एक नजर में

लायंस क्लब द्वारा कलाकारों का सम्मान

इंदौर. विविध रंगीय सांस्कृतिक संध्या में मुंबई के हास्य कवि सम्राट सुनील पाल मुकेश गौतम, पंकज पुरोहित, गायक चिंतन बाकीवाला रॉकस्टार, अल्तमश, कपिल पुरोहित, अहमद रजा, राहुल राय, गायिका गर्विता जैन, अभिनेत्री उन्नति सिंग, चित्रा शुक्ला, नृत्यांगना विपिशा लाड, फिल्म निर्देशक सुनील तिवारी का लायंस क्लब के वरिष्ठ सदस्य जिला गवर्नर लायन अनिल खंडेलवाल, दिनेश रणधर, एन.के मेहता, मुकेश सक्सेना सुरेंद्र सिंह रुपायना, सूरज जायसवाल ने सम्मान किया. मनोरंजन कार्यक्रम का आयोजन मालवा रंगमंच समिति व विश्वहिंदी अकादमी द्वारा केशवराय के संयोजन में फिनिक्स मॉल में सैकड़ो श्रोताओ के बीच किया गया.

नाग देवता को लगाया छप्पन भोग

इंदौर. नाग पंचमी का पर्व देशभर में भक्ति भाव के साथ मनाया गया. अलग-अलग मंदिरों में नाग देवता का पूजन अर्चन किया गया. इंदौर के पिपलियाहाना क्षेत्र में स्थित नाग मंदिर इंदौर के प्रसिद्ध मंदिरों में से एक है, जहां भगवान नाग देवता विराजमान हैं. नागपंचमी पर सैकड़ों की संख्या में श्रद्धालु दर्शन के लिए पहुंचे. मंदिर के पुजारी श्याम शर्मा बताया कि नागेश्वर मंदिर में छप्पन भोग लगाया गया और मनमोहक झांकी सजाई गई और भक्तों को प्रसादी वितरित की.

फिट इंदौर के हर्ष बने एनआईएस सर्टिफाइड कोच

इंदौर. फिट इंदौर अभियान के संस्थापक व फिटनेस कोच हर्ष जोशी ने भारतीय खेल प्राधिकरण (एसएआई) के नेताजी सुभाष राष्ट्रीय खेल संस्थान, पटियाला से स्पोर्ट्स कोचिंग प्रशिक्षण को ए श्रेणी में उत्तीर्ण कर एनआईएस सर्टिफाइड कोच (एथलेटिक्स) का गौरव प्राप्त किया. उन्हें वरिष्ठ कोच कमाल अली खान ने प्रमाण पत्र प्रदान किया. हर्ष की यह उपलब्धि इंदौर के खेल व फिटनेस जगत के लिए प्रेरणा बनेगी.

रेजुम वॉटर वेपर थैरेपी की शुरूआत

इंदौर. पुरुष स्वास्थ्य के क्षेत्र में एक बड़ी प्रगति के तहत अपोलो हॉस्पिटल्स इंदौर ने बीएचपी (बढ़े हुए प्रोस्टेट) के उपचार हेतु रेजुम वॉटर वेपर थेरेपी की शुरुआत की. यह उन्नत और न्यूनतम इनवेसिव तकनीक पारंपरिक सर्जरी का एक सुरक्षित, प्रभावशाली और सुविधाजनक विकल्प प्रदान करती है, जिससे मरीजों को तेज़ और टिकाऊ राहत मिलती है. विशेष आयोजन में इस आधुनिक तकनीक का औपचारिक अनावरण किया गया. इस अवसर पर सीनियर कंसल्टेंट एवं प्रमुख, यूरोलॉजी विभाग डॉ. सौरभ चिपड़े, ने कहा हमारा संस्थान मध्य भारत का पहला केंद्र बन गया है, जहां वॉटर वेपर थेरेपी की शुरुआत हुई है. वर्षों से प्रोस्टेट के मरीजों के पास केवल सीमित विकल्प थे. अब यह अत्याधुनिक तकनीक उस स्थिति को पूरी तरह बदल रही है. इस थेरेपी में जलवाष्प की ऊर्जा का उपयोग कर प्रोस्टेट के अनावश्यक ऊतकों को लक्षित कर उन्हें कम किया जाता है, जिससे पेशाब संबंधी परेशानियों में तुरंत राहत मिलती है. यह प्रक्रिया लोकल एनेस्थीसिया या हल्की बेहोशी में की जाती है और मरीज बहुत जल्द सामान्य जीवनशैली में लौट सकते हैं. हमारे शुरुआती मरीजों में ही उल्लेखनीय सुधार देखा गया है.

सम्यक कंप्यूटर क्लासेस में करियर महोत्सव

इंदौर. सूचना तकनीक एवं व्यावसायिक प्रशिक्षण संस्था सम्यक कंप्यूटर क्लासेस, भंवरकुआ द्वारा अपनी प्रथम प्लेसमेंट ड्राइव का भव्य आयोजन किया गया. यह आयोजन विद्यार्थियों के लिए एक अविस्मरणीय अनुभव रहा. इस अवसर पर 70 से अधिक प्रशिक्षित विद्यार्थियों ने भाग लिया तथा 10 से अधिक प्रतिष्ठित कंपनियों ने अपनी उपस्थिति दर्ज कर विभिन्न पदों के लिए चयन प्रक्रिया सम्पन्न की. प्रमुख कंपनियों में कैटसम मीडिया, वेबकॉर्प्स, विजय मंत्रा, माय कॉलेज दुनिया, गुरु कृपा कंसल्टेंसी, नामसेतु टेक्नोलॉजीज़, इंक ग्राफ टेक्नो प्रा. लि., बेनफी, ई-विटामिन्स कंसल्टिंग आदि शामिल थीं। कई विद्यार्थियों को स्थान पर ही नियुक्ति पत्र प्रदान किए गए. प्रस्तावित वार्षिक वेतन 2.5 लाख से 4 लाख तक रहा. औद्योगिक क्षेत्र से प्रत्यक्ष जुड़ाव का उत्कृष्ट अवसर प्राप्त हुआ. शाखा प्रमुख प्रवीषा दुबे ने बताया कि यह सम्यक की पहली प्लेसमेंट ड्राइव थी, जिसे विद्यार्थियों ने अत्यंत उत्साह और गंभीरता से लिया. सम्यक का उद्देश्य केवल प्रशिक्षण देना नहीं, बल्कि प्रत्येक विद्यार्थी को रोजगार योग्य बनाना और उनके उज्ज्वल भविष्य का मार्ग प्रशस्त करना है. संस्थान के संचालक ताराचंद पाटीदार ने सम्यक का प्रत्येक प्रयास युवाओं को आत्मनिर्भर बनाकर उन्हें एक उज्ज्वल भविष्य की ओर अग्रसर करना है. हम अपने विद्यार्थियों को न केवल कौशल प्रदान करते हैं, बल्कि उन्हें उस मुकाम तक पहुँचाने के लिए भी प्रतिबद्ध हैं, जहाँ से वे जीवन में ऊँचाइयों को छू सकें.

मोटोरोला ने लॉन्च किया मोटो जी86 पॉवर

इंदौर. मोटोरोला ने आज मोटो जी86 पॉवर लॉन्च किया. यह जी-सीरीज का एक शानदार फोन है, जिसमें 20,000 रुपये से कम कीमत में बेहतरीन फीचर्स दिये गये हैं. इसमें 6.67 इंच 1.5के पीओलेड सुपर एचडी फ्लैट डिस्प्ले है, जो इस सेगमेंट में सबसे ज्यादा चमकदार (4500 निट्स ब्राइटनेस के साथ) है. इसमें 120हर्ट्ज रिफ्रेश रेट और गोरिल्ला ग्लास 7आई प्रोटेक्शन भी है, जो स्क्रीन को मजबूत और स्मूथ बनाता है. फोन में मोटो एआई के साथ सेगमेंट का अग्रणी 50एमपी ओआईएस सोनी लिटिया 600 कैमरा आता है और सभी लेंस से 4के वीडियो रिकॉर्डिंग करता है. इसके साथ 8एमपीअल्ट्रावाइड + मैक्रो विजन लेंस और 32एमपी सेल्फी कैमरा भी इसमें मौजूद है. 6720 एमएएच की बड़ी बैटरी के साथ यह 2 दिन से ज्यादा चलती है. लॉन्च के मौके पर टी.एम. नरसिम्हन, मैनेजिंग डायरेक्टर, मोबाइल बिजनेस ग्रुप भारत ने कहा मोटो जी86 पॉवर ने एक बार फिर 20,000 रुपये से कम कीमत में शानदार फीचर्स पेश किये हैं, जैसे कि इसमें बेहतरीन डिस्प्ले, कैमरा, परफॉर्मेंस, बैटरी दी गई है और यह बेहद ड्यूरेबल भी है। यह फोन आज के ग्राहकों की लगातार बदल रही जरूरतों को पूरा करता है. मोटोरोला में हमारा लक्ष्य है कि सभी को नई तकनीक आसानी से मिले.

स्विगी ऐप पर मैकडोनाल्ड्स प्रोटीन प्लस बर्गर लांच

इंदौर. स्विगी ने आज घोषणा की है कि उसने मैकडोनाल्ड्स इंडिया के साथ साझेदारी की है, ताकि प्रोटीन प्लस बर्गर रेंज को लॉन्च किया जा सके। यह रेंज 24 जुलाई से 11 अगस्त तक केवल स्विगी ऐप पर उपलब्ध रहेगी। ग्राहक अपने पसंदीदा बर्गर की इस अधिक हेल्दीयर रेंज को स्विगी ऐप के 'हाईप्रोटीन' सेक्शन में जाकर ऑर्डर कर सकते हैं. यह रेंज स्विगी यूज़र्स के लिए पश्चिमी और दक्षिणी भारत के 58 शहरों में उपलब्ध होगी. इस साझेदारी पर टिप्पणी करते हुए स्विगी फूड मार्केटप्लेस के चीफ बिजनेस ऑफिसर सिद्धार्थ भाकू ने कहा हम गर्व से कह सकते हैं कि मैकडोनाल्ड्स के प्रोटीन प्लस और मिलेट बन वाले बर्गर रेंज के ऑनलाइन लॉन्च के लिए स्विगी एक्सक्लूसिव प्लेटफॉर्म है. जैसे-जैसे उपभोक्ता अपनी डाइट में प्रोटीन के महत्व को समझने लगे हैं, हमें यह भी पता है कि वे तुरंत अपने पसंदीदा आइटम्स से दूरी नहीं बना पाएंगे. इस नई रेंज की लॉन्चिंग उपभोक्ताओं के प्रोटीन सेवन को बढ़ाने की दिशा में एक महत्वपूर्ण कदम है, और साथ ही यह उन्हें अपने पसंदीदा बर्गर का आनंद लेने की सुविधा भी देती है.

बिना हेलमेट कल से नहीं मिलेगा पेट्रोल

▶ कलेक्टर ने जारी किया आदेश

नव भारत न्यूज

इंदौर. शहर और जिले के सभी पेट्रोल पंप पर दो पहिया वाहनों में बिना हेलमेट के पेट्रोल नहीं बेचा जाएगा. उक्त आदेश आज कलेक्टर ने जारी करते हुए कहा कि 1 अगस्त से 29 सितंबर तक यह व्यवस्था रहेगी. बिना हेलमेट के पेट्रोल देने पर पंप संचालक पर कार्रवाई की जाएगी.

कलेक्टर आशीष सिंह ने आज सुप्रीम कोर्ट कमेटी ऑन रोड सेफ्टी के निर्देशों के पालन में पूरे इंदौर जिले में बिना हेलमेट पेट्रोल बेचने पर प्रतिबंध लगा दिया है. यह निर्णय भारतीय नागरिक सुरक्षा अधिनियम 2023 की धारा 163 के तहत लिया गया है. इसके साथ ही मध्यप्रदेश मोटरयान अधिनियम 1988 की धारा 129 के तहत लागू किया गया है. उक्त दोनों अधिनियम के तहत नागरिकों की दुर्घटना में असमय मृत्यु और घायल होने से रोकने के लिए हेलमेट पहनना अनिवार्य किया गया है. कलेक्टर सिंह ने आदेश देते हुए कहा है कि इंदौर जिले के किसी भी पेट्रोल पंप पर बिना हेलमेट पहने दो पहिया वाहन चालक को पेट्रोल नहीं बेचा जाए. यदि किसी भी पेट्रोल पंप संचालक ने बिना हेलमेट पहने व्यक्ति या चालक को पेट्रोल बेचा, तो पंप संचालक के विरुद्ध वैधानिक कार्रवाई की जाएगी. कलेक्टर ने उक्त आदेश 1 अगस्त से 29 सितंबर तक दो माह के लिए लागू किया है। इसके बाद सख्ती से नागरिकों से यातायात नियमों का पालन करवाया जाएगा।

पेट्रोल पम्प संचालकों के साथ आज बैठक

जिला प्रशासन द्वारा बिना हेलमेट दोपहिया वाहन चालकों को पेट्रोल नहीं दिए जाने के आदेश के प्रभावी क्रियान्वयन हेतु आज विशेष बैठक बुलाई गई है. बैठक प्रातः 11 बजे कलेक्टर कार्यालय के ऑडिटोरियम में होगी. अतिरिक्त जिला दंडाधिकारी के द्वारा बैठक में इंडियन ऑयल, भारत पेट्रोलियम, एचपीसीएल, नायरा व रिलायंस के समस्त पेट्रोल पंप संचालकों, सेल्स ऑफिसरों व सहायक आपूर्ति अधिकारी को उपस्थित रहने का कहा गया है. इसके अलावा अन्य संबंधित विभागों के अधिकारी भी मौजूद रहेंगे.

बिना हेलमेट वाहन चलाने पर लायसेंस होंगे निरस्त

इंदौर. शहर में मोटरयान अधिनियम का सख्ती से पालन करवाने के लिए बिना हेलमेट वाहन चलाने पर आरटीओ ने लाइसेंस निरस्त करने के आदेश जारी कर दिए है. साथ हो आरटीओ ने विभाग के सभी कर्मचारियों और अधिकारियों को भी निर्देश दिए है कि वे कार्यालय हेलमेट पहनकर आएं. मोटरयान अधिनियम प्रावधान के अनुसार दो पहिया वाहन चालकों को हेलमेट लगाना अनिवार्य है. दुर्घटना होने पर हेलमेट लगाने से सिर सुरक्षित रहता है. क्षेत्रीय परिवहन अधिकारी प्रदीप कुमार शर्मा ने कहा कि प्राय: ज्यादातर दो पहिया वाहन चालकों द्वारा हेलमेट नहीं लगाया जा रहा है. आरटीओ शर्मा ने उक्त विषय में कार्यालय के समस्त अधिकारियों एवं कर्मचारियों की बैठक आहूत कर निर्देश दिए कि कार्यालय का समस्त स्टाफ दो पहिया वाहन चलाते समय अनिवार्य रूप से हेलमेट लगाएं. साथ ही यह भी निर्देश दिए कि कार्यालय में आने वाले समस्त दो पहिया वाहन चालकों से भी हेलमेट लगाने की अपील की जाए. आज जो दो पहिया वाहन चालक बिना हेलमेट के परिवहन कार्यालय में अपने कार्य हेतु आए, उन्हें प्रवेश नहीं दिया गया. उन्हें समझाया गया कि बिना हेलमेट के दो पहिया वाहन चलाते पर जाने पर ड्रायविंग लायसेंस निरस्त करने की कार्रवाई की जाएगी.

निगम कर्मचारी को आयशर ने मारी टक्कर, घायल

▶ निगमायुक्त ने अस्पताल में जाकर कुशलक्षेम पूछी

नव भारत न्यूज

इंदौर. आज गांधी नगर क्षेत्र में निगम की कोंदवाडा टीम के कर्मचारी को ड्यूटी करते समय एक ईंटों से भरी आयशर गाड़ी ने टक्कर मार दी. इस कारण कर्मचारी गंभीर रूप से घायल हो गया.

घायल कर्मचारी को तत्काल उपचार हेतु वर्मा यूनियन अस्पताल में भर्ती कराया गया है. घायल कर्मचारी की स्थिति स्थिर है. घटना की जानकारी मिलते ही नगर निगम आयुक्त शिवम वर्मा एवं अपर आयुक्त रोहित सिसोनिया तत्काल अस्पताल पहुंचे और घायल कर्मचारी का हाल पूछे. आयुक्त ने डॉक्टरों से चर्चा कर बेहतर उपचार सुनिश्चित करने एवं इलाज में कोई कमी नहीं रखने के निर्देश दिए.

कार्य में लापरवाही बरतने पर दो उपयंत्री निलंबित

नव भारत न्यूज

इंदौर. गंदे पानी की समस्या समय पर हल नहीं करने पर निगम अपर आयुक्त ने दो उपयंत्री को निलंबित कर दिया. दोनों उपयंत्री नर्मदा परियोजना में कार्यरत है. आज अपर आयुक्त अभिलाष मिश्रा ने शहर के वार्डो में नर्मदा लाइन से गंदा पानी सप्लाय को लेकर सभी झोन की समीक्षा बैठक की. बैठक में वार्ड क्रमांक 26 और 46 के उपयंत्री ने शिकायतों का समाधान नहीं किया. इसको लेकर अपर आयुक्त अभिलाष मिश्रा ने दोनों उपयंत्रियों को निलंबित कर दिया.

इंदौर हाईकोर्ट में दो जज की पदस्थापना

नव भारत न्यूज

इंदौर. मध्य प्रदेश के चीफ जस्टिस ने इंदौर हाईकोर्ट में दो नए जज की नियुक्ति के आदेश दिए है. दो दिन पहले ही उच्च न्यायालय और केंद्रीय विधि विभाग द्वारा मध्यप्रदेश में 11 जजों की नियुक्ति की गई है.

जजों ने आज संविधान के तहत न्यायधीश पद की शपथ ली है. शाम को प्रदेश के चीफ जस्टिस सचदेवा ने इंदौर हाईकोर्ट में जस्टिस जय कुमार पिल्लई और अतिरिक्त जास्टिस्ट आलोक अवस्थी की पदस्थापना के आदेश जारी किए.

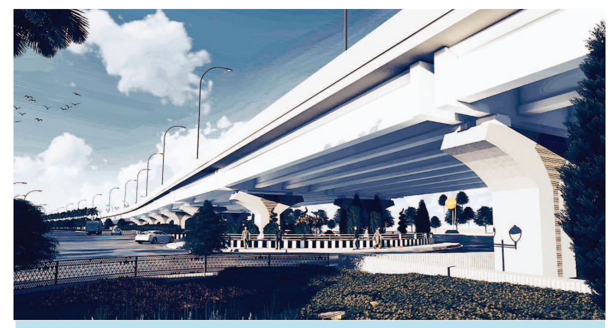
कनाडिया रोड पर सवा किलोमीटर लंबा फ्लाई ओवर बनेगा

▶ बायपास को क्रॉस करते हुए तैयार होगा

नवभारत न्यूज़

इंदौर. आईडीए कनाडिया रोड पर सवा किलोमीटर लंबा फ्लाई ओवर ब्रिज निर्माण करेगा. इसके फिजीब्लिटी सर्वे के लिए तीन विभागों से एनओसी मांगी है. इसके बाद ही ब्रिज की डिजाइन और स्पॉन तय होंगे. उक्त ब्रिज कनाडिया रोड पर डी मार्ट से शुरू होकर थाने के आगे उतरेगा.

शहर की यातायात व्यवस्था को दुरूस्त करने के लिए आईडीए ने कनाडिया रोड पर सवा किलोमीटर लंबा फ्लाई ओवर ब्रिज निर्माण का प्रस्ताव किया है. आईडीए ने 165 करोड़ रुपए निर्माण लागत आने का अनुमान लगाया है. यह ब्रिज चार लेन का होगा. कनाडिया रोड पर स्थित डी मार्ट के आगे से शुरू होकर सवा किलोमीटर लंबी दूरी तय करने के बाद थाने के आगे उतरने की योजना प्रस्तावित है. उक्त ब्रिज के बाएं हाथ पर आईडीए की टीपीएस योजना 5 है, जिसका विकास 350 एकड़ से ज्यादा जमीन पर किया जा रहा है. इसी तरह दांए हाथ पर आईडीए की योजना टीपीएस 9 है, जो करीब 650 एकड़ जमीन पर विकसित हो रही है.



तीन विभागों से मांगी एनओसी

आईडीए ने एनएचएआई अलॉयमेंट, मध्यप्रदेश विद्युत मंडल बिजली के तार और नगर निगम से पानी एवं सीवरेज लाइन की जानकारी मांगी है. ब्रिज का फिजीब्लिटी सर्वे उक्त जानकारी के आधार पर करवाया जा सके. अलग तीनों विभागों की जानकारी के आधार पर ही ब्रिज के पियर और डिजाइन बनाई जाएगी.

कनाडिया ब्रिज की विशेषता

आईडीए द्वारा प्रस्तावित ब्रिज को 106 मीटर लंबी गर्डर से बायपास रोड को क्रॉस करवाया जाएगा. बायपास के मेन कैरेज वे के अलावा 22.5 - 22.5 मीटर चौड़ी सर्विस रोड को मिलाकर 105 मीटर चौड़ाई छोड़कर पियर पर लोहे की हेवी गर्डर डाल कर क्रॉस करेंगे.

पत्रकारिता विभाग के छात्रों ने जीता प्रथम पुरस्कार

नव भारत न्यूज

इंदौर. देवी अहिल्या विश्वविद्यालय के पत्रकारिता एवं जनसंचार अध्ययनशाला के छात्रों ने एक बार फिर अपनी प्रतिभा का लोहा मनवाया है. मध्यप्रदेश पुलिस विभाग द्वारा आयोजित राज्य स्तरीय शॉर्ट फिल्म और रील मेकिंग प्रतियोगिता में विभाग के छात्रों ने प्रथम स्थान प्राप्त कर विश्वविद्यालय को गौरवान्वित किया है. प्रतियोगिता का उद्देश्य युवाओं में नशे से दूरी बनाने पर जागरूक करने के लिए है. मप्र पुलिस विभाग का यह अभियान 15 से 30 जुलाई तक चला. इस प्रतियोगिता में प्रदेश भर से दर्जनों विश्वविद्यालयों और कॉलेजों की टीमों ने भाग लिया.

विजेता टीम में शामिल छात्र अंशिका गुप्ता, पार्थ शर्मा, निखिल वर्मा, हर्षवर्धन सिंह परमार, प्रशंसा एंजिल सिंह, अंशिका भटनागर, राशी मालवीया, वान्या धवन और उर्वाशी बाथोले ने नशे से दूरी है जरूरी विषय पर आधारित एक प्रभावशाली लघु फिल्म प्रस्तुत की. इस फिल्म में न केवल तकनीकी दक्षता बल्कि सामाजिक संदेश को भी अत्यंत संवेदनशीलता और रचनात्मकता के साथ दिखाया गया. यह फिल्म विभाग के शिक्षक प्रबल शर्मा के मार्गदर्शन में बनाई गई. मध्यप्रदेश पुलिस विभाग के वरिष्ठ अधिकारियों ने इस प्रस्तुति की सराहना करते हुए कहा कि युवाओं की यह रचनात्मकता समाज में सकारात्मक परिवर्तन लाने की दिशा में एक बड़ा कदम है. विभागाध्यक्ष डॉ. सोनाली नरगुंदे ने छात्रों की उपलब्धि पर गर्व व्यक्त करते हुए कहा यह पुरस्कार हमारे विभाग की शैक्षणिक गुणवत्ता और छात्रों की मेहनत का प्रमाण है. उन्होंने पूरी टीम को बधाई दी और उनके उज्ज्वल भविष्य की कामना की.

सरकारी स्कूल में शिक्षण सामग्री का वितरण

नवभारत न्यूज

इंदौर. जायंटस ग्रुप आफ मालवा एवं सुप्रभात क्लब की ओर से सांवेर रोड, संजय नगर स्थित शासकीय विद्यालय के बच्चों को शिक्षण सामग्री का वितरण जायंटस की सेंट्रल कमेटी के सदस्य श्याम गोयल, फेडरेशन के उपाध्यक्ष रमणिक लाल सोनी, ग्रुप उपाध्यक्ष डॉ. प्रवीण शर्मा आदि के आतिथ्य में किया गया. इस अवसर पर ग्रामीणों की ओर से जगदीश, मोहन यादव, एमजी पारीख, इंदरसिंह एवं महेश पंडित ने जायंटस के सेवा कार्य की प्रशंसा की. बच्चों के अनुशासन को देखकर सभी अतिथि प्रभावित हुए. स्कूल के प्राचार्य एवं शिक्षकों से जायंट्स ग्रुप आफ मालवा एवं सुप्रभात क्लब के सदस्यों ने भविष्य में भी सहयोग करने का संकल्प व्यक्त किया.

आर्मी अटैचमेंट कैंप के लिए सात कैडेट्स का चयन

नवभारत न्यूज

इंदौर/महू. भेरूलाल पाटीदार शासकीय स्नातकोत्तर महाविद्यालय महू के 9 एमपी बटालियन एनसीसी इंदौर के 4 एवं 1 म.प्र. गर्ल्स बटालियन एनसीसी इंदौर के 3 कैडेट्स का चयन ढाना (सागर) हेतु किया गया है.

महाविद्यालय के प्राचार्य डॉ. प्रवीण ओझा एवं 9 एमपी बटालियन एनसीसी इंदौर के कमान अधिकारी कर्नल एम के तिवारी ने बताया कि यह शिविर 1 से 12 अगस्त तक सदर्न कमांड में ढाना (सागर) में आयोजित किया गया है। कैडेट्स 31 जुलाई रात को ढाना के लिए इंदौर से निकल रहे हैं. इस शिविर में कैडेट्स को भारतीय सेना की आर्मी यूनिट से अटैच कर सेना के युद्ध कौशल से परिचित कराया जायेगा, ताकि सभी कैडेट्स सेना की कार्य प्रणाली को नजदीक से समझ सके और सेना में उपयोग किए जा रहे आधुनिक वेपन की हैंडलिंग को समझ सकें. महाविद्यालय की 9 एम पी बटालियन एनसीसी इंदौर के इन चारों कैडेट्स, कैडेट सीपी एल सावंत चौहान, प्रग्नेश शर्मा, रोहित निनामा, एलसीपीएल अभिषेक के आर्मी अटैचमेंट कैम्प सागर हेतु चयन पर 9 एम पी बटालियन एनसीसी इंदौर के कमान अधिकारी कर्नल एम के तिवारी, एवं कैडेट खुशी प्रजापत, कैडेट काजल यादव, कैडेट साक्षी जामले के आर्मी अटैचमेंट कैम्प हेतु चयन पर 1 म.प्र. गर्ल्स बटालियन एनसीसी इंदौर के कमान अधिकारी कर्नल राजेश मिश्रा, महाविद्यालय जनभागीदारी समिति अध्यक्ष एडवोकेट निलेश पाटीदार, महाविद्यालय के प्राचार्य डॉ. प्रवीण ओझा, मेजर डॉ.कृष्णा भूरिया, सूबेदार मेजर बृजेश कुमार, सूबेदार मेजर विनय कुमार तथा सूबेदार मेजर गोपाल सिंह ने बधाई एवं शुभकामनाएं दी.

कार्यक्रम ▶ फ्लो इंदौर का स्पार्क - बियॉन्ड द पालेट कार्यक्रम

आंत का स्वास्थ्य इम्यूनिटी के लिए बेहद महत्वपूर्ण

नवभारत न्यूज

इंदौर. महिलाएं सिर्फ भोजन नहीं बनाती बल्कि वे पोषण, सशक्तिकरण और प्रेरणा भी देती हैं. इसी सोच के साथ फ्लो इंदौर ने फ्लो स्पार्क- बियॉन्ड द पालेट का पहला कार्यक्रम आयोजित किया. इस पहल का नेतृत्व इनिशिएटिव इम्पैक्ट हेड पलक हसनंदानी. ने किया, जिसमें 80 सशक्त महिलाओं ने हिस्सा लिया. यह आयोजन आपसी सहयोग और विकास के सरल लेकिन प्रभावशाली विचार पर आधारित था.

इस आयोजन का उद्देश्य दोहरा था- स्वास्थ्य और शिक्षा. प्रसिद्ध न्यूट्रिशनिस्ट सोनाली सचदेवा ने गट हेल्थ (आंत स्वास्थ्य) पर गहन जानकारी दी. उन्होंने बताया कि आंत स्वास्थ्य सिर्फ पेट तक सीमित नहीं, बल्कि मुंह से छोटी आंत तक फैला है और यह इम्यूनिटी के लिए बेहद महत्वपूर्ण है. एक रोचक तथ्य बताते करते हुए उन्होंने कहा कि 95% सेरोटोनिन, यानी खुशी का हार्मोन, आंत में बनता है. एक सदस्य के सवाल पर, उन्होंने बताया कि 10-12 घंटे का इंटरमिटेंट फास्टिंग ठीक है, लेकिन इसे लंबा नहीं करना चाहिए. साथ ही, उन्होंने बिना सलाह के प्रीबायोटिक्स लेने से मना किया. सत्र में सदस्यों ने उत्साहपूर्वक सवाल पूछे और जवाब प्राप्त किए. इस आयोजन की सफलता पलक हसनंदानी के नेतृत्व और फ्लो सदस्यों नेकी तिवारी, अभा जाजोदिया, रुचि गुप्ता और रचना मित्तल के अथक योगदान से संभव हुई. फ्लो इंदौर की चेयरपर्सन सीए श्वेता अग्रवाल ने सभी प्रतिभागियों की उत्साहपूर्ण भागीदारी की सराहना की. उन्होंने कहा फ्लो इंदौर 750 से अधिक मजबूत महिलाओं का समुदाय है, जहां हर किसी को अवसर मिलता है. यह आयोजन महिलाओं के समग्र विकास और स्वास्थ्य को केंद्र में रखकर आयोजित किया गया.

मास्टर शेफ प्रतियोगिता का आयोजन

फ्लो इंदौर, जहां कई प्रतिभाशाली फूडप्रिन्योर (खाद्य उद्यमी) हैं, ने एक रोमांचक मास्टर शेफ प्रतियोगिता का भी आयोजन किया. सात टीमें, प्रत्येक में आठ सदस्य और एक फूडप्रेन्योर कप्तान, जिनके पास अपना खाद्य ब्रांड है, ने हिस्सा लिया. प्रत्येक टीम में एक न्यूट्रिशनिस्ट थी, जिसने कैलरी की जांच की. टीमों को गैर-इन्फ्लेमेटरी व्यंजन और एक स्वास्थ्यवर्धक पेय बनाना था।

इसमें टीमें थीं- गट गुरु टीम- कप्तान भावना, पनगट क्वीन्स टीम- कप्तान श्वेता दुआ, कुलिनरी दिवास टीम- कप्तान जयश्री नाहटा, गट स्क्वॉड टीम- कप्तान दीपाली खंडेलवाल, सात्विक टीम- कप्तान पूजा मित्तल, अग्नि शुद्धि टीम- कप्तान निधि गांधी और फाइबर फ्यूल टीम की कप्तान मनाली अग्रवाल थी.

प्रतियोगिता को जज, पूर्व चेयरपर्सन और जीबी मेंबर मीतू कोहली, सोनाली सचदेवा, सोनल सिसौदिया, पूर्व चेयरपर्सन ममता बकलीवाल और जैस्मिन लुल्ला ने किया. गट स्क्वॉड ने शानदार प्रदर्शन के साथ जीत हासिल की.