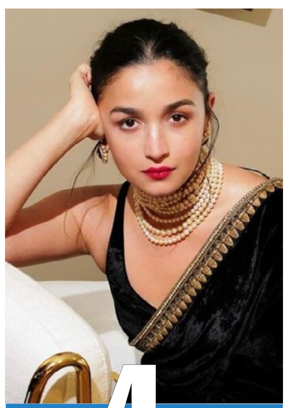
मुंबई, ठाणे, नवी मुंबई, पनवेल, रायगड़, उल्हासनगर, कल्याण एवं अंबरनाथ का
लोकप्रिय हिंदी दैनिक
उल्हास विकास
वर्ष : 44 ■ अंक : 109 ■ शुक्रवार, 11 जुलाई 2025 ■ 3 रुपए ■ पृष्ठ 4
संपादक - हीरो अशोक बोधा BMM, L.LB., M.A.
Mobile.:- 9822045566
@ulhasvikas ulhasvikas@gmail.com
epaper.ulhasvikas.com



पृष्ठ.. 4 पर पढ़ें..

**आलिया भट्ट की पूर्व असिस्टेंट मैनेजर गिरफ्तार**

# लिफ्ट में बच्चे को थप्पड़ मारा, फिर हाथ पर काटा

- **CCTV में घटना हुई कैद**

**अंबरनाथ.** अंबरनाथ में एक चौंकाने वाली घटना सामने आई है, जहां एक 12 साल के बच्चे की लिफ्ट में पिटाई कर दी गई. यह पूरी घटना पालेगांव स्थित पटेल जेनॉन हाउसिंग प्रोजेक्ट की एक लिफ्ट में सीसीटीवी कैमरे में कैद हो गई है.

शंकरलाल पांडे का बेटा त्यागी पांडे 4 जुलाई की शाम 5 बजे ट्यूशन के लिए घर से निकला था. जब वह 14वीं मंजिल से लिफ्ट से नीचे जा रहा था, तो लिफ्ट 9वीं मंजिल पर रुकी. सामने कोई नहीं दिखा तो त्यागी ने दरवाजा बंद करने का बटन दबा दिया.

इसी दौरान 9वीं मंजिल पर रहने वाला कैलाश थवानी लिफ्ट में घुसा और त्यागी को थप्पड़ मार दिया. इतना ही नहीं, उसने त्यागी के हाथ पर दांतों से काटा भी. लिफ्ट में मौजूद एक महिला हाउसकीपर ने समझदारी दिखाते हुए लिफ्ट को ग्राउंड फ्लोर पर रोककर त्यागी को बाहर निकाला. लेकिन कैलाश वहीं नहीं रुका, उसने लॉबी में फिर से त्यागी पर हाथ उठाया.

### पुलिस ने मामला दर्ज कर जांच शुरू की

घटना के बाद त्यागी की मां शिवाजी नगर पुलिस स्टेशन पहुंचीं, लेकिन पुलिस ने सिर्फ गैर-जमानती धाराओं में मामला दर्ज किया. परिवार की नाराजगी के बाद चार दिन बाद मामला दर्ज किया गया. स्थानीय लोग पुलिस की कार्रवाई से नाराज हैं और सख्त कदम की मांग कर रहे हैं. अब देखना है कि आरोपी पर क्या कार्रवाई होती है.

# कल्याण में डेंगू से युवक की मौत

- **अब तक 35 मरीज़ दर्ज**
- **मनसे ने प्रशासन की लापरवाही पर जताई चिंता**

**कल्याण.** कल्याण-डोंबिवली में मानसून की शुरुआत के बाद से बुखार, सर्दी-खांसी के मरीज़ों में बढ़ोतरी हुई है। अब डेंगू ने भी अपना कहर बरपाया है। पिछले दो महीनों में कल्याण-डोंबिवली मनपा (केडीएमसी) क्षेत्र में डेंगू के 35 मरीज़ पाए गए हैं। विलास म्हात्रे नाम के एक 31 वर्षीय युवक की डेंगू से मौत हो गई है।

विलास म्हात्रे कल्याण के बेतुकरपाड़ा में रहते थे। केडीएमसी अधिकारियों द्वारा दी गई जानकारी के अनुसार, विलास को 7 जुलाई को कल्याण के एक अस्पताल में भर्ती कराया गया था। जाँच के दौरान उन्हें डेंगू होने का पता चला। उनकी हालत गंभीर होने के कारण उन्हें दूसरे अस्पताल में स्थानांतरित कर दिया गया। हालाँकि, इलाज के दौरान उनकी मृत्यु हो गई। 7 जुलाई को विलास को कल्याण के एक अस्पताल में भर्ती कराया गया और उनकी रिपोर्ट पॉजिटिव आई। इस बीच, विलास की हालत गंभीर होने पर उन्हें दूसरे अस्पताल में स्थानांतरित कर दिया गया। हालाँकि, इलाज के दौरान उनकी मृत्यु हो गई, ऐसा केडीएमसी अधिकारियों ने बताया।

दूसरी ओर, रूबी हॉल क्लिनिक में कथित अवैध किडनी प्रत्यारोपण रैकेट मामले में सरकार द्वारा गठित 10 सदस्यीय जाँच समिति की बैठक 11 जुलाई 2025 को मुंबई में एक जांच समिति का आयोजन किया गया है। इस बैठक में पुणे शहर पुलिस बल के वरिष्ठ अधिकारी और संबंधित कर्मचारी उपस्थित रहेंगे। इस मामले में, राज्य सरकार द्वारा 3 सितंबर, 2024 को लिए गए निर्णय के अनुसार, सेवानिवृत्त उच्च न्यायालय के न्यायाधीश संदीप शिंदे की अध्यक्षता में एक जांच समिति गठित की गई थी।

शहर के मुख्य यातायात क्षेत्रों में नए निर्माण कार्य चल रहे हैं। इन निर्माणों का लोहा और अन्य सामग्री सड़कों और फुटपाथों को अवरुद्ध कर रही है। बारिश का पानी वहाँ जमा हो रहा है, जिससे मच्छरों के लार्वा पैदा हो रहे हैं। महीने में एक बार, एक वार्ड में धुआँ छिड़कने के लिए एक जीप चलाई जाती है। नागरिकों की शिकायत है कि महानगरपालिका द्वारा नियमित रूप से किया जाने वाला कीटाणुनाशक छिड़काव पूरी तरह से बंद है।

पिछले तीन महीनों से महानगरपालिका का चिकित्सा स्वास्थ्य विभाग लगातार विवादों में रहा है। चूँकि महानगरपालिका के स्वास्थ्य विभाग पर नज़र रखने के लिए कोई प्रभावी नियंत्रण अधिकारी नहीं है, इसलिए जनप्रतिनिधि पहले ही सरकार से कल्याण डोंबिवली महानगरपालिका में सरकारी सेवा से एक चिकित्सा स्वास्थ्य अधिकारी उपलब्ध कराने की माँग कर चुके हैं। पिछले हफ़्ते, एक मामला सामने आया था कि कोरोना काल की एक्सपायर हो चुकी दवाइयों को वरिष्ठ नागरिकों की अनुमति के बिना उम्बार्डे स्थित जैव-चिकित्सा अपशिष्ट निपटान लैंडफिल में फेंक दिया गया था। इस मामले की जाँच चल रही है।

**मनसे ने किया विरोध प्रदर्शन**

कल्याण-डोंबिवली में एक युवक की डेंगू से मौत को लेकर मनसे ने भारी हंगामा मचाया हुआ है। मनसे ने मनपा के स्वास्थ्य विभाग की कार्यप्रणाली पर सवाल उठाए हैं। मनसे कार्यकर्ताओं ने आरोप लगाया कि स्वास्थ्य विभाग डेंगू के मद्देनजर कोई कार्रवाई नहीं कर रहा है। मनसे कार्यकर्ताओं ने मनपा मुख्यालय के सामने एक सांकेतिक विरोध प्रदर्शन किया। इस दौरान, मनसे कार्यकर्ताओं ने नारे लगाए। मनसे के इस विरोध प्रदर्शन ने मनपा प्रशासन का ध्यान इस गंभीर समस्या की ओर आकर्षित किया है।

# उल्हासनगर में दिव्यांगों के लिए निःशुल्क थेरेपी

- **आयुक्त मनीषा आव्हाले ने की पहल**

**उल्हासनगर.** दिव्यांगों के पुनर्वास और उन्हें दैनिक जीवन में आत्मनिर्भर बनाने के लिए मनपा द्वारा एक महत्वपूर्ण कदम उठाया गया है। प्रशासक एवं आयुक्त मनीषा आव्हाले ने मनपा की पहल पर शुरू किए गए निःशुल्क फिजियोथेरेपी केंद्र का निरीक्षण किया। शहर में पहली बार ऐसी सुविधा प्रदान की गई है और कम समय में ही सैकड़ों दिव्यांगों को इन सेवाओं का लाभ मिला है. सामाजिक स्वास्थ्य क्षेत्र में मनपा की इस पहल की विशेष रूप से सराहना हो रही है।

दिव्यांगों के स्वास्थ्य संवर्धन और पुनर्वास के लिए महत्वपूर्ण इस फिजियोथेरेपी केंद्र का प्रशासक एवं आयुक्त मनीषा आव्हाले (भा.पु.से.) ने निरीक्षण किया। इस दौरान दिव्यांग कल्याण विभाग के उपायुक्त अनंत जवादवार और विभागाध्यक्ष राजेश घनघाव उनके साथ मौजूद थे।

डॉ. बाबासाहेब अम्बेडकर अभ्यासिका केंद्र में शुरू किया गया फिजियोथेरेपी केंद्र मई 2025 से चालू है और आयुक्त ने संतोष व्यक्त किया कि बहुत ही कम समय में लगभग 107 दिव्यांग लाभार्थियों को इस सेवा का लाभ मिला है।

यह केंद्र सोमवार से शनिवार सुबह 10 बजे से शाम 5 बजे तक संचालित होता है और यहां दिव्यांगों को निम्नलिखित विभिन्न सेवाएं पूरी तरह से मुफ्त प्रदान की जा रही हैं, जिनमें भौतिक चिकित्सा, व्यावसायिक चिकित्सा, भाषण और भाषा चिकित्सा, मनोवैज्ञानिक परामर्श, योग चिकित्सा, दैनिक जीवन की गतिविधियों में प्रशिक्षण, नर्सिंग देखभाल, माता-पिता के लिए परामर्श और प्रशिक्षण शामिल हैं। ये चिकित्साएं अत्यधिक विशेषज्ञ और प्रशिक्षित परामर्शदाताओं के मार्गदर्शन में प्रदान की जा रही हैं और महानगर पालिका इस पहल के माध्यम से दिव्यांगों के शारीरिक, मानसिक और सामाजिक सशक्तिकरण को बढ़ावा देने के लिए महत्वपूर्ण कार्य कर रहा है।

**भाजपा जिला अध्यक्ष बनने के बाद**

# रवींद्र चव्हाण ने किया हाजीमलंग का दौरा

**कल्याण.** कल्याण के निकट हाजीमलंग में गुरुपूर्णिमा महोत्सव के अवसर पर बड़ी संख्या में श्रद्धालु उपस्थित थे। हिंदू मंच ठाणे जिला की ओर से हाजीमलंग में हर महीने की पूर्णिमा मनाई जाती है। गुरुवार को नवनिर्वाचित भाजपा प्रदेश अध्यक्ष रवींद्र चव्हाण के साथ, साधुओं, नाथ संप्रदाय के महंतों और कल्याण जिले के भाजपा पदाधिकारियों ने भी हाजीमलंग में महाआरती समारोह में भाग लिया। गुरुवार को कल्याण के हाजीमलंग में गुरुपूर्णिमा महोत्सव में बड़ी संख्या में श्रद्धालुओं ने भाग लिया। मुंबई, ठाणे और रायगढ़ जिलों के भक्त गुरु पूर्णिमा समारोह में भाग लेते हैं। हाल ही में, डोंबिवलीकर निवासी और संघ के स्वयंसेवक रवींद्र चव्हाण को भाजपा का प्रदेश अध्यक्ष चुना गया। भाजपा कार्यकर्ताओं ने हाजीमलंग में महाआरती की और नारे लगाए.

कल्याण जिला भाजपा पदाधिकारी और बड़ी संख्या में हिंदूवादी संगठनों के कार्यकर्ता भी शामिल हुए। चूँकि चव्हाण पहली बार प्रदेश अध्यक्ष के रूप में हाजीमलंग आए थे, इसलिए विश्व हिंदू परिषद, बजरंग दल, श्री मलंग सेवा समिति और हिंदू मंच ने उनका स्वागत किया। हाजीमलंग के न्यासी केतकर परिवार की ओर से अभिजीत केतकर ने प्रदेश अध्यक्ष चव्हाण का स्वागत किया।

इस अवसर पर भाजपा ने ज़ोरदार बैनर लगाए थे। हर गाँव के द्वार पर चव्हाण के स्वागत वाले होर्डिंग्स लगाए गए। इस अवसर पर भाजपा विधायक सुलभा गायकवाड़, पूर्व विधायक नरेंद्र पवार, भाजपा अनुसूचित जाति मोर्चा के प्रदेश मंत्री शशिकांत कांबले, भाजपा कल्याण जिला अध्यक्ष नंदू परब, समीर भंडारी, पूर्व नगरसेवक मोरेश्वर भोईर, राजन चौधरी, रवीना अमर माली सहित भाजपा कार्यकर्ता और हिंदू मंच के कार्यकर्ता उपस्थित थे।

# भारत गंगोत्री के नए प्रोजेक्ट 'सनराईज टॉवर्स' का हुआ जोरदार उद्घाटन

**उल्हासनगर।** उल्हासनगर बिल्डर्स एसोसिएशन के अध्यक्ष भारत राजवानी (गंगोत्री) द्वारा उनके नए टॉवर प्रोजेक्ट का कल जोरदार उद्घाटन हुआ। जहां शहर के जाने माने लोग उपस्थित थे। उल्हासनगर-1 धोबीघाट रोड, डी मार्ट के सामने दत्त मंदिर के पास इस शानदार सनराईज टॉवर का उद्घाटन समारोह रखा गया था। जहां पर सैम्पल फ्लैट देखने के लिए खरीदारों की भीड़ भी देखी गई। इन किफायती फ्लैटों को खरीदने के लिए लोगों में उत्सुकता भी देखी गई क्योंकि इसी परिसर में जो घर करोड़ों के मिल रहे थे उन्हें किफायती दामों में पाकर फ्लैट बुक करने वाले लोग खुश होते देखे गए। मात्यश्री डेवलपर्स की ओर से इस लक्सजरी प्रोजेक्ट को बनाया जा रहा है। जिसमें प्रमुख बिल्डर भारत राजवानी (गंगोत्री) व विजय राजवानी (गंगोत्री) का समावेश है। यहां 1बीएचके और 2बीएचके के दो बड़े टॉवर बनेंगे उनमें हर सुविधा से लैस एक्सजरी फ्लैट किफायती दामों में देने का दावा साईराईज टॉवर्स कर रहा है। गंगोत्री हमेशा से ही अपनी ब्रांड और अपने बेहतरीन काम के लिए जाने जाते हैं जिस तरह उनके पिछले प्रोजेक्ट में हमेशा से ही इस पर ध्यान दिया गया और फ्लैट धारकों को भरोसा भी जीता है उसी कड़ी में इस प्रोजेक्ट में भी लोगों का भरोसा जीतने उन्होंने उल्हासनगर शहर में यह प्रोजेक्ट लान्च किया है।

## राज्य आबकारी विभाग के निरीक्षक से धक्का मुक्की

**अंबरनाथ.** अंबरनाथ तालुका के एक गाँव में चल रहे गावठी शराब की हाथभट्ठी के खिलाफ कार्रवाई करने गए राज्य आबकारी विभाग के एक निरीक्षक के साथ धक्कामुक्की किए जाने की घटना घटी है. उल्हासनगर राज्य आबकारी विभाग का एक जवान वसार गाँव की सीमा में गावठी शराब की हाथभट्ठी के खिलाफ कार्रवाई करने गया था, जहां उनके साथ धक्कामुक्की की गई. जवान की पिटाई के आरोप में अविनाश वैले के खिलाफ हिललाइन पुलिस स्टेशन में मामला दर्ज किया गया है। पुलिस ने बताया है कि उसे गिरफ्तार कर न्यायिक हिरासत में भेज दिया गया है। यह घटना मंगलवार को हाजीमलंग के वसार गाँव की सीमा में हुई। राज्य आबकारी विभाग ने कल्याण पूर्व के ग्रामीण इलाके से ग्रामीण शराब की तस्करी पर कार्रवाई की है। हाल ही में, ठाणे एंटी एक्सटॉर्शन स्क्वॉड ने द्वारली में एक हाथभट्ठी के खिलाफ कार्रवाई की थी। अब एक ऐसी घटना सामने आई है जिसमें कार्रवाई करने गए राज्य आबकारी विभाग के एक निरीक्षक की पिटाई कर दी गई।

# वालधुनी पुल पर रात में व्यापारी को लूटा

**कल्याण.** खड़कपाड़ा में रहने वाला एक व्यापारी बुधवार रात करीब साढ़े नौ बजे अपने दोपहिया वाहन से कल्याण के वालधुनी पुल से गुजर रहा था। इसी दौरान एक हेलमेट पहने बाइक सवार ने व्यापारी का पीछा किया। उसने व्यापारी के गले से 2.40 लाख रुपये की सोने की चेन छीन ली और फरार हो गया।

व्यापारी राजू असरानी (64) कल्याण पश्चिम के खड़कपाड़ा इलाके में रहते हैं। शिकायतकर्ता व्यापारी राजू असरानी दिन भर का काम निपटाने के बाद बुधवार रात गणेशघाट वालधुनी नदी पुल से बाइक से घर जा रहे थे। बारिश के कारण पुल पर फिसलन होने के कारण राजू असरानी ने अपनी बाइक धीमी कर ली थी।

पुल पार करते समय अचानक एक बाइक सवार व्यापारी के पीछे से आया। उसने हेलमेट पहना हुआ था। राजू ने सोचा कि वह उसे ओवरटेक करके आगे निकल जाएगा। उसने अपनी बाइक थोड़ी साइड में की और पीछे से आ रहे बाइक सवार को रास्ता दे दिया। पीछे से आ रहा बाइक सवार अचानक अपनी बाइक राजू असरानी की बाइक की तरफ मोड़ आया और एक हाथ से राजू के गले में पहनी 2 लाख 40 हज़ार रुपये की पुरानी सोने की चेन खींच ली। जैसे ही राजू को एहसास हुआ कि उसके गले से सोने की चेन खींची जा रही है, उसने अपनी बाइक धीमी कर ली। उसने बाइक के हैंडल से एक हाथ छुड़ाकर चोर का विरोध करने की कोशिश की। हालांकि, चोर ने आक्रामक रुख अपनाया और राजू के गले से जबरन सोने की चेन छीन ली। कुछ ही पलों में वह सोने की चेन लेकर पुल से भाग गया। राजू ने तुरंत अपनी बाइक घुमाई और चोर का पीछा करने की कोशिश की। तब तक चोर भाग चुका था। राजू असरानी ने इस चोरी के संबंध में महात्मा फुले पुलिस स्टेशन में शिकायत दर्ज कराई है।

# अंबरनाथ भूमिपुत्र पार्टी का चौथा वर्धापन दिन मनाया गया

**अंबरनाथ.** मराठी ना बोलने पर हिंदी भाषियों के साथ मारपीट करना और कानून को हाथ में लेना ये ठीक बात नहीं है. ऐसा कहना है भूमिपुत्र पार्टी के अध्यक्ष चंद्रकांत मोटे का. उन्होंने ये बात भूमिपुत्र पार्टी के चौथे वर्धापन दिन के अवसर पर पत्रकार परिषद में कही है.

मोटे ने अपने पक्ष के तीन वर्ष के कार्यकाल में किए गए विकास कामों का ब्यौरा भी दिया और बताया कि उन्होंने ठाणे जिले के साथ ही कई शहरों में विधानसभा एवं लोकसभा के राष्ट्रीय पक्ष के उम्मीदवारों का समर्थन भी किया है. एक प्रश्न के उत्तर में मोटे ने बताया कि स्थानीय स्वराज्य संस्था के चुनाव में उनका पक्ष वार्ड में सभी उम्मीदवारों को खड़ा करेगा. खास करके अंबरनाथ नगर परिषद के चुनाव में अगर किसी पक्ष ने उनके पक्ष के साथ गठजोड़ किया, तो वह उसके लिए भी तैयार है. शहर पूर्व के पनवेलकर सभागृह में बुधवार 9 जुलाई को पत्रकार वार्तालाप का आयोजन किया गया था. जिसमें भूमिपुत्र पक्ष के कार्यकर्ता एवं पदाधिकारी उपस्थित थे. अध्यक्ष चंद्रकांत मोटे की पत्नी मीना मोटे के निधन पर उन्हें श्रद्धांजलि दी गई. मीना उनके साथ कंधे से कंधा मिलाकर पक्ष के लिए काम करती थी. पत्रकार वार्तालाप में सचिव प्रकाश पाटिल, लहू भोईर, ठाणे जिला महिला उपाध्यक्ष मोना नायर, सी. के. जॉन, अंबरनाथ शहर अध्यक्ष सुनिल प्रांडा आदि उपस्थित थे.

**कोंकण प्रभारी यू.बी. वेंकटेश ने उल्हासनगर कांग्रेस की समीक्षा बैठक की**

# "कांग्रेस जनता निवारण प्रकोष्ठ" का उद्घाटन

**उल्हासनगर.** अखिल भारतीय कांग्रेस सचिव एवं कोंकण प्रभारी यू.बी. वेंकटेश ने उल्हासनगर का दौरा किया। इस दौरान उनके साथ महाराष्ट्र कांग्रेस महासचिव गुरबिंदर सिंह बच्चर और सचिव बृज दत्त भी थे।

इस दौरान उन्होंने सबसे पहले डॉल्फिन होटल सी ब्लॉक में उल्हासनगर कांग्रेस के सभी पदाधिकारियों से मुलाकात की और पार्टी संगठन तथा मनपा चुनावों की समीक्षा की और उनका मार्गदर्शन किया। इस अवसर पर उन्होंने आगामी मनपा चुनाव की तैयारी और शहर की शहरी समस्याओं से संबंधित विभिन्न मुद्दों के स्थानीय स्तर पर समाधान हेतु एक आंदोलन चलाने के निर्देश दिए और आश्वासन दिया कि महाराष्ट्र कांग्रेस द्वारा उक्त आंदोलन को पूर्ण समर्थन दिया जाएगा।

इस अवसर पर, जिला अध्यक्ष रोहित साल्वे की पहल पर उल्हासनगर शहर में पाँचों कैम्प में "कांग्रेस जनता निवारण प्रकोष्ठ" शुरू किया जाएगा. इस योजना के अंतर्गत प्रत्येक बुधवार दोपहर 3 बजे से शाम 6 बजे तक इस निवारण कक्ष में नागरिकों की विभिन्न शिकायतें, जिनमें मनपा, प्रांतीय/तहसील कार्यालय, पुलिस स्टेशन, सेंट्रल अस्पताल, महावितरण विभाग के विरुद्ध लंबित शिकायतें और अन्य कोई भी शिकायत शामिल हैं, प्राप्त की जाएंगी। उन्होंने कहा कि नागरिकों को मार्गदर्शन और निवारण के लिए इस निवारण कक्ष के माध्यम से हर संभव सहायता प्रदान की जाएगी।

इस निवारण कक्ष का पता कैंप क्रमांक 1 - विठ्ठल संकुल, शहाड़ गावठान, सेंचुरी स्टॉप गेट है। संपर्क - श्याम माड़वी 8308111787. कैंप क्रमांक 2 - ब्लॉक 292, दुकान क्रमांक 9, अन्नाभाऊ साठे चौक, ओटी सेक्शन, संपर्क - डॉ. हितेश सचवानी 8329242165. कैंप क्रमांक 3- नेहरू भवन, नेहरू चौक, फर्नीचर मार्केट, संपर्क – किशोर धड़के. कैंप क्रमांक 4- विनायक अपार्टमेंट, बैरक क्रमांक 1581/1, सेक्शन 27, संपर्क – पवन मिरनी 7498900900. कैंप क्रमांक 5- दुकान क्रमांक 4, शिव कॉलोनी, ओटी सेक्शन, संपर्क – महादेव शेलार 7841037774, आदि। कार्यक्रम के बाद, सभी गणमान्य अतिथियों ने खेमानी स्थित डॉ. हितेश सचवानी के जनता निर्वाण प्रकोष्ठ कार्यालय का दौरा किया और उन्हें उनके भविष्य के लिए शुभकामनाएँ दीं। इस कार्यक्रम में उल्हासनगर कांग्रेस कमेटी के सभी प्रमुख पदाधिकारी, इच्छुक उम्मीदवार और कार्यकर्ता बड़ी संख्या में उपस्थित थे।

# कचरा ठेकेदार समीक्षा कंस्ट्रक्शन पर कार्रवाई करने की मांग

**पूर्व नगरसेवक रविंद्र करंजुले ने लगाए कई आरोप**

▶▶ यूसुफ शेख

**अंबरनाथ.** अंबरनाथ नगर परिषद द्वारा नियुक्त किया गया कचरे का ठेकेदार, समीक्षा कंस्ट्रक्शन नपा प्रशासन की दिशाभूल कर रहा है. ऐसा खुला आरोप लगाए हुए पूर्व नगरसेवक रविंद्र करंजुले ने मुख्याधिकारी को लिखित पत्र भी दिया है. नगर परिषद ठेकेदार को प्रति टन कचरे के लिए 1895 रुपए अदा करती है. शहर से रोजाना 160 टन कचरा उठाया जाता है. ठेकेदार वजन बढ़ाने के लिए शहर में से रैबिट और सीमेंट के स्ट्रक्चर उठाकर उसमें सूखा कचरा भरकर वजन कांटे पर वजन करके नपा प्रशासन के साथ धोखा कर रहा है. ऐसा रविंद्र करंजुले के निर्दशन में आया है.

इस तरह प्रशासन की दिशाभूल करके आर्थिक धोखाधड़ी की जा रही है. ऐसा उनका आरोप है. इसकी जांच करके ठेकेदार पर कार्रवाई करने की मांग उन्होंने की है. नपा का स्वतः का वजन कांटा नहीं है. इसलिए निजी वजन कांटे पर कचरे का वजन किया जा रहा है. नपा प्रशासन ने स्वतः का वजन कांटा लगाए. अगर वह ऐसा नहीं कर सकती है, तो लोक सहभाग से नपा को वजन कांटा भेंट दिया जाएगा. नपा ने जगह उपलब्ध करा कर दे. इससे पारदर्शिता आएगी.

रवि करंजुले ने कई आरोप लगाए हैं, जिसमें ये भी कहा गया है कि सूखा कचरा और गीले कचरे को मिलाकर कचरा ले जाया जाता है. कचरा वाहनों पर जीपीएस सिस्टम कार्यरत नहीं होने से वाहनों की ट्रैकिंग व देखरेख संभव नहीं है. शहर में जगह-जगह कचरे के ढेर लगे हुए हैं. नियमित संकलन नहीं होने से नागरिकों के स्वास्थ्य को धोखा हो गया है. ऐसा भी आरोप रविंद्र करंजुले ने लगाया है. ठेकेदार शर्तों एवं नियमों का उल्लंघन कर रहा है. इसकी गहराई से जांच करके आवश्यक कार्रवाई करने की मांग की गई है. करंजुले ने हमें बताया कि वह इस संबंध में जल्द ही पत्रकार परिषद लेकर खुलासा भी करने वाले हैं.

**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 संपादकीय

## बिहार की बेटियों को 'स्थानीय' आरक्षण

बिहार में सरकारी नौकरियों में महिलाओं को 35 फीसद आरक्षण देने का निर्णय महत्त्वपूर्ण कदम था। मगर अब इस प्रावधान को राज्य की मूल निवासियों तक ही सीमित कर देने का फैसला किया गया है। राज्य के स्थायी नागरिकों के हितों के मद्देनजर यह निस्संदेह बड़ी पहल है। खासतौर से तब जबकि कुछ महीने बाद ही विधानसभा चुनाव होने हैं।

कहा जा सकता है कि राज्य सरकार के अगुआ ने नौकरियों में महिलाओं के लिए आरक्षण की नई व्यवस्था के जरिए राजनीतिक संदेश दिया है। मुख्यमंत्री नीतीश कुमार पहले भी साइकिल बांटने से लेकर नौकरियों तक में महिला वोट बैंक का विशेष ध्यान रखते रहे हैं। शराबबंदी का फैसला भी उनकी दूरदर्शी नीति का ही हिस्सा था। इससे महिलाओं के बीच उनकी सियासी जमीन मजबूत हुई।

हालांकि, अब महिला आरक्षण को एक दायरे में सीमित करने का उनका दांव कितना कारगर होगा, इस बारे में अभी कुछ कहा नहीं जा सकता। सवाल है कि नीतीश कुमार की इस पहल से क्या राष्ट्रीय जनता दल और कांग्रेस के सत्ता में आने के दावे की धार कमजोर होगी? गौरतलब है कि विपक्ष के नेता तेजस्वी यादव ने भी कहा है कि उनकी सरकार बनी, तो वे अधिवास नीति लागू करेंगे।

दरअसल, बिहार में अधिवास नीति लागू करने की मांग जोर पकड़ रही है। कुछ दिनों पहले युवाओं ने भी सड़क पर उतर कर यह मांग उठाई थी। वहीं सरकार की इस बात के लिए भी आलोचना हो रही थी कि उसने शिक्षकों की भर्ती के दौरान अधिवास नीति लागू नहीं की, जिस कारण अन्य राज्यों से आए उम्मीदवारों को फायदा मिला।

माना जा रहा है कि इस आलोचना की काट के लिए महिला आरक्षण पर नया दांव खेला गया। हालांकि सरकार के ताजा निर्णय से राज्य से बाहर की महिलाओं को नौकरियों में आरक्षण नहीं मिल पाएगा। मगर जब राजनीति में नफा-नुकसान की बात आती है, तो वाजिब तर्क को भी नजरअंदाज कर दिया जाता है। अगर सभी राज्य ऐसा करेंगे, तो योग्य अभ्यर्थियों के लिए अवसर कम होते जाएंगे।

# राजनीतिक दुर्भावना का निशाना बनी हिंदी

संकीर्ण राजनीति जनहित तथा राष्ट्रहित के बजाय तुच्छ स्वार्थ से संचालित होती है। ऐसी राजनीति करने वाले नेता वास्तविक मुद्दों के बजाय जाति, क्षेत्र और भाषा के छद्म मुद्दों पर जनता को बरगलाते हैं, जिसमें स्वार्थ प्रथम और जनहित या राष्ट्र अंतिम होता है। ऐसी ही राजनीति इन दिनों महाराष्ट्र में हिंदी विरोध के नाम पर देखी जा रही है।

कथित भाषा को लेकर हो रही यह राजनीति राष्ट्रहित में तो नहीं ही है, बल्कि 'मराठी मानुष' के लिए भी हितकारी नहीं है। यह हालिया विवाद राष्ट्रीय शिक्षा नीति के तहत कक्षा पांच तक के लिए तीसरी भाषा के रूप में हिंदी को अनिवार्य बनाने के राज्य सरकार के फैसले से शुरू हुआ। हालांकि विरोध के बाद हिंदी को वैकल्पिक कर दिया गया, लेकिन अपना सियासी वजूद गंवा रहे उद्धव ठाकरे की शिवसेना (यूबीटी) और राज ठाकरे की महाराष्ट्र नवनिर्माण सेना (मनसे) ने इसमें तमिलनाडु या कर्नाटक की तर्ज पर एक मौका देखा।

यूबीटी और मनसे ने मिथ्या आरोप लगाया कि सरकार मराठियों पर हिंदी थोप रही है। हिंदी के इस विरोध के पीछे विशुद्ध राजनीतिक स्वार्थ दिखता है, जिसकी अभिव्यक्ति उस मंच पर दिखी जब दशकों तक एक दूसरे के विरोधी रहे दोनों भाई उद्धव और राज ठाकरे एक साथ आ गए। साफ है कि बीएमसी सहित आगामी निकाय चुनाव से पहले अपना राजनीतिक अस्तित्व बचाने के लिए ये नेता हिंदी विरोध को आखिरी दांव के रूप में आजमा रहे हैं।

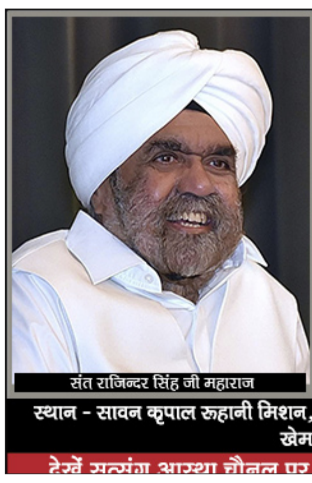
हिंदी एवं उत्तर भारतीयों का विरोध करने वाले इन नेताओं को जानना चाहिए कि मराठी अस्मिता के दो सबसे प्रखर प्रतीक छत्रपति शिवाजी और उनके पुत्र छत्रपति संभाजीराजे का हिंदी और हिंदी क्षेत्र के लोगों से क्या संबंध था। जब औरंगजेब ने 1666 में शिवाजी को आगरा में धोखे से नजरबंद कर लिया, तब टोकरियों में छिपकर भगाने में स्थानीय हिंदी पट्टी के लोगों की अहम भूमिका रही।

यही नहीं, शिवाजी ने 1674 में अपने राज्याभिषेक के लिए काशी यानी हिंदी क्षेत्र के ही पुरोहितों को बुलाया था। शिवाजी के पुत्र संभाजीराजे का भी हिंदी वालों से गहरा नाता था। इतिहासकार जदुनाथ सरकार 'शिवाजी एंड हिज टाइम्स' पुस्तक में बताते हैं कि संभाजीराजे हिंदी के अच्छे विद्वान थे। उन्होंने हिंदी भाषा में 'सातशतक', 'नखशिखा' और 'नायिकाभेद' नामक तीन पुस्तकें भी लिखीं। मराठा इतिहास के एक महत्वपूर्ण स्रोत 'मराठी बखरी' के अनुसार काशी, प्रयाग, मथुरा आदि से उनका आत्मीय संपर्क रहा, जहां से विद्वानों-कलाकारों को वे बुलाते थे।

स्वाधीनता आंदोलन के दौरान अंग्रेजों के खिलाफ हिंदी को राष्ट्रभाषा के रूप में एक अस्त्र बनाने का विचार महाराष्ट्र के ही एक सपूत ने दिया था। 1864 में महाराष्ट्र के श्रीमान पेंठे ने मराठी भाषा में 'राष्ट्रभाषा' नामक पुस्तक में लिखा कि आज देश की एकता के लिए एक भाषा की जरूरत है और वह भाषा हिंदी ही हो सकती है। महाराष्ट्र के ही लोकमान्य बाल गंगाधर तिलक, गोपाल कृष्ण गोखले और काका कालेलकर आदि ने भी हिंदी अपनाने की पुरजोर वकालत की। आज महाराष्ट्र की जनता को शिवाजी, संभाजीराजे और स्वाधीनता आंदोलन की महान, उदार विरासत को बताने की जरूरत है ताकि वे इन संकीर्ण नेताओं के बहकावे से बच सकें।

उद्धव ठाकरे की पोल तो इस तथ्य से भी खुल जाती है कि जब वह मुख्यमंत्री थे, तभी हिंदी को मराठी एवं अंग्रेजी कक्षा के साथ-साथ कक्षा एक से 12 तक अनिवार्य बनाने का फैसला जनवरी 2022 में कर लिया था। यह राजनीतिक पाखंड की पराकाष्ठा ही है कि बीएमसी समेत आगामी निकाय चुनावों में राजनीतिक लाभ के लिए उद्धव आज हिंदी विरोध को हवा दे रहे हैं।

इन नेताओं का राजनीतिक मुखौटा तब एकदम बेनकाब हो जाता है कि मराठी भाषा की चिंता करने वाले ठाकरे बंधु मुस्लिम इलाकों में मराठी के प्रश्न पर चुप्पी साध लेते हैं। मुस्लिम वोट बैंक के बारे में उद्धव गुट के नेता संजय राउत का हालिया कथन है कि मुस्लिम वोटों की चिंता करने की जरूरत नहीं, क्योंकि सब लोग हमारे साथ हैं। दरअसल यह मुस्लिम वोट बैंक छिटक न जाए, इसलिए मुस्लिम इलाकों में मराठी लागू कराने की उनकी कोई मंशा नहीं।


हमारी आत्मा, जिसका सार-तत्व वही है जो परमात्मा का है, विशुद्ध चेतनता की उपस्थिति में ही आनंद पाती है।

- 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 रोज सोम - शनि सुबह [illegible]


# ऑनलाइन बाजार में आतंक का नेटवर्क

आतंकवादी पिछले कुछ वर्षों से अपनी नापाक साजिशों को अंजाम देने के लिए पारंपरिक तरीके के बजाय आधुनिक तकनीक का सहारा लेने लगे हैं। खासकर इंटरनेट के जरिए विभिन्न तरह की मदद हासिल करना उनके लिए आसान और सुलभ तरीका बन गया है। वैश्विक आतंकवाद वित्तपोषण निगरानी संस्था एफएटीएफ ने भी चौंकाने वाला खुलासा किया है कि आतंकी धन जुटाने और हिंसक वारदातों के लिए आनलाइन सेवाओं का बड़े पैमाने पर दुरुपयोग कर रहे हैं। फरवरी 2019 के पुलवामा आतंकी हमले में इस्तेमाल विस्फोटक पदार्थ का एक हिस्सा आनलाइन कारोबारी मंच से खरीदा गया था। यही नहीं, आतंकी बम बनाने की विधि भी इंटरनेट से सीख रहे हैं, जो गंभीर चिंता का विषय है। हाल के वर्षों में हुए कई आतंकी हमलों की जांच में इसके प्रमाण मिले हैं। इससे साफ है कि आनलाइन सेवाओं का दुरुपयोग किस कदर खतरनाक रूप ले चुका है।

एफएटीएफ की रपट में कहा गया है कि आतंकवादी अपने हिंसक अभियानों के लिए उपकरण, हथियार, रसायन और यहां तक की 'थ्री डी-प्रिंटिंग' सामग्री की खरीदारी भी आनलाइन सेवाओं के जरिए कर रहे हैं। यह बात सही है कि आनलाइन खरीदारी की व्यवस्था से लोगों को काफी सहूलियत हुई है, लेकिन इस सुविधा का उपयोग खतरनाक मंसूबों को अंजाम देने के लिए न हो, इस पर कड़ी नजर रखना जरूरी है। निगरानी तंत्र के अभाव में आतंकवादियों और उनके सहयोगियों द्वारा आनलाइन सेवाओं का इस्तेमाल हिंसक अभियानों के वित्तपोषण के लिए करने की संभावनाओं से भी अब इनकार नहीं किया जा सकता है।

इंटरनेट पर विस्फोटक पदार्थ तैयार करने की तकनीक से जुड़ी सामग्री का होना भी चिंता का विषय है। सरकार और संबंधित प्राधिकारियों को इस दिशा में ठोस कदम उठाना होगा। साथ ही आनलाइन सेवा प्रदाता मंचों की भी यह जिम्मेदारी है कि वे इस तरह की सामग्री की नियमित निगरानी करें, ताकि इसके दुरुपयोग पर रोक सुनिश्चित हो सके।

एफएटीएफ का यह खुलासा भी अहम है कि आतंकवादी संगठनों को कुछ देशों की सरकारों से वित्तीय और अन्य मदद मिल रही है, जिनमें साजो-सामान और सामग्री संबंधी सहायता एवं प्रशिक्षण भी शामिल है। भारत समेत कई देश आतंकवाद के खात्मे के लिए एकजुट प्रयासों पर बल दे रहे हैं, लेकिन कुछ चुनिंदा देशों द्वारा आतंकियों के वित्तपोषण से इस पर पलीता लग रहा है। इससे पहले जून में वैश्विक निगरानी संस्था ने अपनी रपट में कहा था कि पहलगाम आतंकी हमला किसी वित्तीय मदद के बिना संभव नहीं था।

इससे आतंकवाद का समर्थन करने की पाकिस्तान की नापाक नीति फिर से जगजाहिर हो गई है। यह बात छिपी नहीं है कि पाकिस्तान आतंकियों का पालन-पोषण कर उन्हें हथियार की तरह इस्तेमाल करता है। हालांकि, पाकिस्तान अंतरराष्ट्रीय मंचों पर खुद को आतंकवाद पीड़ित देश बता कर इससे इनकार करता रहा है, लेकिन भारत ने कई बार सबूतों के साथ वैश्विक समुदाय के समक्ष यह बात साबित की है कि सीमा पार से होने वाले आतंकी हमलों की साजिश पाकिस्तान में रची जाती है। इसी आधार पर भारत ने पाकिस्तान को फिर से एफएटीएफ की 'ग्रे' सूची में शामिल करने की वकालत की है।

# दुनिया के वो देश, जहां मर्दों से कहीं ज्यादा हैं औरतें

**जरा हट के**

चीन-भारत और ऐसे कई एशियाई देश हैं, जहां महिलाओं की संख्या पुरुषों के अनुपात में काफी कम है. यही वजह है कि उन्हें शादी के लिए दूसरे देशों में दुल्हनें तक ढूंढनी पड़ती हैं. ऐसे में आज हम आपको कुछ ऐसे देशों के बारे में बताएंगे, जहां महिलाएं की संख्या ज्यादा है लेकिन पुरुष कम हैं.

दिजिबूती नाम के देश में कुल जनसंख्या में 55 फीसदी की भागीदारी महिलाओं की है. यहां हर एक पुरुष पर दो महिलाओं का अनुपात है. यहां इस स्थिति की वजह भौगोलिक है क्योंकि ज्यादातर पुरुष काम के लिए बाहर खाड़ी देशों में चले जाते हैं और देश के अंदर जेंडर गैप बढ़ता चला जाता है.

कुछ ऐसा ही हाल हॉन्ग कॉन्ग में भी है. यहां हर लिंग अनुपात 1.16 है. इसके पीछे की वजहों में पहला तो ये है कि घरेलू काम करने वाली ज्यादातर महिलाएं हैं और दूसरा फैक्ट ये है कि यहां महिलाएं, पुरुषों से ज्यादा लंबी जिंदगी जीती हैं.

लिथुआनिया में भी जेंडर रेशियो हॉन्ग कॉन्ग जैसा ही है. यहां भी महिलाएं की संख्या पुरुषों से ज्यादा है, खासकर बुजुर्ग वर्ग में. पुरुषों में बीमारियां ज्यादा होती हैं, जबकि महिलाएं उनकी अपेक्षा ज्यादा जीती हैं.

अगला नाम बहमास का है. ये देश छोटा सा है और यहां की जनसंख्या भी कम है लेकिन यहां भी महिलाएं, पुरुषों से ज्यादा हैं. वजह यहां भी वही है, महिलाओं की ज़िंदगी पुरुषों की अपेक्षा ज्यादा है.

इस लिस्ट में छठें नंबर पर रूस है. दुनियाभर में रूस को उसके लैंगिक अनुपात बिगड़ने की वजह से जाना जाता है. यहां लगभग हर आयु वर्ग में महिलाओं की संख्या पुरुषों से ज्यादा है. यहां के पुरुष स्वास्थ्य, नशे की आदत और खासतौर पर लंबी चलने वाली लड़ाइयों में अपनी जान गंवा बैठते हैं, जबकि महिलाओं के साथ ऐसा नहीं होता. इसके साथ ही रशियन महिलाएं अपनी खूबसूरती के लिए भी दुनियाभर में मशहूर हैं, खासतौर एशियाई देशों में उन्हें अपनी अलग किस्म की सुंदरता के लिए खूब पसंद किया जाता है.

बेलारूस में भी रूस की तरह ही महिलाओं की जनसंख्या स्पष्ट रूप से पुरुषों से ज्यादा है. ये समस्या शहरों में ज्यादा है और इसकी वजह यहां भी पुरुषों की छोटी ज़िंदगी और स्वास्थ्य संबंधी दिक्कतें हैं.

# क्रिस्पी पनीर बॉल्स

**सामग्री :**

- उबले आलू: 2 मध्यम आकार
- पनीर: 200 ग्राम
- बारीक कटी हरी मिर्च: 1-2
- बारीक कटा हरा धनिया: 2 बड़े चम्मच
- कॉर्नफ्लोर : 2 बड़े चम्मच
- अदरक-लहसुन का पेस्ट: 1 छोटा चम्मच
- लाल मिर्च पाउडर: ½ छोटा चम्मच
- धनिया पाउडर: 1 छोटा चम्मच
- गरम मसाला: ½ छोटा चम्मच
- नमक: स्वादानुसार
- तेल: तलने के लिए

**विधि :**

एक बड़े कटोरे में कद्दूकस किया हुआ पनीर, मैश किए हुए आलू, हरी मिर्च, हरा धनिया, अदरक-लहसुन का पेस्ट (अगर इस्तेमाल कर रहे हैं), लाल मिर्च पाउडर, धनिया पाउडर, गरम मसाला और नमक डालें।

अब इसमें कॉर्नफ्लोर डालें और सभी सामग्री को अच्छी तरह मिलाएं ताकि एक चिकना मिश्रण बन जाए। ध्यान रहे, मिश्रण बहुत गीला नहीं होना चाहिए। अगर थोड़ा चिपचिपा लगे तो 1 चम्मच कॉर्नफ्लोर और मिला सकते हैं।

अपने हाथों को हल्का सा तेल लगाकर चिकना करें और इस मिश्रण से छोटे-छोटे बॉल्स (गोले) बना लें। आप अपनी पसंद के अनुसार छोटे या बड़े बॉल्स बना सकते हैं। एक कड़ाही में मध्यम आंच पर तेल गरम करें। तेल इतना होना चाहिए कि बॉल्स उसमें अच्छे से डूब जाएं। जब तेल गरम हो जाए, तो आंच को मध्यम ही रखें और धीरे-धीरे बॉल्स को तेल में डालें। एक बार में उतने ही बॉल्स डालें जितने कड़ाही में आसानी से आ जाएं और उन्हें पलटने की जगह मिले। बॉल्स को सुनहरा-भूरा और कुरकुरा होने तक तलें। बीच-बीच में हल्के हाथ से पलटते रहें ताकि वे चारों तरफ से बराबर पकें। तले हुए पनीर बॉल्स को किचन पेपर पर निकाल लें ताकि एक्स्ट्रा तेल निकल जाए। गरमागरम कुरकुरे पनीर बॉल्स को अपनी मनपसंद चटनी, टोमैटो सॉस या हरी चटनी के साथ परोसें।

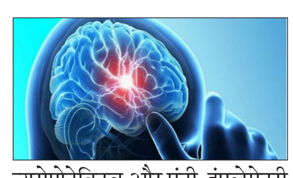
# विटामिन-डी की कमी भी डाल सकती है दिमाग पर असर

## दिखाई दें ये लक्षण, तो करना शुरू कर दें ये 4 काम

विटामिन-डी की जरूरत हड्डियों को मजबूत बनाने के लिए होती है, यह तो आप जानते ही होंगे। लेकिन क्या आपको ये पता है कि विटामिन-डी आपके दिमाग के लिए भी उतना ही जरूरी है। जी हां, अगर शरीर में विटामिन-डी की कमी हो जाए, तो इसका असर आपकी मेंटल हेल्थ पर भी पड़ सकता है।

आइए जानें कैसे विटामिन-डी की कमी दिमाग को प्रभावित कर सकती है और इसके लक्षण कैसे होते हैं। साथ ही, ये भी जानेंगे कि इससे बचने के लिए क्या करना चाहिए।

## विटामिन-डी और दिमाग का कनेक्शन



विटामिन-डी दिमाग में न्यूरोप्रोटेक्टिव और एंटी-इंफ्लेमेटरी भूमिका निभाता है। यह सेरोटोनिन हार्मोन के सीक्रेशन को बढ़ाता है, न्यूरॉन्स के बीच कनेक्शन को सुधारता है और दिमाग की प्लास्टिसिटी यानी सीखने और याद रखने की क्षमता को बनाए रखता है। एक स्टडी के अनुसार, विटामिन-डी की कमी से डिमेंशिया, अवसाद, ऑटिज्म और यहां तक कि सिजोफ्रेनिया जैसी मानसिक समस्याओं का खतरा भी बढ़ जाता है।

## विटामिन-डी की कमी के प्रभाव

**डिमेंशिया और अल्जाइमर का खतरा-** विटामिन-डी की कमी से दिमाग में एमिलॉइड-β (Aβ) पेप्टाइड्स का जमाव बढ़ जाता है, जो अल्जाइमर डिजीज का एक अहम कारण है। यह पेप्टाइड्स दिमाग के सेल्स को नुकसान पहुंचाते हैं, जिससे याददाश्त कमजोर होती है और कॉग्नीटिव फंक्शन प्रभावित होती है।

**डिप्रेशन और मूड स्विंग्स-** विटामिन-डी सेरोटोनिन और डोपामाइन जैसे न्यूरोट्रांसमीटर्स के सीक्रेशन को कंट्रोल करता है। इसकी कमी से डिप्रेशन, चिंता और मूड डिसऑर्डर का खतरा बढ़ जाता है। एक स्टडी में भी पाया गया है कि जिन लोगों में विटामिन-डी का स्तर कम होता है, उनमें डिप्रेशन के लक्षण ज्यादा देखे जाते हैं।

**ऑटिज्म और न्यूरोडेवलपमेंटल डिसऑर्डर-** प्रेग्नेंसी के दौरान विटामिन-डी की कमी शिशु के दिमाग विकास को प्रभावित कर सकती है। स्टडीज का मानना है कि यह कमी ऑटिज्म स्पेक्ट्रम डिसऑर्डर (ASD) और अन्य न्यूरोलॉजिकल विकारों के जोखिम को बढ़ा सकती है।

**सिजोफ्रेनिया और साइकोटिक डिसऑर्डर-** एक स्टडी में पाया गया है कि विटामिन-डी की कमी वाले व्यक्तियों में सिजोफ्रेनिया जैसे मेंटल डिसऑर्डर का खतरा ज्यादा होता है। यह विटामिन दिमाग में न्यूरोट्रांसमिशन को बैलेंस रखने में मदद करता है।

**माइग्रेन और सिरदर्द-** विटामिन-डी की कमी से न्यूरोइन्फ्लेमेशन बढ़ सकती है, जिससे माइग्रेन और लगातार सिरदर्द की समस्या हो सकती है।

## विटामिन-डी की कमी से बचाव के उपाय

- **धूप सेकें-** सुबह 10-15 मिनट धूप में बैठने से शरीर में विटामिन-डी का प्रोडक्शन होता है। सुबह 8-10 बजे की धूप सबसे अच्छी मानी जाती है।
- **विटामिन-डी से भरपूर डाइट-** फैटी फिश, अंडे की जर्दी, दूध, दही, पनीर, मशरूम, फोर्टिफाइड अनाज और फोर्टिफाइड ऑरेंज जूस विटामिन-डी की कमी से बचाव में मदद कर सकते हैं।
- **सप्लीमेंट्स लें-** डॉक्टर की सलाह से विटामिन-डी सप्लीमेंट्स (1000-2000 IU प्रतिदिन) ले सकते हैं। गंभीर कमी होने पर हाई-डोज थेरेपी दी जाती है।
- **नियमित जांच कराएं-** साल में एक बार विटामिन-डी ब्लड टेस्ट करवाएं। सामान्य स्तर 30-50 ng/mL के बीच होना चाहिए।

## विटामिन-डी की कमी के लक्षण

- थकान और कमजोरी
- याददाश्त कमजोर होना
- डिप्रेशन और चिड़चिड़ापन
- नींद न आना
- मांसपेशियों में दर्द
- बार-बार इन्फेक्शन होना

## आज का राशिफल

**मेष** : मेहनत अधिक होगी। लाभ में कमी रह सकती है। कीमती वस्तुएं संभालकर रखें। व्यवसाय-व्यापार मनोनुकूल चलेगा। स्वास्थ्य का पाया कमजोर रहेगा, सावधानी रखें। बुरी खबर मिल सकती है। भागदौड़ अधिक रहेगी। वाणी में हल्के शब्दों के प्रयोग से बचें। आय बनी रहेगी।

**वृषभ** : मेहनत का फल मिलेगा। कारोबार में वृद्धि के योग हैं। जोखिम उठाने का साहस कर पाएंगे। निवेश शुभ रहेगा। सामाजिक कार्य करने का मन लगेगा। मान-सम्मान मिलेगा। नौकरी में अधिकारी प्रसन्न रहेंगे। शत्रु से सावधानी आवश्यक है। समय की अनुकूलता है।

**मिथुन** : उत्साहवर्धक सूचना प्राप्त होगी। फालतू खर्च होगा। स्वास्थ्य कमजोर रह सकता है। आत्मसम्मान बना रहेगा। भाइयों का सहयोग मिलेगा। कारोबार से लाभ होगा। नौकरी में कार्यभार रहेगा। संगी-साथियों से मुलाकात होगी। जल्दबाजी न करें। जोखिम उठाने का साहस कर पाएंगे।

**कर्क** : शेयर मार्केट व म्युचुअल फंड से मनोनुकूल लाभ होगा। नौकरी में प्रभाव वृद्धि होगी। कोई बड़ा काम होने से प्रसन्नता रहेगी। भेंट व उपहार की प्राप्ति संभव है। व्यावसायिक यात्रा सफल रहेगी। बेरोजगारी दूर करने के प्रयास सफल रहेंगे। जल्दबाजी न करें। उत्साह रहेगा।

**सिंह** : आय में वृद्धि होगी। अपने काम से काम रखें। लाभ के अवसर मिलेंगे। विवेक का प्रयोग करें। हल्की मजाक करने से बचें। अपेक्षित काम में विलंब होगा। बेकार की बातों पर ध्यान न दें। दुष्टजनों से सावधानी आवश्यक है। फालतू खर्च पर नियंत्रण नहीं रहेगा।

**कन्या** : नए उपक्रम प्रारंभ करने संबंधी योजना बनेगी। डूबी हुई रकम प्राप्त होगी। व्यापार-व्यवसाय से मनोनुकूल लाभ होगा। यात्रा लाभदायक रहेगी। नौकरी में प्रशंसा मिलेगी। जल्दबाजी से काम बिगड़ सकते हैं। संतान पक्ष से बुरी खबर मिल सकती है।

**तुला** : कार्यस्थल पर परिवर्तन हो सकता है। कारोबार मनोनुकूल लाभ देगा। सामाजिक कार्य करने में मन लगेगा। योजना फलीभूत होगी। मान-सम्मान मिलेगा। स्वास्थ्य का ध्यान रखें। नौकरी में अधिकार बढ़ सकते हैं। शेयर मार्केट, म्युचुअल फंड से लाभ होगा। आय में वृद्धि होगी।

**वृश्चिक** : प्रसन्नता बनी रहेगी। पूजा-पाठ में मन लगेगा। व्यापार-व्यवसाय लाभदायक रहेगा। सत्संग का लाभ मिलेगा। राजकीय बाधा दूर होकर लाभ की स्थिति बनेगी। परिवार तथा मित्रों का सहयोग मिलेगा। चोट व रोग से कष्ट हो सकता है। बेचैनी रहेगी। प्रेम-प्रसंग में अनुकूलता रहेगी।

**धनु** : दौड़धूप रहेगी। नकारात्मकता हावी रहेगी। कीमती वस्तुएं संभालकर रखें। किसी व्यक्ति विशेष से कहासुनी हो सकती है। स्वाभिमान को ठेस पहुंच सकती है। चोट व दुर्घटना से बड़ी हानि हो सकती है। पुराना रोग उभर सकता है। वाणी में हल्के शब्दों के प्रयोग से बचें।

**मकर** : सरकारी कामों में सहूलियत होगी। जीवनसाथी से सहयोग मिलेगा। घर में सुख-शांति रहेंगे। यात्रा लाभदायक रहेगी। पार्टनरों से सहयोग मिलेगा। झंझटों में न पड़ें। राजकीय सहयोग मिलेगा। कारोबारी अनुबंध हो सकते हैं। लाभ के अवसर हाथ आएंगे।

**कुंभ** : स्थायी संपत्ति के कार्य बड़ा लाभ दे सकते हैं। भाग्योन्नति के प्रयास सफल रहेंगे। ऐश्वर्य के साधनों पर खर्च होगा। नौकरी में कार्य की प्रशंसा होगी। शारीरिक कष्ट संभव है। भ्रम की स्थिति उत्पन्न हो सकती है। विवेक से कार्य करें। मातहतों का सहयोग प्राप्त होगा।

**मीन** : नौकरी में प्रभाव वृद्धि होगी। मनपसंद व्यंजनों का लाभ मिलेगा। रचनात्मक कार्य सफल रहेंगे। पार्टी व पिकनिक का कार्यक्रम बनेगा। आनंद के साथ समय व्यतीत होगा। व्यापार मनोनुकूल लाभ देगा। आशंका-कुशंका से बाधा होगी। किसी व्यक्ति से बहस हो सकती है।

-ज्योतिषाचार्य पंडित अतुल शास्त्री

# बारिश में नहाना फायदेमंद या नुकसानदायक?

बारिश में नहाना कई लोगों को अच्छा लगता है. जैसे ही बूंदें गिरना शुरू होती हैं, लोग बाहर निकलकर बरसात का आनंद लेना शुरू कर देते हैं. अधिकतर लोग मानते हैं कि बारिश का पानी साफ होता है और उससे नहाने से दिक्कत नहीं है. हालांकि बारिश में नहाने के बाद कई लोगों की तबीयत बिगड़ जाती है. ऐसे में सवाल उठता है कि लोगों को बारिश में नहाना चाहिए या नहीं? अगर कोई बारिश में नहाता है, तो उससे सेहत को क्या नुकसान हो सकता है? अगर आपके मन में भी ये सवाल आ रहे हैं, तो इन सभी के जवाब डॉक्टर से जानने की कोशिश करते हैं.

नई दिल्ली के सर गंगाराम हॉस्पिटल के प्रिवेंटिव हेल्थ एंड वेलनेस डिपार्टमेंट की डायरेक्टर डॉ. सोनिया रावत ने News18 को बताया कि बारिश में नहा सकते हैं, लेकिन उसके बाद घर पर साफ पानी से नहाना बेहद जरूरी होता है. दरअसल बारिश के पानी में कई बार प्रदूषण और बैक्टीरिया हो सकते हैं, जिससे नहाने पर कई स्वास्थ्य समस्याएं हो सकती हैं. बारिश में नहाते वक्त धूल, मिट्टी और गंदगी की चपेट में आ गए, तो स्किन पर एलर्जी या खुजली हो सकती है. इसके अलावा बारिश में नहाने से सर्दी लग सकती है और जुकाम, खांसी या फेफड़ों से जुड़ी बीमारियां होने का खतरा बढ़ जाता है. बुजुर्ग, बच्चों और कमजोर इम्यूनिटी वाले लोगों को बारिश में नहाने से बचना चाहिए. ऐसे लोगों को बारिश में नहाने से बीमार होने का खतरा ज्यादा होता है.

डॉक्टर ने बताया कि बारिश में नहाने से स्किन में फंगल इंफेक्शन का खतरा भी होता है. अगर कोई व्यक्ति पहले से ही स्किन से जुड़ी बीमारियों से जूझ रहा है, तो बारिश के पानी से वह समस्या बढ़ सकती है. बारिश के पानी में मौजूद जर्म्स त्वचा की ऊपरी परतों में घुसकर जलन, फोड़े-फुंसी या रैशेज पैदा कर सकते हैं. इसलिए अगर बारिश में नहाना हो भी तो तुरंत साफ पानी से नहा लेना चाहिए और त्वचा को अच्छी तरह सुखाना चाहिए. बारिश में नहाने से हड्डियों और जोड़ों में दर्द बढ़ने की संभावना भी होती है. ठंडी और गीली कंडीशन से शरीर के जोड़ों में सूजन या अकड़न हो सकती है. जो पुराने दर्द या आर्थराइटिस जैसी बीमारी से जूझ रहे हों, उन्हें बारिश में भीगने से बचना चाहिए.

बारिश में भीगने के कारण शरीर की ऊर्जा कम हो जाती है और कमजोरी महसूस हो सकती है. इसलिए बारिश में नहाने के बाद सूखे कपड़े पहनना जरूरी है. कुल मिलाकर यह कहा जा सकता है कि बारिश में नहाने से पहले सावधानी रखना बहुत आवश्यक है. अगर पानी साफ है और मौसम बहुत ठंडा नहीं है तो कभी-कभी बारिश में नहाना मना नहीं है, क्योंकि इससे तनाव कम होता है और मन प्रसन्न रहता है. अगर पानी गंदा हो, तेज बारिश हो या मौसम ठंडा हो तो इससे बचना ही बेहतर है. स्वस्थ रहने के लिए बारिश में भीगने के बाद तुरंत ताजगी से स्नान करना, सूखे कपड़े पहनना और पौष्टिक आहार लेना चाहिए.

# हरी मिर्च से दही जमाने का तरीका

**हरी मिर्च में ऐसे नेचुरल बैक्टीरिया होते हैं जो दूध में डालने पर उसे फर्मेंट कर देते हैं. इससे दही बिलकुल वैसे ही जमती है जैसे आप जामन डालकर जमाते हैं. फर्क बस इतना होता है कि इसमें हरी मिर्च की मदद से नेचुरली ही दही बन जाती है और वह भी बढ़िया खट्टी-मीठी और गाढ़ी. यह तरीका उन लोगों के लिए भी काम का है जो पहली बार दही जमाने जा रहे हैं और उनके पास जामन नहीं है. अब जानते हैं कि इस आसान से नुस्खे को कैसे अपनाएं.**

**तरीका....**

- सबसे पहले दूध को अच्छे से उबाल लें. फिर इसे हल्का गर्म रहने दें यानी इतना कि उंगली डालने पर ज्यादा गर्म न लगे. दही जमाने के लिए दूध का सही तापमान होना बहुत जरूरी होता है.
- अब 2-3 हरी मिर्च लें और उन्हें धोकर पोंछ लें. इनकी डंठल बिलकुल न तोड़ें. दरअसल हरी मिर्च की डंठल पर ही वे नेचुरल बैक्टीरिया होते हैं जो दूध को फर्मेंट करने में मदद करते हैं.
- इसके बाद इस हल्के गर्म दूध में हरी मिर्च को ऐसे ही डाल दें. कोई चम्मच से चलाएं नहीं. फिर इस बर्तन को ढक्कन से ढक दें और किसी गर्म जगह पर रख दें.
- करीब 8-10 घंटे या फिर मौसम के हिसाब से ज्यादा समय लग सकता है. अगर गर्मी है तो दही जल्दी जम जाएगी. सर्दियों में थोड़ा समय ज्यादा लग सकता है.
- जब दही जम जाए तो हरी मिर्च को निकालकर फेंक दें. आप देखेंगे कि यह दही कितनी बढ़िया गाढ़ी और मोटी जमी है.

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...

### निलंबित लेखपाल ने की आत्महत्या की कोशिश

**हापुड़.** यूपी के हापुड़ से एक सनसनीखेज मामला सामने आया है। जहां धौलाना तहसील क्षेत्र में तैनात लेखपाल सुभाष मीणा ने निलंबन के बाद मानसिक तनाव में आकर जहर खाकर आत्महत्या करने की कोशिश की। परिजन उसे अस्पताल ले गए। जहां उसकी हालत गंभीर बताई जा रह है। लेखपपाल पर खसरा-खतौनी की नकल के लिए अवैध वसूली का आरोप था। ग्रामीणों की शिकायत पर डीएम ने उन्हें निलंबित कर जांच के आदेश दिए थे। उधर, इस घटना से राजस्व कर्मचारियों में हड़कंप मच गया।

### प्रयागराज के गांव से अचानक लापता हुए 4 मासूम बच्चों के शव पानी भरे गड्ढे में मिले

**प्रयागराज.** यूपी के प्रयागराज में बुधवार की सुबह मेजा थाना क्षेत्र के बेदौली गांव स्थित ईंट-भट्ठे के गड्ढे के पानी में चार मासूम बच्चों की उतराती हुई लाश मिलने से सनसनी फैल गई। बेदौली गांव के आदिवासी समाज के चार मासूम बच्चे मंगलवार की शाम को अचानक लापता हो गए। शाम से लेकर रातभर पीड़ित परिजन लापता बच्चों की खोजबीन करते रहे। सुबह होते ही बुधवार को पास के एक ईंट भट्ठे के गड्ढे में चारों मासूमों के शव उतराते हुए मिले। मौके पर पहुंची मेजा पुलिस टीम ने आनन फानन में शव को गड्ढे के पानी से निकलवाकर सीएचसी रामनगर लेकर पहुंचे जहां पर डॉक्टरों ने परीक्षण कर मौत की पुष्टि कर दी। मृतक बच्चों में हीरा आदिवासी का 5 वर्षीय बेटा हुनर और 3 वर्षीय बेटी वैष्णवी रही। विमल कुमार का 5 वर्षीय बेटा कान्हा, और संजय आदिवासी का 4 वर्षीय बेटा केशरी शामिल हैं।

### जीजा की हत्या कर बोला साला- इसे कहते हैं मर्डर, बहन से लव मैरिज पर था नाराज

यूपी के बागपत मेखेकड़ा कोतवाली क्षेत्र के नंगलाबडी गांव में सोमवार की रात हुई वारदात से पूरे गांव में सनसनी फैल गई। पति की मौत के बाद बदहवास आरती ने बताया कि उसका भाई आकाश उसके पति को पीटता हुआ गली में ले गया। गली में पहुंचते ही पति विकास अचेत होकर जमीन पर गिर गया। इसके बाद भी भाई आकाश पति के सिर पर ईंटों से प्रहार करता रहा। जब उसे लगा कि विकास मर चुका है, तो वह जोर-जोर से चिल्लाने लगा। कहने लगा गांव वालों देखो, इसे कहते है मर्डर। ऐसे मारा जाता है आदमी। मेरी बहन से शादी करेगा। मारा गया ना। इस नजारे को देख मोहल्ले के लोगों में दहशत है। उन्होंने अपने मकानों के दरवाजे तक बंद कर लिये। पुलिस के पहुंचने के बाद ही उन्होंने अपने मकानों के दरवाजे खोले।

### चौकी इंचार्ज ही निकला दुकानदार को अगवा कर पीटने वाला लुटेरा, होगा सस्पेंड

**कानपुर.** यूपी के कानपुर दक्षिण में सचेंडी के दुकानदार को मध्य प्रदेश की क्राइम ब्रांच बताकर घर से अगवा कर किदवईनगर स्थित एक होटल में रख कर पीटने के बाद किदवईनगर पुलिस चौकी में थर्ड डिग्री का इस्तेमाल कर 3 लाख रुपये वसूलने वाला चौकी इंचार्ज प्रवास शर्मा एसीपी पनकी शिखर की जांच में दोषी पाया गया है। गंभीर धाराओं में मुकदमा दर्ज करने के साथ ही निलंबन की कार्रवाई की जाएगी। दुकानदार राम बहादुर को 2 जुलाई को एमपी क्राइम ब्रांच बता पांच लोग काली गाड़ी से अगवाकर किदवईनगर के एक होटल लेकर आए थे, जहां रातभर पीटा गया। इसके बाद छोड़ने के लिए पांच लाख रुपये की मांग गई। अगले दिन सुबह किदवई नगर चौकी ले जाया गया, जहां फिर मारपीट कर पैसे मंगवाने का दबाव बनाया गया। पीड़ित के पत्नी से बात कराने के बाद तीन लाख रुपये में डील हुई, जिसके बाद उसे बर्रा बाइपास होते हुए पनकी, गंगा बैराज घुमाते हुए वापस उसी होटल पर लाया गया। संयुक्त पुलिस आयुक्त कानून व्यवस्था आशुतोष कुमार ने बताया कि सामने आया कि पीड़ित की ओर से लगाए गए सभी आरोप सही हैं। सोमवार को एसीपी पनकी किदवईनगर में पीड़ित को लेकर जांच करने पहुंचे। जहां किदवईनगर पुलिस चौकी के तैनात दरोगा को देख कर पीड़ित ने कह दिया, साहब इन्होंने ने ही मुझे पीटा, तीन लाख वसूले। वहीं पीड़ित ने उस गाड़ी को भी पहचान लिया, जिस गाड़ी से उसे अगवा किया गया था। यह गाड़ी भी दरोगा के नाम पर ही निकली।

# वोटर लिस्ट में कोई गैर भारतीय नहीं रहेगा

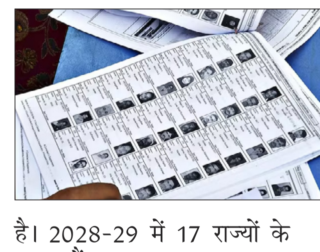
- स्क्रीनिंग का बिहार मॉडल पूरे देश में लागू करने की तैयारी
- अगला नंबर असम और बंगाल का

**पटना.** बिहार में मतदाता सूची की स्क्रीनिंग पर मचे राजनीतिक कोहराम के बीच चुनाव आयोग (ECI) ने साफ किया है कि यह कवायद देश के हर राज्य में की जाएगी। इसमें घर-घर जाकर मतदाताओं की पुष्टि की जाएगी। इसके जरिए ECI यह सुनिश्चित करना चाहता है कि कोई गैर भारतीय वोटर लिस्ट में न रहे।

आयोग के सूत्रों ने बताया कि अगली बारी उन राज्यों की है जहां 2026 में विधानसभा चुनाव होने हैं। इनमें असम, पश्चिम बंगाल, केरल, तमिलनाडु और पुदुचेरी शामिल हैं। बिहार में चुनाव के बाद इन राज्यों में अभियान चलाया जाएगा। इस कवायद की असली परीक्षा असम और पश्चिम बंगाल में होगी। यहां बांग्लादेशी घुसपैठियों की मौजूदगी पर पहले से राजनीति गरमाई हुई है।

- 2029 से पहले सभी राज्यों में स्क्रीनिंग करने का योजना

अगले फेज में उत्तर प्रदेश, गुजरात, पंजाब, हिमाचल प्रदेश, गोवा और मणिपुर का नंबर है। यहां 2027 में चुनाव हैं। सूत्रों ने बताया कि 2029 में लोकसभा चुनाव से पहले सभी राज्यों की वोटर लिस्ट की स्क्रीनिंग पूरी करने की योजना है। 2028-29 में 17 राज्यों के चुनाव हैं।



वहीं, विपक्ष ने आयोग के फैसले पर सवाल उठाते हुए आंदोलन का ऐलान किया है। इस क्रम में बुधवार को बिहार में चक्का जाम होगा। एसोसिएशन फॉर डेमोक्रेटिक रिफॉर्म (ADR) और विपक्षी पार्टियों ने सुप्रीम कोर्ट में याचिका दाखिल की है।

याचिकाओं में तर्क दिया गया है कि नागरिकता तय करना आयोग का नहीं, सरकार का काम है। स्क्रीनिंग के लिए आधार कार्ड, राशन कार्ड जैसे दस्तावेज मान्य नहीं हैं, जबकि बिहार के 90% लोगों के पास यही हैं। लाखों लोग दूसरे राज्यों में जाते हैं। यह उनके लिए बड़ी चुनौती है। मामले 10 जुलाई को सुनवाई होनी है।

- बिहार में 7.7 करोड़ फॉर्म बंटे, जमा आधे

बिहार में स्पेशल स्क्रीनिंग के लिए 7.90 करोड़ फॉर्म फॉर्म प्रिंट कराए गए। इसमें से 7.7 करोड़ (97% से ज्यादा) बांट दिए गए। आयोग के 8 जुलाई शाम 6 बजे तक के आंकड़ों के मुताबिक करीब 3.70 करोड़ (46.95%) फॉर्म जमा हो चुके हैं। इनमें से 18.16% फॉर्म ऑनलाइन अपलोड कर दिए गए हैं। फॉर्म जमा करने की आखिरी तारीख 25 जुलाई है।

# बिहार में वोटर लिस्ट रिवीजन जारी रहेगा

- सुप्रीम कोर्ट का रोक से इनकार
- चुनाव आयोग से कहा- आधार, वोटर आईडी, राशन कार्ड को भी पहचान पत्र मानें

सुप्रीम कोर्ट ने गुरुवार को बिहार विधानसभा चुनाव से पहले वोटर लिस्ट के रिवीजन पर रोक लगाने से इनकार कर दिया। सुप्रीम कोर्ट ने चुनाव आयोग से कहा कि आधार, वोटर आईडी, राशन कार्ड को भी पहचान पत्र मानें। अब

अगली सुनवाई 28 जुलाई को होगी। विशेष गहन पुनरीक्षण (SIR) यानी वोटर लिस्ट रिवीजन पर अदालत में करीब 3 घंटे सुनवाई हुई। याचिकाकर्ताओं का आरोप है कि वोटर लिस्ट रिवीजन नियमों को दरकिनार कर किया जा रहा है। वोटर की नागरिकता जांची जा रही है। ये कानून के खिलाफ है।

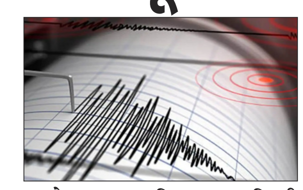
इस दौरान सुप्रीम कोर्ट ने चुनाव आयोग से पूछा कि बिहार में मतदाता सूची के विशेष गहन पुनरीक्षण (SIR) यानी वोटर लिस्ट रिवीजन में नागरिकता के मुद्दे में क्यों पड़ रहे हैं? अगर आप वोटर लिस्ट में किसी शख्स का नाम सिर्फ देश की नागरिकता साबित होने के आधार पर शामिल करेंगे तो फिर ये बड़ी कसौटी होगी। यह गृह मंत्रालय का काम है। आप उसमें मत जाइए।

SIR के खिलाफ राजद सांसद मनोज झा, TMC सांसद महुआ मोइत्रा समेत 11 लोगों ने याचिकाएं दाखिल की गई हैं।

सुप्रीम कोर्ट में जस्टिस सुधांशु धूलिया और जस्टिस जॉयमाल्या बागची की बेंच सुनवाई कर रही है। याचिकाकर्ता की ओर से वकील गोपाल शंकर नारायण, कपिल सिब्बल और अभिषेक मनु सिंघवी दलील दे रहे हैं। चुनाव आयोग की पैरवी पूर्व अटॉर्नी जनरल केके वेणुगोपाल, राकेश द्विवेदी और मनिंदर सिंह कर रहे हैं।

# दिल्ली-NCR में भूकंप

- 10 सेकेंड तक झटके महसूस हुए
- 4.4 तीव्रता
- हरियाणा के झज्जर में केंद्र था
- 6 महीने में तीसरी बार भूकंप आया



**नई दिल्ली.** दिल्ली में गुरुवार को भूकंप के तेज झटके महसूस किए गए। भूकंप का केंद्र हरियाणा के झज्जर में था। यहां रिक्टर स्केल पर तीव्रता 4.4 थी। इसकी वजह से दिल्ली और NCR में भूकंप के झटके महसूस किए गए। किसी तरह के नुकसान की खबर नहीं है। हरियाणा के जींद और बहादुरगढ़ के अलावा पश्चिमी उत्तर प्रदेश और राजस्थान के इलाकों में भी 10 सेकेंड तक झटके आए। बीते छह महीने में दिल्ली और NCR में तीसरी बार भूकंप आया है। इससे पहले 19 अप्रैल और 17 फरवरी को भी भूकंप आया था।

## गुजरात का महिसागर पुल हादसा

# नदी से 15 शव मिले

- 4 लोग अब भी लापता
- पुल टूटने से 5 गाड़ियां नदी में गिरी थीं

**वडोदरा.** गुजरात में वडोदरा और आणंद को जोड़ने वाला पुल टूटने के बाद महिसागर नदी से 15 शव निकाले जा चुके हैं। NDRF को गुरुवार सुबह 2 शव मिले, जबकि 13 बुधवार को ही बरामद हो चुके थे।

हादसे में एक ही परिवार के तीन लोगों की मौत हो गई है। अभी भी 4 लोग लापता बताए जा रहे हैं। इनकी तलाश जारी है।

महिसागर नदी पर बना ब्रिज बुधवार सुबह टूट गया था। चलते ट्रैफिक के बीच पुल टूट जाने से दो ट्रक, दो कार और एक रिक्शा नदी में गिर गया था। एक टैंकर टूटे सिरे पर फंस गया था।

45 साल पुराना यह ब्रिज दक्षिण गुजरात को सौराष्ट्र से जोड़ता था। इसके टूटने से भरूच, सूरत, नवसारी, तापी और वलसाड से सौराष्ट्र पहुंचना मुश्किल हो गया है। अब इसके लिए अहमदाबाद होकर जाना होगा।

## मलेशिया में पुलिस का हेलिकॉप्टर नदी में गिरा

**कुआलालंपुर.** मलेशिया के जोहोर राज्य में बुधवार सुबह एक पुलिस हेलिकॉप्टर आपात लैंडिंग के दौरान सीधे नदी में जा गिरा। यह हादसा सुंगाई पुलाई इलाके में हुआ।

उस वक्त हेलिकॉप्टर नियमित सैन्य अभ्यास (MITSATOM 2025) में शामिल था। हेलिकॉप्टर में सवार पांचों क्रू मेंबर को सुरक्षित बाहर निकाल लिया गया है।

रेस्क्यू ऑपरेशन के बाद सभी घायल अफसरों को जोहोर बारू के सुल्ताना अमीना अस्पताल में भर्ती कराया गया। मलेशिया की सिविल एविएशन अथॉरिटी ने कहा है कि हादसे की जांच एयर एक्सीडेंट इन्वेस्टिगेशन ब्यूरो करेगा।

# थरूर ने इमरजेंसी को काला अध्याय बताया

- कहा- इससे सबक लेना जरूरी
- नसबंदी अभियान मनमाना और क्रूर फैसला था

**नई दिल्ली.** कांग्रेस सांसद शशि थरूर ने एक आर्टिकिल में लिखा कि इमरजेंसी को सिर्फ भारतीय इतिहास के काले अध्याय के रूप में याद नहीं किया जाना चाहिए, बल्कि इससे सबक लेना जरूरी है। उन्होंने नसबंदी अभियान को मनमाना और क्रूर फैसला बताया।

थरूर ने मलयालम भाषा के अखबार 'दीपिका' में प्रकाशित आर्टिकल लिखा है। यह गुरुवार को प्रकाशित हुआ है। उन्होंने लिखा कि अनुशासन और व्यवस्था के लिए उठाए गए कदम कई बार ऐसी क्रूरता में बदल जाते हैं, जिन्हें किसी तरह उचित नहीं कहा जा सकता। 50 साल पहले 25 जून, 1975 को तब की प्रधानमंत्री इंदिरा गांधी ने देश में इमरजेंसी लगाई थी। यह 21 मार्च, 1977 तक लागू रही थी। इस दौरान केंद्र सरकार ने कई सख्त फैसले लिए थे।

### थरूर बोले- नसबंदी मनमाना फैसला था

थरूर ने लिखा, 'इंदिरा गांधी के बेटे संजय गांधी का जबरन नसबंदी अभियान चलाने का फैसला क्रूरता का उदाहरण बन गया। गरीब ग्रामीण इलाकों में टारगेट पूरा करने के लिए हिंसा और दबाव का सहारा लिया गया। नई दिल्ली जैसे शहरों में बेरहमी से झुग्गियां तोड़ी गईं। हजारों लोग बेघर हो गए। उनकी ओर कोई ध्यान नहीं दिया गया।'

### कहा- लोकतंत्र को हल्के में नहीं लेना चाहिए

शशि थरूर ने अपने आर्टिकल में लिखा- लोकतंत्र को हल्के में नहीं लेना चाहिए। यह एक बहुमूल्य विरासत है, जिसे लगातार संरक्षित करना जरूरी है। सत्ता को सेंट्रलाइज करने, असहमति को दबाने और संविधान को दरकिनार करने का असंतोष कई रूपों में फिर सामने आ सकता है।

अक्सर ऐसे एक्शन को देशहित या स्थिरता के नाम पर उचित ठहराया जाता है। इस अर्थ में इमरजेंसी एक चेतावनी के रूप में खड़ा है। लोकतंत्र के संरक्षकों को हमेशा सतर्क रहना होगा।

# 40 दिन में हार्टअटैक से 23 मौतें

- लोगों में दहशत
- मैसुरु में भी रोज हजारों लोग जांच कराने पहुंच रहे

कर्नाटक के हासन में हार्ट अटैक से मौत के मामले तेजी से बढ़ रहे हैं। पिछले 40 दिनों में यहां हार्ट अटैक से 23 मौतें हो चुकी हैं। इनमें से छह की उम्र 19 से 25 साल के बीच थी। वहीं, आठ की उम्र 25 से 45 साल के बीच थी।

उधर बेंगलुरु के जयदेव अस्पताल में हार्ट अटैक के मरीजों की संख्या में 8% का इजाफा हुआ है। डॉक्टरों ने बताया कि बढ़ते मामलों के बीच हासन और आसपास के जिलों से कई लोग एहतियाती जांच के लिए आ रहे हैं। मैसुरु के भी जयदेव अस्पताल में हार्ट से जुड़ी जांच के लिए रोजाना हजारों लोग पहुंच रहे हैं।

### डॉक्टर बोले- घबराएं नहीं, खानपान में बदलाव करें

जयदेव अस्पताल, मैसूर के मेडिकल सुपरिटेंडेंट डॉ. केएस सदानंद ने लोगों से घबराने की अपील नहीं की। उन्होंने कहा, मीडिया में खबरें देखने के बाद, लोग घबराहट में अस्पताल की ओर भाग रहे हैं। जयदेव अस्पताल में एक बार जांच कराने से समस्या का समाधान नहीं होगा।₹

लोगों को अपने आस-पास उपलब्ध किसी भी अस्पताल में हृदय की जांच करवानी चाहिए। सिर्फ हार्ट की जांच से भविष्य में होने वाली समस्याओं से बचा नहीं जा सकता। जीवनशैली में बदलाव जरूरी है। अच्छी सेहत बनाए रखने के लिए नियमित एक्सरसाइज भी जरूरी है।

# पत्नी का गला रेता, लिव इन पार्टनर का गुप्तांग काट दिया

- ओडिशा में पति की बर्बरता

**भुवनेश्वर.** ओडिशा से एक हैरान करने वाला मामला सामने आया है। आरोप हैं कि एक शख्स ने अलग रह रही पत्नी और उसके लिव इन पार्टनर पर जानलेवा हमला किया है। फिलहाल, पुलिस मामले की जांच कर रही है और आरोपी की तलाश जारी है। खबर है कि एक ओर जहां महिला का गला रेता गया है। वहीं, उनके साथी के गुप्तांगों को काट दिया।

एनडीटीवी की रिपोर्ट के अनुसार, घटना राज्य के जाजपुर में मालाहाट गांव की है। रिपोर्ट में पुलिस को हवाले से बताया गया है कि आरोपी की पहचान मनोज कुमार मोहंती के रूप में हुई है। जरादा गांव के मनोज ने अलग रह रही पत्नी और उसके साथी प्रशांत नाथ पर हमला कर दिया था। इसमें दोनों को गंभीर चोट आई हैं। पुलिस का कहना है कि महिला का गला रेता गया है और उसके साथी के गुप्तांगों पर धारदार हथियार चलाए गए हैं।

- क्या था मामला

रिपोर्ट के अनुसार, महिला करीब एक साल पहले ससुराल कथित तौर पर छोड़कर आ गई थी और प्रशांत के साथ रह रही थी। इसके चलते ही महिला का विवाद पहले पति के परिवार के साथ हुआ। महिला का दावा है कि पति उसके साथ मारपीट करता था और महीनों तक सहन करने के बाद वह घर से भाग निकली।

रिपोर्ट के अनुसार, महिला ने बताया है कि उसे और प्रशांत को मालाहाट के पास परिवार से सुलह करने के नाम पर बुलाया गया था। महिला का दावा है कि उनपर हमला कर दिया गया। उन्होंने बताया, 'उन लोगों ने हमें मालाहाट के पास साथीपुर पुल पर बुलाया। हमारे पहुंचने के साथ ही मेरे देवर और ससुर ने हमें बांध दिया। उन लोगों हमारी गर्दन काट दी और नीचे पटक दिया।' खबर है कि स्थानीय लोगों ने शोर सुनकर और घायल दंपति को देखकर बचाया और अस्पताल पहुंचाया।

# हैदराबाद क्रिकेट एसोसिएशन के अध्यक्ष जगनमोहन गिरफ्तार

- IPL टिकट घोटाला
- SRH को ब्लैकमेल करने का आरोप
- BCCI के नियम से 10% फ्री पास मिलते हैं

IPL 2025 टिकट घोटाले में हैदराबाद क्रिकेट एसोसिएशन (HCA) के प्रेजिडेंट ए. जगन मोहन राव को गिरफ्तार किया गया है। बुधवार को तेलंगाना अपराध जांच विभाग ने उनके साथ चार सीनियर अधिकारी भी हिरासत में लिए गए हैं। गिरफ्तार किए गए अन्य अधिकारी, HCA के कोषाध्यक्ष सी. श्रीनिवास राव, CEO सुनील कांते, महासचिव राजेंद्र यादव और राव की पत्नी जी. कविता हैं। इन सभी पर सनराइजर्स हैदराबाद को टिकट के लिए ब्लैकमेल करने का आरोप लगा है। BCCI के नियम मुताबिक किसी भी टीम के होम स्टेट स्टेडियम को स्टेडियम की क्षमता का 10% पास फ्री मिलता है।

### कब शुरू हुआ मामला?

तेलंगाना क्रिकेट एसोसिएशन (TCA) के महासचिव धर्म गुरव रेड्डी ने 9 जून को शिकायत दर्ज कराई थी। इसमें HCA के ऊपर जालसाजी, हेराफेरी और दबाव डालने जैसे गंभीर आरोप लगाए गए थे। शिकायत के आधार पर CID ने IPC की कई धाराओं में केस दर्ज किया है, जिनमें 465 (जालसाजी), 468 (धोखाधड़ी), 471 (नकली दस्तावेज का असली की तरह इस्तेमाल), 403 (धोखाधड़ी से संपत्ति रखना), 409 (विश्वासघात) और 420 (धोखाधड़ी) शामिल हैं। आरोप है कि राव ने चुनाव में हिस्सा लेने के लिए फर्जी दस्तावेज जमा किए थे।

### SRH से टिकट के लिए दबाव

HCA पर आरोप है कि उन्होंने IPL फ्रेंचाइजी सनराइजर्स हैदराबाद (SRH) से तय सीमा से ज्यादा मुफ्त पास मांगे। SRH, HCA और BCCI के बीच हुए समझौते के अनुसार, HCA को सिर्फ 3,900 फ्री टिकट (स्टेडियम की क्षमता का 10%) मिलने चाहिए।

# US जाने का सपना अब महंगा!

- ट्रंप ने बढ़ाई वीजा फीस
- भारतीय प्रोफेशनल्स को झटका

अमेरिका में डोनाल्ड ट्रंप की अगुवाई वाली सरकार ने वीजा नियमों में बड़ा बदलाव करने की घोषणा की है। ट्रंप प्रशासन ने छात्रों, आईटी प्रोफेशनल्स और टूरिस्ट्स के लिए अमेरिका जाना महंगा कर दिया है। अब वीजा के साथ एक नई $250 (करीब 21,000 रुपए) की वीजा इंटिग्रिटी फीस देनी होगी। यह नया नियम 2026 से लागू होगा। इस नए नियम का असर अमेरिका में नौकरी का सपना देख रहे लाखों भारतीय प्रोफेशनल्स पर भी पड़ेगा।

- किन भारतीयों पर पड़ेगा असर?

ट्रंप सरकार इस नए नियम को वन बिग ब्यूटीफुल कानून के तहत ला रही है। नए नियम का प्रभाव सीधे तौर पर भारत के लाखों नागरिकों पर पड़ेगा जो हर साल अमेरिका में H-1B वीजा पर नौकरी करने जाते हैं, F/M वीजा पर पढ़ाई करने जाते हैं और B-1/B-2 वीजा पर टूरिस्ट या व्यापारिक यात्रा पर जाते हैं। वर्तमान में भारतीयों को B-1/B-2 वीजा के लिए $185 (लगभग ₹15,800) देना पड़ता है। नए शुल्क जुड़ने के बाद यह खर्च $250 पड़ेगा, यानी करीब ढाई गुना।

- छात्रों को भी नहीं छोड़ा

जो भारतीय छात्र अमेरिका में पढ़ाई के लिए F या M वीजा पर जाते हैं, उन्हें भी यह अतिरिक्त शुल्क देना होगा। यह कदम ऐसे समय पर आया है जब भारतीय छात्र पहले ही डॉलर की बढ़ती दर, रहन-सहन के खर्च और ट्यूशन फ़ीस से जूझ रहे हैं।

- H-1B प्रोफेशनल्स पर भी असर

भारत से हर साल हजारों आईटी पेशेवर H-1B वीजा पर अमेरिका जाते हैं। उनके लिए भी यह नई फीस लागू होगी। हालांकि ये अमाउंट 'सिक्योरिटी डिपॉजिट' की तरह होगा, जो कुछ कड़ी शर्तें पूरी करने पर वापस भी हो सकता है, जैसे समय पर अमेरिका छोड़ना, स्टेटस चेंज न करना या ग्रीन कार्ड मिलने से पहले वीजा की वैधता खत्म न हो। लेकिन रिफंड प्रक्रिया ऑटोमैटिक नहीं होगी, और इसके लिए सबूत और दस्तावेज देने होंगे।

# पुराने वाहनों को 1 नवंबर से नहीं मिलेगा फ्यूल

- दिल्ली सहित 5 शहरों में नियम लागू होगा
- पहले 1 जुलाई से बैन लगना था

**नई दिल्ली.** दिल्ली में एंड-ऑफ-लाइफ (EOL) या ओवरएज वाहनों पर फ्यूल प्रतिबंध 1 नवंबर तक स्थगित कर दिया गया है। वायु गुणवत्ता आयोग (CAQM) की मंगलवार को हुई बैठक में यह फैसला लिया गया।

जो डीजल गाड़ियां 10 साल से पुरानी और पेट्रोल गाड़ियां 15 साल से पुरानी होती हैं उन्हें EOL वाहन कहा जाता है।

पहले जारी किए गए निर्देशों के अनुसार, ऐसे वाहनों को 1 जुलाई से दिल्ली में ईंधन नहीं दिया जाना था। अब इन्हें 31 अक्टूबर तक राहत दी गई है।

दिल्ली के पर्यावरण मंत्री मनजिंदर सिंह सिरसा ने 3 जुलाई को वायु गुणवत्ता प्रबंधन आयोग (CAQM) से ऐसे वाहनों के खिलाफ कार्रवाई रोकने का अनुरोध किया था।


## उल्हासनगर महानगरपालिका, उल्हासनगर
### प्रभाग समिती क्र.4

उल्हासनगर महानगरपालिका ULHASNAGAR MUNICIPAL CORPORATION

जा.क्र. उमपा/सहा. आ/प्र.स4/480/2025
सहायक आयुक्त, प्र.स 4 कार्यालय,
उल्हासनगर महानगरपालिका,
उल्हासनगर-421005.
दिनांक : 2/07/2025

### नोटीस

(महाराष्ट्र नागरी क्षेत्र झाडांचे संरक्षण व जतन अधिनियम 1975 चे कलम 8 (3) अन्वये)

उल्हासनगर महानगरपालिका क्षेत्रात प्रभाग समिती क्र.4 चे हद्दीत खाली नमुद केलेल्या ठिकाणी वृक्ष तोडणेसाठी प्रस्ताव प्राप्त झालेला आहे.

| अ.क्र. | अर्जदाराचे नांव | ठिकाण | झाडाचा तपशिल | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | झाडाची जात | झाडाची संख्या | झाडाची ऊंची | बुंध्याचा परिघ |
| 1 | श्रीम. सविता वि नगरे | ए ब्लॉक 290 रूम नं 579 दहा चाळ ससाणे राशन शॉप समोर, उल्हासनगर-421004 | कडुलिंब | 1 | सुमारे 25 फुट | 3.3 फुट |

उक्त नमुद केलेल्या ठिकाणी असलेले वृक्ष छाटण्यासाठी कोणत्याही इसमाची हरकत असल्यास त्यांनी आपली हरकत लेखी स्वरुपात दिनांक 16/07/2025 पूर्वी सहायक आयुक्त तथा वृक्ष अधिकारी प्रभाग समिती क्र.4, अग्निशमन इमारत, उल्हासनगर-421005 या कार्यालयात सादर करावी. मुदतीत लेखी हरकत प्राप्त झाल्यास संबधितास सुनावणी देऊन अंतीम निर्णय घोतला जाईल, विहित मुदतीत हरकत प्राप्त न झाल्यास प्रस्तुत प्रकरणी गुणवत्तेवर निर्णय घेण्यात येईल, याची नोंद घ्यावी.

सही/-
(अलका पवार)
वृक्ष अधिकारी तथा सहा आयुक्त
प्रभाग समिती क्र 4
उल्हासनगर महानगरपालिका

जा. क्र. उमपा / पीआरओ /186/2025
दिनांक :- 10/07/2025

## संक्षेप...

### जीवन में प्रकाश देता है गुरु: देवेश शास्त्री

**मुंबई.** भांडुप के लेक रोड स्थित श्री मारुति मंदिर में गुरु पूर्णिमा का पर्व गुरुवार को हर्षोल्लास के साथ मनाया गया और शिष्यों ने अपने गुरु की पूजा अर्चना की और उनसे आशीर्वाद लिया। इस अवसर पर मारुति मंदिर के महंत देवेश शास्त्री ने कहा कि हिंदू धर्म में गुरु को ईश्वर से भी श्रेष्ठ स्थान दिया गया है, क्योंकि वही जीवन में ज्ञान, संस्कार और दिशा प्रदान करते हैं।

उन्होंने कहा कि यह पर्व केवल परंपरा नहीं, बल्कि आत्मिक जागरण और सद्गति की दिशा में पहला कदम है। हर साधक के लिए यह दिन एक आध्यात्मिक उत्सव होता है। इस दौरान सुबह से ही मंदिर में भक्तों का तांता लगा रहा जो देर शाम तक चलता रहा।

गुरु गोविंद दोऊ खड़े.....

श्रद्धालु संजय शर्मा ने कहा कि गुरु सेवा से जीवन में आध्यात्मिक उन्नति प्राप्त होती है। भारतीय संस्कृति में गुरु का स्थान देवता से भी ऊपर माना गया है।

# ड्रग्स तस्करों पर कसेगी नकेल!

- अब मकोका के तहत होगी कार्रवाई
- CM फडणवीस का बड़ा ऐलान
- राज्य में ड्रग्स के नेटवर्क को जड़ से खत्म करने की तैयारी

मुंबई. महाराष्ट्र सरकार ने मंगलवार को विधानसभा में एक नया विधेयक पेश किया है। इस विधेयक का मकसद महाराष्ट्र संगठित अपराध नियंत्रण अधिनियम (मकोका) में संशोधन करना है, जिससे कि मादक पदार्थों के तस्करों को मकोका के दायरे में लाया जा सके। पिछले सप्ताह, मुख्यमंत्री देवेंद्र फडणवीस ने विधान परिषद में कहा था कि सरकार मौजूदा कानूनों में संशोधन करेगी ताकि मादक पदार्थों के तस्करों पर कठोर मकोका के तहत मामला दर्ज किया जा सके। उन्होंने कहा कि संशोधन राज्य विधानमंडल के चल रहे मानसून सत्र में पेश किए जाएंगे।

सीएम फडणवीस ने कहा कि राज्य सरकार ड्रग्स की तस्करी के खिलाफ अब निर्णायक लड़ाई का मन बना चुकी है। एमडी ड्रग्स और अन्य नशीले पदार्थों के मामलों में महाराष्ट्र संगठित अपराध नियंत्रण अधिनियम (मकोका) के तहत केस दर्ज किए जाएंगे। ऐसे मामलों के लिए विशेष इकाई काम कर रही हैं और अब तक कई बड़े ऑपरेशन चलाए गए हैं।

**फास्ट ट्रैक कोर्ट की मांग**

इस दौरान मुख्यमंत्री ने बताया कि महाराष्ट्र सरकार कि ओर से केंद्र सरकार से ड्रग्स मामलों की सुनवाई के लिए फास्ट ट्रैक कोर्ट की मांग की गई है, ताकि आरोपियों को जल्द सजा हो और वे आसानी से जमानत न ले सकें। यह कदम भी ड्रग्स माफिया पर सख्त कार्रवाई की दिशा में अहम माना जा रहा है।

# स्कूल में छात्राओं के उतरवाए गए कपड़े

- शौचालय में खून के धब्बे मिलने पर जांच

शहापुर. स्कूल.. जहां शिक्षा और सुरक्षा का पर्याय मानी जाती है. वहीं एक स्कूल की चारदीवारी में बच्चियों की मासूमियत को शर्मसार कर देने वाला मामला सामने आया है. महाराष्ट्र के ठाणे जिले के शाहपुर स्थित एक निजी स्कूल में मासिक धर्म की जांच के नाम पर छात्राओं के साथ अमानवीय व्यवहार किया गया.

जानकारी के अनुसार, आर. एस. दमानी स्कूल में कक्षा 5वीं से 10वीं तक की छात्राओं के कपड़े उतरवाए गए. स्कूल की प्रधानाचार्य, चार शिक्षिकाएं, एक महिला परिचारिका और दो ट्रस्टियों सहित आठ लोगों के खिलाफ पुलिस ने मामला दर्ज किया है.

### क्या है पूरा मामला?

यह घटना मंगलवार (8 जुलाई) को तब हुई जब स्कूल के शौचालय में खून के धब्बे पाए गए थे. पुलिस के अनुसार, खून के धब्बे मिलने के बाद स्कूल प्रशासन ने सभी छात्राओं को सभागार में बुलाया और प्रोजेक्टर के माध्यम से उन्हें शौचालय और फर्श की तस्वीरें दिखाई गईं. इसके बाद छात्राओं से पूछा गया कि क्या वे मासिक धर्म के दौर से गुजर रही हैं. पीटीआई के अनुसार, इसके बाद उन्हें दो समूहों में बांटा गया- एक समूह में वे छात्राएं थीं जिन्होंने मासिक धर्म होने की बात स्वीकार की, और दूसरे समूह में वे जिन्होंने इससे इनकार किया.

### स्कूल के बाहर विरोध प्रदर्शन

चौंकाने वाली बात यह है कि जिन छात्राओं ने कहा कि वे मासिक धर्म से नहीं गुजर रही हैं, उन्हें एक-एक करके शौचालय ले जाया गया जहां एक महिला परिचारिका ने उनके गुप्तांगों की जांच की. इससे न सिर्फ छात्राएं मानसिक रूप से आहत हुईं, बल्कि अभिभावकों में भी भारी आक्रोश फैल गया. बुधवार (9 जुलाई) को अभिभावकों ने स्कूल के बाहर विरोध प्रदर्शन किया और आरोपियों पर सख्त कार्रवाई की मांग की.

अतिरिक्त पुलिस अधीक्षक राहुल जाल्टे ने बताया कि घटना की गंभीरता को देखते हुए पुलिस जांच तेजी से की जा रही है. आठों आरोपियों पर भारतीय न्याय संहिता (बीएनएस) की संबंधित धाराओं में केस दर्ज किया गया है. शाहपुर पुलिस स्टेशन के वरिष्ठ निरीक्षक मुकेश धागे ने बताया कि अब तक किसी की गिरफ्तारी नहीं हुई है, लेकिन जांच जारी है और जल्द ही जरूरी कार्रवाई की जाएगी.

# बीकेसी से शीलफाटा के बीच सुरंग निर्माण कार्य में तेजी

उल्हास विकास संवाददाता

**ठाणे.** मुंबई-अहमदाबाद बुलेट ट्रेन परियोजना के लिए बीकेसी से शिलफाटा के बीच बन रही 21 कि.मी. लंबी सुरंग में पहला ब्रेकथ्रू हासिल, 2.7 कि.मी. लंबी निरंतर सुरंग का निर्माण पूरा किया गया।9 जुलाई को महाराष्ट्र में बांद्रा-कुर्ला कॉम्प्लेक्स (BKC) और शिलफाटा के बीच बनाई जा रही 21 किलोमीटर लंबी सुरंग में पहला ब्रेकथ्रू हासिल किया गया, जो 2.7 किलोमीटर लंबी निरंतर सुरंग खंड के सफल निर्माण का प्रतीक है।कुल 21 किलोमीटर सुरंग में से, 5 किलोमीटर का निर्माण शिलफाटा और घनसोली के बीच न्यू ऑस्ट्रियन टनलिंग विधि (एनएटीएम) का उपयोग करके किया जा रहा है, जबकि शेष 16 किलोमीटर का निर्माण टनल बोरिंग मशीनों (टीबीएम) का उपयोग करके किया जाएगा। सुरंग में ठाणे क्रीक के नीचे 7 किलोमीटर लंबा समुद्र के नीचे का हिस्सा भी शामिल है।एनएटीएम भाग में सुरंग निर्माण में तेजी लाने के लिए, एक अतिरिक्त संचालित मध्यवर्ती सुरंग (ADIT) का निर्माण किया गया, जिससे घनसोली और शिलफाटा की ओर एक साथ खुदाई की जा सके। अब तक शिलफाटा की ओर से लगभग 1.62 कि.मी. की खुदाई की जा चुकी है, तथा एनएटीएम खंड में कुल प्रगति लगभग 4.3 कि.मी. है।

साइट पर व्यापक सुरक्षा उपाय लागू किए गए हैं, जिनमें ग्राउंड सेटलमेंट मार्कर, पीजोमीटर, इनक्लिनोमीटर, स्ट्रेन गेज और बायोमेट्रिक एक्सेस कंट्रोल सिस्टम शामिल हैं, ताकि आस-पास की संरचनाओं को नुकसान पहुंचाए बिना सुरक्षित और नियंत्रित सुरंग निर्माण गतिविधियां सुनिश्चित की जा सकें।

### 'परोपकार' ने रेनकोट का किया वितरण

**ठाणे.** ट्रैफिक पुलिस कर्मचारियों को परोपकार ठाणे क्षेत्रीय समिति की ओर से रेनकोट का वितरण किया गया। इस अवसर पर ट्रैफिक पुलिस निरीक्षक गौरी मोरे के उपस्थित में समिति के ओमप्रकाश अग्रवाल,संजय चूड़ीवाला, कैलाश झुनझुनवाला, राजीव अग्रवाल, चंद्रप्रकाश सराफ, पंकज जैन, ट्रैफिक पुलिस अभिजीत भट, सचिन भोसले और उनकी टीम के हाथों से रेनकोट वितरण किया। आयोजक ओमप्रकाश अग्रवाल ने बताया कि संस्था हर साल नागरिकों की सुरक्षा के लिए सदैव तत्पर ट्रैफिक पुलिस को बरसात से बचने के लिए रेनकोट वितरण किया जाता है।

# ठाणे मनपा का वर्षा मैराथन 10 अगस्त को

- मनपा आयुक्त सौरभ राव ने की घोषणा
- पुरस्कार राशि 10 लाख 38,900 रुपये
- प्रत्येक समूह के 10 विजेताओं को पुरस्कार और कप

**ठाणे.** मनपा आयुक्त सौरभ राव ने गुरुवार को घोषणा की कि ठाणे मनपा का 31वां वार्षिक मैराथन रविवार 10 अगस्त को आयोजित की जा रही है।30वीं वार्षिक मैराथन प्रतियोगिता 2019 में आयोजित की गई थी।अब छह साल बाद ठाणेकर के नागरिक और देश-विदेश के मैराथन धावक बड़े उत्साह के साथ इस मैराथन में भाग ले सकेंगे यह बात आयुक्त सौरभ राव ने कहा।ठाणे मनपा कप 31वीं वार्षिक मैराथन ठाणे के लिए एक बहुत ही प्रतिष्ठित मैराथन है। यह मैराथन छह वर्षों के अंतराल के बाद आयोजित हो रही है, इसलिए सभी विभागों को इस मैराथन को सफल बनाने के लिए बेहतर समन्वय स्थापित करना चाहिए। पिछले छह वर्षों में शहर की संरचना और बुनियादी ढाँचे में काफ़ी बदलाव हुए हैं। इसे ध्यान में रखते हुए, सभी मैराथन मार्गों की योजना बनाई जानी चाहिए आयुक्त राव ने कहा। खेल विभाग ने गुरुवार को मनपा आयुक्त सौरभ राव के समक्ष ठाणे मनपा कप 31वें वार्षिक मैराथन प्रतियोगिता के आयोजन पर विस्तृत प्रस्तुति दी। बैठक में उपायुक्त (खेल) मीनल पलांडे ने 2019 मैराथन प्रतियोगिता की समीक्षा और 2025 की प्रतियोगिता की प्रस्तावित रूपरेखा प्रस्तुत की। इस अवसर पर मनपा अभियंता प्रशांत सोनागरा, उपायुक्त मनीष जोशी, उमेश बिरारी, दिनेश तायडे, सचिन सांगले, उपनगरीय अभियंता विकास ढोले, विनोद पवार और शुभांगी केसवानी, मुख्य चिकित्सा अधिकारी डॉ. प्रसाद पाटिल, स्वास्थ्य अधिकारी डॉ. रानी शिंदे और सभी सहायक आयुक्त एवं कार्यपालक अभियंता उपस्थित थे।

### मैराथन में कुल 12 समूह

ठाणे मनपा कप 31वें वार्षिक मैराथन प्रतियोगिता में कुल 12 समूह होंगे। राज्य स्तरीय समूह में खुले समूह (महिला और पुरुष) - 21 किमी, 18 वर्ष से अधिक (महिला और पुरुष) - 10 किमी, 18 वर्ष से कम (लड़के और लड़कियां) - 10 किमी हैं। जबकि, जिला स्तरीय समूह में 15 वर्ष से कम आयु (लड़के और लड़कियां) - 05 किमी, 12 वर्ष से कम आयु (लड़के और लड़कियां) - 03 किमी, वरिष्ठ नागरिक (पुरुष और महिला) - 500 मीटर दौड़ शामिल हैं।

### कॉर्पोरेट समूह

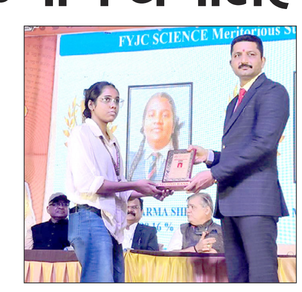
इस मैराथन में पूर्व जनप्रतिनिधियों, पदाधिकारियों और मनपा के पूर्व अधिकारियों का एक कॉर्पोरेट समूह बनाया गया है। उनके लिए 1 किमी की दूरी की प्रतियोगिता आयोजित की गई है।

### इस वर्ष 25,000 धावकों के भाग लेने की उम्मीद

2019 में मैराथन में कुल 23,000 खिलाड़ियों ने भाग लिया था। सैनिक स्कूल, शक्ति स्कूल और निजी स्कूलों के छात्रों ने भी इसमें भाग लिया था। उपायुक्त पलांडे ने बताया कि इस वर्ष मैराथन में लगभग 25,000 खिलाड़ियों के भाग लेने की उम्मीद है।

# गुरुपूर्णिमा के मौके पर SST कॉलेज में सम्मान समारोह

- गुणवान छात्रों का उनके माता-पिता के हाथों हुआ सत्कार




**उल्हासनगर.** एसएसटी महाविद्यालय ने इस वर्ष भी गुरुपूर्णिमा की परंपरा को निभाते हुए उल्हासनगर- * स्थित टाउन हॉल में एक भव्य कार्यक्रम का आयोजन किया। इस समारोह की विशेष बात यह रही कि कक्षा ११वीं से लेकर स्नातकोत्तर तक के गुणवान छात्रों का सम्मान उनके माता-पिता के हाथों किया गया। इस अनोखी पहल से छात्रों का उत्साह दोगुना हुआ और उपस्थित अभिभावक भावविभोर हो गए।

इस कार्यक्रम में मुख्य अतिथि के रूप में मुंबई विश्वविद्यालय के खेल निदेशक डॉ. मनोज रेड्डी, ठाणे जिले के सिविल सर्जन डॉ. बनसोडे, महाविद्यालय के चेयरमैन एवं संस्थापक प्राचार्य डॉ. पुरस्वानी, आईक्यूएसी समन्वयक डॉ. खुशबू पुरस्वानी एवं श्री इंदर मूलपानी विशेष रूप से उपस्थित थे। कार्यक्रम के दौरान छात्रों द्वारा प्रस्तुत किए गए नृत्य और गीतों ने सभी दर्शकों को मंत्रमुग्ध कर दिया। इन प्रस्तुतियों के माध्यम से गुरु के महत्व को सुंदर ढंग से दर्शाया गया, जिससे छात्रों के मन में गुरु के प्रति सम्मान और अधिक गहरा हुआ। मुख्य अतिथियों ने अपने प्रेरणादायी भाषणों के माध्यम से गुरु की भूमिका की महत्ता को रेखांकित किया। डॉ. मनोज रेड्डी ने छात्रों को मोबाइल के अत्यधिक उपयोग से बचकर स्वास्थ्य के प्रति सजग रहने और नियमित व्यायाम करने की सलाह दी।

गुणवान छात्रों के माता-पिता ने अपने बच्चों की सफलता पर हर्ष व्यक्त करते हुए एसएसटी कॉलेज के प्रति आभार जताया। इस कार्यक्रम में छात्रों की बड़ी संख्या में उपस्थिति रही। उन्होंने गुरुजनों के प्रति कृतज्ञता व्यक्त करते हुए कार्यक्रम में सक्रिय भागीदारी निभाई। इस कार्यक्रम के सफल आयोजन में संजीवनी सांस्कृतिक समिति के प्रमुख डॉ. तुषार वाकसे का विशेष योगदान रहा। उन्होंने सभी प्राध्यापकों और स्वयंसेवकों के सहयोग से इस समारोह को अत्यंत सफलतापूर्वक संपन्न किया।

# जन्मदिन पर स्वास्थ्य जांच जांच शिविर

**भिवंडी.** भारतीय जनता पार्टी भिवंडी शहर पूर्व जिलाध्यक्ष एड हर्षल पाटील का जन्मदिन भाजपा शहर उत्तर मंडल द्वारा जोशखरोश, उत्साह से मनाया गया. धामनकर नाका स्थित कार्यालय में सुबह से ही भाजपा पदाधिकारियों, शुभचिंतकों, मित्रों का बधाई देने के लिए तांता लगा रहा. भिवंडी सिविल कोर्ट वकील संगठना की तरफ से भारी संख्या में गणमान्य वकीलों ने भी एड. पाटिल को जन्मदिन की बधाई देते हुए स्वर्णिम भविष्य की कामना की. भाजपा पदाधिकारियों एवं समर्थकों की टीम ने कोंबड पाड़ा स्थित गांव देवी मंदिर प्रांगड़ में नेत्र जांच शिविर की जांच का आयोजन किया गया. नेत्र शिविर में करीब 300 लोगों से अधिक क्षेत्रीय महिला, पुरुष पहुंचकर कुशल नेत्र विशेषज्ञों से नेत्र की जांच कराई.

उक्त अवसर पर भाजपा वरिष्ठ नेता कृष्णा गाजेंगी, भाजपा उत्तर मंडल अध्यक्ष भावेश पाटील, भाजपा शहर महासचिव राजू गाजेंगी, नीलेश कोंडलेकर, एड व्यंकटेश चिटकेन, एड वैभव भोईर, भूषण रोकडे, राजू गुप्ता नागेश झंपाल, शेखर सहित भारी संख्या में भाजपा पदाधिकारी, कार्यकर्ता, समर्थक उपस्थित थे.

# आलिया भट्ट की पूर्व असिस्टेंट मैनेजर गिरफ्तार

- एक्ट्रेस के साथ 2 साल में 77 लाख की धोखाधड़ी की
- फर्जी पेपर में साइन करवाकर पैसे लेती

आलिया भट्ट की पूर्व पर्सनल असिस्टेंट वेदिका प्रकाश को मुंबई पुलिस ने गिरफ्तार कर लिया है। वेदिका पर आलिया के साथ 77 साल रुपए की धोखाधड़ी करने के आरोप हैं। रिपोर्ट्स की मानें तो वेदिका ने 2 सालों तक एक्ट्रेस के पर्सनल और प्रोडक्शन हाउस के अकाउंट से लाखों रुपए लूटे हैं। वेदिका 10 जुलाई तक पुलिस कस्टडी में रहेंगी। करीब 5 महीने से उनकी तलाश जारी थी। मुंबई पुलिस ने उन्हें बैंगलोर से गिरफ्तार किया है।

वेदिका प्रकाश शेट्टी 32 साल की हैं। वो बीते कुछ सालों से आलिया भट्ट की पर्सनल मैनेजर थीं। एनडीटीवी की रिपोर्ट में पुलिस के हवाले से बताया गया है कि वेदिका ने मई 2022 से लेकर अगस्त 2024 तक आलिया के पर्सनल और प्रोडक्शन हाउस इटरनल सनशाइन प्रोडक्शन प्राइवेट लिमिटेड के अकाउंट से पैसे लूटे हैं। ये मामला तब सामने आया जब आलिया भट्ट की मां और एक्ट्रेस सोनी राजदान ने जनवरी में वेदिका प्रकाश के खिलाफ धोखाधड़ी मामले में जुहू पुलिस में शिकायत दर्ज करवाई। उनके खिलाफ धारा 316 (4), 318 (4) के तहत शिकायत दर्ज हुई थी। तब से ही उनकी तलाश जारी थी।

पुलिस के मुताबिक, आलिया भट्ट के साथ काम करने के दौरान वेदिका को एक्ट्रेस की फाइनेंशियल जिम्मेदारियां दी गई थीं। साथ काम करते हुए वेदिका ने आलिया से कई नकली पेपर्स में साइन करवाए। वो ट्रेवल, मीटिंग्स, इवेंट के खर्च से जुड़े नकली इनवॉइस बनवाती थीं, जिसके लिए वो ऑनलाइन इमेजिंग एप यूज करती थीं। पैसों के लेन-देन में वेदिका अपने दोस्तों को भी शामिल करती थीं।

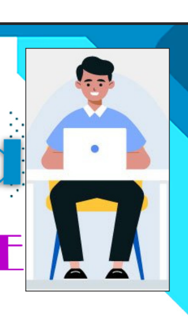
वेदिका प्रकाश मुंबई की एनजी कोऑपरेटिव हाउसिंग सोसाइटी में रहती हैं। 2024 में उन्हें पर्सनल मैनेजर की पोस्ट से हटा दिया गया था। आलिया के अलावा भी वेदिका कई एक्टर्स की मैनेजर रह चुकी हैं।

*In loving memory of*

LATE SHRI HARESH B. BULANI
who left for his heavenly abode on
Wednesday, 9th July, 2025

**MARKA PAGDI**
**HELD ON FRIDAY 11TH JULY, 2025**
AT: DHARAMDAS DARBAR, O.T.
ULHASNAGAR 421003
TIME: 5.00 TO 5.30
SEVA ME
BULANI FAMILY,
GYANCHANDANI FAMILY
& MOTWANI FAMILY
Mob.: 9822484000

**Staff Required**



SINDHI MALE

Qualification B.COM PASSED For ACCOUNTANT & For SALESMAN Qualification- 10TH PASSED

CONTACT :
MR. RAJESH
Mob. No. : 9307579475

## जाहीर नोटीस

मि, श्री. प्रेम रामचंद नागदेव, असे जाहीर करतो की,वॉर्ड नं.39,फ्लॅट नं.201,दुसरा मजला,शिव धारा,रूम नं.127,शीट नं.52 कन्स्ट्रक्टेड ओन ब्लॉकनं.सी-64, कुर्ला कॅम्प,उल्हासनगर - 4,जि.ठाणे येथील ज्याचा प्रॉपर्टी नं.39डीओ013659400,असे असून सदरील वरील प्रॉपर्टी मि श्री.प्रदीप मोहनदास तलरेजा,यांच्या-कडून खरेदी करणार आहे. तरी ह्या प्रॉपर्टी संदर्भात कोणाचे हक्क, अधिकार, कब्जा, देणे,घेणे,गहाण, दान, दुप्पट कर्ज,असल्यास हि नोटीस प्रसिद्ध झाल्यापासून 8 दिवसाच्या आत मला खालील दिलेल्या माझ्या मोबाईल क्रमांकावर संपर्क साधून हरकत नोंदवावी अन्यथा 8 दिवसा नंतर आलेल्या हरकतीची दखल घेतली जाणार नाही यांची नोंद घ्यावी.

सही/-
**श्री. प्रेम रामचंद नागदेव**
मो.नं.8087440415

## ड्राइवर चाहिए

NTG Logistics Pvt. Ltd. कंपनी में EICHER 6 व्हील के लिए ड्राइवर की आवश्यकता है।

लाइसेंस : वैध हैवी ड्राइविंग लाइसेंस होना चाहिए।
अनुभवी, भरोसेमंद, और जिम्मेदार ड्राइवर को प्राथमिकता दी जाएगी। मुंबई से कोल्हापुर चलना है डेली
वेतन : मासिक वेतन 25,000 और 300 भत्ता

संपर्क करें : 9201271717 , 8982611731

उल्हास वि NEWS LIVE
FOLLOW US @ulhasvikas ulhasvikas@gmail.com
Google Play

GET IT ON ULHAS VIKAS Google Play
Subscribe to our ULHAS VIKAS YouTube Channel
Subscribe

मुंबई, ठाणे, नवी मुंबई, पनवेल, रायगड़, उल्हासनगर, कल्याण एवं अंबरनाथ का लोकप्रिय हिंदी दैनिक
उल्हास विकास
सब पे नजर, सबकी खबर
Since 1985

Late Shri. ASHOK U. BODHA
18-02-1945 to 19-12-2017

www.ulhasvikas.com
epaper.ulhasvikas.com
Chief Editor Hero Ashok Bodha
L.L.B., BMM, MA (PS)

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