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

उल्हास विकास

■ वर्ष : 45 ■ अंक : 229 ■ शनिवार 6 दिसंबर 2025 3 रुपए ■ पृष्ठ 4

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

FOLLOW US @ulhasvikas ulhasvikas@gmail.com Google Play GET IT ON ULHAS VIKAS Google Play Subscribe to our ULHAS VIKAS YouTube Channel Subscribe

epaper.ulhasvikas.com

पृष्ठ.. 4 पर पढ़ें..

‘बच्चों को मेरे स्टारडम का अंदाजा नहीं था’

SATIS ब्रिज नए साल में खुलेगा

राहत भरी खबर — नए साल में कल्याणवासियों को मिलेगी ट्रैफिक जाम से मुक्ति!

कल्याण. कल्याण रेलवे स्टेशन पर चल रही यातायात सुधार परियोजना के अंतर्गत फ्लाईओवर का काम पूरा होने का इंतज़ार कर रहे नागरिक असमंजस में हैं। कल्याण-डोंबिवली मनपा आयुक्त अभिनव गोयल ने सभी नागरिकों के लिए एक राहत भरी खबर दी है। कई मुश्किलों का सामना करने के बाद, इस फ्लाईओवर का काम आखिरकार 2026 में पूरा होगा और इसे जल्द ही नागरिकों की सेवा के लिए उपलब्ध कराया जाएगा। इससे कल्याण के नागरिकों की ट्रैफिक जाम की बड़ी समस्या का समाधान हो जाएगा।

इस फ्लाईओवर पर गर्डर बिछाने का काम चला। इस बीच, आयुक्त अभिनव गोयल ने कहा कि इस परियोजना में तकनीकी समस्याओं का समाधान करने के बाद SATIS (SATIS (Station Area Traffic Improvement Scheme) परियोजना सहित सभी फ्लाईओवर जनवरी से अप्रैल के बीच चरणों में खोल दिए जाएँगे। ऐसे में नागरिकों की नज़र इस बात पर है कि नए साल में स्टेशन क्षेत्र में जाम की समस्या खत्म होगी या नहीं। कल्याण डोंबिवली मनपा को स्मार्ट सिटी परियोजना के लिए चुने जाने के बाद, कल्याण स्टेशन क्षेत्र में यातायात सुधार परियोजना का काम 2021 में शुरू किया गया था। इसे पूरा करने की समय सीमा 2023 निर्धारित की गई थी। मुरबाड रोड पर सुभाष चौक और बैलबाजार चौक के बीच 1630 मीटर का फ्लाईओवर बनाया जाएगा। भूमि अधिग्रहण, एसटी स्टेशन स्थल पर काम पर आपत्ति, रेलवे स्थल, होटलों के निर्माण और भूस्वामियों के पुनर्वास जैसी तकनीकी कठिनाइयों के कारण इस परियोजना के निर्माण में देरी हुई थी। अब, इस कार्य का 1346 मीटर पूरा हो चुका है और प्रशासन ने विश्वास व्यक्त किया है कि बाधाएं दूर होने के बाद शेष कार्य भी जल्दी पूरा हो जाएगा।

बाधाएं दूर होंगी...

कार्यकारी अभियंता रोहिणी लोकरे ने बताया कि इस परियोजना में रेलवे स्टेशन क्षेत्र में एक ही स्थान पर बस स्टॉप, रिक्शा स्टैंड, दोपहिया और चार पहिया वाहन स्टैंड, यात्री और पैदल पथ उपलब्ध कराए जाएंगे। पुल का निर्माण इस प्रकार किया जाएगा कि शहर के बाहर से आने वाले वाहन रेलवे स्टेशन क्षेत्र में यातायात में बाधा नहीं डालेंगे और एक-दूसरे को फ्लाईओवर के ऊपर से गुजार सकेंगे।

अंबरनाथ नपा चुनाव 20 को पक्का है या नहीं?

■ शहर में सभी अब भी आशंकाओं के घेरे में

अंबरनाथ. अंबरनाथ वालों को भी भरोसा नहीं है कि 20 दिसंबर को नगर परिषद के चुनाव होंगे या भी नहीं. चुनाव आयोग द्वारा 2 दिसंबर का चुनाव 20 दिसंबर को किए जाने से ऐसी चर्चाएं शहर में हो रही हैं. किसी को अब चुनाव आयोग पर यकीन नहीं रह गया है. आयोग पर सभी उंगलियां उठा रहे हैं. आयोग द्वारा सुधारित चुनाव कार्यक्रम की घोषणा के बाद आयोग भी शक के दायरे में है. शहर में अफवाएं भी फैल जाती हैं कि 20 दिसंबर को नहीं उससे पहले चुनाव हो सकते हैं. चुनाव आयोग ने अपनी विश्वसनीयता को खो दिया है. उसने चुनाव को एक खेल बनाकर रख दिया है. उम्मीदवार भी डरे सहमे हुए हैं क्योंकि उन्होंने 2 दिसंबर से पहले अपनी जेब से लाखों रुपए खर्च कर दिए हैं. वह फूंक-फूंक कर कदम रख रहे हैं. उन्हें अब भी यकीन नहीं है कि 20 दिसंबर को चुनाव होंगे भी या नहीं. पैसे ज्यादा खर्च ना हो इसके लिए उम्मीदवारों ने अपना प्रचार भी बंद कर दिया है. बाधित वार्ड के उम्मीदवारों के लिए 10 दिसंबर तक नामांकन वापस लेने की तारीख रखी गई है. फिलहाल चुनाव के शोर शराबे वाले शहर में प्रचार थम सा गया है. कितने उम्मीदवार नाम वापस लेंगे ये बताया नहीं जा सकता. 29 प्रभाग के 59 वार्ड के 260 उम्मीदवारों में से कितने मैदान में रह जाएंगे. उस पर भी सबकी नजर लगी हुई है.

बाल सुधार गृह में 2 लड़कियों के बीच मारपीट, एक घायल

उल्हासनगर. कैंप नंबर 5 के बाल सुधार गृह में पानी भरने को लेकर दो लड़कियों में लड़ाई हो गई। इस बारे में हिललाइन पुलिस स्टेशन में केस दर्ज किया गया है। शांतिभुवन गांधी रोड पर कैंप नंबर 5 में लड़कियों का बाल सुधार गृह है। मंगलवार सुबह 8 बजे सुधार गृह में पानी भरने को लेकर सोनी अर्जुन कांबले और दीपिका राजाराम कुराडे नाम की लड़कियों में बहस हो गई। दीपिका ने सोनी को गालियां दीं और उसे लात-घूंसों से पीटा, यह कहते हुए कि ‘तुम पानी क्यों नहीं भर रही हो?’। उसने वहां पड़ी लकड़ी की छड़ी उठाकर उसे घायल कर दिया। इस समय सिक्योरिटी गार्ड और हेड नर्स सुनीता शंकर कांबले ने बीच-बचाव किया और बड़ी मुसीबत टल गई। कांबले ने इस बारे में शिकायत दर्ज कराई।

वोटर लिस्ट में गड़बड़ी हेतु मनपा प्रशासन हुआ सक्रिय

- राज्य चुनाव आयोग ने दिए निर्देश
- अब घर-घर जाकर होगा इंस्पेक्शन
- मनपा आयुक्त ने ली बैठक
- प्रक्रिया में ढिलाई न बरतने का निर्देश

उल्हासनगर. आगामी 2026 में होने वाले मनपा चुनाव को ध्यान में रखते हुए, उल्हासनगर महानगरपालिका ने वोटर लिस्ट में ऑब्जेक्शन की जांच, स्क्रूटनी और उन्हें हल करने के प्रोसेस को तेज करने के लिए प्रशासकीय कदम उठाए हैं। महाराष्ट्र राज्य चुनाव आयोग से 28 नवंबर को मिले ऑर्डर के मुताबिक महानगरपालिका को ड्राफ्ट वोटर लिस्ट की जांच करने और मिली ऑब्जेक्शन को तुरंत हल करने का निर्देश दिया गया था। इसके मुताबिक, उल्हासनगर मनपा प्रशासन ने तेजी से काम शुरू कर दिया है। शुक्रवार को

मनपा आयुक्त मनीषा आव्हाले, एडिशनल कमिश्नर डॉ. किशोर गवास की अध्यक्षता में एक अहम मीटिंग हुई। इस मीटिंग में डिप्टी कमिश्नर, असिस्टेंट कमिश्नर और वार्ड-वाइज लिस्ट को वेरिफाई करने वाली अलग-अलग टीमें, इंजीनियर, टैक्स इंस्पेक्टर, हेल्थ इंस्पेक्टर और दूसरे संबंधित डिपार्टमेंट हेड मौजूद थे। इस मीटिंग में, राज्य चुनाव आयोग के निर्देशों के मुताबिक, हर वार्ड में वोटर लिस्ट का घर-घर जाकर पूरी तरह से इंस्पेक्शन करने, ऑब्जेक्शन का तुरंत निपटारा करने, वोटर रजिस्टर में गलतियों को दूर करने के लिए स्पेशल कैंपेन चलाने और समय पर रिपोर्ट जमा करने के फैसले लिए गए। प्रशासन ने सभी संबंधित अधिकारियों और कर्मचारियों को इस प्रक्रिया में कोई ढिलाई न बरतने का निर्देश दिया है।

अंबरनाथ में आदर्श आचार संहिता

- डॉ. बाबासाहेब आंबेडकर महापरिनिर्वाण दिन पर अभिवादन
- 5 दिसंबर की रात सैकड़ों अनुयायी हुए एकत्रित

अंबरनाथ. अंबरनाथ में डॉ. बाबासाहेब आंबेडकर के महापरिनिर्वाण दिन से एक दिन पूर्व बाबासाहेब के अनुयायियों में वह जोश नहीं दिखाई दे रहा है जो हर वर्ष 5 दिसंबर को होता है. चुनाव आचार संहिता लागू होने के कारण शहर में कार्यक्रम भी नहीं हो रहे हैं. 5 दिसंबर की शाम से रात तक अंबरनाथ में पूरे ठाणे जिले, रायगड़, बदलापुर से हजारों लोग अंबरनाथ नगर परिषद मदैन में डॉ. बाबासाहेब आंबेडकर के पूर्णाकृति पुतले पर पुष्पगुच्छ एवं माल्यार्पण करके अभिवादन करके प्रणाम करते हैं. रात 12 बजे नपा मैदान में अनुयायी एकत्रित होकर डॉ. बाबासाहेब आंबेडकर की शान में नारे लगाते हैं. हर वर्ष 6 दिसंबर को जुलूस भी शहर में निकाला जाता है. जगह-जगह कार्यक्रम का आयोजन किया जाता है. 6 दिसंबर व 5 दिसंबर की रात में होनेवाले कार्यक्रम इस वर्ष भी हर वर्ष की तरह बड़े पैमाने पर हो जाते अगर 2 दिसंबर को चुनाव होकर 3 दिसंबर को नतीजों की घोषणा हो जाती. अब ये चुनाव 20 दिसंबर को किए जाने से आचार संहिता शुरू है और सभी आदर्श आचार संहिता को ध्यान में रखते हुए आज 6 दिसंबर 25 को शांति के साथ डॉ. बाबासाहेब आंबेडकर महापरिनिर्वाण दिन मना रहे हैं.

शातिर गुंडे ने किया रंजीत पर जानलेवा हमला

- पुराने विवाद को लेकर हमला
- विट्ठलवाड़ी पुलिस में मामला दर्ज
- आरोपी की तलाश जारी
- घायल निजी अस्पताल में भर्ती

उल्हासनगर. विट्ठलवाड़ी पुलिस स्टेशन की सीमा क्षेत्र में एक गुंडे के हमले में रंजीत गायकवाड़ गंभीर रूप से घायल हो गया है। उल्हासनगर 5 स्थित तानाजी नगर में रहने वाले रंजीत गायकवाड़ का स्थानीय शातिर गुंडा विक्की उर्फ विक्रम कोठानकर से विवाद चल रहा था। मंगलवार शाम करीब 6:30 बजे गायकवाड़ अपनी पत्नी, बेटे और ससुराल वालों के साथ मोटरसाइकिल पर रेलवे स्टेशन की ओर जा रहे थे तब उनके परिवार ने बताया कि जब से गायकवाड़ घर से निकले थे, विक्की कोठानकर उनका पीछा कर रहा था। कोठानकर संभाजी चौक के पास पांच दुकान इलाके में गायकवाड़ के पास पहुंचा और उन पर धारदार हथियार से हमला कर दिया। हमले में उनके सिर में गंभीर चोटें आईं घायल गायकवाड़ को तुरंत सेंट्रल हॉस्पिटल में भर्ती कराया गया। हालांकि, उनकी हालत गंभीर होने के कारण उन्हें एक निजी हॉस्पिटल में शिफ्ट कर दिया गया है। घटना की जानकारी मिलने पर एसीपी अमोल कोली, विट्ठलवाड़ी पुलिस स्टेशन के वरिष्ठ पुलिस निरीक्षक अशोक कोली और पुलिस इंस्पेक्टर चंद्रहार गोडसे एक टीम के साथ मौके पर पहुंचे। पुलिस मामले की जांच कर रही है और विट्ठलवाड़ी पुलिस स्टेशन में केस दर्ज करने की प्रक्रिया चल रही है।

शातिर चेन स्नेचर शेरअली गिरफ्तार

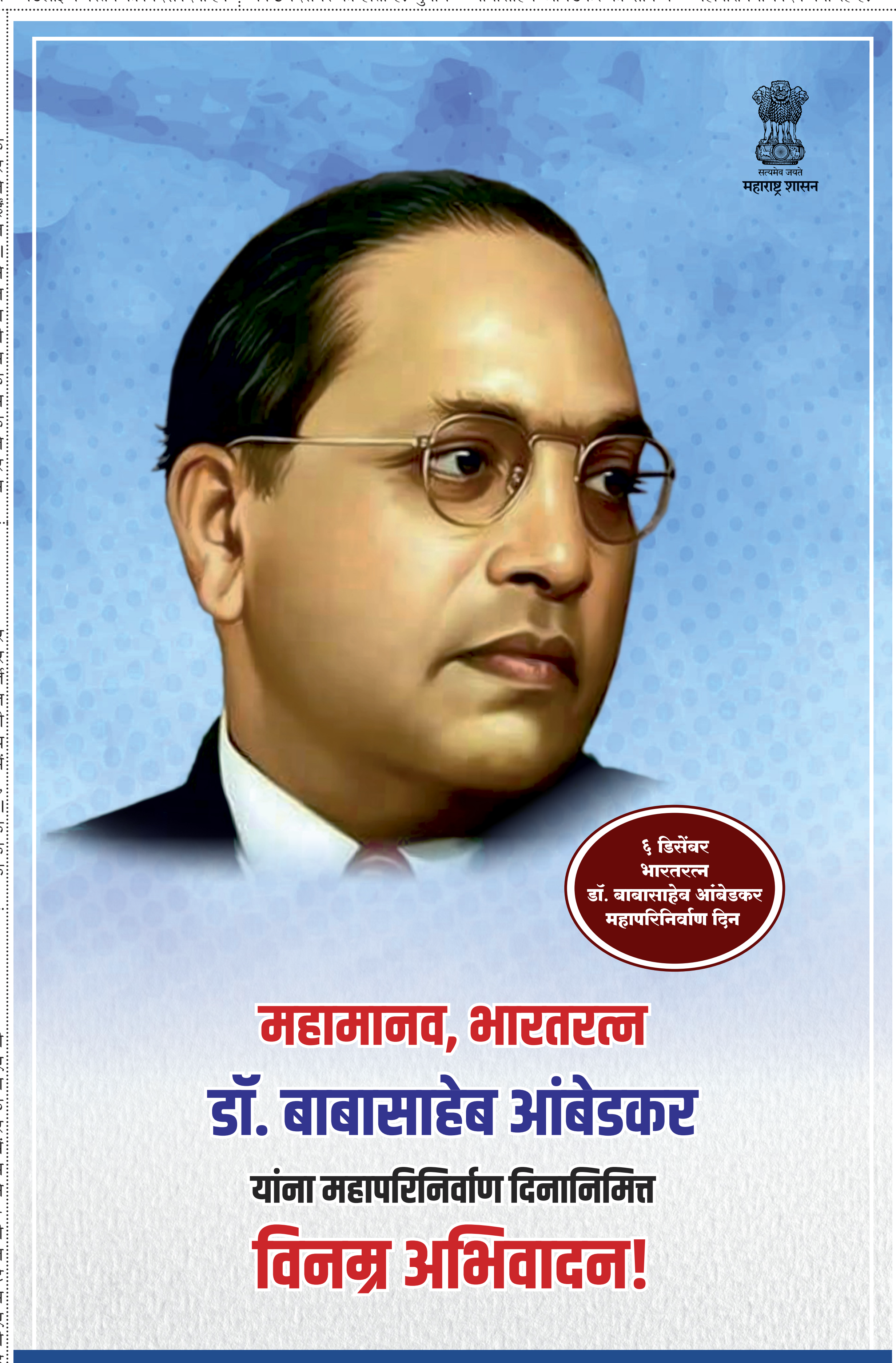
- 3 लाख का माल जब्त

उल्हासनगर. उल्हासनगर और आसपास के क्षेत्रो में हाल ही में बढ़ी चेन स्नैचिंग और बाइक चोरी की घटनाओं ने नागरिकों में भय का माहौल पैदा कर दिया था। लगातार सामने आ रही शिकायतों के बाद उल्हासनगर क्राइम ब्रांच ने मामलों की गुत्थी सुलझाने के लिए जांच तेज कर दी। इस दौरान पुलिस शिपाई नितीन बैसाणे को सूचना मिली कि वारदातों में शामिल एक शातिर आरोपी अमरडाई कंपनी, शहाड परिसर में आने वाला है।सूचना के आधार पर वरिष्ठ पुलिस निरीक्षक योगेश आव्हाड के मार्गदर्शन में एक विशेष टीम गठित की गई, जिसमें एपीआई विजय काजारी, हवलदार सुरेश जाधव, सतीश सपकाले, प्रकाश पाटील और चालक शिपाई अविनाश पवार शामिल थे। टीम ने योजनाबद्ध तरीके से मौके पर छापा मारते हुए शेरअली इमाम फकीर (21) को गिरफ्तार किया। पूछताछ में आरोपी ने उल्हासनगर क्षेत्र में दो चैन स्नैचिंग करने और अन्य पुलिस स्टेशनों में दर्ज वारदातों में शामिल होने की बात स्वीकार की। क्राइम ब्रांच ने आरोपी के पास से कुल 3 लाख रुपये मूल्य का सामान बरामद किया। इसमें मोटरसाइकिल, सोने का मंगलसूत्र, सोने की बोरमाला शामिल है। आरोपी को आगे की कार्रवाई के लिए हिललाइन पुलिस स्टेशन के हवाले कर दिया गया है, जबकि उसके साथी की तलाश जारी है।

कल्याण पुलिस में शामिल हुई फोरेंसिक वैन

- क्राइम की जांच और खुलासे की प्रक्रिया होगी और तेज़ी
- पुलिस कंट्रोल रूम में हफ़्ते में दो दिन और 24 घंटे उपलब्ध रहेगी
- अपराधों का निपटारा तुरंत

कल्याण. कल्याण पुलिस के बेड़े में सभी सुविधाओं से लैस एक स्टेट-ऑफ़-द-आर्ट फोरेंसिक वैन शामिल की गई है। यह वैन कल्याण इलाके में क्राइम की जांच और खुलासे की प्रक्रिया को और तेज़ी और साइंटिफिक सुरक्षा देगी। कल्याण पुलिस सर्कल 3 के तहत कुल 8 पुलिस स्टेशन आते हैं, महात्मा फुले चौक, बाज़ारपेट, कोलसेवाड़ी, खड़कपाड़ा, डोंबिवली, विष्णु नगर, मानपाड़ा और तिलकनगर। यह वैन इन पुलिस स्टेशनों की सीमा में होने वाली आपराधिक घटनाओं की तुरंत जांच के लिए चालू रहेगी। इस फोरेंसिक वैन में एक असिस्टेंट केमिकल एनालिस्ट, साइंटिफिक असिस्टेंट और ट्रेंड लैब एक्सपर्ट हैं और इससे हाई-क्वालिटी फोरेंसिक इक्विपमेंट की मदद से मौके पर मिले सबूतों का फिजिकल, केमिकल, बायोलॉजिकल और डिजिटल एनालिसिस करना आसान होगा। इसके साथ ही, क्राइम सीन इंस्पेक्शन किट, सैंपल कलेक्शन टूल और स्टेट-ऑफ़-द-आर्ट साइंटिफिक मटीरियल की वजह से शुरुआती रिपोर्ट तैयार करने का प्रोसेस भी तेज़ होगा, डिप्टी कमिश्नर ऑफ़ पुलिस अतुल ज़ेंडे ने बताया। उन्होंने कहा कि फोरेंसिक वैन होने से क्राइम की जगह पर तुरंत सबूत इकट्ठा किए जा सकेंगे, जांच तेज़ और ज़्यादा ट्रांसपेरेंट होगी, और आरोपियों के खिलाफ कोर्ट में ठोस और साइंटिफिक सबूत पेश करने में बहुत मदद मिलेगी, जिससे क्राइम सुलझाने की रफ़्तार बढ़ेगी। उन्होंने यह भी कहा कि यह स्टेट-ऑफ़-द-आर्ट फोरेंसिक वैन किसी भी इमरजेंसी में कल्याण पुलिस कंट्रोल रूम में हफ़्ते में दो दिन और 24 घंटे उपलब्ध रहेगी, और यह सर्विस इलाके के लोगों की सुरक्षा के लिए एक बड़ी कड़ी होगी, डिप्टी कमिश्नर ऑफ़ पुलिस अतुल ज़ेंडे ने बताया।



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

उल्हास विकास लोकप्रिय हिंदी दैनिक

संपादकीय

गिरावट का सिलसिला जारी

पिछले कई दिनों से घरेलू शेयर बाजार में अनिश्चितता, कच्चे तेल की ऊंची कीमतों और भारत-अमेरिका व्यापार समझौते पर असमंजस के बीच भारतीय मुद्रा भी कमजोर हो रही है। रुपया बुधवार को पच्चीस पैसे टूट कर 90.21 प्रति डालर के सर्वकालिक निचले स्तर पर आ गया। पिछले पांच दिनों से यह गिरावट देखी जा रही है। सवाल है कि डालर के मुकाबले भारतीय मुद्रा का मूल्य क्यों गिरता जा रहा है?

यह निराशाजनक है कि दुनिया के प्रमुख देशों की मुद्रा की तुलना में रुपया कमजोर होता चला गया है। इसकी बड़ी वजह डालर की बढ़ती मांग के साथ विदेशी निवेशकों की शेयर बाजार से मुनाफावसूली भी मानी जा रही है। इसके अलावा इस बात से भी इनकार नहीं किया जा सकता कि भारत पर अमेरिकी शुल्क लगाने का भी रुपए पर प्रतिकूल असर पड़ा है। मगर सवाल है कि भारतीय रिजर्व बैंक रुपए को संभालने के लिए ठोस एवं प्रभावी कदम क्यों नहीं उठा पा रहा है?

निर्यात पर कोई असर नहीं पड़ने जा रहा

इसमें कोई दोराय नहीं है कि अमेरिकी शुल्क की घोषणा के बाद से विदेशी निवेश का प्रवाह कम हुआ है और इसका असर घरेलू शेयर बाजार भी पड़ा है। मगर ऐसा लगता है कि सरकार इस स्थिति को शायद गंभीरता से नहीं ले रही है। मुख्य आर्थिक सलाहकार वी अनंत नागेश्वरन का मानना है कि भारतीय मुद्रा में गिरावट चिंता का विषय नहीं है, क्योंकि इसका महंगाई या निर्यात पर कोई असर नहीं पड़ने जा रहा। उन्होंने अगले वर्ष की शुरूआत में डालर के मुकाबले रुपए में सुधार की उम्मीद जताई है। मगर अभी जिस हिसाब से भारतीय मुद्रा में गिरावट का सिलसिला जारी है, उसमें कितना और कैसे सुधार होगा, फिलहाल इसकी कोई साफ तस्वीर नजर नहीं आ रही है।

बाजार में नरमी के बीच निवेशकों की जो आशंकाएं है, उन्हें कौन दूर करेगा? जाहिर है कि इस सूरत में रिजर्व बैंक को रुपए के समर्थन में मजबूती से हस्तक्षेप करना होगा। भारत और अमेरिका के बीच व्यापार समझौता होने के बाद भी रुपए में गिरावट थमेगी या नहीं, यह कहना अभी मुश्किल है। रुपया और कमजोर न हो, इसके लिए अब सभी स्तरों पर कदम उठाने की जरूरत है।

विचार: सत्ता संघर्ष में फंसी कर्नाटक कांग्रेस

मुख्यमंत्री की कुर्सी बचाने और पाने के लिए संघर्षरत दो नेताओं को चार दिन में दो बार साथ-साथ नाश्ता करना पड़े तो कर्नाटक की सत्ता-राजनीति में सब कुछ सामान्य नहीं माना जा सकता। माना जा रहा है कि कांग्रेस आलाकमान की सलाह पर मुख्यमंत्री सिद्दरमैया और उपमुख्यमंत्री डीके शिवकुमार अपने जगजाहिर सत्ता संघर्ष को 'ब्रेकफास्ट डिप्लोमेसी' से छिपाने में लगे हैं। मई 2023 में दूसरी बार मुख्यमंत्री बने सिद्दरमैया कार्यकाल की आधी अवधि पूरी कर चुके हैं और शिवकुमार चाहते हैं कि अब उन्हें मुख्यमंत्री बनाया जाए। चर्चा है कि 2023 में दोनों के ढाई-ढाई साल मुख्यमंत्री रहने का फार्मूला आलाकमान ने बनाया था।

ऐसी चर्चाएं राजस्थान और छत्तीसगढ़ में भी सुनने में आई थीं। 2018 में मध्य प्रदेश की कांग्रेस सरकार ज्योतिरादित्य सिंधिया के 'हाथ' छोड़ 'कमल' थाम लेने के चलते जल्दी ही गिर गई थी, जबकि राजस्थान और छत्तीसगढ़ की कांग्रेस सरकारें सत्ता में वापसी नहीं कर पाईं। राजस्थान और छत्तीसगढ़ में उपमुख्यमंत्री टीएस सिंहदेव और सचिन पायलट ने आलाकमान को ढाई-ढाई साल कुर्सी का फार्मूला याद दिलाया था, लेकिन कोई परिणाम नहीं निकला। हां, अगले चुनाव में दोनों ही राज्यों में कांग्रेस सत्ता से बाहर अवश्य हो गई।

सिद्दरमैया और शिवकुमार नेतृत्व के मुद्दे पर आलाकमान का फैसला 'अंतिम' होने की बात कह रहे हैं। आलाकमान के दिल्ली बुलावे का इंतजार दोनों को है। सिद्दरमैया मंत्रिमंडल में फेरबदल की

मंजूरी चाहते हैं, ताकि नेतृत्व परिवर्तन की अटकलों पर विराम लगे, जबकि शिवकुमार ढाई-ढाई साल के मुख्यमंत्रित्व का वादा याद दिलाना चाहते हैं। आलाकमान खुद को 'इधर कुआं, उधर खाई' वाली स्थिति में पा रहा है। 77 साल के सिद्दरमैया के मुकाबले 63 साल के शिवकुमार युवा हैं, पर क्या वह मुख्यमंत्री बनने के लिए अगले चुनाव तक इंतजार करना चाहेंगे?

ध्यान रहे कांग्रेस की अंतर्कलह के बीच भाजपा दक्षिण भारत में अपना दुर्ग रहे कर्नाटक को वापस पाने की ताक में है। साधनसंपन्न शिवकुमार कांग्रेस के लिए संकटमोचक की भूमिका निभाते रहे हैं। प्रश्न है कि यदि उपयोगिता के बावजूद आलाकमान ढाई-ढाई साल के मुख्यमंत्रित्व का अपना कथित वादा नहीं निभा पाता, तब क्या शिवकुमार इंतजार करने के बजाय ज्योतिरादित्य सिंधिया बनना पसंद नहीं करेंगे? ध्यान रहे कि अधिकांश नेता सिर्फ सत्ता के सगे होते हैं।

कांग्रेस आलाकमान की समस्या यह है कि कोई भी फैसला जोखिम मुक्त नहीं। इस आशंका से इन्कार नहीं कि शिवकुमार को मुख्यमंत्री बनाए जाने की स्थिति में सिद्दरमैया भाजपा से दोस्ती कर लें। वह मूलतः कांग्रेसी नहीं हैं। लोकदल की पृष्ठभूमि वाले सिद्दरमैया जनता दल (सेक्युलर) में भी रह चुके हैं। एचडी देवेगौड़ा के बेटे कुमारस्वामी से टकराव के चलते उन्हें कांग्रेस में आना पड़ा।

224 सदस्यीय कर्नाटक विधानसभा में कांग्रेस के 135 विधायक हैं तो भाजपा और जद-एस के क्रमशः 66 और 19 विधायक। चार अन्य भी सत्ता के साथ गिने जा सकते हैं। दो-ढाई दर्जन विधायक भी पाला बदल लें तो 'खेल' हो जाएगा। दलबदल कानून की चिंता इसलिए नहीं कि विधायकों के इस्तीफे से सदन की प्रभावी संख्या कम कर बहुमत का आंकड़ा नीचे लाने का जुगाड़ कर्नाटक में पहले भी आजमाया जा चुका है। कर्नाटक कांग्रेस अध्यक्ष मल्लिकार्जुन खरगे का गृह राज्य है, लेकिन राजनीतिक संकट के समाधान के लिए दोनों पक्ष नेहरू-गांधी परिवार की ओर ही ताक रहे हैं।

2023 के चुनाव में कांग्रेस कर्नाटक की सत्ता इसलिए हासिल कर पाई, क्योंकि विभाजित भाजपा के विरुद्ध सत्ता विरोधी भावनाओं को भुनाने के लिए सिद्दरमैया और शिवकुमार समेत सभी नेता एकजुट थे। कर्नाटक की चुनावी राजनीति तीन प्रमुख समुदाय तय करते हैंः लिंगायत, वोक्कालिगा और कुरबा। शिवकुमार कर्नाटक की दूसरी प्रमुख जाति वोक्कालिगा से हैं तो सिद्दरमैया तीसरी प्रमुख जाति कुरबा से। सर्वाधिक असरदार समुदाय लिंगायत येदियुरप्पा को मुख्यमंत्री पद से हटाने के चलते पिछले चुनाव में भाजपा से नाराज दिखा था। भाजपा ने वोक्कालिगा समुदाय के पूर्व प्रधानमंत्री एचडी देवेगौड़ा के जद-एस से गठबंधन कर नुकसान की भरपाई करनी चाही, पर सत्ता विरोधी भावना से लेकर भ्रष्टाचार के आरोपों तक तमाम परिस्थितियां उसके विरुद्ध साबित हुईं।

संत राजिन्दर सिंह जी महाराज

ध्यानाभ्यास के द्वारा जीवन के वो सभी रहस्य जो मानवता को उलझाए हुए हैं, सुलझ जाते हैं।

- संत राजिन्दर सिंह जी महाराज

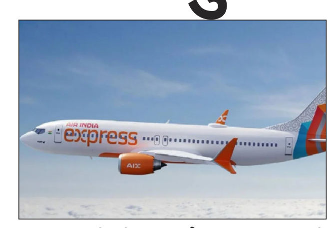
स्थान - सावन कृपाल रूहानी मिशन, सावन आश्रम, परम संत कृपाल सिंह जी महाराज चौक, खेमानी रोड, उल्हासनगर-२

विमान सेवाओं की गुणवत्ता में गिरावट

विमान यात्रा को सबसे सुव्यवस्थित सेवा के तौर पर जाना जाता है, जहां समय का पूरा ध्यान रखने के साथ-साथ लोगों को सुरक्षित अपने गंतव्य तक पहुंचाना एक सामान्य बात रही है। सभी विमान कंपनियां बेहतरीन सेवा देने के दावे के साथ लोगों को अपनी ओर आकर्षित करती हैं। मगर पिछले कुछ समय से हवाई जहाज से कहीं आने-जाने की राह में कई स्तरों पर जिस तरह की चुनौतियां खड़ी हो रही हैं, उससे पता चलता है कि विमान सेवाओं की गुणवत्ता में अप्रत्याशित रूप से तेज गिरावट आई है। इसका खमियाजा आम यात्रियों को भुगतना पड़ रहा है।

गौरतलब है कि देश की सबसे बड़ी विमान सेवा मानी जाने वाली इंडिगो एअरलाइंस में परिचालन से संबंधित अड़चन गुरुवार को भी जारी रही और इसकी तीन सौ से ज्यादा घरेलू और अंतरराष्ट्रीय उड़ानों को रद्द कर दिया गया। जो विमान अपने गंतव्य के लिए उड़ान भर सके, उनमें भी निर्धारित समय से देरी हुई। पिछले महीने इंडिगो की बारह सौ से ज्यादा उड़ानों के रद्द होने की खबर आई थी।

अंदाजा लगाया जा सकता है कि इतनी ज्यादा उड़ानें रद्द होने की वजह से हजारों यात्रियों के सामने किस तरह की परेशानी पैदा हुई होगी। कायदे से होना यह चाहिए था कि इतने बड़े पैमाने पर



अगर किसी भी वजह से समस्या आ रही है, तो यात्रियों को समय रहते इसकी सूचना दी जाए। अगर लोगों को सुरक्षित अपने गंतव्य तक पहुंचाने की कोई भी सूरत निकल सके, तो इसे सुनिश्चित करना विमान कंपनी की जिम्मेदारी है। मगर ऐसा लगता है कि जिन लोगों ने इंडिगो से कहीं जाने का टिकट लिया, उनकी न केवल उड़ानें रद्द हुईं, बल्कि उनके लिए किसी तरह का वैकल्पिक इंतजाम नहीं किया गया।

इस अड़चन के बाद कंपनी ने छोटी-मोटी तकनीकी गड़बड़ी, उड़ान समय में बदलाव, खराब मौसम, बढ़ती भीड़ और उड़ान ड्यूटी समय सीमा से संबंधित नए नियमों के लागू होने जैसे कारण बताए। मगर जितनी बड़ी तादाद में उड़ान रद्द या उनमें देरी हुई, क्या यह प्रबंधन और व्यवस्था में लापरवाही से लेकर सेवा में कमी का नतीजा नहीं है? यह छिपा नहीं है कि विमान का मनमाना किराया या अलग-अलग तरीके से ज्यादा पैसे वसूलने में कंपनियां कोई संकोच नहीं करती हैं। इंडिगो की उड़ानों में देरी और रद्दीकरण के कारण कई प्रमुख मार्गों पर किराए चार गुना से ज्यादा बढ़ा दिए गए। सवाल है कि अव्यवस्था के नतीजे में अगर किसी को दिल्ली से कोलकाता जाने के लिए अड़तीस हजार रुपए चुकाने पड़े, तो इसके लिए कौन जवाबदेह है?

आज बहुत सारे यात्री आमतौर पर कोई बेहद जरूरी काम और जल्दी पहुंचने के लिए हवाई यात्रा का विकल्प चुनते हैं। हाल के वर्षों में जैसे-जैसे विमान से सफर करने वाले यात्रियों की संख्या में बढ़ोतरी होनी शुरू हुई, तो एअरलाइंस कंपनियों ने ज्यादा सुविधाएं और सुरक्षित यात्रा का भरोसा देकर लोगों को अपनी ओर आकर्षित किया। मगर आज हालत यह है कि यात्री पहले टिकट लेकर हवाई अड्डा पहुंचते हैं और उसके बाद वहां उन्हें उड़ान रद्द होने या काफी देरी से जाने की सूचना दी जाती है।

ऐसी अनेक घटनाएं सामने आईं, जिसमें उड़ान के बाद तकनीकी गड़बड़ी की वजह से किसी विमान को आपात स्थिति में उतारना पड़ा। अनिश्चित उड़ान और सुरक्षा से जुड़ी आशंकाओं के बीच आम यात्रियों को लेकर विमान कंपनी और सरकार की क्या जिम्मेदारी है? अगर किसी कारण से उड़ान में अड़चन पैदा हो रही है, तो उसे दूर करने का दायित्व किसका है?

20 बार दंड-बैठक करो, मुफ्त में बस का टिकट पाओ!

जरा हट के

आप ये तो जानते ही होंगे कि दंड बैठक व्यायाम का एक हिस्सा है और उसे करने से शरीर मजबूत होता है. पर क्या दंड बैठक करने से आपको मुफ्त में बस का टिकट भी मिल सकता है? एक देश ऐसा भी है, जहां पर दावा किया जा रहा है कि अगर कोई 20 बार दंड बैठक कर ले तो उसे मुफ्त मे बस का टिकट मिल जाएगा. हाल ही में इस जानकारी से जुड़ा एक पोस्ट सोशल मीडिया पर वायरल हो रहा है. तो आखिर इस दावे की सच्चाई क्या है? चलिए आपको बताते हैं.

सोशल मीडिया पर इन दिनों एक दिलचस्प दावा खूब वायरल हो रहा है कि रोमानिया में लोग सिर्फ 20 स्क्वाट (दंड-बैठक) कर के मुफ्त बस टिकट ले सकते हैं. कई प्लेटफॉर्मों पर एक महिला की व्यायाम करते हुए तस्वीरें भी इसी दावे के साथ साझा की जा रही हैं. इंस्टाग्राम पर @marketingmentor.in नाम के अकाउंट ने भी इन

फोटोज को शेयर किया है. रोमानिया के क्लुज-नापोका (Cluj-Napoca) शहर में इस दावे की सच्चाई भी छिपी है और एक अनोखी कहानी भी.

दरअसल, यह पहल वास्तव में शुरू की गई थी और इसने न केवल देश में बल्कि पूरी दुनिया में सुर्खियां बटोरीं.

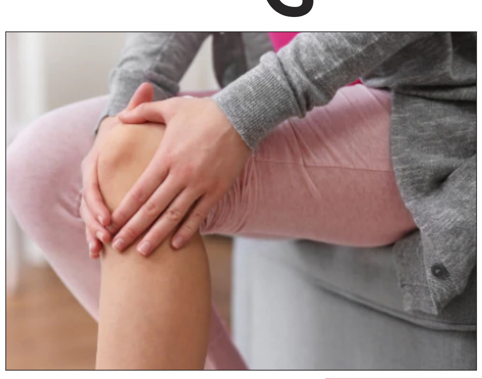
क्लुज-नापोका, जो उत्तर-पश्चिमी रोमानिया का प्रमुख शहर है, ने अपने नागरिकों को फिटनेस के लिए प्रेरित करने का यह अनोखा तरीका 2020 में शुरू किया था. यह पहल स्पोर्ट्स फेस्टिवल द्वारा शहर के सिटी हॉल और लोकल काउंसिल के सहयोग से यूरोपीय वीक ऑफ स्पोर्ट के जश्न के दौरान की गई. इसका मुख्य उद्देश्य था, "शारीरिक गतिविधि का सीधा फायदा महसूस करवाना."

लोगों को बस इतना करना होता था कि एक बूथ के सामने खड़े होकर 2 मिनट में 20 स्क्वाट करना पड़ता था. कैमरा स्क्वाट्स गिनता था और पूरा होते ही मशीन से मुफ्त का बस टिकट मिलता था. यह टिकट शहर की पब्लिक ट्रांसपोर्ट में एक सफर के लिए वैध था.

ठंड शुरू होते ही घुटनों में होता है दर्द

■ ...तो मसाज करने का ये तरीका दिलाएगा राहत

ठंड का महीना शुरू होते ही काफी सारे लोगों के ज्वाइंट्स में स्टिफनेस आनी शुरू हो जाती है। जिसकी वजह से दर्द होता है। इस स्टिफनेस को दूर करने के लिए मसाज मदद करती है। लेकिन ये मसाज इफेक्टिव तब होगी जब सही स्टेप में किया जाए। इन स्टेप बाई स्टेप मसाज की मदद से घुटनों के दर्द से राहत पाई जा सकती है। जानें क्या हैं वो स्टेप।



■ कैसे करें घुटनों की मसाज

रोजाना मात्र पांच से दस मिनट तिल के तेल से घुटनों की मसाज की जाए। अगर एसिडिटी की समस्या रहती है तो नारियल के तेल से मालिश करें। जानें कैसे करें घुटनों की मसाज या मालिश।

■ घुटनों के साइड पर करें मसाज

हथेलियों पर तेल रखें और दोनों हाथों पर अच्छी तरह से रगड़ने के बाद मालिश करना शुरू करें। घुटनों की मसाज के लिए मालिश साइड्स से करें। दोनों हाथों को घुटनों की साइड पर रखकर रब करें। इससे ब्लड सर्कुलेशन बढ़ता है और ज्वाइंट्स पेन में राहत मिलती है।

■ पटेला सर्किल

हाथों पर तेल लेकर घुटनों के आगे पीछे सर्कुलर मोशन में मसाज करें। अंगूठे की मदद से इस मसाज को करने से नी कैप स्मूद और फ्लैक्सिबल बनती है। जिसकी वजह से हो रही स्टिफनेस दूर होगी।

■ टीबिया एंड पीसीए

केवल घुटनों के ऊपर ही नहीं बल्कि घुटनों के नीचे वाली हड्डियों और मसल्स पर मसाज जरूरी होती है। उंगलियों की मदद से ठीक घुटने के नीचे वाले हिस्से पर दबाव डालते हुए मसाज करें। ऐसा करने से मसल्स जो खिंच गई हैं और स्टिफ हो गई हैं उन्हें राहत मिलती है।

■ काल्फ मसल्स पर करें मालिश

घुटनों के नीचे से नापकर एक हथेली नीचे काल्फ वाली मसल्स पर अंगूठे से दबाव डालें और फिर प्रेस करते हुए घुटनों तक आएं और फिर नीचे एड़ी तक मसाज करें।

■ तलवों और उंगलियों की मसाज

घुटनों की मसाज में तलवों और उंगलियों की मसाज करना ना भूलें। हाथों में तेल लगाकर अंगूठे और उंगलियों के बीच में रब करें और मसाज करें।

लसुनी आलू पालक

खाना-खजाना

सामग्री ः

- पालक 1 बड़ा गुच्छा
- सरसों का तेल 3 बड़े चम्मच
- आलू 3 मीडियम साइज
- लाल मिर्च 1 चम्मच
- हींग 1/4 चम्मच
- जीरा 1/2 चम्मच
- प्याज 2 मीडियम
- लहसुन 1 बड़ा चम्मच
- अदरक 1 छोटा चम्मच
- हरी मिर्च 2 कटी हुई
- हल्दी पाउडर 1/4 चम्मच
- काली मिर्च पाउडर 2 चम्मच
- धनिया पाउडर 1 बड़ा चम्मच
- जीरा पाउडर 1/4 छोटा चम्मच
- अमचूर पाउडर 1/2 छोटा चम्मच
- गर्म पानी जरूरत के मुताबिक
- टमाटर 2 कटे हुए
- स्वादानुसार नमक
- चीनी एक चुटकी
- नींबू का रस 1 चम्मच
- गरम मसाला एक चुटकी
- हरा धनिया एक मुट्ठी

विधि ः

इस सब्जी को बनाने के लिए पालक के पत्तों को धो लें और साफ किचन टॉवल या टिशू से थपथपा कर सुखा लें। फिर इसे काट लें और एक कटोरे में निकाल लें। अब एक कढ़ाई को तेज आंच पर रखें और इसमें तेल डालें और इसे तब तक गर्म होने दें जब तक इसमें से धुंआ निकलने न लगे। जब धुंआ निकल जाए तो आंच धीमी कर दें और इसे थोड़ा ठंडा होने दें। फिर इसमें कटे हुए आलू डालें और इसे मीडियम तेज आंच पर तब तक भूनें जब तक वे आधे से ज्यादा पक न जाएं। आलू को बीच-बीच में चलाते रहें। जब आलू आधे से ज्यादा पक जाएं तो इन्हें एक कटोरे में निकाल लें। उसी तेल में लाल मिर्च, हींग, जीरा, प्याज डालें और प्याज को हल्का सुनहरा भूरा होने तक पकाएं फिर लहसुन, अदरक और हरी मिर्च डालें और तब तक पकाएं जब तक प्याज पूरी तरह से सुनहरी भूरी न हो जाए। आंच धीमी करें और गर्म पानी के छींटों के साथ सभी पाउडर मसाले डालें, और अच्छी तरह से मिक्स करें और फिर तेज आंच पर तेल अलग होने तक पकाएं। अब टमाटर, नमक और चीनी डालकर मिक्स करें और तेज आंच पर पकाएं जब तक कि टमाटर पक न जाएं और तेल अलग न हो जाए। जब टमाटर पक जाएं तो मसाले के ऊपर कटा हुआ पालक डालें और बिना हिलाए ढक दें और धीमी आंच पर 3-4 मिनट तक या जब तक पालक अपनी नमी न छोड़ दे तब तक पकाएं। फिर ढक्कन हटाएं और मिलाएं। अब इसे तब तक पकाएं जब तक कि सारी नमी खत्म न हो जाए। इसमें गर्म पानी डालें और पालक को थोड़ा और पकाएं। फिर नींबू के रस के साथ तले हुए आलू डालें अच्छे से मिलाएं। कुछ देर के लिए पकाने के बाद गरम मसाला और ताजा हरा धनिया डालें। आलू पालक की सब्जी तैयार है।

आज का राशिफल

मेष ः किसी वरिष्ठ व्यक्ति का सहयोग मिलेगा। भाग्य अनुकूल है। व्यापार-व्यवसाय में वृद्धि होगी। धन प्राप्ति सुगम होगी। किसी व्यक्ति की बातों में न आएं। प्रसन्नता रहेगी। स्थायी संपत्ति के कार्य मनोनुकूल लाभ देंगे। किसी बड़ी समस्या का हल सहज ही प्राप्त होगा।

वृषभ ः पारिवारिक सहयोग मिलेगा। घर-बाहर प्रसन्नता रहेगी। लेन-देन में सावधानी रखें। चोट व रोग से कष्ट संभव है। प्रमाद न करें। डूबी हुई रकम प्राप्त हो सकती है। यात्रा मनोरंजक रहेगी। नौकरी में मातहतों का सहयोग प्राप्त होगा। शेयर में जल्दबाजी न करें।

मिथुन ः सामाजिक प्रतिष्ठा में वृद्धि होगी। नौकरी में सहकर्मी साथ देंगे। ऐश्वर्य व आरामदायक साधनों पर व्यय होगा। जोखिम व जमानत के कार्य टालें। जल्दबाजी से बचें। घर-बाहर प्रसन्नता बनी रहेगी। व्यापार-व्यवसाय मनोनुकूल लाभ देगा।

कर्क ः तीर्थदर्शन की योजना फलीभूत होगी। सत्संग का लाभ मिलेगा। नौकरी में चैन रहेगा। दूसरों की जवाबदारी न लें। आत्मशांति रहेगी। यात्रा संभव है। व्यापार ठीक चलेगा। थकान रह सकती है। जोखिम के कार्य टालें। शत्रुओं का पराभव होगा।

सिंह ः व्यापार ठीक चलेगा। आय में निश्चितता रहेगी। मित्रों के साथ समय अच्छा व्यतीत होगा। चोट व दुर्घटना से बड़ी हानि हो सकती है। दुष्टजन हानि पहुंचा सकते हैं। किसी अपरिचित व्यक्ति पर अतिविश्वास न करें। किसी भी प्रकार के विवाद में न पड़ें।

कन्या ः पारिवारिक सदस्यों का सहयोग मिलेगा। प्रसन्नता में वृद्धि होगी। किसी व्यक्ति विशेष का सहयोग प्राप्त होगा। व्यापार लाभदायक रहेगा। नौकरी में मातहतों से अनबन हो सकती है। शारीरिक कष्ट संभव है। जल्दबाजी से हानि होगी।

तुला ः व्यापार-व्यवसाय लाभप्रद रहेगा। आय में निश्चितता रहेगी। नौकरी में कार्यभार बढ़ेगा। सहकर्मी साथ नहीं देंगे। चिंता तथा तनाव बने रहेंगे। स्वास्थ्य का पाया कमजोर रहेगा। विवाद को बढ़ावा न दें। फालतू खर्च होगा। किसी के व्यवहार से क्लेश होगा।

वृश्चिक ः घर-बाहर प्रसन्नता रहेगी। रचनात्मक कार्य सफल रहेंगे। नौकरी में कार्य की प्रशंसा होगी। जीवनसाथी से सहयोग प्राप्त होगा। किसी आनंदोत्सव में भाग लेने का अवसर प्राप्त होगा। मनपसंद भोजन का आनंद मिलेगा। पार्टी का आयोजन हो सकता है।

धनु ः नौकरी में कार्यभार रहेगा। जोखिम न लें। धन लक्ष्मी की प्राप्ति होगी। आय बनी रहेगी। व्यापार-व्यवसाय लाभदायक रहेगा। विवाद को बढ़ावा न दें। कानूनी अड़चन से सामना हो सकता है। स्वास्थ्य का ध्यान रखें। बुरी खबर मिल सकती है, धैर्य रखें।

मकर ः भाग्य अनुकूल है। समय का लाभ लें। सामाजिक प्रतिष्ठा में वृद्धि होगी। घर-बाहर पूछ-परख रहेगी। लेन-देन में सावधानी रखें। अपरिचितों पर अंधविश्वास न करें। कारोबार ठीक चलेगा। लाभ के अवसर हाथ आएंगे। मेहनत का फल मिलेगा।

कुंभ ः व्यापार लाभदायक रहेगा। घर-परिवार में कोई मांगलिक कार्य का आयोजन हो सकता है। भूले-बिसरे साथियों से मुलाकात होगी। उत्साहवर्धक सूचना मिलेगी। किसी बड़े काम को करने की योजना बनेगी। आत्मसम्मान बना रहेगा। प्रसन्नता रहेगी।

मीन ः समय अनुकूल है। यात्रा मनोरंजक रहेगी। कारोबार में वृद्धि होगी। विरोधी सक्रिय रहेंगे। धन प्राप्ति सुगम होगी। कोई बड़ा काम होने से प्रसन्नता रहेगी। जोखिम व जमानत के कार्य टालें। जोखिम उठाने का साहस कर पाएंगे। जल्दबाजी न करें।

-ज्योतिषाचार्य पंडित अतुल शास्त्री

30 की उम्र के बाद महिलाओं को नहीं खानी चाहिए ये 5 चीजें

समय से पहले ही घेर लेगा बुढ़ापा

महिलाएं हों या पुरुष 30 साल की उम्र के बाद उनके शरीर में काफी कुछ बदलाव होते हैं, जिनका सीधा असर उनके स्वास्थ्य पर भी पड़ता है। ऐसे में इस उम्र में खास ख्याल रखने की जरूरत होती है। खासतौर से अपने खानपान का तो इस दौरान विशेष ध्यान रखना ही चाहिए क्योंकि बढ़ती उम्र के साथ शरीर को कई बीमारियां जैसे हार्ट डिजीज, डायबिटीज, कैंसर, एनीमिया, थायराइड आदि घेरने का खतरा काफी बढ़ जाता है। इसके साथ ही अगर डाइट अच्छी ना हो तो स्किन पर भी बुढ़ापा तेजी से झलकने लगता है, जिसे बाद में रिवर्स करना भी आसान नहीं होता। आज हम विशेष रूप से महिलाओं की बात करेंगे क्योंकि अक्सर दूसरों का ध्यान रखते रखते महिलाएं अपना ध्यान रखना बिलकुल भूल सा जाती हैं। तो चलिए जानते हैं कि 30 की उम्र के बाद महिलाओं को किन चीजों से सख्त परहेज करना चाहिए।

■ मीठी चीजों का करें परहेज

मीठी चीजों का ज्यादा सेवन करना यूं तो किसी भी उम्र में सही नहीं है लेकिन 30 की उम्र के बाद तो मीठा खाने से जितना हो सके बचना चाहिए। दरअसल 30 की उम्र के बाद मेटाबॉलिज्म धीरे-धीरे स्लो होने लगता है, जिसकी वजह से मोटापा, डायबिटीज और हार्ट डिजीज होने का खतरा पहले के मुताबिक कई गुना बढ़ जाता है। इसके साथ ही ज्यादा मीठा कंज्यूम करने से चेहरे पर पिंपल, झुर्रियां, दाग-धब्बे और मोटापा जमने की वजह से उम्र ज्यादा दिखने लगती है।

■ ज्यादा तला-भुना खाने से बचें

30 के बाद महिलाओं को जितना हो सके ज्यादा तले-भुने खाने का सेवन करने से बचना चाहिए। इस उम्र में घर का बना कम तेल वाला हेल्दी खाना ही अपनी डाइट में शामिल करें। ज्यादा तले भुने-खाने में ट्रांस फैट पाया जाता है, जो शरीर के लिए बहुत ही हानिकारक होता है। इससे दिल से जुड़ी बीमारियों का खतरा बढ़ जाता है। साथ ही स्किन के लिए भी ये बिल्कुल अच्छा नहीं होता।

■ कैफीन का सेवन कम करें

30 की उम्र के बाद महिलाओं को कैफीन का ज्यादा सेवन करने से भी परहेज करना चाहिए। दरअसल कैफीन का अत्यधिक सेवन करने से हार्मोंस डिसबैलेंस होने की प्रॉब्लम हो सकती है, जिसकी वजह से बढ़ती उम्र के साथ डिप्रेशन, एंजायटी, हाइपरटेंशन जैसे मेंटल हेल्थ रिलेटेड इश्यूज का खतरा काफी बढ़ जाता है। इसके साथ ही ज्यादा कैफीन स्किन को जल्दी बूढ़ा बनाने का काम करता है। यानी कम उम्र में ही आपकी स्किन पर झुर्रियां और फाइन लाइंस देखने को मिल सकती हैं।

■ ज्यादा नमक का ना करें सेवन

यूं तो सॉल्ट इंटेक हर उम्र में ही कम होना चाहिए लेकिन खासतौर से 30 की उम्र के बाद तो महिलाओं को नमक का सेवन जितना हो सके कम ही करना चाहिए। खाने में नमक की मात्रा ज्यादा होने पर ब्लड प्रेशर की प्रॉब्लम हो सकती है। इसके अलावा इससे हार्ट और किडनी से जुड़े डिसीज होने का खतरा भी बढ़ जाता है। 30 की उम्र के बाद जो महिलाएं नमक का अत्यधिक सेवन करती है, उन्हें थायराइड की समस्या भी हो सकती है।

■ रिफाइंड कार्ब्स का सेवन करें कम

30 की उम्र के बाद महिलाओं को रिफाइंड कार्ब्स जैसे-व्हाइट ब्रेड, पास्ता, सफेद चावल जैसी चीजों से भी दूरी बना लेनी चाहिए। दरअसल इन सभी चीजों का सेवन करने से ब्लड शुगर लेवल तेजी से बढ़ता है। जिसकी वजह से कई अन्य बीमारियां भी हो सकती हैं। 30 की उम्र के बाद महिलाओं का मेटाबॉलिज्म स्लो हो जाता है, जिसकी वजह से इन बीमारियों का खतरा और अधिक बढ़ जाता है। इसके अलावा स्किन पर भी इनका नेगेटिव इंपैक्ट साफ दिखाई देता 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...

बड़े भाई को इतना मारा कि भेजा निकल आया, सिर की हड्डी, जबड़ा भी टूटा

कानपुर. यूपी के कानपुर के बर्रा में घर के अंदर नशेबाजी का विरोध करने पर छोटे भाई ने नेत्रहीन बड़े भाई की हत्या बड़े बर्बर तरीके से कर डाली। साथी के साथ मिलकर छोटे भाई ने ईंट और साबड़ से इतनी बुरी तरह से मारा कि उनका भेजा तक बाहर आ गया था। पोस्टमार्टम रिपोर्ट में नेत्रहीन की सिर की हड्डी, जबड़ा और हाथ भी टूटा मिला है। पुलिस ने हत्यारोपित साथी को गिरफ्तार कर लिया है। आरोपी भाई की तलाश की जा रही है।

हनुमानगढ़ी के संत महेश योगी को जिंदा जलाने की कोशिश, सोते समय फेंकी गई आग

अयोध्या. श्रीराम की नगरी अयोध्या के प्रसिद्ध हनुमानगढ़ी मंदिर परिसर में ही स्थित भवन में रहने वाले संत महेश योगी को जिंदा जलाने की कोशिश की गई है। संत के अनुसार शुक्रवार की भोर में सोते समय उनके कमरे में पीछे की ओर लगी खिड़की की लोहे की जाली काटकर ज्वलनशील पदार्थ के साथ आग अंदर फेंकी गई। संयोग से आग कमरे में फैलते ही संत की आंख खुल गई और वह बाहर भाग कर अपनी जान बचाने में सफल हो गए। पुलिस और फोरेंसिक विभाग की टीम जांच में जुटी है। सीसीटीवी से सुराग की कोशिश हो रही है।

एंबुलेंस में बहू का शव छोड़ भागे ससुराली

प्रयागराज. यूपी के प्रयागराज में फतेहपुर जिले के पूर्व ब्लॉक प्रमुख महेंद्र प्रताप सिंह की बहू कोमल उर्फ रश्मि की गुरुवार की सुबह संदिग्ध हालात में मौत हो गई। मायका पक्ष को जानकारी हुई तो फतेहपुर से प्रयागराज तक अस्पताल में खोजबीन करते रहे। घंटों भटकने के बाद एसआरएन अस्पताल परिसर में एंबुलेंस में बेटी का शव मिला। हालांकि, ससुराली शव छोड़कर फरार हो गए थे। एक महीने पहले ही कोमल की शादी हुई थी। शव देख मायका पक्ष ने जमकर हंगामा किया। पुलिस ने किसी तरह समझाया। मृतका के पिता ने फतेहपुर के खाका थाने में पूर्व ब्लॉक प्रमुख समेत चार लोगों पर दहेज हत्या का मुकदमा दर्ज कराया है।

PM मोदी बोले- भारत-रूस की दोस्ती ध्रुव तारे की तरह अटल

- रूसी पर्यटकों को 30 दिन का फ्री वीजा देंगे
- पुतिन बोले- बिना रुकावट तेल सप्लाई करेंगे

नई दिल्ली. पीएम मोदी ने भारत और रूस के बीच दोस्ती को ध्रुव तारे की तरह स्थिर बताया है। उन्होंने कहा, "पिछले 8 दशकों में दुनिया ने कई उतार-चढ़ाव देखे हैं। मानवता को कई तरह की चुनौतियों और संकटों से गुजरना पड़ा है। लेकिन इन सबके बीच भारत-रूस की दोस्ती ध्रुव तारे की तरह हमेशा अटल और स्थिर बनी रही है।"

मोदी ने रूसी पर्यटकों को 30 दिन का फ्री वीजा देने का ऐलान किया। वहीं, प्रेस कॉन्फ्रेंस में रूसी राष्ट्रपति पुतिन ने भारत को बिना रुकावट के तेल की सप्लाई जारी रखने का ऐलान किया। प्रेस कॉन्फ्रेंस में भारत-रूस के बीच किसी लड़ाकू विमान या बड़े रक्षा सौदे का ऐलान नहीं हुआ, जबकि इसकी उम्मीद की जा रही थी।

इसके बावजूद कई अहम घोषणाएं हुईं, जिनका मकसद भारत-रूस व्यापार बढ़ाना है। भारत-रूस के बीच शिप बिल्डिंग, भारतीय नाविकों को बर्फीले (पोलर) समुद्री इलाकों में जहाज चलाने की ट्रेनिंग, नई शिपिंग लेन पर निवेश, सिविल न्यूक्लियर ऊर्जा और महत्वपूर्ण खनिजों (क्रिटिकल मिनरल्स) पर समझौते और MoU साइन किए गए।

4 साल बाद भारत के दौरे पर पहुंचे रूसी राष्ट्रपति व्लादिमीर पुतिन ने भारत के लिए एक और सौगात का ऐलान कर दिया है। पुतिन ने भारत के सबसे बड़े परमाणु ऊर्जा संयंत्र कुडनकुलम को उसकी पूरी क्षमता तक पहुंचाने को लेकर बड़ा न्यूक्लियर कमिटमेंट किया है। पुतिन ने दिल्ली में प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी के साथ संयुक्त प्रेस कॉन्फ्रेंस में कहा है कि रूस भारत के साथ मिलकर कुडनकुलम परमाणु ऊर्जा परियोजना को उसकी पूरी क्षमता तक ले जाने के लिए पूरी तरह प्रतिबद्ध है।

भारत को ईंधन की सप्लाई जारी रखेगा रूस

गौरतलब है कि रूसी राष्ट्रपति दो दिवसीय यात्रा पर भारत पहुंचे हैं। इस दौरान दोनों देशों के बीच ऊर्जा सहयोग बढ़ाने सहित कई अहम मुद्दों पर चर्चा हुई है। पुतिन ने अपने बयान में कहा, "हम छोटे मॉड्यूलर रिएक्टर, फ्लोटिंग न्यूक्लियर प्लांट और न्यूक्लियर टेक्नोलॉजी के नॉन-एनर्जी उपयोगों, जैसे कि मेडिकल और कृषि क्षेत्र में भी सहयोग की संभावनाओं पर बात करना चाहते हैं।" पुतिन ने यह भी कहा है कि वह भारत को तेल, गैस, कोयला और ऊर्जा संसाधनों की लगातार सप्लाई जारी रखने के लिए प्रतिबद्ध है और भारतीय अर्थव्यवस्था की जरूरतों को पूरा करने में वह पीछे नहीं हटेगा।

मंदिर का चढ़ावा भगवान की संपत्ति

- सुप्रीम कोर्ट बोला- बैंक इसे लौटाए, अपनी हालत सुधारने में इस्तेमाल न करे

नई दिल्ली. सुप्रीम कोर्ट ने शुक्रवार को कहा कि मंदिर में चढ़ा हर एक रुपया भगवान की संपत्ति है और इका उपयोग किसी को-ऑपरेटिव बैंक की आर्थिक हालत सुधारने के लिए नहीं किया जा सकता।

सुप्रीम कोर्ट केरल के को-ऑपरेटिव बैंकों की याचिकाओं की सुनवाई कर रहा था, जिसमें बैंकों ने हाईकोर्ट के आदेश के खिलाफ याचिका दायर की थी। SC ने ये याचिकाएं खारिज कर दीं।

हाईकोर्ट ने आदेश दिया था कि बैंक तिरुनेल्ली मंदिर देवस्वम् को एफडी की रकम दो महीने के भीतर लौटाएं।

सुप्रीम कोर्ट के चीफ जस्टिस सूर्यकांत और जस्टिस जॉयमाल्या बागची ने सुनवाई की। CJI ने बैंकों के वकीलों से पूछा- क्या आप मंदिर का पैसा बैंक बचाने के लिए इस्तेमाल करना चाहते हैं?

कोर्ट ने कहा- यह धन सुरक्षित और भरोसेमंद राष्ट्रीयकृत बैंक में रखा जाना चाहिए, जहां मंदिर को ज्यादा ब्याज भी मिले। बैंक पैसा लौटाने का समय सीमा बढ़ाने के लिए हाईकोर्ट से अनुरोध कर सकते हैं।

मंदिर ने FD की रकम वापस मांगी थी

केरल के तिरुनेल्ली मंदिर देवस्वम ने 2025 में स्थानीय कोऑपरेटिव बैंकों से फिक्स्ड डिपॉजिट की रकम वापस मांगी थी। बैंकों ने पैसे लौटाने से इनकार कर दिया। मंदिर ट्रस्ट का कहना था कि यह राशि मंदिर के कामकाज और रखरखाव के लिए जरूरी है, इसलिए एफडी तोड़कर तुरंत पैसा चाहिए ।मंदिर का आरोप था कि बैंक न तो एफडी बंद कर रहे थे और न ही रकम वापस कर रहे।

पान मसाला-सिगरेट पर नया टैक्स लगेगा

इसका इस्तेमाल नेशनल सिक्योरिटी में होगा, जिससे कारगिल जैसे हालात में बजट कम ना हो

नई दिल्ली. सिगरेट-पान मसाला जैसे प्रोडक्ट पर सरकार अब एक्स्ट्रा टैक्स लगाएगी। एक्स्ट्रा टैक्स से आने वाले पैसे को नेशनल सिक्योरिटी के लिए इस्तेमाल किया जाएगा। यह जानकारी शुक्रवार को लोकसभा में वित्त मंत्री निर्मला सीतारमण ने दी।

लोकसभा में शुक्रवार को हेल्थ सिक्योरिटी से नेशनल सिक्योरिटी सेस बिल पास हो गया। इस बिल के पास होने के बाद पान मसाला जैसी चीजें महंगी हो जाएंगी। बिल पर चर्चा के दौरान वित्त मंत्री निर्मला सीतारमण ने कहा कि

कारगिल लड़ाई तैयारी की कमी की वजह से हुई। आर्मी जनरलों ने बताया था कि 1990 के दशक की शुरुआत से बजट की कमी की वजह से आर्मी के पास सिर्फ 70-80% ऑथराइज़्ड हथियार, गोला-बारूद और इक्विपमेंट थे। हम नहीं चाहते कि भारत में वह स्टेज फिर कभी वापस आए।

वित्त मंत्री ने बिल पेश करते हुए कहा कि सेस किसी भी आवश्यक वस्तु पर नहीं, बल्कि स्वास्थ्य को नुकसान पहुंचाने वाली हानिकारक वस्तुओं पर लगाया जाएगा। उन्होंने कहा विधेयक का उद्देश्य यह सुनिश्चित करना है कि आम नागरिकों पर बोझ डाले बिना राष्ट्र की सुरक्षा के लिए जरूरी चीजों के लिए फंड मिले।

वित्त मंत्री ने कहा कि इस बिल से प्राप्त राजस्व को विशिष्ट स्वास्थ्य योजनाओं के लिए राज्यों के साथ साझा किया जाएगा। उन्होंने कहा कि 40 प्रतिशत जीएसटी के अलावा पान मसाला इकाइयों पर स्वास्थ्य और राष्ट्रीय सुरक्षा उपकर भी लगाया जाएगा।

सोनिया गांधी के खिलाफ दर्ज हो FIR

नई दिल्ली. कांग्रेस की पूर्व अध्यक्ष और राज्यसभा सांसद सोनिया गांधी के खिलाफ वोट चोरी का मुकदमा दर्ज कराने के लिए एक शख्स ने दिल्ली के राउज़ एवेन्यू कोर्ट का दरवाजा खटखटाया है। अपनी अर्जी में उस शख्स ने मजिस्ट्रेट कोर्ट के उस आदेश को चुनौती दी है जिसमें सोनिया गांधी के खिलाफ FIR दर्ज करने का निर्देश देने से साफ तौर पर मना कर दिया गया था। अर्जी में आरोप लगाया गया है कि भारतीय नागरिकता लेने से तीन साल पहले ही सोनिया गांधी का नाम मतदाता सूची में जोड़ दिया गया था। यह केस राउज़ एवेन्यू कोर्ट के स्पेशल जज विशाल गोगने के सामने आया। जज ने इसे 9 दिसंबर को विचार के लिए लिस्ट करने का आदेश दिया है।

हर दिन 485 लोगों की मौत सड़क हादसों में मौत

गडकरी ने संसद में बताया - पिछले साल सड़क हादसे में 1,77,177 लोगों की हुई मौत

नई दिल्ली. सरकार ने शुक्रवार को संसद को बताया कि भारत में सड़क दुर्घटना में मरने वालों की संख्या 2024 में 2.3 प्रतिशत बढ़कर 1.77 लाख से अधिक हो गई, जिसका अर्थ है कि हर दिन 485 लोगों की मौत सड़क हादसों में हुई। केंद्रीय सड़क परिवहन और राजमार्ग मंत्री नितिन गडकरी ने लोकसभा में एक प्रश्न के लिखित उत्तर में कहा कि फरवरी 2020 में सड़क सुरक्षा पर तीसरे वैश्विक मंत्री स्तरीय सम्मेलन में अपनाए गए 'सड़क सुरक्षा पर स्टॉकहोम घोषणापत्र' में 2030 तक सड़क दुर्घटनाओं में होने वाली मौतों और चोटों को 50 प्रतिशत तक कम करने का एक नया वैश्विक लक्ष्य रखा गया है।

गडकरी ने कहा, ''राज्यों/केंद्र शासित प्रदेशों से मिली जानकारी के अनुसार, कैलेंडर वर्ष 2024 के दौरान देश में सभी श्रेणी की सड़कों पर दुर्घटना में मरने वालों की कुल संख्या 1,77,177 थी, जिसमें ईडीएआर पोर्टल से लिया गया पश्चिम बंगाल का डेटा भी शामिल है।'' उन्होंने कहा कि कैलेंडर वर्ष 2023 के दौरान देश में राज्यों और केंद्र शासित प्रदेशों के पुलिस विभाग ने कुल 4,80,583 सड़क हादसों की रिपोर्ट दी है, जिनमें 1,72,890 लोगों की जान गई और 4,62,825 लोग घायल हुए।

मंत्री ने कहा कि 'वर्ल्ड रोड स्टेटिस्टिक्स 2024' के अनुसार, चीन में प्रति लाख आबादी पर सड़क दुर्घटनाओं में मौत की दर 4.3 और अमेरिका में 12.76 है, जबकि भारत में यह आंकड़ा 11.89 है। गडकरी ने कहा कि सरकार ने सड़क सुरक्षा के मुद्दे को हल करने के लिए 4-'ई' यानी एजुकेशन (शिक्षा), इंजीनियरिंग (सड़क और वाहन दोनों की), एनफोर्समेंट (प्रवर्तन) और इमरजेंसी केयर (आपातकालीन उपचार) पर आधारित एक बहुआयामी रणनीति बनाई है। उन्होंने कहा कि इसके अनुसार, देश में सड़क सुरक्षा के लिए कई पहल की गई हैं।

राहुल गांधी और खरगे को पुतिन के डिनर में नहीं मिला न्योता

नई दिल्ली. कांग्रेस सांसद शशि थरूर को रूसी राष्ट्रपति व्लादिमीर पुतिन के सम्मान में शुक्रवार शाम राष्ट्रपति भवन में आयोजित होने वाले राष्ट्रपति के बैंक्वेट में आमंत्रित किया गया है। दिलचस्प बात यह है कि इस खास डिनर के लिए लोकसभा में विपक्ष के नेता राहुल गांधी और कांग्रेस अध्यक्ष मल्लिकार्जुन खरगे को न्योता नहीं मिला है। हालांकि मोदी सरकार ने शशि थरूर को 'तोहफा' देते हुए उन्हें इस डिनर के लिए न्योता भेजा है। इस खबर पर शशि थरूर की भी प्रतिक्रिया सामने आई है। उन्होंने कहा है कि वह इस कार्यक्रम में जरूर जाएंगे।

4 दिन में 1200+ फ्लाइट रद्द

सरकार बैकफुट पर : पायलट का वीकली रेस्ट नियम वापस

नई दिल्ली. देश की सबसे बड़ी एयरलाइन कंपनी इंडिगो की पिछले 4 दिनों में 1200 से ज्यादा फ्लाइट कैंसिल होने के बाद केंद्र सरकार शुक्रवार को बैकफुट पर आ गई है। नागरिक उड्डयन महानिदेशालय (DGCA) ने एयलाइंस, खासकर इंडिगो को 10 फरवरी 2026 तक अस्थायी राहत दी है। वीकली रेस्ट के बदले कोई भी छुट्टी नहीं देने के फैसले को वापस ले लिया।

इधर दूसरी एयरलाइन के किराए में उछाल देखने को मिला है। यात्रियों को ऑप्शनल फ्लाइट्स की तलाश में सामान्य से दोगुनी कीमत पर टिकट खरीदने पड़ रहे हैं। बुकिंग साइट MakeMyTrip के अनुसार, 6 दिसंबर को दिल्ली से बेंगलुरु की सबसे सस्ती फ्लाइट का किराया 40,000 रुपए से ज्यादा है, जबकि कुछ फ्लाइट्स का किराया 80,000 रुपए तक हैं।

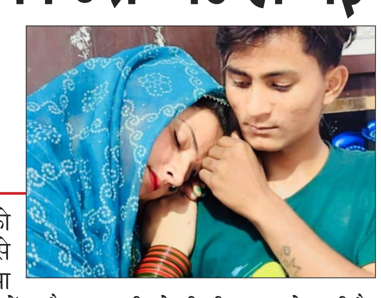
दरअसल इंडिगो शुक्रवार को लगातार चौथे दिन क्रू मेंबर्स की कमी से जूझ रही है। इसके कारण दिल्ली, बेंगलुरु, पुणे, हैदराबाद सहित कई एयरपोर्ट पर 500 से ज्यादा फ्लाइट्स कैंसिल हो गईं। यात्री 24-24 घंटे से फ्लाइट का इंतजार कर रहे हैं। दिल्ली एयरपोर्ट पर यात्री पानी, खाना और जरूरी सामानों के लिए स्टाफ और सुरक्षाकर्मियों से बहस करते और झगड़ा करते देखे गए।

डेढ़ महीने से पूर्व विधायक लापता

हमीरपुर. यूपी के हमीरपुर में पूर्व विधायक प्रीतम सिंह डेढ़ महीने से लापता हैं। उनका अभी तक कहीं सुराग नहीं लगा है। करीब डेढ़ महीने पहले पेट्रोल पंप पर हुए विवाद हो गया था। दस दौरान पूर्व विधायक ने हवाई फायरिंग कर दी थी। इस मामले में पुलिस प्रीतम सिंह को उठा ले गई और अगले दिन प्रीतम सिंह को उनके बेटे के सुपुर्द करके वापस चली गई थी। इसके कुछ ही देर बाद प्रीतम सिंह कहीं लापता हो गए। आज तक उनका कहीं कुछ पता नहीं चल पाया है। घर वालों ने पुलिस वालों पर गंभीर आरोप लगाए। इसके बाद एसपी ने मामले की गंभीरता को देखते हुए एसएचओ को लाइन हाजिर कर दिया। पुलिस प्रीतम सिंह की तलाश कर ही रही थी कि उनके बड़े भाई ने कोर्ट में प्रीतम सिंह को ढूंढकर लाने की याचिका दायर कर दी। डेढ़ महीना बीतने के बाद भी प्रीतम सिंह का कहीं कुछ पता नहीं चल पाया है। कोर्ट ने अब हमीरपुर एसपी को आठ दिसंबर को अदालत में पेश होने का आदेश दिया है।

सीमा हैदर फिर प्रेग्नेंट हो गई

- छठी बार मां बनने जा रही 'पाकिस्तानी भाभी'



नोएडा. चार बच्चों को लेकर पाकिस्तान से भागकर भारत आई सीमा हैदर एक बार फिर प्रेग्नेंट है। पाकिस्तानी भाभी के नाम से मशहूर सीमा हैदर ने अपने यूट्यूब चैनल पर इसकी जानकारी दी है। सीमा और सचिन ने अपने यूट्यूब चैनल पर गुरुवार को अपलोड किए एक वीडियो के थंबनेल में लिखकर इसकी पुष्टि की गई है। वहीं, वीडियो में सीमा यह कहकर भी संकेत देती है कि सचिन भारी वजन उठाने वाला काम उसे नहीं करने दे रहे हैं।

सीमा हैदर अभी तक पांच बच्चों की मां बन चुकी है। उसके चार बच्चे पाकिस्तानी पति गुलाम हैदर से हैं जबकि सचिन की एक बच्ची को भी सीमा जन्म दे चुकी है। इसी साल 18 मार्च को सीमा हैदर ने बेटी को जन्म दिया था जिसका नाम उसने भारती रखा है। खुद को अब कृष्ण भक्त बताने वाली सीमा हैदर बेटी को प्यार से मीरा भी बुलाती है।

सीमा हैदर ने हाल ही में एक वीडियो में एक बार फिर प्रेग्नेंसी का संकेत दिया था। तब उसकी बड़ी बेटी ने मां के पेट की ओर इशारा करते हुए कहा था कि अब हम छह भाई-बहन हैं। सीमा ने हंसते हुए उसका मुंह बंद कर दिया था। अब वीडियो के थंबनेल पर प्रेग्नेंसी की बात लिखकर सीमा ने इसकी पुष्टि की है।

3 साल के सर्वज्ञ को फिडे रेटिंग

- दुनिया का सबसे कम उम्र के खिलाड़ी बने;
- इतनी सी उम्र में नहीं खेले थे आनंद, कार्लसन, गुकेश

भारत के सर्वज्ञ सिंह कुशवाहा ने मात्र तीन साल, सात महीने, 20 दिन की उम्र में इतिहास रच दिया है। मध्य प्रदेश के सागर जिले के इस नन्हे खिलाड़ी ने आधिकारिक फिडे रेटिंग हासिल कर दुनिया के सबसे कम उम्र के रेटेड चेस खिलाड़ी बनने का रिकॉर्ड अपने नाम कर लिया है।

यह उपलब्धि उन्होंने कोलकाता के अनीष सरकार का रिकॉर्ड तोड़कर हासिल की, जिन्होंने पिछले वर्ष तीन साल, 8 महीने, 19 दिन की उम्र में यह मील का पत्थर छुआ था। नर्सरी में पढ़ने वाले सर्वज्ञ की शतरंज की समझ और खेल क्षमता उम्र से कहीं आगे निकल चुकी है उनकी रैपिड रेटिंग 1572 है। सर्वज्ञ के पिता सिद्धार्थ सिंह के अनुसार, उन्होंने बेटे की अद्भुत स्मरण शक्ति और तेज सीखने की क्षमता को देखते हुए उसे पिछले साल शतरंज की ओर प्रेरित किया। सिर्फ एक हफ्ते में उसने सभी मोहरों के नाम और उनकी चालें बिल्कुल सही सीख लीं। उसमें ऐसी एकाग्रता और धैर्य है जो उसकी उम्र के बच्चों में दुर्लभ है। नन्हा सर्वज्ञ रोजाना चार से पांच घंटे शतरंज की प्रैक्टिस करता है। वह एक घंटे स्थानीय ट्रेनिंग सेंटर में प्रैक्टिस करता है। इसके अलावा ऑनलाइन वीडियो से टेक्निक सीखता है। खास बात है कि वह रात में उठकर भी बिना थके घंटों खेल सकता है।

हर सही चाल पर मिलती है टॉफी और चिप्स

कोच नितिन चौरसिया बताते हैं कि शुरुआत में सर्वज्ञ को ट्रेनिंग देना कठिन था। हल्की डांट पर भी वह रो पड़ता था। ऐसे में उन्होंने दिलचस्प तरीका अपनाया। वे उसे हर सही चाल पर टॉफी या चिप्स देकर प्रोत्साहित करते। सर्वज्ञ के घड़ी दबाने का अंदाज बताता है कि वह अपने प्रतिद्वंद्वी को सहज नहीं रहने देना चाहता।

14.2% आबादी तो अल्पसंख्यक कैसे हुए मुसलमान?

- BJP सांसद बोले- सिर्फ 2% वालों को मिले ये दर्जा

नई दिल्ली. भारतीय जनता पार्टी (BJP) के राज्यसभा सांसद और बिहार सरकार के पूर्व मंत्री भीम सिंह ने संसद में अल्पसंख्यकों की परिभाषा फिर से तय करने की मांग की है। सोमवार को सदन में एक स्पेशल मेंशन के जरिए देश में "माइनॉरिटी" की मौजूदा परिभाषा पर चिंता जताते हुए उन्होंने सवाल उठाया कि जब देश की आबादी में मुसलमानों की हिस्सेदारी 14.2 फीसदी है तो वह अल्पसंख्यक कैसे हुए? उन्होंने अल्पसंख्यक दर्जे के मौजूदा स्वरूप और उससे पैदा होने वाली असमानताओं के बारे में भी बात की।

द इंडियन एक्सप्रेस के साथ एक इंटरव्यू में सिंह ने सरकार को राज्य-वार या जिले-वार आबादी के अनुपात के आधार पर अल्पसंख्यकों की पहचान तय करने की मांग की। उन्होंने अपनी बात के समर्थन में कहा कि हमारे संविधान में अल्पसंख्यक शब्द का इस्तेमाल तो हुआ है, लेकिन उसे परिभाषित नहीं किया गया है। 1992 के नेशनल कमीशन फॉर माइनॉरिटीज़ एक्ट के अनुसार, जिसके तहत केंद्र तय करता है कि अल्पसंख्यक कौन है, देश में कुल छह ऐसे समुदाय हैं, जिन्हें यह दर्जा दिया गया है। इनमें मुस्लिम, सिख, पारसी, जैन, ईसाई और बौद्ध हैं।

कई राज्यों में अल्पसंख्यक बहुसंख्यक हैं

सिंह ने इस पर सवाल उठाते हुए कहा कि ऐसे उदाहरण भी हैं जहां राष्ट्रीय स्तर पर अल्पसंख्यक माने जाने वाले समुदाय कुछ राज्यों में बहुसंख्यक हैं। उन्होंने 2011 की जनसंख्या के आंकड़ों के आधार पर बताया कि देश में 14.2% मुस्लिम आबादी है और यह एक बड़ी संख्या है, फिर भी उन्हें अल्पसंख्यक माना जाता है, जबकि वे बहुसंख्यक समुदाय के बाद दूसरे नंबर पर आते हैं। सिंह ने कहा कि भारत में कई राज्यों और केंद्र शासित प्रदेशों में मुस्लिम-बहुसंख्यक हैं, जहां उनकी आबादी 50% से ज़्यादा है।

इंडिगो संकट के बीच बरसे राहुल गांधी, बोले- एकाधिकार मॉडल का नतीजा

नई दिल्ली. कांग्रेस के पूर्व अध्यक्ष राहुल गांधी ने देश की सबसे बड़ी एयरलाइन इंडिगो में परिचालन संबंधी व्यवधान को लेकर शुक्रवार को केंद्र सरकार पर निशाना साधा। उन्होंने आरोप लगाया कि इंडिगो का यह संकट इस सरकार के 'एकाधिकार मॉडल' का नतीजा है। इंडिगो की सैकड़ों घरेलू एवं अंतरराष्ट्रीय उड़ानों को रद्द कर दिया गया है जबकि कई उड़ानें देर से रवाना होने से हजारों यात्रियों को भारी परेशानी उठानी पड़ी। लोकसभा में नेता प्रतिपक्ष राहुल गांधी ने 'एक्स' पर पोस्ट किया- इंडिगो का संकट इस सरकार के 'एकाधिकार मॉडल' का नतीजा है। एक बार फिर इसकी कीमत आम भारतीयों को देरी, उड़ानें रद्द होने और लाचारी के रूप में चुकानी पड़ी है। उन्होंने दावा किया कि भारत हर क्षेत्र में निष्पक्ष प्रतिस्पर्धा का हकदार है, मैच फिक्सिंग के एकाधिकार का नहीं है।

परीक्षा दे रहे कक्षा छह के छात्र को पड़ा हार्ट अटैक

- सीट पर गिरते ही मौत

लखनऊ. यूपी की राजधानी लखनऊ के प्रतिष्ठित विद्यालय माउंट फोर्ट इंटर कॉलेज में कक्षा छह के छात्र आरव की मौत हो गई। शुक्रवार को परीक्षा देने के दौरान छात्र आरव की तबियत बिगड़ी और छात्र अचेत अवस्था में अपनी सीट पर ही गिर पड़ा। जिसके बाद क्लास में हड़कंप मच गया और शिक्षक छात्र को लेकर विद्यालय के मेडिकल रूम में पहुंचे। जहां छात्र को काफी देर तक सीपीआर दिया गया लेकिन कोई फायदा नहीं हुआ। इसके बाद को पास ही से स्थित बीआरडी सिविल अस्पताल ले गए और अभिभावकों को भी सूचना दी। अस्पताल में चिकित्सकों ने छात्र को मृत घोषित कर दिया। चिकित्सकों ने छात्र को ब्राड डेढ़ बताया। छात्र को अपराह्न 11: 05 मिनट पर अस्पताल पहुंचाया गया। जहां जांच के बाद अपराह्न 11: 29 मिनट पर मृत घोषित किया गया। छात्र विकास नगर का निवासी है।

'हम यहां चिल्लाने नहीं आए हैं'

- संसद में हंगामे पर शशि थरूर ने अपनी ही पार्टी की लगा दी क्लास

नई दिल्ली. मोदी सरकार की तारीफ करने और कांग्रेस की बैठकों में ना शामिल होने को लेकर शशि थरूर पिछले कुछ दिनों से पार्टी नेताओं के निशाने पर हैं। लोकसभा में उन्होंने एक बार फिर पार्टी नेताओं के साथ अनबन को खुलकर जाहिर कर दिया। लोकसभा में विपक्ष के हंगामे के दौरान शशि थरूर अपने ही नेताओं को नसीहत देने लगे। उन्होंने कहा कि संसद की कार्यवाही को ठीक से चलने देना चाहिए।

थरूर ने कहा, मैंने शुरू से ही कहा है। सोनिया गांधी जी समेत मेरी पार्टी के सभी नेता जानते है। हो सकता है कि मैं अपनी पार्टी में अकेला ऐसी बात करने वाला हूं। लेकिन हमारी जनता ने हमें संसद में अपना प्रतिनिधित्व करने के लिए भेजा है। इस तरह से हंगामा करने और चिल्लाने के लिए नहीं भेजा है। जनता ने हमें उनकी समस्याओं को संसद में रखने के लिए यहां भेजा है।

बता दें कि संसद का शीत सत्र शुरू होने के साथ ही विपक्ष ने कई मुद्दों को लेकर हंगामा शुरू कर दिया है। विपक्ष का कहना है कि संसद में एसआईआर को लेकर चर्चा होनी चाहिए। बीते दिनों एसआईआर को लेकर ही कांग्रेस की एक रणनीतिक बैठक में थरूर नहीं पहुंचे थे। बैठक के एक दिन बाद ही वह प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी के कार्यक्रम में पहुंच गए। इसके बाद संसद के शीतसत्र को लेकर बनाई जाने वाली योजनाओं पर कांग्रेस की बैठक में भी शशि थरूर नहीं पहुंचे। बाद में उन्होंने बताया कि वह अपनी 90 साल की मां के साथ थे।

डीएमके के वरिष्ठ नेता टी आर बालू ने तमिलनाडु में एक दरगाह के निकट स्थित मंदिर में 'कार्तिगई दीपम' से जुड़ा मुद्दा शुक्रवार को लोकसभा में उठाया और मद्रास उच्च न्यायालय के एक न्यायाधीश पर टिप्पणी की, जिस पर सत्तापक्ष ने तीखी आपत्ति जताई। बालू ने सदन में शून्यकाल के दौरान यह विषय उठाया और भारतीय जनता पार्टी (भाजपा) का नाम लिए बगैर आरोप लगाया कि एक दल द्वारा सांप्रदायिक टकराव की स्थित पैदा की जा रही है।

संक्षेप...

डेवलपर्स पिता-पुत्र केरल से गिरफ्तार

मुंबई. कस्तूरबा मार्ग पुलिस ने त्रिवेणी डेवलपर्स के मालिक पिता-पुत्र को केरल से गिरफ्तार किया है. दोनों पर परियोजनाओं में निवेश और फ्लैटों की बिक्री के नाम पर, कई लोगों से करोड़ों रुपये की धोखाधड़ी करने का आरोप है. आरोपियों की पहचान 55 वर्षीय अशोक जेठवा और उनके 33 वर्षीय बेटे मिहिर जेठवा के रूप में हुई है. केरल में गिरफ्तारी अभियान पुलिस उपायुक्त (जोन 11) संदीप जाधव और वरिष्ठ पुलिस निरीक्षक जयराज रनवारे के मार्गदर्शन में चलाया गया था.

पुलिस के मुताबिक, दोनों आरोपी अपनी पहचान छिपाकर गिरफ्तारी से बचने के लिए दमन, गुजरात, तमिलनाडु, कर्नाटक और केरल में रह रहे थे. उन्हें मुंबई पुलिस ने केरल के एर्नाकुलम स्थित एक होटल से गिरफ्तार किया और मुंबई लाई है. उनके खिलाफ मुंबई के विभिन्न पुलिस थानों में धोखाधड़ी के कम से कम 10 मामले दर्ज हैं.अदालत ने गिरफ्तारी वारंट जारी किए हैं, उन्हें 8 दिसंबर तक पुलिस हिरासत में भेज दिया गया है. दोनों के खिलाफ दर्ज 10 मामलों में से पांच कस्तूरबा मार्ग पुलिस स्टेशन में, चार बोरीवली पुलिस स्टेशन में और एक अन्य कस्तूरबा पुलिस स्टेशन में दर्ज है. जेठवा परिवार ने कथित तौर पर फर्जी अनुमति, जाली दस्तावेजों और समय पर कब्जे के झूठे आश्वासन का इस्तेमाल करके खरीदारों को लुभाया था.

पुलिस के अनुसार, त्रिवेणी डेवलपर्स का कार्यालय बोरीवली पूर्व में स्थित था. शिकायतकर्ता, 69 वर्षीय नवीन चंद्र भारखड़ा ने पुलिस को बताया कि, जेठवा परिवार ने उनसे अपने प्रोजेक्ट में निवेश के तौर पर 1.17 करोड़ रुपये लिए थे. उन्हें बोरीवली पूर्व में एक फ्लैट के साथ 2% मासिक रिटर्न का वादा किया था. हालाँकि, न तो पैसे लौटाए गए और न ही फ्लैट.

अग्रसेन और सिंधी समाज पर विवादित बयान देने वाले

अमित बघेल ने किया थाने में सरेंडर

- पुलिस ने 5 हजार रुपए का रखा था इनाम

रायपुर. अग्रवाल समाज और सिंधी समाज के ईष्ट देवता के खिलाफ भड़काऊ बयान देने के मामले में भगोड़ा घोषित जोहार छत्तीसगढ़ पार्टी के प्रमुख अमित बघेल ने आखिरकार देवेन्द्र नगर थाने में सरेंडर किया है। सरेंडर के दौरान पुलिस बल की बड़ी तैनाती और बघेल के समर्थकों की मौजूदगी देखी गई।छत्तीसगढ़ पर्यटन गाइड

मामला 27 अक्टूबर का है, जब अमित बघेल ने छत्तीसगढ़ महतारी की मूर्ति टूटने के विवाद के बाद अग्रसेन महाराज और सिंधी समाज के ईष्ट देवता झूलेलाल पर विवादित टिप्पणी की थी। इस पर देवेंद्र नगर और कोतवाली थाने में एफआईआर दर्ज की गई थी।

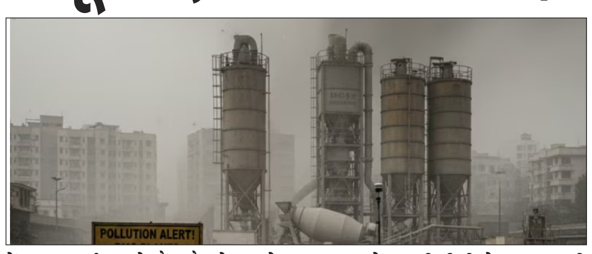
रायपुर पुलिस ने उनके न मिलने पर उन्हें भगोड़ा घोषित करते हुए 5 हजार रुपए का इनाम भी रखा था। सरेंडर के समय उनके साथ वकील भी मौजूद रहे, ताकि कानूनी प्रक्रिया सुचारू रूप से पूरी हो सके। अब इस घटना के बाद शहर में माहौल शांत है, और पुलिस ने कानूनी कार्रवाई को जारी रखने की पुष्टि की है।

कल्याण में 9 दिसंबर को तीन घंटे जलापूर्ति बंद रहेगी

कल्याण. कल्याण-डोंबिवली महानगरपालिका के मोहीली पंपिंग सेंटर के माध्यम से उल्हास नदी से पानी उठाकर 150 डी.एल.एल. क्षमता वाले नेतिवली जल परिशोधन केंद्र में शुद्धिकरण किया जाता है. इसी केंद्र के जरिए डोंबिवली पूर्व और पश्चिम दोनों प्रभागों में जलापूर्ति की जाती है. मनपा प्रशासन ने जानकारी दी है कि नेतिवली जल परिशोधन केंद्र में फिल्टर बेड आउटलेट पाइपलाइन के परिवर्तन, डोंबिवली प्रभाग की वितरण प्रणाली के रखरखाव और मरम्मत, तथा अमृत 2.0 योजना के तहत खंबलपाड़ा क्षेत्र में निर्मित उच्च जलाशय (ओवरहेड टैंक) के इनलेट को मुख्य जल चैनल से जोड़ने का महत्वपूर्ण कार्य किया जाएगा.

अंबरनाथ मेडिकल चैरिटेबल एसोसिएशन के पदाधिकारियों ने नई दिल्ली में राष्ट्रीय लोकनेता श्री शरद पवार साहब से सदिच्छा मुलाकात कर उन्हें अंबरनाथ के प्राचीन शिव मंदिर की दिव्य फोटो भेंट कर 85वें जन्म दिन की अग्रिम शुभकामनाएं दी।

मुंबई में बढ़ा प्रदूषण, बंद करनी पड़ी 19 फैक्ट्रियां



मुंबई. मुंबई महानगर क्षेत्र (एमएमआर) में बढ़ते वायु प्रदूषण को रोकने के लिए महाराष्ट्र प्रदूषण नियंत्रण बोर्ड (एमपीसीबी) ने कार्रवाई करते हुए कुल 19 रेडी मिक्स कंक्रीट (आरएमसी) प्लांटों को बंद कर दिया है. बोर्ड ने साफ चेतावनी दी है कि एयर पॉल्यूशन कंट्रोल नियमों का उल्लंघन करने वाली किसी भी इंडस्ट्री के खिलाफ सख्त कार्रवाई होगी. एमपीसीबी के चेयरमैन सिद्धेश कदम ने कहा, "प्रदूषण फैलाने वाले प्रोजेक्ट्स पर किसी भी तरह की रियायत नहीं दी जाएगी. नियमों का पालन न करने वालों पर कार्रवाई जारी रहेगी.

रियल टाइम में एक्यूआई नापने वाले स्टेशन

एमपीसीबी के पास एमएमआर के अलग-अलग हिस्सों में कुल 32 कंटीन्यूअस एम्बिएंट एयर क्वालिटी मॉनिटरिंग स्टेशन (सीएएक्यूएमएस) लगे हुए हैं. इनमें से 14 स्टेशन मुंबई नगर निगम क्षेत्र में हैं, जबकि बाकी ठाणे, कल्याण, नवी मुंबई और पनवेल में कार्यरत हैं. यही स्टेशन रियल टाइम में एक्यूआई मापते हैं और डेटा को नियमित रूप से सीपीसीबी की वेबसाइट पर 'समीर' ऐप के जरिए भेजते हैं, जहां आम नागरिक भी इसे देख सकते हैं. एयर क्वालिटी पर नजर रखने के लिए बोर्ड 22 मोबाइल मॉनिटरिंग वैन भी चला रहा है. ये वैन राज्य भर में आवश्यकता के अनुसार वायु गुणवत्ता की जांच करती हैं.

आरएमसी प्लांटों के लिए नई गाइडलाइंस

इनका इस्तेमाल प्रदूषण वाले हॉटस्पॉट क्षेत्रों, आरएमसी प्लांट और बड़े कंस्ट्रक्शन प्रोजेक्ट्स में निरीक्षण के लिए किया जाता है. नियमों का उल्लंघन करने वालों पर पर्यावरण कानून के तहत तुरंत एक्शन लिया जाता है. अक्टूबर 2025 में एमपीसीबी ने आरएमसी प्लांटों के लिए नई गाइडलाइंस जारी की थीं. इनके पालन की समीक्षा के दौरान कई गंभीर कमियां सामने आई हैं.

4 आरएमसी इंडस्ट्रीज को बंद करने का आदेश

देवनार और गोवंडी क्षेत्र में 4 आरएमसी इंडस्ट्रीज (ओम गहलोत ऑपरेटर, एनसीसी लिमिटेड, रामकी इंफ्रास्ट्रक्चर लिमिटेड और एनए कंस्ट्रक्शन प्राइवेट लिमिटेड) को बंद करने का आदेश दिया गया है. इन सभी की 5-5 लाख रुपए की बैंक गारंटी जब्त कर ली गई है. सायन क्षेत्र के संजय गांधी नगर में 3 अनधिकृत मेटल प्रोसेसिंग भट्टियों को बंद करने का निर्देश दिया गया. बीएमसी ने इन भट्टियों को हटाने का आदेश जारी किया है. वडाला-माहुल इलाके में निरीक्षण के दौरान शाम के समय कचरा जलाने की शिकायतें मिलीं, जिसके बाद मुंबई पोर्ट ट्रस्ट को तुरंत रोकथाम के कदम उठाने के निर्देश दिए गए.

19 आरएमसी इंडस्ट्रीज पर प्रतिबंध

सर्वे रिपोर्ट के अनुसार, ठाणे में 8 आरएमसी प्लांट, नवी मुंबई में 6 आरएमसी प्लांट और कल्याण में 1 आरएमसी प्लांट को नियमों का पालन न करने पर बंद कर दिया गया है. इस तरह कुल 19 आरएमसी इंडस्ट्रीज पर प्रतिबंध लगाया गया है. बोर्ड ने एमएमआर में वायु प्रदूषण नियंत्रित करने के लिए विशेष अभियान शुरू किया है. एमपीसीबी चेयरमैन सिद्धेश कदम ने भरोसा जताया कि यह सर्वे और एक्शन आगे भी जारी रहेगा.

बोर्ड के मेंबर सेक्रेटरी एम देवेंद्र सिंह रोजाना रिपोर्ट की समीक्षा कर रहे हैं और उन्होंने इंडस्ट्रीज से नियमों का पालन करते हुए सहयोग करने की अपील की है.

मुंबई के कॉलेज में बुर्का-नकाब प्रतिबंध के खिलाफ प्रदर्शन, 6 छात्राओं पर केस

मुंबई। मुंबई के गोरेगांव क्षेत्र के एक शैक्षणिक संस्थान में बुर्का-नकाब प्रतिबंध के खिलाफ प्रदर्शन करने के लिए छह छात्राओं पर मामला दर्ज किया गया है। एक पुलिस अधिकारी ने गुरुवार को बताया कि यह कार्रवाई तब की गई जब सूचना मिली कि कुछ महिलाएं विवेक विद्यालय और जूनियर कॉलेज के बाहर भूख हड़ताल पर बैठी हैं, क्योंकि प्रबंधन ने कक्षाओं के अंदर बुर्का और नकाब पहनने पर प्रतिबंध लगा दिया था। उन्होंने कहा, "वे बिना पुलिस की अनुमति के प्रदर्शन कर रही थीं। उन्होंने पुलिस कर्मियों के साथ भी बहस की, जिन्होंने उनसे आंदोलन समाप्त करने के लिए कहा। अवैध सभा के लिए हमने छह छात्राओं के खिलाफ मामला दर्ज किया है, जिनमें से तीन की पहचान नहीं हो पाई है।" प्रदर्शन का एक वीडियो दिनभर इंटरनेट मीडिया पर वायरल रहा।

जॉब फ्रॉड केस: 9 ट्रैवल एजेंटों के दफ्तरों पर छापा

मुंबई: मुंबई अपराध शाखा ने नागपाड़ा में नौ ट्रैवल एजेंटों के कार्यालयों पर छापे मारा है.जिन पर विदेश में नौकरी दिलाने का वादा कर लोगों को ठगने का आरोप है. पुलिस ने इन दफ्तरों से 238 पासपोर्ट और 'ऑफर लेटर' जैसे अन्य दस्तावेज़ भी जब्त किए हैं. एक पुलिस अधिकारी ने बताया कि, एजेंसियों के दो मालिकों को गिरफ्तार कर लिया गया है. सात अन्य आरोपी को इस मामले में वांछित अभियुक्त बनाया गया है. भारतीय न्याय संहिता और आव्रजन अधिनियम की विभिन्न धाराओं के तहत मामला दर्ज किया गया है. एक पुलिस अधिकारी ने बताया कि उन्हें दिल्ली स्थित विदेश मंत्रालय की ओर से, बांद्रा स्थित प्रवासी संरक्षण कार्यालय (पीओई) से शिकायत मिली थी. कि नागपाड़ा इलाके में कई टूर एंड ट्रैवल्स भारतीय नागरिकों को ठग रहे हैं. शिकायत में कहा गया है कि यद्यपि इन ट्रैवल एजेंटों के पास भारतीय नागरिकों को रोजगार के लिए विदेश भेजने के लिए, विदेश मंत्रालय से आवश्यक सरकारी लाइसेंस नहीं था.

नाबालिग लड़के ने की आत्महत्या

नवी मुंबई. पनवेल के तहत आने वाले करंजाडे इलाके में एक 17 साल के लड़के ने अनजान वजहों से अपने घर में खुद को फांसी लगाकर आत्महत्या की. पनवेल शहर पुलिस स्टेशन में इस घटना को दर्ज किया गया है. पुलिस के अनुसार मृतक का नाम चिराग पांचाल है, जो अपने परिजनों के साथ करंजाडे में रहता था है. पुलिस ने बताया कि उसने अपने घर के हॉल की गैलरी में लोहे के एंगल से रस्सी बांधकर खुद को फांसी लगा लिया. पुलिस ने बताया कि जिस समय यह घटना हुई उस समय घर में कोई मौजूद नहीं था. चिराग ने किस वजह से अपनी जान दी, इसके बारे में छानबीन जारी है.

SST कॉलेज की एनएसएस यूनिट को मिला सरकारी सम्मान

जिला एड्स नियंत्रण विभाग, ठाणे की ओर से सम्मान – सामाजिक जागरूकता कार्य बना आदर्श

ठाणे. एसएसटी कॉलेज ऑफ आर्ट्स एंड कॉमर्स की राष्ट्रीय सेवा योजना (NSS) यूनिट द्वारा सामाजिक जिम्मेदारी की परंपरा को आगे बढ़ाते हुए किए गए उत्कृष्ट कार्यों को देखते हुए महाराष्ट्र सरकार और जिला एड्स नियंत्रण विभाग, ठाणे ने विशेष सम्मान प्रदान किया है। समाज जागरूकता, स्वास्थ्य संवर्धन और जनहित गतिविधियों में किए गए उल्लेखनीय कार्यों के चलते यह सम्मान कॉलेज को प्राप्त हुआ है।

पुरस्कार समारोह में एसएसटी कॉलेज की एनएसएस यूनिट द्वारा चलाई गई विभिन्न स्वास्थ्य संबंधी मुहिम, एचआईवी/एड्स जागरूकता अभियान, शैक्षणिक सत्रों में आयोजित जनहित कार्यक्रम तथा विद्यार्थियों की सक्रिय भागीदारी से की गई निरंतर समाजसेवा की सराहना की गई। कॉलेज के एनएसएस स्वयंसेवकों द्वारा आयोजित रक्तदान शिविर, स्वास्थ्य जांच अभियान, स्वच्छता उपक्रम तथा युवाओं में स्वास्थ्य जागरूकता को बढ़ावा देने के प्रति उनकी प्रतिबद्धता को शासन ने विशेष रूप से प्रशंसा दी।

कॉलेज के प्राचार्य डॉ. पुरस्वानी के मार्गदर्शन में, उपप्राचार्य एवं एनएसएस ठाणे जिला समन्वयक प्रा. जीवन विचारे, कार्यक्रम अधिकारी तथा पूरी टीम के नेतृत्व में चलाए गए उपक्रमों ने कॉलेज की 'सामाजिक प्रतिबद्धता' की छवि को और मजबूत किया है।

विद्यार्थियों में मूल्य शिक्षण का विकास, जिम्मेदार नागरिकता तथा समाज के लिए योगदान देने की प्रेरणा देने के कॉलेज के उद्देश्य को इस सम्मान ने और सशक्त बनाया है।

ठाणे के जिला अस्पताल और जिला नियंत्रण कक्ष की ओर से आयोजित समारोह में जिला शल्य चिकित्सक डॉ. कैलाश पवार के हाथों यह पुरस्कार प्रदान किया गया। इस अवसर पर प्रा. जीवन विचारे ने पुरस्कार स्वीकार किया। उन्हें प्रमाणपत्र और स्मृति चिह्न देकर सम्मानित किया गया। कार्यक्रम में श्री रतन गाढ़वे (जिला कार्यक्रम प्रबंधक), श्री अशोक देशमुख (जिला पर्यवेक्षक), एवं श्रीमती नीलिमा पाटील (जिला पर्यवेक्षक) उपस्थित थे।

इस सम्मान से एसएसटी कॉलेज के समाजहितैषी कार्यों को शासन की आधिकारिक मान्यता मिली है, और कॉलेज प्रशासन ने आश्वासन दिया है कि आने वाले समय में एनएसएस यूनिट और अधिक उत्साह तथा नए उपक्रमों के साथ सामाजिक सेवा का कार्य आगे बढ़ाती रहेगी।

'बच्चों को मेरे स्टारडम का अंदाजा नहीं था'

- माधुरी दीक्षित ने बताया बेटों का रिएक्शन
- बोलीं- पहली बार पैपराजी को देख कंफ्यूज हो गए थे

माधुरी दीक्षित अपनी अपकमिंग सीरीज 'मिसेज देशपांडे' को लेकर सुर्खियों में बनी हुई हैं। इसी सिलसिले में माधुरी यूट्यूबर रणवीर अलहाबादिया के पॉडकास्ट में पहुंचीं।

यहां उन्होंने अपने जीवन के कई पहलुओं पर बात की हैं। एक्ट्रेस ने बताया कि कैसे उनके बच्चों को उनके स्टारडम और फिल्मों के बारे में कोई आइडिया नहीं था। जब वो पहली बार इंडिया आए, तब उन्हें उनकी स्टारडम के बारे में पता चला।

पॉडकास्ट में रणवीर पूछते हैं कि आपने अपने बच्चों को माधुरी दीक्षित कौन है, कैसे एक्सप्लेन किया। इसके जवाब में माधुरी बताती हैं- 'जब तक भारत में शिफ्ट नहीं हुए, उन्हें कुछ नहीं पता था। एक बार हम लोग पीवीआर में फिल्म देखने चले गए, जब बाहर आए तो इतने फोटोग्राफर फोटो क्लिक करने लगे कि वो कंफ्यूज हो गए कि क्या चल रहा है।

फिर घर जाकर उन्होंने पूछा कि क्या चल रहा था। फिर मैंने उन्हें बताया कि मैं एक्ट्रेस हूं। इस वजह से वो सब मेरी फोटो लेना चाहते थे।'

माधुरी आगे कहती हैं- 'जब हम इंडिया आए तो मेरे बेटे 6-7 साल के थे। यूएस में उन्हें कुछ पता नहीं था लेकिन जब इंडिया में वो स्कूल जाने लगे तो उन्हें धीरे-धीरे पता चला कि मैं कौन हूं। स्कूल में कोई बच्चा आकर बोल देता कि तुम बहुत लकी हो क्योंकि तुम्हारी मां माधुरी दीक्षित है। फिर वो मुझसे से आकर कहते हैं कि तुम तो हमारी मां हो। फिर वो क्यों कहते हैं कि हम लकी हैं।'

मुंबई-अहमदाबाद बुलेट ट्रेन निर्माण स्थलों पर प्रत्यक्ष अनुभव प्राप्त करने का अवसर

मुंबई. अहमदाबाद बुलेट ट्रेन निर्माण स्थलों के शैक्षणिक दौरे के लिए, इंजीनियरिंग और तकनीकी संस्थानों को प्रत्यक्ष अनुभव के लिए आमंत्रित किया गया है।

ठाणे।इस कार्यक्रम के तहत, युवा इंजीनियरों को बुलेट ट्रेन परियोजना की निर्माण पद्धति की प्रत्यक्ष समझ मिलेगी, साथ ही वे जारी कार्यों जैसे वायाडक्ट निर्माण, स्टेशन निर्माण, पुल निर्माण, ओवरहेड विद्युतीकरण, ट्रैक कार्य आदि का अवलोकन भी कर सकेंगे। यह अनुभव उन्हें भारत की पहली बुलेट ट्रेन परियोजना के निर्माण में लगने वाले पैमाने, जटिलताओं और सटीकता को समझने में मदद करेगा।निर्माण स्थलों के दौरे और इंजीनियरों व साइट प्रबंधन टीम के साथ interactive sessions इस पहल का मुख्य घटक हैं। इन संवादों से युवा इंजीनियरों को ऐसी बड़ी परियोजना को बेहतर समझने में मदद मिलेगी। यह पहल शैक्षणिक ज्ञान और वास्तविक अनुभव के बीच का अंतर समझने का अवसर प्रदान करेगी।

इस पहल में बुलेट ट्रेन निर्माण स्थलों पर अपनाई जा रही गुणवत्ता और सुरक्षा व्यवस्थाओं पर खास ध्यान दिया जाएगा।

कार्यक्रम के बारे में ज़्यादा जानकारी जैसे एलिजिबिलिटी, ग्रुप साइज, लॉजिस्टिक्स और साइट लोकेशन, NHSRCL वेबसाइट (www.nhsrcl.in) पर दिए गए लिंक पर उपलब्ध हैं: https://nhsrcl.in/en/educational-visits.

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