

सफेद शूज से दाग हटाने के आसान तरीके, लगने लगेंगे नए जैसे

नेल पैटरिमूर

नेल पैटरिमूर से चमड़े के जूतों या सफेद स्टीकर्स पर आने वाली खराएँ को रिमूर की मदद से आसानी से साफ किया जा सकता है। सबसे पहले कॉटन बॉल को एसीटेन रिमूर में भिगोएं और फिर दागों को चिप्पे, यह थोड़ा हार्ड हो सकता है इसलिए दागों ने निकालने के बाद जूतों पर पाइपर या प्रैसिलिपम जेली लगाएं।

साबुन और पानी

किसी भी प्रकार का लिकिंड छिशवॉर आपके सफेद स्टीकर्स को साफ कर सकता है। यह प्रैसेस काढ़े के जूतों के लिए सबसे अच्छा रखेगा। इसके लिए गर्म पानी में 1 चमच लिकिंड छिशवॉर मिलाएं और अच्छे से मिलाएं। इसके बाद जूतों को इस मिश्रण में डुबाएं और फिर दागों को बड़े ब्रश से साफ करें।

लड़कों को शूज पहनने का काफी शैक होता है। मार्केट में शूज की बढ़ती डिमांड के कारण कई स्टाइल, डिजाइन और कलर्स के शूज आते हैं। समय के साथ व्हाइट शूज की डिमांड काफी अधिक बढ़ गई है। ट्रेंडों व्हाइट शूज पहनना अधिकतर लोगों की पसंद बन गया है व्हायेंक वे हह ड्रेस के साथ मैच हो जाते हैं। बॉलीवुड हस्तियों से लेकर लीवी एक्टर्स तक ह कई व्हाइट स्टीकर्स या शूज को अपने फैशन स्टेटमेंट में एड करता है। लेकिन मुसीबत तब आती है जब सफेद शूज गड़े हो जाते हैं और उन्हें साफ करना होता है। हालांकि, कुछ आसान तरीके भी हैं जो आपके गंदे या दाग लगे सफेद स्टीकर्स को बिल्कुल नया बना दें। ब्रेकिंग सोडा और सिरका दांतों में ऐसे गुण होते हैं जो जूतों को साफ करने में मदद करते



हैं। इन दोनों को मिलाकर प्रयोग करने से दुर्गंध और फंगस की ग्रेथ को रोका जा सकता है। लेकिन ध्यान रखें इस मिश्रण से लेदर, रेजिन से बने जूते या फिर कपड़ों के जूतों के सोल को साफ करने से दुर्गंध बढ़ती है। एक कटोरी में अच्छा चम्चर सिरका और एक चौथाई कप ब्रेकिंग सोडा मिलाएं। मिश्रण को तब तक जब तक ज्ञागदार मिश्रण न बन जाए। उसके बाद ब्रश से जूते पर मिश्रण लगाएं और कुछ दर के लिए छोड़ दें। इसके बाद ठंडे पानी से धो लें।

टूथप्रेस्ट

बाल टूथप्रेस्ट आपके दांतों को सफेद कर सकता है तो यह जूतों की सफाई भी कर सकता है। आपको लेदर, रेजिन से बने जूते या फिर कपड़ों वाले दूर रखता है और जूतों की बदबू को भी दूर करता है। ठंडे पानी लेकर उसमें एक नींबू नियांड़े और उसे अच्छे से मिश्रण करें। इसके बाद मिश्रण को सफेद जूतों पर लगाएं और फिर से टूथप्रेस्ट से धिये और धूप में सुखाएं।

आयुर्वेदिक जड़ी-बूटियां जो पीसीओएस में.... देसकती हैं आराम



पीसीओएस बीते कुछ समय से महिलाओं में सबसे अधिक होने वाली हेल्थ कंटीशन है। यह समस्या टीन-एजर्स से लेकर अधिक उम्र की महिलाओं में भी हो रही है। इस स्थिति में हामीनल असंतुलन, अनियमित माहवारी, इन्सुलिन संवेदनशीलता जैसे लक्षण नजर आते हैं। इस समस्या से लड़ने में एलोपेथिक दवाइयों के साथ ही आयुर्वेदिक चीजें भी इसे मैनेज कर सकती हैं। जूता है। लगभग 49 आयुर्वेदिक जड़ी-बूटियां पहचानी गई हैं जो पीसीओएस में मदद कर सकती हैं।

कंचनार (बौहिनिया वैरिणाटा)
कंचनार कफ और पित्त में असंतुलन को दूर करने में मदद करता है। यह विभिन्न स्थितियों जैसे कि स्विकृति डिस्मार्डर, थायरोइड और घावों पर काम करता है। इस जड़ी-बूटी के सूखे फूल व्हाइट डिस्चर्जर, खासी और पीसीओएस में मदद करते हैं।

अशोक (सारका इडिका)

अशोक भी एक और जड़ी

बूटी है, जिसका उपयोग पारंपरिक रूप से भारतीय संस्कृति में कई समस्याओं के इलाज के लिए किया जाता है। यह कड़ी और ठंडी होती है। यह रक्तस्राव और प्राइवेट पार्ट के डिस्मार्डर के साथ असंतुलन, अनियमित माहवारी, इन्सुलिन संवेदनशीलता जैसे लक्षण नजर आते हैं। इस समस्या से लड़ने के लिए जड़ी-बूटी का उपयोग चीजों को डाइट में शामिल करने से पहले किसी भी दवाई के लिए जड़ी-बूटी का उपयोग करने से बचा जाए।

चित्रक

चित्रक के अनुसार, चित्रक के पौधे, पत्तियों और जड़ों का इस्तेमाल बीमारी के उच्चार के लिए किया जाता है जिसमें कफ को कम करना, बैन फंवंशन्स को भी बेहतर करती है। वहीं, इसके उलट अगर आप अच्छी नींद नहीं लेते हैं तो इससे आपके मस्तिष्क की कार्यप्रणाली पर असर पड़ता है। एक रिसर्च में दागों को लेकर चित्रक के पौधे का उपयोग किया जाता है। यह चित्रक के असरों को नींद और गहरी नींद लेने के लिए उपयोग करता है।

शत्रुघ्नि

शत्रुघ्नि के अनुसार, शत्रुघ्नि के पौधे, पत्तियों और जड़ों का इस्तेमाल बीमारी के उच्चार के लिए किया जाता है। यह कड़ी और ठंडी होती है। यह रक्तस्राव और प्राइवेट पार्ट के डिस्मार्डर के साथ असंतुलन, अनियमित माहवारी, इन्सुलिन संवेदनशीलता जैसे लक्षण नजर आते हैं।

शिलाजीत

भारतीय जड़ी-बूटियों की जब बात आती है तो शिलाजीत सबसे ज्यादा सुने जाने वाले नामों में से

एक है इसके गुणों के कारण इसका प्रयोग कफ, फैट, शूगर, किडनी की पथरी, मूत्र संबंधी समस्याएं, अस्थमा, एनीमिया, मिर्गी, मूजन, त्वचा रोग जैसी समस्याओं में किया जाता है। यह पीसीओएस को कम कर सकता है।

हल्दी

हल्दी में एंटीसेटिक और एंटीइंफ्लामेट्री गुण पाए जाते हैं। इसमें कार्क्युलिन नाम का कंपाउंड पाया जाता है जो इसे पीसीओएस के अंदर बढ़ने वाले वजन को मैनेज करने और पीरियांस की रोगों को कंट्रोल करने में मदद करता है।

हल्दी

हल्दी में एंटीसेटिक और एंटीइंफ्लामेट्री गुण पाए जाते हैं। इसमें कार्क्युलिन नाम का कंपाउंड पाया जाता है जो इसे पीसीओएस के अंदर बढ़ने वाले वजन को मैनेज करने और पीरियांस की रोगों को कंट्रोल करने में मदद करता है।

महिलाएं

महिलाएं, पुरुषों की अपेक्षा अधिक अपनी स्किन का खाल रखती हैं। हाइड्रेशन से लेकर मैक्रोअप रिस्यूल तक वे अच्छे से फालों करती हैं। इससे उनकी स्किन को क्लाइटी अच्छी रहती है। लेकिन वहीं कुछ महिलाएं ऐसी गलती करती हैं जिससे उनकी त्वचा की गुणवत्ता कम होने लगती है। अगर वे इन गलतियों को सुधार लेते हैं तो उनकी स्किन हमेशा निखरी हुई रहती है। तो आइए इसका कारण जानें।

स्किन के लिए प्रोडक्ट का उपयोग

स्किन के लिए प्रोडक्ट का एक रुटीन होता है, उसके मुताबिक उन्हें लगाना चाहिए। जैसे कई लोग पहले मॉइस्चराइजर लगा लेते हैं और फिर सीरोम, जो कि गलत होता है। हमेशा पहली लेयर वाली चीजों को पहले लगाएं और मोटी लेयर वाले प्रोडक्ट को बाद में। सीरोम की लेयर पहली होती है।

स्किन के लिए प्रोडक्ट का उपयोग

स्किन के लिए प्रोडक्ट का एक रुटीन होता है, उसके मुताबिक उन्हें लगाना चाहिए। जैसे कई लोग पहले मॉइस्चराइजर लगा लेते हैं और फिर सीरोम, जो कि गलत होता है। हमेशा पहली लेयर वाली चीजों को पहले लगाएं और मोटी लेयर वाले प्रोडक्ट को बाद में। सीरोम की लेयर पहली होती है।

स्किन के लिए प्रोडक्ट का उपयोग

स्किन के लिए प्रोडक्ट का एक रुटीन होता है, उसके मुताबिक उन्हें लगाना चाहिए। जैसे कई लोग पहले मॉइस्चराइजर लगा लेते हैं और फिर सीरोम, जो कि गलत होता है। हमेशा पहली लेयर वाली चीजों को पहले लगाएं और मोटी लेयर वाले प्रोडक्ट को बाद में। सीरोम की लेयर पहली होती है।

स्किन के लिए प्रोडक्ट का उपयोग

स्किन के लिए प्रोडक्ट का एक रुटीन होता है, उसके मुताबिक उन्हें लगाना चाहिए। जैसे कई लोग पहले मॉइस्चराइजर लगा लेते हैं और फिर सीरोम, जो कि गलत होता है। हमेशा पहली लेयर वाली चीजों को पहले लगाएं और मोटी लेयर वाले प्रोडक्ट को बाद में। सीरोम की लेयर पहली होती है।

स्किन के लिए प्रोडक्ट का उपयोग

स्किन के लिए प्रोडक्ट का एक रुटीन होता है, उसके मुताबिक उन्हें लगाना चाहिए। जैसे कई लोग पहले मॉइस्चराइजर लगा लेते हैं और फिर सीरोम, जो कि गलत होता है। हमेशा पहली लेयर वाली चीजों को पहले लगाएं और मोटी लेयर वाले प्रोडक्ट को बाद में। सीरोम की लेयर पहली होती है।

स्किन के लिए प्रोडक्ट का उपयोग

स्किन के लिए प्रोडक्ट का एक रुटीन होता है, उसके मुताबिक उन्हें लगाना चाहिए। जैसे कई लोग पहले मॉइस्चराइजर लगा लेते हैं और फिर सीरोम, जो कि गलत होता है। हमेशा पहली लेयर वाली चीजों को पहले लग

ब्रीफ न्यूज़

जिला जल एवं स्वच्छता मिशन
समिति की बैठक आज

हरदा विश्व शौचालय दिवस 19 नवम्बर को मनाया जाएगा। बैठक 19 नवम्बर को कलेक्टर आदित्य सिंह की अध्यक्षता में आयोजित की गई है। मुख्य कार्यपालन अधिकारी जिला पंचायत श्रीमती समिति ने बताया कि यह बैठक कलेक्टर के बाद स्वच्छता में उत्तराधिकारी के बाद दूसरी बैठक के बाद आयोजित करणे की गई है।

19 से 25 तक मनाया जायेगा
कामी एकता सप्ताह

हरदा। प्रतिवर्ष की तरह इस बर्ष भी 19 से 25 नवम्बर तक कामी एकता सप्ताह मनाया जायेगा। सप्ताह के अंतिम दिन 25 नवम्बर को झण्डा दरस के रूप में मनाया जायेगा। सप्ताह द्वारा कामी एकता सप्ताह के दौरान सम्प्रतायक, जातीय, आकांक्षाएँ घटनाओं में जो बच्चे अनाथ हुए हैं, उनके कल्याण के लिये खैचिक आधार पर वित्तीय सहायता प्राप्त की जाती है। सप्ताह द्वारा विभिन्न शासकीय विभागों को झण्डे, पोस्टर्स, पेम्फलेट्स आदि विज्ञा कर अधिक से अधिक की वित्तीय सहायता का अनुरोध किया गया है।

डीपी उर्वरक विकल्प के रूप में कॉप्लेक्स खाद का उपयोग

हरदा। बड़ी वर्ष 2024-25 में किसानों को सुपाना से उर्वरक उपलब्ध कराने के उद्देश्य से जिले में लगातार उर्वरक की व्यवस्था की जा रही है। उपसंचालक की कृषि संयंज्ञा के बाद आयोजित की अब तक जिले में यूरिया उर्वरक की 29497.6 मैट्रिक टन मात्रा का भंडारण किया जा चुका है, जिसमें से 23083.016 मैट्रिक टन यूरिया कृषकों को वितरण किया जा चुका है तथा 6414.584 मैट्रिक टन यूरिया जिले में उपलब्ध है। इसी प्रकार जिले में अब तक डी.ए.पी.के. उर्वरक की 13322.3 मैट्रिक टन भंडारण किया जा चुका है, जिसमें से 13236.1 मैट्रिक टन उर्वरक कृषकों को वितरित किया गया है तथा 59.2 मैट्रिक टन जिले में अभी उपलब्ध है। इसके अलावा एन.पी.के. उर्वरक की 8551.4 मैट्रिक टन मात्रा जिले में अब तक प्राप्त हो चुकी है, जिसमें से 8400.47 मैट्रिक टन उर्वरक कृषकों को वितरण किया जा चुका है तथा 150.93 मैट्रिक टन जिले में उपलब्ध है। उपसंचालक कृषि श्री यादव ने बताया कि जिला प्रशासन द्वारा जिले में उर्वरकों की आपूर्ति हेतु निरंतर विश्वालय के संरक्षक में है। उन्होंने किसानों से अनुरोध किया है कि डीपी उर्वरक के विकल्प के रूप में कॉप्लेक्स 20:20:0:13 उर्वरक का उपयोग करें।

सिविल सर्जन को तत्काल निलंबित कर अस्पताल की व्यवस्था एं सुधारी जाएँ: पंकज शर्मा

अस्पताल में चल रही अवैध कैंटीन से कभी भी हो सकता है बड़ा हादसा

सत्ता सुधार ■ सीहोर

जांसी के महाराजी लक्ष्मीबाई सरकारी मेडिकल कॉलेज और अस्पताल के स्पेशल न्यू बॉर्न केयर एंट्री (एप्सीएमसी) में आग लगने से 10 बच्चों की मौत होने के बाद सीहोर जिला अस्पताल की व्यवस्थाओं पर भी गंभीर सवाल खड़े हो गए हैं। जिला गांगेय के पूर्व महासचिव पंकज शर्मा ने एक प्रेस विज्ञप्ति के माध्यम से सीहोर जिला



पंकज शर्मा

परिजनों के साथ आए

