसर पर भगवान शिवजी के



# लू एवं गर्म हवाओं से बचाव

गर्म हवाओं के कारण स्वास्थ्य पर मौसम का दुष्प्रभाव :

- शरीर में पानी की कमी
- उल्टी, तेज बुखार
- कमजोरी, सिर दर्द, चक्कर आना

- हृदयाघात, मस्तिष्कघात
- कार्डियोवैस्कुलर जटिलता आदि लक्षण



## इनका नियमित सेवन करें :-

- नमक-चीनी का घोल
- छाठ
- नींबू-पानी
- आम का शर्बत
- लस्सी



ओ.आर.एस घोल बनाने की विधि एवं उपयोग

- साफ बर्टन में एक लीटर पानी (साधारण ग्लास से पाँच ग्लास) में ओ.आर.एस. का एक पूरा पैकेट घोल दें
- तैयार किए गए ओ.आर.एस. के घोल को कुछ-कुछ अंतराल पर चम्पच से देते रहें
- बनाए गए ओ.आर.एस. घोल को 24 घंटे के बाद उपयोग न करें

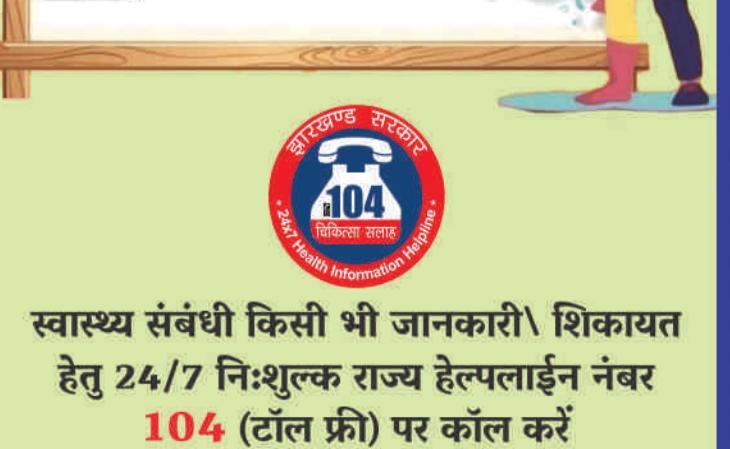
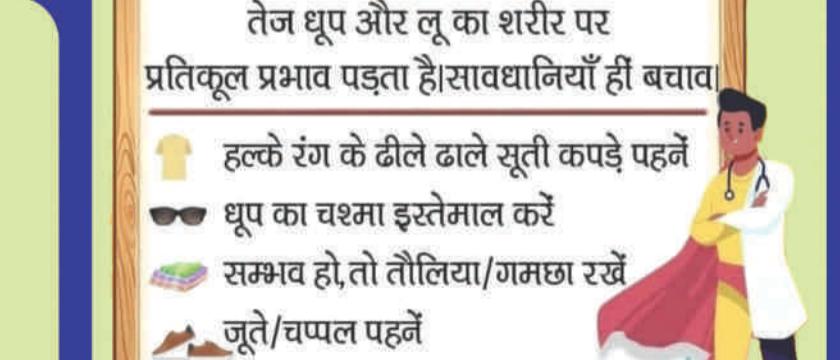
ओ.आर.एस. का पैकेट निकटतम सरकारी अस्पताल/ स्वास्थ्य उपकेन्द्र/ साहिया के पास निःशुल्क उपलब्ध है

- गर्मी में हीट स्ट्रोक से बचाव के लिए ज्यादा पानी पीएं।
- घर से बाहर निकलें, तो खुद को कवर करके ही निकलें।
- लू लगे व्यक्ति को छाँव में लिटा दें, अगर उनके शरीर के कपड़े तंग हों तो उसे ढीला कर दें अथवा हटा दें।
- ठंडे गीले कपड़े से शरीर पोछें या ठंडे पानी से नहलाएं।
- लू लगे व्यक्ति की हालत में एक घंटे तक सुधार न हो, तो उसे तुरंत नजदीकी स्वास्थ्य केंद्र में ले जाएं।



स्वास्थ्य, चिकित्सा शिक्षा एवं परिवार कल्याण विभाग  
झारखण्ड सरकार

National Program on Climate Change and Human Health (NPCCHH)



स्वास्थ्य संबंधी किसी भी जानकारी। शिकायत हेतु 24/7 निःशुल्क राज्य हेल्पलाईन नंबर 104 (टॉल फ्री) पर कॉल करें।

भारत के भविष्य के लिए करें वोट : झंडेरु कुमार

एजेंसी

लखनऊ : राष्ट्रीय स्वयंसेवक

संघ के अंधिल भारतीय

कार्यकारिणी सदस्य झंडेरु कुमार

ने रेविवर को कहा कि शहर बद्दीन,

अंतीक अहम, मुख्य अंसरी

और अब्बास हमारे आदर्श नहीं हो

सकते। सख्तान, रहीम, कबीर,

डा.एपीजे अब्दुल कलाम,

मोहम्मद करीम छागला और वीर

अब्दुल हमीद हमारे आदर्श हैं।

इसलिए दांगुकु दिनुस्तान के

लिए वोट करें। उन्होंने कहा कि हमने

मुंहतोड जवाब दिया, पाकिस्तान ने

हरकत की तो सजिकल स्ट्राइक व