

थायराइड

भी हो सकता है थकान का कारण

यदि आपके साथ भी ऐसे होता है कि आप सारा दिन काम करते करते इतना थक जाती है कि आप अपना मनपंसद टी.वी शो भी अच्छी तरह से नहीं देख पाती और घर में हमेशा थका-थका महसूस करती है। घर पर सीढ़ियां चढ़ने के बब्क, कोई भी काम करने के बब्क या बैठ से उठने के बब्क भी ऐसा महसूस होना कि जितनी नींद हमने ली है वो अभी भी पर्याप्त नहीं है। स्वस्थ ऊर्जा का निर्माण स्वास्थ्यवर्द्धक पाचन प्रणाली से शुरू होता है विटामिन बी की कमी से भी थकान महसूस होती है। हल्की थकान तथा गंभीर थकान में से आप खुद को किसका शिकार महसूस करती हैं और वास्तव में आपके साथ गलत क्या हो रहा है?

ताकि दर्द में न ढीते सर्दियां

सर्दियों में जुकाम और खांसी से बचकर रहें सर्दियों में जुकाम और खांसी से बचकर रहें।

सर्दियों को बैसे तो खाने पीने और धूमने फिलने का मौसम माना जाता है, लेकिन हेल्प प्रॉब्लम भी इस मौसम में परेशान करती है। अब जब सर्दियों ने दस्तक दे ही दी है, तो यहाँ न इस मौसम की दिक्कों से बचने के लिए हम पहले से ही करते चलें बचाव के इतजाम। यहाँ पर कुछ हेल्प टिप्प दिये हुए हैं, जिन्हें आप सर्दियों में फिल रहने के लिये इस्तेमाल कर सकती हैं -

सर्दी, जुकाम, खांसी

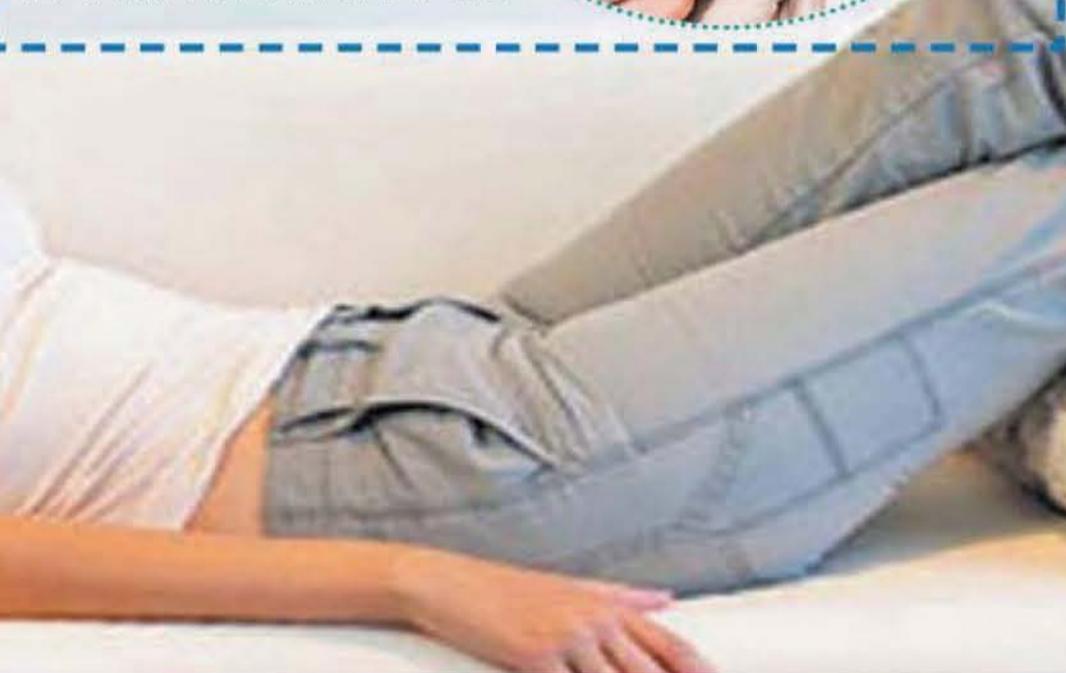
इस मौसम की कमन प्रॉब्लम है सर्दी, जुकाम और खांसी। अगर आपको हर दिन सुबह उठने ही ढीक आती है और जुकाम जैसा लगता है, तो परेशान होने की कोई जरूरत नहीं। यह प्रॉब्लम नहीं है एलर्जी की वजह से और एलर्जी से आप तभी बचकर रह सकती हैं, जब आप हेल्दी डाइट लेंगे।

बायरल के लक्षण हैं

सिर दर्द, आंखों से पानी बहना, बदन दूटा सा लगना बगैर। इसके इलाज के लिए बैलेस डायट लेना जरूरी है। विटामिन, प्रोटीन और मिनरल्स की सही मात्रा होनी चाहिए। खाने में फल और हरी सब्जियां ज्यादा हों।

दया करें

अपनी डेली डायट में सेब, मौसमी फल, अंगूर और फिश को शामिल करें। ये प्रॉब्लम एलर्जी की वजह से



सीताफल इतने गुणों से भरपूर है कि शायद ही शरीर का कोई हिस्सा ऐसा हो जिसे यह फायदा न पहुंचाता हो। जानिए सीताफल के 10 गुणों के बारे में...

सीताफल

स्वादिष्ट मीठे फल के 10 गुण

1. सीताफल में वजन बढ़ाने की क्षमता भरपूर होती है और आप वजन बढ़ाने के सारे जैन करके थक चुके हैं तो तैयार हो जाएं एक नए और मीठे।

उपयोग के लिए। आपको बस सीताफल को अपनी डाइट का हिस्सा बनाना है और आपका मनचाहा फिर आप पा सकेंगे बहुत ही जल्दी।

2. सीताफल में प्राकृतिक एंटीऑक्सीडेंट विटामिन सी बहुत ज्यादा मात्रा में होता है। विटामिन सी में शरीर की रोगों से लड़ने वाली शक्ति यानी इम्यून सिस्टम को बढ़ाने की क्षमता होती है तो हर दिन एक बार सीताफल खाइए और भगाइए दूर बीमारियों को।

3. क्या आप अक्सर कमजोरी महसूस करते हैं? सीताफल आपकी दूर कर सकता है।

परेशानी दूर कर सकता है।

सीताफल बहुत ही अच्छा एलर्जी का स्रोत होता है और इसके सेवन से थकावट और मसल्स मतलब मांसपेशियों की कमजोरी आपको बिलकुल भी महसूस नहीं होगी। बस, सीताफल को अपनी डाइट में शामिल कर लीजिए।

4. विटामिन बी कॉम्प्लेक्स से भरा हुआ सीताफल दिमाग को शीतलता देने का भी काम करता है। यह आपको चिल्ड्रेन से बचाकर निरासा को दूर रखता है। तो फिर बस, सीताफल अपनाइए और अपनी मानसिक शांति को रखिए। आपने साथ हमेशा।

5. सीताफल आपके दांतों के स्वास्थ्य के लिए भी बहुत उत्तम है। इसको नियमित खाकर आप दांतों और मसूड़ों में होने वाले दर्द से छुटकारा पा सकते हैं।

6. खन की कमी यानी एनीमिया से बचना अब बिलकुल आसान है। सीताफल का हर दिन इस्तेमाल खन की अल्पता को खत्म कर देता है और उल्टियों के प्रभाव को भी कम करता है।

7. सीताफल आंखों की देखने की क्षमता बढ़ाता है, क्योंकि इसमें विटामिन सी और रिवोफ्टाइनिं

को आप खुद से बड़ी आसानी से दूर रख सकते हैं।

8. सीताफल में मौजूद मैनीशियम शरीर में पानी को संतुलित करता है और इस तरह से जड़ों में होने वाले अस्त को हटा देता है। यह अमल गतिया रोग का मुख्य कारण होता है और इस तरह से सीताफल गतिया रोग से सुरक्षा करता है।

9. दल की तंदुरस्ती अब बिलकुल आसान है। इसमें सोडियम और पोटेशियम संतुलित मात्रा में होते हैं जिससे खन का बहाव यानी ब्लड प्रेसर में अचानक होने वाले बदलाव नियंत्रित हो जाते हैं।

10. दोनों प्रकार की शुगर को संतुलित रखना सीताफल के उपयोग के साथ बहुत ही आसान है। इसमें शरीर में होने वाली शुगर को सोख लेने का गुण होता है और इस तरह से यह शुगर का शरीर में स्तर सामान्य बनाए रखता है।

सीताफल एक लाजवाब, स्वादिष्ट और मीठी फल होने के साथ-साथ अपने में अनगिनत औषधीय गुणों को शामिल किए हुए हैं। पूरे शरीर को स्वस्थ और बीमारियों से दूर रखने का यह एक बहुत ही आसान उपयोग है।



भोजन के साथ चाय या कॉफी पीने के नुकसान

कई लोग भोजन के साथ या भोजन के बाद चाय का सेवन करने के शौकीन होते हैं लेकिन भोजन के साथ चाय या कॉफी का अत्यधिक सेवन करना तुक्सानदायक साबित हो सकता है। चाय या कॉफी का अत्यधिक सेवन करने से हमारे शरीर को कई रोगों का शिकार होना पड़ सकता है जैसे ब्लड प्रेशर की समस्या, मधुमेह और वजन बढ़ने की समस्या, पेट संबंधी समस्याएं भी पैदा हो सकती हैं। चाय या कॉफी में अत्यधिक कैफीन होने को कारण यह हमारे शरीर के लिए तुक्सानदायक साबित होती है। कई लोगों का ऐसा मानने हैं कि भोजन के साथ चाय पीने से भोजन आसानी से पच जाता है लेकिन ऐसा न होकर इसका बुरा प्रभाव हमारे शरीर पर पड़ता है। आइए जानें भोजन के साथ चाय या कॉफी पीने के नुकसान।

भोजन के साथ चाय या कॉफी पीने से पेट संबंधी समस्याएं जैसे एसीडिटी की समस्या पैदा हो सकती हैं और पाचन किया पर भी बुरा असर पड़ता है।

चाय का अत्यधिक सेवन करने से मुँह की समस्याएं पैदा हो सकती हैं, चाय ज्यादा पीने से गले और मुँह में खुशी की समस्या पैदा हो सकती है।

चाय का अत्यधिक सेवन करने से इसमें मौजूद कैफीन हमारे शरीर के लिए तुक्सानदायक साबित हो सकता है, कैफीन हमारे शरीर में पर्सिड बना देता है जिसका सीधा असर हमारी किंडनी पर पड़ता है।

चाय या कॉफी पीने से आंतों पर बुरा असर पड़ता है और आंतों को भी कमजूद बना देती है।

भोजन के साथ चाय या कॉफी का सेवन करने से भोजन में मौजूद पीछिक पदार्थ हमारे शरीर तक नहीं पहुंच पाते।

चाय या कॉफी का अत्यधिक सेवन करने से अनिद्रा जैसी बीमारी का भी शिकार होना पड़ सकता है।

चाय या कॉफी का अत्यधिक सेवन करने से फेफड़ों पर भी बुरा प्रभाव पड़ता है।

जैतून का तेल रखता है दिल को दुरुस्त



जैतून का नियमित इस्तेमाल दिल को तो दुरुस्त बनाता ही है, दिल संबंधी बीमारियों के जौखियों को भी घटाता है। ग्लासगो तथा लिस्बन विश्वविद्यालयों और जर्मनी में मोसाइब्यूय डायर्नोस्टिक्स के अध्ययनकर्ताओं ने जैतून के तेल का असर जानने के लिए मिलकर काम किया। अमेरिकी जर्नल ब्लान्किन न्यूट्रिशन में प्रकाशित अध्ययन में जैतून सहित पीढ़े में पाए जाने वाले प्रकृतिक अवयव फेनोलिक्स के हल्दय पर पड़ने वाले असर परखा गया। अमेरिकी में संवीधानी औषधिक प्रशासन और यूरोपीय खाद्य सुरक्षा प्राधिकरण का मानना है कि मोनोसैचुटेड फैटी एसिड के साथ फेनोलिक्स, जैतून के तेल के रक्षात्मक प्रभाव के लिए जिम्मेदार होता है। अध्ययन का पहलू यह रहा कि लक्षित समझों पर इसका असर देखा गया यानी ऐसे लोगों जो हमेशा जैतून का तेल इस्तेमाल नहीं करते हैं। स्वास्थ्य पर तेल पूर्कों के असर के अध्ययन के लिए अध्ययन टीम ने नई डायर्नोस्टिक तकनीकों को आजमाया। धमुकी संबंधी (सीएडी), किंडनी संबंधी (सीकेडी) और मधुमेह जैसी बीमारियों के संकेतों के लिए पहचानी गई ऐसेपाइड (प्रोटीन से निर्भूत) के रेंज को जानने के लिए पेशेब के नमूने की जांच की गई। परिणाम से पता चला कि दोनों समझों में बीमारी की सबसे सामान्य किस्म सीएडी के नतीजे में बड़ा ब



विजय देवरकोंडा की बीड़ी 12 के लिए रणबीर कपूर ने दिया वॉयस ओवर

बॉलीवुड अभिनेता रणबीर कपूर का नाम साउथ स्टार विजय देवरकोंडा की आगामी फिल्म 'बीड़ी 12' से जुड़ गया है। दरअसल, अभिनेता ने इस फिल्म के लिए वॉयस ओवर दिया है। खास बात यह है कि रणबीर कपूर ने इस फिल्म के टीजर की रिकॉर्डिंग मुंबई में की जो अब चर्चा का विषय बन गया है।

मुंबई में हुई रिकॉर्डिंग

एक इंडरस्ट्री सुन्न ने इस बार में कहा, विजय देवरकोंडा अपनी बहुप्रतीक्षित फिल्म 'बीड़ी 12' रिलीज के लिए तैयार हैं। इस फिल्म के टीजर के लिए रणबीर कपूर ने वॉयस ओवर दिया है, जिसकी रिकॉर्डिंग मुंबई में हुई है।

इस फिल्म में आखिरी बार पर्द पर दिखे थे विजय

फिल्म का टीजर 12 के फरवरी को रिलीज किया जाएगा। इस फिल्म में विजय देवरकोंडा की भूमिका को लेकर फैस में जर्दरस्त उत्साह है। विजय देवरकोंडा को आखिरी बार निर्देशक नाम अभिनेता की फिल्म 'कल्पि 2898 एडी' में विशेष रोल में देखा गया था।

एनिमल में नजर आए थे रणबीर

वहीं, रणबीर कपूर की बात करें तो वह निर्देशक संदीप रेण्ही वांग की ब्लॉकबस्टर फिल्म 'एनिमल' में नजर आए थे। इस फिल्म में उनके साथ रामिका मंदाना और अनिल कपूर ने मुख्य भूमिका निभाई थी। इसके बाद रणबीर के पास कई बड़े प्रोजेक्ट्स हैं।

इन बड़े प्रोजेक्ट्स का हिस्सा हैं रणबीर

वह निरंतर तिवारी की रामायण में भगवान राम का किरदार निभाते नजर आएंगे। फिल्म में उनके साथ साई पल्लवी भी होंगी, जो माता सीता का किरदार निभाती दिखेंगी। इसके अलावा रणबीर कपूर निर्देशक संजय लीला भर्सानी की फिल्म लव एंड वॉर में भी दिखाई देंगे, जहाँ वह अपनी पत्नी आलिया भट्ट और संजू के सह-कलाकार विकी कीशर के साथ काम करेंगे।



करीना-प्रियंका से लेकर पत्रलेखा तक, प्रोड्यूसर की कुर्सी पर भी इन अदाकाराओं का कब्जा

हाल ही में नेटप्रिलियस ने अपने इस साल के प्रोजेक्ट्स का एलान किया। इनमें राजकुमार राव और सान्या मल्होत्रा अभिनीत फिल्म टॉस्टर भी शामिल है। इस फिल्म को राजकुमार राव की पली पत्रलेखा प्रोड्यूसर कर रही है। सिनेमा की दुनिया में फिल्म निर्माता की कमान और महिला भी अपने हाथों में लेने लगी है। कई चर्चित अभिनेत्रियां भी बतौर निर्माता कुर्सी संभाल चुकी हैं और संभाल रही हैं। आइए जानते हैं।

करीना कपूर

कपूर खानदान की लाडली करीना कपूर ने फिल्म 'रिप्पूजी' से अभिनय की दुनिया में दस्तक ली। इसके बाद कई फिल्मों में उन्होंने अपने अभिनय से दर्शकों का दिल जीता है। अब वे बतौर निर्माता भी डेब्यू कर चुकी हैं। करीना कपूर खान ने फिल्म द बैकघम मर्डर्स से बतौर प्रोड्यूसर डेब्यू किया। यह फिल्म 13 सितंबर, 2024 को रिलीज हुई थी। इस फिल्म को करीना कपूर खान और एकता कपूर ने गिरकार प्रोड्यूस किया था। हंसल मेहता ने इसका निर्देश किया।

प्रियंका चोपड़ा

प्रियंका चोपड़ा बॉलीवुड की जानी मानी एक्ट्रेस है। वह बॉलीवुड के साथ-साथ हॉलीवुड फिल्मों में काम करने के साथ एक प्रोड्यूशन हॉलीवुड भी चलाती है। वह पर्फॉल पैरेंस प्रोड्यूशन हाउस की मालिकन है। उन्होंने इसकी शुरुआत साल 2015 में की थी। अभी तक इस प्रोड्यूशन हाउस के अंडर तमाम फिल्मों तैयार की जा चुकी हैं। इस लिस्ट में माराठी, बांगली, पंजाबी और भोजपुरी भाषा की फिल्में भी शामिल हैं।

अनुष्ठा शर्मा

अनुष्ठा शर्मा एक बेहतरीन एक्ट्रेस है। उन्होंने बॉलीवुड में कई बेहतरीन और हिट फिल्मों की शुरुआत पर एक्ट्रेस काफी खुश है। तापसी पटेल भी पहचान की मोहताज नहीं है। एक्ट्रेस ने साल 2021 में मणिकर्णिका फिल्म प्रोड्यूशन हाउस की शुरुआत की थी। उन्होंने इस प्रोड्यूशन हाउस की शुरुआत नए कलाकारों को मौका देने के लिए की थी।

अभिनय किया है। इन फिल्मों में एन एच 10, परी, फिल्मी, जैसी फिल्में शामिल हैं। उन्हें एक ग्राहक तैयार की थी। इस फिल्म में दीपिका ने मुख्य किरदार अदा किया था। हालांकि फिल्म बॉक्स ऑफिस पर एपी तरह से पर्फॉम रही थी।

दीपिका पादुकोण

दीपिका पादुकोण ने साल 2018 में केए एंटरटेनमेंट नाम प्रोडक्शन हाउस की शुरुआत की थी, जिसमें उन्होंने एपिक एटक के ऊपर फिल्म छापाक तैयार की थी। इस फिल्म में दीपिका ने मुख्य किरदार अदा किया था। हालांकि फिल्म बॉक्स ऑफिस पर एपी तरह से पर्फॉम रही थी।

कंगना रणौत

कंगना रणौत बॉलीवुड की बेहतरीन एक्ट्रेस में से एक है। वह किसी भी पहचान की मोहताज नहीं है। एक्ट्रेस ने साल 2021 में मणिकर्णिका फिल्म प्रोड्यूशन हाउस की शुरुआत की थी। उन्होंने इस प्रोडक्शन हाउस की शुरुआत नए कलाकारों को मौका देने के लिए भी आउटपाइर्स

फिल्म्स नामक प्रोडक्शन हाउस की शुरुआती की थी। एक्ट्रेस ने साल 2021 में एटरनल सनशेइन प्रोडक्शन हाउस की शुरुआत की थी। इस फिल्म में एक्ट्रेस की थी। इन लोगों का इंडिस्ट्री में कोई भी गोड़फादर नहीं है। इसके अलावा कृति सेनन भी लिस्ट में है।

आलिया, तापसी और कृति

आलिया भट्ट ने भी साल 2021 में एटरनल सनशेइन प्रोडक्शन हाउस की शुरुआत की थी। इसकी शुरुआत पर एक्ट्रेस काफी खुश है। तापसी पटेल भी आउटपाइर्स

फिल्म्स नामक प्रोडक्शन हाउस की शुरुआती की थी। एक्ट्रेस ने साल 2021 में एक्ट्रेस की शुरुआत पर एक्ट्रेस काफी खुश है। तापसी पटेल भी आउटपाइर्स

फिल्म्स नामक प्रोडक्शन हाउस की शुरुआती की थी। एक्ट्रेस ने साल 2021 में एक्ट्रेस की शुरुआत पर एक्ट्रेस काफी खुश है। तापसी पटेल भी आउटपाइर्स

फिल्म्स नामक प्रोडक्शन हाउस की शुरुआती की थी। एक्ट्रेस ने साल 2021 में एक्ट्रेस की शुरुआत पर एक्ट्रेस काफी खुश है। तापसी पटेल भी आउटपाइर्स

फिल्म्स नामक प्रोडक्शन हाउस की शुरुआती की थी। एक्ट्रेस ने साल 2021 में एक्ट्रेस की शुरुआत पर एक्ट्रेस काफी खुश है। तापसी पटेल भी आउटपाइर्स

फिल्म्स नामक प्रोडक्शन हाउस की शुरुआती की थी। एक्ट्रेस ने साल 2021 में एक्ट्रेस की शुरुआत पर एक्ट्रेस काफी खुश है। तापसी पटेल भी आउटपाइर्स

फिल्म्स नामक प्रोडक्शन हाउस की शुरुआती की थी। एक्ट्रेस ने साल 2021 में एक्ट्रेस की शुरुआत पर एक्ट्रेस काफी खुश है। तापसी पटेल भी आउटपाइर्स

फिल्म्स नामक प्रोडक्शन हाउस की शुरुआती की थी। एक्ट्रेस ने साल 2021 में एक्ट्रेस की शुरुआत पर एक्ट्रेस काफी खुश है। तापसी पटेल भी आउटपाइर्स

फिल्म्स नामक प्रोडक्शन हाउस की शुरुआती की थी। एक्ट्रेस ने साल 2021 में एक्ट्रेस की शुरुआत पर एक्ट्रेस काफी खुश है। तापसी पटेल भी आउटपाइर्स

फिल्म्स नामक प्रोडक्शन हाउस की शुरुआती की थी। एक्ट्रेस ने साल 2021 में एक्ट्रेस की शुरुआत पर एक्ट्रेस काफी खुश है। तापसी पटेल भी आउटपाइर्स

फिल्म्स नामक प्रोडक्शन हाउस की शुरुआती की थी। एक्ट्रेस ने साल 2021 में एक्ट्रेस की शुरुआत पर एक्ट्रेस काफी खुश है। तापसी पटेल भी आउटपाइर्स

फिल्म्स नामक प्रोडक्शन हाउस की शुरुआती की थी। एक्ट्रेस ने साल 2021 में एक्ट्रेस की शुरुआत पर एक्ट्रेस काफी खुश है। तापसी पटेल भी आउटपाइर्स

फिल्म्स नामक प्रोडक्शन हाउस की शुरुआती की थी। एक्ट्रेस ने साल 2021 में एक्ट्रेस की शुरुआत पर एक्ट्रेस काफी खुश है। तापसी पटेल भी आउटपाइर्स

फिल्म्स नामक प्रोडक्शन हाउस की शुरुआती की थी। एक्ट्रेस ने साल 2021 में एक्ट्रेस की शुरुआत पर एक्ट्रेस काफी खुश है। तापसी पटेल भी आउटपाइर्स

फिल्म्स नामक प्रोडक्शन हाउस की शुरुआती की थी। एक्ट्रेस ने साल 2021 में एक्ट्रेस की शुरुआत पर एक्ट्रेस काफी खुश है। तापसी पटेल भी आउटपाइर्स

फिल्म्स नामक प्रोडक्शन हाउस की शुरुआती की थी। एक्ट्रेस ने साल 2021 में एक्ट्रेस की शुरुआत पर एक्ट्रेस काफी खुश है। तापसी पटेल भी आउटपाइर्स

फिल्म्स नामक प्रोडक्शन हाउस की शुरुआती की थी। एक्ट्रेस ने साल 2021 में एक्ट्रेस की शुरुआत पर एक्ट्रेस काफी खुश है। तापसी पटेल भी आउटपाइर्स

फिल्म्स नामक प्रोडक्शन हाउस की शुरुआती की थी। एक्ट्रेस ने

भारत में वस्त्र उद्योग देता है सबसे ज्यादा रोजगार : गिरिराज सिंह

ग्रेटर नोएडा में सबसे बड़ा टेक्सटाइल शो भारत टेक्सटाइल एक्सपो-2025 शुरू

ग्रेटर नोएडा (चेतना मंच)। केंद्रीय मंत्री गिरिराज सिंह ने ग्रेटर नोएडा के इंडिया एक्सपो

शामिल होने की उम्मीद है। सरकार इस राजधानी नई दिल्ली के भारत मंडपम् तथा ग्रेटर अयोजन के जरिए छोटे और बड़े व्यापारियों को नोएडा के इंडिया एक्सपो सेंटर एंड मार्ट में



मार्ट में विश्व के सबसे बड़े टेक्सटाइल-शो भारत टेक्सटाइल एक्सपो का शुभारंभ किया। 12 से 15 फरवरी तक चलने वाले इस में इंडिया कापड़, गार्डेन्स और हस्तनिर्मित मशीनों का प्रदर्शन किया जाएगा। एक्सपो में 110 देशों से 6000 से अधिक खरीदारों के

बढ़ावा देने की पहल कर रही है। यह एक्सपो दिल्ली मंडपम् में भी आयोजित किया जा रहा है।

केंद्रीय वस्त्र मंत्री गिरिराज सिंह बताया कि 12 से 15 फरवरी 'लोल टेक्सटाइल एक्सपो-भारत टेक्स 2025' आयोजित किया जाएगा। भारत टेक्स 2025 का आयोजन राष्ट्रीय

किया जाएगा।

इस दौरान केंद्रीय वस्त्र मंत्री गिरिराज सिंह ने कहा कि भारत में कपड़ा उद्योग वर्ष 2030 तक 350 बिलियन अमेरिकी डालन तक बढ़ने और इसमें 3.5 करोड़ नौकरियां सुरियों होने की उम्मीद है। उन्होंने कहा कि भारत टेक्स 2025

एक वैश्विक कार्यक्रम है, जो कपड़ा नियंत्रण वर्धन परिवर्द्धन के एक संघ द्वारा आयोजित किया गया है।

श्री सिंह ने कहा कि वस्त्र उद्योग भारत में सबसे बड़ा रोजगार सृजनकारी क्षेत्र है, जो सहायक क्षेत्रों के लिए विश्व स्तर पर कपास और जूत वस्त्रों में अपनी महत्वपूर्ण उत्पादन क्षमता के लिए प्रसिद्ध है। हालांकि, वस्त्र उद्योग को वैश्विक बाजार में चीन, बांग्लादेश, पाकिस्तान और वियतनाम से कड़ी प्रतिस्पद्धांश का सामना करना पड़ता है।

भारत टेक्स 2025 भारत का सबसे बड़ा वैश्विक कपड़ा कार्यक्रम है, जिसे टेक्सटाइल इंडस्ट्री और कपड़ा मंत्रालय की तरफ से समर्थन प्राप्त है। कार्यक्रम का उद्देश्य भारत के कपड़ा क्षेत्र की विविधता, पैमाने और क्षमता को प्रदर्शित करने वाला एक मंच प्रदान करना है। इस साल मशीनों में 5,000 से अधिक प्रदर्शकों, 110 से अधिक देशों के 6,000 अंतर्राष्ट्रीय खरीदारों और 1.2 लाख से ज्यादा लोगों के अपनी की उम्मीद है। ग्लोबल टेक्सटाइल एक्सपो 2025 के उद्घाटन अवसर पर राष्ट्रीय मंत्री पूर्व गौतमबुद्धनगर लोकसभा क्षेत्र से संसद व पूर्व मंत्रालय से जुड़े अधिकारी शामिल हुए।

सांसद व विधायक ने सदरपुर में किया बारातघर का लोकार्पण



चौथरी अजित सिंह की जयंती रालोद ने मनाई



नोएडा (चेतना मंच)। राष्ट्रीय लोकदल विधानसभा अध्यक्ष बी.एल. अग्रवाल ने कहा कि चौ.अजित सिंह के मार्ग पर चलते हुए पार्टी के आगे बढ़ाना है एवं नये कार्यकर्ताओं को पार्टी में जोड़ना है। यही उनके प्रति सच्ची श्रद्धांजलि होगी।

इस मौके पर विधानसभा महासचिव डा. एम. दीक्षित, विधानसभा सचिव सपन सोनी, विधानसभा उपाध्यक्ष मनीष गुप्ता सहित अनेक सभी के लिए उन्हें याद किया गया। इस अवसर पर रालोद के नेता

संत शिरोमणि रविदास की जयंती मनाई



नोएडा (चेतना मंच)। दलित उद्धार महासभा के तत्वाधान में अंडेकर बिहार सेक्टर 37 के कार्यालय में संत शिरोमणि गुरु रविदास की 648वीं जयंती मनाई गई।

इस अवसर पर कई वक्ताओं ने शिरोमणि सत रविदास के जीवन पर सभी वक्ताओं ने क्रपाश डाला। कार्यक्रम का संचालन दलित उद्धार महासभा के राष्ट्रीय महासचिव लाल सिंह गोतम ने किया एवं अध्यक्षता दलित उद्धार महासभा के राष्ट्रीय अध्यक्ष राजकुमार भारती ने की। राजकुमार भारती ने कहा कि संत रविदास ने हमेशा

अनेकों के लिए विश्व बंधुत्व व समृद्धि विद्या की शिक्षा दी तथा सामाजिक न्याय का संदेश दिया।

इस अवसर पर दलित उद्धार महासभा के संस्थापक हरपाल सिंह, संरक्षक सुरेंद्र सिंह, भवानी गौतम, कालूराम, विजयपाल, रण सिंह, सुनील, प्रेमराज आदि लोग उपस्थित रहे।

ग्राम सदरपुर में ग्रामवासियों द्वारा की गई मांग के क्रम में नोएडा प्राधिकरण द्वारा रु 237.39 लाख की लागत से नये बारातघर का निर्माण कराया गया है, जिसको सांसद एवं विधायक द्वारा लोकार्पण किया गया। विद्वित हो कि ग्राम सदरपुर के निवासियों द्वारा शादी-विवाह एवं अन्य सामूहिक विधियों के आयोजन होते हुए विवाह काफी समय से अतिरिक्त बारातघर के निर्माण की मांग की जा रही थी।

इस दौरान ग्राम सदरपुर में मुख्य मार्ग से हुम्तान मन्दिर तक सी.सी. रोड एवं डेन के निर्माण कार्य के शिलान्यास भी किया गया। नोएडा प्राधिकरण द्वारा जनहित के दृष्टिगत ₹ 19.57 लाख की लागत से उक्त कार्य कराया जाना प्रस्तावित किया गया है।

इस दौरान नोएडा प्राधिकरण के विशेष कार्याधिकारी महेन्द्र प्रसाद, महानगर अध्यक्ष मोज गुप्ता, नोएडा प्राधिकरण के महाप्रबन्धक (जल) आर०पी० सिंह, उप महाप्रबन्धक (स्पिविल) विजय रावत, भाजपा के महामंत्री उमेशतापी, गणेश जाटव, डिप्पल आनंद तथा सदरपुर के कई गणमान्य लोग मौजूद थे।

संत रविदास ने हमेशा सामाजिक एकता का संदेश दिया : गणेश जाटव

नोएडा (चेतना मंच)। डॉ भीमराव अंबेडकर उत्तरायण नोएडा (मुख्यमंत्री अध्यक्ष केंद्र) पर संचालन समिति उद्धार महासभा के माध्यम से समाज सुधारक व कवि, संत शिरोमणि रविदास जी की जयंती के अवसर पर रालोद के नेतृत्व में नोएडा सेक्टर-18 स्थित कार्यालय पर नोएडा विधानसभा टीम द्वारा रुपरूप मनाई गई। इस दौरान विधानसभा टीम की मासिक बैठक भी सम्पन्न हुई।

इस अवसर पर रालोद के नेता



द्वारा वर्षित एक प्रसिद्ध मुहावरा 'मन चंगा तो, कठोरी में गगा' बहुत ही पवित्र छंद है। हमें ऐसे संतों का हमेशा स्मरण करना चाहिए और भारती के लिए उन्हें अनुकरणीय है, उनके

इस मौके पर संरक्षक बालक सिरोही, ए.ड. प्रेमसिंह, शोभाराम, आनंद, वीरेंद्र कुमार, विजेंद्र कुमार और भारी संख्या में छात्र एवं छात्राएं हुपस्थित रहे।

इस मौके पर संरक्षक बालक सिरोही, ए.ड. प्रेमसिंह, शोभाराम, आनंद, वीरेंद्र कुमार, विजेंद्र कुमार और भारी संख्या में छात्र एवं छात्राएं हुपस्थित रहे।

ग्राम सदरपुर में जिला सचिव विवाह कार्यक्रम के लिए शिलान्यास किया गया।

ग्राम सदरपुर में जिला सचिव विवाह कार्यक्रम के लिए शिलान्यास किया गया।

ग्राम सदरपुर में जिला सचिव विवाह कार्यक्रम के लिए शिलान्यास किया गया।

ग्राम सदरपुर में जिला सचिव विवाह कार्यक्रम के लिए शिलान्यास किया गया।

ग्राम सदरपुर में जिला सचिव विवाह कार्यक्रम के लिए शिलान्यास किया गया।

ग्राम सदरपुर में जिला सचिव विवाह कार्यक्रम के लिए शिलान्यास किया गया।

ग्राम सदरपुर में जिला सचिव विवाह कार्यक्रम के लिए शिलान्यास किया गया।

ग्राम सदरपुर में जिला सचिव विवाह कार्यक्रम के लिए शिलान्यास किया गया।

ग्राम सदरपुर में जिला सचिव विवाह कार्यक्रम के लिए शिलान्यास किया गया।

ग्राम सदरपुर में जिला सचिव विवाह कार्यक्रम के लिए शिलान्यास किया गया।

ग्राम सदरपुर में जिला सचिव विवाह कार्यक्रम के लिए शिलान्यास किया गया।

ग्राम सदरपुर में जिला सचिव विवाह कार्यक्रम के लिए शिलान्यास किया गया।

ग्राम सदरपुर में जिला सचिव विवाह कार्यक्रम के लिए शिलान्यास किया गया।

ग्राम सदरपुर में जिला सचिव विवाह कार्यक्रम के लिए शिलान्यास किया गया।

ग्राम सदरपुर में जिला सचिव विवाह कार्यक्रम के लिए शिलान्यास किया गया।

ग्राम सदरपुर में जिला सचिव विवाह कार्यक्रम के लिए शिलान्यास किया गया।

ग्राम सदरपुर में जिला सचिव विवाह कार्यक्रम के लिए शिलान्यास किया गया।

ग्राम सदरपुर