





### एक नज़र

**सीएन आज शिक्षकों को नियुक्ति पत्र सौंपेंगे**  
रांची : मुख्य सचिव अक्टूबर करने वाले विद्यार्थियों को सम्मानित भी करें। यह कार्यक्रम प्रायः उभयनिष्ठ नया सभागार (द्वितीय तल) धूर्घा, रांची में मध्याह्न 12 बजे से आयोजित है।

**रांची के 19 बालूघाटों की होगी ई-नीलामी**  
रांची : खान पए भूतवत विभाग की अधिसंचार के तहत रांची के चिह्नित कैटर्गेरी-2 के 19 बालूघाटों की ई-नीलामी (डब्यू की डब्यूमा डब्यूट 207 डॉट ड्वारा खड्डे टैरेंस डॉट जीओवी डॉट एआईए) पर किया जाएगा। इन बालूघाटों की ई-नीलामी के तहत गुप-पे के तहत (लाहातु और चुरापा, विलुकिर और साजमडीह, अनरहीं, करांव, पनगुरा, बारेडीह और तुन्जुन), वहीं गुब-वी के तहत जिन घाटों की निलामी की गई उनमें (एरिका सुमडीह और सुलिमा, बदला, गोमियाडीह, हाराडीह, दरुआरा और सोमाडीह शामिल हैं) गुप-सी तहत श्याहमनगर और बिरडीडीह, करेराडीह, इंचाहातु, बसंपुर, श्यामनगर, घोकेसग्य, डुमरखा, सुमडील, लपरा, तुरी और राय शामिल हैं। ई-नीलामी से पूर्व पी- बीड बैठक और प्रशिक्षण का समय और मंगलवार को दोपहर तीन बजे से समाहरणालय रित्त लॉक-ए, कमरा नंबर 207 में होगी। निवादा दर्शकों अपलोड करने की अंतिम तिथि तीन सितंबर है।

**डीएवी हेल में दो शिक्षकों का सेवानिवृत्ति पर सम्मान**

रांची : डीएवी पब्लिक स्कूल हेल में सोमवार को आयोजित विशेष समारोह में वरिष्ठ शिक्षक डीके सिन्हा और शिक्षिका सविता सिन्हा को उनकी सेवानिवृत्ति के अवसर पर सम्मानित किया गया। विद्यालय परिचार की ओर से उन्हें पुष्प-गुच्छ, अंग-वस्त्र और स्मृति चिन्ह भेंट कर भवारीने विदाई दी गई। इस अवसर पर विद्यालय के प्राचार्य विनय राय ने दोनों शिक्षकों के योगदान की सराहना करते हुए कहा कि उनकी निया, परिश्रम और छात्रों के प्रति समर्पण सदैव स्मरणीय रहेगा। उन्होंने यह भी उल्लेख किया कि ऐसे विद्यालय के विद्यार्थीयों को जीवनभर मार्गदर्शन देती रहती है। समारोह में शीला रसेख, शालनी प्रसाद और प्राथमिक-माध्यमिक शाखा की प्रभारी अंजता कुमारी तथा अनुपमा रानी ने भी अपने उद्घार व्यक्त कर उनके उद्घार भवियत की कामना की। इस अवसर पर विद्यालय के सभी शिक्षक-शिक्षिकाएं उपस्थित थे।

**ऑक्सफोर्ड स्कूल ने धूमधान से नगर करने निलाम सनारोह**

रांची : ज्ञारखंड सेवा समिति की ओर सोमवार को धूर्घा रित्त आदिकर रिंजेंट ऑक्सफोर्ड स्कूल में करम मिलन समारोह का आयोजन धूमधान से किया गया। मोके पर बच्चों ने गीत, नृत्य और सांस्कृतिक प्रस्तुतियों से सभी का दिल जीत लिया। छात्र-छात्राओं ने ज्ञारखंडी वेशभूमि में करम कर करिया, सातों भझा सातों करम गड़े, धैर्यन धैर्यन रे धैर्यन हमर छोटा नामपुर सहित कई परापरिक गीतों पर शानदार नृत्य प्रस्तुत कर समाप्त हो गया। इन प्रस्तुतियों ने न सिर्फ दर्शकों को झूमाया बल्कि ज्ञारखंड की सांस्कृतिक धरोहर और परंपरा से भी अवगत कराया। इस अवसर पर जननायिती नृत्य और गीत प्रस्तुत करने वाले बच्चों को पुरुष और महिला शिक्षिकाएं ने उनके द्वारा दर्शन की गयी गतिशीलता को विश्वास किया।

# 50 प्रतिशत याति खर्च होने के बाद केंद्र से मिलेगी 1020.27 करोड़ की बकाया याति : अलका तिवारी

प्रत्यूष नवबिहार संवाददाता

रांची : मुख्य सचिव अलका तिवारी ने स्वास्थ्य मद में 15वें वित्त आयोग की 50 प्रतिशत राशि का खर्च अक्टूबर के मध्य तक सुनिश्चित करने का निर्देश सभी उपायुक्तों को दिया है। उन्होंने कहा कि 50 प्रतिशत राशि खर्च होने के बाद ही केंद्र से 1020.27 करोड़ की बकाया राशि पर दावा किया जा सकता है। इसे लेकर उन्होंने उपायुक्तों को मिशन मोड में तपतपा से कार्य करने पर बल दिया। इसके लिए एक्स्ट्रा प्लान बनाने का निर्देश दिया। मुख्य सचिव ने कहा कि राज्य के दौरे के क्रम में उन्होंने कई जाहां देखा किया जाएगा। उन्होंने उपायुक्तों को स्वास्थ्य समाचार को लेकर बढ़ावा देने का भवन बन गया है, लेकिन उपरत मध्यसूत्र होने पर संबंधित विभाग से संपर्क करें और समस्या का समाधान सुनिश्चित कराएं। वहीं इस कार्य के सफल और समयबद्ध क्रियान्वयन के लिए विशेष तौर पर जिलों में प्रतिनियुक्त तकनीकी कमियों को अपने नियत्रण में लेकर उपायुक्तों को काम लेने का निर्देश दिया। उपायुक्तों ने मुख्य सचिव को बताया कि बारिश के कारण काम में थोड़ा विलंब हुआ है, लेकिन 15 अक्टूबर तक स्वास्थ्य मद में 50 प्रतिशत राशि का काम हो जाएगा।



सुविधा मुख्यालय से प्राप्त कर कार्य करने पर बल दिया। इसके लिए एक्स्ट्रा प्लान बनाने का निर्देश दिया। मुख्य सचिव ने कहा कि राज्य के दौरे के क्रम में उन्होंने कई जाहां देखा किया जाएगा। उन्होंने उपायुक्तों को स्वास्थ्य समाचार को लेकर बढ़ावा देने का भवन बन गया है, लेकिन उपरत मध्यसूत्र होने पर संबंधित विभाग से संपर्क करें और समस्या का समाधान सुनिश्चित कराएं। वहीं इस कार्य के सफल और समयबद्ध क्रियान्वयन के लिए विशेष तौर पर जिलों में प्रतिनियुक्त तकनीकी कमियों को अपने नियत्रण में लेकर उपायुक्तों को काम लेने का निर्देश दिया। अपर मुख्य सचिव ने कहा कि राज्य के दौरे के क्रम में उन्होंने कई जाहां देखा किया जाएगा। उन्होंने उपायुक्तों को स्वास्थ्य समाचार को लेकर बढ़ावा देने का भवन बन गया है, लेकिन उपरत मध्यसूत्र होने पर संबंधित विभाग से संपर्क करें और समस्या का समाधान सुनिश्चित कराएं। वहीं इस कार्य के सफल और समयबद्ध क्रियान्वयन के लिए विशेष तौर पर जिलों में प्रतिनियुक्त तकनीकी कमियों को अपने नियत्रण में लेकर उपायुक्तों को काम लेने का निर्देश दिया। अपर मुख्य सचिव ने कहा कि बारिश के कारण काम में थोड़ा विलंब हुआ है, लेकिन 15 अक्टूबर तक स्वास्थ्य मद में 50 प्रतिशत राशि का काम हो जाएगा।

लिए विशेष तौर पर जिलों में प्रतिनियुक्त तकनीकी कमियों को अपने नियत्रण में लेकर उपायुक्तों को काम लेने का निर्देश दिया। उपायुक्तों ने मुख्य सचिव को बताया कि बारिश के कारण काम में थोड़ा विलंब हुआ है, लेकिन 15 अक्टूबर तक स्वास्थ्य मद में 50 प्रतिशत राशि का काम हो जाएगा।

अजय कुमार सिंह ने उपायुक्तों को निर्देश दिया कि नियमांश के लिए जगह का चयन करने में अंचलाधिकारियों का सहयोग ले। वहीं आयुष्मान भारत मुख्यमंत्री जन आरोग्य योजना, मुख्यमंत्री अबुआ स्वास्थ्य सुक्ष्मा योजना के लाभकुमारों का केवाइंसी करने में आपूर्ति और स्वास्थ्य पदाधिकारियों के साथ सम्बन्ध बनाने पर बल दिया। 148 पंचायतों में बनेंगे स्वास्थ्य उप केंद्र : अपर मुख्य सचिव गैरिकलब है कि 15वें वित्त आयोग की राशि से सर्वांग तकात जारी किया जाया। महतों ने बताया कि आयोग के संविधान ने उनकी मांगों को गंभीरता से लेते हुए अश्वासन दिया है कि 20 सितंबर तक फूड सेप्टी ऑफिसरों की संस्थांशित उत्तर कुंजी जारी हो जाए और सितंबर अंत तक सीडीपीओ और फूड सेप्टी ऑफिसर दोनों परीक्षाओं का परिणाम घोषित कर दिया जाएगा। छात्र नेता सत्यनारायण शुक्रवार ने कहा कि छात्रों के हक और अधिकार को लेकर संघर्ष हमेसा जारी रहेगा। प्रतिनियुक्त महतों के लिए एक अधिकारी पर सभार उत्तर राह रहा है और अधिकारी ने बताया कि आयोग के संविधान ने उनकी मांगों को गंभीरता से लेते हुए अश्वासन दिया है कि 20 सितंबर तक फूड सेप्टी ऑफिसरों की संस्थांशित उत्तर कुंजी जारी हो जाए और सितंबर अंत तक सीडीपीओ और फूड सेप्टी ऑफिसर दोनों परीक्षाओं का परिणाम घोषित कर दिया जाएगा। छात्र नेता सत्यनारायण शुक्रवार ने कहा कि छात्रों के हक और अधिकार को लेकर संघर्ष हमेसा जारी रहेगा। प्रतिनियुक्त महतों के लिए एक अधिकारी पर सभार उत्तर राह रहा है और अधिकारी ने बताया कि आयोग के संविधान ने उनकी मांगों को गंभीरता से लेते हुए अश्वासन दिया है कि 20 सितंबर तक फूड सेप्टी ऑफिसरों की संस्थांशित उत्तर कुंजी जारी हो जाए और सितंबर अंत तक सीडीपीओ और फूड सेप्टी ऑफिसर दोनों परीक्षाओं का परिणाम घोषित कर दिया जाएगा। छात्र नेता सत्यनारायण शुक्रवार ने कहा कि छात्रों के हक और अधिकार को लेकर संघर्ष हमेसा जारी रहेगा। प्रतिनियुक्त महतों के लिए एक अधिकारी पर सभार उत्तर राह रहा है और अधिकारी ने बताया कि आयोग के संविधान ने उनकी मांगों को गंभीरता से लेते हुए अश्वासन दिया है कि 20 सितंबर तक फूड सेप्टी ऑफिसरों की संस्थांशित उत्तर कुंजी जारी हो जाए और सितंबर अंत तक सीडीपीओ और फूड सेप्टी ऑफिसर दोनों परीक्षाओं का परिणाम घोषित कर दिया जाएगा। छात्र नेता सत्यनारायण शुक्रवार ने कहा कि छात्रों के हक और अधिकार को लेकर संघर्ष हमेसा जारी रहेगा। प्रतिनियुक्त महतों के लिए एक अधिकारी पर सभार उत्तर राह रहा है और अधिकारी ने बताया कि आयोग के संविधान ने उनकी मांगों को गंभीरता से लेते हुए अश्वासन दिया है कि 20 सितंबर तक फूड सेप्टी ऑफिसरों की संस्थांशित उत्तर कुंजी जारी हो जाए और सितंबर अंत तक सीडीपीओ और फूड सेप्टी ऑफिसर दोनों परीक्षाओं का परिणाम घोषित कर दिया जाएगा। छात्र नेता सत्यनारायण शुक्रवार ने कहा कि छात्रों के हक और अधिकार को लेकर संघर्ष हमेसा जारी रहेगा। प्रतिनियुक्त महतों के लिए एक अधिकारी पर सभार उत्तर राह रहा है और अधिकारी ने बताया कि आयोग के संविधान ने उनकी मांगों को गंभीरता से लेते हुए अश्वासन दिया है कि 20 सितंबर तक फूड सेप्टी ऑफिसरों

## एक नजर

ग्रीन टिलैया, क्लीन टिलैया प्रोजेक्ट के तहत नारवाड़ी युवा नंघ ने लगाए फलदार पेड़।



**झुमरी टिलैया :** मारवाड़ी युवा मध्य द्वारा ग्रीन टिलैया, क्लीन टिलैया प्रोजेक्ट के तहत पर्यावरण संरक्षण को बढ़ावा देने हेतु आज 1 सितंबर को चंदा रोलर फ्लोर मिल्स ग्राइडेट लिमिटेड परिसर में फलदार पेड़ लगाए गए। इस अवसर पर आम और अमरुल के पौधों का रोपण किया गया। कार्यक्रम में मंच के अधिक्षष राहुल जैन, सचिव अंकित केंद्रिया, कांगड़ा शहर राहुल घोषी सहित अन्य सदस्य उपस्थित रहे। हमें ने सामूहिक रूप से घेंड लगाने के महत्व पर जोर देते हुए कहा कि स्वच्छ और हरित वातावरण ही स्वस्थ समाज की नींव है। मंच के सदस्यों ने आगे भी ऐसे कार्यों को निरंतर जारी रखने का संकल्प लिया।

**रौशन कुमार ने जेपीएससी की परीक्षा में 340 ईंक हासिल अपने क्षेत्र का नाम इतिहास रथा है**

**डोमचांच /कोडरमा :** कोडरमा जिले के डोमचांच के 22 वर्षीय रोशन कुमार ने झारखंड लाक सेवा आयोग की परीक्षा में 340 ईंक हासिल कर सुर्खियां भटोरी है उनको आज श्री गणेश पूजा समिति कालीपंडा रोड डोमचांच के द्वारा ईतिहास प्रसाद सही कॉलेज के सचिव हमार्श कुमार ने मोमेंटो देकर, अधिक्षक मिथेश प्रसाद ने यंगवर्स्ट देकर डोमचांच का नाम रोशन करने पे बधाई दी, पैदमित्र इतिहास प्रसाद कुमार ने मोमेंटो और उनके गार्जियन को यंगवर्स्ट देकर इतिहासनामित किया।

निरसामान नामक शीमारी के कारण बापन से ही ही दृष्टि बाधित होने के बावजूद, रोशन ने ढंगता से काम लिया और यह उल्लेखनीय उपलब्ध हासिल की।

मोक्ष पे गणेश पूजा समिति के सभी समानित सदस्य मौन कुमार मेहता, एवडोकेट अधिक्षक कुमार, अनुप कुमार शर्मा, नवनिराम, प्रवीण राम, रियाशु, नीरज सिंह, धीरज सिंह, धीरेन्द्र सिंह के साथ साथ सभी से मोहल्ले कि महिलाये भी शमिल हुई।

**एनजीएन स्कूल में जयंती पर याद किए गए फाटर कानिल बुल्के**

**बोकारो :** एमजीएन हायर सेकेन्ड्री स्कूल सेकेन्डरी वार एफ बोकारो में दिनी साहित्य के प्रत्यावर विद्वान फाटर कमिल बुल्के की जयंती पर विशेष सत्र का आयोजन किया गया। प्राचार्य फाटर डा. जोशी वर्मा ने कहा कि फाटर कमिल बुल्के ने भरत में हिंदी भाषा तथा साहित्य के विकास में अलग योगदान दिया। वह एक प्रसिद्ध विद्वान, लेखक व शिक्षाविद थे। उनकी रचना रमचरित मानस उत्पत्ति एवं विकास अंग्रेजी से हिंदी शब्दकोश आज भी लोकप्रिय है। उनका जीवन हिंदी व सरकृत के विकास के लिए समर्पित था। वह अपने देश बैलियम से भरत आए थे। उन्होंने दार्जिंग व कोलकाता में रहकर हिंदी सीखी। इसके पश्चात इलाहाबाद में हिंदी में एकाध की पढ़ाई की। साथ ही शोध कार्य करके पीछेंडी की पढ़ाई की। रांची के सेंट जेवियर्स कालेज में इन्हें हिंदी व संस्कृत का विभागशक्ति बनाया गया। यहाँ विद्यार्थियों को हिंदी व संस्कृत का ज्ञान दिया। 1950 में वह बिहार राज्य भाषा विद्यार्थी की कार्यकारिणी के सदस्य नियुक्त हुए। 1972 से 1977 तक भरत सरकार की केंद्रीय हिंदी समिति के सदस्य रहे। 1973 में उन्हें वैत्तिक्यम की रायल अकादमी का सदस्य बनाया गया। उन्होंने कहा कि फाटर बुल्के ने हिंदी के कई विद्वानों के साथ जो जड़े जाना व प्रत्येक भारतीय के अंदर हिंदी व संस्कृत के प्रति अनुग्रह जगाने का कार्य जीवन भर किया।

उनकी रचना रमचरित मानस उत्पत्ति एवं

विकास अंग्रेजी से हिंदी शब्दकोश आज भी लोकप्रिय है।

उनकी रचना रमचरित मानस उत्पत्ति एवं

विकास अंग्रेजी से हिंदी शब्दकोश आज भी लोकप्रिय है।

उनकी रचना रमचरित मानस उत्पत्ति एवं

विकास अंग्रेजी से हिंदी शब्दकोश आज भी लोकप्रिय है।

उनकी रचना रमचरित मानस उत्पत्ति एवं

विकास अंग्रेजी से हिंदी शब्दकोश आज भी लोकप्रिय है।

उनकी रचना रमचरित मानस उत्पत्ति एवं

विकास अंग्रेजी से हिंदी शब्दकोश आज भी लोकप्रिय है।

उनकी रचना रमचरित मानस उत्पत्ति एवं

विकास अंग्रेजी से हिंदी शब्दकोश आज भी लोकप्रिय है।

उनकी रचना रमचरित मानस उत्पत्ति एवं

विकास अंग्रेजी से हिंदी शब्दकोश आज भी लोकप्रिय है।

उनकी रचना रमचरित मानस उत्पत्ति एवं

विकास अंग्रेजी से हिंदी शब्दकोश आज भी लोकप्रिय है।

उनकी रचना रमचरित मानस उत्पत्ति एवं

विकास अंग्रेजी से हिंदी शब्दकोश आज भी लोकप्रिय है।

उनकी रचना रमचरित मानस उत्पत्ति एवं

विकास अंग्रेजी से हिंदी शब्दकोश आज भी लोकप्रिय है।

उनकी रचना रमचरित मानस उत्पत्ति एवं

विकास अंग्रेजी से हिंदी शब्दकोश आज भी लोकप्रिय है।

उनकी रचना रमचरित मानस उत्पत्ति एवं

विकास अंग्रेजी से हिंदी शब्दकोश आज भी लोकप्रिय है।

उनकी रचना रमचरित मानस उत्पत्ति एवं

विकास अंग्रेजी से हिंदी शब्दकोश आज भी लोकप्रिय है।

उनकी रचना रमचरित मानस उत्पत्ति एवं

विकास अंग्रेजी से हिंदी शब्दकोश आज भी लोकप्रिय है।

उनकी रचना रमचरित मानस उत्पत्ति एवं

विकास अंग्रेजी से हिंदी शब्दकोश आज भी लोकप्रिय है।

उनकी रचना रमचरित मानस उत्पत्ति एवं

विकास अंग्रेजी से हिंदी शब्दकोश आज भी लोकप्रिय है।

उनकी रचना रमचरित मानस उत्पत्ति एवं

विकास अंग्रेजी से हिंदी शब्दकोश आज भी लोकप्रिय है।

उनकी रचना रमचरित मानस उत्पत्ति एवं

विकास अंग्रेजी से हिंदी शब्दकोश आज भी लोकप्रिय है।

उनकी रचना रमचरित मानस उत्पत्ति एवं

विकास अंग्रेजी से हिंदी शब्दकोश आज भी लोकप्रिय है।

उनकी रचना रमचरित मानस उत्पत्ति एवं

विकास अंग्रेजी से हिंदी शब्दकोश आज भी लोकप्रिय है।

उनकी रचना रमचरित मानस उत्पत्ति एवं

विकास अंग्रेजी से हिंदी शब्दकोश आज भी लोकप्रिय है।

उनकी रचना रमचरित मानस उत्पत्ति एवं

विकास अंग्रेजी से हिंदी शब्दकोश आज भी लोकप्रिय है।

उनकी रचना रमचरित मानस उत्पत्ति एवं

विकास अंग्रेजी से हिंदी शब्दकोश आज भी लोकप्रिय है।

उनकी रचना रमचरित मानस उत्पत्ति एवं

विकास अंग्रेजी से हिंदी शब्दकोश आज भी लोकप्रिय है।

उनकी रचना रमचरित मानस उत्पत्ति एवं

विकास अंग्रेजी से हिंदी शब्दकोश आज भी लोकप्रिय है।

उनकी रचना रमचरित मानस उत्पत्ति एवं

विकास अंग्रेजी से हिंदी शब्दकोश आज भी लोकप्रिय है।

उनकी रचना रमचरित मानस उत्पत्ति एवं

विकास अंग्रेजी से हिंदी शब्दकोश आज भी लोकप्रिय है।

उनकी रचना रमचरित मानस उत्पत्ति एवं

विकास अंग्रेजी से हिंदी शब्दकोश आज भी लोकप्रिय है।

उनकी रचना रमचरित मानस उत्पत्ति एवं

विकास अंग्रेजी से हिंदी शब्दकोश आज भी लोकप्रिय है।

उनकी रचना रमचरित मानस उत्पत्ति एवं

विकास अंग्रेजी से हिंदी शब्दकोश आज भी लोकप्रिय है।

उनकी रचना रमचरित मानस उत्पत्ति एवं

विकास अंग्रेजी से हिंदी शब्दकोश आज भी लोकप्रिय है।

उनकी रचना रमचरित मानस उत्पत्ति एवं

विकास











## हरी मिर्च काटते वक्त जलन से परेशान? अपनाएं ये 5 आसान और असरदार घटेलू टिप्स



रसोई में हरी मिर्च काटना एक आम लेकिन परेशान करने वाला काम हो सकता है, खासकर जब मिर्च काटने के बाद हाथों में तेज जलन शुरू हो जाती है। दरअसल, हरी मिर्च में कैप्साइसिन नामक एक तीखा तत्व होता है, जो स्किन के संपर्क में आते ही जलन पैदा करता है। लेकिन धबराने की जरूरत नहीं है, क्योंकि कृष्ण घरेलू और आसान उपायों से आप इस जलन से पूरी तरह बच सकते हैं।

### हाथों पर तेल या धी लगाएं

हरी मिर्च काटने से पहले हाथों पर थोड़ा धी या खाना पकाने का तेल लगा लें। यह स्किन पर एक सुरक्षात्मक परत बना देता है, जिससे कैप्साइसिन सीधा तव्वा से नहीं टकराता और जलन नहीं होती। यह उपाय न सिर्फ आसान है बल्कि रसोई में हमेशा उपलब्ध भी होता है।

### दस्ताने पहनें

अगर आप पूरी तरह सुरक्षित तरीका अपनाना चाहते हैं तो डिस्पोजेबल ग्लस या किचन रबर ग्लास पहनकर मिर्च काटें। इससे आपके हाथ सीधे मिर्च के संपर्क में नहीं आते और जलन का कोई खतरा नहीं रहता।

ये भी पढ़ें: बॉलीवुड की दरियादिल एवं देस ने हाउस हेल्प करने वालों को बनाए मालिकनभाया परिवार जैसा साथ

### कैंची का इस्तेमाल करें

जब मिर्च बहुत वारीका काटने की जरूरत न हो, तो कैंची से मिर्च काटना एक बेहतरीन विकल्प है। इससे न सिर्फ मिर्च जल्दी और समान आकार में कट जाती है, बल्कि आपकी उगलियों का सीधे मिर्च से संपर्क भी नहीं होता।

### चॉपिंग बोर्ड और तेज चाकू का करें इस्तेमाल

अगर आप चाकू से ही मिर्च काटना पसंद करते हैं, तो एक तेज धार वाला चाकू और चॉपिंग बोर्ड इस्तेमाल करें। मिर्च को हाथ में पकड़ने की बजाय बोर्ड पर रखें और तेजी से काटें ताकि हाथों का मिर्च से संपर्क कम हो। काटने के बाद हाथों को तुरंत साबुन से धोना न भूलें।

### जलन होने पर ठंडे पानी का इस्तेमाल करें

अगर किसी वजह से आपके हाथों में जलन हो ही गई है तो तुरंत ठंडे पानी में हाथ डुबोएं। चाहें तो पानी में थोड़ा सा नमक या सिरका मिला सकते हैं। इससे कैप्साइसिन का असर कम हो जाता है और जलन से राहत मिलती है।

हरी मिर्च काटना अब कोई दर्दनाक काम नहीं रहेगा। ऊपर बताए गए घरेलू और आसान उपायों से आप न केवल जलन से बच सकते हैं, बल्कि मिर्च काटने का काम भी तेजी और सफाई से पूरा कर सकते हैं। अगली बार जब आप मिर्च काटें, तो इन तरीकों को जरूर आजमाएं।

## हल्दी को महीनों तक ताजा रखने के 4 आसान टिप्स

हल्दी, सिर्फ एक मसाला नहीं है बल्कि यह हर भारतीय रसोई का अहम हिस्सा है। हल्दी न सिर्फ खाने में रंग और स्वाद लाती है, बल्कि यह कई घरेलू नुस्खों में भी काम आती है। पुराने समय से ही हल्दी का उपयोग धार भवने, इम्युनिटी बढ़ाने, गले की खराश ठीक करने, और कई बीमारियों से लड़ने के लिए किया जाता रहा है। यह अपने एटी-इंप्लेमेटरी, एंटी-बैक्टीरियल, और एंटीऑक्सीडेंट गुणों के लिए जानी जाती है। चाहे हल्दी को पाउडर के रूप में इस्तेमाल करते हों या कच्ची हल्दी धार पर रखते हों, उसे सही तरीके से स्टोर करना जरूरी है ताकि उसका स्वाद, खुशबू और फायदे बरकरार रहें।

### हल्दी पाउडर को कैसे स्टोर करें?

1. हल्दी पाउडर को हमेशा एयरटाइट कंटेनर में रखें ताकि उसमें नमी न जाए।

2. इसे धूप, गर्मी, और नमी से दूर रखें। हल्दी धूप में रखने से अपना रंग और गुण खो देती है।

3. जब की हल्दी निकालें, सूखी चम्मच का इस्तेमाल करें। गोली चम्मच से नमी आ जाती

है, जिससे हल्दी जल्दी खराब हो सकती है।

4. अगर आपने धोके में हल्दी खरीदी है, तो उसे छोटे-छोटे हिस्सों में बाट लें। इससे पूरा स्टॉक बार-बार हवा के संपर्क में नहीं आएगा और ज्यादा दिनों तक चलेगा।

### कच्ची हल्दी को कैसे स्टोर करें?

1. सबसे पहले हल्दी को हल्के हाथों से धो लें ताकि उस पर लगी मिट्टी निकल जाए। फिर उसे पूरी तरह सुखा लें।

2. सुखी हुई हल्दी को एक पेपर टॉवल में लपेटें और उसे जिपलॉक बैग या एयरटाइट डिब्बे में रखें। पेपर टॉवल अतिरिक्त नमी सोखा लेगा।

3. इस डिब्बे को अपने फ्रिज के वेजिटेबल ब्रॉअर में रखें। इस तरह हल्दी 2 से 3 हफ्ते तक ताजी बनी रहेगी।

4. अगर हल्दी को लंबे समय तक बिना फ्रिज किए रखना चाहते हैं, तो पुराने देसी तरीके अपनाएं।

हल्दी को प्राकृतिक रूप से स्टोर करने के उपाय: कच्ची हल्दी को पतले स्लाइस में काट लें और 2-3 दिनों तक धूप में सुखाएं। जब यह



पूरी तरह सुखा जाए, तो इसे मिक्सर में पीसकर पाउडर बना लें और एयरटाइट डिब्बे में स्टोर करें। हल्दी पाउडर के डिब्बे में आप तेज पाता या नीम की लकड़ी या पत्तियां डाल सकते हैं। यह नमी और कीड़े-मकोड़ों को दूर रखते हैं और हल्दी को ताजा बनाए रखते हैं।

चाहे हल्दी पाउडर हो या कच्ची हल्दी - थोड़ी सी सावधानी से आप इसे लंबे समय तक खराब होने से बचा सकते हैं।

## वास्तु के हिसाब से ऐसे बनवाएं अपनी किचन, सेहत और स्वाद का यूंलगेगा तड़का



### किचन में ऊर्जा का महत्व

घर के सभी हिस्सों में ऊर्जा होती है, लेकिन किचन को घर का सबसे महत्वपूर्ण स्थान माना जाता है। किचन वह जगह है जहां भोजन बनाया जाता है, जो शरीर को ऊर्जा प्रदान करता है। इसलिए किचन में सकारात्मक और नकारात्मक दोनों प्रकार की ऊर्जा मौजूद रहती है। भोजन ही हमारे शरीर को जीवन देने वाली ऊर्जा का मूल्य सोते होते हैं। इसलिए किचन के डिजाइन की ओर ध्यान रखें। यह भी ध्यान रखें कि किचन कभी भी बेडरूम, पूजा के कमरे या टॉयलेट के ऊपर या नीचे नहीं होना चाहिए।

### किचन के दरवाजे और खिड़कियों का वास्तु में महत्व

किचन के दरवाजे भी वास्तु के अनुसार बहुत महत्वपूर्ण होते हैं। किचन के दरवाजे का फेस पूर्ण, उत्तर या पश्चिम दिशा में होना चाहिए। इससे घर में सकारात्मक ऊर्जा आती है और परिवार के सदस्य स्वस्थ रहते हैं। अगर किचन का दरवाजा दक्षिण दिशा में है, तो इससे घर के सदस्यों की सेहत पर बुरा असर पड़ सकता है।

खिड़कियों के मामले में भी दिशा का ध्यान रखना चाहिए।

जरूरी है। किचन में खिड़कियां ऐसी जगह लगानी चाहिए जहां से सुबह की सूरज की रोशनी सीधे किचन में आ सके। यह किचन में ताजी हवा और सकारात्मक ऊर्जा लाती है।

वास्तु शास्त्र की मदद से किचन का सही स्थान और डिजाइन निश्चित करना बहुत जरूरी है।



## कढ़ाई की जमी काली परत हटाएं इस आसान घटेलू नुस्खे से, बिना ज्यादा मेहनत के



कढ़ाई के किनारों पर जमी काली और जिद्दी परत साफ करना अक्सर बहुत मुश्किल लगता है। इसे हटाने के लिए धूंटों तक कड़ी मेहनत करनी पड़ती है, जिससे हल्दी भी थक जाते हैं और समय भी बहुत लग जाता है। लेकिन अब आपको इस समस्या से परेशान होने की जरूरत नहीं है। माय कुकिंग स्टाइल एंड टिप्स नाम के सोशल मीडिया अकाउंट से एक आसान और प्रभावी तरीका बताया गया है, जिससे आप अपने घर में मौजूद सिर्फ 4 जीजों की मदद से कढ़ाई की काली परत को फटाफट साफ कर सकते हैं। इसकी काली बिल्कुल नई जैसी चमक जाएगी।

### 10 से 15 मिनट तक उबालें

इस घोल को धीमी आंच पर गैस पर रखें और लगभग 10 से 15 मिनट तक उबालें। जब यह मिश्रण उबलेगा तो कढ़ाई की जमी हुई काली परत धीरे-धीरे ढीली होने लगेगी। इसका मतलब है कि जो गंदगी लंबे समय से जमी हुई थी, उसकी पकड़ कमज़ोर हो जाएगी।

यह तरीका न केवल आसान है बल्कि घर में उपलब्ध सामान से किया जा सकता है। इससे आप अपनी कढ़ाई की सफाई बहुत आसान हो जाती है। जिसके बाद धीरे-धीरे काली परत को खुशबूने की जाएगी। अगली बार जब कढ़ाई ही पर जमी काली परत परेशान करे तो इस सरल और कारगर नुस्खे को जरूर आजमाएं।



