

शुभम संदेश

एक राज्य - एक अखबार

हर हर महादेव और जय श्री राम के उद्घोष से गुंजा धनबाद

राजेंद्र सरोवर पार्क में दिखा भक्ति का अद्भुत नजारा

मुसलाधार बारिश पर भारी पड़ी शिवभक्तों की श्रद्धा

बनारस की गंगा आरती की तर्ज पर शिव महाआरती

जीटा के सदस्यों ने जताया श्रद्धालुओं का आभार



शुभम संदेश। धनबाद

वेकरबांध स्थित राजेंद्र सरोवर पार्क में जीटा की ओर से भगवान भोलेनाथ के प्रति अटूट भक्ति और श्रद्धा से परिपूर्ण एक भव्य शिव महाआरती का आयोजन किया गया, जो शहरवासियों के लिए एक अविस्मरणीय

आचार्य रणधीर की टीम ने बनारस घाट की पावन गंगा आरती की तर्ज पर यहां भी आरती की. इस शिव महाआरती ने भक्तों के मन को और अधिक श्रद्धामय पवित्र बना दिया। दीपों की जगमगाहट, अमरबतियों की सुगंध और मंत्रोच्चार के साथ शिव महाआरती का दृश्य ऐसा था

मानो धरती पर स्वर्ग उतर आया हो। इस अवसर पर शिव-पार्वती के स्वरूप में प्रस्तुत नृत्य ने सभी के हृदय को आनंद, भक्ति और प्रेम के सागर में डुबो दिया। नृत्य में शिव और शक्ति की लौलाभ्य छवि जीवंत हो उठी, जिसे देखकर हर भक्त का मन भगवान शिव के चरणों में अर्पित

हो गया। यह दृश्य इतना मनमोहक और अलौकिक था कि प्रत्येक उपस्थित व्यक्ति स्वयं को भगवान शिव की कृपा का पात्र अनुभव कर रहा था। यह आयोजन केवल एक धार्मिक अनुष्ठान तक सीमित नहीं रहा, बल्कि भक्तों के बीच एकता, प्रेम और भक्ति का जीवंत संदेश बन गया। रहर हर

महादेव और रजय श्री रामर के जयघोषों ने न केवल वातावरण को पवित्र किया, बल्कि समाज में सकारात्मकता और आध्यात्मिकता का संचार भी किया। यह पावन संघ्या प्रत्येक श्रद्धालु के लिए एक ऐसी स्मृति बन गई, जो उनके हृदय में सदा के लिए अंकित हो गई।

जीटा के अध्यक्ष अमितेश सहाय और महासचिव राजीव शर्मा ने सभी श्रद्धालुओं का आभार व्यक्त करते हुए कहा कि बारिश के बावजूद आप सभी ने इस आयोजन को भव्य बनाया। यह इस बात का साक्ष्य है कि अगले वर्ष फिर इसी तरह शिव महाआरती का आयोजन किया जाएगा। कार्यक्रम को सफल बनाने में जीटा के सदस्यों के साथ-साथ जिला प्रशासन, पुलिस प्रशासन, नगर निगम और ट्रैफिक पुलिस का विशेष योगदान रहा।

बीफ खबरें

वज्रपात से दो महिलाओं की मौत, तीन घायल

बोकारो। पिंडाजोरा थाना क्षेत्र के गोपालपुर गाँव में सोमवार शाम करीब 4 बजे धान की रोपाई कर रही पाँच महिलाओं पर वज्रपात हुआ, जिससे दो महिलाओं की मौतें पर ही मौत हो गई, जबकि तीन महिलाएँ गंभीर रूप से घायल हो गईं। जानकारी के अनुसार, गाँव के ही चिनिवास मंडल के खेत में मीरा देवी (35), पार्वती देवी (55), मोहिनी कुमारी (18), काजल देवी (40) और नियती देवी (35) धान की रोपनी का काम कर रही थीं। इसी दौरान वज्रपात हुआ, जिसमें मीरा देवी और पार्वती देवी की घटनास्थल पर ही मृत्यु हो गई। वहीं, मोहिनी कुमारी, काजल देवी और नियती देवी बुरी तरह घायल हो गईं। घायल महिलाओं को 108 एम्बुलेंस की मदद से बोकारो सदर अस्पताल ले जाया गया, जहाँ उनका इलाज चल रहा है। सीओ दिवाकर दुबे और आपदा पदाधिकारी शक्ति कुमार ने इस घटना की जानकारी दी।

झारखंड सहित देश में 200 जगहों पर आयकर का छाप

बोकारो। आयकर विभाग की अनुसंधान शाखा ने फर्जी तरीके से आयकर रिफंड लेने के मामले में देश भर में 200 स्थानों पर छाप मारा। दिल्ली स्थित मुख्यालय द्वारा दिये गये निर्देश के आलोक में रांची स्थित आयकर विभाग की अनुसंधान शाखा में चतरा जिले के बचरा कोलियरी के पास रिटर्न दाखिल करने वाले एक व्यक्ति के टिकाने पर छाप मारा। आयकर रिटर्न दाखिल करने वाले इस व्यक्ति ने सीसीएल के कर्मचारियों का रिटर्न दाखिल किया था। छापामारी के दौरान मिले दस्तावेज से इस बात की जानकारी मिली है कि इस व्यक्ति ने 2000 से ज्यादा आयकर रिटर्न दाखिल किये थे।

वनभूमि मामले में पुनीत अग्रवाल गिरफ्तार

बोकारो। तेलुगु वनभूमि फर्जीबाड़ी मामले में सीआईडी ने बहुचर्चित राजवीर कंस्ट्रक्शन के मालिक पुनीत अग्रवाल को गिरफ्तार किया है। राजवीर कंस्ट्रक्शन कंपनी ने तेलुगु मौजा की इस वनभूमि के लिए उमायूष कंपनी को जमीन के बदले तीन करोड़ चालीस लाख रुपये का भुगतान किया था।

सांसद बुल्लू महतो मामले में अनुसंधानक का बयान दर्ज

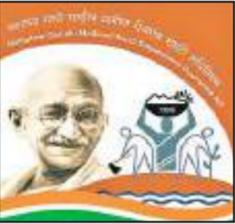
धनबाद। रांगदारी के लिए बीसीपीएल की रेल लाइन विछाने के काम को बाधित करने मामले की सुनवाई सोमवार को एमपी एमएलए न्यायालय के विशेष न्यायिक दंडाधिकारी अर्पिता नारायण की अदालत में हुई। इस दौरान अभियोजन की ओर से सहायक लोक अभियोजक प्रखर श्रीवास्तव ने मामले के अनुसंधानकर्ता नंदू पाल को बतौर गवाह पेश किया। जिन्होंने कोर्ट को दिए अपने बयान में अनुसंधान के दौरान एकत्रित किए गए साक्ष्य के विषय में बताया।

महान मैराथन धावक फौजा सिंह का 114 साल की उम्र में निधन

नई दिल्ली। महाशूर और प्रेरणादायक मैराथन धावक सरदार फौजा सिंह का आज निधन हो गया। वे 114 वर्ष के थे। बताया जा रहा है कि उन्हें एक वाहन ने टक्कर मार दी, जिसके बाद उन्हें तुरंत जालंधर के एक अस्पताल में भर्ती कराया गया। इलाज के दौरान उन्होंने दम तोड़ दिया। फौजा सिंह को दुनियाभर में उनकी बेमिसाल फिटनेस, दृढ़ संकल्प और उम्र को मात देने वाले जूबे के लिए जाना जाता था। वे न सिर्फ भारत में, बल्कि अंतरराष्ट्रीय स्तर पर भी एक प्रेरणा के स्रोत थे।

एक्सक्लूसिव बिराजपुर पंचायत में मनरेगा घोटाला का मामला

डीसी के निर्देश पर डीडीसी ने गठित की 5 सदस्यीय जांच टीम



अमित सिन्हा

धनबाद जिले के गोविंदपुर प्रखंड अंतर्गत बिराजपुर पंचायत में मनरेगा योजनाओं में अनियमितताओं और भ्रष्टाचार के गंभीर आरोपों की जांच के लिए उपायुक्त आदित्य रंजन के निर्देश पर उप विकास आयुक्त सादत अनवर ने अनुसंधान पदाधिकारी राजेश कुमार की अध्यक्षता में पांच सदस्यीय जांच टीम का गठन किया है। यह कार्रवाई झारखंड सरकार के अपर सचिव अरुण कुमार सिंह के पत्र के बाद की गई, जिसमें उन्होंने फर्जी निकासी, मृत व्यक्तियों के नाम पर भुगतान और घूसखोरी जैसे मामलों की विधि-सम्मत जांच का आदेश दिया था। इन मामलों को शुभम संदेश अखबार ने लगातार और प्रमुखता से पाठकों के समक्ष रखा है। जांच टीम के सदस्य : अध्यक्ष राजेश कुमार अनुसंधान पदाधिकारी साथ में लोकपाल भूपेंद्र श्रीवास्तव, कार्यपालक अभियंता एनआरईपी, आई एवं कनीय अभियंता मनोज मंडल शामिल हैं।

यह हैं तीन प्रमुख घोटाले

- छालाटांड में बिरसा सिंचाई कूप घोटाला**
बिराजपुर पंचायत के छालाटांड गांव में रोजगार सेवक विश्वजीत चौधरी पर पुराने 19 फुट के कूप को बिरसा सिंचाई कूप संवर्द्धन योजना (वर्क कोड: बीएसकेएसवाई-3421003011/आईएफ/7080902680141) के तहत स्वीकृत कर 1,22,40,000 रुपये की फर्जी निकासी का आरोप है। ग्रामीणों का दावा है कि यह कूप ईट बनाने के लिए खोदा गया था, और इसके पास ही 37 फीट की दूरी पर 2015-16 में स्वीकृत एक अन्य कूप (वर्क कोड: 34021003011/आईएफ/70809001032336) पहले से मौजूद है। शिकायतकर्ता जानकी प्रसाद साव ने 30 नवंबर 2023 को उपायुक्त, मनरेगा आयुक्त, और अन्य अधिकारियों को इसकी शिकायत की थी।
- मृत व्यक्ति के नाम पर मजदूरी भुगतान**
वित्तीय वर्ष 2022-23 में बिराजपुर गांव में स्वीकृत डोभा निर्माण योजना (वर्क कोड: 3421003011/आईएफ/7080902553743) में स्व. बिनोद कुमार साय (जॉब कार्ड नं: 011-012/50), जिनकी मृत्यु 7 अप्रैल
- बकरी शेड योजना में घूसखोरी का आरोप**
बिराजपुर पंचायत में मनरेगा बकरी शेड योजना (वर्क ऑर्डर नंबर: 3421003011/आईएफ/7080902022449) में रोजगार सेवक नरेश रवि पर बकाया राशि के भुगतान के लिए 7,000 रुपये की कमीशन मांगने का गंभीर आरोप है। शिकायतकर्ता जानकी प्रसाद साव ने दावा किया कि नरेश रवि ने दबाव रवैया अपनाते हुए शिकायत करने वालों को हरिजन एक्ट में फंसेना की धमकी दी। इसके अलावा, पंचायत में 40 पशु शेडों की अनियमित स्वीकृति की गई, जबकि मनरेगा आयुक्त, झारखंड के पत्र (पत्रांक 154, दिनांक 03.02.2021) के अनुसार प्रति पंचायत अधिकतम 5 पशु शेड स्वीकृत करने का निर्देश था।

अपर सचिव के निर्देश के बाद जिला प्रशासन की कार्रवाई

अपर सचिव अरुण कुमार सिंह ने उपायुक्त-सह-जिला कार्यक्रम समन्वयक और उप विकास आयुक्त-सह-अतिरिक्त जिला कार्यक्रम समन्वयक, धनबाद को पत्र लिखकर इन मामलों की गहन जांच और दोषियों के खिलाफ कार्रवाई का निर्देश दिया था। इसके जवाब में डीडीसी सादत अनवर ने पांच सदस्यीय जांच टीम गठित की है, जो इन तीनों मामलों की जांच करती है और सभी साक्ष्यों की पड़ताल कर समयबद्ध तरीके से प्रतिवेदन सौंपने का निर्देश दिया गया है। अपर सचिव ने विशेष रूप से नरेश रवि के स्थानांतरण पर विचार करने और शिकायतकर्ता की बकाया राशि के भुगतान को सुनिश्चित करने का आदेश दिया है।

बैंक मोड़ शांति भवन की छह बिल्डिंग जांच के घेरे में

शुभम संदेश। धनबाद शहर के पाँच इलाकों में शामिल बैंक मोड़ स्थित शांति भवन की छह बिल्डिंग अब जांच के घेरे में है। नगर निगम की जांच में खुलासा हुआ है कि ये भवन स्वीकृत नक्शा के अनुरूप नहीं बनाया गया है। इस मामले में शांति भवन सोसाइटी के सचिव मुकेश कुमार को निगम ने नोटिस जारी किया है। निगम ने सचिव को निर्देश दिया है कि 25 जुलाई तक स्वीकृत नक्शों की छायाप्रति के साथ अपना पक्ष रखें, तय समय सीमा में जवाब नहीं देने पर झारखंड नगरपालिका अधिनियम 2011 और झारखंड बिल्डिंग बायलॉज के तहत कानूनी कार्रवाई की जाएगी। नगर आयुक्त रवि राज शर्मा ने बताया कि जांच में पाया गया कि शांति भवन सोसाइटी के वीडी नंबर पर जमाडा द्वारा नर्मदा, गोदावरी, सरस्वती, यमुना, कृष्णा और कावेरी नामक छह ब्लॉकों का नक्शा स्वीकृत किया गया था। लेकिन स्थल निरीक्षण में इनमें निर्माण कार्य स्वीकृत नक्शों से अधिक पाया गया है।

राहुल की गर्लफ्रेंड से बात करने में गई देवज्योति की जान

कुल्टी थाना अंतर्गत नियामतपुर फाड़ी क्षेत्र में देवज्योति सिंह हत्याकांड के मुख्य आरोपी राहुल माझी को पुलिस ने गिरफ्तार कर लिया है। कुल्टी थाना में प्रेस वार्ता कर आसनसोल-दुर्गापुर पुलिस कमिश्नरेंट के डीसीपी (वेस्ट) संदीप कर्ण ने मामले का खुलासा किया। बताया कि 4 जून को नियामतपुर फाड़ी अंतर्गत बोका बाबा मंदिर मार्ग से नेशनल हाइवे-19 की ओर जाने वाली सड़क पर निवासी देवज्योति सिंह की गला रेतकर हत्या कर दी गई थी। उसी रात पुलिस को

बेईमान पौधे को बरगद किया, अब उसकी छांव मयस्सर नहीं

पिता हैं तो सब कुछ है, मेले का हर सामान अपना है, दुनिया की हर चीज अपनी है, बस एक इच्छा जाहिर की तो पिता अपनी आँदा की उस इच्छा को पूरा करने के लिए पूरी ताकत झोंक देता है। एक छोटे से पौधे को खून-पसीने से सींचकर बरगद का रूप देता है लेकिन जब उसी बरगद से छांव पाने की बारी आती है तो फिर कुछ ऐसे भी पिता हैं जिन्हें ये नसीब नहीं होती। आज हम अपने बीच ऐसे ही दो पिता के दर्द को इस उम्मीद से रखेंगे कि जिस मजबूत कलाई ने आपके जीवन को आकार दिया, उसकी अंगुलियां जब कमजोर हो जाएं तो उन्हें आपकी मजबूत हथेलियों का साथ मिले और उन्हें अंतिम सांस तक थामे रखें।

बेटे ने छीना घर, बारिश में भीग रहा बाप

झरिया (शुभम संदेश)। झरिया के मानबाद इलाके से इसानियत को झकझोर देने वाली एक दिल दहला देने वाली घटना सामने आई है। कभी अपने बच्चों के बेहतर भविष्य के लिए पत्नीना बहाने वाले मोहन धीवर (60 वर्षीय) की जिंदगी अब सिर्फ टोकरी और औसुओं का नाम रह गई है। दो-दो बेटों के होते हुए भी सिर पर छत और थाली में दो वक्त की रोटी के लिए मोहताज हो गए हैं। मानसून की बेरहम बारिश हो या चिलचिलाती धूप, यह बुढ़ा बाप झरिया की सड़कों पर कभी किसी पेड़ के नीचे, तो कभी किसी बंद दुकान के सामने निगाहें झुकाकर रातें गुजारता है।



उन्होंने बताया कि उनकी पत्नी का देहांत 22 साल पहले हो गया था। उन्होंने अकेले ही अपने दोनो बेटों को पाला, पढ़ाया-लिखाया और इस लायक बनाया कि वे अपने पैरों

पर खड़े हो सकें। लेकिन जब जीवन की संघ्या बेला आई, तो उसी बेटे ने धोखे से घर अपने नाम करवा लिया और पिता को बेदखल कर दिया। घर के आंगन में भरे लिए एक कोना भी नहीं बचा। इस मार्मिक स्थिति को देखकर समाजसेवी सुनील तुलस्थान और मधुसूदन अग्रवाल ने प्रशासन से तत्काल हस्तक्षेप की मांग की है। उन्होंने कहा कि यह मामला सिर्फ एक पिता के बेहोश होने का नहीं, बल्कि समाज में बढ़ती संवेदनहीनता का भी है। प्रशासन से मोहन धीवर को आवास, भोजन और सामाजिक सुरक्षा उपलब्ध कराने की अपील की है।

बेटों ने घर से निकाला तो पुल से उफनती दामोदर नदी में कूदा पिता

बेरमो (शुभम संदेश)। बोकारो जिला में बेरमो के जारंगडीह से खेतको को जोड़ने वाले उच्च स्तरीय पुल से एक बुजुर्ग खेतको निवासी 70 वर्षीय जितन साव ने रविवार रात करीब आठ बजे उफनती दामोदर नदी में छलांग लगा दी। पानी का बहाव तेज होने के कारण उसे खोजा नहीं जा सका। लगातार तेज बारिश के कारण पानी का बहाव फिलहाल काफी तेज है। घटना की सूचना मिलते ही बोकारो थर्मल इस्पिटल सह थाना प्रभारी पिकू कुमार यादव व कथारा ओपी प्रभारी राजेश कुमार प्रजापति खेतको पुल पहुंचे और लोगों से जानकारी ली। स्थानीय लोगों ने पुलिस को बताया कि जितन साव ने घरेलू विवाद के चलते ऐसा कदम उठाया। उनके घर के आस पास रहने वाले लोगों ने

कमरे में लगा दिया ताला

रविवार को भी घर में एक पुत्र के पास खाना खाने के बाद दूसरे पुत्र के यहाँ सोने गया तो उसे सोने देने से मना कर दिया गया और कमरे में ताला लगा दिया गया। जिसके बाद वृद्ध आक्रोशित होकर घर से निकल गया और पुल की ओर चला गया। यहां कुछ देर सोचने के बाद ऊपर से दामोदर नदी में छलांग लगा दी। देर रात तक स्वजनों के साथ आस पास के लोग उस डूबने का प्रयास करते रहे।

बताया कि जितन साव के तीन पुत्र हैं। तीनों बारी-बारी से उन्हें खाना खिलाते थे।



मानसून में रेनकोट की ऐसे करें सफाई

बारिश के मौसम में रेनकोट बड़े काम की चीज होती है। खासकर जब ऑफिस जाना हो या जब बच्चे स्कूल जाते हैं और तेज बारिश होने लगे तो रेनकोट का महत्व बढ़ जाता है। लेकिन बारिश के मौसम में रेनकोट का इस्तेमाल करने के बाद उसका रस्ती से ध्यान नहीं रखा जाता है तो रेनकोट खराब भी हो जाता है या रेनकोट के ऊपर फफूंदी के दाग भी लग जाते हैं। ऐसे में हम आपको कुछ टिप्स बताते जा रहे हैं जिन्हें फॉलो करके आप रेनकोट को हमेशा नया बनाकर रख सकते हैं।

ऐसे करें सफाई

रेनकोट की सफाई करना काफी आसान है, लेकिन ध्यान से साफ नहीं किया गया तो रेनकोट खराब भी हो सकता है। इसलिए उसकी सफाई कर आपको ध्यान देने की जरूरत है। रेनकोट को साफ करने के लिए आपको माइल्ड डिटर्जेंट का इस्तेमाल करना चाहिए। इसके लिए एक लीटर पानी में माइल्ड डिटर्जेंट को डालकर अच्छे से मिलाकर कर लें और रेनकोट को डालकर कुछ देर छोड़ दें। कुछ देर बाद सॉफ्ट हाथों से साफ कर लें और हवा के नीचे रखा दें।

ऐसे निकालें दाग

अगर रेनकोट पर मिट्टी या फिर किसी अन्य चीज का दाग लग गया है तो आप उसे आसानी से साफ कर सकते हैं। इसके लिए सबसे पहले एक थाल में पानी से साफ कर लें। अब दाग वाली जगह पर नींबू के रस को डालकर कुछ देर के लिए छोड़ दें। कुछ देर बाद सॉफ्ट क्लीनिंग ब्रश से दाग को साफ कर लें। साफ करने के बाद हवा के नीचे रखा दें।

तेज धूप में न रखें

जी हाँ, अगर इस्तेमाल करने के बाद रेनकोट को तेज धूप में रखते हैं तो रेनकोट कभी भी खराब हो सकता है। इसलिए रेनकोट का इस्तेमाल करने के बाद तेज धूप में नहीं बल्कि छाँटा के नीचे रखा दें। जब रेनकोट से पानी पूरी तरह से निकल जाए तो फिर आप उसे फोल्ड करके रख सकते हैं।

पैक करके रखने से पहले रखें ये ध्यान

ऐसा नहीं कि इस्तेमाल किया और सीधा फोल्ड करके रेनकोट को अंदर रख दिया। इससे रेनकोट कभी भी खराब हो सकता है। ऐसे में एक से दो-दिन सूखने के बाद ही रेनकोट को पैक करके अंदर रखें। रेनकोट पैक करने तक आप एक पैपर में नेपथलीन की गोली लपेट लीजिए और अंदर रख दें। इससे रेनकोट फेशा रहेगा।



मानसून के मौसम में घर के अंदर होती है घुटन

तो अपनाएं ये कमाल के वेंटिलेशन डिजाइन

मानसून का मौसम खुशियों और त्योहारों का मौसम होता है, लेकिन साथ ही यह घर में घुटन और उमस का भी मौसम होता है। बंद खिड़कियाँ और दरवाजे, बारिश का पानी, और हवा में नमी घर के अंदर एक भारीघन सा महसूस पैदा कर सकती है। लेकिन अब आपको चिंता करने की जरूरत नहीं है। कुछ आसान वेंटिलेशन डिजाइन अपनाकर आप अपने घर को हवादार और खुशनुमा बना सकते हैं।



वेंटिलेशन डिजाइन क्या है

वेंटिलेशन डिजाइन, घरों में ताजी हवा के प्रवाह को सुनिश्चित करने के लिए की जाने वाली प्रक्रिया है। इसमें कमरे से प्रदूषित हवा को बाहर निकालकर बाहर से ताजी हवा दी जाती है। वेंटिलेशन डिजाइन के कई फायदे हैं

- ठंड के मौसम में हवा की गुणवत्त बचाए रखना
- गर्म मौसम में तापमान को कंट्रोल करना
- नमी, धुआँ, खाना पकाने की गंध, और इनडोर प्रदूषकों से छुटकारा पाना
- अटारी में नमी के स्तर को कंट्रोल करना
- क्रांतिस्वयं और बेसमेंट में नमी को कंट्रोल करना
- दीवारों से नमी को दूर रखना
- पानी के इस्तेमाल के कारण नमी के प्रभाव को कंट्रोल करना
- कपट्टिंग गैजेट से केमिकल के उत्सर्जन को कंट्रोल करना
- खाना पकाने के कारण दहन गंध कंट्रोल करना
- घर में गंध को कंट्रोल करना
- घर के अंदर अलग से कार्बन डाइऑक्साइड को कंट्रोल करना

घर में वेंटिलेशन के कई तरह के हो सकते हैं

नेचुरल वेंटिलेशन

खिड़कियों और दरवाजों के जरिए हवा का आना-जाना। यह वेंटिलेशन का सबसे बेहतर तरीका है। इसलिए, जब भी संभव हो, खिड़कियाँ और दरवाजे खोलकर ताजी हवा को घर के अंदर आने दें। विपरीत दिशाओं में खिड़कियाँ और दरवाजे खोलकर हवा को घर से गुजरने का रास्ता दें। छत या दीवारों में रोशनदान सेट करें ताकि ऊपर की गर्म हवा बाहर

निकल सके। बाथरूम और रसोई में एयर वेंट लगाएँ, जहाँ नमी और गंध जमा होने की संभावना होती है। घर के अंदर कुछ छंदों पीछे लगाएँ जो हवा को शुद्ध करने में मदद करते हैं।

मेकेनिकल वेंटिलेशन

इसमें बाहरी धक्के, अटारी धक्के और पूरे घर के धक्के शामिल हैं। नए और मौजूदा दोनों तरह के ऊर्जा-कुशल घरों में इनडोर एयर क्वालिटी बनाए रखने के लिए यांत्रिक वेंटिलेशन की जरूरत होती है। छत के धक्के और टेबल फैन का इस्तेमाल करके हवा को घुमाएँ। इसमें हीट रिकवरी वेंटिलेशन या एनर्जी रिकवरी वेंटिलेशन शामिल है। वेंटिलेशन एक अहम प्रक्रिया है, क्योंकि यह ताजी हवा को ताजी हवा से बदल देता है। खराब वेंटिलेशन की वजह से अर्बन जमा हो सकता है और इससे इमारत में बैक्टीरिया भी बढ़ सकते हैं। इसलिए, वेंटिलेशन सिस्टम चुनते समय आपके घर के लेआउट और

वेंटिलेशन एक अहम प्रक्रिया है, क्योंकि यह बासी हवा को ताजी हवा से बदल देता है। खराब वेंटिलेशन की वजह से कार्बन जमा हो सकता है और इससे घर में बैक्टीरिया भी बढ़ सकते हैं।

जरूरतों को ध्यान में रखना जरूरी है। आप इन तरीकों से अपने घर में वेंटिलेशन बढ़ा सकते हैं

- मौजूदा वेंटिलेशन सिस्टम का सही इस्तेमाल करें
- खिड़कियाँ या जालदार दरवाजे खोलें
- रसोई में वेंटिलेशन पंखा लगाएँ

अपने घर में वेंटिलेशन कैसे बढ़ाएँ

घर और खुले स्थानों की ओर हवा लाने के लिए पेड़ लगाएँ। पेड़ों को एक-दूसरे के बहुत पास न लगाएँ, क्योंकि पत्तों के अंदर नमी आने देते। तेज हवाओं के दौरान नुकसान से बचने के लिए पेड़ों और घर के बीच दूरी बनाएँ। पेड़ से घर की दूरी पेड़ की ऊँचाई से ज्यादा होनी चाहिए। अगर आपके घर में विंडो एयर कंडीशनर है, तो उसे चलाने बंद कर दें। बाहरी हवा का प्रवेश या बंद हो। वेंट खुला रहने दें। अगर आपके HVAC सिस्टम में बाहरी हवा का प्रवेश है, तो उसे खोलें। अगर उपने छत का पंखा नहीं लगाया है, तो छत की खिड़की के पास जितना हो सके, एक स्टैंडअलोन पंखा लगाएँ ताकि हवा बाहर की ओर जाए। अच्छे वेंटिलेशन से घर में ताजी हवा आती है, हवा फ्रिक्टर होती है, और हवा का प्रवाह बेहतर होता है। इससे फायर के कण कम होते हैं और बीमारियाँ फैलने से रोका जा सकता है। साथ ही, इनडोर घर में बूल के कणों को कंट्रोल रखा जा सकता है।



सावन के मौके पर घर के आंगन से लेकर मंदिर तक में बनाएँ जा सकते हैं भगवान शिव से जुड़ी रंगोली के ये डिजाइंस

घर को सजाया हम सभी पसंद करते हैं। वही तीज-त्योहार के मौके पर हम घर में साफ-सफाई से लेकर पूजा पाठ तक करते हुए कई चीजों का स्वास्थीय से ध्यान रखते हैं।

सावन का महीना शुरू हो चुका है। हर सोमवार को चंडिका अर्घ्य पति की लंबी आयु के लिए प्रत रखती हैं और भगवान शिव की पूजा करती हैं। इस दिन पाठ-पूजा भी की जाती है। इस मौके पर आप घर के मंदिर में भगवान शिव से जुड़ी कई तरह की रंगोली बनाई जा सकती हैं। सावन के खास मौके पर मंदिर में बनाने के लिए रंगोली के कुछ आसान और खास डिजाइंस।

शिवलिंग रंगोली डिजाइन

घर के मंदिर में भगवान शिव की प्रतिमा के सामने आप रंगों की मदद से शिवलिंग रंगोली के माध्यम से बना सकते हैं। इसके लिए आप काले रंग के अलावा अन्य कई रंग इस्तेमाल कर सकते हैं। शिवलिंग के साथ में आप बेलपत्र और फूल डिजाइन की रंगोली भी बना सकते हैं। बेलपत्र और फूलों के डिजाइन को उड़ी ब्रह्मणे के लिए माधिस की तीली की मदद लें।

त्रिशूल रंगोली डिजाइन

अंश के अलावा आप त्रिशूल के डिजाइन को उमरु के साथ में बना सकते हैं। इसके लिए आप भूरे रंग के साथ नारंगी रंग को चुनकर डिजाइन को पूरा करें। अंस-पास चाहे तो बॉर्डर के लिए बेलपत्र रंगोली डिजाइन को बना सकते हैं। त्रिशूल और उमरु के अक्षर को उभय देने के लिए आप सफेद रंग से आउटलाइन कर सकते हैं।

भगवान शिव रंगोली डिजाइन

अगर आप कला से जुड़ी हैं और तरह-तरह के चित्र बनाना पसंद करती हैं तो इस तरह से नीले रंग की मदद लेकर भगवान शिव के चेहरे को रंगोली में बना सकती हैं। रंगोली के डिजाइन को पूरा करने के लिए इस तरह के चावल की मदद से बनाया वाद डिजाइन को आकर्षक भी बनाने में मदद करेगा। दीपक जलाकर आप पूजा कर सकती हैं।



मोनोक्रोम आउटफिट स्टाइलिंग पिछले काफी समय से चलन में है। जिन महिलाओं के लिए कलर ब्लॉकिंग या कलर वॉल को ध्यान में रखकर सही कलर चुनने में परेशानी होती है, उनके लिए मोनोक्रोम आउटफिट स्टाइल करना अच्छा ऑप्शन है। चूंकि इसमें आपको डिफरेंट कलर्स सलेक्ट को लेकर बहुत अधिक परेशान नहीं होना पड़ता है और इसे स्टाइलिंग का लेक ऑप्शन माना जाता है। लेकिन मोनोक्रोम आउटफिट को स्टाइल करना भी इतना आसान नहीं होता। अगर आप मोनोक्रोम आउटफिट करनी करना चाहती हैं तो यह जरूरी है कि आप इसे स्टाइल करते समय कुछ बातों का खासतौर पर ध्यान रखें। अगर इसकी स्टाइलिंग के दौरान आपसे गड़बड़ी हो जाती है तो आपको लुक एकदम डल व बोरिंग नजर आता है। मोनोक्रोम आउटफिट की स्टाइलिंग के दौरान आपको कलर्स सेलेक्शन से लेकर फिटिंग व पैटर्न आदि पर भी उतना ही ध्यान देना होता है। तो बलिए आज इस लेख में हम आपको मोनोक्रोम आउटफिट को स्टाइल करने के कुछ बेहतरीन आईडियाज शेयर कर रहे हैं, जिसे जानने के बाद आपको अपने लुक को एन्हांस करना आसान हो जाएगा—

सही हो कलर
मोनोक्रोम आउटफिट में खुद को स्टाइल करते समय जिस बात का सबसे अधिक ध्यान दिया जाना चाहिए, वह है कलर। आप किसी भी कलर शैड को सलेक्ट करते समय अपनी रिक्त टोन व ओकजन का खास ख्याल रखें। मसलन, अगर आप ऑफिस में मोनोक्रोम आउटफिट को स्टाइल कर रही हैं तो ऐसे में आप काइट व ब्लैक कलर को

मोनोक्रोम आउटफिट में स्टाइलिंग दिखाने के लिए इन टिप्स की लें मदद

प्राथमिकता दे सकती है। वहीं एक पोप लुक के लिए आप कुछ ब्राइट कलर्स व नियोन कलर सलेक्ट करें।

लाइट व डार्क शैड

कई बार ऐसा होता है कि हम मोनोक्रोम लुक तो कैची करना चाहते हैं, लेकिन एक ही कलर में डिफरेंट शेड्सको सलेक्ट करते हैं। इस तरह डिफरेंट शेड्स आपके लुक को खास बनाते हैं। हालाँकि, इस दौरान भी आपको शेड्स को सलेक्शन स्मार्टली करना होता है। मसलन, लाइट टिंट आँख को आकर्षित करेगा और उस बॉडी पार्ट को अधिक हाइलाइट करेगा, जबकि एक डार्क शैड ध्यान भटकानेगा। इस तरह आप सही शैड सलेक्शन करें।

एसेसरीज का लें सहारा

मोनोक्रोमेटिक लुक कुछ लड़कियों को काफी बोरिंग लगता है। अगर आपके साथ भी ऐसा ही है तो आप कुछ एसेसरीज के जरिए अपने लुक को स्पाइस अफ कर सकती हैं। मसलन, आप हेट से लेकर सनग्लेस, कुछ चंकी ज्वेलरीज आदि को अपने आउटफिट के साथ पेर कर दें। यह आपके लुक को एकरसता को ब्रेककरेगे और आपके लुक को अधिक स्टाइलिश बनाएंगे।

यू एंड करें टेक्सचर

अगर आप मोनोक्रोम आउटफिट को स्मार्टली कैची करती हैं तो इससे आप अपने लुक में टेक्सचर को भी बेहद खूबसूरती के साथ शामिल कर सकती हैं और अपने लुक को खास बना सकती हैं। मसलन, आप एक स्लीक टॉप के साथ बुलन स्कर्ट को पेर कर सकती हैं या फिर बल्कि निट स्वेटर के साथ रिबन या शैडनी पैटर्न को स्टाइलिंग जा सकता है और इस तरह आप खुद को स्टाइल कर सकती हैं।

फुटवियर सलेक्ट

मोनोक्रोमेटिक लुक में आपके फुटवियर भी काफी अहम होते हैं। इसमें भी अफ कलर्स का सलेक्शन इस आधार पर करें कि आप किस तरह का लुक कैची करना चाहती हैं। मसलन, काइट, ब्लू एंड ब्लैक कलर मोनोक्रोमेटिक लुक में आप मैथिंग फुटवियर कैचीकरके एक एलीगंट लुक या सकती हैं। वहीं, अगर आप छोड़ा एक्सपेरिमेंटल होना चाहती हैं तो ऐसे में पिटेड या फिर ब्राइट व नियोन कलर को चुन सकती हैं। यह आपके लुक को एकदम से चेंज कर देगा।



