पृष्ठ.. 4 पर पढ़ें..

करोड़ों में है करिश्मा कपूर की नेटवर्थ

मुंबई, ठाणे, नवी मुंबई, पनवेल, रायगड़, उल्हासनगर, कल्याण एवं अंबरनाथ का
लोकप्रिय हिंदी दैनिक

उल्हास विकास

■ वर्ष : 44 ■ अंक : 92 ■ रविवार, 22 जून 2025 3 रुपए ■ पृष्ठ 4

@ulhasvikas ulhasvikas@gmail.com

संपादक – हीरो अशोक बोधा BMM, L.LB., M.A. Mobile.:- 9822045566

epaper.ulhasvikas.com

शहाड़ पुल पर गड्ढों से यात्री परेशान

उल्हासनगर. कल्याण-डोंबिवली मनपा सीमा में स्थित शहाड़ रेलवे पुल पर तमाम गड्ढे हो गए हैं। इन गड्ढों के कारण वाहन धीमी गति से चल रहे हैं, जिससे पुल पर ट्रैफिक जाम हो रहा है। दोपहर के समय स्कूली बसों की संख्या बढ़ जाती है और रात के समय भारी वाहनों की आवाजाही होती है, जिससे पुल के दोनों ओर ट्रैफिक जाम हो रहा है। हालांकि शहाड़ फ्लाईओवर कल्याण डोंबिवली मनपा की सीमा में आता है, लेकिन इस पुल का नियंत्रण राष्ट्रीय राजमार्ग प्राधिकरण के पास है। इस मार्ग को राष्ट्रीय राजमार्ग क्रमांक 43 के नाम से जाना जाता है। इस पुल पर गड्ढे होने के बावजूद मनपा अधिकारी यहां मरम्मत का काम नहीं कर पा रहे हैं।

शहाड़ पुल पर गड्ढों के कारण ट्रैफिक जाम बढ़ने से कल्याण परिवहन विभाग के कर्मचारियों की परेशानी बढ़ गई है। सुबह के समय पुणे, अहिल्यानगर, जुन्नर, अंबेगांव, मुरबाड़ क्षेत्रों से कल्याण में सब्जी और दूध लाने वाले वाहन चालकों को शहाड़ पुल पर गड्ढों की समस्या झेलनी पड़ रही है। इस सड़क पर रात के समय भारी वाहन चलते हैं। शहाड़ फ्लाईओवर पर रात 10 बजे से सुबह तक जाम रहता है। इस जाम में लंबी दूरी की एसटी बसें और निजी वाहन फंस जाते हैं। कल्याण मुरबाड़ रोड पर म्हारल और वरप क्षेत्रों में प्रसिद्ध स्कूल हैं। इन स्कूलों की बसें छात्रों को कल्याण शहर क्षेत्र में ले जाती हैं। इन गड्ढों के कारण छात्रों को परेशानी और ट्रैफिक जाम का सामना करना पड़ता है। अगर सुबह पुल पर जाम लग जाता है, तो छात्रों का स्कूल पहुंचना मुश्किल हो जाता है।

कल्याण यातायात पुलिस ने शहाड़ पुल पर छोटे-छोटे गड्ढे होने पर उनमें ईंट, मिट्टी और बजरी डालकर भरने की कोशिश की थी। चूंकि पिछले दो दिनों से भारी बारिश हो रही है, इसलिए यातायात पुलिस द्वारा भरे गए गड्ढे फिर से जस के तस हो गए हैं। पुल पर बने गड्ढों में बारिश का पानी जमा होने के कारण वाहन चालक अपने वाहन को गड्ढों में फंसने से बचाने के लिए पुल पर धीमी गति से वाहन चला रहे हैं। इसके कारण शहाड़ पुल के दोनों ओर वाहनों की कतार लग गई है। कोलसेवाड़ी यातायात विभाग ने राष्ट्रीय राजमार्ग प्राधिकरण के अधिकारियों को सूचित किया है, लेकिन अधिकारी कोई ध्यान नहीं दे रहे हैं, जिससे यातायात विभाग के कर्मचारी परेशान हैं।

राष्ट्रीय राजमार्ग प्राधिकरण की जिम्मेदारी

महानगर पालिका होने के नाते हमने और कल्याण यातायात विभाग ने राष्ट्रीय राजमार्ग प्राधिकरण के अधिकारियों को शहाड़ फ्लाईओवर पर बने गड्ढों को भरने के लिए सूचित किया है। शहाड़ फ्लाईओवर राष्ट्रीय राजमार्ग प्राधिकरण के अंतर्गत आता है।

– **जगदीश कोरे,** कार्यकारी अभियंता, कडोंमपा।

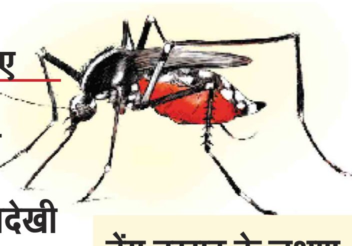
विधायक ने किया निरीक्षण

उल्हासनगर और कल्याण शहरों को जोड़ने वाले शहाड़ फ्लाईओवर पर बड़ी संख्या में गड्ढे होने के कारण ट्रैफिक जाम की शिकायत नागरिकों से मिलने के बाद भाजपा विधायक कुमार आयलानी ने मोटरसाइकिल पर बैठकर ट्रैफिक जाम का जायजा लिया। गुलशन नगर में सड़क के कंक्रीटिंग का शिलान्यास करने के बाद विधायक ने खुद मोटरसाइकिल पर सवार होकर सड़क का निरीक्षण किया।

अंबरनाथ में डेंगू के 10 संदिग्ध मरीज

■ सैंपल जांच के लिए लैब भेजे गए

■ डेंगू मच्छर के प्रजनन स्थल के प्रति नगर पालिका की अनदेखी



अंबरनाथ. भले ही मानसून के दौरान टूटे हुए बर्तन, टायर, पुराने फर्नीचर, बर्तन, निर्माण स्थल जैसे विभिन्न स्थानों पर डेंगू का प्रजनन स्थल होता है, लेकिन ऐसा देखा जा रहा है कि अंबरनाथ नगर पालिका इसकी अनदेखी कर रही है। इस अनदेखी के कारण शहर में मच्छरों का प्रकोप बढ़ेगा और नागरिकों को मलेरिया-डेंगू की महामारी का सामना करना पड़ेगा। यहां के डॉ. बी. जी. छाया उपजिला अस्पताल के मलेरिया विभाग ने डेंगू के 10 संदिग्ध मरीजों के रक्त के सैंपल जांच के लिए सरकारी लैब भेजे हैं।

पिछले कुछ दिनों में अंबरनाथ नगर पालिका में स्वास्थ्य विभाग में बड़े तबादले हुए थे. इन तबादलों के कारण, नगर पालिका के सभी पुराने सफाई निरीक्षकों को स्थानांतरित कर दिया गया है, जिन्हें शहर की गहन जानकारी है और जब से नए सफाई निरीक्षक शहर में काम कर रहे हैं, ऐसा देखा जा रहा है कि ठोस अपशिष्ट प्रबंधन और शहर के स्वास्थ्य की अनदेखी की जा रही है।

मानसून के दौरान महामारी रोगों की अधिक संभावना है। देखा जा रहा है कि डेंगू मच्छरों के प्रजनन स्थलों की अनदेखी की जा रही है, जबकि उन्हें नष्ट करना आवश्यक है। इस सारी अनदेखी का परिणाम यहां के नागरिकों पर पड़ने की आशंका है, जिससे नागरिकों में भय का माहौल है। नगर पालिका के स्वास्थ्य विभाग ने डॉ. बी. जी. छाया उपजिला अस्पताल के मलेरिया विभाग के साथ समन्वय कर उस विभाग से समन्वय किया है, जहां डेंगू जैसे मरीज मिले हैं।

डेंगू बुखार के लक्षण

डेंगू बुखार में अचानक तेज बुखार, सिर दर्द, बदन दर्द, जोड़ों में दर्द, जी मिचलाना, उल्टी और शरीर पर दाने हो सकते हैं।

बारिश का पानी जमा होने वाले स्थानों पर सर्वेक्षण करने और आवश्यक उपाय करने के निर्देश संबंधित विभाग को दिए गए हैं।

-उमाकांत गायकवाड़, मुख्य अधिकारी

नियमों का उल्लंघन करने वाले बार पर मामला दर्ज

उल्हासनगर. महिलाओं से संबंधित नियमों का उल्लंघन करने पर उल्हासनगर के एक बार के खिलाफ मामला दर्ज किया गया है। निर्धारित समय से अधिक महिला वेटरों को नियुक्त करने के आरोप में 'हीरामोती बार एंड रेस्टोरेंट' के खिलाफ सेंट्रल पुलिस स्टेशन में मामला दर्ज किया गया है। इस कार्रवाई से बार संचालकों में हड़कंप मच गया है।

राज्य आबकारी विभाग द्वारा जारी नियमों का उल्लंघन कर निर्धारित समय के बाद महिला वेटरों को नियुक्त करने के आरोप में उल्हासनगर कैंप 3 स्थित 'हीरामोती बार एंड रेस्टोरेंट' के खिलाफ सेंट्रल पुलिस स्टेशन में मामला दर्ज किया गया है। राज्य आबकारी विभाग, कल्याण-2 ने 9 मई 2025 को एक आदेश जारी कर स्पष्ट किया था कि किसी भी बार में महिला वेटरों को केवल रात 9:30 बजे तक ही नियुक्त करने की अनुमति है।

रात करीब 10 बजे सेंट्रल पुलिस ने अंबरनाथ-कल्याण रोड स्थित 'हीरामोती बार' पर छापा मारा। जांच के दौरान बार मैनेजर चंद्रशेखर परमेश्वर शेट्टी ने पाया कि 8 महिला वेटरों को रात 9:50 बजे तक ड्यूटी पर रखा गया था। इसके चलते शेट्टी के खिलाफ संबंधित कानून के तहत मामला दर्ज किया गया है।

मामले की जांच पुलिस उपनिरीक्षक राकेश शेवाले कर रहे हैं और पुलिस ने संभावना जताई है कि इस आगे की जांच के दौरान बार संचालकों द्वारा नियमों के उल्लंघन के बारे में और भी जानकारी सामने आ सकती है। नियमों का उल्लंघन करने वाले बार संचालकों को राहत दिए बिना पुलिस द्वारा सतर्कता के साथ यह कार्रवाई की जा रही है और नागरिक संतोष व्यक्त कर रहे हैं।

वालधुनी नदी का जलस्तर बढ़ा

उल्हासनगर. लगातार हो रही भारी बारिश के कारण उल्हासनगर क्षेत्र से होकर बहने वाली वालधुनी नदी का जलस्तर काफी बढ़ गया है और नदी में इस समय पानी काफी अधिक है। इस खतरनाक स्थिति में भी कुछ युवा लड़के-लड़कियां नदी में कूदकर और स्टंट करके अपनी जान से खिलवाड़ करते नजर आए। यह घटना कैंप 5 में प्राचीन शिव मंदिर के पास बने पुल के पास हुई। कुछ नागरिकों ने इस खतरनाक स्टंट को अपने मोबाइल कैमरे में कैद कर लिया और वीडियो में साफ दिख रहा है कि कुछ बच्चे नदी के बहाव की परवाह

शहाड स्टेशन पर लगे बैरिकेड्स से दिव्यांगों को परेशानी

■ आपदा प्रबंधन के सवाल भी अनुत्तरित

■ यात्रियों के लिए वैकल्पिक मार्ग

शहाड. मध्य रेलवे के कल्याण-कसारा मार्ग पर शहाड़ रेलवे स्टेशन पर रेलवे प्रशासन की अव्यवस्था के कारण दिव्यांगों, बुजुर्गों और महिलाओं के लिए यात्रा करना बेहद मुश्किल हो गया है। स्टेशन के टिकट घर से 300 से 350 मीटर की दूरी पर बैरिकेड्स लगा दिए गए हैं, जिससे हजारों यात्रियों को बेवजह परेशानी उठानी पड़ रही है।

पिछले दो दशकों से उल्हासनगर मनपा की जमीन पर अनाधिकृत पार्किंग चल रही है। चर्चा थी कि इससे रेलवे के अधिकारियों को आर्थिक लाभ भी हो रहा है। हालांकि मनपा के उपायुक्त पवार ने साहसिक कदम उठाते हुए इस पार्किंग को हटाकर आधिकारिक पार्किंग शुरू कर दी। रेलवे ने इस बात को नहीं माना और टिकट घर से काफी दूरी पर बैरिकेड्स लगाकर यात्रियों को वैकल्पिक मार्ग अपनाने पर मजबूर कर दिया।

यात्रियों ने की शिकायत

यात्रियों ने इस फैसले के खिलाफ शिकायत दर्ज कराई है और रेल मंत्रालय और वरिष्ठ अधिकारियों से शिकायत की है। रेलवे इंजीनियर ललित सोलंकी ने बताया कि मंडल रेल प्रबंधक के आदेशानुसार बैरिकेड्स लगाए गए हैं। इन बैरिकेड्स के कारण दिव्यांगों और बुजुर्गों को यात्रा करने में भारी दिक्कतों का सामना करना पड़ रहा है। दुर्घटना या प्राकृतिक आपदा की स्थिति में फायर ब्रिगेड या एम्बुलेंस को प्लेटफॉर्म तक पहुंचने का कोई रास्ता नहीं है। हाल ही में एक यात्री के दुर्घटनाग्रस्त होने के बाद एम्बुलेंस को लाने में काफी समय लग गया। इससे पहले यात्रियों को 2021 में स्टेशन पर आग लगने का कड़वा अनुभव भी हो चुका है। हर महीने की 10 तारीख को पूरे महाराष्ट्र से दिव्यांग भाई मुफ्त राशन लेने के लिए शहाड़ के रास्ते उल्हासनगर आते हैं। ऐसे समय में इतनी दूरी पैदल चलना उनके लिए परेशानी भरा और अनुचित हो रहा है।

टीओडी बिजली मीटर लगाने में सहयोग करें

अफवाहों का शिकार ना हों, सरकारी काम में रुकावट ना डालें : कार्यकारी अभियंता चकोले

■ कृष्णा पाटिल के खिलाफ मामला दर्ज

अंबरनाथ. अंबरनाथ पश्चिम स्थित मोहन सबरबिया फेज 2 सोसायटी के पी विंग में लगाए गए टीओडी मीडर को हटाने के लिए एजेंसी के कर्मचारी को मजबूर करने पर उसकी पिटाई करने के आरोप में अंबरनाथ पुलिस स्टेशन में कृष्णा पाटिल के खिलाफ मामला दर्ज किया गया है. उल्हासनगर डिविजन 2 के कार्यकारी अभियंता प्रवीण चकोले ने उक्त जानकारी देते हुए बताया कि मोहन सबरबिया में केवल पाटिल का मीटर छोड़कर उक्त मीटर लगाने की प्रक्रिया सुचारू रूप से चल रही है. उन्होंने बिजली उपभोक्ताओं से अपील की है कि किसी भी गलत सूचना का शिकार हुए बिना मीटर लगाने में सहयोग करें. बिजली उपभोक्ताओं के यहां लगाए जा रहे मीटर प्रीपेट नहीं बल्कि पोस्ट पेड हैं. मीटर आधुनिक होने के कारण इसमें सटीक रीडिंग जैसी नई सुविधाएं हैं. महावितरण और उपभोक्ता अपने मोबाइल फोन पर लगातार बिजली की खपत, सटीर रीडिंग जैसी नई सुविधाएं देश सकते हैं. आरडीएसएस योजना के माध्यम से उपभोक्ताओं को यह मीटर मुफ्त में लगाए जा रहे हैं. ऐसा चकोले ने कहा है. विद्युत अधिनियम 2003 के प्रावधानों के अनुसार सटीक बिजली बिल के लिए ग्राहकों के लिए आधुनिक मीटर लगाना उसकी जिम्मेदारी और अधिकार भी है. चकोले ने ऐसा स्पष्ट किया है कि इस काम में बाधा डालने से सरकारी काम में बाधा उत्पन्न होगी. उन्होंने ग्राहकों से किसी भी गलत फहमी पर विश्वास किए बिना टीओडी मीटर लगाने के काम में सहयोग करने की अपील की है.

अंबरनाथ में रिक्शा चालक हुए आक्रामक

■ विविध समस्याओं को लेकर नपा के समक्ष किया आंदोलन

■ मांगें पूरी नहीं हुईं तो 26 जून से रिक्शा बंद

⏩ **यूसुफ शेख**

अंबरनाथ. अंबरनाथ शहर के रास्तों पर हुए गड्ढे, विविध कामों के लिए खोदे गए पक्के रास्ते, अवैध फेरीवालों से परेशान रिक्शा चालक मालक संगठन के सैकड़ों रिक्शा चालकों ने अध्यक्ष मिलिंद पाटिल के नेतृत्व में आक्रामण रुख अपनाते हुए अंबरनाथ नगर पालिका के कार्यालय के समक्ष आंदोलन करते हुए कार्यालय की सीढ़ियों पर बैठ गए और नारेबाजी की. सात दिनों पूर्व ही नपा प्रशासन को खराब रास्तों एवं फेरीवालों पर कार्रवाई के लिए निवेदन देने के बाद भी कोई कार्रवाई नहीं किए जाने से रिक्शा चालकों ने रोष में आकर सुरक्षा यंत्रणा को हटाते हुए पालिका में घुसने की कोशिश की. शहर पश्चिम और पूर्व में सीसीटीवी केबल, गैस पाइप लाइन एवं लाइट केबल के लिए खोदे गए गड्ढों को गत कई महिनों से भरा नहीं गया है. जिसके कारण शहर में रिक्शा चलाना मुश्किल हो गया है. मिलिंद पाटिल ने पत्रकारों को अधिक जानकारी देते हुए बताया कि स्टेशन पश्चिम के मुख्य रिक्शा स्टैंड पर कई पेड़ों की टहनियां लटकने से रिक्शा स्टैंड पर चालकों का खड़ा होना मुश्किल हो गया है. इन सब बातों को लेकर एवं रास्ते के बीच बैठे हुए अवैध फेरीवालों के कारण रास्तों के बंद हो जाने से ट्रैफिक जाम की समस्या को लेकर निवेदन देने के बावजूद नगर परिषद की लापरवाही को लेकर आंदोलन किया गया है. उप मुख्याधिकारी उमेश राऊत और शहर अभियंता राजेश तडवी के साथ चर्चा करके लिखित आश्वासन देने के बाद आंदोलन को स्थगित किया गया. अगर मांगें पूरी नहीं की गई तो 26 जून से बेमुदत रिक्शा बंद करके आंदोलन किया जाएगा. ऐसा मिलिंद पाटिल ने कहा है.

बदलापुर में ट्रैफिक और अवैध पार्किंग की समस्या

■ नागरिकों में दुर्घटना का डर

बदलापुर. बदलापुर में ट्रैफिक जाम की समस्या सिर उठा रही है, वहीं शहर में बेलगाम वाहन चालक अवैध रूप से गाड़ियां पार्क कर रहे हैं. इससे ये गाड़ियां मोड़ पर खड़ी हो रही हैं और यहां के नागरिकों में दुर्घटना का डर जताया जा रहा है क्योंकि वे निकलते समय एक तरफ की गाड़ियों का अनुमान नहीं लगा पाते हैं. वर्तमान में बदलापुर में ट्रैफिक जाम और अवैध पार्किंग की समस्या बड़ी होती जा रही है. चूंकि ये दोनों समस्याएं आपस में जुड़ी हुई हैं, इसलिए ये दोनों समस्याएं वाहन चलाने वाले और पैदल चलने वाले सभी नागरिकों के लिए परेशानी का सबब बन रही हैं.

खास बात यह है कि कात्रप गणेश घाट क्षेत्र में मुख्य सड़क के दाईं ओर बड़े आवासीय परिसर हैं. इसलिए घर से निकलते समय या वाहन लेते समय मुख्य सड़क के दाईं ओर से आने वाले वाहनों का अनुमान लगाना संभव नहीं है. क्योंकि, इस दाहिने क्षेत्र में पूरी सड़क पर अवैध रूप से बड़ी निजी बसें और स्कूल बसें खड़ी रहती हैं. इसलिए, यहां के नागरिक मुख्य सड़क पर दाईं ओर से आने वाले वाहनों का अनुमान न लगा पाने के कारण बड़ी दुर्घटना की आशंका व्यक्त कर रहे हैं. ये बड़े वाहन पूरी सड़क को कवर करते हैं और चूंकि मुख्य सड़कों पर वाहन दिखाई नहीं देते, इसलिए चालक पैदल चलने वालों को भी गलत समझ लेते हैं. इसलिए, नागरिकों की मांग है कि इस जगह पर कोई दुर्घटना होने से पहले यातायात पुलिस इन अवैध वाहनों के खिलाफ कार्रवाई करे.

अवैध पार्किंग से हो रही समस्या

सुबह लड़की को स्कूल छोड़ने जाते समय, परिसर के बाहर कार लेकर मुख्य सड़क पर आने से पहले दाईं ओर से आने वाले वाहनों का अनुमान लगाते हुए, ये अवैध रूप से खड़े वाहन एक बड़ी बाधा उत्पन्न करते हैं. सुबह जल्दी उठने और स्कूल के समय पर पहुंचने की जल्दी में, इस बाधा के कारण, ऐसे समय में दुर्घटना होने की संभावना से इनकार नहीं किया जा सकता है. इसलिए ट्रैफिक पुलिस को इस पर तुरंत कार्रवाई करनी चाहिए.

– **गणेश गायकवाड़**, निवासी

कल्याण पूर्व को उल्हासनगर से जोड़ने वाला पुल धंसा, यातायात के लिए बंद

कल्याण. कल्याण पूर्व से उल्हासनगर की ओर जाने वाला महत्वपूर्ण पुल का हिस्सा गुरुवार को धंस गया। दुर्घटनाओं से बचने के लिए कल्याण-डोंबिवली महानगर पालिका के निर्माण विभाग ने मरम्मत पूरी होने तक पुल को यातायात के लिए बंद कर दिया है।

कल्याण पूर्व से उल्हासनगर शहर जाते समय मंगेशी गार्डन हाउसिंग कॉम्प्लेक्स क्षेत्र में पुल के धंसने की सूचना मिलने के बाद कल्याण डोंबिवली महानगर पालिका निर्माण विभाग के कार्यकारी अभियंता जगदीश कोरे, कल्याण पूर्व डी वार्ड के सहायक आयुक्त उमेश यमगर और यातायात विभाग के अधिकारी मौके पर पहुंचे। अधिकारियों ने देखा कि पुल के तटबंध के पास का हिस्सा धंस गया था। अधिकारियों ने उस स्थान पर भूस्खलन की संभावना जताई। इसलिए, महानगर पालिका और यातायात अधिकारियों ने इस पुल पर यातायात दुर्घटनाओं को रोकने के लिए पुल को बंद करने का फैसला किया। डी वार्ड के सहायक आयुक्त उमेश यमगर ने बताया कि पुल के ढहे हुए हिस्से के नीचे से एक गैस कंपनी की पाइपलाइन गुजरी है। इसलिए यहां तत्काल मरम्मत कार्य नहीं किया जा सकता। निर्माण विभाग के अधिकारी कंपनी के अधिकारियों से बातचीत कर समन्वय स्थापित कर इस कार्य को आगे बढ़ाएंगे। तब तक पुल यातायात के लिए बंद रहेगा।

यह पुल कल्याण पूर्व से उल्हासनगर शहर के बीच का और निकटतम मार्ग था। कल्याण पूर्व, पश्चिम और उल्हासनगर क्षेत्रों में यातायात जाम होने पर कई वाहन चालक वैकल्पिक मार्ग के रूप में इस पुल का उपयोग करते हैं। इस पुल के बंद होने से स्कूली छात्रों को ले जाने वाली स्कूल बसें सबसे ज्यादा प्रभावित हुई हैं। इस मार्ग पर चलने वाले स्कूल बस चालकों को छात्रों को स्कूल छोड़ने और लेने के लिए उनके घरों के पास से होकर जाना पड़ता है।

अंतरराष्ट्रीय योग दिवस पर मंत्री रविंद्र चव्हाण ने की शिरकत

■ योग, नाटक के माध्यम से योगासन को अपनाने की सलाह

उल्हासनगर। उल्हासनगर-1 गोल मैदान स्थित भगवंती नावानी स्टेज मैदान में अंतरराष्ट्रीय योग दिवस का आयोजन भाजपा उल्हासनगर जिला द्वारा किया गया था। इस भव्य कार्यक्रम में हजारों की संख्या में लोगों ने योगाभ्यास का लाभ उठाया। लोक निर्माण मंत्री रविंद्र चव्हाण इस कार्यक्रम में मुख्य अतिथि के रूप में शामिल हुए। भाजपा जिलाध्यक्ष राजेश वधरिया ने मंत्री महोदय का भव्य सत्कार भी किया। कार्यक्रम में शामिल हुए मंत्री रविन्द्र चव्हाण ने कहा कि योग विद्या अपने देश से शुरू हुई और आज पूरे देश को निरोगी कर रही है। अगर हम स्वस्थ रहना है तो कम से कम आधे घंटे योग को देना जरूरी है, अलग अलग आसनों के माध्यम से हम तमाम रोगों को दूर कर सकते हैं। इस कार्यक्रम में शहर के 32 योग संस्थानों ने अपनी उपस्थिति दर्ज कराई तथा टीम के साथ योग का प्रदर्शन किया। कुल 14 स्कूल के छात्रों ने भी अपने प्रशिक्षकों के माध्यम से योग का प्रदर्शन किया और यह दिखाया कि योग के माध्यम से शरीर को लचीला बनाया जा सकता है। वहीं भजनों व गानों की धुन पर किए जा रहे योग की और एक स्वस्थ वातावरण का निर्माण होंवे की सभी ने जमकर तारीफ की।

अंबरनाथ में एम्बुलेंस का लोकार्पण

■ गरीबों के लिए शहर में मुफ्त सेवा उपलब्ध

⏩ **उल्हास विकास संवाददाता**

अंबरनाथ. कांग्रेस के राष्ट्रीय नेता सांसद राहुल गांधी के जन्मदिन के अवसर पर अंबरनाथ में बिना शुल्क एम्बुलेंस सेवा का शुभारंभ ब्लॉक कांग्रेस अध्यक्ष कृष्णा रसाल पाटिल के हाथों किया गया. प्रभाग क्र. 8 के अध्यक्ष सलीम खान की सहायता से ये एम्बुलेंस सेवा शुरू की गई है. गुरुवार 19 जून एम्बुलेंस सेवा शुरू करते समय बुवापाड़ा एवं खदान रोड के निवासी बड़ी संख्या में उपस्थित थे. शहर के जरूरतमंद गरीबों के लिए ये सेवा शहर में मुफ्त में रहेगी. शहर से बाहर ले जाने पर मुनासिब रकम ली जाएगी. ऐसी जानकारी कृष्णा पाटिल और सलीम खान ने दी है.

पाटिल ने आगे बताया कि अचानक किसी की तबियत खराब हो जाने पर समय पर एम्बुलेंस नहीं मिलने से परिवार जन परेशान हो जाते हैं और कभी - कभी मरीज की जान भी चली जाती है. ये एम्बुलेंस मरीजों के लिए उपयोगी सिद्ध होगी. एम्बुलेंस लोकार्पण के समय सलीम खान, कृष्णा पाटिल, रोहित प्रजापति, नंदू देवडे, सायरा सय्यद, राजेंद्र मिश्रा आदि कांग्रेस पदाधिकारी, कार्यकर्ता बड़ी संख्या में उपस्थित थे.

जैसे पके हुए फलों को गिरने के सिवा कोई भय नहीं वैसे ही पैदा हुए मनुष्य को मृत्यु के सिवा कोई भय नहीं. – वाल्मीकि

उल्हास विकास – लोकप्रिय हिंदी दैनिक

संपादकीय

बम, बदला और बेबस इंसान

युद्ध के उन्माद में संवेदना खत्म हो रही है। इजराइल व ईरान एक-दूसरे के ठिकानों पर हमला करने में अमानवीयता की सारी हदें लांघ रहे हैं। ईरान ने समूची नैतिकता को ताक पर रखते हुए इजराइल के मुख्य अस्पताल को निशाना बनाया है। ज्यादा दिन नहीं हुए जब इजराइल ने युद्ध के सभी नियमों को ताक पर रख कर दक्षिणी गाजा के सबसे बड़े अस्पताल पर हमला कर कई लोगों को जख्मी कर दिया था।

युद्ध की आग में गाजा को लगातार झुलसाने वाले इस देश को गुरुवार तड़के ठीक उन्हीं परिस्थितियों का सामना करना पड़ा। कोई दो राय नहीं कि युद्ध हमेशा विनाश की ओर ले जाता है। दो देशों के बीच प्रतिशोध की आग बेकसूर नागरिकों को ही झुलसाती है। दुनिया ने यह दृश्य कई बार देखा है।

सैन्य हमले के दौरान इजराइल ने कभी नहीं देखा कि वह शरणार्थी शिविरों पर बम गिरा रहा है या अस्पतालों पर। नागरिक ठिकानों पर कितनी मौतें होंगी और बच्चों-महिलाओं तथा बुजुर्गों पर क्या गुजरेगी। उसे कभी मानवीय संवेदना की परवाह नहीं रही।

दूसरी ओर इजराइल के भीषण हमले के जवाब में ईरान की सैन्य कार्रवाई से साबित हो गया कि वह भी उतना ही असंवेदनशील है। दक्षिणी इजराइल के मुख्य अस्पताल को निशाना बना कर उसने स्पष्ट कर दिया कि वह भी युद्ध नियमों को नहीं मानता। कुछ मिसाइलें इमारतों पर गिरीं, जिससे कई नागरिक घायल हो गए।

ईरान के परमाणु कार्यक्रमों को अपने अस्तित्व के लिए खतरा बता कर इजराइल ने जिस तरह से उसके साथ युद्ध छेड़ा है, इसके नतीजे बेहद गंभीर हो सकते हैं। दुनिया के बड़े हिस्से में इसका असर दिख सकता है। ईरान की इस चेतावनी को गंभीरता से लेने की जरूरत है कि अगर अमेरिका युद्ध में कूदा तो भीषण तबाही होगी। तेहरान खाली करने की अमेरिकी राष्ट्रपति की धमकी और ईरानी नेतृत्व के बयान से लगता है कि इजराइल के साथ उसका सैन्य टकराव तीक्ष्ण रूप से बढ़ेगा।

स्वाभाविक है कि इस युद्ध के जख्म गहरे होंगे। इसकी कीमत वे नागरिक ही चुकाएंगे] जिनका युद्ध से कोई संबंध नहीं। न जाने कितने बच्चे अनाथ होंगे।

देश में लगातार बढ़ रही है बुजुर्गों की संख्या

देश में 16वीं जनगणना की अधिसूचना जारी हो चुकी है। देश में यह पहली ऐसी जनगणना होगी, जहां आंकड़ों का संकलन कागज-कलम से न होकर डिजिटल आधार पर किया जाएगा। 2011 के बाद होने वाली इस जनगणना में जाति गणना भी शामिल होगी। इस जनगणना से भारत में गरीबी, शिक्षा, लोगों की आय, लिंगानुपात, जाति, पंथ, अमीरी-गरीबी, युवा-बुजुर्ग इत्यादि की तस्वीर साफ होगी।

अभी हम युवा देश हैं, परंतु हाल में देश में लिंगानुपात से संबंधित जो रपटें आई हैं, उनमें देश में वृद्धजनों की बढ़ती आबादी का आकलन किया गया है। इस पर ध्यान दिया जाना चाहिए। पहली रिपोर्ट प्लेसेस नामक जर्नल में प्रकाशित हुई है। इसके आंकड़े बताते हैं कि आज भारत का हर चौथा-पांचवां बुजुर्ग स्मृति लोप, भाषा का ठीक से प्रयोग न करने, सोचने-समझने एवं निर्णय लेने की क्षमता के कमजोर हो जाने जैसी समस्याओं से जूझ रहा है।

दूसरी रिपोर्ट भारतीय स्टेट बैंक ने जारी की है। इसके अनुसार भारत की कामकाजी आबादी की औसत आयु 2021 में 24 वर्ष के मुकाबले साल 2026 में बढ़कर 28-29 वर्ष हो जाएगी। आज चीन की कामकाजी औसत आयु 39.5 साल है। वहीं यूरोप में यह 42 साल, उत्तरी अमेरिका में 38 एवं एशिया में 32 साल है। वैश्विक स्तर पर यह औसत आयु 30.4 वर्ष दर्ज की गई है।

एसबीआइ की रिपोर्ट संकेत देती है कि भारत में शून्य से चौदह साल के बच्चों की आबादी में गिरावट आ रही है। 1991 में इनकी जो आबादी 36.4 करोड़ थी, वह 2026 में घटकर 34 करोड़ रहने वाली है। आबादी में 1991 में इनकी जो हिस्सेदारी 37 प्रतिशत थी, वह वर्ष 2026 में घटकर 24.3 प्रतिशत रह जाएगी। इस प्रकार 60 साल से अधिक उम्र के लोगों की आबादी विगत ढाई दशक में बढ़कर दोगुनी हो गई है। इसका अर्थ है कि 2001 में बुजुर्गों की जो आबादी 7.9 करोड़ थी, वह साल 2026 में बढ़कर 15 करोड़ के आसपास पहुंच जाएगी।

इनमें 7.7 करोड़ पुरुष तथा 7.3 करोड़ महिलाएं होंगी। इसी तरह वर्ष 2001 में देश में जो कामकाजी आबादी 58.6 करोड़ थी, 2026 में इसके बढ़कर 91 करोड़ होने का अनुमान है। माना जा रहा है कि अगली जनगणना में देश की कुल आबादी में 67 प्रतिशत हिस्सेदारी कामकाजी लोगों की होगी। इसी संदर्भ में तीसरी रिपोर्ट केंद्र सरकार के सांख्यिकी मंत्रालय ने प्रकाशित की है। यह बताती है कि देश में 2036 तक बच्चों एवं किशोरों की आबादी में गिरावट दर्ज होगी और बुजुर्गों एवं मध्यम उम्र के लोगों की संख्या बढ़ेगी। इस रिपोर्ट के अनुसार 2021 में आबादी में 15 वर्ष से कम उम्र के बच्चों की हिस्सेदारी 26.2 प्रतिशत थी, लेकिन 2026 में यह घटकर 20.6 प्रतिशत रह जाएगी। 2021 में 35-49 आयुवर्ग के लोगों की आबादी में हिस्सेदारी 19.1 प्रतिशत थी, परंतु 2026 में इस आयुवर्ग का प्रतिशत बढ़कर 23 प्रतिशत हो जाएगा।

वर्तमान में देश की आबादी में 60 वर्ष से अधिक आयुवर्ग के लोगों का प्रतिशत 9.5 है। 2036 में ऐसे लोगों की आबादी बढ़कर 13.9 प्रतिशत हो जाएगी। चौथी रिपोर्ट संयुक्त राष्ट्र जनसंख्या कोष (यूएनएफपीए) की है। इसमें कहा गया है कि अगले 25 वर्षों में भारत की आबादी में 60 वर्ष से अधिक उम्र के लोगों की हिस्सेदारी 20.8 प्रतिशत तक पहुंच जाएगी। अर्थात देश में हर पांचवां व्यक्ति बुजुर्ग की श्रेणी में होगा। 2024-2050 के बीच देश की कुल आबादी 18 प्रतिशत ही बढ़ेगी, मगर वृद्ध जनसंख्या में 134 प्रतिशत तक की बढ़ोतरी होगी।

इस रिपोर्ट के अनुसार 2022-2023 तक भारत में बुजुर्गों की आबादी 14.9 करोड़ थी। यानी कुल आबादी में इनका हिस्सा 10.5 प्रतिशत था। इस तरह देश में 100 कामकाजी लोगों पर 16 वृद्धजन निर्भर हैं। इससे देश में कामकाजी युवाओं और वृद्धजनों के बीच संतुलन के बिगड़ने की आशंका है। अभी संयुक्त राष्ट्र की नवीनतम जनसांख्यिकी रिपोर्ट से पता चला है कि 2025 के अंत तक भारत की आबादी दुनिया में सर्वाधिक 1.46 अरब तक पहुंच जाएगी। इस रिपोर्ट से देश की जनसंख्या संरचना, प्रजनन क्षमता एवं जीवन प्रत्याशा में भविष्य में बड़े परिवर्तन के संकेत मिलते हैं।

जितना अधिक हम अपने अंदर मौजूद आत्मा के संपर्क में आयेंगे, उतना ही अधिक हम मानवता के प्रति प्रेम, करुणा, और सेवाभाव से भर जायेंगे।

- संत राजिन्दर सिंह जी महाराज

स्थान - सावन कृपाल रूहानी मिशन, सावन आश्रम, परम संत कृपाल सिंह जी महाराज चौक, खेमानी रोड, उल्हासनगर-२

देखें सत्संग आस्था चैनल पर हर रोज़ सोम - शनि सुबह ८.२० से ८.४० तक

सिस्टम स्लो, सर्वर डाउन, और पैसा डबल कट

राजमार्गों के जाल और साथ ही बढ़ते टोल नाके। इन टोल नाकों पर फास्टैग प्रणाली का समूचा ढांचा संचालन की खामियों के कारण सवालों के घेरे में है। सरकार ने फास्टैग आधारित तीन हजार रुपए वाले वार्षिक पास की योजना का एलान किया है और दावा किया है कि इससे कई तरह के झंझटों से लोगों को मुक्ति मिल जाएगी।

इस पास में पूरे साल टोल टैक्स देने की जरूरत नहीं है, लेकिन शर्तें भी लगाई गई हैं। इस योजना के तहत एक साल में दो सौ चक्कर लगा सकते हैं। यह योजना अभी सिर्फ राष्ट्रीय राजमार्गों एवं पूर्वोत्तर के टोल प्लाजा पर ही मान्य होगी। राज्य मार्गों के अंतर्गत आने वाले टोल नाकों पर यह नया पास नहीं चलेगा।

यह केंद्र सरकार की योजना है और इसमें राज्यों को जोड़ने की कवायद दुरुह है। इसके लिए ढांचा तैयार करना आसान नहीं होगा। यह तो नई योजना की बात हुई। दरअसल, फास्टैग की पूरी प्रणाली को लेकर ही उपभोक्ताओं की ढेरों शिकायतें हैं। उन शिकायतों की न तो कहीं सुनवाई हो रही है और न ही किसी स्तर पर चीजें ठीक करने की कोशिश दिख रही है।

आम उपभोक्ता खामियाजा भुगत रहा है। फास्टैग के पूरे तंत्र में पारदर्शिता और जवाबदेही का घोर अभाव दिखता है। इसके लिए कोई विनियमन नहीं है, न तो कोई नियामक।

देश में 39 बैंकों और गैर-बैंकिंग वित्तीय कंपनियों को फास्टैग जारी करने का अधिकार दिया गया है। क्या ये लोग अपनी जिम्मेदारी निभा पा रहे हैं। जब कोई उपभोक्ता अपनी समस्या लेकर बैंक के पास जाता है तो उसे यह कहकर टाल दिया जाता है कि काम 'तीसरी पार्टी' के पास है। अब उपभोक्ता तीसरी पार्टी को कहां ढूंढने जाए। खराब हुआ फास्टैग स्टीकर, खाते में से बार-बार राशि कट जाना, दोगुना टोल भुगतान, सर्वर की गड़बड़ी, इस तरह की खामियों की आखिर कौन लेगा जिम्मेदारी।

कैसे उपभोक्ता को अपनी परेशानियों से निजात मिलेगी। सरकार के टोल संग्रह के आंकड़े में बढ़ोतरी हो रही है। यह अच्छी बात है, लेकिन बढ़िया सेवा की उम्मीद तो उपभोक्ता करेगा ही। इसमें दो राय नहीं कि ढांचा अच्छा है। इससे किसी को इनकार नहीं हो सकता। लेकिन खामियां भी हैं, जिनसे आम उपभोक्ता परेशान हो रहा है। इस योजना का लाभ तभी मिल सकता है, जब सड़कें दुरुस्त हों और लोगों को अपनी यात्रा में किसी प्रकार की कोई दिक्कत न आए। लेकिन हैरत की बात है कि फास्टैग प्रणाली से पांच हजार करोड़ का राजस्व जमा करने वाली कंपनी का कोई ऐसा दफ्तर नहीं, जहां कोई उपभोक्ता पहुंच सके और अपनी बात रख सके।

टोल नाकों पर लोग दिखते हैं, लेकिन वे उपभोक्ताओं के प्रति कितने जिम्मेदार होते हैं इसको लेकर सवाल हैं। उन लोगों के लिए जटिलता और बढ़ जाती है, जो पहली बार फास्टैग ले रहे हैं या जिन्हें इसकी प्रक्रिया के बारे में सटीक जानकारी नहीं है।

अनधिकृत विक्रेता आसानी से अपने चंगुल में फांस लेते हैं। इस तरह के लोगों पर अंकुश कैसे लगे। राजमार्गों का चमचमाता तंत्र विकसित करना ही पर्याप्त नहीं है। राजमार्गों की व्यवस्था तभी मजबूत कही जाएगी, जब इस्तेमाल के लिए सुचारु व्यवस्था होगी, मजबूत तंत्र खड़ा किया जाएगा और उपभोक्ताओं को अपनी यात्रा में कोई दिक्कत नहीं होगी।

12 दिन में 1,000 Km की दौड़ लगाकर 52 साल की महिला ने बनाया रिकॉर्ड

जरा हट के

52 साल की महिला नताली डाउ ने 12 दिनों के भीतर 1,000 किलोमीटर की मैराथन रेस को पूरा करके एक बड़ा रिकॉर्ड बना लिया है। इस दौरान उन्होंने थाईलैंड, मलेशिया और सिंगापुर को रनिंग करके पार किया, वो भी इतनी भीषण गर्मी में जिसने उनके जूतों को भी पिघला कर रख दिया। जी हां, थाईलैंड सिंगापुर अल्ट्रा मैराथन को सबसे जल्दी पूरा करने के लिए नताली डाउ ने सिंगापुर का अवॉर्ड भी हासिल किया है। अब उन्हें मलेशिया प्रायद्वीप को पैदल पार करने के लिए मिलने वाले गिनीज वर्ल्ड रिकॉर्ड्स के सर्टिफिकेट का इंतजार है।

गिनीज वर्ल्ड रिकॉर्ड्स में दर्ज हुआ नाम

मीडिया से बातचीत में नताली डाउ ने कहा, 'आज मैंने पहली बार यह सवाल किया कि क्या मैं इसे सच में पूरा कर पाऊंगी। मुझे खेल में चुनौती

स्वीकार करना पसंद है। निराशाएं पसंद नहीं है, जो अक्सर आती रहती हैं।' बता दें, कि नताली की इस रनिंग से वैश्विक चैरिटी के लिए 50 हजार डॉलर से ज्यादा का फंड इकट्ठा हुआ है, जिसका इस्तेमाल चैरिटी खेलों की मदद से महिलाओं और लड़कियों को ट्रेनिंग देने के लिए किया जाएगा।

गर्मी से पिघले जूते, कूल्हे में लगी चोट

नताली के मुताबिक, 35 डिग्री सेल्सियस के तापमान में तपती गर्मी में रनिंग करने से उनके जूते पिघल गए थे। इसके अलावा उन्हें कूल्हे में भी चोट लगी थी। नताली कहती हैं कि 'इससे फर्क नहीं पड़ता कि आप फर्स्ट आते हैं या लास्ट। फर्क इस बात से पड़ता है कि आपने कुछ अलग किया है।'

शेजवान ब्रेड पकौड़ा

सामग्री :

- ब्रेड स्लाइस – 6-8
- उबले हुए आलू – 2
- शेजवान सॉस – 2 बड़े चम्मच
- बारीक कटी हुई प्याज़ – 1 छोटी
- बारीक कटी हुई शिमला मिर्च – 1/2
- हरा धनिया – 2 बड़े चम्मच
- नमक – स्वादानुसार
- लाल मिर्च पाउडर – 1/2 छोटा चम्मच
- गरम मसाला – 1/4 छो

विधि :

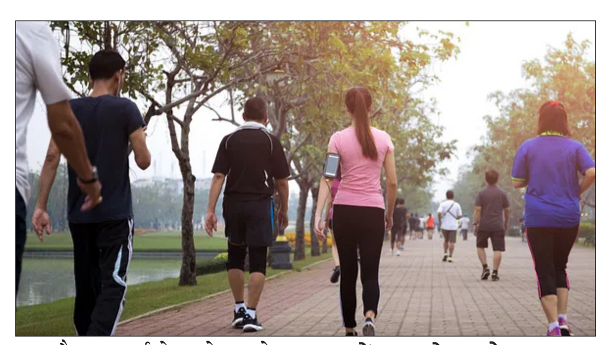
सबसे पहले उबले हुए आलू को अच्छी तरह मैश कर लें। अब इसमें शेजवान सॉस, बारीक कटी प्याज, शिमला मिर्च (अगर इस्तेमाल कर रहे हैं), हरा धनिया, नमक, लाल मिर्च पाउडर और गरम मसाला डालकर अच्छी तरह मिला लें। आपकी चटपटी स्टफिंग तैयार है। फिर एक बड़े बर्तन में बेसन, चावल का आटा, हल्दी, हींग और स्वादानुसार नमक डालकर अच्छी तरह मिला लें। अब थोड़ा-थोड़ा पानी डालते हुए एक गाढ़ा और चिकना घोल बना लें। ध्यान रहे, घोल में गुठलियां न पड़ें। घोल ऐसा होना चाहिए कि ब्रेड पर अच्छे से चिपक जाए। इसके बाद एक ब्रेड स्लाइस लें और उस पर आलू की

तैयार स्टफिंग को अच्छे से फैला दें। अब दूसरी ब्रेड स्लाइस से इसे कवर कर दें और हल्के हाथों से दबा दें। आप चाहें तो ब्रेड को त्रिकोण आकार में काट सकते हैं, या फिर पूरा ही रहने दें। अब एक कड़ाही में तेल गरम करें। तेल मध्यम गरम होना चाहिए। ब्रेड को बेसन के घोल में अच्छी तरह डुबोएं, ताकि ब्रेड पूरी तरह बेसन से लिपट जाए। अब इसे धीरे से गरम तेल में डालें। एक बार में उतने ही पकोड़े तलें जितने आसानी से कड़ाही में आ जाएं। फिर पकोड़ों को दोनों तरफ से सुनहरा और क्रिस्पी होने तक तल लें। अब तले हुए शेजवान ब्रेड पकौड़ों को एक टिश्यू पेपर पर निकाल लें ताकि एक्स्ट्रा ऑयल निकल जाए। बस, तैयार हैं आपके गरमागरम और चटपटे शेजवान ब्रेड पकौड़े। इन्हें हरी चटनी, टोमैटो सॉस या अपनी पसंदीदा डिप के साथ गरमागरम परोसें और शाम की चाय का मजा लें।

रोज सुबह खाली पेट टहलने के हैं कई फायदे

सिर से लेकर पेट तक पूरा शरीर रहेगा दुरुस्त

आज की भागदौड़ भरी जिंदगी में सेहतमंद रहना किसी चुनौती से कम नहीं है। अनहेल्दी लाइफस्टाइल, गलत खानपान और तनाव का सीधा असर हमारे शरीर और मन पर पड़ता है। ऐसे में रोज सुबह खाली पेट टहलना, सेहत के लिए एक वरदान साबित हो सकता है। यह न केवल शरीर को एनर्जेटिक और सक्रिय बनाए रखता है, बल्कि कई गंभीर बीमारियों से बचाव में मदद भी करता है। ताज़ी हवा में गहरी सांसें लेना, हल्की धूप सेंकना और प्रकृति के करीब रहना शारीरिक व मानसिक स्वास्थ्य दोनों के लिए फायदेमंद होता है। तो आइए जानते हैं रोज सुबह खाली पेट टहलने के जबरदस्त फायदों के बाद में–



★ वेट लॉस में सहायक

सुबह खाली पेट टहलने से शरीर की चर्बी तेजी से बर्न होती है। यह एक नेचुरल फैट बर्निंग प्रोसेस को एक्टिवेट करता है, जिससे वजन कम करने में आसानी होती है।

★ मेटाबॉलिज्म बूस्ट

डेली सुबह टहलने से मेटाबॉलिज्म बढ़ता है, जिससे शरीर ऊर्जा को बेहतर तरीके से उपयोग करता है। इससे खाना जल्दी पचता है और शरीर फिट रहता है।

★ ब्लड शुगर को कंट्रोल

डायबिटीज के मरीजों के लिए सुबह की सैर बेहद फायदेमंद होती है। यह इंसुलिन सेंस्टिव्टी बढ़ाकर ब्लड शुगर लेवल को नियंत्रित रखने में मदद करता है।

★ दिल को मजबूत बनाता है

नियमित टहलने से हार्ट हेल्दी रहता है, ब्लड सर्कुलेशन बेहतर होता है और कोलेस्ट्रॉल लेवल बैलेंस में रहता है। यह हार्ट अटैक और स्ट्रोक जैसी बीमारियों से बचाव करता है।

★ इम्यून सिस्टम को मजबूत करता है

टहलने से शरीर में ऑक्सीजन की आपूर्ति बढ़ती है, जिससे इम्यून सिस्टम मजबूत होता है और शरीर इंफेक्शन से लड़ने में सक्षम बनता है।

★ मेंटल स्ट्रेस और डिप्रेशन कम करता है

सुबह-सुबह टहलने से शरीर में एंडोर्फिन हार्मोन रिलीज होता है, जो मूड को बेहतर बनाता है। यह तनाव, चिंता और डिप्रेशन को कम करने में मदद करता है।

★ पाचन क्रिया में सुधार

खाली पेट टहलने से आंतों की कार्यक्षमता बढ़ती है, जिससे खाना अच्छे से पचता है और कब्ज जैसी समस्याएं दूर होती हैं।

★ हड्डियों और जोड़ों को मजबूत बनाता है

सुबह टहलने से हड्डियों में कैल्शियम का अवशोषण बेहतर होता है, जिससे हड्डियां मजबूत रहती हैं और गठिया का खतरा टलता है।

★ फेफड़ों की कार्यक्षमता बढ़ाता है

गहरी सांस लेकर टहलने से फेफड़ों की क्षमता बढ़ती है और शरीर को अधिक ऑक्सीजन मिलती है, जिससे सांस से जुड़ी समस्याओं में राहत मिलती है।

★ त्वचा में निखार लाता है

सुबह की ताजी हवा और पसीना शरीर को डिटॉक्स करता है, जिससे त्वचा हेल्दी और ग्लोइंग बनती है।

आज का राशिफल

मेष : लाभ के अवसर हाथ आएंगे। कुबुद्धि हावी रहेगी। चिंता तथा तनाव रहेंगे। मित्रों से संबंध सुधरेंगे। व्यावसायिक यात्रा सफल रहेगी। धर्म-कर्म में रुचि रहेगी। कोर्ट व कचहरी के काम मनोनुकूल रहेंगे। विरोधी सक्रिय रहेंगे। स्वास्थ्य का पाया कमजोर रह सकता है।

वृषभ : बड़ों की सलाह मानें। व्यवसाय ठीक चलेगा। आय में निश्चितता रहेगी। धैर्य रखें। लाभ होगा। अपेक्षित कार्यों में विलंब होगा। वाहन व मशीनरी के प्रयोग में सावधानी रखें। पुराना रोग परेशानी का कारण रह सकता है। दूसरों के कार्य में दखल न दें। मानसिक बेचैनी रहेगी।

मिथुन : व्यापार में वृद्धि होगी। नौकरी में सहकर्मियों का साथ मिलेगा। निवेश शुभ रहेगा। प्रसन्नता रहेगी। लेन-देन में जल्दबाजी न करें। प्रेम-प्रसंग में अनुकूलता रहेगी। परिवार के किसी सदस्य के स्वास्थ्य की चिंता रहेगी। बेवजह कहासुनी हो सकती है। कानूनी अड़चन दूर होगी।

कर्क : कीमती वस्तुएं संभालकर रखें। शत्रु पस्त होंगे। वाणी पर नियंत्रण रखें। स्थायी संपत्ति के कार्य बड़ा लाभ दे सकते हैं। आर्थिक उन्नति के प्रयास सफल होंगे। किसी अपने के व्यवहार से स्वाभिमान को ठेस पहुंच सकती है। शारीरिक कष्ट संभव है। निवेश शुभ रहेगा। व्यापार में वृद्धि होगी।

सिंह : विद्यार्थी वर्ग सफलता हासिल करेगा। किसी आनंदोत्सव में भाग लेने का मौका मिलेगा। यात्रा मनोरंजक रहेगी। दुष्टजनों से दूरी बनाए रखें। निवेश शुभ रहेगा। व्यापार में वृद्धि होगी। नौकरी में उच्चाधिकारी सहयोग करेंगे। घर के सदस्यों के स्वास्थ्य व अध्ययन संबंधी चिंता रहेगी।

कन्या : लाभ के अवसर हाथ से निकलेंगे। बेवजह कहासुनी हो सकती है। पुराना रोग उभर सकता है। जोखिम व जमानत के कार्य टालें। व्यापार ठीक चलेगा। आय में निश्चितता रहेगी। प्रयास अधिक करना पड़ेंगे। धैर्य रखें। शत्रु हानि पहुंचा सकते हैं। दु:खद समाचार मिल सकता है।

तुला : सामाजिक प्रतिष्ठा में वृद्धि होगी। पराक्रम बढ़ेगा। लंब समय से रुके कार्य सहज रूप से पूर्ण होंगे। कार्य की प्रशंसा होगी। शेयर मार्केट में सफलता मिलेगी। शत्रु पस्त होंगे। सुख के साधन जुटेंगे। व्यापार-व्यवसाय में वृद्धि होगी। नौकरी में अधिकारी प्रसन्न रहेंगे। प्रसन्नता रहेगी।

वृश्चिक : दूर से शुभ समाचार प्राप्त होंगे। घर में अतिथियों का आगमन होगा। व्यय होगा। जोखिम उठाने का साहस कर पाएंगे। आत्मविश्वास में वृद्धि होगी। व्यापार-व्यवसाय ठीक चलेगा। आय बनी रहेगी। अज्ञात भय रहेगा। प्रेम-प्रसंग में अनुकूलता रहेगी। प्रसन्नता का माहौल रहेगा।

धनु : व्यावसायिक यात्रा सफल रहेगी। अप्रत्याशित लाभ हो सकता है। लॉटरी व सट्टे से दूर रहें। आंखों का ख्याल रखें। अज्ञात भय सताएगा। वाणी पर नियंत्रण रखें। कानूनी अड़चन आ सकती है। बेरोजगारी दूर करने के प्रयास सफल रहेंगे। नौकरी में प्रमोशन प्राप्त हो सकता है।

मकर : आय में निश्चितता रहेगी। कोई बड़ी समस्या आ सकती है। धैर्य रखें। स्वास्थ्य का पाया कमजोर रहेगा। किसी अपरिचित पर अतिविश्वास न करें। विवाद से क्लेश होगा। दूसरों के उकसाने में न आएं। अप्रत्याशित खर्च सामने आएंगे। चिंता तथा तनाव रहेंगे। व्यवसाय की गति धीमी रहेगी।

कुंभ : व्यावसायिक यात्रा सफल रहेगी। बकाया वसूली के प्रयास सफल रहेंगे। लाभ के अवसर हाथ आएंगे। लंबे समय से रुके कार्यों में गति आएगी। व्यवसाय ठीक चलेगा। शारीरिक कष्ट संभव है तथा तनाव रहेंगे। सुख के साधन प्राप्त होंगे। मित्रों का सहयोग मिलेगा। प्रसन्नता रहेगी।

मीन : कार्यप्रणाली में सुधार होगा। विरोधी सक्रिय रहेंगे। नौकरी में उच्चाधिकारी प्रसन्न रहेंगे। प्रमाद न करें। चोट व रोग से परेशानी संभव है। आराम तथा मनोरंजन के साधन उपलब्ध होंगे। यश बढ़ेगा। व्यापार वृद्धि होगी। नई योजना बनेगी जिसका तत्काल लाभ नहीं मिलेगा।

–ज्योतिषाचार्य पंडित अतुल शास्त्री

रात में जरूर लेना चाहिए शॉवर

अच्छी नींद के साथ-साथ शरीर को मिलेंगे और भी कई फायदे

सेहतमंद रहने के लिए रोज नहाना जरूरी होता है। सुबह उठकर नहाने से ताजगी आती है। मन भी अच्छा होता है। नहाने से हमारे पूरे शरीर की सफाई हो जाती है। कई लोगों को रात में बिना नहाए नींद ही नहीं आती है। आज का हमारा लेख भी इसी विषय पर है। लेकिन हम आपको बता दें कि नहाने का भी अपना समय होता है। सुबह और रात में ही नहाने से हमें कई फायदे मिलते हैं। हम आपको रात में सोने से पहले नहाने के फायदों के बारे में बताने जा रहे हैं। आइए जानते हैं विस्तार से–

स्किन के लिए फायदेमंद

धूल, प्रदूषण के कारण हमारी स्किन पर गंदगी जमा हो जाती है। इससे कील-मुंहासों, दाग और धब्बों की समस्या देखने को मिलती है। इससे एलर्जी का खतरा भी कम हो जाता है। आपने कई लोगों को देखा होगा कि वे सोने से पहले चेहरे की सफाई करते हैं। ऐसे में अगर आप रात में नहाते हैं तो इससे चेहरे के साथ-साथ पूरे शरीर की सफाई हो जाती है।

नींद आती है अच्छी

अगर आप रात में सोने से पहले शावर लेते हैं तो आपकी थकान दूर होती है। इस कारण आपको नींद अच्छी आती है। हम सभी जब दिनभर की भागदौड़ के बाद जब घर लौटते हैं, तो काफी थका हुआ महसूस करते हैं। दरअसल, जब

हम दिनभर की भागदौड़ के बाद रात में घर लौटते हैं तो हमारा शरीर पूरी तरह से थक जाता है। इस कारण उन्हें रात में नींद न आने की समस्या होती है। ऐसे में अगर आप रात में नहाते हैं तो आपकी थकान भी दूर होती है, साथ ही आप ताजगी से भर जाते हैं।

कम होता है तनाव

दिन भर काम करने के बाद लोगों को तनाव घेर लेता है। ऐसे में आपको चिड़चिड़ेपन की समस्या हो सकती है। अगर आप रात में शावर लेंगे तो इससे आपका मूड भी अच्छा होगा और आप फ्रेश महसूस करेंगे।

मसल्स पेन से मिलती है राहत

रात में नहाने से थकान दूर होती है। इससे सिरदर्द, मांसपेशियों और जोड़ों के दर्द में भी आराम मिलता है। आप रोजाना रात को सोने से पहले जरूर नहाएं। हालांकि आपको कोई दिक्कत महसूस हो तो डॉक्टर से संपर्क करें।

क्या सुबह नहीं नहाना चाहिए?

अगर आप रात में शावर लेते हैं तो आप सुबह उठकर भी नहा सकते हैं। इससे आप पूरे दिन ताजगी से भरे रहेंगे। आपकी एनर्जी भी बनी रहेगी।

चावल या आटा स्टोर करने से पहले कर ले उपाय...

नहीं लगेगा घुन

गर्मी या बारिश में घुन यानी छोटे-छोटे कीड़े अनाजों में घर बना लेते हैं. और जब ये घुन लगते हैं तो पूरा अनाज बर्बाद हो सकता है. यह न सिर्फ दिखने में खराब लगता है, बल्कि खाने के लायक भी नहीं रहता. लेकिन आपको चिंता करने की जरूरत नहीं है, क्योंकि एक बेहद आसान और सस्ता उपाय है जिससे आप महीनों तक अपने राशन को बिना घुन के सुरक्षित रख सकते हैं. वो भी बिना किसी केमिकल या जहरीले उपाय के. आपको करना बस इतना है कि जब भी आप चावल, आटा या दाल को स्टोर करें, तो उस ड्रम में नीम की सूखी पत्तियां डाल दें. जी हां, वही नीम जिसका उपयोग प्राचीन समय से कीट भगाने में होता रहा है, आज भी उतना ही असरदार है.

नीम की पत्तियों में नैचुरल एंटी-बैक्टीरियल और एंटी-फंगल गुण होते हैं जो घुन, चींटियों और कीटों को आने से रोकते हैं. नीम की कड़वाहट और उसकी खुशबू से ये कीट दूर रहते हैं और अनाज लंबे समय तक ताजा बना रहता है. इसके लिए आपको बस कुछ सूखी नीम की पत्तियां लेनी हैं और उन्हें कपड़े में बांधकर या सीधे ही ड्रम में डाल देना है. हर 15-20 दिन में इन पत्तियों को बदलते रहें, ताकि उनका असर बना रहे.

अगर आपके पास नीम की पत्तियां नहीं हैं, तो आप लौंग या सूखा लहसुन भी इस्तेमाल कर सकते हैं. लौंग और लहसुन की तेज गंध भी घुन और दूसरे कीड़ों को दूर रखती है. कुछ लोग लाल मिर्च के सूखे डंठल भी अनाज में डालते हैं, लेकिन अगर घर में बच्चे हैं तो ये तरीका थोड़ा जोखिम भरा हो सकता है. इसलिए नीम सबसे सुरक्षित और आजमाया हुआ उपाय है. घरेलू किचन में अगर सही स्टोरेज न किया जाए, तो मेहनत की कमाई से लाया हुआ अनाज खराब हो सकता है. इससे न सिर्फ आर्थिक नुकसान होता है, बल्कि परिवार के स्वास्थ्य पर भी असर पड़ता है. इसलिए ऐसे आसान घरेलू उपाय अपनाकर आप अपने अनाज को न सिर्फ घुन से बचा सकते हैं, बल्कि उसकी ताजगी और पोषण को भी लंबे समय तक बनाए रख सकते हैं.

लेख में दी गई समस्त जानकारियां और सूचनाएं सामान्य मान्यताओं पर आधारित हैं. 'उल्हास विकास' इनकी पुष्टि नहीं करता है. इन पर अमल करने से पहले संबंधित विशेषज्ञ से संपर्क करें.

खबरें गांव की...

घर में विवाद के बाद मां ने मासूम बेटे को दिया जहर, फिर खुद भी खाया, महिला की मौत

शाहजहांपुर. शाहजहांपुर जिले के मदनापुर थानाक्षेत्र के एक गांव में कथित तौर पर पारिवारिक विवाद के चलते एक महिला ने अपने दो वर्षीय बेटे को जहरीला पदार्थ खिलाने के बाद स्वयं भी उसका सेवन कर लिया, जिससे उसकी मौत हो गई। पुलिस ने शनिवार को बताया कि बच्चे का उपचार किया जा रहा है। पुलिस अधीक्षक (एसपी) राजेश द्विवेदी ने बताया कि थाना मदनापुर अंतर्गत दौलतपुर गांव निवासी रामा देवी (30) का पति हरियाणा में नौकरी करता है। उन्होंने बताया कि आज सुबह घर में रामा देवी का उसके परिवार की एक महिला से कुछ वाद-विवाद हो गया, जिसके बाद उसने पहले अपने दो वर्षीय बेटे निशांत को जहरीला पदार्थ खिलाया और बाद में स्वयं भी खा लिया। बच्चे को उसकी गंभीर हालत के चलते राजकीय मेडिकल कॉलेज भेज दिया, जहां उसका उपचार किया जा रहा है।

प्रेमी नहीं उठा रहा था खर्च, इसलिए बच्चों को मार डाला; कातिल मां का कबूलनामा

मुजफ्फरनगर. प्रेम संबंधों में बाधा बनने पर एक महिला ने प्रेमी के साथ मिलकर अपने ही दो बच्चों की हत्या कर दी। पुलिस ने शुक्रवार को आरोपी महिला को गिरफ्तार कर लिया गया है। मोरना क्षेत्र के गांव रुड़कली तालिब अली मे जन्म देने वाली मां मुस्कान द्वारा आशिक जुनैद संग मिलकर दो मासूम बच्चों के कत्ल करने की घटना ने हर किसी को झकझोर दिया। मुस्कान ने बताया कि प्रेमी बच्चों का खर्च उठाने से इनकार कर रहा था इसलिए उसने दोनों बच्चों को मार डाला। एसपी देहात आदित्य बंसल ने बताया कि मासूम बच्चों की संदिग्ध मौत को देखकर पहले ही महिला पर शक हो गया था। पुलिस ने महिला से पूछताछ की तो वह लगातार पुलिस को गुमराह करती रही। पुलिस ने महिला के पति वसीम से बात कर मामले की जानकारी ली, लेकिन वह भी मामले से पूरी तरह अंजान था।

9 साल पहले मामा की हैवानियत से परेशान लड़की भागी घर, वापस लौटी तो फिर रेप

मेरठ. ननिहाल को लेकर बच्चों की सुखद यादें होती हैं लेकिन दिल्ली की ये किशोरी ननिहाल का नाम आते ही कांपने लगती है। मेरठ में रहने वाले रिश्ते के एक मामा ने पहले तो उसका बचपन छीन लिया और अब बड़ी होने पर उसकी इज्जत तार-तार करने पर तुला है। यौन शोषण की इस वारदात का खुलासा तब हुआ, जब किशोरी की तबियत बिगड़ने पर उसे एम्स की एक चिकित्सक को दिखाया गया। नई दिल्ली के सावित्रीनगर निवासी कारोबारी की पत्नी परतापुर के एक गांव की निवासी है। कारोबारी ने 2016 से 2018 तक अपनी बेटी को गांव में नानी के पास पढ़ाई के लिए छोड़ा था। आरोप है कि जब वह तीसरी कक्षा में आई तभी से उसके रिश्ते के मामा ने उसका यौन शोषण शुरू कर दिया। आरोपी ने बच्ची का तीन साल तक शोषण किया।

3 अधिकारियों को तुरंत बाहर करो

- **अहमदाबाद प्लेन क्रैश के बाद DGCA का Air India को आदेश**

नई दिल्ली. अहमदाबाद में 12 जून को हुए भीषण प्लेन क्रैश हादसे के बाद कार्रवाई हुई है। भारत की नागरिक उड्डयन नियामक संस्था डीजीसीए ने एअर इंडिया से कहा है कि वह हाल ही के अहमदाबाद विमान हादसे में पाए गए गंभीर सुरक्षा उल्लंघनों के चलते तीन अधिकारियों को तुरंत हटा दे। यह आदेश 12 जून को सादर वल्लभभाई पटेल अंतरराष्ट्रीय हवाई अड्डा से उड़ान भरते ही बोइंग 787-8 ड्रीमलाइनर क्रैश होने के कुछ ही दिन बाद आया है, जिसमें 270 से अधिक लोगों की मौत हो गई थी।

फ्लाइट क्रू शेड्यूलिंग से संबंधित गंभीर और बार-बार उल्लंघन के बाद एयर इंडिया के तीन वरिष्ठ अधिकारियों के खिलाफ तत्काल कार्रवाई का आदेश दिया है। एयरलाइन द्वारा बताई गई इन खामियों से पता चला कि अनिवार्य लाइसेंसिंग, आराम और रीसेंसी मानदंडों को पूरा न करने के बावजूद फ्लाइट क्रू को शेड्यूल किया गया और संचालित किया गया।

इस क्रैश के बाद हुए सघन जांच के दौरान DGCA ने एयर इंडिया के तीन अधिकारियों को तुरंत निलंबित करने के लिए कहा है। DGCA ने सुरक्षा उल्लंघनों की गंभीरता को देखते हुए एयर इंडिया को निर्देश दिया कि दोषी कर्मचारियों को तुरंत बर्खास्त किया जाए।

अहमदाबाद से लंदन की ओर जा रहा एयर इंडिया का ड्रीमलाइनर टेकऑफ के कुछ ही समय बाद बीजे मेडिकल कॉलेज की हॉस्टल की इमारत से टकरा गया। इस हादसे में प्लेन में सवार 242 व्यक्तियों में से 241 की मौत हो गई। केवल एक व्यक्ति ही बच पाया। इसके अलावा जमीन पर कम से कम 29 लोग मारे गए। शवों की पहचान के लिए DNA मैचिंग जारी है। अब तक 220 नमूनों में से 202 शवों की पहचान हो चुकी है। उनमें 160 भारतीय, 7 पुर्तगाली, 34 ब्रिटिश और 1 कनाडाई शामिल हैं।

आपको बता दें कि ड्रीमलाइनर और एयरबस एयरक्राफ्टों का विशेष निरीक्षण तेजी से हो रहा है। जांच जारी है। साथ ही ब्लैक बॉक्स की शुरुआती जानकारी जुटाई जा रही है। हादसे की शुरुआत इंजन, स्लाइड, फ्लैप संबंधित या टेकऑफ से जुड़ी किसी तकनीकी विफलता हो सकती है।

चुनाव आयोग से राहुल गांधी को झटका

नई दिल्ली. चुनाव आयोग ने पोलिंग स्टेशनों के वेबकास्टिंग फुटेज को सार्वजनिक करने की मांग को खारिज कर दिया है। ईसी की ओर से कहा गया कि यह मतदाताओं की गोपनीयता और सुरक्षा के लिए खतरा है। आयोग के अधिकारियों ने शनिवार को बताया कि ऐसी मांगें भले ही लोकतांत्रिक प्रक्रिया की रक्षा का दावा करें, लेकिन उनका असली मकसद इसके विपरीत है। जनप्रतिनिधित्व अधिनियम 1950-1951 और सुप्रीम कोर्ट के निर्देशों के अनुसार, यह मांग मतदाताओं के अधिकारों का उल्लंघन करती है। फुटेज साझा करने से मतदाताओं की पहचान उजागर हो सकती है, जिससे वोट देने या न देने वाले लोग दबाव, भेदभाव या धमकी का शिकार हो सकते हैं।

PM मोदी ने विशाखापट्टनम में योग किया

बोले- तनाव से गुजर रही दुनिया के लिए योग पॉज बटन जैसा; 191 देशों में 1,300 जगह कार्यक्रम

विशाखापट्टनम. दुनियाभर में शनिवार को 11वां योग दिवस मनाया जा रहा है। PM मोदी ने विशाखापट्टनम में 3 लाख लोगों और 40 देशों के राजनयिक के साथ योग किया। इस मौके पर PM मोदी ने कहा कि योग का मतलब होता है- जोड़ना। और ये देखना सुखद है कि कैसे योग ने पूरी दुनिया को जोड़ा है।

मोदी ने कहा कि आज जब दुनिया में अशांति, तनाव और अस्थिरता बढ़ रही है, तो योग शांति की दिशा दिखाता है। यह पॉज बटन जैसा। PM के साथ आंध्र प्रदेश के मुख्यमंत्री चंद्रबाबू नायडू और डिप्टी CM पवन कल्याण ने भी योग किया। इस बार की योग की थीम 'एक पृथ्वी, एक स्वास्थ्य के लिए योग' है। इंडियन काउंसिल फॉर कल्चर रिलेशन्स के मुताबिक, 191 देशों में 1,300 जगहों पर 2,000 से ज्यादा योग कार्यक्रम हुए।

योग करोड़ों लोगों के जीवन का हिस्सा बना

PM मोदी ने कहा- आज योग करोड़ों लोगों के जीवन का हिस्सा बन चुका है। मुझे गर्व होता है जब मैं देखता हूं कि हमारे दिव्यांग साथी ब्रेल में योग शास्त्र पढ़ते हैं। वैज्ञानिक अंतरिक्ष में योग करते हैं। गांव-गांव में युवा साथी योग ओलिंपियाड में भाग लेते हैं। PM ने कहा कि अभी नेवी के जहाज में भी योगा कार्यक्रम चल रहा है। चाहे ओपेरा हाउस की सीढ़ियां हों, या एवरेस्ट की चोटियां, या समुंदर का विस्तार हो एक ही संदेश आता है कि योग सभी का है और सभी के लिए है।

ईवीएम को लेकर उमर अब्दुल्ला का कांग्रेस पर तंज

- **इंडिया गठबंधन को भी लपेटा**

श्रीनगर. जम्मू कश्मीर के मुख्यमंत्री उमर अब्दुल्ला ने इंडिया गठबंधन में साथी कांग्रेस पार्टी की जमकर खिंचाई की है। उन्होंने कहा है कि अगर आप चुनाव जीत नहीं पा रहे हैं तो बहाने मत बनाइए। गौरतलब है कि चुनाव में हार के बाद कांग्रेस पार्टी अक्सर ईवीएम और इलेक्शन कमीशन पर उंगली उठाती रही है। इसको लेकर जम्मू उमर अब्दुल्ला ने कांग्रेस पर निशाना साधा है। 2024 में महाराष्ट्र विधानसभा चुनाव के बाद कांग्रेस पार्टी ने लगातार ईवीएम पर सवाल उठाए। पार्टी ने चुनावी प्रक्रिया में अनियमितता और पारदर्शिता के अभाव का आरोप भी लगाया है। इसके साथ ही उन्होंने इंडिया गठबंधन पर भी सवाल उठाए। उमर अब्दुल्ला ने कहाकि गठबंधन के नेताओं ने 2024 के लोकसभा चुनावी नतीजों के बाद से एक बैठक तक नहीं की है।

यह कांग्रेस का विचार

उमर अब्दुल्ला ने कहाकि चुनाव प्रक्रिया को लेकर कांग्रेस से जो भी बातें आप सुनते हैं, वह कांग्रेस का खुद का मत है। जम्मू कश्मीर के सीएम ने कहाकि मैं इन बातों को साझा नहीं करता। इकोनॉमिक टाइम्स को दिए एक इंटरव्यू में अब्दुल्ला ने कहाकि इसका कारण बहुत स्पष्ट है। अगर मैं किसी चीज में सफल नहीं हो रहा हूं तो इसको लेकर बहाने नहीं बनाता हूं। यदि मुझे चुनावी परिणामों के साथ कोई समस्या है, तो मुझे यह तब भी होनी चाहिए जब मैंने जीत हासिल की हो। पिछले विधानसभा चुनाव में मेरी पार्टी ने उम्मीद से बेहतर किया। किसी ने उम्मीद नहीं की थी कि हमें इतनी ज्यादा सीटें मिल जाएंगी।

कांग्रेस ने रखी थी बैलट पेपर से चुनाव की मांग

बता दें कि हाल ही में कांग्रेस नेताओं ने ईवीएम सिस्टम की विश्वसनीयता पर सवाल उठाया था। साथ ही फिर से बैलट पेपर से चुनाव कराए जाने की मांग रखी थी। पार्टी ने सर्वदलीय चर्चा की भी मांग उठाई थी, ताकि वोटरों का भरोसा जीता जा सके। अब्दुल्ला ने कहाकि अगर मुझे जीतने के बाद कोई शिकायत नहीं होती है तो हारने के बाद भी ऐसा ही होना चाहिए।

ऑपरेशन सिंधु- ईरान से 2 बैच में 407 भारतीय लौटे

- **इसमें 190 कश्मीरी छात्र**
- **किसी ने वन्दे मातरम् के नारे लगाए**
- **तो किसी ने शुक्रिया कहा**

नई दिल्ली. ईरान और इजराइल संघर्ष के बीच ऑपरेशन सिंधु के तहत शुक्रवार देर रात 290 भारतीय नागरिक दिल्ली लौटे। इनमें से ज्यादातर कश्मीर के छात्र हैं। इसके अलावा कुछ यात्री दिल्ली, हरियाणा, कर्नाटक और पश्चिम बंगाल से भी हैं।

विदेश मंत्रालय के मुताबिक, अब तक 517 भारतीय नेशनल स्वदेश लौट चुके हैं। शुक्रवार देर रात 2 बैच में 407 भारतीय लौटे। देर रात 10:30 बजे की फ्लाइट में 190 कश्मीरी छात्रों समेत 290 और देर रात 3 बजे की फ्लाइट में 117 लोग थे। इससे पहले 19 जून को 110 छात्र आर्मेनिया और दोहा के रास्ते भारत पहुंचे थे। एक और फ्लाइट शनिवार शाम तक आ सकती है।

ईरान से दिल्ली पहुंचे इन यात्रियों ने एयरपोर्ट पर 'वन्दे मातरम्' और 'भारत माता की जय' के नारे लगाए। इस दौरान कुछ लोग भावुक भी हो गए। उनकी आंखों में आंसू थे, तो कुछ ने जमीन पर माथा टेककर शुक्रिया भी अदा किया।

तेहरान से नई दिल्ली के लिए विमान ने भरी उड़ान

तेहरान के इमाम खोमैनी अंतरराष्ट्रीय एयरपोर्ट से 290 भारतीय नागरिकों को लेकर माहान एयर के इस विमान ने (फ्लाइट नंबर W 5071) भारतीय समयानुसार शुक्रवार शाम 6:30 बजे नई दिल्ली के लिए उड़ान भरी थी। यह विमान देर रात 11:30 बजे दिल्ली एयरपोर्ट पर लैंड हुआ।

लोगों ने कहा, भारत आकर सुकून मिला

ईरान से भारत पहुंचीं एलिया बतूल ने कहा, 'मेरा परिवार बहुत परेशान था। यहां आकर हमें सुकून मिला। भारत सरकार का बहुत-बहुत धन्यवाद। हमें वहां कोई भी समस्या नहीं हुई, क्योंकि हमारे दूतावास ने हमारा बहुत साथ दिया।'

सैयद मंसूर हुसैन ने कहा, 'सभी ने भारत मां की सरजमीं पर आकर सजदा किया। भारत सरकार का बहुत धन्यवाद। मैं भारत से प्यार करता हूं।'

लगेज बिना पटना पहुंचीं AI की 2 फ्लाइट

- **एयरलाइंस ने कहा- पटना एयरपोर्ट का रनवे छोटा**
- **बारिश हो रही थी, इसलिए सामान नहीं लाए**

पटना. शनिवार को पटना पहुंची एअर इंडिया की 2 फ्लाइट यात्रियों का लगेज लिए बिना ही लैंड हुईं। बेंगलुरु से पटना पहुंची फ्लाइट IX2936 180 यात्रियों का सामान लिए बिना पटना पहुंची। इसी तरह चेन्नई से पटना पहुंची फ्लाइट XI1634 भी यात्रियों का लगेज छोड़ आई। इसके बाद से एयरपोर्ट पर यात्रियों का हंगामा शुरू हो गया। एअर इंडिया ने यात्रियों से कहा कि 'वजन ज्यादा हो गया था, इसलिए लगेज नहीं ला पाए।'

यात्रियों से एअर इंडिया की तरफ से कहा गया कि 'पटना एयरपोर्ट का रनवे छोटा है और बारिश हो रही थी। इसलिए हैवी सामान नहीं आ सका है। आज एअर इंडिया की कोई भी फ्लाइट पटना नहीं आ रही है, इसलिए कल सुबह 8 बजे तक सामान पहुंचने की बात कही गई है।'

लगेज नहीं मिलने पर यात्री भड़क गए। एयरपोर्ट पर जमकर हंगामा किया। एअर इंडिया ने कहा कि यात्रियों का सामान सीधे उनके घर पहुंचा दिया जाएगा। एअर इंडिया के ग्राउंड स्टाफ और CISF के जवानों ने यात्रियों को शांत कराया। कई ऐसे पैसेंजर भी थे, जिन्हें दूसरी फ्लाइट पकड़नी थी। लेकिन, लगेज नहीं आने के कारण उन्हें काफी परेशानी हुई।

सोनिया गांधी को पसंद नहीं आई ईरान-इजरायल युद्ध पर 'भारत की चुप्पी

- **मोदी सरकार पर बोला हमला**

नई दिल्ली. कांग्रेस की वरिष्ठ नेता सोनिया गांधी ने ईरान और इजरायल के बीच जारी संघर्ष पर भारत सरकार की चुप्पी को न केवल एक कूटनीतिक चूक, बल्कि भारत की नैतिक और रणनीतिक परंपराओं से विचलन करार दिया है। शुक्रवार को द हिंदू में लिखे एक लेख में सोनिया गांधी ने इजरायल द्वारा 13 जून को ईरानी सैन्य ठिकानों पर किए गए हवाई हमलों को अवैध और संप्रभुता का उल्लंघन बताया।

सोनिया गांधी ने कहा, 'भारतीय राष्ट्रीय कांग्रेस ने इन बमबारी और टारगेट किलिंग की निंदा की है जो ईरानी जमीन पर की गईं। ये कार्य न केवल नागरिकों के जीवन के लिए घातक हैं, बल्कि क्षेत्रीय और वैश्विक अस्थिरता को भी बढ़ावा देते हैं।' उन्होंने इजरायल की गाजा में चल रही सैन्य कार्रवाई को भी क्रूर और असंतुलित बताते हुए उसकी आलोचना की। इजरायल द्वारा ईरान पर किए गए हवाई हमले के बाद से दोनों देशों के बीच ड्रोन और मिसाइल हमलों का सिलसिला शुरू हो गया है। यह हमला ऐसे समय हुआ जब अमेरिका और ईरान के बीच परमाणु वार्ता धीरे-धीरे प्रगति की ओर बढ़ रही थी। अब तक पांच दौर की बातचीत हो चुकी थी और छठे दौर की योजना जून के अंत तक की गई थी।

हेडिंग्ले टेस्ट का दूसरा दिन

पंत का तीसरा शतक, कप्तान गिल 147 रन बनाकर आउट

- **पहले दिन जायसवाल व गिल ने लगाए शतक**
- **शोएब बसीर ने 209 रन की पार्टनरशिप ब्रेक की**

तेंदुलकर-एंडरसन ट्रॉफी का पहला टेस्ट हेडिंग्ले क्रिकेट ग्राउंड पर खेला जा रहा है। शनिवार को मैच का दूसरा दिन है और पहला सेशन जारी है।

टीम इंडिया ने पहली पारी में 3 विकेट पर 430 रन बना लिए हैं। ऋषभ पंत 113 रन पर नाबाद हैं। पंत ने शोएब बसीर के ओवर में छक्का लगाकर शतक पूरा किया। उन्होंने इंग्लैंड में तीसरा शतक लगाया है।

कप्तान शुभमन गिल 147 रन बनाकर आउट हुए। उन्हें शोएब बसीर ने जोश टंग के हाथों कैच कराया। भारतीय टीम ने 359/3 के स्कोर से आगे खेलना शुरू किया। पहले दिन यशस्वी जायसवाल (101 रन) और केएल राहुल (41 रन) बनाकर आउट हुए। डेब्यूटेंट साई सुदर्शन शून्य रन बनाकर पवेलियन लौटे। इंग्लैंड के कप्तान बेन स्टोक्स ने 2 विकेट लिए। ब्रायडन कार्स को एक विकेट मिला।

इससे पहले शुक्रवार को भारत ने तेंदुलकर-एंडरसन ट्रॉफी के पहले टेस्ट में इंग्लैंड के खिलाफ मजबूत शुरुआत की है। भारतीय टीम ने मैच के पहले दिन पहली पारी में 3 विकेट पर 359 रन बनाए। कप्तान शुभमन गिल 127 और ऋषभ पंत 65 रन पर नाबाद लौटे। दोनों चौथे विकेट के लिए 138 रन की नाबाद साझेदारी कर चुके हैं। लीड्स के हेडिंग्ले क्रिकेट स्टेडियम में इंग्लैंड ने टॉस जीतकर गेंदबाजी चुनी। यशस्वी जायसवाल (101 रन) और केएल राहुल (42 रन) ने 91 रन की साझेदारी करके भारत को अच्छी शुरुआत दिलाई, लेकिन ब्रायडन कार्स और बेन स्टोक्स ने लंच से पहले दो विकेट लेकर इंग्लैंड की वापसी कराई। डेब्यू कर रहे साई सुदर्शन शून्य पर आउट हुए।

सिंधु जल संधि कभी बहाल नहीं होगी

राजस्थान की ओर पानी मोड़ेंगे; भारत का पाक को संदेश

नई दिल्ली. केंद्रीय गृहमंत्री अमित शाह ने शनिवार को स्पष्ट शब्दों में कहा कि भारत कभी भी पाकिस्तान के साथ सिंधु जल संधि को बहाल नहीं करेगा। उन्होंने कहा कि पाकिस्तान को 'अनुचित रूप से' मिल रहा पानी अब भारत में इस्तेमाल किया जाएगा, और विशेष रूप से इसे राजस्थान जैसे राज्यों तक पहुंचाने के लिए एक नहर का निर्माण किया जाएगा।

गौरतलब है कि भारत ने 1960 में विश्व बैंक की मध्यस्थता में पाकिस्तान के साथ यह संधि की थी, जिसके तहत भारत और पाकिस्तान के बीच सिंधु नदी प्रणाली के जल का बंटवारा हुआ था। यह संधि पाकिस्तान की 80% कृषि भूमि के लिए जल की उपलब्धता सुनिश्चित करती थी। जम्मू-कश्मीर के पहलगाम में एक आतंकवादी हमले में 26 आम नागरिकों की हत्या के बाद भारत ने संधि को 'स्थगित' कर दिया था। भारत ने इस हमले को पाकिस्तान-प्रायोजित आतंकवाद करार दिया था।

टाइम्स ऑफ इंडिया को दिए इंटरव्यू में अमित शाह ने कहा, 'नहीं, यह (संधि) कभी बहाल नहीं की जाएगी। अंतर्राष्ट्रीय संधियों को एकतरफा तरीके से रद्द नहीं किया जा सकता है, लेकिन हमें इसे स्थगित करने का अधिकार था, जो हमने किया है। संधि की प्रस्तावना में उल्लेख किया गया है कि यह दोनों देशों की शांति और प्रगति के लिए थी, लेकिन एक बार

चलती ट्रेन में युवक की पीट-पीटकर हत्या

- **15-20 लोग तब तक मारते रहे, जब तक मर नहीं गया**

बागपत. यूपी के बागपत में चलती ट्रेन में सीट को लेकर एक युवक की पीट-पीटकर हत्या कर दी गई। युवक सहारनपुर-दिल्ली पैसेंजर ट्रेन से बागपत आ रहा था। फखरपुर स्टेशन के पास सीट पर बैठने को लेकर उसका विवाद हो गया। इसके बाद 15 से 20 लोगों ने मिलकर उसे लात-घूंसों और बेल्ट से पीटा। बागपत से 10 किमी पहले खेकड़ा स्टेशन पर ट्रेन रुकी तो आरोपी उतरकर फरार हो गए। ट्रेन में सवार युवक के एक साथी ने जीआरपी और परिवार को फोन किया। इसके बाद परिजन मौके पर पहुंचे। घायल दीपक यादव को को ट्रेन से उतारकर CHC ले गए, जहां डॉक्टरों ने उसे मृत घोषित कर दिया। दीपक दिल्ली में नौकरी करता था और हर शुक्रवार दिल्ली से बागपत स्थित घर आता था। पूरी घटना शुक्रवार की है, लेकिन इसका वीडियो आज सामने आया है।

घर का इकलौता बेटा था दीपक

बागपत के खेकड़ा कस्बे के मोहल्ला अहिरान निवासी ऋषि यादव का बेटा दीपक (39) दिल्ली की एक फैक्ट्री में नौकरी करता था। शुक्रवार देर रात वह ड्यूटी के बाद दिल्ली-सहारनपुर पैसेंजर ट्रेन से घर लौट रहा था। फखरपुर स्टेशन के पास दीपक का सीट पर बैठने को लेकर कुछ लोकल युवकों से विवाद हो गया।

इसके बाद 15 से 20 लोगों ने उस पर लात-घूसों और बेल्टों से हमला कर दिया। ट्रेन में सवार कुछ यात्रियों ने उसे बचाने की कोशिश की, लेकिन आरोपियों ने उन्हें धक्का देकर हटा दिया। आरोपियों ने फखरपुर से खेकड़ा स्टेशन तक, यानी करीब 10 किलोमीटर तक दीपक को पीटा। ट्रेन में मौजूद एक यात्री दीपक को पहचानता था। उसने दीपक के घरवालों को फोन करके सूचना दी। दीपक परिवार का इकलौता लड़का था। 12 साल पहले दीपक की सावित्री से शादी हुई थी। दीपक के दो बच्चे हैं। 12 साल की बेटी आयुषी और ढाई साल का बेटा अविरल।

'प्लेन क्रैश कर दूंगी'

बेंगलुरु. बेंगलुरु के केम्पेगौड़ा अंतरराष्ट्रीय हवाई अड्डे पर एयर इंडिया एक्सप्रेस की सूरत जाने वाली उड़ान IX2749 में सवार होने के दौरान एक महिला ने हंगामा खड़ा कर दिया। 36 वर्षीय यात्री व्यास हिरल मोहनभाई बेंगलुरु के येलहंका की रहने वाली हैं। उन्होंने अपने सामान को चालक दल के केबिन के पास प्रतिबंधित क्षेत्र में रख दिया। जब क्रू मेंबर्स ने आपत्ति जताई और सामान हटाने को कहा, तो उसने इनकार कर दिया। हिरल ने न केवल चालक दल के साथ बहस की, बल्कि बीच-बचाव करने की कोशिश कर रहे अन्य यात्रियों के साथ भी उलझ गई। प्राथमिकी के अनुसार, उसने धमकी दी कि अगर उसका सामान हटाया गया तो वह विमान को दुर्घटनाग्रस्त कर देगी। इस धमकी को गंभीरता से लेते हुए एयरलाइन ने उड़ान शुरू होने से पहले उसे विमान से उतार दिया। महिला यात्री को एयरपोर्ट पुलिस को सौंप दिया गया। इस घटना ने यात्रियों के बीच दहशत पैदा कर दी।

महिला कर्मचारी पर हमला करने का आरोप

पुलिस स्टेशन में भी हिरल मोहनभाई का आक्रामक व्यवहार जारी रहा, जहां उसने कथित तौर पर एक महिला कर्मचारी पर हमला करने की कोशिश की। केम्पेगौड़ा अंतरराष्ट्रीय हवाई अड्डा पुलिस स्टेशन में उसके खिलाफ भारतीय न्याय संहिता की धारा 351(4) और 353(1)(ब) के तहत आपराधिक धमकी व सार्वजनिक उपद्रव फैलाने वाले बयानों के लिए एफआईआर दर्ज की गई है।

आम सूचना

मैं श्रीमती कविता राकेश चौहान सभी को सूचित कर रही हूं कि रुम, भैय्यासाहेब आंबेडकर नगर, उल्हासनगर- 2. (टैक्स नं. 19बीओ016175700) उक्त प्रॉपर्टी श्री लक्ष्मण बाबुराव चव्हाण के नाम पर है। उनसे सेल एग्रीमेंट दि. 20.6.2025 सी.नं. 2252/2025 द्वारा खरीदी है। जिस कारण उक्त जायदाद मैं अपने नाम करवाना चाहती हूं। अगर इस जायदाद पर किसी भी व्यक्ति का कोई हक्क वास्ता हो तो वो सारे सबूतों के साथ 7 दिनों के भीतर उपरोक्त दिए गए पत्ते अथवा उल्हासनगर महानगरपालिका के टैक्स विभाग में संपर्क कर सकते हैं। अन्य 7 दिनों के बाद कोई भी व्यक्ति अपना दावा पेश नहीं कर सकता है।

सही/-
श्रीमती कविता राकेश चौहान

आम सूचना

मैं श्रीमती रजनी शिवाजी कानडे सभी को सूचित कर रही हूं कि फ्लैट नं. 101, मिलन अपार्टमेंट, बैरक नं. 383, रुम नं. 1,2,3, ओटी सेक्शन, उल्हासनगर- 1. (टैक्स नं. 08एआय014871800) उक्त प्रॉपर्टी श्री शिवाजी खंडू कानडे के नाम पर है। उनका निधन 29.4.2025 को हो गया है। श्री दीपक शिवाजी कानडे ने रिलीज एग्रीमेंट दि. 29.4.2025 सी.नं.2256/2025 द्वारा प्राप्त की है। जिस कारण उक्त जायदाद मैं अपने नाम करवाना चाहती हूं। अगर इस जायदाद पर किसी भी व्यक्ति का कोई हक्क वास्ता हो तो वो सारे सबूतों के साथ 7 दिनों के भीतर उपरोक्त दिए गए पत्ते अथवा उल्हासनगर महानगरपालिका के टैक्स विभाग में संपर्क कर सकते हैं। अन्य 7 दिनों के बाद कोई भी व्यक्ति अपना दावा पेश नहीं कर सकता है।

सही/-
श्रीमती रजनी शिवाजी कानडे

आम सूचना

मैं श्री रोहित प्रकाश चव्हाण सभी को सूचित कर रहा हूं कि रुम, पहला माला, शिव शक्ति कालोनी, उल्हासनगर- 4. (टैक्स नं. 43सीओ009716400) उक्त प्रॉपर्टी श्री प्रकाश श्रीपत चव्हाण के नाम पर है। उनसे गिफ्ट एग्रीमेंट दि. 5.7.2024 द्वारा प्राप्त की है। जिस कारण उक्त जायदाद मैं अपने नाम करवाना चाहता हूं। अगर इस जायदाद पर किसी भी व्यक्ति का कोई हक्क वास्ता हो तो वो सारे सबूतों के साथ 7 दिनों के भीतर उपरोक्त दिए गए पत्ते अथवा उल्हासनगर महानगरपालिका के टैक्स विभाग में संपर्क कर सकते हैं। अन्य 7 दिनों के बाद कोई भी व्यक्ति अपना दावा पेश नहीं कर सकता है।

सही/-
श्री रोहित प्रकाश चव्हाण

संक्षेप...

2 बाइक सवार युवकों की मौत

भिवंडी. भिवंडी-ठाणे बाईपास रोड पर बॉम्बे ढाबा के पास एक कंटेनर ने बाइक को टक्कर मार दी. दुर्घटना में भिवंडी के 2 बाइक सवारों की मौत हो गई है. मृतक दोनों युवकों के नाम मोहम्मद असद आफताब आलम निवासी गैबी नगर और आजम सईद अंसारी निवासी अंसार नगर है. पुलिस के अनुसार मोहम्मद असद आफताब आलम और आजम सईद अंसारी दोपहिया वाहन पर सवार होकर भिवंडी से मुंब्रा जा रहे थे. भिवंडी-ठाणे बाईपास रोड पर खारेगांव टोल प्लाजा के बॉम्बे ढाबा इलाके में एक तेज रफ्तार कंटेनर चालक ने दोपहिया वाहन को टक्कर मार दी. गंभीर रूप से घायल दोनों युवकों को तुरंत कलवा अस्पताल ले जाया गया, जहां डॉक्टरों ने उन्हें मृत घोषित कर दिया.

नवी मुंबई में अंतरराष्ट्रीय योग दिवस भव्य रूप से संपन्न

'स्वच्छता से स्वास्थ्य, स्वास्थ्य के लिए योग' थीम पर आधारित विशेष कार्यक्रम का आयोजन

नवी मुंबई. नवी मुंबई महानगरपालिका की ओर से सिडको और द आर्ट ऑफ लिव्हिंग संस्था के सहयोग से वाशी के सिडको एक्झिबिशन सेंटर में आज अंतरराष्ट्रीय योग दिवस का भव्य आयोजन किया गया। इस कार्यक्रम में 5,000 से अधिक नागरिकों ने भाग लिया और सामूहिक योगाभ्यास कर इस दिवस को सफल बनाया।

कार्यक्रम में महाराष्ट्र के वन मंत्री गणेश नाईक, बेलापुर की विधायक मंदा म्हात्रे, मनपा आयुक्त डॉ. कैलास शिंदे, अतिरिक्त आयुक्त सुनील पवार, अंतरराष्ट्रीय तैराक शुभम वनमाळी, प्रजापिता ब्रह्मकुमारी संस्था की शिलादिदी, आर्ट ऑफ लिव्हिंग के हनुमंत शिंदे, योग प्रशिक्षक प्रमोद कोकणे और दीप्ती देशपांडे तथा अन्य अनेक गणमान्य उपस्थित थे।

योग के महत्व पर मान्यवरों का जोर

मंत्री गणेश नाईक ने अपने भाषण में कहा कि प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने योग को वैश्विक स्तर पर पहचान दिलाई। योग न केवल तन को सशक्त बनाता है, बल्कि मन को भी शांत करता है, इसलिए यह जीवनशैली का हिस्सा बनना चाहिए। विधायक मंदा म्हात्रे ने बताया कि पिछले 11 वर्षों से लगातार नवी मुंबई में योग दिवस मनाया जा रहा है। युवाओं की भागीदारी देखकर लगता है कि योग परंपरा नई पीढ़ी में भी मजबूत हो रही है।

स्वच्छता, पर्यावरण और योग का सुंदर संगम

महापालिका आयुक्त डॉ. कैलास शिंदे ने योग को मानसिक स्वच्छता और शांति से जोड़ते हुए नागरिकों से अपील की कि वे योग को दैनिक जीवन में शामिल करें, जैसे वे शहर की स्वच्छता में योगदान दे रहे हैं। कार्यक्रम की विशेषता यह रही कि वस्त्र मंत्रालय व मनपा के वस्त्र पुनर्निर्माण केंद्र द्वारा अपशिष्ट कपड़ों से तैयार पुनर्नवीनीकरण योगा मॅट पर मान्यवरों ने योगासन किए।इसके अलावा योग सन्देश दर्शाती एक विशेष गोधड़ी (कपड़े के टुकड़ों से बनी चादर) भी प्रदर्शित की गई थी।

'एक पृथ्वी, एक स्वास्थ्य' थीम

इस वर्ष योग दिवस की थीम थीः 'एक पृथ्वी, एक स्वास्थ्य' कार्यक्रम के आयोजन में खेल व सांस्कृतिक कार्य विभाग की उपआयुक्त अभिलाषा म्हात्रे-पाटील, घनकचरा विभाग के डॉ. अजय गडदे और स्मिता काळे ने नेतृत्व किया।गणमान्य व्यक्तियों का पर्यावरण के अनुकूल स्वागत पौधों के गमले भेंट कर किया गया।

स्वच्छता अभियान की शुरुआत का संदेश

1 जुलाई से शुरू हो रहे 'स्वच्छता अपनाओ, बीमारी भगाओ' अभियान की पूर्वतैयारी के रूप में इस योग दिवस कार्यक्रम को जोड़ा गया।

शिव परिवार द्वारा 'संस्कार योग शिविर' का आयोजन

ठाणे. विश्व योग दिवस के अवसर पर शिव परिवार द्वारा हर वर्ष की भांति इस वर्ष भी संस्कार योग शिविर का सफल आयोजन किया गया। यह कार्यक्रम शिवशांति प्रतिष्ठान के सहयोग से एवं संस्थापक एडवोकेट विनय कुमार सिंह के निर्देशन में संपन्न हुआ।

सुबह प्रकृति की गोद में, हरियाली से घिरे येऊर जंगल परिसर में आयोजित इस शिविर में बड़ी संख्या में योग प्रेमियों ने सहभागिता की।

कार्यक्रम की शुरुआत सूर्य नमस्कार से हुई, जिसका नेतृत्व योग शिक्षक गोपाल ठाकुर एवं लक्ष्मी मौर्य ने किया। उन्होंने योग के प्रकाश, लाभ और जीवनशैली में इसकी भूमिका पर विस्तार से बताया। इस अवसर पर शिव परिवार प्रमुख पं. राम मिलन शुक्ला, रंजीत सिंह, एडवोकेट शिक्षा संस्कार, आशीष सिंह व अन्य सामाजिक कार्यकर्ता उपस्थित रहे।

एडवोकेट विनय कुमार सिंह ने अपने संबोधन में कहा – 'योग भारतीय संस्कृति की आत्मा है, जो तन, मन और आत्मा – तीनों को शुद्ध करता है। शिव परिवार और शिवशांति प्रतिष्ठान मिलकर समाज में योग और पर्यावरण जागरूकता को बढ़ावा देने हेतु लगातार कार्यरत है।

कामवारी नदी में डूबे दोनों सगे भाइयों का मिला शव

परिजनों सहित ग्रामवासियों में दुख की लहर

भिवंडी. शुक्रवार शाम करीब 4 बजे गोरसई निवासी मराठी पत्रकार शरद धुमाल के सगे भाई परशुराम धुमाल के 2 लड़के सागर परशुराम धुमाल (31) एवं अक्षय परशुराम धुमाल (25)अपने दोस्तों के साथ गांव के नजदीक स्थित कामवारी नदी में नहाने गए थे.नदी के गहरे पानी का अंदाजा नहीं होने से दोनों भाई गहरे पानी में डूब गए थे. मृतक दोनों सगे भाई मुंबई मनपा में कर्मचारी पद पर कार्यरत थे.हादसे की सूचना के बाद घटनास्थल पर पहुंची मनपा आपदा प्रबंधन टीम ने करीब 2 घंटे की खोजबीन कर रात होने के उपरांत रेस्क्यू कार्य सुबह होने तक बंद कर दिया था.

शनिवार सुबह 7 बजे के दौरान ग्रामवासियों ने काफी खोज के बाद एक युवक का शव नदी किनारे झाड़ियों में फंसा पाया और कुछ देर के बाद ही एनडीआरएफ की टीम ने घटनास्थल के करीब 1किमी की दूरी से दूसरे युवक के शव को पानी से खोज निकाला. दोनों सगे भाइयों का मृत शव पानी से मिलने से परिवार एवं समूचे गांव में कोहराम मच गया.परिजन एवं तमाम गांववासी युवकों को देखने नदी किनारे उमड़ पड़े. भिवंडी तालुका ग्रामीण पुलिस ने पंचनामा कर दोनों शवों को आईजीएम अस्पताल पोस्टमार्टम के लिए भेजा जहां से अंत्येष्टि की खातिर परिजनों को सौंपा गया.गोरसई गांव स्थित शमशान गृह में हुई दोनों युवकों की धार्मिक अंत्येष्टि के दौरान ग्रामवासी, रिश्तेदार, राजनैतिक हस्तियों सहित मीडिया कर्मी, शुभचिंतक भारी संख्या में उपस्थित रहकर मृत आत्मा की शांति की खातिर ईश्वर से प्रार्थना कर श्रृद्धांजलि अर्पित की.

भिवंडी मनपा क्रीडा विभाग ने किया अंतराष्ट्रीय योग दिवस का आयोजन

प्रशासक अनमोल सागर सहित तमाम उच्चाधिकारियों ने किया योग

उल्हास विकास संवाददाता

भिवंडी. बेहतर स्वास्थ्य की खातिर योग को जीवन में बेहद जरूरी करार देते हुए मनपा प्रशासक,आयुक्त अनमोल सागर ने शहरवासियों से स्वास्थ्य सुरक्षा की खातिर नित्य योग करने की अपील की.वे भिवंडी मनपा क्रीडा विभाग द्वारा आयोजित आंतरराष्ट्रीय योग दिवस पर आयोजित कार्यक्रम में बोल रहे थे.

गौरतलब हो कि,अंतराष्ट्रीय योग दिवस के अवसर पर प्रशासक, आयुक्त अनमोल सागर (भाप्रसे) की गरिमामई उपस्थिति में कोंबड पाड़ा स्थित स्वर्गीय राजय्या गाजेंगी हॉल में सुबह 7.30 से 9.30 बजे तक योग कार्यक्रम का आयोजन किया गया. मनपा द्वारा आयोजित योग दिवस कार्यक्रम का आयोजन श्री अंबिका योगाश्रम ठाणे, भिवंडी शाखा द्वारा प्रशिक्षित योग गुरु के मार्गदर्शन अंजाम दिया गया जिसमें योगासन, प्राणायाम व ध्यान द्वारा मौजूद लोगों का मार्गदर्शन किया गया. उक्त मौके पर अतिरिक्त आयुक्त विठ्ठल डाके, उपायुक्त विक्रम दराडे, जलापूर्ति कार्यकारी अभियंता सहायक संदीप पटनावर, सहायक आयुक्त (क्रीडा) नितीन पाटिल, क्रीड़ा अधिकारी शरद कलावंत, क्रीड़ा विभाग प्रमुख मिलिंद पल्सुले, स्वच्छता अधिकारी जे एम सोनवने सहित मनपा अधिकारी व कर्मचारी भारी संख्या में उपस्थित थे.शहर स्थित तमाम शैक्षिक संस्थानों में भी योग दिवस मनाकर बच्चों का मार्गदर्शन कुशल शिक्षकों द्वारा किया गया.

सिविल अस्पताल में उत्साह के साथ मनाया गया अंतरराष्ट्रीय योग दिवस

ठाणे। व्यस्त जीवनशैली में स्वास्थ्य की अनदेखी आम बात हो गई है। इससे कई बीमारियां होती हैं, लेकिन योगाभ्यास के लिए दिन में कुछ समय समर्पित करने से स्वास्थ्य पर सकारात्मक प्रभाव पड़ता है, यह बात स्वास्थ्य विभाग के निदेशक डॉ. नितिन अंबाडेकर ने कही।अंतरराष्ट्रीय योग दिवस के अवसर पर ठाणे सिविल अस्पताल की ओर से योग का आयोजन किया गया। कार्यक्रम में स्वास्थ्य विभाग निदेशक डॉ. नितिन अंबाडेकर, जिला शल्य चिकित्सक डॉ. कैलास पवार, अतिरिक्त जिला शल्य चिकित्सक डॉ. धीरज महांगड़े, डॉ. मृणाल राहुड़, डॉ. संगीता माकोड़े, डॉ. अर्चना पवार, डॉ. शुभांगी अंबाडेकर, डॉ. उत्कर्ष घुले आदि उपस्थित थे। बड़ी संख्या में चिकित्सा अधिकारी और नर्सिंग स्टाफ, अस्पताल कर्मचारी मौजूद थे। डॉ. नितिन अंबाडेकर ने कहा योग के महत्व को वैदिक काल से ही पहचाना जाता रहा है लेकिन इसकी आवश्यकता अधिक है। आज के समय में योगाभ्यास मानसिक तनाव को कम करता है, चिड़चिड़ापन दूर करता है और मन को शांत रखता है। जिला शल्य चिकित्सक डॉ. कैलाश पवार ने कहा नियमित योगाभ्यास से रोग प्रतिरोधक क्षमता बढ़ती है, शरीर लचीला और मजबूत बनता है। वजन कम करना हो तो योग कारगर तो है। साथ ही चेहरे पर झुर्रियां भी नहीं आतीं और व्यक्तित्व जवां रहता है।इस कार्यक्रम में विभिन्न योग आसन, प्राणायाम और ध्यान का प्रदर्शन भी किया गया। उपस्थित कर्मचारियों ने उत्साहपूर्वक भाग लिया और योगाभ्यास किया।

33 अवैध निर्माण कार्य पर तोड़क कार्रवाई

पूर्ण इमारत, प्लिंथ, कॉलम, स्लैब, अतिरिक्त निर्माण जैसे निर्माणों पर कार्रवाई की गई

उल्हास विकास संवाददाता

ठाणे. उच्च न्यायालय द्वारा दिए गए निर्देशों और वार्ड समिति के बीट निरीक्षकों द्वारा किए गए निरीक्षण के बाद मनपा की अतिक्रमण विभाग की टीम ने 33 अनाधिकृत निर्माणों के खिलाफ कार्रवाई की। यह कार्रवाई 19 और 20 जून को की गई। इसमें पूर्ण इमारत, प्लिंथ, कॉलम, स्लैब, अतिरिक्त निर्माण जैसे निर्माण शामिल हैं। अनाधिकृत निर्माणों को तोड़ने के लिए प्रभाग स्तर पर कार्रवाई जारी रहेगी।अनधिकृत निर्माणों के खिलाफ कार्रवाई करने के लिए मनपा आयुक्त सौरभ राव ने प्रत्येक प्रभाग समिति क्षेत्र में एक सहायक आयुक्त के नेतृत्व में एक विशेष टीम का गठन किया है। आयुक्त सौरभ राव ने इन दलों को अपने-अपने क्षेत्रों में अनधिकृत निर्माणों के संबंध में शिकायतों और स्थल निरीक्षण के आधार पर तत्काल कार्रवाई करने का आदेश दिया है। अतिरिक्त आयुक्त प्रशांत रोडे के मार्गदर्शन में कार्रवाई की प्रक्रिया तय की गई है।विभिन्न शिकायतों जैसे कि ग्राउंड फ्लोर प्लस फोर फ्लोर, सीआरजेड क्षेत्र में निर्मित स्क्रैप यार्ड, मौजूदा अनधिकृत इमारत पर अतिरिक्त निर्माण, प्लिंथ, दुकानों में अतिरिक्त निर्माण आदि के अनुसार, उपायुक्त शंकर पटोले ने बताया कि 19 और 20 जून को ठाणे मनपा क्षेत्र में कुल 33 अनधिकृत निर्माणों के खिलाफ कार्रवाई की गई। उन्होंने यह भी स्पष्ट किया कि यह कार्रवाई इसके बाद भी जारी रहेगी।इस कार्रवाई में उपायुक्त, सभी सहायक आयुक्त, अतिक्रमण और निर्माण विभाग के अधिकारी और कर्मचारी शामिल हुए। इस कार्रवाई के लिए पोकलेन, जेसीबी, गैस कटर, ट्रैक्टर ब्रेकर का उपयोग किया गया। पटोले ने यह भी कहा कि यह कार्रवाई पुलिस और महाराष्ट्र सुरक्षा बल के जवानों के संरक्षण में की गई। नौपाडा-कोपरी 2,दिवा 12,मुंब्रा 3, कलवा 4, उथलसर1,माजिवाडा-मनपाडा 5, वर्तक नगर 2, लोकमान्य नगर 2, वागले एस्टेट 2 सहित कुल 33 तोड़क कार्रवाई किया गया।

शिवसेना नेता हत्या मामले में 4 को उम्र कैद

ठाणे. ठाणे जिले की एक अदालत ने 2014 में शिवसेना नेता मोहन राउत की हत्या के मामले में चार लोगों को आजीवन कारावास की सजा सुनाई है। अतिरिक्त विशेष न्यायाधीश एएन सिरसीकर ने आरोपियों को भारतीय दंड संहिता की संबंधित धाराओं के तहत दोषी ठहराया, लेकिन महाराष्ट्र संगठित अपराध नियंत्रण अधिनियम (मकोका अधिनियम) और शस्त्र अधिनियम के तहत आरोपों को खारिज कर दिया। अदालत ने इस मामले में तीन अन्य लोगों को भी बरी कर दिया।

आम सूचना

इस आम सूचना द्वारा मैं श्रीमती पपिता अंकुश भातलवंडे सभी को सूचित कर रही हूं कि मेरे पति श्री. अंकुश अप्पाराव भातलवंडे का देहांत 12 मई 2025 को हो गया है. उनके नाम पर ऑटो रिक्शा नं. एमएच05 सीपी 3803 है और परमिट नं. 6745/उल्हासनगर जिसे अब मेरे नाम पर परिवर्तन करने के लिए कल्याण आर.टी.ओ. कार्यालय में आवेदन दे दिया है. उपरोक्त ऑटो रिक्शा पर किसी को किसी भी प्रकार की आपत्ति हो जैसे विक्री व्यवहार, खरीदी व्यवहार, गिरवी, दान बक्षीस, वारण, लीज तथा अन्य कोई लेन देन हो तो इस आम सूचना के प्रकाशित के 14 दिन के भीतर अपनी आपत्ती आर.टी.ओ. कार्यालय, कल्याण में दर्ज कराएं। अन्यथा रिक्शा नं. एमएच05 सीपी 3803 मेरे श्रीमती पपिता अंकुश भातलवंडे के नाम पंजीकरण कर दिया जाएगा.

सही/-
श्रीमती पपिता अंकुश भातलवंडे
पारस किराना स्टोर के पास,
कमला नेहरु नगर, धोबीघाट, उल्हासनगर-1

आम सूचना

मैं श्री शफीकुर्रहमान अब्दुलहानन अंसारी सभी को सूचित कर रहा हूं कि रुम, बैरक नं. 1892 के सामने, वीर तानाजी नगर, सेक्शन 40, उल्हासनगर- 5. (टैक्स नं. 58डीओ012315300) उक्त प्रॉपर्टी श्री मधुकर निवृत्ती कोकाटे के नाम पर है। उनसे सेल एग्रीमेंट दि. 3.10.2023 द्वारा खरीदी है। जिस कारण उक्त जायदाद में अपने नाम करवाना चाहता हूं। अगर इस जायदाद पर किसी भी व्यक्ति का कोई हक्क वास्ता हो तो वो सारे सबूतों के साथ 7 दिनों के भीतर उपरोक्त दिए गए पत्ते अथवा उल्हासनगर महानगरपालिका के टैक्स विभाग में संपर्क कर सकते हैं। अन्य 7 दिनों के बाद कोई भी व्यक्ति अपना दावा पेश नहीं कर सकता है।

सही/-
श्री शफीकुर्रहमान अब्दुलहानन अंसारी

आम सूचना

मैं श्री शबाना नसीम शेख सभी को सूचित कर रही हूं कि रुम, वीर तानाजी नगर, सेक्शन 39, उल्हासनगर- 5. (टैक्स नं. 58डीओ012264600) उक्त प्रॉपर्टी श्रीमती ताराबाई पोपट मुगुटमल के नाम पर है। उनसे सेल एग्रीमेंट दि. 15.12.2022 द्वारा खरीदी है। जिस कारण उक्त जायदाद में अपने नाम करवाना चाहती हूं। अगर इस जायदाद पर किसी भी व्यक्ति का कोई हक्क वास्ता हो तो वो सारे सबूतों के साथ 7 दिनों के भीतर उपरोक्त दिए गए पत्ते अथवा उल्हासनगर महानगरपालिका के टैक्स विभाग में संपर्क कर सकते हैं। अन्य 7 दिनों के बाद कोई भी व्यक्ति अपना दावा पेश नहीं कर सकता है।

सही/-
श्री शबाना नसीम शेख

करोड़ों में है करिश्मा कपूर की नेटवर्थ

बॉलीवुड की फेमस एक्ट्रेस करिश्मा कपूर की चर्चा चारों तरफ हो रही है। दरअसल बीते दिन, उनके एक्स हस्बैंड और बिजनेसमैन संजय कपूर का अंतिम संस्कार हुआ जिसमें वह अपने बच्चों के साथ उन्हें श्रद्धांजलि देने पहुंची। इस दुखद घटना के बाद से ही करिश्मा कपूर और उनके बच्चों के बारे में लोगों की जिज्ञासा बढ़ गई है। लोग ये जानने की कोशिश कर रहे हैं कि करिश्मा कपूर की कमाई का सोर्स क्या है।

फिल्में और टीवी शो

90 के दशक में बॉलीवुड की सबसे महंगी एक्ट्रेसेस में से एक रहीं करिश्मा कपूर अब भी कभी-कभार फिल्मों और वेब सीरीज में नजर आती हैं। उन्होंने 2020 में 'मेंटलहुड' वेब सीरीज और 2024 में 'मर्डर मुबारक' जैसी फिल्मों में काम किया है। इसके अलावा, 2025 में उनकी नई वेब सीरीज 'डाइनिंग विद द कपूर्स' भी आने वाली है।

ब्रांड एंडोर्समेंट

करिश्मा कपूर की आय का एक बड़ा हिस्सा ब्रांड एंडोर्समेंट से आता है। 2025 में उन्होंने 'ओलीव' की ब्रांड एंबेसडर बनकर कुकिंग ऑइल्स और पास्ता प्रोडक्ट्स का प्रमोशन किया। बॉलीवुड सेलेब्रिटीज आमतौर पर एक ब्रांड एंडोर्समेंट के लिए 20 लाख से 30 लाख रुपये तक चार्ज करते हैं।

बिजनेस वेंचर्स

करिश्मा कपूर ने अपनी एक्टिंग करियर के अलावा कई बिजनेस वेंचर्स में भी निवेश किया है। यॉर स्टोरी की रिपोर्ट के मुताबिक, वह बेबी और मैटरनिटी प्रोडक्ट्स के ई-कॉमर्स प्लेटफॉर्म 'बेबीऑय.कॉम' में सबसे बड़ी हिस्सेदार हैं। इस कंपनी में उनकी 26% हिस्सेदारी है, जिससे उन्हें अच्छा मुनाफा मिलता है।

रियल एस्टेट

करिश्मा कपूर ने रियल एस्टेट में भी अच्छा-खासा निवेश किया है। मनी कंट्रोल की रिपोर्ट के मुताबिक, उन्होंने मुंबई के बांद्रा वेस्ट में 'ग्रैंडबे' नाम की कमर्शियल स्पेस को कोंग्सबर्ग मैरीटाइम इंडिया प्राइवेट लिमिटेड को दो साल के लिए किराये पर दिया है। इसके अलावा, उन्होंने और उनकी मां बाबिता कपूर ने बांद्रा वेस्ट में एक शोरूम स्पेस को एक ज्वैलरी ब्रांड को 6 लाख रुपये प्रति माह के किराये पर दिया है।

बुक राइटिंग

करिश्मा कपूर ने 2013 में 'माय यमी मम्मी गाइडः फ्रॉम गेटिंग प्रेग्नेंट टू लूजिंग ऑल द वेट एंड बियॉन्ड' नाम की किताब लिखी थी।

करिश्मा कपूर की नेटवर्थ

NDTV और CelebrityNetWorth जैसी वेबसाइट्स के मुताबिक, करिश्मा कपूर की नेटवर्थ 2025 में करीब $12 मिलियन (लगभग 100 करोड़ रुपये) है। कुछ रिपोर्ट्स में यह आंकड़ा 120 करोड़ रुपये भी बताया जा रहा है।

बेलापुर में बहुमंजिला पार्किंग स्थल खुलने के कुछ ही महीनों बाद हुआ बंद

उल्हास विकास संवाददाता

नवी मुंबई. नवी मुंबई मनपा द्वारा दिसंबर 2024 में बेलापुर में शुरू किए गए बहुमंजिला पार्किंग सुविधा को पिछले सप्ताह अचानक बंद कर दिया गया। बेलापुर वार्ड कार्यालय ने ठेकेदार को पे-एंड-पार्क संचालन बंद करने का निर्देश जारी किया है और निर्देश दिया है कि सुविधा में खड़ी सभी गाड़ियों को 24 घंटे के भीतर हटा दिया जाए।इस संदर्भ में नोटिश पार्किंग में भी लगाया है।

नवी मुंबई मनपा द्वारा बेलापुर सेक्टर 15 में चार मंजिला पार्किंग सुविधा शुरू किया गया था। जिसका का उद्घाटन 13 दिसंबर 2024 को मुख्यमंत्री एकनाथ शिंदे द्वारा किया गया था,यह पार्किंग 34.63 करोड़ की लागत से बनाई गई थी। हालांकि निर्माण 2024 के मध्य तक पूरा हो गया था, लेकिन प्रशासनिक प्रक्रियाओं के कारण इसे जनता के लिए खोलने में देरी हुई। नवी मुंबई मनपा ने सितंबर में ही ठेकेदार की नियुक्ति प्रक्रिया शुरू की थी।

मनपा द्वारा जारी नोटिस के अनुसार, बेलापुर विभाग में प्लॉट नंबर 39, सेक्टर-15 में स्थित G+4 पार्किंग सुविधा को तुरंत बंद किया जाना है। 13 जून, 2025 को हैंडओवर के दौरान, अधिकारियों ने पाया कि साइट पर 7 दोपहिया वाहन और 41 अन्य वाहन खड़े थे। जवाब में, सभी 48 वाहनों को उनके संबंधित मालिकों द्वारा सुचारू रूप से हटाने के लिए चार सुरक्षा गार्ड तैनात किए गए।

CHANGE OF NAME

I have changed my Old Name from **HITESH RAMESHLAL PUNJABI** To **HITESH RAMESH PUNJABI** as per documents. Now I will be known by my New Name **HITESH RAMESH PUNJABI.**

Add : Flat no 7, 2nd floor, satnam-d-apartment, opp sadhu vaswani statue, Ulhasnagar- 421001,

यह वृत्तपत्र प्रकाशक, मुद्रक, संपादक **श्री हीरो अशोक बोधा** ने श्री गोपाल प्रेस, ब्लॉक नं. ए-99/593, वेनसी जगनानी मार्ग, इंदिरा गांधी गार्डन के पास, उल्हासनगर- 421001. जिल्हा ठाणे, महाराष्ट्र से छपवाकर ब्लॉक नं. ए-99/593, वेनसी जगनानी मार्ग, इंदिरा गांधी गार्डन के पास, उल्हासनगर- 421001. जिल्हा ठाणे, महाराष्ट्र से प्रकाशित किया. **आर.एन.आई. नं. 43638/85** Email: ulhasvikas@gmail.com संपादकीय-विज्ञापन फोन : 2709099