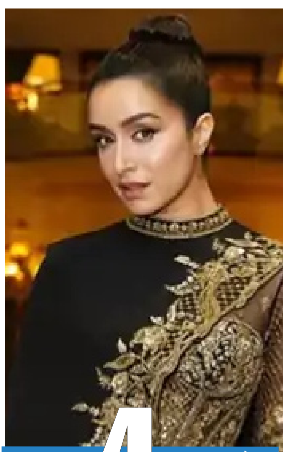
मुंबई, ठाणे, नवी मुंबई, पनवेल, रायगड़, उल्हासनगर, कल्याण एवं अंबरनाथ का
लोकप्रिय हिंदी दैनिक
उल्हास विकास
वर्ष : 45 | अंक : 217 | रविवार 23 नवंबर 2025 | 3 रुपए | पृष्ठ 4
संपादक – हीरो अशोक बोधा BMM, L.LB., M.A.
Mobile.:- 9822045566
@ulhasvikas ulhasvikas@gmail.com
epaper.ulhasvikas.com



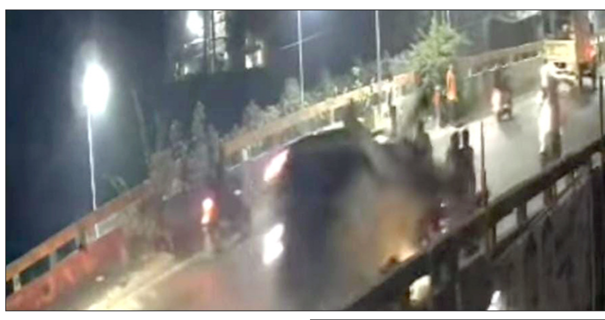
पृष्ठ.. 4 पर पढ़ें..

श्रद्धा कपूर को शूटिंग के दौरान लगी चोट

भीषण सड़क हादसा, 4 की मौत

अंबरनाथ फ्लाईओवर पर दुर्घटना

शिवसेना उम्मीदवार किरण प्रमोद चौबे की कार ने टक्कर मारी, 3 घायल



- बाइक सवार युवक ब्रिज के नीचे गिरा
- उल्हासनगर के 17 वर्षीय युवक की मौत
- घटना सीसीटीवी कैमरे में कैद

यूसुफ शेख

अंबरनाथ. शुक्रवार शाम 6.43 बजे अंबरनाथ फ्लाईओवर पर एक भयानक हादसा हुआ। तेज रफ्तार कार के ड्राइवर ने गाड़ी पर से कंट्रोल खो दिया और सामने से आ रहे दो-तीन टू-व्हीलर को टक्कर मार दी। इसके बाद कार पलट गई। इस भयानक हादसे में कार ड्राइवर और टू-व्हीलर पर सवार तीन लोगों समेत चार लोगों की मौत हो गई और दो गंभीर रूप से घायल हो गए। मृतकों में एक उल्हासनगर 3 निवासी युवक सुमित चेलानी भी शामिल है. शुरुआती जानकारी है कि कार ड्राइवर को हार्ट अटैक आने के बाद यह हादसा हुआ।

यह कार उपमुख्यमंत्री एकनाथ शिंदे की पार्टी शिवसेना की महिला उम्मीदवार किरण प्रमोद कुमार चौबे की थी। हादसा तब हुआ जब वह एक मीटिंग में जा रही थीं और घायलों में वह भी शामिल हैं।

शिवसेना कैंडिडेट किरण चौबे ने क्या कहा?

पुलिस को दिए अपने बयान में किरण चौबे ने कहा कि जब कार ब्रिज के ऊपर से गुज़र रही थी, तो ड्राइवर लक्ष्मण शिंदे को एक कॉल आया। फोन पर बात करते हुए उसने अचानक बात करना बंद कर दिया। इससे पहले कि वह शिंदे से बात कर पाती, चौबे ने देखा कि ड्राइवर का पैर एक्सीलेटर पर ज़ोर से दबा हुआ था। इस वजह से कार बेकाबू होकर तेज़ स्पीड से चलती रही और पल भर में हादसा हो गया।

कैसे हुआ हादसा?

शुक्रवार शाम को शिवसेना की मनपा चुनाव की महिला उम्मीदवार किरण चौबे एक मीटिंग के लिए अंबरनाथ फ्लाईओवर पर पूरब से पश्चिम की ओर अपनी कार चला रही थीं। इसी दौरान ड्राइवर ने कार पर से कंट्रोल खो दिया और दूसरी तरफ से आ रहे तीन टू-व्हीलर को टक्कर मार दी। इसके बाद एक टू-व्हीलर सवार सीधे फ्लाईओवर के नीचे जा गिरा। दूसरे ड्राइवर और फ्लाईओवर के नीचे रहने वाले इलाके के लोग तुरंत मदद के लिए दौड़े। पुलिस ने शुरू में अंदाज़ा लगाया है कि हार्ट अटैक की वजह से कार ड्राइवर ने कार पर से कंट्रोल खो दिया। हादसे के समय कार ड्राइवर का पैर एक्सीलेटर पर फंसा हुआ था।

अंबरनाथ नपा के 2 कर्मचारियों की मौत

इस हादसे में कार ड्राइवर लक्ष्मण शिंदे और टू-व्हीलर सवार शैलेश जाधव (45) और चंद्रकांत अनारके (57) की मौत हो गई। पुलिस ने बताया कि ये दोनों अंबरनाथ म्युनिसिपल कॉर्पोरेशन के कर्मचारी हैं। वहीं, 17 साल के सुमित चेलानी की भी हादसे में जान चली गई। इस घटना के बाद पुलिस तुरंत मौके पर पहुंची.

घटना में शिवसेना उम्मीदवार किरण प्रमोद चौबे भी घायल हुई है उनका इलाज निजी अस्पताल में चल रहा है वो खतरे से बाहर है। उनके साथ दो और घायल हुए हैं अमित चौहान का इलाज सेंट्रल अस्पताल में जारी है जबकि एक और घायल का इलाज कलवा अस्पताल में हो रहा है। घटना सीसीटीवी कैमरे में कैद हुई है। जो जमकर वायरल हो रही है। इस हादसे का जिम्मेदार कौन है इसकी जांच पुलिस कर रही है। इस हादसे से अंबरनाथवासी सहमे हुए हैं। इस हादसे की वजह से फ्लाईओवर, कल्याण, बदलापुर रोड पर बड़ा ट्रैफिक जाम लग गया।

उल्हासनगर में फायरिंग

उल्हासनगर. उल्हासनगर में रात को गोली चलने की घटना सामने आई है, जिससे दहशत का माहौल बन गया। कैंप 3 के

सचिन करोतिया

मोहित हिंदुजा

फालवर लाइन के पास इमलीपाड़ा इलाके में एक युवक की जान लेने के लिए पिस्टल से लगातार दो गोलियां चलाई गईं। पुराने झगड़े को ध्यान में रखकर मुख्य आरोपी की इस हिंसक हरकत से कुछ देर के लिए इलाका दहल गया। यह घटना शुक्रवार रात करीब 11:30 बजे गोगाजी मंदिर के पास हुई। सचिन उर्फ बाउजी करोतिया अपने दोस्तों रवि चव्हाण, दीपक भगाने और ईश्वर वाल्मीकि के साथ सड़क किनारे खड़ा था, तभी अचानक चार युवकों ने दौड़कर उन्हें घेर लिया। इनमें मुख्य आरोपी मोहित हिंदुजा भी था। मोहित हिंदुजा कुछ घंटे पहले सेक्शन-24 में हुए मामूली झगड़े का बदला लेने फिर यहां आया था। उसने अपने तीन साथियों के साथ सचिन करोतिया को गालियां दीं और धमकाकर झगड़े को हिंसक बना दिया। एक पल में हालात गंभीर हो गए और मोहित हिंदुजा ने अपनी बेल्ट से पिस्टल निकालकर सीधे सचिन करोतिया पर गोली चला दी। दोनों गोलियां निशाना चूकने से बड़ा हादसा टल गया, लेकिन अचानक हुई फायरिंग से इलाके में डर फैल गया। इस घटना के बाद सचिन करोतिया ने सेंट्रल पुलिस स्टेशन में शिकायत दर्ज कराई। पुलिस ने मोहित हिंदुजा और उसके तीन साथियों के खिलाफ हत्या की कोशिश, हथियार रखने और दूसरी गंभीर धाराओं में केस दर्ज किया है।

अंबरनाथ नगर परिषद चुनाव

64 उम्मीदवारों ने वापस लिया नाम

- 280 उम्मीदवार मैदान में
- नगराध्यक्ष के लिए 11 उम्मीदवार डटे
- भाजपा ने एक ही वार्ड से 2 को दिया एबी फार्म

उल्हास विकास संवाददाता

अंबरनाथ. अंबरनाथ नगर परिषद चुनाव 2025 के लिए उम्मीदवारी नामांकन वापस लेने की अंतिम तारीख तक 64 लोगों ने अपने नामांकन वापस लिए हैं. विदित हो कि इससे पूर्व नामांकन छाननी में 56 नामांकन अवैध ठहराए गए थे. कुल 400 नामांकन आए थे. अब चुनाव मैदान में 280 उम्मीदवार रह गए हैं. जिन 64 ने अपने नामांकन वापस लिए हैं, उनमें 58 निर्दलीय उम्मीदवारों का समावेश है.

भाजपा की ओर से प्रभाग 17ब से राजेंद्र कुलकर्णी और 24 ब से स्वप्नाली माहोरकर ने नामांकन वापस लिया है. प्रहार जनशक्ति के प्रभाग 2ब के दत्तात्रय घोगरे, प्रभाग 15 ब से अरबाज कुरैशी, प्रभाग 18 अ से संघजा मेश्राम ने भी अपना नाम वापस ले लिया है. ये चुनाव 19 प्रभाग में 59 नजगह के लिए हो रहा है.

नगराध्यक्ष पद के लिए कुल 14 ने नामांकन दाखिल किया था. उसमें से 3 नामांकन छाननी में अवैध ठहराए गए थे. 11 नामांकन शेष थे. उम्मीदवारी अर्ज वापस लेने की अंतिम तारीख 21 नवंबर तक नगराध्यक्ष पद के लिए एक ने भी अपना नाम वापस नहीं लेने से अब 11 उम्मीदवार शेष हैं. भाजपा की ओर से प्रभाग क्र. 2, चिंचपाड़ा से चुनाव लड़ने के लिए दो इच्छुकों सुजाता गायकवाड़ और शिक्षक राव को एबी फार्म दिए जाने से सुजाता का नामांकन रद्द किया गया है.

चुनाव निर्णय अधिकारी ने पत्रकारों को बताया कि सुजाता का एबी फार्म बाद में आया था. इसलिए उनका नामांकन रद्द किया गया है. अब प्रभाग 3 से भाजपा के उम्मीदवार शिक्षक राव, कबिर गायकवाड़ के मुकाबले में हैं.

अंबरनाथ में फिर सड़क हादसा

ट्रक बाइक टक्कर में 2 गंभीर घायल

उल्हास विकास संवाददाता

अंबरनाथ. अंबरनाथ में शनिवार सुबह फिर एक सड़क दुर्घना आईटीआई के सामने केबी मुख्य सड़क पर हुई है. ट्रक और बाइक की टक्कर में 2 बाइक सवार गंभीर रूप से घायल हो गए हैं. ट्रक ने बाइक को टक्कर मारा है या बाइक सवार तेज रफ्तार से आते हुए ट्रक के अंदर चला गया है, किसकी गलती है, उसकी जांच अंबरनाथ पुलिस कर रही है.

शुक्रवार रात में ही कार दुर्घटना में चार लोगों की मौत होने के बाद 24 घंटे के भीतर ये दूसरी सड़क दुर्घटना है. जिसमें बाइक सवार राजेश वैष्णवी और सोईसुधा दोनों गंभीर घायल हो गए हैं. गत दिनों इसी जगह स्पीड ब्रेकर से उछल कर दो बाइक सवारों की मौत हो गई थी. इसी आईटीआई के सामने 4 महिने पूर्व एक कार ने दीवार को टक्कर मार दिया था, जिसमें कार चालक की मौत हो गई थी. आईटीआई के समक्ष एवं केबी रोड स्थित डीमार्ट के समक्ष मोड़ पर डिवाइडर से टकराकर अथवा तेज रफ्तारी से वाहन चलाने पर यहां पर हफ्ते में एक सड़क दुर्घटना हो रही है. अब तक कई लोगों की जानें जा चुकी हैं. प्रशासन को इस संबंध में उपाय योजना करने की जरूरत है ताकि किसी की भी जान ना जाए.

अंबरनाथ में भाजपा का प्रचार अभियान जोरों पर

BJP उम्मीदवार तेजश्री करंजुले पाटिल ने भेंडीपाड़ा इलाके में लोगों से साधा संवाद

अंबरनाथ. नगराध्यक्ष पद के लिए BJP उम्मीदवार तेजश्री करंजुले पाटिल के प्रचार के लिए भेंडीपाड़ा इलाके में एक कैंपेन रैली रखी गई थी. इस मौके पर तेजश्री करंजुले पाटिल ने भेंडीपाड़ा इलाके के लोगों से बातचीत की. उन्होंने लोगों की समस्याओं, बुनियादी सुविधाओं की कमी, पानी और सड़क की समस्याओं के बारे में जाना. करंजुले ने महिलाओं और लड़कियों को भरोसा दिलाया कि वह उनके साथ-साथ महिलाओं की सुरक्षा के लिए भी पूरी तरह तैयार रहेंगी.

तेजश्री करंजुले ने इस मौके पर लोगों को बताया कि हमारा पक्का इरादा अपने वार्ड और शहर के पूरे विकास, पारदर्शी प्रशासन और भ्रष्टाचार मुक्त शासन के लिए है, हम अंबरनाथ के लोगों की उम्मीदों को पूरा करेंगे. इस साल अंबरनाथ नगर पालिका में BJP की सत्ता बनाने के लिए एक मजबूत रणनीति बनाई गई है.

बहू के कैंपेन के लिए पाटिल मैदान में

BJP शहर के अलग-अलग हिस्सों में पब्लिक मीटिंग कर रही है और सत्ताधारी पार्टी की कड़ी आलोचना कर रही है. पूर्व नगराध्यक्ष गुलाबराव करंजुले पाटिल 2005 में सीधे जनता से चुने गए थे. BJP के राज्य महासचिव गुलाबराव करंजुले पाटिल अपनी बहू के प्रचार करने के लिए मैदान में उतरे हैं।

अनिल गायकवाड़ के पब्लिक रिलेशन ऑफिस का उद्घाटन

पश्चिम के शास्त्रीनगर हाउसिंग बोर्ड राशन ऑफिस इलाके में BJP उम्मीदवार अनिल गायकवाड़ के पब्लिक रिलेशन ऑफिस का उद्घाटन नगराध्यक्ष उम्मीदवार तेजश्री करंजुले पाटिल ने किया।

बांद्रापाड़ा इलाके में श्रद्धा जाधव और अनिल गायकवाड़ के पब्लिक रिलेशन ऑफिस का उद्घाटन गुरुवार, 20 नवंबर को किया गया। अनिल गायकवाड़ और श्रद्धा जाधव की बांद्रापाड़ा इलाके में मजबूत पब्लिक रिलेशन मौजूदगी है।

बदलापुर में अब प्रचार का ज़ोर

- 24 वार्ड के लिए 141 कैंडिडेट मैदान में

बदलापुर. ठाणे ज़िले में कुलगांव बदलापुर नगर परिषद और अंबरनाथ नगर परिषद के आम चुनावों की तस्वीर अब साफ़ हो गई है. बदलापुर में 24 वार्ड के लिए 141 कैंडिडेट मैदान में हैं. बदलापुर में नगराध्यक्ष पद के लिए पांच कैंडिडेट मैदान में होंगे. नॉमिनेशन वापस लेने के दिन, लड़ाई की पूरी तस्वीर साफ़ हो गई है और अब कैंपेन तेज़ होने वाला है.

बदलापुर नगर परिषद के आम चुनावों के लिए नॉमिनेशन फाइल करने की आखिरी तारीख तक 22 कैंडिडेट ने अपने नॉमिनेशन वापस ले लिए हैं. इसलिए, अब यह साफ़ है कि 141 कैंडिडेट मैदान में होंगे. कुलगांव-बदलापुर नगर परिषद के आम चुनावों के लिए 215 उम्मीदवारों ने 230 आवेदन दाखिल किए थे। इनमें से 52 आवेदन अवैध पाए गए, जबकि 163 उम्मीदवारों के आवेदन वैध पाए गए। चूंकि शुक्रवार को उम्मीदवारी वापस लेने की आखिरी तारीख है, इसलिए उम्मीद थी कि इस दिन कुछ आवेदन वापस ले लिए जाएंगे। तदनुसार, शुक्रवार (21) को 22 उम्मीदवारों ने अपनी उम्मीदवारी वापस ले ली। इसमें भाजपा और बहुजन मुक्ति पार्टी के एक-एक उम्मीदवार शामिल हैं। इसलिए अब 141 उम्मीदवार मैदान में बचे हैं। अधिकांश वार्डों में शिंदे की शिवसेना और भाजपा-राष्ट्रवादी (अजीत पवार) आरपीआई गठबंधन के उम्मीदवारों के बीच कड़ा मुकाबला होने की उम्मीद है। इनमें BJP-नेशनलिस्ट अलायंस की रुचिता घोरपड़े, शिंदे की शिवसेना की वीना म्हात्रे, महाविकास अघाड़ी की प्रिया गवली, आम आदमी पार्टी की आस्था मांजरेकर और इंडिपेंडेंट कैंडिडेट संगीता चेंदवणकर शामिल हैं।

बदलापुर नपा चुनाव में शिवसेना ने खाता खोला

शीतल राऊत बिन विरोध विजयी

- भाजपा उम्मीदवार ने नाम वापस लिया

बदलापुर. कुलगांव बदलापुर नगरपालिका का चुनाव 2 दिसंबर को होने जा रहा है उससे पूर्व ही नपा के वार्ड नंबर 19 से शिंदे शिवसेना गुट की उम्मीदवार शीतल राउत बिना किसी विरोध के चुन ली गईं। इससे शिंदे शिवसेना पार्टी में खुशी का माहौल है। इन वार्ड में दो उम्मीदवारों की एप्लीकेशन स्क्रूटनी के दौरान रिजेक्ट कर दी गईं, जबकि आज नाम वापस लेने के आखिरी दिन BJP और दूसरी पार्टी के एक उम्मीदवार ने अपना नाम वापस ले लिया। इसलिए शीतल राउत बिना किसी विरोध के नगरसेविका चुन ली गई हैं। शीतल राउत के निर्विरोध चुने जाने से शिंदे शिवसेना का कॉन्फिडेंस काफी बढ़ गया है। इस बीच, राउत की जीत के बाद पार्टी ऑफिस में पटाखे फोड़े गए और जश्न मनाया गया।

कालू नदी में रेत खनन

कल्याण. अंबिवली इलाके में कालू नदी में अवैध रेत खनन किया जा रहा है। अवैध रेत खनन से नदी किनारे बसे गांवों में बाढ़ का खतरा पैदा हो सकता है। रेवेन्यू डिपार्टमेंट लगातार अवैध रूप से रेत निकालने वाले रेत माफिया के ख़िलाफ़ कार्रवाई करता है। फिर भी रेत माफिया का आतंक बढ़ता जा रहा है।

युवती का विनयभंग के बाद परिवार के साथ मारपीट

उल्हासनगर. कैंप नंबर 1 में सड़क से गुजर रही एक युवती और उसके परिवार को स्पष्टीकरण मांगने पर पीटे जाने की घटना सामने आई है। यह घटना CCTV कैमरे में कैद हो गई और उल्हासनगर पुलिस स्टेशन में मामला दर्ज किया गया है।

उल्हासनगर कैंप नंबर 1 में रहने वाली एक युवती जब सड़क पर चल रही थी, तो अंश करोतिया नाम के एक युवक ने उसका पीछा किया और पूछा, 'तुम लड़का हो या लड़की हो।' उसने युवती के साथ छेड़छाड़ भी की और उसे पीटा।

इसके बाद स्पष्टीकरण मांगने गए परिवार वालों को अंश और उसके परिवार वालों ने पीटा। यह सब CCTV कैमरे में कैद हो गया। युवती के परिवार वालों द्वारा उल्हासनगर पुलिस में शिकायत दर्ज कराने के बाद, पुलिस ने अंश करोतिया और उसके परिवार वालों के खिलाफ मामला दर्ज किया है।

J-49 होटल में आधी रात को हुआ राडा

- युवक पर जानलेवा हमला

उल्हासनगर. पालेगांव-नेवाली रोड पर J-49 होटल में आधी रात को डिनर करने गए एक नागरिक पर जानलेवा हमला किया गया है। मामूली बात पर शुरू हुई बहस कुछ ही पलों में खूनी लड़ाई में बदल गई, जिससे होटल इलाके में डर फैल गया। स्थानीय लोगों की सुरक्षा पर गंभीर सवाल उठाने वाली इस घटना से इलाके में हड़कंप मच गया है। मिली जानकारी के अनुसार, जब गुलशन शमदासानी होटल में डिनर करने गए थे, तो गाना बंद करने की बात पर होटल में मौजूद रोहन पालवे और अशफाक सैय्यद से उनकी बहस हो गई। देखते ही देखते बहस बढ़ गई और आरोपियों ने शिकायतकर्ता को गालियां दीं और पीटा। इतने पर भी वे नहीं रुके, आरोपियों ने होटल से शराब की बोतल शिकायतकर्ता के सिर पर फोड़ दी, जिससे वह गंभीर रूप से घायल हो गए।

इस अचानक हुए हमले से होटल के दूसरे ग्राहकों और इलाके के नागरिकों में काफी दहशत फैल गई। घायल शिकायतकर्ता तुरंत पुलिस स्टेशन पहुंचा और रोहन पालवे और अशफाक सैयद के खिलाफ शिकायत दर्ज कराई। पुलिस ने मामला दर्ज कर जांच शुरू कर दी है। आधी रात को हुई इस घटना ने पालेगांव-नेवाली इलाके की सुरक्षा पर गंभीर सवाल खड़े कर दिए हैं और नागरिकों में डर का माहौल बना हुआ है।

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

टीबी के बढ़ते मरीज चिंताजनक

यह बेहद चिंताजनक है कि जहां देश में लक्ष्य के मुताबिक इस वर्ष तक तपेदिक का खत्म हो जाना चाहिए था, वहीं इसमें और ज्यादा बढ़ोतरी होती देखी जा रही है। ऐसा लगता है कि तपेदिक के उन्मूलन के लिए जो नीतिगत कसौटियां तय की गईं, उसे लागू करने को लेकर या तो लापरवाही बरती गई या फिर वे व्यावहारिक नहीं थीं।

गौरतलब है कि सूचना के अधिकार कानून के तहत केंद्रीय स्वास्थ्य एवं परिवार कल्याण मंत्रालय के क्षय रोग प्रभाग ने बताया कि केंद्र सरकार ने वर्ष 2025 तक तपेदिक यानी टीबी रोग को खत्म करने का लक्ष्य रखा था, लेकिन आज हालत यह है कि पिछले पांच वर्षों में इस रोग के मरीजों की संख्या में डेढ़ गुना की खासी बढ़ोतरी दर्ज की गई है।

सन 2020 में जहां देश में टीबी के रोगियों की संख्या अठारह लाख पांच हजार छह सौ सत्तर थी, वहीं 2024 में इस संक्रामक बीमारी का शिकार होने वाले मरीजों की तादाद बढ़ कर छब्बीस लाख सत्रह हजार नौ सौ तेईस हो गई। सवाल है कि टीबी रोग के उन्मूलन के लिए जो नीतियां अपनाई गईं या 'निक्षय पोषण योजना', मुफ्त दवा और इलाज की सुविधाओं जैसे उपाय किए गए, उनमें कहां कमी रह गई कि आज खत्म होने के बजाय तपेदिक के मामलों में डेढ़ गुना तक का इजाफा हो गया।

तपेदिक एक संक्रामक रोग है। इसीलिए इसकी जद में आने वाले व्यक्ति के इलाज को लेकर ज्यादा संवेदनशीलता बरती जाती है। समय पर इस रोग की पहचान और उसके इलाज की शुरुआत इसके संक्रमण की आशंकाओं को कम करता है तथा मरीज के पूरी तरह ठीक होने की संभावना बनती है। इसमें जरा भी लापरवाही से न केवल किसी मरीज की स्थिति बिगड़ सकती है, बल्कि अन्य लोगों के बीच इसके फैलने का जोखिम पैदा हो सकता है।

विडंबना यह है कि जागरूकता के अभाव में न केवल आम लोग इस रोग के शुरुआती लक्षणों की अनदेखी करते हैं, बल्कि इसके मरीजों के प्रति सामाजिक उपेक्षा की वजह से भी स्थिति बिगड़ती है। जाहिर है, स्वास्थ्य के मोर्चे पर बड़ी उपलब्धियों के सरकारी दावे के बरक्स जमीनी स्तर पर जागरूकता अभियानों के साथ-साथ अन्य ठोस कदम उठाने की जरूरत है, ताकि तपेदिक के उन्मूलन का लक्ष्य वास्तविक रूप में हासिल किया जा सके।

आतंक ने पेश की नई चुनौती, सावधान रहना जरूरी

भारत के प्रधानमंत्री प्रत्येक स्वतंत्रता दिवस पर लाल किले की जिस प्राचीर से राष्ट्र को संबोधित करते हैं, उसके निकट एक भयावह आतंकी हमले ने कई सवाल खड़े किए हैं। आतंक के प्रति जीरो टालरेंस की सरकार की नीति और सुरक्षा प्रतिष्ठान की सक्रियता के चलते पिछले कुछ वर्षों से देश आतंकी हमलों से एक बड़ी हद तक सुरक्षित रहा है, लेकिन इस हमले ने सुरक्षा को लेकर बने भरोसे में सेंध लगाने का काम किया है। यह भी कहा जा रहा है कि सुरक्षा एजेंसियों ने एक बड़ी साजिश को बेनकाब कर दिया और दिल्ली में हुआ धमाका उसी हताशा का परिणाम था। इससे कुछ समय पहले ही सुरक्षा एजेंसियों ने फरीदाबाद में डाक्टरों के एक आतंकी माड्यूल की धरपकड़ के साथ भारी मात्रा में विस्फोटक भी जब्त किया था।

माना जा रहा है कि इस एकाएक कार्रवाई से सकते में आए आतंकियों ने दिल्ली में बिना किसी योजना के धमाका कर अपनी भड़ास निकाली। भले ही इसे एकाएक किया गया आतंकी हमला कहा जा रहा हो, लेकिन इसमें निहित कुछ पहलुओं को कतई अनदेखा नहीं किया जा सकता। राष्ट्रीय राजधानी क्षेत्र में कई जगह बेरोकटोक आवाजाही के बाद आतंकियों ने धमाके के लिए दिल्ली के एक प्रमुख स्थान को चुना। यह इलाका न केवल ऐतिहासिक रूप से महत्व रखता है, बल्कि वाणिज्यिक-सांस्कृतिक एवं पर्यटन गतिविधियों का भी प्रमुख केंद्र है। धमाके के लिए जो समय चुना गया, वह अपेक्षाकृत व्यस्तता वाला होता है। जाहिर है आतंकी ज्यादा से ज्यादा नुकसान पहुंचाना चाहते थे।

इससे आतंक से सुरक्षा को लेकर बना आवरण और भरोसे के भाव पर निश्चित ही चोट पहुंची है।

जांच एजेंसियां हरसंभव पहलू से जांच में जुटी हैं, लेकिन यह मानने के अच्छे-भले कारण हैं कि इसके पीछे पाकिस्तान ही है। पाकिस्तान आतंकवाद को अपनी राज्य-नीति के रूप में इस्तेमाल करता है, लेकिन ऐसा प्रतीत होता है कि आपरेशन सिंदूर के बाद भारत की कार्रवाई से सहमे पाकिस्तान ने अपनी रणनीति कुछ बदली है। यही कारण है कि शुरुआती जांच के दौरान इस हमले के तार बांग्लादेश से लेकर तुर्किये तक जुड़ते दिखे। वहीं गुलाम जम्मू-कश्मीर के पूर्व प्रधानमंत्री की स्वीकारोक्ति भी पाकिस्तान की बदनीयती की पुष्टि करने वाली रही है। हमले के दिन सुरक्षा एजेंसियां इसे लेकर आश्वस्त नहीं थीं कि यह आतंकी हमला है या नहीं, मगर जैसे-जैसे जांच प्रक्रिया आगे बढ़ती गई तो इसे लेकर संदेह के बादल भी छंटते गए। रही-सही कसर आत्मघाती हमलावर डाक्टर उमर के वीडियो ने पूरी कर दी कि इसके पीछे विध्वंसक जिहादी मानसिकता ही थी।

दिल्ली में आतंकी हमले के कुछ समय बाद ही पाकिस्तान की राजधानी इस्लामाबाद में भी धमाका हुआ। यह धमाका एक न्यायिक परिसर में हुआ। यह क्षेत्र गणमान्य लोगों की उपस्थिति और आवाजाही वाला है। इस हमले की जिम्मेदारी तहरीक-ए-तालिबान यानी टीटीपी से जुड़े रहे जमात-उल-अहरार ने ली है। पाकिस्तान ने आरोप लगाया कि भारत की शह पर यह आतंकी हमला हुआ है। इसके पीछे पाकिस्तान की मंशा काउंटर नैरेटिव तैयार करने की ही लगती है। उसका फार्मूला एकदम सीधा है कि इससे पहले दिल्ली हमले को लेकर पाकिस्तान पर सवाल उठें, वह इस्लामाबाद धमाके को लेकर भारत को निशाने पर ले। अफगानिस्तान में सत्तारूढ़ तालिबान के साथ भी पिछले कुछ समय से पाकिस्तान की पटरी बैठ नहीं रही तो वह एक तीर से दो शिकार करने की फिराक में है कि भारत की शह पर अफगानिस्तान उसके यहां अशांति फैलाने में लगा है। पूरी दुनिया में आतंक के सबसे बड़े निर्यातक के रूप में कुख्यात पाकिस्तान यही चाहता है कि आतंकवाद को लेकर दुनिया भारत पर भी संदेह की दृष्टि से देखने लगे। मौजूदा परिदृश्य में इस रुझान को भी अनदेखा नहीं किया जा सकता कि जब भी पाकिस्तान की पीठ पर अमेरिका का हाथ होता है तो वहां से आतंकी गतिविधियों को बढ़ावा मिलता है। दूसरे कार्यकाल में ट्रंप प्रशासन का पाकिस्तान के प्रति बदला हुआ रवैया इसका प्रमाण है। इसी वर्ष अप्रैल में हुआ पहलगाम आतंकी हमला इसका एक उदाहरण रहा। आपरेशन सिंदूर और फिर संघर्ष विराम एवं मध्यस्थता के मामले में राष्ट्रपति ट्रंप की जी-हुजूरी ने भी पाकिस्तान के लिए हालात अनुकूल बना दिए।

जिस खुशी को हम ढूंढ रहे हैं, वो हमारे भीतर हमारी आत्मा के स्तर पर मौजूद 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 रोज़ सोम - शनि सुबह ८.२० से ८.४० तक

देशभर के राज्यपालों को बड़ा संदेश

राज्यों की विधानसभा में पारित विधेयकों को लेकर राज्यपाल और राष्ट्रपति की स्वीकृति के मसले पर सुप्रीम कोर्ट ने जो व्यवस्था दी है, उसे देश के संघीय ढांचे में शक्ति संतुलन के लिए राह निकालने की कोशिश के रूप में देखा जा सकता है। इसे लेकर काफी समय से स्पष्टता की जरूरत महसूस की जा रही थी कि अगर विधानसभा में किसी विधेयक को पारित कर दिया गया है तो राज्यपाल उसे मंजूरी देने को लेकर कितना समय ले सकते हैं।

तमिलनाडु में यह मुद्दा ज्यादा मुखर रूप में सामने आया, जहां राज्य की द्रमुक सरकार और राज्यपाल नीतिगत मामलों को लेकर आमने-सामने देखे गए। इसी संदर्भ में स्पष्टता के लिए राष्ट्रपति ने संविधान के अनुच्छेद 143 के तहत सुप्रीम कोर्ट से सलाह मांगी थी। अब शीर्ष अदालत ने कहा है कि वह राज्य विधानसभाओं से पारित विधेयकों को मंजूरी देने के मामले में राज्यपाल और राष्ट्रपति के लिए समयसीमा तय नहीं कर सकती।

मगर अदालत ने यह भी कहा कि राज्यपाल विधानसभा से पारित हुए विधेयकों को अनंतकाल तक अपने पास लटकाए नहीं रख सकते। लंबे समय तक देरी या बिना वजह बताए रोके रखने के मामलों में अदालतें राज्यपाल के विधेयकों पर निर्णय लेने के लिए सीमित

निर्देश जारी कर सकती हैं।

जाहिर है, अदालत ने समयसीमा निर्धारित करने के सवाल पर राज्यपाल और राष्ट्रपति के अधिकारों के मामले में एक तरह से शक्तियों के पृथक्करण के सिद्धांत को ध्यान में रखा है, लेकिन साथ ही संघीय ढांचे की अहमियत को दर्ज करते हुए स्थिति स्पष्ट की है कि राज्यपाल पारित विधेयकों को अनिश्चितकाल तक रोके रखने की छूट नहीं ले सकते। इस तरह देखें तो कहा जा सकता है कि राज्य में निर्वाचित सरकार ही मुख्य भूमिका में होगी और सत्ता के दो केंद्र नहीं हो सकते।

दरअसल, अनेक मौकों पर ऐसे विवाद सामने आते रहे हैं कि जिन राज्यों में विपक्षी दलों की सरकारें हैं, वहां विधानसभा में पारित होने के बावजूद विधेयकों को मंजूरी देने के मामले में राज्यपाल नाहक देरी करते हैं या फिर बिना वजह बताए पारित विधेयकों को रोके रखते हैं। तमिलनाडु में इस विवाद ने तूल पकड़ लिया था। इसके अलावा, पश्चिम बंगाल, कर्नाटक, तेलंगाना और केरल जैसे राज्यों में भी कम से कम तैंतीस विधेयकों के विधानसभा से पारित होने की खबरें आई हैं, जो राज्यपाल या राष्ट्रपति की स्वीकृति के लिए लंबित हैं।

इसमें कोई दोराय नहीं है कि अगर किसी राज्य में विधानसभा ने एक विधेयक को उचित प्रावधानों का पालन करते हुए पारित किया है तो जनहित के मद्देनजर उस पर राज्यपाल की स्वीकृति मिलनी चाहिए। अगर नियमों की कसौटी या अन्य आधार पर विधेयक में कोई तकनीकी त्रुटि है, तो उसकी वजह बता कर उसे वापस करना या प्रक्रिया को आगे बढ़ाने का विकल्प अपनाना चाहिए। मगर बिना किसी मजबूत आधार या स्पष्टता के किसी विधेयक को जरूरत से ज्यादा वक्त तक लंबित रखा जाता है तो उसकी अहमियत कम भी हो सकती है। इससे राज्य और संघ के बीच नाहक टकराव की स्थिति भी बन सकती है, क्योंकि कई बार राज्यपाल पर केंद्र सरकार के इशारे पर काम करने का आरोप लगता रहा है। इसलिए एक मजबूत संघीय ढांचे में भी हर हाल में लोकतंत्र के जीवन के लिए शक्तियों और उसकी सीमा को लेकर स्पष्टता बनी रहनी चाहिए। साथ ही संवैधानिक पदों पर बैठे लोग अगर संविधान की मर्यादा का खयाल रखें, तो इससे लोकतंत्र को भी मजबूती मिलेगी।

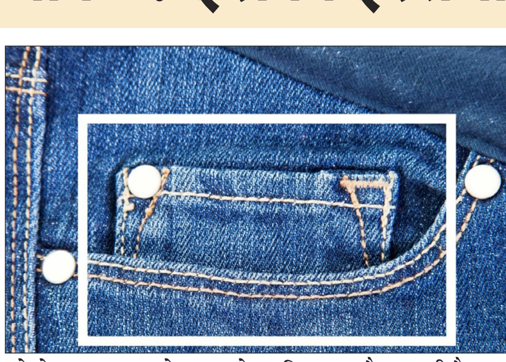
क्यों होती है जींस में नन्ही पॉकेट? इसका इस्तेमाल चौंका देगा!

जरा हट के

आज के दौर में सोशल मीडिया का इस्तेमाल तेजी से बढ़ता जा रहा है. हर व्यक्ति किसी न किसी वजह से इस प्लेटफॉर्म पर सक्रिय रहता है. कोई मनोरंजक पोस्ट के कारण, तो कोई फोटो-वीडियो देखकर या अपने मन के सवाल शेयर करने की वजह से, आप भी जब सोशल मीडिया स्क्रॉल करते होंगे, तो कई बार ऐसी पोस्ट सामने आ जाती होगी, जो आपका ध्यान खींच लेती है. इसी तरह की एक पोस्ट इन दिनों खूब वायरल हो रही है, जिसके बारे में जानकर लोग हैरान हैं.

पोस्ट में यूजर्स से पूछा गया है कि जींस की दाईं ओर मौजूद जेब के ऊपर जो छोटी सी जेब लगी होती है, उसे आखिर क्यों दिया जाता है. यह सवाल @Dheerusingh25 नाम के अकाउंट से पूछा गया है.

पोस्ट पर कई तरह की प्रतिक्रियाएं आईं हैं. कुछ लोगों का कहना है कि यह जेब सिक्के रखने के लिए होती है, कुछ ने इसे बेकार बताया, तो कुछ को इसके उद्देश्य का बिल्कुल अंदाजा नहीं था. वायरल होने के बाद इस पोस्ट ने लोगों की जिज्ञासा और बढ़ा दी है.



हालांकि इस छोटी जेब का कोई आधिकारिक स्पष्टीकरण नहीं है, लेकिन आमतौर पर माना जाता है कि इसे मूल रूप से पॉकेट वॉच रखने के लिए बनाया गया था.

19वीं सदी में जब जींस डिजाइन की जा रही थी, तब कलाई घड़ियां नहीं थीं और समय देखने के लिए पॉकेट वॉच का उपयोग होता था. इसे सुरक्षित रखने के लिए जींस में यह छोटी जेब जोड़ी गई थी. भले ही आज पॉकेट वॉच का चलन खत्म हो चुका है, लेकिन यह डिजाइन अब एक स्टाइलिश परंपरा की तरह जींस में बरकरार है.

चिली चीज नान

खाना-खजाना

■ सामग्री

आटे के लिए: मैदा (2 कप), दही (आधा कप), चीनी (1 छोटा चम्मच), नमक (स्वादानुसार), बेकिंग पाउडर (आधा छोटा चम्मच), और तेल (2 बड़े चम्मच)।

फिलिंग के लिए: कद्दूकस किया हुआ चीज (मोजरेला या प्रोसेस्ड चीज) (1 कप), बारीक कटी हरी मिर्च (2-3), बारीक कटा हरा धनिया और चिली फ्लेक्स (जरूरत अनुसार)।

सेकने के लिए: घी या बटर।

■ बनाने की विधि

नान की कामयाबी उसके नरम और फूले हुए आटे पर निर्भर करती है। सबसे पहले एक बड़े बर्तन में मैदा, चीनी, नमक और बेकिंग पाउडर मिलाएं। अब इसमें दही और तेल डालकर अच्छी तरह मिक्स करें। थोड़ा-थोड़ा गुनगुना पानी डालकर एक नरम आटा गूंथ लें। आटा ज्यादा सख्त नहीं होना चाहिए। इस गुंथे हुए आटे को गीले कपड़े से ढककर कम से कम 1 घंटे के लिए गरम जगह पर रखें ताकि इसमें खमीर उठ जाए।

तवे पर कैसे बनाएं फूले हुए नान?

एक घंटे बाद, आटा फूलकर तैयार हो जाएगा। इसे एक बार फिर हल्का सा गूंथ लें। अब आटे की लोई लेकर उसे रोटी जितना बेल लें। इस बेली हुई रोटी के बीच में चीज, हरी मिर्च, हरा धनिया और चिली फ्लेक्स की फिलिंग भरें। किनारों को अच्छी तरह से बंद करके, इसे हल्का सा बेल लें, लेकिन ज्यादा पतला न करें।

अब नान को तवे पर डालने का तरीका सबसे जरूरी है। नान के एक तरफ पानी लगाएं। जिस तरफ पानी लगाया है, उस तरफ को गरम तवे पर रखें। जब नान हल्का सिक जाए, तो तवे को उल्टा करके नान को सीधे आंच पर सुनहरा होने तक सेकें। तवा उल्टा करने से नान सीधा आंच के संपर्क में आता है और रेस्टोरेंट जैसा फूलता है।

फेफड़ों के कैंसर के खिलाफ बड़ी कामयाबी!

■ **फेफड़ों के कैंसर के खिलाफ बड़ी कामयाबी!**

■ **वैज्ञानिकों ने खोजा ट्यूमर को 80% तक सिकोड़ने का तरीका**

फेफड़ों के कैंसर से जूझ रहे लाखों लोगों के लिए विज्ञान की दुनिया से एक बहुत बड़ी और राहत भरी खबर आई है। दरअसल, वैज्ञानिकों ने एक ऐसा तरीका खोजा है जिससे फेफड़ों के ट्यूमर को उसकी सबसे बड़ी कमजोरी पर वार करके खत्म किया जा सकता है। जी हां, इस शोध के दौरान, उन्होंने एक बेहद जरूरी प्रोटीन की पहचान की। बता दें, यह प्रोटीन कैंसर कोशिकाओं को 'मरने' से बचाता है। ऐसे में, शोधकर्ताओं का कहना है कि अगर इस खास प्रोटीन की गतिविधि को रोक दिया जाए, तो कैंसर कोशिकाएं खुद-ब-खुद नष्ट होने लगती हैं और ट्यूमर सिकुड़ जाता है।

वैज्ञानिकों ने खोजी सबसे बड़ी कमजोरी

हाल ही में शोधकर्ताओं ने फेफड़ों के कैंसर की एक महत्वपूर्ण कमजोरी का पता लगाया है- एक ऐसा प्रोटीन, जिसे रोक दिया जाए तो कैंसर कोशिकाएं खुद को ही नष्ट करने लगती हैं। यह खोज न सिर्फ इलाज के नए रास्ते खोलती है, बल्कि भविष्य में ऐसे कई मरीजों के लिए जीवनदायिनी साबित हो सकती है, जिन्हें अब तक सीमित विकल्प ही उपलब्ध थे।

'सेल्फ-डिस्ट्रक्शन' से बच निकलते थे कैंसर सेल्स

अमेरिका के एनवाइसी लैंगोन हेल्थ के वैज्ञानिक लंबे समय से यह समझने की कोशिश कर रहे थे कि आखिर क्यों कुछ कैंसर कोशिकाएं शरीर की रक्षा प्रणाली से बचकर बढ़ती चली जाती हैं। इसी खोज के दौरान उन्होंने एक खास प्रोटीन- एफएसपी1 (FSP1) की पहचान की।

यह प्रोटीन कैंसर कोशिकाओं को एक खास तरह की कोशिका मृत्यु, जिसे फेरोप्टोसिस कहा जाता है, से बचाता है। फेरोप्टोसिस वह प्रक्रिया है जिसमें शरीर अत्यधिक तनाव में आ चुकी कोशिकाओं को खुद-ब-खुद नष्ट कर देता है। आमतौर पर यह प्रक्रिया शरीर की सुरक्षा प्रणाली का हिस्सा है, लेकिन कैंसर कोशिकाएं इसी से बचकर बढ़ती रहती हैं।

एफएसपी1 को रोकने से क्या हुआ?

शोधकर्ताओं ने चूहों पर प्रयोग करते हुए एफएसपी1 प्रोटीन को रोका। परिणाम इतने चौंकाने वाले थे कि उन्हें वैज्ञानिक 'ड्रामेटिक' कह रहे हैं।

- चूहों के फेफड़ों में मौजूद ट्यूमर तेजी से सिकुड़ने लगे
- कई कैंसर कोशिकाओं ने खुद को नष्ट करना शुरू कर दिया
- कुल मिलाकर ट्यूमर का आकार लगभग 80% तक घट गया.

यह परिणाम बताते हैं कि एफएसपी1 को निष्क्रिय करने से कैंसर कोशिकाओं के पास बचने का कोई रास्ता नहीं रहता और वे फेरोप्टोसिस की प्रक्रिया में फंसकर खत्म होने लगती हैं।

आज का राशिफल

मेष : भाग्य का साथ रहेगा। नौकरी में अनुकूलता रहेगी। प्रसन्नता रहेगी। कुबुद्धि हावी रहेगी। स्वास्थ्य का ध्यान रखें। विवाद से दूर रहें। कुसंगति से बचें। भूमि व भवन संबंधी बाधा दूर होगी। बड़े सौदे बड़ा लाभ दे सकते हैं। आय में वृद्धि होगी। परीक्षा व साक्षात्कार आदि में सफलता प्राप्त होगी। निवेश शुभ रहेगा।

वृषभ : शेयर मार्केट व म्युचुअल फंड में सोच-समझकर हाथ डालें। जल्दबाजी न करें। समय अनुकूल है। यात्रा मनोरंजक रहेगी। किसी मांगलिक कार्यक्रम में भाग लेने का अवसर प्राप्त होगा। विद्यार्थी वर्ग सफलता प्राप्त करेगा। स्वादिष्ट भोजन का आनंद प्राप्त होगा। व्यापार में मनोनुकूल लाभ होगा।

मिथुन : व्यर्थ भागदौड़ रहेगी। समय का अपव्यय होगा। दूर से दु:खद समाचार प्राप्त हो सकता है। विवाद से क्लेश होगा। काम में मन नहीं लगेगा। लेन-देन में जल्दबाजी न करें। किसी व्यक्ति विशेष से अनबन हो सकती है। व्यापार-व्यवसाय ठीक चलेगा। आय में निश्चितता रहेगी।

कर्क : कीमती वस्तुएं संभालकर रखें। शारीरिक कष्ट संभव है। परिवार के किसी सदस्य के स्वास्थ्य की चिंता रहेगी। कोई ऐसा कार्य न करें जिससे कि नीचा देखना पड़े। आर्थिक उन्नति के प्रयास सफल रहेंगे। मित्रों का सहयोग कर पाएंगे। पराक्रम व प्रतिष्ठा में वृद्धि होगी। धनार्जन होगा।

सिंह : दूर से शुभ समाचार प्राप्त होंगे। आत्मविश्वास में वृद्धि होगी। घर में प्रतिष्ठित अतिथियों का आगमन हो सकता है। व्यय होगा। जोखिम उठाने का साहस कर पाएंगे। आय बनी रहेगी। दुष्टजनों से दूर रहें। चिंता तथा तनाव रहेंगे। शत्रु शांत रहेंगे। वाणी पर नियंत्रण रखें।

कन्या : व्यावसायिक यात्रा से लाभ होगा। अप्रत्याशित लाभ हो सकता है। निवेशादि शुभ रहेंगे। कारोबार में वृद्धि के योग हैं। किसी बड़ी समस्या का हल प्राप्त होगा। प्रसन्नता रहेगी। दूसरों के काम में हस्तक्षेप न करें। भाग्योन्नति के प्रयास सफल रहेंगे। रोजगार प्राप्ति सहज ही होगी।

तुला : व्यापार-व्यवसाय ठीक चलेगा। शत्रु शांत रहेंगे। ऐश्वर्य पर खर्च होगा। अप्रत्याशित खर्च सामने आएंगे। कर्ज लेना पड़ सकता है। पुराना रोग उभर सकता है। वाणी पर नियंत्रण रखें। किसी भी अपरिचित व्यक्ति पर अंधविश्वास न करें। चिंता तथा तनाव बने रहेंगे। अपेक्षित कार्यों में विलंब होगा।

वृश्चिक : प्रेम-प्रसंग में अनुकूलता रहेगी। शुभ समाचार मिल सकता है। व्यावसायिक यात्रा लाभदायक रहेगी। मित्रों का सहयोग कर पाएंगे। मान-सम्मान मिलेगा। आय में वृद्धि होगी। शारीरिक कष्ट संभव है। अज्ञात भय रहेगा। लेन-देन में सावधानी रखें। चिंता रहेगी। बकाया वसूली के प्रयास सफल रहेंगे।

धनु : कीमती वस्तुएं संभालकर रखें। नई योजना बनेगी। कार्यप्रणाली में सुधार होगा। कारोबारी नए अनुबंध हो सकते हैं, प्रयास करें। आय में वृद्धि होगी। सामाजिक कार्य करने की प्रेरणा मिलेगी। घर-बाहर पूछ-परख रहेगी। रोजगार में वृद्धि होगी। आराम का समय मिलेगा। आशंका-कुशंका रहेगी।

मकर : धार्मिक कार्यक्रम का आयोजन हो सकता है। पूजा-पाठ में मन लगेगा। लाभ के अवसर हाथ आएंगे। प्रसन्नता रहेगी। यात्रा मनोनुकूल लाभ देगी। राजभय रहेगा। जल्दबाजी व विवाद करने से बचें। थकान महसूस होगी। किसी से स्वाभिमान को ठेस पहुंच सकती है। कोर्ट के काम अनुकूल रहेंगे।

कुंभ : कीमती वस्तुएं संभालकर रखें। शारीरिक शिथिलता रहेगी। काम में मन नहीं लगेगा। किसी अपने का व्यवहार प्रतिकूल रहेगा। पार्टनरों से मतभेद हो सकते हैं। नौकरी में अपेक्षानुरूप कार्य न होने से अधिकारी की नाराजी झेलना पड़ेगी। वाहन व मशीनरी के प्रयोग में सावधानी रखें।

मीन : किसी वरिष्ठ व्यक्ति का मार्गदर्शन प्राप्त होगा। कारोबारी लाभ में वृद्धि होगी। नौकरी में शांति रहेगी। सहकर्मियों का साथ मिलेगा। धनार्जन होगा। कष्ट, भय व चिंता का वातावरण बन सकता है। विवेक से कार्य करें। समस्या दूर होगी। कानूनी अड़चन दूर होकर स्थिति मनोनुकूल बनेगी।

-ज्योतिषाचार्य पंडित अतुल शास्त्री

डायबिटीज में अमृत हैं ये फल

रोजाना खाने से शुगर रहेगा कंट्रोल

फ्रंटियर इन एंडोक्राइनोलॉजी में प्रकाशित समीक्षा बताती है कि साबुत और ताजे फल खाने से डायबिटीज मरीजों में ब्लड ग्लूकोज काफी हद तक कम हो जाता है। हालांकि, फलों के चुनाव को लेकर कंफ्यूजन बना रहता है कि कौन-सा फल सुरक्षित है और कौन-सा नहीं। आइए ऐसे ही 6 फलों के बारे में जानते हैं जिनका ग्लाइसेमिक इंडेक्स प्राकृतिक रूप से कम होता है।

■ क्या है फलों का सुरक्षित डोज

न्यूट्रिशन रिव्यू में प्रकाशित स्टडीज बताती है कि डायबिटीज से पीड़ित जो लोग फल खाते हैं उन्हें दिल की बीमारियों का खतरा कम होता है। इसके बावजूद भी डायबिटीज मरीजों को एक तय मात्रा में फल खाने की सलाह दी जाती है।

एक्सपर्ट्स का मानना है कि एक बार में ढेर सारा फल खा लेने की बजाय पूरे दिनभर में उसे तीन हिस्सों में बांटें और उनके समय के बीच में भी गैप रखें। एक बार में दो बड़े चम्मच से लेकर एक चौथाई कप तक फल खाना सुरक्षित है।

सेब : इसका न केवल ग्लाइसेमिक इंडेक्स कम होता है, बल्कि इसमें विटामिन सी, घुलनशील फाइबर और एंटीऑक्सीडेंट भी भरपूर मात्रा में पाए जाते हैं।

नाशपाती : इस फल में 84% तक पानी होता है। साथ ही काफी सारा फाइबर और विटामिन पाया जाता है, जोकि ब्लड शुगर के स्तर को नियंत्रित करने में मदद करता है। लो ग्लाइसेमिक इंडेक्स होने के साथ ही यह शरीर में इंसुलिन सेंसिटिविटी को बढ़ाता है।

एवोकोडो : हेल्दी फैट्स और पोटेशियम से भरपूर एवोकोडो डायबिटीज मरीजों के लिए काफी फायदेमंद माना जाता है। यह ट्राइग्लिसराइड और बैड कोलेस्ट्रॉल के स्तर को कम करता है। इसका ग्लाइसेमिक इंडेक्स डायबिटीज मरीजों के लिए कम और सुरक्षित माना गया है।

अनार : डायबिटीज मरीजों के लिए यह फायदेमंद माना जाता है, क्योंकि यह ब्लड शुगर के स्तर को नियंत्रित करने में मदद करता है।

पतीता : इसमें मौजूद ढेर सारे पोषक तत्व ना केवल इसे डायबिटिक के लिए हेल्दी बनाते हैं, बल्कि हार्ट डिजीज से बचाव करने के लिए भी। इसमें मौजूद एंजाइम फ्री रेडिकल के खतरे से बचाते हैं।

संतरा : डायबिटीज के अलावा भी यह कई सारी बीमारियों में संतरा फायदेमंद माना जाता है। इसमें मौजूद फाइबर, शुगर की कम मात्रा और भरपूर विटामिन सी व बी1 ब्लड शुगर को नियंत्रित रखते हैं। इसमें 87% तक पानी होता है और ग्लाइसेमिक इंडेक्स भी कम होता है।

महिलाओं और पुरुषों के लिए जरूरी है कितना पानी?

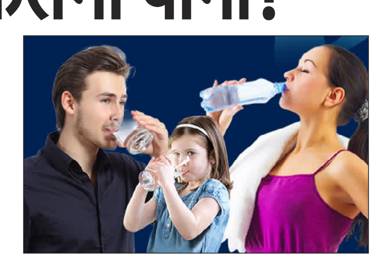
■ **समझें जेंडर के हिसाब से पानी पीने का सही गणित**

पानी हम सबके लिए सबसे ज्यादा जरूरी है। हेल्दी रहने के लिए हाइड्रेशन एक जरूरी फैक्टर है। इसलिए डॉक्टर भी हमेशा हाइड्रेट रहने के लिए पानी पीने की सलाह देते हैं। आमतौर पर हेल्थ एक्सपर्ट रोजाना 8 गिलास या 3 लीटर पीना पीने को कहते हैं, लेकिन अक्सर मन में यह सवाल आता है कि क्या महिलाओं और पुरुषों के लिए पानी की यह मात्रा अलग-अलग है? दरअसल, पुरुष और महिला की शारीरिक संचरना अलग-अलग होती है, तो ऐसे में सवाल यह उठता है कि क्या इससे उनकी हाइड्रेशन की जरूरतों में भी फर्क होता है? आइए आज इस आर्टिकल में हम जानते इसी सवाल का जवाब-

किसे जरूरी कितना पानी?

ऐसा सोचना की महिलाओं और पुरुषों को अलग-अलग मात्रा में पानी की जरूरत होती है, पूरी तरह सही नहीं है। असल में आपके शरीर को पानी की कितनी मात्रा चाहिए यह आपके वजन, गतिविधि के स्तर, मौसम और आपकी सेहत पर निर्भर करता है। आमतौर पर पसीने, पेशाब और सांस के जरिए हम अपने शरीर से पानी को खोते हैं, उसकी भरपाई करना जरूरी होता है। हालांकि, यह कमी हर व्यक्ति के लिए अलग-अलग होती है।

औसतन, पुरुषों को रोजाना लगभग 3



से 3.7 लीटर पानी की जरूरत होती है, वहीं महिलाओं को लगभग 2.5 से 2.7 लीटर पानी की जरूरत होती है। भले ही ये आंकड़े आम तौर पर सही हैं, लेकिन इन्हें एक दिशानिर्देश के तौर पर देखा जाना चाहिए, न कि किसी सख्त नियम के तौर पर।

क्या सिर्फ प्यास लगने पर ही पानी चाहिए पानी?

आमतौर पर लोग तभी पानी पीते हैं, जब उन्हें प्यास लगती है। हालांकि, हेल्थ एक्सपर्ट्स का मानना है कि प्यास लगना डिहाइड्रेशन का देर से नजर आने वाला संकेत हैं। जब तक आपको प्यास लगने का एहसास होता है, तब तक आपका शरीर पहले ही डिहाइड्रेट हो चुका होता है। इसलिए एक बार में ज्यादा पानी पीने से बेहतर है कि आप दिनभर में घूंट-घूंट कर पानी पिएं।

अगर आपकी यूरिन हल्की पीली रंग की है, तो यह सही हाइड्रेशन का एक अच्छा संकेत है। गहरे पीले या एम्बर रंग की यूरिन का मतलब आमतौर पर यह होता है कि आपको ज्यादा पानी पीने की जरूरत है।

उपरोक्त लेखों 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...

शादीशुदा प्रेग्नेंट महिला का प्रेमी ने किया कत्ल

बस्ती. यूपी के बस्ती में एक शादीशुदा गर्भवती महिला का कत्ल उसके प्रेमी ने कर डाला। महिला प्रेमी पर शादी करने का दबाव बना रही थी। पुलिस ने आरोपी प्रेमी को गिरफ्तार कर मामले का खुलासा कर दिया है। महिला की हत्या बस्ती के रुधौली थाना क्षेत्र के भानपुर मार्ग पर स्थित लक्ष्मी देवी कन्या इंटर कॉलेज के बगल में स्थित बाग में बड़ी बेरहमी से की गई। हत्या के वक्त मृतका का दो साल का बेटा भी वहां मौजूद था। बस्ती के एसपी अभिनंदन ने बताया कि सिद्धार्थनगर के बांसी कोतवाली के इंदिरानगर वार्ड की रहने वाली मृतका प्रीति मौर्या (उम्र 27 वर्ष) पत्नी बाबूलाल मौर्य की हत्या चाकू से कई वार करके की गई। सिद्धार्थनगर के बांसी थाना क्षेत्र के ही टेकघर नगर के रहने वाले दिलीप कुमार अग्रहरि ने की। दोनों के बीच प्रेम-प्रसंग चल रहा था।

गर्लफ्रेंड से बातचीत के बाद टूट छात्र का दिल; सुसाइड

कानपुर. 'मैं तुम्हें अब पसंद नहीं करती हूं, तुम्हारा दोस्त मुझे पसंद है। मुझे तुम बार-बार फोन न करो, तुम्हें जो करना है कर लो, मरना है तो जाओ मर जाओ...' फोन पर प्रेमिका की ये बातें सुनकर बुरी तरह टूट चुके 12वीं के छात्र ने फांसी लगाकर जान दे दी। पुलिस को अंतिम कॉल में प्रेमिका से बातचीत का यह ऑडियो मिला है। यशोदानगर ओ-ब्लॉक निवासी नीरज राय का कानपुर देहात के माती मुख्यालय में ढाबा है। परिवार में पत्नी मंजू, दो बेटियों वंशिका और नाभिका के अलावा 17 वर्षीय इकलौता बेटा हृदय राय था। पिता ने बताया कि बेटा हृदय भारती इंटर कालेज में पढ़ता था। बुधवार रात खाना खाने के बाद वह कमरे में करीब 11:30 बजे सोने चला गया। कमरे की लाइट जलती व मोबाइल पर बार-बार घंटी बजती सुन पत्नी मंजू कमरे में पहुंची तो चादर के फंदे से हृदय का शव झूल रहा था।

छह दिन से लापता बच्चे का खाली प्लॉट में मिला शव, बदायूं से दिल्ली तक हो रही थी तलाश

बदायूं. उत्तर प्रदेश के बदायूं में छह दिन से लापता बच्चे का खाली प्लॉट में शव मिला है। आठ साल के इस बच्चे की तलाश बदायूं से दिल्ली तक हो रही थी। लेकिन बच्चे का शव मिलने से हड़कंप मच गया है। परिवार में कोहराम मचा है। पुलिस ने शव को कब्जे में लेकर पोस्टमार्टम के लिए भेज दिया है। पुलिस टीमें मामले की जांच में जुटी हैं। परिवार वाले हत्या की आशंका जता रहे हैं। आठ साल के बच्चे की हत्या किसने और क्यों की? यह सवाल लोगों के जेहन में है। वे इस अपराध को करने वाले को जल्द से जल्द गिरफ्तारी की मांग कर रहे हैं। खाली प्लॉट में बच्चे का शव पड़े होने की सूचना मिलते ही पुलिस मौके पर पहुंची और शव कब्जे में लेकर जांच शुरू कर दी। फॉरेंसिक टीम ने भी घटनास्थल से अहम साक्ष्य जुटाए हैं। बच्चे का शव मिलने की खबर पर एसपी सिटी और सीओ उझानी भी मौके पर पहुंचे। यह घटना, उझानी कोतवाली के नझियाई मोहल्ले की चटईया कॉलोनी की है। यहां रहने वाले राजमिस्त्री अंबर का आठ साल का बेटा शुभान 16 नवंबर को लापता हो गया था। परिवार ने काफी तलाश की लेकिन उसका कोई सुराग नहीं मिला।

'नेगेटिव G टर्न' जिससे रिकवर नहीं कर पाया तेजस, हो गया क्रैश

- **दुबई एयर शो : जहां सपने हकीकत बनते हैं... और टूटते हैं**

नई दिल्ली. आसमान में चमकते जेट की गरज और जमीन पर दर्शकों की तालियां। दुबई एयर शो 2025 का माहौल कुछ ऐसा ही था, जब दुनिया के सबसे बड़े विमान प्रदर्शन में भारत का गौरव, लाइट कॉम्बैट एयरक्राफ्ट (LCA) तेजस अपनी चपलता दिखाने उतरा। लेकिन अगले ही पल एक भयानक दुर्घटना ने सबको स्तब्ध कर दिया। तेजस ने एक नेगेटिव G टर्न किया, रिकवर नहीं कर पाया और जमीन से टकराकर आग का गोला बन गया। पायलट विंग कमांडर नमांश स्याल की जान चली गई। पिछले करीब 10 सालों में भारतीय वायुसेना (IAF) के इस 'स्वदेशी सितारे' का यह दूसरा

हादसा था, जो उसके शानदार सुरक्षा रिकॉर्ड पर एक गहरा सवालिया निशान लगा गया। यह कहानी सिर्फ एक क्रैश की नहीं है। यह है तेजस की सफलता, एक जोखिम भरे एयरोबैटिक मैन्युवर की जटिलता और एक बहादुर पायलट की कुर्बानी की।

दुबई एयर शो हर दो साल में होता है, जो दुनिया के एविएशन जगत का 'ऑस्कर' है। 21 नवंबर 2025 को इसका आखिरी दिन था। अल मक्तूम इंटरनेशनल एयरपोर्ट पर हजारों दर्शक जुटे थे। एमिरेट्स और फ्लाई दुबई जैसे दिग्गजों ने अरबों डॉलर के सौदे किए, लेकिन दोपहर करीब 2:15 बजे लोकल टाइम सबकी नजरें तेजस पर टिक गईं।

तेजस 2016 से भारतीय वायुसेना की सेवा में है। यह विमान तमिलनाडु के सुलूर एयरबेस की 45वीं स्क्वाड्रन से आया था। यह जेट MiG-21 के रिटायरमेंट के बाद IAF का नया 'वर्कहॉर्स' बन चुका है। प्रदर्शन शुरू हुआ- लूप, रोल्स, हाई-स्पीड टर्न्स। दर्शक मंत्रमुग्ध थे। लेकिन एक लूप के बाद, जेट ने नेगेटिव G टर्न की कोशिश की। वीडियो फुटेज से साफ दिखता है: जेट अचानक ऊंचाई खोने लगा, रिकवर नहीं कर पाया और तेज रफ्तार से जमीन की ओर गोता लगा लिया। धमाके के साथ आग लग गई, काला धुआं आसमान छू गया।

वायुसेना ने तुरंत बयान जारी किया- आईएएफ का एक तेजस विमान दुबई एयर शो के दौरान हादसे का शिकार हो गया। पायलट की मौत हो गई। हम जान गंवाने पर गहरा शोक व्यक्त करते हैं और परिवार के साथ खड़े हैं। मौके पर मौजूद एक दर्शक मनोज कुमार तुटेजा ने ANI को बताया- यह नेगेटिव G टर्न की कोशिश कर रहा था... ऊंचाई बहुत कम थी। रिकवर किया, लेकिन सीधा जमीन में घुस गया। भयानक आग का गोला बन गया। मैंने कभी ऐसा महसूस नहीं किया।

नेगेटिव G टर्न: आसमान का 'डेडली डांस'

अब सवाल आता है कि आखिर नेगेटिव G टर्न क्या है? इसे समझना आसान है, लेकिन करना मुश्किल। G-फोर्स यानी गुरुत्वाकर्षण बल, जो उड़ान के दौरान पायलट और जेट पर पड़ता है। नॉर्मल उड़ान में 1G होता है- जैसे हम जमीन पर खड़े होते हैं। पॉजिटिव G (जैसे तेज टर्न या ऊपर चढ़ते समय) पायलट को सीट में दबाता है, खून पैरों की ओर जाता है, जिससे ब्लैकआउट हो सकता है। लेकिन नेगेटिव G उल्टा होता है- जेट नीचे की ओर तेजी से जाता है या उल्टा हो जाता है, यह पायलट को सीट से ऊपर की ओर उछाल देता है। खून सिर की ओर बहता है, जिससे 'रेडआउट' (लाल धब्बे दिखना) या 'G-LOC' हो सकता है। इंसान -2 से -3G तक ही सहन कर पाता है। G-LOC का मतलब- ग्रेविटी-इंड्यूस्ड लॉस ऑफ कॉन्शियसनेस है। यह तब होता है जब किसी व्यक्ति को अत्यधिक गुरुत्वाकर्षण बल के कारण बेहोशी आ जाती है, जिससे मस्तिष्क में खून का प्रवाह कम हो जाता है। यह लड़ाकू विमान उड़ाने वाले पायलटों के लिए एक गंभीर खतरा है।

नीतीश सरकार को समर्थन देने के लिए तैयार औवैसी

पटना. AIMIM चीफ असदुद्दीन ओवैसी ने बिहार में नीतीश कुमार के नेतृत्व वाली सरकार को समर्थन देने की बात कही है। हालांकि, इसके लिए उन्हें एक शर्त भी रख दी।

अमौर में जनसभा को संबोधित करते हुए ओवैसी ने कहा कि विकास केवल राजधानी पटना और पर्यटन स्थल राजगीर तक ही सीमित नहीं रहना चाहिए। उन्होंने कहा, 'हम नीतीश कुमार की सरकार को समर्थन देने के लिए तैयार हैं, लेकिन सीमांचल क्षेत्र को न्याय मिलना चाहिए। कब तक सब कुछ पटना और राजगीर के इर्द-

गिर्द ही केंद्रित रहेगा? सीमांचल नदी कटाव, बड़े पैमाने पर पलायन और भयंकर भ्रष्टाचार से जूझ रहा है। सरकार को इन मुद्दों का समाधान करना होगा।'

बिहार के उत्तर-पूर्वी हिस्से में स्थित सीमांचल क्षेत्र में मुस्लिम आबादी का बड़ा हिस्सा है। यह राज्य के सबसे पिछड़े इलाकों में से एक है। हर साल कोसी नदी के उफान से यहां बाढ़ आती है। सीमांचल की लगभग 80% आबादी ग्रामीण इलाकों में रहती है। सीमांचल क्षेत्र की 24 विधानसभा सीटों में से ज्यादातर एनडीए के खाते में गईं, जहां गठबंधन ने 14 सीटें जीतीं।

विधायकों पर रखी जाएगी कड़ी नजर

असदुद्दीन ओवैसी ने कहा कि वे अपनी पार्टी के विधायकों पर कड़ी नजर रखेंगे और जवाबदेही वाला प्लान लागू करेंगे। उन्होंने कहा, 'हमारे पांचों विधायक हफ्ते में दो दिन अपने-अपने विधानसभा क्षेत्र के कार्यालय में बैठेंगे। मुझे अपनी लाइव व्हाट्सएप लोकेशन के साथ फोटो भेजेंगे। इससे पता चलेगा कि वे वास्तव में वहीं हैं।' ओवैसी ने कहा कि हम यह काम छह महीने के अंदर शुरू करने की कोशिश करेंगे। मैं खुद भी हर 6 महीने में एक बार आने की कोशिश करूंगा। आम लोगों से मुलाकात की जाएगी और भ्रष्टाचार के खिलाफ लड़ाई लड़नी है। उन्होंने कहा, 'पटना यह जान चुका है कि सीमांचल की जनता पतंक छाप के साथ है और रहेगी। पटना को पैगाम सीमांचल से ही जाएगा।'

मुजम्मिल ने 5 लाख में खरीदी थी AK-47

- **डीप फ्रीजर में रखता था विस्फोटक**
- **हैरान करने वाले खुलासे**

नई दिल्ली. 10 नवंबर को दिल्ली में लाल किले के पास हुए आत्मघाती कार धमाके की जांच में खुफिया एजेंसियों ने कई चौंकाने वाले खुलासे किए हैं। जांच में ऐसे सबूत मिले हैं जो इस हमले को एक बड़े अंतरराष्ट्रीय आतंकी मॉड्यूल, बहु-स्तरीय हैंडलर चेन और कई स्थानों पर एक साथ हमले की विस्तृत साजिश से जोड़ते हैं।

सरकारी सूत्रों ने ANI को बताया कि यह नेटवर्क ट्रांसनेशनल स्तर पर सक्रिय था। आतंकी उमर नबी द्वारा चलाई जा रही विस्फोटक से भरी कार के धमाके में कम से कम 15 लोगों की मौत हुई, जबकि कई अन्य घायल हुए। आतंकवादी उमर नबी मौके पर ही मारा गया। राष्ट्रीय जांच एजेंसी (NIA) ने इस मॉड्यूल से जुड़े चार मुख्य आरोपियों- डॉ. मुज़म्मिल शकील गनाई (पुलवामा, जम्मू-कश्मीर), डॉ. अदील अहमद राठर (अनंतनाग, जम्मू-कश्मीर), डॉ. शहीन सईद (लखनऊ, उत्तर प्रदेश) और मुफ्ती इरफान अहमद (शोपियां, जम्मू-कश्मीर) को गिरफ्तार किया है।

2500 किलो अमोनियम नाइट्रेट और 5 लाख में AK-47 की खरीद

जांच में सामने आया है कि फरीदाबाद में पकड़े गए मुजम्मिल के पास से 2500 किलो अमोनियम नाइट्रेट बरामद किया गया था। इससे पहले उसने 5 लाख रुपये से अधिक में AK-47 खरीदी थी, जो बाद में आरोपी अदील के लॉकर से मिली। एक वरिष्ठ खुफिया अधिकारी के अनुसार, यह खरीद इस मॉड्यूल की तैयारी और वित्तीय क्षमता को दर्शाती है।

हर आरोपी का ऊपर बैठा था 'सीनियर कंट्रोलर'

खुफिया सूत्रों के अनुसार, मॉड्यूल के हर सदस्य को अलग-अलग हैंडलर निर्देश दे रहे थे। मुजम्मिल का हैंडलर अलग था, कार धमाका करने वाला उमर दूसरे हैंडलर को रिपोर्ट करता था। दो प्रमुख हैंडलरों मंसूर और हाशिम के ऊपर एक सीनियर सुपरवाइजर बैठा था, जो पूरे मॉड्यूल को कंट्रोल कर रहा था। यह संरचना पाकिस्तान-अफगानिस्तान आधारित आतंकी नेटवर्क की शैली से मेल खाती है।

गले में लोहे की कील वाली कॉलर पहनने को मजबूर किसान !

पुणे. पुणे जिले के कुछ गांवों में लोगों को तेंदुए के हमलों का डर सता रहा है। अब वे अपनी जान बचाने के लिए गले में लोहे की कील वाली स्पाइक कॉलर पहनने को मजबूर हैं। पिंपरखेड़ गांव के विठ्ठल रंगनाथ जाधव ने बताया, 'हम तेंदुए के डर से गले में स्पाइक वाला कॉलर पहनते हैं। तेंदुआ कभी भी आ जाता है। हम अपनी जान बचाने के लिए ऐसा कर रहे हैं। खेती हमारा इकलौता रोजगार है। डर के मारे घर में बैठ नहीं सकते। रोज तेंदुए का दिखना आम बात हो गई है। एक महीना पहले मेरी मां तेंदुए का शिकार बनी थी। उससे पहले एक छोटी बच्ची को तेंदुआ मार चुका था। सुबह 6 बजे मां गाय-भैंस को चारा डालने निकली थी, तभी तेंदुए ने हमला कर दिया और उन्हें करीब एक किलोमीटर तक गन्ने के खेत में घसीट ले गया। गांव में हर कोई बहुत डरा हुआ है। घर से बाहर निकलते ही हम यह कॉलर पहन लेते हैं। सरकार से गुजारिश है कि जल्द से जल्द कुछ किया जाए।'

गांव के एक अन्य व्यक्ति ने बताया कि तेंदुए के लगातार हमलों ने पूरी दिनचर्या प्रभावित कर दी है। अब लोग खेती करने भी झुंड बनाकर जाते हैं। स्कूल के समय में भी बदलाव पर विचार हो रहा है। उन्होंने कहा, 'बहुत बड़ी समस्या है। लोग झुंड बनाकर खेती करने आते हैं। गले में लोहे की कीलों वाला कॉलर पहनते हैं। हालात बहुत खराब हैं। स्कूल के समय भी बदलने की मांग हो रही है। सुबह 9 बजे की जगह दोपहर 4 बजे तक करने की बात चल रही है। कई लोग तो खेती करने भी नहीं आ रहे।'

तेंदुए के हमले से 3 लोगों की मौत

पिछले 20 दिनों में पिंपरखेड़ और आसपास के इलाके में तीन लोगों की जान नरभक्षी तेंदुए ले चुके हैं। 5 नवंबर को वन विभाग और रेस्क्यू टीम की संयुक्त कार्रवाई में उसे मार गिराया गया था। फिर भी क्षेत्र में दूसरे तेंदुए सक्रिय हैं, जिस कारण लोगों का डर बना हुआ है। रिपोर्ट के अनुसार, 12 अक्टूबर से अब तक अलग-अलग हमलों में 5 साल की बच्ची, 82 वर्षीय महिला और 13 वर्षीय लड़के समेत तीन लोगों की मौत हुई।

हथियार तस्करी नेटवर्क पकड़ा

- **पाकिस्तान से ड्रोन के जरिए हथियार मंगाते**
- **लॉरेंस-गोगी जैसे गैंगस्टरों को सप्लाई करते थे**

दिल्ली. दिल्ली पुलिस की क्राइम ब्रांच ने शनिवार को ISI कनेक्शन वाले एक बड़े इंटरनेशनल हथियार तस्करी नेटवर्क का खुलासा किया। पुलिस ने बताया कि इस गिरोह से जुड़े चार तस्करों को गिरफ्तार किया गया है,

जो पाकिस्तान से ड्रोन के जरिए हाईटेक हथियार मंगवाकर लॉरेंस, गोगी जैसे गैंगस्टरों को सप्लाई करते थे।

क्राइम ब्रांच के मुताबिक, उन्हें इनपुट मिला था कि कुछ तस्कर दिल्ली में हथियार सप्लाई करने वाले हैं। इसके बाद रोहिणी एरिया में ट्रैप बिछाकर आरोपियों को पकड़ा गया। पुलिस ने मौके से तुर्की और चीन में बने 10 हाई-टेक पिस्टल और 92 जिंदा कारतूस बरामद किए।

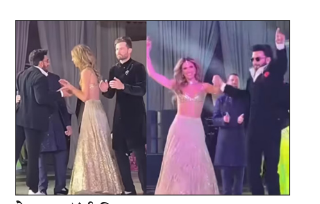
पुलिस का कहना है कि बरामद हथियारों की क्वालिटी और नेटवर्क का विस्तार देखकर साफ है कि यह एक संगठित और हाई-फंडेड तस्करी मॉड्यूल था।

पुलिस का कहना है कि बरामद किए गए हथियार बहुत आधुनिक हैं और इनके पीछे बड़ा नेटवर्क काम कर रहा था। इससे लग रहा है कि यह तस्करी का संगठित और हाई-फंडेड मॉड्यूल था।

उदयपुर में रणवीर सिंह के साथ नाचे ट्रम्प के बेटे

- **उनकी गर्लफ्रेंड ने भी डांस किया**
- **रॉयल वेडिंग में करण जौहर का दूल्हा-दुल्हन के साथ टॉक शो**

उदयपुर. उदयपुर में अमेरिकी राष्ट्रपति के बेटे डोनाल्ड ट्रम्प जूनियर और उनकी गर्लफ्रेंड बेटिना एंडरसन ने बॉलीवुड गानों पर डांस किया। बॉलीवुड एक्टर रणवीर सिंह ने दोनों के साथ स्टेज शेयर की। ये पावर कपल अमेरिकी बिजनेसमैन रामा राजू मंटेना की बेटी की शादी में शामिल होने पहुंचा है। 23 नवंबर को होने वाली इस रॉयल वेडिंग के फंक्शंस में शुक्रवार की शाम बॉलीवुड एक्टर्स



ने परफॉर्म किया।

देसी गानों पर वरूण धवन, रणवीर सिंह, कृति सेनन, जैकलीन फर्नांडीस के डांस ने देश-विदेश से पहुंचे गेस्ट को झूमने पर मजबूर कर दिया। इस बॉलीवुड नाइट में प्रोड्यूसर-डायरेक्टर करण जौहर ने दूल्हे वामसी गडिराजू और दुल्हन नेत्रा मंटेना के साथ एक मजेदार टॉक शो भी किया। शनिवार को इस रॉयल वेडिंग के फंक्शंस में हॉलीवुड स्टार परफॉर्म करेंगे।

इस वेडिंग में शामिल होने के लिए शुक्रवार रात को जेनिफर लोपेज भी उदयपुर पहुंची। वे लीला होटल में रुकी हैं। होटल में राजस्थानी स्टाइल में फूल बरसाकर उनका स्वागत किया गया। इस वेडिंग के फंक्शंस में आज होने वाली हॉलीवुड नाइट में जेनिफर लोपेज के साथ पॉप स्टार जस्टिन बीबर पर परफॉर्म करेंगे। दोनों सिटी पैलेस के माणक चौक में परफॉर्मेंस देंगे।

ऑस्ट्रेलिया ने 2 दिन में पहला एशेज टेस्ट जीता

- **इंग्लैंड को 8 विकेट से हराया, हेड की 69 गेंद पर सेंचुरी**
- **स्टार्क को 10 विकेट**

ऑस्ट्रेलिया ने द एशेज सीरीज का पहला टेस्ट 8 विकेट से जीत लिया है। पर्थ स्टेडियम में टीम ने शनिवार को मुकाबले के दूसरे ही दिन इंग्लैंड को हरा दिया। ट्रैविस हेड की 69 गेंद पर सेंचुरी के दम पर टीम ने 205 रन का टारगेट 28.2 ओवर में ही हासिल कर लिया।

पहली पारी में इंग्लैंड ने 172 और ऑस्ट्रेलिया ने 132 रन बनाए थे। दूसरी पारी में इंग्लिश टीम 164 रन ही बना सकी और होम टीम को 205 रन का टारगेट मिला। ट्रैविस हेड ने 83 गेंद पर 123 और मार्नस लाबुशेन ने 49 गेंद पर 51 रन बनाकर टीम को जीत दिला दी। सीरीज का दूसरा टेस्ट 4 दिसंबर से ब्रिसबेन के द गाबा स्टेडियम में खेला जाएगा। यह मुकाबला डे-नाइट रहेगा, जिसमें पिंक बॉल का इस्तेमाल होगा।

बोलैंड ने झटके 4 विकेट

इंग्लैंड की दूसरी पारी की शुरुआत खराब रही। ओपनर जैक क्रॉली फिर से बिना खाता खोले आउट हो गए। मिचेल स्टार्क ने अपनी ही गेंद पर एक हाथ से शानदार कैच लेकर उन्हें पवेलियन भेजा। बेन डकेट 28 रन बनाकर आउट हुए। उन्हें स्कॉट बोलैंड ने स्टीव स्मिथ के हाथों कैच कराया।

ओली पोप 33 रन बनाकर आउट हुए और यह विकेट भी बोलैंड के नाम रहा। बोलैंड ने दूसरी पारी में ऑस्ट्रेलिया के लिए सबसे अधिक 4 विकेट लिए। बोलैंड के अलावा ब्रेंडन डोग्गेट ने भी 3 विकेट चटकाए।

जो रूट सिर्फ 8 रन बनाकर आउट

इंग्लैंड के स्टार बल्लेबाज जो रूट 8 रन बनाकर मिचेल स्टार्क की गेंद पर बोल्ड हो गए। हैरी ब्रूक बिना कोई रन बनाए आउट हुए। कप्तान बेन स्टोक्स 2 रन और विकेटकीपर जैमी स्मिथ 15 रन बनाकर वापस लौट गए। 104 रन पर 7 विकेट गिरने के बाद गस एटकिंसन और ब्रायडन कार्स ने पारी को संभाला।

सम्राट चौधरी के पास बिहार पुलिस का कंट्रोल

- **...लेकिन IAS, IPS का ट्रांसफर नीतीश ही करेंगे**

पटना. बिहार के डिप्टी सीएम सम्राट चौधरी के पास राज्य की कानून व्यवस्था और पुलिस का कंट्रोल आ गया है। नीतीश कुमार के नेतृत्व वाली एनडीए सरकार में सम्राट को गृह मंत्री बनाया गया है। दो दशक में पहली बार नीतीश की जेडीयू ने सबसे पॉवरफुल माना जाने वाला यह विभाग अपनी सहयोगी पार्टी को दिया है। इससे भाजपा नेता सम्राट चौधरी का सरकार में कद बढ़ गया है। हालांकि, जेडीयू ने भले ही भाजपा को गृह विभाग दे दिया, लेकिन अब

भी पुलिस-प्रशासन पर पूरा कंट्रोल भाजपा के पास नहीं गया है। आईएएस और आईपीएस समेत अन्य अफसरों के ट्रांसफर का अधिकार अब भी मुख्यमंत्री नीतीश कुमार के पास ही है।

नई कैबिनेट के शपथ ग्रहण के बाद शुक्रवार को सीएम नीतीश ने सभी 26 मंत्रियों में विभागों का बंटवारा कर दिया। उन्होंने भाजपा के दो डिप्टी सीएम में से एक सम्राट चौधरी को अपना सबसे महत्वपूर्ण गृह विभाग दे दिया। हालांकि, सामान्य प्रशासन विभाग (GAD) सीएम ने अपने पास ही रखा है।

सामान्य प्रशासन विभाग एक तरह से हर विभागों का प्रशासनिक नियंत्रण का केंद्र माना जाता है। राज्य में आईएएस और आईपीएस से लेकर बीएएस और बीपीएस अफसरों तक के तबादला, नियुक्ति, प्रमोशन और यहां तक कि अनुशासनात्मक कार्रवाई के काम भी सामान्य प्रशासन विभाग ही करता है।

बिहार में सामान्य प्रशासन विभाग पारंपरिक से मुख्यमंत्री के पास ही रहता आया है। यह विभाग मुख्यमंत्री को प्रशासन पर मजबूत पकड़ देता है, क्योंकि पुलिस (जो गृह विभाग के अंतर्गत आती है) के अधिकारियों की पोस्टिंग भी सामान्य प्रशासन विभाग से होती है। मौजूदा स्थिति में देखा जाए तो सम्राट के गृह विभाग में तैनात किसी आईपीएस अधिकारी का ट्रांसफर या प्रमोशन करना है, तो उसकी मंजूरी सीएम नीतीश ही देंगे।

भगवान करे कोई नैरेटिव के चक्कर में न फंसे

- **भोपाल में कहा- जो जागकर भी सोया, उसे जगा नहीं सकते;**
- **इस्तीफे का सवाल टाला**

भोपाल. पूर्व उप राष्ट्रपति जगदीप धनखड़ ने शुक्रवार शाम भोपाल के रवींद्र भवन में कहा कि भगवान करे कोई नैरेटिव के चक्कर में न फंसे। जो समझना नहीं चाहते, हर हाल में बात को धूमिल करेंगे। जो जागकर भी सोया हो, उसे जगा नहीं सकते। वे यहां राष्ट्रीय स्वयंसेवक संघ के अखिल भारतीय कार्यकारिणी सदस्य डॉ. मनमोहन वैद्य की पुस्तक 'हम और यह विश्व' के विमोचन कार्यक्रम में

शामिल हुए थे। यह उपराष्ट्रपति पद से इस्तीफा देने के बाद उनका पहला बड़ा सार्वजनिक संबोधन था। कार्यक्रम के अंत में जब उनसे पूछा गया कि उन्होंने उपराष्ट्रपति पद से इस्तीफा क्यों दिया, तो उन्होंने हाथ जोड़ लिए, गाड़ी में बैठे और बिना कुछ बोले चले गए।

धनखड़ ने कहा कि मैंने विचार-विमर्श के बाद तय किया कि अब अंग्रेजी में संबोधन करूंगा, क्योंकि जो लोग समझना ही नहीं चाहते, वे हर हाल में बात को गलत नैरेटिव में ढाल देंगे। उन्होंने कहा कि राष्ट्र के व्यापक कॉन्सेप्ट को सीमित कर दिया गया है। व्यक्ति अकेले नहीं लड़ सकता, लेकिन संस्था लड़ सकती है।

फ्लाइट पकड़ने की चिंता में कर्तव्य नहीं छोड़ सकता

धनखड़ ने कहा- बहुत पुरानी बात है और बड़ी मुश्किल है... जो सोया हुआ है, उसे जगा सकते हैं, पर जो जागकर भी सोया हुआ है, उसे नहीं जगा सकते। बल प्रयोग भले कर लो। संबोधन के दौरान उन्हें सहयोगी ने फ्लाइट का टाइम याद दिलाया तो धनखड़ बोले- मैं फ्लाइट पकड़ने की चिंता में अपने कर्तव्य को नहीं छोड़ सकता।

छात्रों ने छात्राओं की बोतल में भर दी पेशाब

बदायूं. यूपी के बदायूं जिले के उसहैत इलाके स्थित चमेली देवी उच्चतर माध्यमिक विद्यालय में घिनौनी हरकत का मामला सामने आया है। आरोप है कि कक्षा सात और आठ के दूसरे समुदाय के कुछ छात्रों ने कक्षा सात की तीन छात्राओं की पानी की बोतलों में पेशाब भर दिया। अभिभावकों का कहना है कि जब छात्राओं ने बोतल खोलकर पानी पीने की कोशिश की तो उन्हें बदबू से पता चला, जिसके बाद मामले का खुलासा हुआ। अभिभावकों का आरोप है कि यही छात्र स्कूल के शौचालय की दीवारों पर भी अभद्र टिप्पणियां लिखते रहते हैं। परिजनों ने घटना की शिकायत स्कूल के प्रधानाचार्य और प्रबंधक से की।

आम सूचना

हम श्री समीर लियाकत पिंजारी व श्रीमती रशीदा लियाकत पिंजारी सभी को सूचित कर रहे हैं कि शॉप, महात्मा फुले नगर, यूएमसी के पास, उल्हासनगर- 3. (टैक्स नं. 29सीओ05265400) उक्त प्रॉपर्टी मोहम्मद समीर मोहम्मद शफीक खान के नाम पर है। उनसे सेल एग्रीमेंट दि. 31.7.2025 द्वारा हमने खरीदी है। जिस कारण उक्त जायदाद हम अपने नाम करवाना चाहते हैं। 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 समीर लियाकत पिंजारी व श्रीमती रशीदा लियाकत पिंजारी

आम सूचना

हम श्री लियाकत गुलाब पिंजारी व श्रीमती रशीदा लियाकत पिंजारी सभी को सूचित कर रहे हैं कि 50 प्रतिशत शॉप नं. 29/1, महात्मा फुले नगर, यूएमसी के पास, उल्हासनगर- 3. (टैक्स नं. 29सीओ020480900) उक्त प्रॉपर्टी मोहम्मद समीर मोहम्मद शफीक खान के नाम पर है। उनसे सेल एग्रीमेंट दि. 31.7.2025 द्वारा हमने खरीदी है। जिस कारण उक्त जायदाद हम अपने नाम करवाना चाहते हैं। 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 लियाकत गुलाब पिंजारी व श्रीमती रशीदा लियाकत पिंजारी

आम सूचना

हम श्री लियाकत गुलाब पिंजारी व श्रीमती रशीदा लियाकत पिंजारी सभी को सूचित कर रहे हैं कि 50 प्रतिशत शॉप नं. 29/1, महात्मा फुले नगर, यूएमसी के पास, उल्हासनगर- 3. (टैक्स नं. 29सीओ017405000) उक्त प्रॉपर्टी मोहम्मद समीर मोहम्मद शफीक खान के नाम पर है। उनसे सेल एग्रीमेंट दि. 31.7.2025 द्वारा हमने खरीदी है। जिस कारण उक्त जायदाद हम अपने नाम करवाना चाहते हैं। 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 लियाकत गुलाब पिंजारी व श्रीमती रशीदा लियाकत पिंजारी

उल्हास विकास
लोकप्रिय हिंदी दैनिक

संक्षेप...

रिटायर्ड लोको पायलट की बेरहमी से हत्या

मुंबई. विक्रोली के एक 65 साल के रिटायर्ड लोको पायलट की घाटकोपर रेलवे स्टेशन से कुछ ही कदम दूर एक बेरहमी से हमले में हत्या कर दी गई। पुलिस ने कहा कि एक संदिग्ध को हिरासत में लिया गया है, और यह एक प्लान किया हुआ हमला भी लगता है। यह हमला घाटकोपर रेलवे स्टेशन से 100 मीटर दूर सीजीएस कॉलोनी के बाहर हुआ। पुलिस के मुताबिक, यह घटना तब हुई जब पीड़ित, सुरेंद्र पचडकर, जो सेंट्रल रेलवे के पूर्व कर्मचारी थे और विक्रोली के पार्कसाइट इलाके के रहने वाले थे, अपनी रोज़ाना शाम की सैर पर थे और घाटकोपर रेलवे स्टेशन से 100 मीटर दूर सीजीएस कॉलोनी के पास रात करीब 9:30 बजे एक अनजान आदमी ने उन पर हमला कर दिया।

25 फुट गहरे सीवर में गिरे बच्चे की हालत ठीक

डिप्टी सीएम शिंदे ने हॉस्पिटल जाकर छोटे हमदान से मुलाकात की

ठाणे. डिप्टी सीएम एकनाथ शिंदे ने जुपिटर हॉस्पिटल में दो साल के हमदान मोहम्मद से मुलाकात की, जो एक चमत्कार से मौत से बच गया। इस मौके पर उन्होंने छोटे हमदान की सेहत के बारे में दिलचस्पी से पूछा। इस मौके पर उसके परिवार ने नम आंखों से डिप्टी सीएम शिंदे को धन्यवाद दिया।ठाणे के राबोडी में रहने वाला हमदान दो दिन पहले अपनी नानी के घर आया था। वहां से घर लौटते समय उसके पिता गफूर मोहम्मद, जो एक रिक्शा ड्राइवर हैं, ने उसे ठाणे में पूरब से पश्चिम की ओर जाने वाले ध्यान साधना कॉलेज के पास बने अंडरपास के पास बुलाया। हमदान, जो अपनी दादी का हाथ छोड़कर अपने पिता को देखकर भाग गया था, आनंद नगर नाले से पानी निकालने के लिए मैनहोल पर लगे पाइप पर पैर रखकर 25 फुट गहरे सीवर में गिर गया। आस-पास के लोगों ने यह देखकर शोर मचाया और उसे बाहर निकालने की कोशिश करने लगे। इस समय, उन्होंने तुरंत शिवसेना के पूर्व नगरसेवक विकास रेपाले और पूर्व नगरसेविका नम्रता भोसले जाधव को बुलाया। उन्होंने तुरंत डिज़ास्टर मैनेजमेंट एजेंसियों को बुलाया और हमदान को बाहर निकालने की बहुत कोशिश की। लेकिन, गंदा सीवर का पानी उसके नाक और मुंह में जाने और सीवर में दम घुटने की वजह से उसकी हालत गंभीर थी। उस समय, उसे तुरंत इलाज के लिए ठाणे के सिविल हॉस्पिटल में भर्ती कराया गया। लेकिन, उसकी तबीयत तेज़ी से बिगड़ती देख, विकास रेपाले और नम्रता जाधव-भोसले ने तुरंत डिप्टी सीएम एकनाथ शिंदे को फोन किया और मामला उनके ध्यान में लाया। उस समय, बिना एक पल की देरी किए, उन्होंने हमदान को आगे के इलाज के लिए ठाणे के जुपिटर हॉस्पिटल में भर्ती कराने को कहा। उन्होंने हॉस्पिटल के डॉक्टरों को भी फ़ोन किया और उनसे उसे बचाने की पूरी कोशिश करने की रिक्वेस्ट की। डॉक्टरों की लगातार कोशिशों और एक प्राइवेट हॉस्पिटल में समय पर इलाज की वजह से हमदान की जान बच गई।

टोरेंट पावर एवं एमएसईडीसीएल द्वारा

शील-मुम्ब्रा-कलवा (SMK) और भिवंडी में विशेष ग्राहक सेवा शिविर

भिवंडी. भिवंडी एवं शील-मुम्ब्रा-कलवा (SMK) क्षेत्र में एमएसईडीसीएल के फ्रेंचाइज़ी के रूप में कार्यरत टोरेंट पावर कंपनी उपभोक्ताओं को सर्वोत्तम सेवाएँ प्रदान करने के लिए सदैव प्रतिबद्ध रहा है. इसी क्रम में, टोरेंट पावर द्वारा उपभोक्ताओं की सुविधा के लिए 25 और 26 नवंबर को 2 दिवसीय विशेष ग्राहक सेवा शिविर आयोजित किया जा रहा है.उक्त संदर्भ में टोरेंट पावर कंपनी जन संपर्क अधिकारी चेतन

बदियानी ने परिपत्र जारी कर बिजली ग्राहकों को जानकारी दी है कि, 2 दिवसीय विशेष ग्राहक शिविर 25 नवंबर को सुबह 10.30 से 5 बजे शाम तक शील-मुम्ब्रा-कलवा (SMK) में एवं टोरेंट कस्टमर केयर सेंटर अरिहंत आरोही बिल्डिंग, कल्याण–शील रोड एवं 26 नवंबर को टोरेंट कस्टमर केयर सेंटर अर्श रेजिडेंसी, चाविंद्रा रोड, आमपाड़ा में आयोजित किया गया है.बिजली ग्राहक शिविर में टोरेंट पावर के शीर्ष अधिकारी एवं एमएसईडीसीएल के अधिकारी उपभोक्ताओं की समस्याएँ एवं विभिन्न प्रकार के प्रश्नों का समाधान करने के लिए उपस्थित रहेंगे.

बिजली उपभोक्ता उठाएं लाभ...

टोरेंट पावर जनसंपर्क अधिकारी चेतन बदियानी ने उपभोक्ताओं से अपील की है कि वे विशेष शिविर का पूर्ण लाभ उठाएँ .ग्राहक शिविर संबंधित जानकारी के लिए उपभोक्ता टोरेंट पावर की ग्राहक हेल्पलाइन पर संपर्क कर सकते हैं.

राज्य स्तरीय कोकण कप क्रीड़ा का उद्घाटन

ठाणे. कोंकण कला अकादमी कोंकण मराठी साहित्य परिषद और विधायक संजय केलकर द्वारा आयोजित राज्य स्तरीय कोंकण कप कॉम्पिटिशन का उद्घाटन विधायक संजय केलकर ने आनंद विश्व गुरुकुल लॉ कॉलेज में दीप जलाकर किया।

इस कॉम्पिटिशन में मुंबई और कोंकण के 17 एकांकिका शामिल हैं। यह कॉम्पिटिशन का 19वां साल है।कॉम्पिटिशन का शुरुआती राउंड आज शुरू हो गया है और शुरुआती राउंड दो दिन 23 नवंबर तक चलेगा। यह आनंद विश्व गुरुकुल में सुबह 10 बजे से शाम 6 बजे तक होगा। मुंबई, नवी मुंबई, पालघर, सिंधुदुर्ग और बाकी कोंकण से 17 टीमों ने कॉम्पिटिशन में हिस्सा लिया है, जिसमें कॉलेज और इंस्टीट्यूशन शामिल हैं। फाइनल राउंड 5 दिसंबर को काशीनाथ घाणेकर नाट्यगृह में होगा।

पहले विजेता को 35,000 रुपये और एक ट्रॉफी, दूसरे स्थान पर आने वाले को 25,000 रुपये और एक ट्रॉफी, और तीसरे स्थान पर आने वाले को 15,000 रुपये और एक ट्रॉफी दी जाएगी। इसके साथ ही, बेस्ट एक्टर, एक्ट्रेस, डायरेक्शन, राइटर, बैकड्रॉप, लाइटिंग डिज़ाइन और बैकग्राउंड म्यूज़िक की कैटेगरी में भी कैश प्राइज़ और ट्रॉफी दी जाएंगी।इस अवसर पर मंदार टिल्लू, प्रो. प्रदीप धवल, हर्षला लिखते और विजय चावरे मौजूद थे।

रिटायर्ड आर्मी कर्नल फ्रॉड का शिकार; 56.05 लाख गंवाने पड़े

मुंबई. यहां एक 83 साल के रिटायर्ड आर्मी कर्नल ऑनलाइन फ्रॉड का नया शिकार बने हैं, जिन्हें मुंबई पुलिस ऑफिसर बनकर स्कैमर्स ने अरेस्ट की धमकी देकर 56.05 लाख गंवाने पड़े। पीड़ित को 27 अक्टूबर को एक आदमी का कॉल आया जिसने खुद को मुंबई पुलिस इंस्पेक्टर संजय पिशे बताया। सेंट्रल CEN क्राइम पुलिस स्टेशन में FIR दर्ज की गई। FIR के मुताबिक, पीड़ित को एक आदमी का कॉल आया जिसने खुद को मुंबई पुलिस इंस्पेक्टर संजय पिशे बताया.

BNN कॉलेज में 'वर्ल्ड टेलीविज़न डे' जोश से मनाया

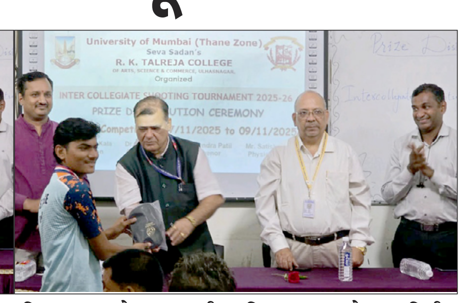
भिवंडी. टेलीविज़न समाज को दिशा देने वाला एक असरदार ज़रिया है.दुनिया की घटनाओं, शहरों, जगहों और दुनिया के हालात की जानकारी घर बैठे टेलीविज़न के ज़रिए मिल जाती है.बदलते समय में भी TV की पकड़ मज़बूत है और यह हमारी ज़िंदगी का एक ज़रूरी हिस्सा बन गया है.उक्त उद्गार पद्मश्री अन्नासाहेब जाधव भारतीय समाज उन्नति मंडल कार्यकारी प्रेसिडेंट बालकृष्ण काले ने व्यक्त किया. वे BNN कॉलेज मास मीडिया डिग्री डिपार्टमेंट की तरफ़ से ऑर्गनाइज़ प्रोग्राम में बोल रहे थे.उक्त मौके पर वरिष्ठ पत्रकार संजय भोईर, अभिनेता विनायक सिंह, इंचार्ज प्रिंसिपल डॉ. शशिकांत म्हालुनकर, वाइस प्रिंसिपल डॉ. सुधीर निकम, डॉ. निनाद जाधव, डीएल अहिरे आदि मौजूद थे.

गौरतलब हो कि,कार्यक्रम को संबोधित करते हुए काले ने कहा कि, टेलीविज़न की वजह तमाम जरूरी जानकारी लोगों को आसानी से घर बैठे मिलती है. उन्होंने कहा कि,कॉलेज एडमिनिस्ट्रेशन हमेशा स्टूडेंट्स के ऑल-राउंड डेवलपमेंट और नए मौके कैसे दिए जाएं, इसके लिए कोशिश करता रहा है.आज के स्टूडेंट्स कलर टीवी को देख रहे हैं लेकिन 50 वर्ष की उम्र पार करने वाले हर किसी ने टेलीविज़न के ब्लैक एंड व्हाइट युग को याद करते हुए महसूस किया है. वरिष्ठ पत्रकार संजय भोईर ने बताया कि,पुराने समय में कुछ लोगों के घरों में रहने वाला टेलीविज़न आज हर किसी के घरों तक पहुंच गया है. टेलीविज़न सिर्फ़ एंटरटेनमेंट का ज़रिया नहीं है बल्कि समाज में नॉलेज, साइंस और पब्लिक अवेयरनेस का एक ज़रूरी साधन है. अभिनेता विनायक सिंह ने अभिनय के तीन सिद्धांतों को समझाया और विद्यार्थियों के साथ अभिनय का प्रदर्शन किया. कार्यक्रम में प्रा. प्रमोद शेवाले, जरमिन मोमिन, अंकुश चव्हाण, गणेश पानझड़े, प्रियंका जाधव, नीलम सेन,अक्षय भोईर, पूजा देशमुख, नेहा अलशी, सैफ अंसारी, चार्मी गोंडालिया और बड़ी संख्या में विद्यार्थी उपस्थित थे. कार्यक्रम का संचालन छात्रा दिव्या मेहता और सबा मोमिन ने किया.

दिव्यांगों को जल्द ही रुकी हुई पेंशन स्कीम का फायदा मिलेगा

ठाणे. संजय गांधी निराधार योजना के दिव्यांग आवेदकों के सभी मामले रेड टेप और डॉक्यूमेंट्स में गलतियों में फंसे हुए हैं वह दिसंबर के आखिर तक सुलझ जाएंगे। उन्हें हर महीने 2500 रुपये पेंशन मिलने का रास्ता साफ हो गया है। यह फैसला विधायक संजय केलकर की संबंधित डिपार्टमेंट के अधिकारियों की मीटिंग में लिया गया।विधायक केलकर के जनसंवाद कार्यक्रम में इस मुद्दे पर कई रिप्रेजेंटेशन मिले। करीब 55 दिव्यांग लोगों ने विधायक केलकर से मिलकर शिकायत की थी कि उन्हें संजय गांधी निराधार योजना के तहत पेंशन स्कीम का फायदा मिलने में दिक्कतें आ रही हैं। आज केलकर ने संबंधित डिपार्टमेंट के अधिकारियों को बुलाया था। इस बात पर चर्चा हुई कि दिव्यांगों के इस स्कीम का फ़ायदा उठाने के लिए जो डॉक्यूमेंट्स जमा किए हैं, उनमें गलतियाँ हैं और उनके केस रेड टेप में अटके हुए हैं और राज्य सरकार की बड़ी स्कीम का फ़ायदा नहीं मिल रहा है। अधिकारियों ने तय किया कि इन सभी केसों को ज़रूरी बदलावों के साथ 30 नवंबर तक मंज़ूरी दे दी जाएगी और दिव्यांगों को दिसंबर में इस स्कीम का फ़ायदा मिलेगा। इससे सैकड़ों दिव्यांग भाइयों को पेंशन मिलने का रास्ता साफ़ हो गया है।इस बारे में बात करते हुए विधायक संजय केलकर ने कहा, राज्य सरकार की कई स्कीमें सामने आती हैं, लेकिन जब उन्हें लागू करने के लिए फ़ॉलो-अप करना होता है, तो नागरिकों को फ़ायदा मिलता है। दिव्यांगों के पेंडिंग केसों को मंज़ूरी देने के लिए स्पेशल मीटिंग बुलाकर इस मसले को सुलझा लिया गया है। इन दिव्यांग लोगों को हर महीने 2500 रुपये पेंशन मिलेगी और उनकी रोज़ी-रोटी का मसला हल हो जाएगा। इस अवसर पर निरंजन डावखरे, पूर्व उपमहापौर अशोक भोईर, पूर्व नगरसेवक भरत चव्हाण, ठाणे डिस्ट्रिक्ट हाउसिंग फेडरेशन के प्रेसिडेंट सीताराम राणे, ट्रांसपोर्ट मेंबर विकास पाटिल, दिव्यांग सेल के आनंद बनकर, राजेश गाडे, ओमकार चव्हाण आदि मौजूद थे।

एसएसटी महाविद्यालय की राइफल शूटिंग प्रतियोगिता में उत्कृष्ट कामगिरी



उल्हासनगर. मुंबई विश्वविद्यालय द्वारा आयोजित अंतर–महाविद्यालय राइफल शूटिंग प्रतियोगिता में एसएसटी के विद्यार्थियों ने शानदार प्रदर्शन करते हुए टीम तथा व्यक्तिगत दोनों गटों में कई पदक अपने नाम किए। पुरुष वर्ग के पीप साइट राइफल प्रकार में ओमकार रमेश्वर उडगे, रुद्र बाबूषा सूर्यवंशी, सुमीत कुमार राकेश कुमार सरोज और जयकुमार सुनील खिल्लारे ने संयुक्त रूप से उत्कृष्ट निशानेबाजी करते हुए महाविद्यालय को द्वितीय स्थान दिलाया।

महिला वर्ग के पीप साइट राइफल प्रकार में सोनल आनंद जेंडे, कृतिका तुषार गांगुर्डे, मनीषा खुमरम चौधरी और हीनाकौसर शरफुद्दीन शाह ने बेहतरीन प्रदर्शन करते हुए तृतीय स्थान प्राप्त किया।

एयर पिस्टल पुरुष वर्ग में स्वराज विजय गायकवाड, शुभम पंडलिक पाटील, विकास अशोक यादव और आदित्य अनिल भालेराव ने प्रभावी प्रदर्शन कर तृतीय स्थान हासिल किया। महिला एयर पिस्टल वर्ग में वैष्णवी संतोष डाकरे, सोनल आनंद जेंडे, रोशनी रविंद्र माली और नेहा राजू पाटील ने सटीक निशाना लगाते हुए द्वितीय स्थान प्राप्त किया। ओपन साइट राइफल पुरुष वर्ग में शुभेंद्र जितेंद्र यादव, आशीष कुमार लालकेश यादव, जयकुमार सुनील खिल्लारे और रेहान शौकत शेख ने अपनी सटीकता दिखाते हुए द्वितीय स्थान हासिल किया। महिला ओपन साइट राइफल में कृतिका तुषार गांगुर्डे, मंजुला किशन चौहान, शुभांगी नरेंद्र तिवारी और मनीषा खुमरम चौधरी ने स्थिर निशानेबाजी करते हुए तृतीय स्थान प्राप्त किया।

व्यक्तिगत प्रतियोगिताओं में भी एसएसटी के विद्यार्थियों ने अपनी प्रतिभा का परिचय दिया। ओपन साइट राइफल (पुरुष) वर्ग में शुभेंद्र जितेंद्र यादव ने उल्लेखनीय प्रदर्शन करते हुए तृतीय स्थान प्राप्त किया। वहीं एयर पिस्टल (महिला) वर्ग में वैष्णवी संतोष डाकरे ने प्रभावशाली प्रदर्शन करते हुए द्वितीय स्थान प्राप्त कर महाविद्यालय का मान बढ़ाया।

इस उत्कृष्ट सफलता के लिए सभी विद्यार्थियों का मनःपूर्वक अभिनंदन किया गया। विद्यार्थियों की इस उपलब्धि के पीछे खेल संचालक प्रो. राहुल अकुल और प्रो. पुष्कर पवार का परिश्रम, निरंतर प्रशिक्षण और प्रोत्साहन महत्वपूर्ण रहा। साथ ही महाविद्यालय के प्राचार्य डॉ. पुरस्वानी, IQAC समन्वयक डॉ. खुशबू पुरस्वानी, शिक्षकगण, अन्य कर्मचारी तथा विद्यार्थियों ने सभी विजेता विद्यार्थियों को बधाई देते हुए उनके उज्ज्वल भविष्य की हार्दिक शुभकामनाएं दीं।

आम सूचना

मैं श्री जनार्दन शंकरराव कांबले सभी को सूचित कर रहा हूं कि रुम, महात्मा फुले नगर, ओल्ड खड़ी मशीन, उल्हासनगर- 5. (टैक्स नं. 55डीओ011774100) उक्त प्रॉपर्टी श्री शिवाजी लक्ष्मण कांबले के नाम पर है। उनसे सेल एग्रीमेंट दि. 15.5.2007 द्वारा मैंने खरीदी 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।

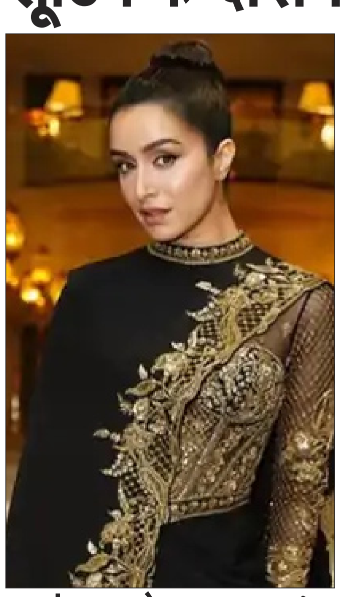
सही/-
श्री जनार्दन शंकरराव कांबले

आम सूचना

मैं श्री सुरेश रोहिदास चव्हाण सभी को सूचित कर रहा हूं कि मेडिकल शॉप, शिवाजी रोड, बैरक नं. 27 के पास, शॉप नं. 225/ए, उल्हासनगर-1. (टैक्स नं. 07एओ022263200) उक्त प्रॉपर्टी श्री वाशुलाल होलाराम शादिजा के नाम पर है। उनसे सेल एग्रीमेंट दि. 20.11.2025 सी.नं. 3882/2025 द्वारा मैंने खरीदी 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 सुरेश रोहिदास चव्हाण

श्रद्धा कपूर को फिल्म की शूटिंग के दौरान लगी चोट



- **डांस करते समय टूटी पैर की उंगली**
- **दो हफ्ते तक रुकी रहेगी शूटिंग**

एक्ट्रेस श्रद्धा कपूर इन दिनों अपनी अपकमिंग फिल्म ईथा पर काम कर रही हैं। यह फिल्म मशहूर लावणी डांसर और तमाशा कलाकार विठाबाई भाऊ नारायणगांवकर की बायोपिक है। फिल्म की शूटिंग महाराष्ट्र के नासिक के पास औंधेवाडी में चल रही थी।

अब फिल्म की शूटिंग को लेकर मिड डे की एक रिपोर्ट में दावा किया गया है कि पिछले हफ्ते डायरेक्टर लक्ष्मण उतेकर को शूटिंग रोकनी पड़ी, क्योंकि श्रद्धा के बाएं पैर की एक उंगली में फ्रैक्चर हो गया। चोट उन्हें उस समय लगी, जब वह लावणी डांस का एक सीन कर रही थीं।

एक सूत्र ने बताया कि लावणी संगीत में तेज ताल और फास्ट स्टेप्स होते हैं। इस गाने को संगीतकार अजय गोगावले और अतुल गोगावले ने तैयार किया है। श्रद्धा इस गाने में चमकीली नऊवारी साड़ी, भारी गहनों और कमरपट्टा में नजर आने वाली थीं। उन्होंने युवा विठाबाई का रोल निभाने के लिए करीब 15 किलो वजन बढ़ाया था। डांस के एक स्टेप में उन्होंने सारा वजन बाएं पैर पर डाल दिया और उनका बैलेंस बिगड़ गया, जिससे उन्हें चोट लगी।

श्रद्धा की चोट के बाद लक्ष्मण उतेकर ने नासिक का शूटिंग शेड्यूल कैंसिल कर दिया। हालांकि श्रद्धा चाहती थीं कि समय बर्बाद न हो। उन्होंने सुझाव दिया कि जिन सीन में मूवमेंट नहीं है, उन्हें मुंबई में शूट किया जा सकता है।

कलवा हॉस्पिटल में प्रोस्टेट बढ़ने के बारे में अवेयरनेस कैंप

ठाणे. बढ़ती उम्र के साथ पुरुषों में प्रोस्टेट बढ़ना आम बात है। इस बीमारी के लक्षण ज़्यादातर पचास साल से ज़्यादा उम्र के पुरुषों में पाए जाते हैं। यूरोलॉजिस्ट डॉ. हर्षवर्धन गोडबोले ने छत्रपति शिवाजी महाराज हॉस्पिटल में लगाए गए कैंप में बताया कि रोबोटिक डिवाइस के ज़रिए प्रोस्टेट बढ़ने की सर्जरी करना आसान है।इस प्रोग्राम में सीनियर डॉ. गिरीश ओक, सीनियर जर्नलिस्ट मिलिंद बल्लाल, हॉस्पिटल की डीन डा. स्वप्नाली कदम और ऑप्थैल्मोलॉजी डिपार्टमेंट के हेड डॉ. राकेश बारोट मौजूद थे। पूरी दुनिया में नवंबर महीने में एक हफ़्ते के लिए प्रोस्टेट अवेयरनेस वीक मनाया जाता है। यह हफ़्ता हाल ही में ठाणे मनपा के छत्रपति शिवाजी महाराज हॉस्पिटल में भी मनाया गया।

भाजपा नेता और शिवसेना कार्यकर्ताओं के बीच हाथापाई

ठाणे. महायुति के सहयोगी, शिवसेना और भाजपा के बीच ठाणे में तब और बढ़ गया, जब भाजपा के एक लोकल नेता और शिवसेना कार्यकर्ताओं के बीच हाथापाई हो गई। नौपाड़ा पुलिस ने एक नॉन-कॉग्निज़ेबल अपराध दर्ज किया, जब भाजपा के पूर्व पार्षद, नारायण पवार ने कथित तौर पर महेश लहाने जैसे साथियों की मौजूदगी में हरेश महाडिक सहित शिवसेना के पदाधिकारियों के साथ मारपीट की। मुसीबत तब शुरू हुई जब शिवसेना कार्यकर्ताओं ने मंगलवार को ठाणे में बीएसयूपी स्कीम के तहत बने घरों के लिए राज्य सरकार द्वारा घोषित रियायतों का खुलेआम जश्न मनाया। महाडिक ने कहा, "शिंदे साहेब ने बीएसयूपी के तहत फ़ायदा उठाने वाले लोगों को छूट दिलाई। हमने शिंदे साहेब को धन्यवाद देने के लिए प्रोग्राम किए थे। लेकिन नारायण पवार ने हमें पीटा।"हालांकि, पवार ने दावा किया कि यह एक स्टंट था। पवार ने कहा, "उनके पास कोई पार्टी वर्कर नहीं है। इसके अलावा, उनके पास हाउसिंग सोसाइटी से परमिशन नहीं थी।"

PUBLIC NOTICE

NOTICE is hereby given to the public at large informing that my client intending to purchase the property Commercial Premises known as Portion of Shop consist of Ground + 1st Floor constructed on Part of U. No. 55, Sheet No. 66, Near Room No. 6, Brk. No. 1811, Section-38, Ulhasnagar-5, Dist. Thane area adm. 10 x 35 Sq. Ft., each floor, duly fitted with electric connection bearing consumer NO. 021513786686 (as it where it is basis) from SHRI BUNTY SUNIL TANWANI

If Any person or persons having claim against or in the above property by way of any arrangement, agreement, partnership, tenancy, inheritance, succession, trust, mortgage, lien, lease, charge, maintenance easement or Govt. Liability or GST Liability otherwise howsoever is hereby required to make the same known to me in writing with documentary proof at my following address within a period of 7 days from the date hereof, otherwise such claim or claims shall be considered waived and abandoned and my client shall be absolutely free to purchase the above said property by entering into Sale Deed/Agreement free from all encumbrances.

Ramesh T. Ramrakhiyani
B.com LLB
Advocate High Court
9, Roopmilan Society, Main Road,
Opp. Venus Talkies, Ulhasnagar-4
Mobile: 9320667400 /9422667400

SHAHEED DUNICHAND T. KALANI PRIMARY AND SECONDARY SCHOOL

(UN-AIDED ENGLISH MEDIUM)

ADD: SITE NO-106, RAVINDRA NAGAR, KALI MATA MANDIR ROAD, ULHASNAGAR-421005.

(SINDHI LANGUSTIC MINORITY INSTITUTIONS)

TEL. NO. 0251 2531169 Email ID- sdtk5@rediffmail.com

APPLICATIONS ARE INVITED FOR THE FOLLOWING POSTS FROM THE ACADEMIC YEAR- 2025-26.

Sr. No	Post	Eligibility Criteria cum Qualification	Total No. of Post
1	Head Master / Head Mistress	Must be a graduate. Must have a Bachelor's degree in Teaching / Education (like B. Ed) or an equivalent qualification recognized by the government. Must have at least 5 years of full-time teaching experience after graduation in a secondary school or junior college. Out of those 5 years, at least 2 years should be after obtaining the teaching qualification (i.e., after B.Ed or equivalent	01

The above posts are open to all, however candidates from any category can apply for the post.
Reservation for the women & disabled persons will be as per rule.
Applicants who are already employed must send their application through proper channel.
Applicants are required to account for breaks, if any in their academic career.
The details of qualifications, pay scale and allowances will be supplied on request from the applicants.

Applications with full details should reach to the **Chairperson, Shaheed Dunichand T. Kalani Primary and Secondary English Medium School, Address: Site No-106, Ravindra Nagar, Kali Mata Mandir Road, Ulhasnagar-421005. District- Thane.** within 07 days from the date of publication of this advertisement.

Sd/-
Chairperson

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