

हर बुराई में कांग्रेस अध्यक्ष को दिखाती
अच्छाई : पीयूष

विकसित भारत समाचार

वर्ष : 10 | अंक : 70 | गुवाहाटी | गुरुवार, 5 अक्टूबर, 2023 | मूल्य : 10 रुपए | पृष्ठ : 12 | VIKSIT BHARAT SAMACHAR | Regd. RNI No. ASSHIN/2014/56526

पेज 3

प्रधानमंत्री आज गजस्थान और
मध्य प्रदेश के दौरे पर

पेज 4

आधुनिक और भव्य तरीके से मनाया जाएगा
दशहरा महोत्सव : गमलीला कमटीहिंदू संगठनों ने नूंह हिंसा के आरोपी मामन
खान को रिहाई का किया विरोध

पेज 5

पेज 8

पूर्वाञ्चल केशवी
(असमीया दैनिक)
PURVANCHAL KESARI
(ASSAMESE DAILY)
GOOD LUCK PUBLICATIONS
House No. 30, D. Neog Path,
ABC, Guwahati - 781005
Mob: 94350 14771, 97070 14771

S.S. Traders
Suppliers in : All kinds of Door
Fittings Modular Kitchen
& Accessories, etc.
D. Neog Path,
Near Dora Planet
ABC, G.S. Road,
Guwahati - 05
97079-99344

सुप्रभात
बिना कट्ट के ये जीवन एक बिना
नाविक के नाव जैसा है, जिसमें
खुद का कोई विकेवं नहीं। एक
हल्के के झोके में भी चल
देता है।

- ईश्वर चंद्र विद्यासागर

न्यूज गैलरी
रीप हजारिका नए
सूचना आयुक्त

गुवाहाटी (हि.स.)। रीप हजारिका को असम राज्य सूचना आयुक्त के रूप में नियुक्त किया गया है। उन्हें असम के राज्यपाल गुलाब चंद्र कर्तिराय ने एक अधिकारी के माध्यम से नियुक्त किया गया है। उल्लेखनीय - **शेष पृष्ठ दो पर**

**रणबीर कपूर को
ईडी का समन**
मुंबई (हि.स.)। बॉलीवुड अभिनेता रणबीर कपूर को एक ऑनलाइन गोमिंग ऐप से मामले में ईडी ने समन दी है। ईडी ने रणबीर कपूर को 6 अक्टूबर को पूछताछ के लिए पेश होने का आदेश दिया है। महादेव अनन्ताइन सट्टेबाजी मामले में कई बालिकाओं अभिनेता और गायक ईडी के गदर पर हैं। ईडी इस बात की भी जांच कर रहा है कि महादेव बेटियों के प्रमोटर सौरभ चंद्रका की शादी और सरकारी पार्टी में कौन-कौन सौरभ था। रणबीर - **शेष पृष्ठ दो पर**



नई दिल्ली। सिविकम के ल्होनक झील के ऊपर अचानक बादल फटे से तीस्ता नदी में भीषण बाढ़ आ गई है। इस बाढ़ में सेना के 23 जवान लापता हो गए हैं। हालांकि, कंप्रेय जल आयोग ने बताया कि तीस्ता नदी का जलस्तर खतरे के निशान से नीचे है। पीएम मोदी ने सिविकम में आई भीषण बाढ़ को लेकर सिविकम के मुख्यमंत्री प्रेम सिंह

तमांग से बात की। पीएम मोदी ने एकस्प पर पोस्ट कर बताया कि सिविकम के द्वालांतों को लेकर राज्य के सीएम से बात की और उससे दुर्भाग्यर्पी प्राकृतिक आपावा की स्थिति के बारे में जानकारी ली। उन्होंने कहा कि सिविकम में किसी भी चुनौती से निपटने में हर संभव सहयोग का आश्वासन दिया गया है। मैं प्रभावित लोगों की सुरक्षा और

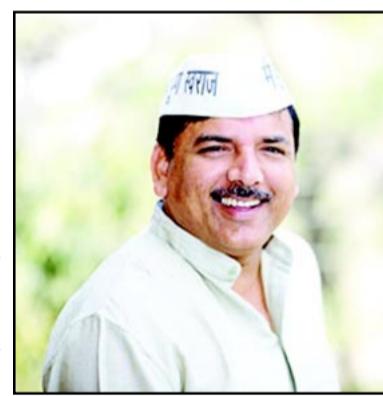
कल्याण के लिए प्रार्थना करता हूं। केंद्रीय जल आयोग के आंकड़ों के अनुसार, तीस्ता नदी का जलस्तर बुधवार दोपहर एक बजे खतरे के निशान से नीचे था। अधिकारियों ने बताया कि मंगलवार वेर रात बादल फटने से तीस्ता नदी में भीषण बाढ़ आ गई है। पांच लोगों की मौत हो गई और सेना के 23 जवान भी - **शेष पृष्ठ दो पर**

**मारे गए अल्फा (स्वा.)
कैडरों के शव लाएंगी पुलिस**



गुवाहाटी (हि.स.)। अल्फा (स्वा.) ने अपने दो कैडरों को संगठन विरोधी गतिविधियों में शामिल होने के आरोप में मौत की सजा दी है। अल्फा ने दोनों कैडरों के शव ज़िले में फेंक दिए हैं। इन दोनों शवों को ज़ंगल से लाने की बात ही है। पुलिस महानिदेशक (डी.जी.पी.) ने अल्फा (स्वा.) से ज़ंगल में दोनों शवों के स्थान बताने की आपील की है। बुधवार को पुलिस महानिदेशक जीपी सिंह ने कहा है कि महानिदेशक ने दिल्ली सरकार के करोड़ों के राजस्व को चूना लाया है। उन्होंने कहा है कि आवाकारी नीति घोटाले में आप नेताओं ने दिल्ली सरकार के करोड़ों के राजस्व को चूना लाया है। उन्होंने कहा है कि आवाकारी नीति घोटाले में दिल्ली सरकार के करोड़ों के राजस्व को चूना लाया है। उन्होंने कहा है कि आवाकारी नीति घोटाले से जुड़े मनी लाइंडिंग के एक

आप सांसद संजय सिंह गिरफ्तार



नई दिल्ली (हि.स.)। प्रवर्तन निवेशालय (ईडी) ने आम आदीपी पार्टी (आप) के राज्यसभा सदस्य संजय सिंह को दिल्ली सरकार के आवाकारी नीति घोटाला मामले में बुधवार को गिरफ्तार कर लिया। संजय सिंह को गिरफ्तारी के बाद राजनीतिक बायानपत्रकों भी शुरू हो गई हैं। आप ने कहा है कि भाजपा सरकार राजनीतिक प्रतिशोध में ऐसा कर रही है। वहाँ, भाजपा नेताओं ने कहा है कि आवाकारी नीति घोटाले में आप नेताओं ने दिल्ली सरकार के करोड़ों के राजस्व को चूना लाया है। उन्होंने कहा है कि आवाकारी नीति घोटाले में दिल्ली सरकार के करोड़ों के राजस्व को चूना लाया है। उन्होंने कहा है कि आवाकारी नीति घोटाले से जुड़े मनी लाइंडिंग के एक

मामले में ईडी ने आज सुबह करीब सात बजे संजय सिंह के 131 नार्थ एवेन्यू आवास पर छापेमारी की। संजय सिंह को ईडी के ऑफिस ले जाया गया जहाँ उनका बयान दर्ज किया गया। अब उन्हें गुवाहाटी कोर्ट के समक्ष पेश किया जा सकता है। जहाँ जांच एजेंसी उनकी हिरासत की मांग कीर्ती है। इसके साथ उन्हें करोड़ 900 करोड़ रुपए के इस आवाकारी नीति घोटाला मामले में दिल्ली सरकार के बाद आप के दूसरे बड़े आरोपितों को दीपी मानते हैं। दिल्ली सरकार के बाद आप के दूसरे बड़े नेता की गिरफ्तारी है। विधायक मनीष सिसोदिया जैसे बंद हैं। सिसोदिया की सीबीआई - **शेष पृष्ठ दो पर**

रसायन के नोबेल मौंगी जी. बावेंडी, लुईस ई. ब्रूस और एलेक्सी आई. एकिमोव को



वॉशिंगटन। रसायन के क्षेत्र में 2023 के नोबेल पुरस्कार का एलान कर दिया गया है। इस साल यह सम्मान संयुक्त रूप से मैसाचुसेट्स इंस्टीट्यूट ऑफ टेक्नोलॉजी से मौंगी जी. बावेंडी, कोलंबिया विश्वविद्यालय से लुईस ई. ब्रूस और नैओक्रिस्टल टेक्नोलॉजी में काम करने वाले इस सम्मान के विजेताओं के नाम का एलान किया गया था। इस साल कैटालिन कारिको

डॉट्स की खोज और संरलेखन के लिए दिया गया है। रॉयल स्ट्रीडिंग एकडमी ऑफ सार्वेजेज ने बुधवार को इसका एलान किया। इससे पहले बावेंडी ने सोमवार को फिडिंगलॉजी या मैडिसन क्षेत्र के लिए



अमेरिका में हेल्थ सेक्टर की सबसे बड़ी हड्डताल, स्वास्थ्य सेवाएं ठप

लार्स एंजिलिस। बुधवार सुबह 75,000 से अधिक कैरेक्टर प्रमाणेत्र कम्पनीयों ने काम के किनारा करते हुए हड्डताल कर दी है। वर्जिनिया और वीन अन्य राज्यों में स्वास्थ्य देखभाल कर्मचारियों के बेतान और स्टाफ की कमी के लेकर हड्डताल हुई, जिसे अमेरिकी इतिहास की सबसे बड़ी स्वास्थ्य सेवा हड्डताल कहा जा रहा है। कैरेक्टर प्रमाणेत्र अमेरिका का सबसे बड़े बीमाकर्ता एवं स्वास्थ्य देखभाल कर्मचारी जैसे नियंत्रण से बाहर जाता देख प्रशासन को सेना के खाते में बढ़ रही है। यह गैर लाभकारी कंपनी है और कैरेक्टर प्रमाणेत्र के ऑकलैंड से संचालित होती है तथा - **शेष पृष्ठ दो पर**

15 घंटे में 13 बार हिली नेपाल की धरती



कामाङ्गु नई दिल्ली। नेपाल के पश्चिमी संघर्षों में भूकंप के बाद नेपाल में मंगलवार दो बजे से लेकर

बुधवार की सुबह अंत तक लगातार धरती का हिलना जारी रहा। नेशनल सेंटर फॉर सीस्मोलॉजी के आंकड़ों के मुताबिक इलाके में दोपहर 15 घंटे में नेपाल के लगातार धरती का अंतिम भूकंप हो गया था। उसके बाद यानी दो बजकर मिनट पर नेपाल में जबरदस्त तरीके की धरती दिली। उस वक्त धरकंप की तीव्रता 6.2 की आंकड़ी गई। यही वह दो धरकंप के झटके थे, जिन्हें दिल्ली-एनसीआर समेत देश के अलग-अलग हिस्सों में जबरदस्त तरीके से महसूस किया गया। आंकड़े बताते हैं कि नेपाल में इन दो बड़े झटकों के बाद एक नियमित अंतराल पर लगातार धरती की सुबह तक धरकंप के झटके आंतर रहे। इन दो झटकों के बाद मंगलवार दोपहर बाद तीन बजे से लेकर चार बजे के अंतराल में तीन - **शेष पृष्ठ दो पर**

नेशनल सेंटर फॉर सीस्मोलॉजी के आंकड़ों के मुताबिक नेपाल में पहली बार मंगलवार को धरती का भूकंप 10 घंटे पर आया था। उसके बाद यानी दो बजकर मिनट पर नेपाल में जबरदस्त तरीके की धरती दिली। उस वक्त धरकंप की तीव्रता 6.2 की आंकड़ी गई। यही वह दो धरकंप के झटके थे, जिन्हें दिल्ली-एनसीआर समेत देश क



तापमान

अधिकतम न्यूनतम

28°

24°



3

गुवाहाटी/आसपास

गुरुवार, 5 अक्टूबर, 2023

कांग्रेस नेताओं के पीछे विजिलेंस लगा रही है भाजपा : गौरव गोगोई

हर बुराई में कांग्रेस अध्यक्ष को दिखती अच्छाई : पीयूष बाल विवाह पर कार्रवाई में कांग्रेस अध्यक्ष को दिखती राजनीति

गुवाहाटी (हिंस)। कांग्रेस सांसद तथा लोकसभा में विपक्ष के उपनेता गौरव गोगोई ने आरोप लगाया है कि मुख्यमंत्री डॉ. हिमंत विश्व शर्मा नेतृत्व वाली राज्य की भाजपा सरकार जब राजनीतिक रूप से कांग्रेस के साथ मुकाबला नहीं कर पाती है तो कांग्रेस नेताओं के पीछे सांसद की लोगा दिया जाता है। सांसद गोगोई ने आज मीडिया से बातचीत करते हुए

आरोप लगाया कि कांग्रेस विधायक कमलाक्ष दे पुरकायस्थ ने मुख्यमंत्री के विरुद्ध तथ्यपूर्वक आरोप लगाया तो कमलाक्ष के पीछे सीएम विजिलेंस को लोगा दिया गया। कांग्रेस सांसद ने आरोप लगाया कि प्रदेश कांग्रेस अध्यक्ष भूपेन बोरा को बुरा लगता है। बाल विवाह पर नेतृत्व वालों का टांसफर बोरा ने मुख्यमंत्री के ब्राह्मणाचार की पूल खोली तो उनके कांग्रेस के साथ मुकाबला करने में सक्षम नहीं है। इसीलिए राजनीतिक तरीके से नहीं लड़कर असम औं भारत की जनता को बुरी दिखती है वह भूपेन बोरा और कांग्रेस पार्टी की सही दिखती है। वह, जो चीजें भूपेन बोरा को बुरी दिखती हैं। वे बाल विवाह पर कार्रवाई करने वाले अध्यक्ष भूपेन बोरा द्वारा बाल विवाह करने वाले हैं। वे

गुवाहाटी (हिंस)। असम सरकार के सूचना एवं प्रसारण आदि मामलों के मंत्री पीयूष हजारिका ने आरोप लगाया कि राज्य के चर इलाकों में अपराधियों पर कार्रवाई की जाती है तो कांग्रेस अध्यक्ष भूपेन बोरा को बुरा लगता है। बाल विवाह पर नेतृत्व वालों पर कार्रवाई की जाती है तो भूपेन बोरा को राजनीति दिखती है। मंत्री हजारिका ने कहा कि दरअसल जो चीजें असम औं भारत की जनता को बुरी दिखती है वह भूपेन बोरा और कांग्रेस पार्टी की सही दिखती है। वह, जो चीजें भूपेन बोरा को बुरी दिखती हैं। वे



बाल विवाह पर कार्रवाई करने वाले अध्यक्ष भूपेन बोरा पर कांग्रेस अध्यक्ष को दिखती है। वे

लोगों के विरुद्ध की जा रही कार्रवाई को

राजनीति बताएं। जाने संबंधी सवाल पर मंत्री पीयूष ने ये बातें कहीं। एक अन्य प्रश्न के उत्तर में मंत्री ने कहा कि कांग्रेस अध्यक्ष उहैं हराने की बात किया करते हैं। लेकिन, जनता और ईश्वर का कृपा से लगावार तीन बार उहैं जीत हासिल हुई है। जबकि कांग्रेस अध्यक्ष भूपेन बोरा लगावार तीन बार चुनाव हार चुके हैं और चीजों असम औं भारत की जनता को बुरी दिखती है। उहैंने कहा कि कांग्रेस को जनता ने नकार दिया है। इस दोरान मंत्री ने प्रदेश कांग्रेस अध्यक्ष भूपेन बोरा पर अन्य कई आरोप लगाए।

आयुक्त कार्यालय में तीसरे दौर की तैयारियों की समीक्षा की

रंगिया (विभास)। कामरूप जिले ने व्यापक मिशन इंद्रधनुष कार्यक्रम के तहत लाभार्थियों के पंजीकरण में ड्यूकृष्ण परिषाम दिया है और टीकाकरण के लिए निर्धारित लक्ष्य को पार कर लिया है। अभियांत्र में एकीकृत आयुक्त आयुक्तलय के बैठक कक्ष में कामरूप जिला आयुक्त की अध्यक्षता में व्यापक मिशन इंद्रधनुष 5.0 की समीक्षा बैठक में ड्यूकृष्ण विभागों के प्रतिनिधियों ने आज यह घोषणा की। केंद्र सरकार की व्याजावाही योजना के पहले और दूसरे चरण के पूरा होने के बाद आज तीसरे दौर की तैयारियों पर विस्तार से चर्चा की गई। आयुक्त की बैठक की अध्यक्षता करते हुए स्वास्थ्य विभागों एवं संबंधित विभागों में अधिकारियों से मिशन इंद्रधनुष के प्रथम एवं द्वितीय चरण की अंगता तीसरे चरण में अधिक सफलता प्राप्त करने के लिए अधिक उत्साह से कार्य करना का आग्रह किया। उहैंने टीकाकरण में कम दक्षता दिखाए वाले स्वास्थ्य केंद्रों से और अधिक तेजी से काम करने का आग्रह किया ताकि कामरूप जिले को असम औं देश के अग्रणी जिलों में एक केंद्र के रूप में पहचाना जा सके। उक्त बैठक में डॉ. माहिदो बेनजी ने कहा कि मिशन इंद्रधनुष 5.0 को तीसरा चरण पूरे देश के साथ-साथ कामरूप जिले में आगामी 9 से 14 अक्टूबर तक लागू किया जाएगा। इसके लिए क्रियो ग्रेड के लिए नियम अप्रैल 2024 के बाद लागू होंगे। उल्लेखनीय है कि मिशन इंद्रधनुष 5.0 अभियान विश्व स्वास्थ्य मंडगंग (ड्यूकृष्ण विभाग) द्वारा समर्थित केंद्र सरकार का एक प्रमुख कार्यक्रम है, जिसमें गर्भवती महिलाओं और 0 से 5 वर्ष की आयु के सभी बच्चों को शामिल किया गया है, जो नियमित टीकाकरण से बाहर है।

मेरा देश मेरी माटी के तहत रंगिया नगरपालिका क्षेत्र में अमृत कलश यात्रा का आयोजन

रंगिया (विभास)। केंद्र सरकार ने देश की आजादी की 75वीं वर्षांश के उपलक्ष्य में आस्थायापी कार्यक्रम मेरा देश मेरी माटी के तहत मंडलवालों के गैरीया नगर पालिका क्षेत्र में अमृत कलश यात्रा का आयोजन किया गया। गैरीया नगर पालिका के गैरीया नगर पालिका प्रांगण लाया गया। इस अमृत कलश यात्रा का उद्दान स्थानीय विधायक तथा प्रेस भाजपा अध्यक्ष भूपेन बोरा कलियाने के लिए किया गया। इस मार्गे के अन्तर्गत देश के लोगों के एक सूक्ष्म बैंधनों के बीच एक सांसदिक यात्रा की जिम्मेदारी लिया गयी। आयोजित इस कार्यक्रम में महिलाओं ने अपने हाथों में घर-घर से संग्रह मिट्टी भर्ती कलश लेकर मेरा देश मेरी माटी



और भारत माता की जय के नामे लगाते हुए रंगिया नगर पालिका हुए। इस अमृत कलश यात्रा में गैरीया भाजपा अध्यक्ष सुबल पाल और गैरीया नगर पालिका के सभी वार्ड कमिशनर, नामित सदस्य, भाजपा गैरीया नगर मण्डल की अध्यक्ष दीपि लहर कर सहित बहुत से अधिकारियों कर्मचारियों और स्थानीय लोगों ने भाग लिया।

रंगिया में बिजली विभाग के खिलाफ कांग्रेस का विरोध-प्रदर्शन

राजमार्ग पर जलाया एपीडीसीएल का स्कुर्लर

रंगिया (विभास)। आवश्यक वस्तुओं की कीमतों में बढ़ि के खिलाफ बुधवार को रंगिया में कांग्रेस द्वारा विरोध प्रदर्शन किया गया। यह विरोध प्रदर्शन एपीडीसीएल के आहावान पर तथा रंगिया ब्लॉक कांग्रेस के सौजन्य से और युवा कांग्रेस के सहयोग से आयोजित किया गया। पार्टी के सभी सदस्यों ने पहले विरोध कांग्रेस का वार्डलय भवन में एकीकृत होकर यात्री की बैठक में हिस्सा लिया तथा इसके पश्चात उहैंने राजीव भवन से रंगिया के बीचोबीच स्थित गांधी



मंडप की ओर मार्च किया। प्रदर्शनकारियों ने महागाई करके, अप्रैल 2024 के बाद समाजिक राजभवन में राजीव भवन के सामने एपीडीसीएल का स्कुर्लर लगाया और योजनाओं की इस दौरान राज्यपाल ने समीक्षा की। मंत्री हजारिका ने कहा कि मुख्यमंत्री हिमेत विभाग शर्मा के मार्गदर्शन से उहैंने राज्यपाल को निरंतर कार्यों औं आने वाले समय में किए जाने वाले विभिन्न कार्यक्रमों और योजनाओं की इस दौरान राज्यपाल ने समीक्षा की।

राजभवन : मंत्री पीयूष हुए समीक्षा बैठक में शरीक

गुवाहाटी (हिंस)। राज्य के सूचना एवं प्रसारण जल संसाधन, समाजिक न्याय एवं अधिकारिता आदि मामलों के मंत्री पीयूष हजारिका ने आज राजभवन में बुलाई गई एक समीक्षा बैठक में भाग लिया। बैठक के बाद सोशल मीडिया के जरिए उहैंने बताया कि राज्यपाल गुलाब चन्द्र कटियारा ने आज राजभवन में एक बैठक को संबोधित किया। वैठक में सामाजिक न्याय एवं अधिकारिता विभाग के विभिन्न कार्यक्रमों और योजनाओं की इस दौरान राज्यपाल को जारी राजभवन में राजीव भवन में एपीडीसीएल का स्कुर्लर लगाया और भाग लिया। एपीडीसीएल के रोकथाम की मांग की जारी राजभवन को निरंतर कार्यों औं आने वाले समय में किए जाने वाले विभिन्न कार्यों से विस्तृत रूप में अवगत कराया। उल्लेखनीय है कि राज्यपाल ने अपनी अनुभवी और दूरदृशी सीधे के साथ राज्य के विभिन्न कार्यक्रमों और योजनाओं की उपयोग होना और आपको विभिन्न कार्यक्रमों और योजनाओं के लिए विभिन्न कार्यक्रमों और योजनाओं के बारे में हमें अलग-अलग सुझाव दिया। अपने अनुष्ठान से दूसरे प्रेरित करने के लिए मैं उनका आंतरिक आभार व्यक्त करता हूं।

दो एनएससीएन (के-वाईए) कैडरों को प्रेमी ने गर्भवती किशोरी को जहर देकर मार डाला

असम राइफल्स ने किया गिरफ्तार



प्रेमी ने गर्भवती किशोरी को जहर देकर मार डाला

कछार (हिंस)। कछार के काटीगाँव के गोदारी भवन में प्रेमी पर एक गर्भवती लड़की की जहर देकर किया गया। इस घटना के बाद एक ग्रामीण विधायक ने आरोप लगाया कि गैरीया नगर पालिका के गैरीया नगर पालिका प्रांगण के अधिकारी दीपि लहर करने के बाद एकीकृत होकर यात्री को सोमवार की साथ लंबे समय से प्रेम संबंध चल रहा था। यह विवाह के बाद एकीकृत होकर यात्री को लड़की की साथ लं



हेयर फॉल से बचने के लिए अपने डाइट में करे इन बीजों का इस्तेमाल

इन दिनों बालों की समस्या आम होती जा रही है। लोग बालों को हेल्दी रखने के लिए कई उपाय अप्रयोग करते हैं। ऐरेल युआय से लेकर महीने हेयर प्रोडक्ट का इस्तेमाल करते हैं, लेकिन इतना करने के बाद भी बालों का टूना कम नहीं होता। आप जो भी अपर बालों पर पड़ता है। ऐसे में आज आपको कुछ सीट्स के बारे में बतायेंगे, जिन्हें आप अपनी डाइट में शामल करेंगे, तो हेयर फॉल की समस्या से छुटकारा मिल सकता है।

कढ़ के बीज : इन बीजों में आयस और विटामिन-सी पाया जाता है। आप कढ़ के बीजों को सलाद या सब्जी में शामिल कर सकते हैं जिससे बालों की ग्रोथ तेज़ी से होती है।

सुखमयी के बीज : सुखमयी के बीज पौधिक तत्वों से भरपूर होते हैं। ये बालों को होने वाले नुकसान से बचाते हैं। इनमें जिंक और ऑमेण्ट 3 फैटी एसिड भी होते हैं, जो बालों के विकास को बढ़ावा देते हैं। आप इसका इस्तेमाल नारंगे में जई, दही, सूप, स्पूटी, सब्जियां और सलाद आदि में कर सकते हैं।

अलसी के बीज : हेयर फॉल कंट्रोल करने के लिए आप अपनी डाइट में अलसी के बीजों को शामिल कर सकते हैं। इससे बाल ज़ाड़ी कम हो सकता है। ये बीज रक्त करकरा और कोलेस्ट्रोल करने में भी मदद करते हैं। आप इन बीजों को नारंगे में शामिल कर सकते हैं।

मेंटी के बीज : बालों की ग्रोथ के लिए मेंटी दाने काफी कारगर हैं। आप इसे बालों पर लगाने के अलावा खा भी सकते हैं। इससे बालों से ज़ुड़ी समस्याएं कम होती हैं।

कलाँजी के बीज : कलाँजी के बीजों से आपके बालों को पोषण मिल सकता है। इसमें एंटी फंगल और एंटीऑक्सीडेंट गुण पाप जाते हैं, जो आपके बालों को कई समस्याओं से निजात दिलाते हैं।

तिल के बीज : बालों के विकास के लिए तिल के बीज काफी फायदेमंद माना जाता है। तिल खनिज, विटामिन और फैटी एसिड से भरपूर होते हैं जो बालों को चमक और मजबूती देते हैं। इसका इस्तेमाल सब्जी, सलाद आदि में किया जाता है। आप तिल से लड़ू भी बना सकते हैं।

आईसीसी विश्व कप 2023 का टिकट मत मांगना

विराट कोहली के बाद अनुष्का शर्मा ने किया एलान



हिंदी सिनेमा की मशहूर एकट्रेस अनुष्का शर्मा का नाम इन दिनों प्रेसर्सी खबरों को लेकर चर्चा में बना हुआ है। इहीं दूसरी ओर अनुष्का के पति और टीम इंडिया के विस्कोटक बल्लेबाज विराट कोहली आईसीसी क्रिकेट वर्ल्ड कप 2023 की तैयारियों में जुटे हुए हैं। आगामी वनडे वर्ल्ड कप की टिकटों को लेकर विराट ने बुधवार को सोशल मीडिया पर एक खास पोस्ट शेयर किया है, जिस पर अब अनुष्का ने अपनी प्रतीक्रिया द्यक्त की है। क्रिकेट के महाकुंभ आईसीसी क्रिकेट वर्ल्ड कप 2023

का आगाज 5 अक्टूबर से होने जा रहा है। इससे पहले विराट कोहली ने अपने आंकिष्ठ्यल इंस्ट्रामेंट हैंडल पर इस प्रतियोगिता की टिकटों को लेकर मजेदार पोस्ट शेयर किया है। विराट इंस्ट्रा स्टोरी में लिखा है कि वर्ल्ड कप टूनामेंट का समय कठीब आ रहा है, उसके आधार पर मैं अपने सभी दोस्तों, रिश्तेदारों और करीबियों से कहना चाहूँगा कि कृपया कर के मैच की टिकट को लेकर कोई सर्वकान करें और अपने घर पर बैठकर इस वर्ल्ड कप का पूरा मजा लें। इस पोस्ट को अनुष्का शर्मा ने अपनी

इंस्ट्रा स्टोरी में शेयर किया है और लिखा है कि ऐसे में अगर आपके मैसेज का कोई जवाब न मिले तो मेरे पास कोई उम्मीद लेकर न आएं, मैं आपकी कोई मदद नहीं कर सकती। समझदार के लिए इशारा काफी। इस तरह से विराट और अनुष्का ने मजेदार अंदाज में फैंस खास निवेदन किया है। साल 2017 में अनुष्का शर्मा ने भारतीय क्रिकेटर विराट कोहली के साथ शादी रचाई। इसके बाद साल 2021 में अनुष्का ने बेटी वामिका को जन्म दिया। हाल ही में ये खबर सामने आई है कि अनुष्का दोबारा से कोहली के जन्म की मां बनने जा रही है। हालांकि अभी तक इस मामले की कोई आधिकारिक पुष्टि नहीं हुई है।



एआर रहमान ने सर्जन एसोसिएशन पर लगाया मानहानि का आरोप

एक लाइव शो के दौरान एआर रहमान खराब मैनेजमेंट की वजह से सुर्खियों में थे। अब रहमान एक बार फिर एक अलग वजह से खबरों में है। दिग्गज संगीत निर्वाचक एआर रहमान ने एसोसिएशन ऑफ इंडिया को कानूनी नोटिस भेजा है। रहमान ने एसोसिएशन पर वार्षिक सम्मेलन में उनका नाम खराब करने का आरोप लगाया है। रहमान ने मानहानि के लिए 10 करोड़ रुपए का मुआवजा भी मांगा है। एसोसिएशन ऑफ सर्जन्स ऑफ इंडिया ने आरोप लगाया है कि 2018 में रहमान को संस्थान के

78वें वार्षिक सम्मेलन में प्रदर्शन करना था, लेकिन वह शामिल नहीं हो सके। इसके लिए एडवांस के तौर पर कोई रकम नहीं मिली। साथ ही उन्होंने यह भी साफ किया है कि रहमान पर लगाए जा रहे आरोप सिर्फ मीडिया का ध्यान आकर्षित करने के लिए लगाए जा रहे हैं। इसलिए, नर्मदा संघ ने मांगी कृपया करने के लिए एनकार किया है। कोट को सौंधे गए नोटिस में एआर रहमान ने उन्होंने एसोसिएशन के साथ कभी कोई सम्पर्क नहीं किया। हालांकि कहा जा रहा है कि पल्लिस्टी के लिए उनकी प्रतिक्रिया खराब करने की कोशिश की जा रही है। इनका ही नहीं दावा किया गया है कि रहमान को 15 दिन के अंदर 10 करोड़ की रकम का भुगतान किया जाए।

बेजान त्वचा से पाना चाहते हैं छुटकारा तो चेहरे पर लगाएं दूध से बने ये चार तरह के फेस पैक



दूध सेहत के अलावा स्किन के लिए भी काफी फायदेमंद होता है। इसमें विटामिन, कैल्शियम, पोटेशियम, प्रोटीन और लैटिकिटक एसिड, विटामिन बी12, बी6 जैसे पोषक तत्व पाए जाते हैं। जो स्किन को हाइटेंट और मॉइस्चराइज करने के साथ कोलेजन के उत्पादन को बढ़ावा देने में मदद करते हैं। अगर आप लॉटिंग स्किन चाहते हैं, तो स्किन के बायोस्टीम में कच्चे दूध शामिल कर सकते हैं। आप इसका इस्तेमाल कर कई तरह के फेस पैक बना सकते हैं, जो स्किन को हेल्पी रखने में मदद करते हैं। इसमें 1 बड़ा चम्पक शहद और नीबू का रस मिलाया गया है। यह मिश्रण प्राकृतिक ब्लीच के रूप में काम करता है। इस पैस को अपने चेहरे और गर्दन पर लगाए। करीब 15 मिनट बाद यानी से धो लें। इस पैक को बनाने के लिए बादाम को रात भर कच्चे दूध में चिंगा दे। अगली सुबह इसका पेस्ट तैयार कर लें। अब इसे चेहरे और गर्दन पर लगाए।

WILDLIFE WEEK 2023
2nd - 8th October

Discover Assam's Wildlife Wonders

WHITE WINGED WOOD DUCK

- Endangered and Schedule I
- Assam State Bird - Deo Hants
- Indian Eastern Himalayan region
- Dense tropical evergreen forest - Nameri Tiger Reserve and Dehing Patkai National Park
- Inhabits inaccessible swampy areas formed by numerous rivers, streams
- Crepuscular bird as it is most active at dusk and dawn
- Threat: destruction, degradation and disturbance of riverine habitats including loss of riparian forest corridors

Published by Directorate of Information and Public Relations, Assam
 Connect with us [Facebook](#) [Twitter](#) [Instagram](#) @diprassam [dipr.assam.gov.in](#)
 Subscribe to Asom Times [WhatsApp 'Asom'](#) at 8287912158