पृष्ठ.. 4 पर पढ़ें..

हर दिन मिलती हैं रेप की धमकियां -आयशा

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

उल्हास विकास

वर्ष : 46 ■ अंक : 4 ■ शुक्रवार 6 मार्च 2026 ■ 3 रुपए ■ पृष्ठ 4

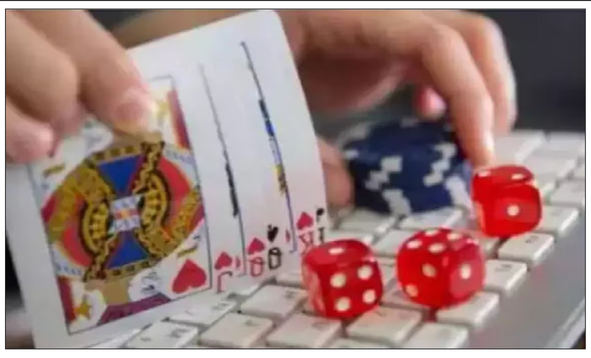
@ulhasvikas ulhasvikas@gmail.com

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

epaper.ulhasvikas.com

उल्हासनगर में जुआ-मटका धंधा जोरों पर

- उल्हासनगर पुलिस थाने की हद में सबसे ज्यादा जुआ-मटके के धंधे
- सेंट्रल व विट्ठलवाड़ी पुलिस थाने में अवैध डांस बार
- परिमंडल-4 में गुटखा, ई सिगरेट व ड्रग्स के कारोबार ने जोर पकड़ा



उल्हासनगर। उल्हासनगर पुलिस उपायुक्त परिमंडल-4 में यूं तो डांस बार, गुटखा और ड्रग्स का अवैध कारोबार तो जोर पकड़ रहा हैं वहीं जुआ-मटका अड्डा भी शहर का नाम रोशन कर रहा है। उल्हासनगर पुलिस स्टेशन की हद में फक्कड़ मंडली में शंकर कुकरेजा का मटका अड्डा बिंदास पुलिस की देखरेख में चल रहा है। वहीं मच्छी मार्केट में छोटा सरकार का भी मटके का धंधा फल फूल रहा है। इसी पुलिस थाने क्षेत्र में कराची मटन के पीछे लोटा और धारा सरकार का मटके कारोबार चल रहा है। उल्हासनगर-2 नेहरू चौक में विक्की उजैनवाल का मटके का धंधा, नेहरू चौक के पास सनम चाय के पीछे चकड़ी रोलेट धंधा चल रहा है। गोल मैदान पाली हिल में भी रोलेट प्रतिबंधित जुआ जोरों पर चल रही है। विट्ठलवाड़ी, हिललाईन और टिटवाला पुलिस थाना क्षेत्र के उल्हासनगर-4 सीएनजी पंप ब्राह्मण पाड़ा में नाना का मटके का धंधा तथा उल्हासनगर-5 में मेट्रो के पीछे शब्बीर का धंधा। अंबरनाथ में बिरजू का धंधा और आंबिवली में संदीप गायकवाड़ का न्वाईंस बार के सामने यह अवैध कारोबार फल फूल रहा है। पुलिस इन मटका चालकों को अपना पूरा आर्शिवाद दिए हुए हैं जिससे गरीब लोगों के घर बर्बाद हो रहे हैं। पुलिस को चाहिए कि इन पर तुरंत कार्रवाई करें और इन अवैध धंधों पर बंद करें।

ठाणे जिले में भी चल रहा जोरदार कारोबार

ठाणे जिला पुलिस आयुक्तालय क्षेत्र में गैर-कानूनी मटका और जुए के धंधे एक बार फिर सिर उठाने लगे हैं। 2024 के मुकाबले 2025 में शहर में मटका और जुए की गतिविधियों में भारी बढ़ोतरी हुई है। हालांकि पुलिस सभी क्राइम का पर्दाफाश करने का दावा कर रही है, लेकिन जब्त रकम में भारी कमी चौंकाने वाली है।

पुलिस के आंकड़ों के मुताबिक, 2025 में ठाणे के पांच परिमंडल वागले एस्टेट, भिवंडी, कल्याण और उल्हासनगर में मटका और जुए के क्राइम में बढ़ोतरी हुई है। पुलिस कह रही है कि गैर-कानूनी जुए के अड्डों के खिलाफ लगातार कार्रवाई की गई है। पुलिस ने 2024 के मुकाबले इस साल 673 ज़्यादा आरोपियों को गिरफ्तार किया है। खास बात यह है कि लगातार छापेमारी और स्पेशल ऑपरेशन की वजह से उन्होंने सभी क्राइम का पर्दाफाश किया है; हालांकि, क्राइम और गिरफ्तारियों की संख्या बढ़ने के बावजूद, जब्त की गई कुल रकम में कमी चर्चा का विषय बन रही है।

इस बीच, शहर में मटका और जुए पर असरदार तरीके से कंट्रोल करने के लिए स्पेशल टीमें एक्टिवेट की गई हैं और लोगों से अपील की गई है कि वे ऐसी गैर-कानूनी गतिविधियों के बारे में पुलिस को बताएं। एक सीनियर पुलिस अधिकारी ने यह भी साफ किया है कि आने वाले दिनों में इन क्राइम के खिलाफ और सख्त कार्रवाई की जाएगी।

मटका-जुआ के खिलाफ कार्रवाई

सन	क्राइम	खुलासे	प्रतिशत	आरोपी	जब्त माल
2024	450	450	100%	1,525	58,68,820
2025	566	566	100%	2,198	36,75,152

ज़ब्ती की रकम में कमी

आंकड़ों से साफ है कि 2025 में जब्त की गई रकम में करीब 22 लाख रुपये की कमी आई है। यह संभावना जताई जा रही है कि गैर-कानूनी जुए का धंधा छोटे लेवल पर या बिखरे हुए तरीके से चल रहा है. इसके अलावा, ऑनलाइन मीडिया का बढ़ता इस्तेमाल, मोबाइल ऐप के ज़रिए सट्टा और जुए के अड्डों की बार-बार बदलती जगहों की वजह से बड़ी रकम हासिल करना मुश्किल हो रहा है। इसलिए, क्राइम की संख्या बढ़ने के बावजूद, असल में ज़ब्ती कम हो रही है।

अंबरनाथ-उल्हासनगर में गरमी का प्रकोप

40° डिग्री तक पहुंचा पारा

- दोपहर में लग रहे धूप के चटके

अंबरनाथ. सोमवार को होली का उत्सव संपन्न होने के बाद शहर का पारा एकदम से बढ़ गया है. मार्च महिने के पहले हफ्त में ही पारा 40 डिग्री के आसपास चला गया है. बुधवार को दोपहर में तापमान 40 डिग्री तक पहुंच गया था. अभी से गरमी का ये हाल है तो अप्रैल, मई में गरमी का कहर बढ़ सकता है. ऐसा लोगों का अनुमान है. सूरज आग उगल रहा है. जरूरी काम से घर से बाहर निकलने वालों को पसीने में सराबोर देखा गया. ज्यादातर लोगों ने घरों में एसी में ही रहना पसंद किया. सुबह 11.30 बजे से ही धूप के चटके लगना शुरू हो गए थे. रात में तापमान 22 डिग्री तक रहा. रात में गरमी कम महसूस की जा रही है. गरमी का प्रकोप दो से तीन दिन तक जारी रहेगा. ऐसा अंदाज हवामान विभाग द्वारा जताया गया है.

गत कुछ वर्षों से अंबरनाथ तालुका, उल्हासनगर में गरमी का पारा बढ़ता ही जा रहा है. जनसंख्या में वृद्धि, मिट्टी को निकाल कर सीमेंट की सड़कों का निर्माण ऊंची-ऊंची इमारतों का निर्माण ये सब बातें तापमान में वृद्धि का कारण बन रही है. गरमी के ज्यादा बढ़ जाने के कारण लोग ठंडे पानी, ठंडे शरबत, गन्ने का रस की दुकानों एवं हाथगाड़ियों पर टूट पड़े हैं. दोपहर में 11.30 से 3.30 तक घर से बाहर ना निकलें, ऐसा आह्वान किया जा रहा है. अगर जरूरी काम से बाहर निकलना ही है तो छाता लेकर, आंखों पर गॉगल लगाकर, सर पर टोपी पहनकर निकलने की सलाह दी गई है.

49 शराबी वाहन चालकों पर कार्रवाई

- उल्हासनगर ट्रैफिक पुलिस ने की कार्रवाई
- ऑपरेशन अगले कुछ दिनों तक चलेगा
- दो दिनों में ड्राइवरों पर केस दर्ज

उल्हासनगर. होली के त्योहार को देखते हुए उल्हासनगर ट्रैफिक पुलिस ने शराब पीकर गाड़ी चलाने वालों के खिलाफ खास अभियान चलाकर सख्त कार्रवाई की है। इस अभियान में दो दिनों में 49 से ज्यादा ड्राइवरों पर केस दर्ज किया गया है। यह कार्रवाई उल्हासनगर ट्रैफिक सब-डिवीजन में सीनियर पुलिस इंस्पेक्टर राजेश शिरसाठ के मार्गदर्शन में की गई।

ट्रैफिक पुलिस डिपार्टमेंट के कर्मचारी संजय बेंद्रे, जितेंद्र चिट्टे, मनोज काले, लक्ष्मण पंढरे, पंढरीनाथ काले, अरुण गिरमे, शशिकांत निकाले, सुनील संकपाल, चंदू पगी, नाना आव्हाड और भरत खांडेकर की टीम ने अलग-अलग जगहों पर नाकाबंदी और चेकिंग की। इस कार्रवाई के दौरान मंगलवार को 39 शराब पीकर गाड़ी चलाने वालों के खिलाफ मोटर व्हीकल एक्ट की धारा 185 के तहत केस दर्ज किए गए। पुलिस ने यह भी बताया कि बुधवार शाम तक दस से ज्यादा लोगों के खिलाफ कार्रवाई की जा चुकी थी। होली के दौरान होने वाले हादसों की संभावना को रोकने और नागरिकों की जान को खतरे में डालने से रोकने के लिए यह अभियान चलाया गया था। ट्रैफिक पुलिस ने चेतावनी दी है कि यह स्पेशल ऑपरेशन अगले कुछ दिनों तक जारी रहेगा, और शराब पीकर गाड़ी चलाने वाले ड्राइवरों से सावधान रहने की अपील की है।

अंबरनाथ के युवक ने महिला की बदनामी की

- विट्ठलवाड़ी पुलिस में अपराध दर्ज

अंबरनाथ. अंबरनाथ पश्चिम के खुंटवली निवासी रोहित बिद्रेश पांडे (24) के खिलाफ उल्हासनगर-4 निवासी एक महिला ने विट्ठलवाड़ी पुलिस थाने में एक गंभीर शिकायत दर्ज कराई है. शिकायत के अनुसार 29 वर्षीय महिला के मोबाइल फोन पर रोहित ने अपने फोन का इस्तेमाल करते हुए xjayshree-storyxx और अन्य एक नाम का दो इंस्टाग्राम आईडी तैयार करके उसमें रोहित ने अपना फोटो और उस पर सेक्सुअल स्पैम और अश्लील प्रकार का मजकूर लिखकर पोस्ट कर दिया और शिकायतकर्ता महिला की बदनामी की. महिला ने विट्ठलवाड़ी पुलिस में आईटी अधिनियम 2000 के कलम 67,66 (क) के अनुसार अपराध दर्ज कराया है. ये घटना 16 फरवरी को दोपहर एक बजे की है. मामले की अधिक जांच पुलिस निरीक्षक अपराध चंद्रहार गोडसे कर रहे हैं.

बदलापुर महिला स्पर्म केस में छठी गिरफ्तारी

- अब पुलिस के शिकंजे में डाक्टर
- 5 दिन की पुलिस कस्टडी

बदलापुर. पुलिस ने यहां महिला स्पर्म की गैर-कानूनी बिक्री केस में छठे आरोपी को गिरफ्तार कर लिया है। बदलापुर पुलिस ने इस केस में नासिक से डॉ. अमोल पाटिल को गिरफ्तार किया है। इससे पहले इस केस में चार महिलाओं और एक पुरुष को गिरफ्तार किया जा चुका है. डॉ. अमोल पाटिल इस केस में गिरफ्तार किया गया छठा और सबसे अहम आरोपी है। नासिक से डॉ. पाटिल को बदलापुर पुलिस ने बुधवार देर रात गिरफ्तार किया था। आरोपी को अंबरनाथ कोर्ट में पेश किया गया और उसे 5 दिन की पुलिस कस्टडी में भेज दिया गया।

पुलिस और हेल्थ डिपार्टमेंट ने बदलापुर के जुवेली में एक हाउसिंग कॉम्प्लेक्स में सुलक्षणा गाडेकर के घर पर रेड मारी थी और कार्रवाई की थी। इस केस में आरोपी सुलक्षणा गाडेकर, अश्विनी चाबुकस्वार और मंजूषा वानखड़े के खिलाफ बदलापुर ईस्ट पुलिस स्टेशन में केस दर्ज कर गिरफ्तार कर लिया गया था। बाद में पुलिस ने सोनल गरीवाल को उल्हासनगर से और सुमित सोनकांबले को विट्ठलवाड़ी से गिरफ्तार किया। पुलिस ने यह बड़ी कार्रवाई तब की जब जांच चल रही थी।

गुमशुदा लड़कियों को पुलिस ने खोजा

- लड़कियां अपने पैरों पर खड़े होने के लिए घर से निकलीं

उल्हासनगर. कॉलेज में पढ़ने वाली और 10वीं क्लास में पढ़ने वाली दो जवान बहनों के गुम होने की शिकायत दर्ज होते ही विट्ठलवाड़ी पुलिस स्टेशन की टीम एक्शन मोड में आ गई और टेक्निकल एनालिसिस के ज़रिए इन बहनों को पांच दिनों बाद ढूंढ़ निकाला. हालांकि, इन दोनों बहनों ने अपने पैरों पर खड़े होने का पक्का इरादा जताया है और अपने माता-पिता के पास जाने से मना कर दिया है.

23 फरवरी को सुबह करीब 10:30 बजे चिंचपाड़ा इलाके में रहने वाली 22 और 19 साल की दो बहनें बिना किसी को बताए घर से निकल गईं. शाम हो गई. लेकिन उनका कहीं पता नहीं चला तो उनके पिता ने 24 फरवरी को विट्ठलवाड़ी पुलिस स्टेशन में शिकायत दर्ज कराई कि उनकी दोनों बेटियां गुमशुदा हैं. उनके घर न आने से परेशान होकर अब इन बहनों को ढूंढ लिया गया है और उनके साथ ऐसी कोई घटना नहीं हुई है. सीनियर पुलिस इंस्पेक्टर अशोक कोली ने बताया है कि बहनों ने अपने माता-पिता के पास जाने से मना कर दिया

लड़कियों के गायब होने की वजह उनकी सौतेली माँ का उनकी पढ़ाई को लेकर लगातार गुस्सा था। क्योंकि दोनों बहनें छोटी हैं, इसलिए लड़कियों के गायब होने का मामला सेंसिटिव था। लेकिन, बेहतरीन टीमवर्क की वजह से उन्हें ढूंढ लिया गया। लेकिन, क्योंकि वे नाबालिग नहीं बल्कि समझदार हैं, इसलिए उन्होंने अपने पैरों पर खड़े होने का फैसला किया है और अपने माता-पिता के पास जाने या रहने से भी मना कर दिया है। उनके माता-पिता को इस बारे में बता दिया गया है।

दोनों बहनों को ढूंढने के लिए एक टीम भेजी गई। सीनियर पुलिस इंस्पेक्टर अशोक कोली ने मौजूदा हालात और दोनों बहनों के लापता होने के मामले को गंभीरता से लिया और डिप्टी कमिश्नर ऑफ़ पुलिस सचिन गोरे, असिस्टेंट कमिश्नर ऑफ़ पुलिस अमोल कोली के गाइडेंस में मिसिंग टीम के अधिकारियों, महिला पुलिस हवलदार दरेकर, पुलिस नायक चौधरी और क्राइम डिटेक्शन टीम के अधिकारियों को CDR और SDR से बहनों द्वारा इस्तेमाल किए गए मोबाइल नंबर की लोकेशन निकालने का निर्देश दिया गया था.

उल्हास नदी का प्रदूषण रोकने के लिए 6.40 करोड़

- KDMC के बजट में का प्रावधान

कल्याण. उल्हास नदी का प्रदूषण रोकने के लिए, कल्याण-डोंबिवली महानगर पालिका ने मनपा की सीमा में मोहना और गालेगांव में दो नालों के बहाव को मोड़ने के लिए प्रदूषण नियंत्रण बोर्ड से फंड मांगा था। यही प्रस्ताव 10 महीने पहले भी भेजा गया था। इसे अभी तक मंजूरी नहीं मिली है। चूंकि बोर्ड से फंड नहीं मिला है, इसलिए मनपा ने इस काम के लिए बजट में 6.40 करोड़ रुपये दिए हैं।

हर साल जनवरी से नदी के पानी पर जलकुंभी उगती हैं और हर जगह फैल जाती हैं। नदी के किनारे से सटे स्थानीय निकायों के सीवेज से भरे नाले सीधे नदी के बहाव में मिल जाते हैं। इन नालों में सीवेज बिना ट्रीट किए बहता है। इस वजह से, जलकुंभी नदी पर उगती हैं और हर जगह फैल जाती हैं। इसलिए, ऐसा पानी पीने से नागरिकों की सेहत को खतरा हो सकता है। इसी बैकग्राउंड में, कल्याणकर संस्था के प्रमुख नितिन निकम ने 22 मार्च 2025 को नदी के किनारे खड़े होकर सरकार/एडमिनिस्ट्रेशन का ध्यान खींचा था। सरकारी एजेंसियों ने इस प्रोटेस्ट का संज्ञान लिया।

इस बारे में अर्बन डेवलपमेंट डिपार्टमेंट के सेक्रेटरी असीम गुप्ता के साथ एक मीटिंग हुई। मीटिंग में जलकुंभी को हटाने, उल्हास और वालधुनी नदियों में पॉल्यूशन रोकने के लिए तुरंत कदम उठाने और कुछ लॉन्ग-टर्म प्लान लागू करने पर सहमति बनी।

हर महीने 10 लाख लीटर सीवेज डिस्चार्ज होता है

कल्याण के पास मोहना NRC नाले से हर दिन लगभग 4 MLD ड्रेनेज का पानी बिना ट्रीट किया हुआ डिस्चार्ज होता है। ऐसे दो नाले मोहना और गालेगांव में हैं। हालाँकि ज़्यादा नहीं, लेकिन रोज़ाना 8 MLD सीवेज का पानी नदी में जाता है। तो एक महीने में, लगभग 10 MLD यानी 10 लाख लीटर सीवेज इस नदी में डिस्चार्ज होता है। KDMC की सीमा में दो नाले, गालेगांव और मोहने, सीधे नदी के तल में मिलते हैं। उनके बहाव को मोड़ने के लिए 6.40 करोड़ रुपये की प्रोजेक्ट रिपोर्ट तैयार की गई थी। कल्याणकर सोशल ऑर्गनाइज़ेशन के हेड नितिन निकम ने बताया कि कल्याण-डोंबिवली म्युनिसिपल कॉर्पोरेशन ने इस साल के बजट में इस काम के लिए 6.40 करोड़ रुपये का प्रोविज़न किया है।

मेडिकल व्यवसाय में साझेदारी के नाम पर 10 लाख की धोखाधड़ी

कल्याण. डोंबिवली पुलिस थाने में दर्ज मामले में आशिष हसमुख मारू (40), निवासी मुलुंड पश्चिम, ने अनिल मिरगल पर धोखाधड़ी का आरोप लगाया है। शिकायत के मुताबिक, आरोपी ने डोंबिवली पूर्व स्थित नोबल हेल्थ केयर अस्पताल के मुनाफे का लालच देकर उन्हें साझेदारी के लिए तैयार किया। आरोप है कि मेडिकल स्टोर, पैथोलॉजी लैब और अन्य सेवाओं के नाम पर शिकायतकर्ता से 63.20 लाख रुपये डिपॉजिट के रूप में निवेश करवाया गया। बाद में आरोपी ने साझेदारी बीच में ही छोड़ दी.

अंबरनाथ चिखलोली में 9 पर गंभीर अपराध दर्ज

- गुरचरण जगह के पेड़ों को जेसीबी से तोड़ा
- गांववालों को भी दी धमकी

अंबरनाथ. शिवाजी नगर पुलिस ने एक आदिवासी की शिकायत पर चिखलोली ठाकुरपाड़ा निवासी 9 लोगों के खिलाफ अपराध दर्ज कराया है. ये 9 लोग चिखलोली गांव के गुरचरण स्थान के कई पेड़ों को जेसीबी से तोड़कर जमीन को लेवल कर रहे थे. गांववालों एवं आदिवासी शिकायतकर्ता एकनाथ धर्मा वारघड़ा (47) ने उन्हें ये सब करने के लिए मना किया तो वारघड़ा का कॉलर पकड़कर धक्का-बुक्की करते हुए धमकी दी कि वह उसे इस जगह जमीन में गाड़ देंगे.

वारघड़ा ने पुलिस को बताया कि आरोपी सोमनाथ पवार, लक्ष्मण पवार, राजेश पवार, जयेश पवार, निखिल पवार, रामदास पवार, संदीप पवार और बंटी पवार सभी निवासी पवार सेक्शन, चिखलोली पाड़ा ने 4 मार्च की सुबह 9.30 बजे गांव के पास की गुरचरन की जगह पर जेसीबी से आम, नारियल, चीकू, बांबू आदि पेड़ों को तोड़कर नुकसान किया. ये लोग पेड़ों को तोड़कर जगह लेवल कर रहे थे. गांव के लोग जमा हो गए. उन्होंने एवं गांववासियों ने जब उन्हें ये करने से मना किया तो वह सब नाराज हो गए. उन्होंने शिकायतकर्ता एवं गांववालों को गालीगलौज करते हुए धमकी दी कि हमारा बीच में कोई भी आया तो उसे इसी जगह में गाड़ देंगे.

संदीप पवार ने शिकायतकर्ता का कॉलर पकड़ कर उसके साथ धक्का-बुक्की की. पुलिस ने कई कलम के अनुसार उपरोक्त 9 लोगों पर अपराध दर्ज कर लिया है. मामले की जांच पुलिस उप निरीक्षक आर. पी. भवारी कर रहे हैं. पवार परिवार ने अपना खुलासा देते हुए बताया कि उन पर लगाए गए सभी आरोप बेबुनियाद हैं.

बिना इजाज़त बेरोकटोक चल रहे स्कूल वैन

- एक साल में 730 गाड़ियों पर कार्रवाई
- 11.32 लाख रुपये का जुर्माना वसूला

कल्याण. कल्याण सब-रीजनल ट्रांसपोर्ट डिपार्टमेंट ने पिछले एक साल में गैर-कानूनी तरीके से स्कूली बच्चों को ढो रहे वाहनों के खिलाफ बड़ी और सख्त कार्रवाई की है और 730 गाड़ियों पर कार्रवाई की है. साथ ही 11 लाख 32 हज़ार 250 रुपये का जुर्माना वसूला है। यह कार्रवाई अप्रैल 2025 से फरवरी 2026 तक की गई है। सब-रीजनल ट्रांसपोर्ट डिपार्टमेंट ने अभिभावकों से भी अपील की है कि वे अपने बच्चों को किसी भी प्राइवेट या बिना परमीशन वाले वाहनों में स्कूल न भेजें।

स्कूली बच्चों का ट्रांसपोर्टेशन बहुत ही सेंसिटिव मामला माना जाता है। चूंकि यह स्कूली बच्चों की ज़िंदगी से जुड़ा है, इसलिए सरकार ने इस ट्रांसपोर्ट के लिए अलग नियम बनाए हैं। अलग-अलग मामलों से यह पता चला है कि असल में कई प्राइवेट गाड़ी चलाने वाले गैर-कानूनी तरीके से स्कूली बच्चों को ढो रहे हैं। इनमें आवश्यक लाइसेंस का अभाव, फिटनेस प्रमाणपत्र का अभाव, अपर्याप्त बीमा, वाहन में निर्धारित क्षमता से अधिक विद्यार्थियों को ले जाना, जीपीएस और सीसीटीवी प्रणाली का अभाव, महिला परिचारिकों की कमी, चालकों का अधूरा पुलिस सत्यापन जैसी गंभीर कमियां शामिल हैं.

इस पृष्ठभूमि पर सरकार ने स्कूल बसों के लिए 'स्कूल बस विनियम' तैयार किए हैं । इनमें वाहन का रंग, 'स्कूल बस' के रूप में स्पष्ट अंकन, आपातकालीन द्वार, अग्निशामक यंत्र, प्राथमिक उपचार बॉक्स, जीपीएस ट्रैकिंग, सीसीटीवी कैमरे, प्रशिक्षित चालक और महिला सहायक, विद्यार्थियों की निश्चित बैठक क्षमता आदि शामिल हैं । साथ ही, चालक का अनुभव, चिकित्सा प्रमाणपत्र और आपराधिक पृष्ठभूमि की जांच आवश्यक है । इन नियमों का उल्लंघन करने पर जुर्माना, लाइसेंस निलंबन या वाहन जब्त करने की कार्रवाई की जाती है ।

अभिभावकों से अपील

सब-रीजनल ट्रांसपोर्ट ऑफिस ने पिछले साल स्कूलों के आस-पास और मुख्य सड़कों पर खास इंस्पेक्शन कैंपेन चलाए और नियमों का उल्लंघन करने वाली 730 गाड़ियों के खिलाफ कार्रवाई की गई है और 11.32 लाख रुपये से ज्यादा का जुर्माना वसूला गया है। सब-रीजनल ट्रांसपोर्ट ऑफिसर आशुतोष बरकुल ने पेरेंट्स से अपील की है कि वे स्टूडेंट्स को किसी भी प्राइवेट या बिना इजाज़त वाली गाड़ी में स्कूल न भेजें। बच्चों को तभी सफर करने दिया जाए जब यह पक्का हो जाए कि गाड़ी के पास स्कूल लाइसेंस है और उसमें ज़रूरी सेफ्टी इक्विपमेंट हैं या नहीं।

नाबालिग के साथ अमानवीय व्यवहार

उल्हासनगर. शहाड फाटक परिसर में एक 13 वर्षीय लड़के के साथ उसके घर के सामने दोस्तों के साथ खेलते समय उसकी चड्डी खींचकर मोबाइल फोन पर उसका वीडियो बनाने की चौंकाने वाली घटना घटी है।

जिसका बड़े भाई द्वारा विरोध करने पर पिटाई की गई है. परिवार ने उल्हासनगर पुलिस स्टेशन में शिकायत दर्ज कराई है और आरोपियों के खिलाफ कड़ी कार्रवाई की मांग की है. उल्हासनगर पुलिस स्टेशन में दर्ज शिकायत के अनुसार हाल ही में रात को एक 13 वर्षीय 6 क्लास में पढ़ने वाला नाबालिक बालक अपने दोस्तों के साथ बाहर खेल रहा था.उसी समय रियाज शेख (उम्र 21 वर्ष, निवासी गुलशननगर, उल्हासनगर-1)अपने साथियों के साथ पीछे से आया और लड़के की चड्डी खींचकर उसका मजाक उड़ाने लगा.

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

सिस्टम की बलि चढ़ी संवेदना

उत्तर प्रदेश के फतेहपुर जिले में मतदाता सूची के विशेष गहन पुनरीक्षण अभियान में कार्यरत एक बूथ स्तरीय अधिकारी की आत्महत्या की घटना ने प्रशासनिक व्यवस्था और मानवीय मूल्यों एवं संवेदनशीलता को लेकर फिर से गंभीर सवाल खड़े कर दिए हैं। खबरों के मुताबिक, यह कर्मी अपनी बेटी की शादी के लिए छुट्टी नहीं मिलने से इस कदर परेशान था कि प्राथमिक विद्यालय के भवन में फंदा लगाकर अपनी जान दे दी। विभिन्न राज्यों में पुनरीक्षण की प्रक्रिया में जुटे कर्मियों पर काम का दबाव होने की खबरें पहले भी आती रही हैं, लेकिन यह मामला सीधे तौर पर व्यवस्था में मनमानी, लापरवाही और असंवेदनशीलता से जुड़ा हुआ है। यह बात सही है कि पुनरीक्षण के कार्य का दबाव विभागीय स्तर पर महसूस किया जा रहा है, लेकिन क्या काम की अत्यधिक व्यस्तता के नाम पर किसी कर्मी को अपनी अति महत्त्वपूर्ण पारिवारिक जिम्मेदारी निभाने से रोका जा सकता है? वह भी ऐसी व्यवस्था में जहां कर्मचारियों के लिए वर्ष भर के अवकाश तय होते हैं!

गौरतलब है कि मतदाता सूची के विशेष गहन पुनरीक्षण के दौरान अब तक उठे विवादों में एक मामला बूथ स्तरीय अधिकारियों पर काम के अत्यधिक दबाव का भी रहा है। इस कारण कई कर्मियों के आत्महत्या करने तथा दिल का दौरा पड़ने या अन्य स्वास्थ्य संबंधी दिक्कतों की वजह से मौत हो जाने की खबरें अक्सर आती रहती हैं।

अब काम पूरा करने की समयसीमा नजदीक आते ही बूथ स्तरीय अधिकारियों पर दबाव और बढ़ गया है और उन्हें आसानी से अवकाश भी नहीं मिल पा रहा है। ऐसे में एक कर्मी के आत्महत्या कर लेने की यह घटना इसी ओर इशारा करती है। यह समझना भी जरूरी है कि किसी भी व्यक्ति के लिए नौकरी का मतलब यही होता है कि वह अपने परिवार का ठीक से पालन-पोषण कर सके और पारिवारिक जिम्मेदारियों को अच्छी तरह निभा सके। अगर बेटी या बेटे की शादी जैसे अत्यावश्यक कार्यों या आपात स्थिति में किसी कर्मी को छुट्टी ही न मिले, उस नौकरी के क्या मायने रह जाते हैं। बहरहाल, आत्महत्या की इस घटना की गहन जांच होनी चाहिए और दोषियों की जवाबदेही तय कर उन्हें कानून के कठघरे में लाया जाना चाहिए।

खुमैनी से खामेनेई तक की यात्रा, ईरान का त्रासदी भरा सफर

वर्ष 1979 में अयातुल्ला रुहेल्ला खुमैनी के नेतृत्व में ईरान एक राजशाही से मजहबी गणराज्य में परिवर्तित हुआ, लेकिन उनके उत्तराधिकारी अयातुल्ला अली खामेनेई के शासनकाल में स्थिति और बिगड़ गई। इन 46 वर्षों में ईरानी समाज का सफर कट्टरपंथी इस्लामवाद, परोक्ष युद्ध, जनता की कीमत पर अत्यधिक सैन्य खर्च, पश्चिम एवं यहूदी विरोधी विचारधाराओं और गहरी जड़ें जमा चुकी स्त्री-द्वेषी संस्कृति से भरा रहा। इसने आधी आबादी का दम घोंटा और ईरान को वैश्विक स्तर पर अलग-थलग किया। उसके सामाजिक ताने-बाने को भी खोखला किया। इस पतन की नींव 1979 की ईरानी क्रांति में पड़ी, जिसने शाह मोहम्मद रजा पहलवी को सत्ता से हटाकर खुमैनी को सर्वोच्च नेता बनाया।

खुमैनी ने एक ऐसी व्यवस्था स्थापित की, जहां मजहबी सत्ता ने लोकतांत्रिक इच्छा को पीछे छोड़ दिया और मजहबी तंत्र को लोकलुभावन बयानबाजी के साथ मिला दिया। यह महज राजनीतिक बदलाव नहीं, एक सामाजिक उथल-पुथल थी, जिसने ईरानी जीवन के हर पहलू में कट्टरता का संचार कर दिया। 1989 में सलमान रुश्दी के खिलाफ खुमैनी का फतवा इसी कट्टरता का उदाहरण था, जिसने साहित्यिक आलोचना को हत्या के वैश्विक आह्वान में बदल दिया और ईरान को वैचारिक आतंक के निर्यातक के रूप में स्थापित कर दिया।

ईरान ने परोक्ष आतंकवाद को विदेश नीति के एक अंग के रूप में अपनाया। 1980 के दशक में ईरान

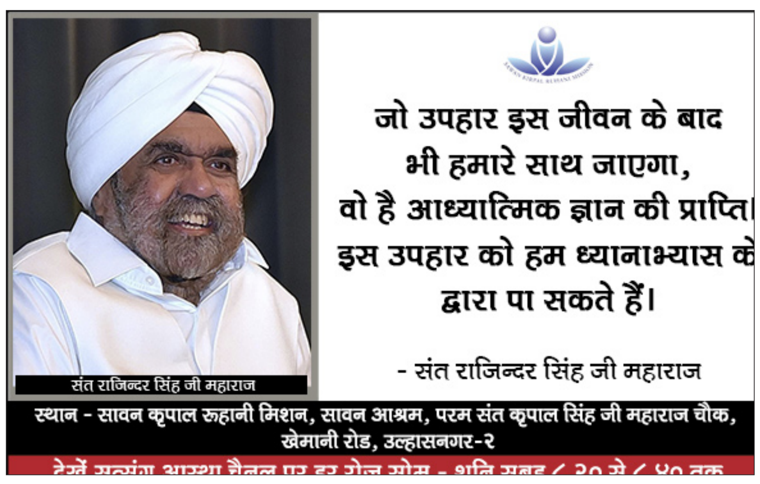
ने इजरायली और पश्चिम का मुकाबला करने के लिए लेबनान में हिजबुल्ला की स्थापना कर उसे पैसा, हथियार और प्रशिक्षण दिया। यह कथित क्रांति के निर्यात की एक सोची-समझी रणनीति थी। खुमैनी ने कहा था कि इस्लाम का प्रसार तब तक आवश्यक है, जब तक कि 'अल्लाह के सिवा कोई ईश्वर नहीं है' का नारा विश्व भर में गूंज न उठे।

1989 में जब खामेनेई ने सत्ता संभाली तो उग्रवाद और तीव्र हो गया। उनके शासनकाल में इस्लामिक रिवोल्यूशनरी गार्ड कोर (आइआरजीसी) ने कुद्स फोर्स का विस्तार किया। एक समय ईरान इराक में शिया मिलीशिया, गाजा में हमास और सीरिया में असद शासन का समर्थन करने के साथ ही भारी खर्च कर रहा था। अक्टूबर 2024 में ईरान द्वारा इजरायल पर किए गए मिसाइल हमले तेहरान में हमास नेता इस्माइल हानिये की हत्या के प्रतिशोध में किए गए। इससे परोक्ष आतंकवाद प्रत्यक्ष टकराव में बदल गया। दिसंबर 2024 में असद के पतन से ईरान को झटका लगा, फिर भी खामेनेई शासन ने अपना रुख नहीं बदला। उनकी रणनीति ने युद्धों को लंबा खींचा, लाखों को विस्थापित किया और ईरान को अछूत देश बना दिया।

हथियारों पर केंद्रित रहना ईरान के लिए विनाशकारी साबित हुआ। क्रांति के बाद ईरान की तेल पर निर्भर अर्थव्यवस्था को सैन्य शक्ति की ओर मोड़ दिया गया। खामेनेई के शासनकाल में सैन्य खर्च में भारी वृद्धि हुई।

कहने को तो इस्लामी मानकों के अनुरूप बना संविधान महिलाओं को बराबरी के दर्जे की बात करता है, लेकिन वास्तविकता इसके उलट है। आधी आबादी का संस्थागत दमन होता है। महिलाओं की गवाही का प्रभाव पुरुषों की तुलना में आधा माना जाता है। महिलाओं के जीवन का मोल भी आधा है। हिजाब के लिए कड़ी बंदिशें हैं। खुमैनी ने फतवा जारी करके लड़कियों के लिए विवाह की न्यूनतम आयु को घटाकर नौ वर्ष कर दिया था।

खामेनेई के दौर में हिजाब की अनिवार्यता को लेकर बड़ी सख्ती कई गई। इसके अनुपालन के लिए तेहरान में 70,000 पुलिसकर्मियों की तैनाती हुई। इसका नतीजा तमाम गिरफ्तारियों के रूप में सामने आया। महिलाओं के स्टेडियम में प्रवेश से लेकर ग्लैमरस हेयरस्टाल और कुत्ते पालने तक पर प्रतिबंध है। 2022 में कथित अनुचित हिजाब के आरोप में हिरासत के दौरान महसा अमीनी की मौत के बाद देशव्यापी विरोध-प्रदर्शन हुए। उनमें 500 से अधिक लोग मारे गए और हजारों गिरफ्तार हुए। पक्षपाती कानूनों की वजह से दुष्कर्मों के मामले में दोष सिद्धि असंभव सी है। यह सही है कि महिला साक्षरता बढ़कर 80 प्रतिशत तक हो गई और उनका संसद में प्रतिनिधित्व बढ़ा है, पर ये उपलब्धियां उस असमानता की खाई को नहीं ढक सकतीं, जिनसे महिलाओं को जूझना पड़ रहा है।



भारतीयों को वापस लाना चिंता का विषय

ईरान पर इजरायल और अमेरिका के साझा हमले के बाद युद्ध का स्वरूप बिगड़ता जा रहा है और कहना मुश्किल है कि आने वाले दिनों में यह कौन-सी दिशा अख्तियार करेगा। खासतौर पर हमले में ईरान के सर्वोच्च नेता अयातुल्ला अली खामेनेई की मौत के बाद ईरान की ओर से जिस तरह की प्रतिक्रिया सामने आ रही है, उसमें मध्य-पूर्व के देशों में भी स्थिति चिंताजनक हो रही है। इस बीच भारत के लिए एक बड़ी फिक्र यह खड़ी हुई है कि अलग-अलग उद्देश्य से मध्य-पूर्व के देशों में गए जो भारतीय फंस गए हैं, उन्हें वहां से सुरक्षित कैसे निकाला जाए।

अमेरिका और इजरायल के साझा हमले के जवाब में ईरान ने इजरायल को निशाना बनाने के साथ-साथ बहरीन, सऊदी अरब, कतर समेत कई देशों में स्थित अमेरिकी सैन्य अड्डों पर मिसाइल से हमले किए हैं। ऐसे में समझा जा सकता है कि वहां रहने वाले लोगों के सामने किस तरह की मुश्किलें खड़ी हो रही होंगी। स्वाभावकि ही भारत के सामने बड़ी चिंता उन इलाकों में फंसे भारतीयों को वापस लाने की है।

दरअसल, समूचे पश्चिम एशिया का इलाका इस समय युद्ध क्षेत्र में तब्दील हो गया लग रहा है।

स्वाभाविक ही वहां रह रहे तमाम आम लोगों के सामने खुद को सुरक्षित रखना एक बड़ी चुनौती है। दूसरी ओर, जो लोग दूसरे देशों से वहां गए हैं, वे किसी तरह वहां से निकलने की उम्मीद में हैं। ऐसे में भारत सरकार ने युद्ध प्रभावित देशों से भारतीयों को सुरक्षित निकालने के लिए कोशिश शुरू की है, लेकिन ठोस नतीजे के लिए समय रहते कदम उठाना जरूरी है। सुरक्षा मामलों की मंत्रिमंडलीय समिति (सीसीएस) ने पश्चिम एशिया में तेजी से बदलते हालात की समीक्षा की और सभी संबंधित विभागों को निर्देश दिया कि वे घटनाक्रम से प्रभावित भारतीयों की सहायता के लिए जरूरी और व्यावहारिक कदम उठाएं। सरकार की ओर से आश्वस्त किया गया है कि युद्ध के असर से जूझ रहे देशों में भारतीयों की सुरक्षा सुनिश्चित करने के लिए संबंधित भारतीय दूतावासों से बातचीत की गई है। भारत ने शांति और सुरक्षा के साथ-साथ विवादों के समाधान के लिए संवाद तथा कूटनीति का समर्थन किया है, लेकिन फिलहाल ज्यादा जरूरत इस बात की है कि युद्धग्रस्त इलाकों में फंसे लोगों की सुरक्षित वापसी की प्रक्रिया शुरू की जाए। गौरतलब है कि ईरान में करीब दस हजार भारतीय नागरिक रहते हैं, जो पढ़ाई और काम करते हैं। वहीं इजरायल में चालीस हजार से ज्यादा भारतीय रहते हैं। इसके अलावा, खाड़ी देशों और पश्चिम एशिया में लगभग नब्बे लाख भारतीय रहते हैं।

इन देशों में सैन्य तनाव बढ़ने और युद्ध का दायरा फैलने की वजह से उड़ान सेवाएं व्यापक पैमाने पर बाधित हुई हैं और बहुत सारे वैसे भारतीय उन जगहों के हवाईअड्डों पर फंसे हुए हैं, जो किसी तरह वतन लौटना चाहते हैं। हालांकि इससे पहले कई बार अलग-अलग देशों में भड़के युद्ध के दौरान भारत ने अपने हजारों नागरिकों की सुरक्षित वापसी सुनिश्चित की है। मगर इस बार सबसे बड़ी मुश्किल यह है कि युद्ध में शामिल देशों के बीच हमले अपनी पूरी तीव्रता के साथ जारी हैं और आम लोगों के लिए हवाई क्षेत्र बंद है। जब तक हमलों में कमी नहीं आएगी और यात्री उड़ानों की गुंजाइश नहीं बनेगी, तब तक बचाव अभियान शुरू करना शायद मुश्किल हो।

वन अधिकारी हिकमत काया बने प्रेरणा की मिसाल

तुर्की के एक साधारण वन अधिकारी हिकमत काया की कहानी आज पूरी दुनिया में प्रेरणा का स्त्रोत बन गई है. सोशल मीडिया पर

जरा हट के

उनकी तस्वीरें तेजी से वायरल हो रही हैं, जहां वे एक पुरानी 1978 की फोटो हाथ में लिए खड़े हैं. उस फोटो में पीछे बंजर, सूनी पहाड़ियां हैं और आज उसी जगह पर घना, हरा-भरा जंगल फैला हुआ है. हिकमत काया ने 41 साल की लगातार मेहनत से 30 मिलियन से ज्यादा पेड़ लगाए और करीब 25,000 एकड़

(10,000 हेक्टेयर) बंजर जमीन को जंगल में तब्दील कर दिया.

यह काम तुर्की के सिनोप प्रांत के बोयाबत जिले में हुआ, जहां कभी मिट्टी का क्षरण इतना ज्यादा था कि बाढ़ और सूखा आम बात हो गई थी. हिकमत काया 1978 में बोयाबत में वन संचालन प्रमुख (Head of Afforestation) के रूप में शामिल हुए थे. उस समय क्षेत्र की पहाड़ियां पूरी तरह से नंगी थीं—कोई पेड़ नहीं, सिर्फ चट्टानें और मिट्टी नजर आती थी. उन्होंने राज्य समर्थित रिफॉरेस्टेशन प्रोजेक्ट शुरू किया, लेकिन उनका विजन शॉर्ट-टर्म नहीं था. उन्होंने लंबे समय तक चलने वाली योजना बनाई, जिसमें हर साल नए पौधे लगाना, उनकी देखभाल करना और सुरक्षा सुनिश्चित करना शामिल था. अकेले नहीं, उन्होंने अपनी टीम और स्थानीय गांव वालों को साथ लिया. लोग खुद आगे आए और पौधे लगाने में मदद की. करीब 20-25 साल की नौकरी के दौरान उन्होंने 30 मिलियन सैपलिंग्स (पौधे) लगाए. रिटायरमेंट के बाद भी उनका काम नहीं रुका. वे गांव वालों के साथ मिलकर काम जारी रखते रहे. आज वह जंगल ना सिर्फ हरा-भरा है, बल्कि जैव विविधता से भरपूर है.

आज वहां लोमड़ी, जंगली सूअर, खरगोश और यहां तक कि भालू भी देखे जाते हैं. यह क्षेत्र पहले बाढ़ और मिट्टी बहाव से प्रभावित रहता था, लेकिन अब जंगल ने मिट्टी को बांध रखा है, पानी का स्तर सुधारा है और पर्यावरण को मजबूत बनाया है. हिकमत काया ने कहा है, "यह मेरे लिए सबसे बड़ी खुशी की बात है कि ये सारी बंजर पहाड़ियां जंगल बन गई हैं.

अक्सर दोपहर या रात के खाने में थोड़े-बहुत चावल बच ही जाते हैं। ज्यादातर लोग इन्हें दोबारा गर्म करके खाते हैं या फिर फेंक देते हैं, लेकिन क्या आप जानते हैं कि इन बचे हुए चावलों से आप एक ऐसा शानदार स्नैक्स तैयार कर सकते हैं, जो बाहर से एकदम कुरकुरा और अंदर से नरम होता है?

मसाला मठरी

सामग्री

- पके हुए चावल- 2 कप
- उबले हुए आलू- 2 मध्यम आकार के
- बारीक कटी सब्जियां- आधा कप (गाजर, शिमला मिर्च, और उबली हुई मटर)
- हरी मिर्च और अदरक- बारीक कटी हुई या पेस्ट
- मसाले- आधा चम्मच लाल मिर्च पाउडर, आधा चम्मच गरम मसाला, एक चम्मच चाट मसाला और स्वादानुसार नमक
- बाइंडिंग के लिए- 2-3 बड़े चम्मच बेसन या कॉर्नफ्लोर
- ब्रेड क्रम्ब्स- कटलेट को एक्स्ट्रा क्रिस्पी बनाने के लिए
- तेल- तलने के लिए

बनाने की विधि

सबसे पहले एक बड़े बाउल में पके हुए चावल लें। इन्हें हाथों से थोड़ा मैश कर लें, ताकि वे थोड़े चिपचिपे हो जाएं। अब इसमें उबले हुए आलू कद्दूकस करके डालें। आलू चावल को आपस में जोड़ने का काम करते हैं।

अब इस मिश्रण में अपनी पसंद की बारीक कटी सब्जियां, अदरक-मिर्च का पेस्ट और सभी सूखे मसाले डालें। लास्ट में बाइंडिंग के लिए बेसन या कॉर्नफ्लोर मिलाएं।

इसके बाद अपने हाथों पर थोड़ा सा तेल लगाएं, ताकि मिश्रण चिपके नहीं। अब थोड़ा-सा मिश्रण लेकर उसे अपनी पसंद का आकार दें, आप इन्हें गोल या ओवल शेप दे सकते हैं।

तैयार कटलेट्स को ब्रेड क्रम्ब्स में अच्छी तरह लपेट लें। इससे तलते समय कटलेट तेल कम सोखेंगे और बाहर से बहुत कुरकुरे बनेंगे।

अब एक कड़ाही में तेल गर्म करें। जब तेल मध्यम गर्म हो जाए, तो इसमें धीरे से कटलेट डालें। इन्हें मध्यम आंच पर ही तलें ताकि ये अंदर तक पक जाएं। जब ये दोनों तरफ से सुनहरे भूरे हो जाएं, तो इन्हें किचन टॉवल पर निकाल लें।

बॉडी बनाने के चक्कर में न करें ये गलतियां

आजकल युवाओं में बॉडी बनाने का क्रेज देखने को मिल रहा है. मस्कुलर बॉडी और फिट दिखने के चक्कर में युवा जिम में घंटों पसीना बहा रहे हैं. सोशल मीडिया पर अपने पसंदीदा फिटनेस इन्फ्लुएंसर्स को देखकर लोग जोश में जिम तो जॉइन कर लेते हैं, लेकिन सही जानकारी के अभाव में वे कुछ ऐसी गलतियां कर बैठते हैं, जो उनके शरीर के लिए घातक साबित हो सकती हैं. फिटनेस एक्सपर्ट्स चेतावनी देते हैं कि बिना किसी योजना या गलत टेक्निक के वर्कआउट करने से न केवल मसल्स की ग्रोथ रुक जाती है, बल्कि इंजरी का खतरा भी बढ़ जाता है. आप भी जिम जाने की शुरुआत कर रहे हैं या लंबे समय से वर्कआउट कर रहे हैं, तो आपको 5 गलतियों के बारे में जरूर जान लेना चाहिए.

नोएडा की फोर्टियर फिटनेस एकेडमी के ट्रेनर देव सिंह ने बताया कि जिम में कदम रखते ही भारी वजन उठाने लगना सबसे बड़ी गलती है. वार्म-अप आपके शरीर के तापमान को बढ़ाता है और मांसपेशियों में ब्लड फ्लो को तेज करता है, जिससे वे वर्कआउट के लिए तैयार होती हैं. बिना वार्म-अप के एक्सरसाइज करने से मांसपेशियों में खिंचाव और लिगामेंट इंजरी की संभावना बढ़ जाती है. इसी तरह वर्कआउट के अंत में कूल-डाउन और स्ट्रेचिंग न करने से शरीर में लैक्टिक एसिड जमा हो जाता है, जिससे मांसपेशियों में लंबे समय तक दर्द और अकड़न बनी रहती है.

एक्सपर्ट ने बताया कि जिम में दूसरों को प्रभावित करने के चक्कर में अपनी क्षमता से कहीं अधिक वजन उठाना ईगो लिफ्टिंग कहलाता है. यह इंजरी का सबसे प्रमुख कारण है. जब आप बहुत भारी वजन उठाते हैं, तो आपका पूरा ध्यान वजन उठाने पर होता है न कि सही फॉर्म और पोस्चर पर. इससे आपकी रीढ़ की हड्डी, जोड़ों और टेंडन्स पर अत्यधिक दबाव पड़ता है, जिससे स्लिप डिस्क या जोड़ों के फटने जैसी गंभीर समस्याएं हो सकती हैं. याद रखें बॉडी वजन की मात्रा से नहीं, बल्कि सही तरीके से मांसपेशियों पर पड़ने वाले तनाव से बनती है.फिटनेस एक्सपर्ट देव सिंह के अनुसार एक्सरसाइज के दौरान सही फॉर्म बनाए रखना सबसे महत्वपूर्ण है. अगर आप बाइसेप्स कर्ल करते समय अपनी पीठ हिला रहे हैं या स्क्वाट्स करते समय घुटनों को गलत दिशा में ले जा रहे हैं, तो आप अपनी मेहनत बेकार कर रहे हैं. गलत पोस्चर न केवल उस विशिष्ट मांसपेशी पर काम नहीं करता, जिसे आप टारगेट कर रहे हैं, बल्कि यह अन्य अंगों पर गलत दबाव डालकर उन्हें चोटिल कर देता है. हमेशा शुरुआत में हल्के वजन के साथ तकनीक को मास्टर करें और संभव हो तो शीशे के सामने खड़े होकर अपने मूवमेंट को चेक करें.

कई लोगों को लगता है कि वे जितना ज्यादा और जितनी देर जिम करेंगे, उतनी जल्दी बॉडी बनेगी. हकीकत यह है कि मांसपेशियां जिम में नहीं, बल्कि तब बढ़ती हैं, जब आप सो रहे होते हैं या आराम कर रहे होते हैं. हर दिन एक ही मांसपेशी को ट्रेन करना या हफ्ते के सातों दिन बिना ब्रेक के वर्कआउट करना ओवरट्रेनिंग कहलाता है. इससे शरीर में कोर्टिसोल यानी स्ट्रेस हार्मोन का स्तर बढ़ जाता है और मांसपेशियां रिकवर होने के बजाय टूटने लगती हैं. शरीर को ठीक होने के लिए पर्याप्त नींद और रेस्ट देना अनिवार्य है.

आज का राशिफल

मेष : वाणी पर नियंत्रण रखें। स्वास्थ्य का पाया कमजोर रहेगा। विवेक से कार्य करें। शेयर मार्केट व म्युचुअल फंड से लाभ होगा। स्थायी संपत्ति के कार्य बड़ा लाभ दे सकते हैं। रोजगार प्राप्ति के प्रयास सफल रहेंगे। यात्रा मनोरंजक रहेगी। समय की अनुकूलता का लाभ लें। मित्रों के साथ अच्छा समय बीतेगा।

वृषभ : पार्टी व पिकनिक का कार्यक्रम बनेगा। मनोरंजन का समय मिलेगा। रचनात्मक कार्य सफल रहेंगे। मनपसंद भोजन का आनंद मिलेगा। कारोबारी वृद्धि की योजना बनेगी। जोखिम व जमानत के कार्य टालें। समय की अनुकूलता रहेगी। घर-बाहर प्रसन्नता रहेगी। जल्दबाजी से कोई भी कार्य न करें।

मिथुन : बुरी खबर प्राप्त हो सकती है। दौड़धूप अधिक होगी। वाणी में हल्के शब्दों के प्रयोग से बचें। कीमती वस्तुएं संभालकर रखें। काम में मन नहीं लगेगा। बाहर जाने की योजना बनेगी। मित्रों का सहयोग प्राप्त होगा। परिवार के साथ समय मनोरंजन में व्यतीत होगा। आय होगी। व्यापार ठीक चलेगा।

कर्क : थकान व कमजोरी रह सकती है। खान-पान पर ध्यान दें। घर-परिवार की चिंता बनी रहेगी। उन्नति के मार्ग प्रशस्त होंगे। किसी प्रभावशाली व्यक्ति का मार्गदर्शन व सहयोग प्राप्त होगा। मान-सम्मान मिलेगा। मित्रों की सहायता करने का मौका मिलेगा। समय अच्छा व्यतीत होगा। प्रसन्नता रहेगी।

सिंह : विवाद को बढ़ावा न दें। हल्की हंसी-मजाक करने से बचें। उत्साहवर्धक सूचना प्राप्त होगी। आत्मसम्मान बनेगा। भूले-बिसरे साथियों से मुलाकात होगी। नए मित्र बनेंगे। कोई बड़ा कार्य करने की इच्छा जागृत होगी। यात्रा मनोरंजक रहेगी। व्यापार ठीक चलेगा। कुसंगति से दूर रहें। हानि संभव है।

कन्या : उन्नति के मार्ग प्रशस्त होंगे। यात्रा मनोरंजक रहेगी। नवीन वस्त्राभूषण की प्राप्ति पर व्यय होगा। व्यापार लाभदायक रहेगा। कोई बड़ा कार्य होने से प्रसन्नता रहेगी। दूसरों के काम में दखल न दें। मित्रों के साथ समय मनोरंजक व्यतीत होगा। भेंट व उपहार की प्राप्ति होगी। जल्दबाजी न करें।

तुला : स्वास्थ्य का पाया कमजोर रहेगा। विवाद को बढ़ावा न दें। बनते काम बिगड़ सकते हैं। तनाव रहेगा। व्यापार ठीक चलेगा। यात्रा में विशेष सावधानी रखें। किसी भी व्यक्ति के उकसाने में न आएं। मित्रों का सहयोग प्राप्त होगा। किसी मनोरंजक कार्यक्रम का हिस्सा बन सकते हैं।

वृश्चिक : दूर से अच्छे समाचार प्राप्त होंगे। जीवनसाथी से सहयोग मिलेगा। डूबी हुई रकम प्राप्त हो सकती है, प्रयास करें। यात्रा मनोरंजक रहेगी। सामाजिक कार्य करने की इच्छा जागृत होगी। व्यापार ठीक चलेगा। परिवार के साथ समय सुखमय व्यतीत होगा। प्रसन्नता बनी रहेगी।

धनु : लेन-देन में जल्दबाजी न करें। समय अनुकूल है। कोई आवश्यक वस्तु समय पर नहीं मिलने से खिन्नता रहेगी। योजना फलीभूत होगी। कार्यस्थल पर परिवर्तन हो सकता है। मित्रों के साथ समय मनोरंजक बीतेगा। सहकर्मियों का सहयोग मिलेगा, प्रोजेक्ट समय पर पूरे होंगे।

मकर : वाणी में हल्के शब्दों के प्रयोग से बचें। कानूनी अड़चन दूर होगी। लाभ के अवसर हाथ आएंगे। यात्रा मनोरंजक रहेगी। मनोरंजन के साधन प्राप्त होंगे। तीर्थदर्शन की योजना बनेगी। धर्म-कर्म में रुचि रहेगी। घर-बाहर प्रसन्नता रहेगी। परिवार के साथ रहने का अवसर प्राप्त होगा। लाभ होगा।

कुंभ : चोट व दुर्घटना से हानि संभव है। जल्दबाजी व लापरवाही भारी पड़ सकती है। स्वास्थ्य कमजोर रहेगा। हल्की हंसी-मजाक न करें। विवाद हो सकता है। किसी व्यक्ति की नाराजी से मन खराब होगा। मित्रों तथा रिश्तेदारों का सहयोग मिलेगा। प्रसन्नता रहेगी। मनोरंजन होगा।

मीन : बुद्धि का प्रयोग किसी भी समस्या का निवारण कर सकता है, यह याद रखें। किसी प्रभावशाली व्यक्ति का मार्गदर्शन व सहयोग प्राप्त होगा। लाभ के अवसर हाथ आएंगे। मित्रों का सहयोग व साथ मिलेगा। भाइयों से मतभेद दूर होंगे। व्यापार ठीक चलेगा। समय सुखमय व्यतीत होगा।

-ज्योतिषाचार्य पंडित अतुल शास्त्री

सफेद शर्ट, पैंट, कुर्तियों से भी छूट जाएंगे होली के पक्के रंग!

- **आजमाएं 5 DIY हैक्स**
- **मिनटों में नया सा चमकेगा कपड़ा**

होली का त्योहार यानी खुशियों और रंगों के साथ मौज मस्ती, लेकिन जब होली के बाद जब अपने सफेद कपड़ों या महंगी कुर्तियों, ब्रांडेड शर्ट पर लगे दाग को धोना पड़ता है तो मानों जान निकल जाती है.

अक्सर लोग दाग लगने के डर से पुराने कपड़े पहनकर होली खेलते हैं, लेकिन अगर आप स्टाइल के साथ सफेद कपड़ों में होली मनाना चाहते हैं, तो अब डरने की जरूरत नहीं है. यहाँ कुछ ऐसे लाउंड्री से जुड़े हैक्स शेयर कर रहे हैं, जिनकी मदद से आप बड़ी ही आसानी से सफेद शर्ट, पैंट और कुर्तियों से भी होली का पक्का रंग मिनटों में गायब कर सकते हैं. तो चलिए जानते हैं तरीका.

नींबू का रस यानी कुदरती ब्लीचिंग एजेंट-

नींबू में साइट्रिक एसिड होता है

जो दागों को काटने में माहिर है. अगर आपकी सफेद शर्ट पर गहरा गुलाबी या हरा रंग लग गया है, तो उस हिस्से पर नींबू का रस रगड़ें. आधे घंटे तक इसे ऐसे ही छोड़ दें और फिर ठंडे पानी से धो लें. नींबू न केवल दाग हटाएगा बल्कि कपड़े की सफेदी भी बरकरार रखेगा.

सफेद सिरका और डिटर्जेंट का घोल-

सफेद कपड़ों के लिए सिरका किसी वरदान से कम नहीं है. एक बाल्टी ठंडे पानी में आधा कप सफेद सिरका और थोड़ा सा वॉशिंग पाउडर मिलाएं. रंग लगे कपड़े को इसमें 2-3 घंटे के लिए भिगो दें. सिरका रंग के कणों को कपड़े के रेशों से अलग कर देता है, जिससे दाग आसानी से निकल जाते हैं.

काम आएगा बेकिंग सोडा का पेस्ट-

अगर दाग बहुत जिद्दी है और सूख चुका है, तो बेकिंग सोडा का इस्तेमाल करें. बेकिंग सोडा और पानी का एक गाढ़ा पेस्ट बनाएं और उसे दाग वाली जगह पर लगाकर सूखने दें. जब यह पूरी तरह सूख जाए, तो इसे पुराने ब्रश से रगड़कर साफ करें और फिर नॉर्मल वॉश कर लें. यह पक्के से पक्के गुलाल के दाग को भी खींच निकालता है.

नॉन-जेल टूथपेस्ट का कमाल-

सुनने में अजीब लग सकता है, लेकिन सफेद कपड़ों से छोटे-छोटे दाग हटाने के लिए सफेद टूथपेस्ट बहुत काम आता है. दाग वाले हिस्से पर थोड़ा सा टूथपेस्ट लगाएं और धीरे-धीरे रगड़ें. इसके बाद इसे डिटर्जेंट से धो लें. ध्यान रहे कि केवल 'सफेद' टूथपेस्ट का ही इस्तेमाल करें, जेल वाले का नहीं.

चैत्र माह की शुरुआत कब?

चैत्र माह पंचांग या फिर कहें कि हिंदू नववर्ष का पहला महीना होता है. यह पूजा पाठ और व्रत की दृष्टि से काफी महत्वपूर्ण माना जाता है. ज्योतिषशास्त्र के अनुसार, चैत्र माह की पूर्णिमा तिथि पर चित्रा नक्षत्र का शुभ संयोग बनता है, इसकी वजह से इस माह का नाम चैत्र है. चैत्र माह के शुक्ल पक्ष की प्रतिपद तिथि से हिंदू नववर्ष का प्रारंभ होता है. उस दिन से चैत्र नवरात्रि की शुरुआत भी होती है. चैत्र शुक्ल नवमी को भगवान राम का जन्म हुआ था, इसलिए इसे राम नवमी कहते हैं. पंचांग से जानते हैं कि चैत्र माह की शुरुआत कब से हो रही है? चैत्र महीने में क्या करें और क्या न करें?

पंचांग के अनुसार, चैत्र माह के कृष्ण पक्ष की प्रतिपदा तिथि 3 मार्च दिन मंगलवार को शाम में 05 बजकर 07 मिनट से से शुरू होगी. इस तिथि का समापन 4 मार्च दिन बुधवार को शाम में 04 बजकर 48 मिनट पर होगा. ऐसे में उदयातिथि के आधार पर चैत्र माह की शुरुआत 4 मार्च बुधवार को होगी.

इस साल चैत्र माह का शुभारंभ धृति योग और पूर्वाफाल्गुनी नक्षत्र में होगा. चैत्र कृष्ण प्रतिपदा के दिन धृति योग प्रातःकाल से लेकर सुबह 08 बजकर 52 मिनट तक है, उसके बाद से शूल योग प्रारंभ होगा. उस दिन पूर्वाफाल्गुनी नक्षत्र प्रातःकाल से लेकर सुबह 07 बजकर 39 मिनट तक है. उसके बाद से उत्तराफाल्गुनी नक्षत्र है.

धृति योग को शुभ योग माना जाता है. इस योग में आप जो कार्य करते हैं, उसमें स्थिरता प्राप्त होती है. वहीं पूर्वाफाल्गुनी नक्षत्र के स्वामी ग्रह शुक्र हैं और इस नक्षत्र के देवता भग हैं, जो भाग्य और दांपत्य सुख के कारक हैं. वहीं शूल योग को अशुभ और कष्टकारक माना गया है. उत्तराफाल्गुनी नक्षत्र भी स्थिर और शुभ होता है.

चैत्र माह से ऊर्जा और नवीनता का प्रारंभ होता है. इस वजह से आप व्रत और पूजा पाठ करें.

चैत्र में पापमोचनी एकादशी आएगी. इस एकादशी का व्रत करने से व्यक्ति पाप मुक्त हो जाता है, इसलिए यह व्रत सभी को करना चाहिए.

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...

नाबालिग से दरिंदगी, मेला देखने गई लड़की को उठा ले गए, जंगल में किया गैंगरेप

बुलंदशहर. बुलंदशहर में नाबालिग से दरिंदगी का मामला सामने आया है। घटना के समय किशोरी परिजनों के साथ चोला क्षेत्र के एक गांव निवासी पड़ोसी गांव में धार्मिक मेला देखने गई थी। यहीं पर दो कार सवार युवकों ने किशोरी का अपहण कर लिया और जंगल ले जाकर दो युवकों ने गैंगरेप की घटना को अंजाम दिया, जबकि दो अन्य युवकों ने दुष्कर्म का प्रयास किया। घटना को अंजाम देकर आरोपी किशोरी को मेले में छोड़कर फरार हो गए। खोजबीन करने पर परिजनों को किशोरी बेहोशी की अवस्था में मिली। होश आने पर किशोरी ने परिजनों को आपबीती बताई। पीड़िता के पिता की तहरीर पर पुलिस ने तीन नामजद समेत चार के खिलाफ मुकदमा दर्ज कर जांच शुरू कर दी है।

भाई-बहन ने चाकू से की युवक की हत्या

लखनऊ. लखनऊ में सनसनीखेज मर्डर समाने आया है। यहां दुबग्गा के बेगरिया गांव में हैप्पी होली बोलने से पनपे विवाद में दबंग युवक ने बहन के साथ मिलकर पेंटर कारीगर सूरज गौतम (22) को पेट में चाकू मारकर घायल कर दिया। सूरज की ट्रामा सेंटर में इलाज के दौरान मौत हो गई। घटना से नाराज परिजनों ने थाने पर पहुंच कर तीन घंटे जमकर बवाल किया। मौके पर दुबग्गा, नाका, काकोरी और पारा थाने की पुलिस परिजनों को समझाने बुझाने में जुटी रही। पुलिस ने हत्या का मुकदमा दर्ज कर आरोपी युवक, उसकी बहन और माँ को गिरफ्तार कर लिया है।

यूपी में जलती होली पर कूद गया युवक

संभल. यूपी के संभल में सनसनीखेज मामला सामने आया है। गुन्नौर के नंदरौली गांव में होली दहन के दौरान जलती होली के बीच एक युवक अचानक पहुंच गया और करीब 20 सेकेंड तक आग की लपटों के बीच हाथ जोड़कर खड़ा रहा। आग की तेज लपटों के बीच युवक को खड़ा देखकर ग्रामीण घबरा गए। इसी दौरान मौके पर मौजूद एक ग्रामीण ने साहस दिखाते हुए जलती होली में घुसकर युवक का हाथ पकड़ा और उसे खींचकर बाहर निकाल लिया। हालांकि तब तक युवक के कपड़े जल चुके थे और वह झुलस गया था। घटना के बाद ग्रामीणों ने 108 एंबुलेंस को सूचना दी, जिसके बाद युवक को अस्पताल में भर्ती कराया गया।

सड़क हादसे में बाप और बेटे की दर्दनाक मौत

बलरामपुर. यूपी के बलरामपुर जिले में भीषण सड़क हादसा हो गया है। कोतवाली देहात क्षेत्र के बहराइच बलरामपुर बौद्ध परिपथ पर गुरुवार सुबह साढ़े ग्यारह बजे भीषण सड़क हादसे में पिता-पुत्र की दर्दनाक मौत हो गई। तेज रफ्तार अज्ञात ट्रक ने उनकी बाइक को टक्कर मार दी, जिससे दोनों की मौके पर ही हालत गंभीर हो गई। अस्पताल ले जाने पर डॉक्टरों ने उन्हें मृत घोषित कर दिया। दोनों होली पर अपने रिश्तेदार के घर गए थे। गुरुवार की सुबह वह दोनों अपने घर को लोट रहे थे। हादसे के बाद परिवार में कोहराम मच गया। नगर कोतवाली क्षेत्र के खलवा मोहल्ला निवासी 24 वर्षीय सोनू मिश्रा पुत्र विमल मिश्रा और उनके 50 वर्षीय पिता विमल मिश्रा पुत्र तुकाराम बहराइच जिले के विशेश्वरगंज थाना क्षेत्र स्थित तेंदुआ कबीर गांव में होली की शाम(बुधवार को) अपने रिश्तेदार(साले पिंटू पाठक)के यहां गए हुए थे।

नीतीश ने राज्यसभा के लिए नामांकन दाखिल किया

- बोले- नई सरकार को सहयोग रहेगा
- JDU ऑफिस में तोड़फोड़
- तेजस्वी ने कहा- BJP ने हाईजैक किया

पटना. बिहार के CM नीतीश कुमार ने गुरुवार को विधानसभा पहुंचकर राज्यसभा कैंडिडेट के लिए नामांकन दाखिल किया। CM के साथ बीजेपी अध्यक्ष नितिन नवीन, रामनाथ ठाकुर, उपेन्द्र कुशवाहा और शिवेश कुमार ने भी नामांकन दाखिल किया। इस दौरान केंद्रीय गृह मंत्री अमित शाह भी मौजूद रहे।

नामांकन के बाद अमित शाह ने कहा, 'उनका ये कार्यकाल बिहार के इतिहास में स्वर्णिम पृष्ठ के रूप में लिखा जाएगा। बिहार के विकास के सारे मायने को उन्होंने गति देने का काम किया। उन्होंने अपने शासनकाल में बिहार को जंगलराज से मुक्त करने का काम किया।

उन्होंने न केवल बिहार की सड़कों को गांव तक जोड़ा, उसकी स्थिति में भी सुधार किया। इतने लंबे कार्यकाल में विधायक, सांसद, मुख्यमंत्री व केंद्रीय मंत्री रहते हुए उनके कुर्ते पर कभी दाग नहीं लगा। भ्रष्टाचार का आरोप लगे बिना इतना लंबा राजनीतिक सफर शायद ही किसी ने तय किया हो, जो नीतीश कुमार ने तय किया है। उनका जो कार्यकाल मुख्यमंत्री होने के नाते हैं, उसे बिहार के लोग याद भी करेंगे और उसका सम्मान भी करेंगे। मैं फिर से नितिन नवीन और नीतीश कुमार का राज्यसभा में आने पर स्वागत करता हूं।'

नीतीश बोले- नई सरकार को पूरा सपोर्ट

नामांकन से पहले नीतीश कुमार ने अपने X पर लिखा कि, 'संसदीय जीवन शुरू करने के समय से ही मेरे मन में एक इच्छा थी कि मैं बिहार विधान मंडल के दोनों सदनों के साथ संसद के भी दोनों सदनों का सदस्य बनूं। इसी क्रम में इस बार हो रहे चुनाव में राज्यसभा का सदस्य बनना चाह रहा हूं। बिहार की नई सरकार को मेरा सपोर्ट रहेगा।'

बिहार में महाराष्ट्र मॉडल

नीतीश के ऐलान पर तेजस्वी यादव ने कहा है कि, बिहार में महाराष्ट्र मॉडल बीजेपी ने लागू किया है। भाजपा ने नीतीश कुमार को इतना टॉर्चर किया कि उन्हें इस्तीफा देना पड़ रहा है। बीजेपी अपनी सहयोगी पार्टी को खत्म कर देती है। बीजेपी ने नीतीश को हाईजैक किया है।

सैन्य संघर्ष किसी समस्या का समाधान नहीं -PM मोदी

- मोदी बोले- इजराइल-ईरान जंग जल्द खत्म हो
- ईरान में अब तक 1000 लोगों की मौत

नई दिल्ली. प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने गुरुवार को दिल्ली में फिनलैंड के राष्ट्रपति अलेक्जेंडर स्टब के साथ द्विपक्षीय वार्ता की। इस दौरान उन्होंने मिडिल ईस्ट और यूक्रेन में जारी जंग को जल्दी खत्म करने की अपील की। मोदी ने कहा कि मिलिट्री लड़ाई (सैन्य संघर्ष) से कोई भी मसला हल नहीं हो सकता।

पीएम मोदी ने कहा कि भारत और फिनलैंड दोनों ही कानून के शासन, संवाद और कूटनीति में विश्वास रखते हैं। उन्होंने कहा- हम इस बात पर सहमत हैं कि सिर्फ सैन्य संघर्ष से कोई भी समस्या हल नहीं हो सकती। चाहे यूक्रेन का मुद्दा हो या मिडिल ईस्ट का भारत सभी विवादों के शांतिपूर्ण समाधान और शांति स्थापित करने की कोशिशों का समर्थन करता रहेगा।

अमेरिका-इजराइल और ईरान के बीच छह दिनों से जंग जारी है। अल जजीरा के मुताबिक, इजराइल-अमेरिका ने अब तक ईरान में 5000 से ज्यादा बम गिराए हैं। वहीं 20 ईरानी वॉरशिप को डुबो दिया है। इन हमलों में एक हजार से ज्यादा लोग मारे गए हैं। ईरान ने भी पलटवार करते हुए मिडिल ईस्ट के 9 देशों में बने अमेरिकी बेस पर हमला किया है।

मोदी बोले- AI, 6G और क्वांटम टेक्नोलॉजी में साझेदारी पर जोर

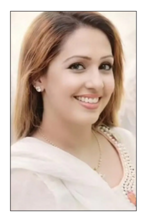
फिनलैंड के राष्ट्रपति अलेक्जेंडर स्टब बुधवार को चार दिवसीय भारत दौरे पर आए हैं। इस दौरे का उद्देश्य व्यापार, निवेश और उभरती प्रौद्योगिकियों सहित कई क्षेत्रों में द्विपक्षीय सहयोग को बढ़ाना है।

बैठक में दोनों देशों ने डिजिटलाइजेशन और सस्टेनेबिलिटी के क्षेत्रों में सहयोग बढ़ाने पर सहमति जताई। दोनों पक्षों ने भारत-फिनलैंड संबंधों को रणनीतिक साझेदारी के स्तर तक आगे बढ़ाने पर चर्चा की।

पीएम ने कहा कि आर्टिफिशियल इंटेलिजेंस, 6G टेलीकॉम, स्वच्छ ऊर्जा और क्वांटम कंप्यूटिंग जैसे हाई-टेक क्षेत्रों में सहयोग से दोनों देश आगे बढ़ेंगे। भारत-यूरोपीय फ्री ट्रेड एग्रीमेंट (FTA) भारत और फिनलैंड के बीच व्यापार, निवेश और तकनीकी सहयोग को और मजबूत करेगा।

मोदी ने राष्ट्रपति स्टब की व्यक्तिगत उपलब्धियों का जिक्र करते हुए कहा कि स्टब ने आयरनमैन ट्रायथलॉन पूरा किया है, जो बेहद कठिन प्रतियोगिता मानी जाती है।

कनाडा में पंजाबी यूट्यूबर नैन्सी ग्रेवाल की चाकू मारकर हत्या



कनाडा में पंजाबी मूल की यूट्यूबर नैन्सी ग्रेवाल (45) की चाकू मारकर हत्या कर दी गई। कनेडियन पुलिस के मुताबिक मंगलवार की रात करीब साढ़े 9 बजे हमलावर उसके घर में घुसे। उसे घर के भीतर ही चाकू मारे गए।

जिसके बाद हमलावर उसे लहूलुहान हालत में छोड़कर फरार हो गए। नैन्सी कनाडा के विंडसर इलाके में रहती थी। इसका पता चलने के बाद पुलिस वहां पहुंची। जहां से नैन्सी को तुरंत अस्पताल पहुंचाया गया।

वहां के डॉक्टरों के मुताबिक उसे काफी गंभीर चोटें लगी हुई थीं। जिस वजह से उसकी मौत हो गई। हालांकि नैंसी की बहन ने दावा किया है कि नैंसी की हत्या उसके घर में नहीं हुई बल्कि उसके घर से 45 मिनट की दूरी पर एक पेशेंट के घर के बाहर हुई है। नैन्सी का जन्म हरियाणा में हुआ लेकिन बाद में उनका परिवार लुधियाना शिफ्ट हो गया।

सचिन के बेटे की शादी में पहुंचे धोनी-अमिताभ

- मुकेश अंबानी-जय शाह भी शामिल हुए
- अर्जुन ने बिजनेसमैन रवि घई की पोती के साथ फेरे लिए

मुंबई. सचिन तेंदुलकर के बेटे अर्जुन तेंदुलकर की आज सानिया चंडोक के साथ मुंबई में शादी हुई। शादी समारोह में अमिताभ बच्चन पत्नी जया बच्चन के साथ पहुंचे।

भारतीय टीम के पूर्व कप्तान महेंद्र सिंह धोनी भी पत्नी साक्षी के साथ आए। वहीं, पूर्व कप्तान राहुल द्रविड़, अनिल कुंबले के साथ क्रिकेटर अजिंक्य रहाणे, सुरेश रैना, हरभजन सिंह भी मौजूद रहे।

शादी के फंक्शन 3 मार्च से ही चल रहे हैं। अर्जुन तेंदुलकर और सानिया चंडोक के प्री-वेडिंग फंक्शन 27 फरवरी को गुजरात के जामनगर में अंबानी परिवार के घर में हुए थे।

दोनों ने अगस्त 2025 में सगाई की थी। सानिया चंडोक ग्रैविस ग्रुप के चेयरमैन रवि घई की पोती हैं। अर्जुन की बहन सारा की करीबी दोस्त भी हैं।

पैट स्पा सेंटर की डायरेक्टर है सानिया

सानिया चंडोक मशहूर बिजनेस परिवार से ताल्लुक रखने के बावजूद सानिया लाइमलाइट से दूर रहती हैं। वे मुंबई में ही मिस्टर पॉज पैट स्पा एंड स्टोर एलएलपी (Mr. Paws Pet Spa & Store LLP) की पार्टनर और डायरेक्टर हैं। यह पशुओं की स्किनकेयर, ग्रूमिंग और इससे रिलेटेड प्रोडक्ट्स की सेवाएं देता है। सानिया ने इसकी शुरुआत 2022 में एक लाख रुपए से की थी।

कांग्रेस ने राज्यसभा चुनाव में उतारे 6 उम्मीदवार

- सिंघवी समेत इन नामों पर दांव

नई दिल्ली. कांग्रेस ने राज्यसभा चुनावों के लिए 6 उम्मीदवारों के नाम का ऐलान कर दिया है। इन नामों में हरियाणा और हिमाचल से लेकर तमिलनाडु तक के लिए नेताओं की लिस्ट शामिल है। पार्टी अध्यक्ष मल्लिकार्जुन खरगे की मंजूरी के बाद इस सूची को जारी किया गया है। कांग्रेस ने हिमाचल प्रदेश से अनुराग शर्मा को कैंडिडेट बनाया है। इसके अलावा एम. क्रिस्टोफर तिलक तमिलनाडु से उतरेंगे। अभिषेक मनु सिंघवी और वी. नरेंद्र रेड्डी तेलंगाना से राज्यसभा जाएंगे। हरियाणा से कर्मवीर सिंह बौद्ध को मौका दिया गया है। वहीं छत्तीसगढ़ से फूलो देवी नेताम को कांग्रेस ने उम्मीदवार बनाया है।

हरियाणा में कांग्रेस ने दलित समुदाय से ताल्लुक रखने वाले कर्मवीर सिंह बौद्ध को मौका दिया है। वह सरकारी अफसर रहे हैं और कुछ साल पहले ही रिटायर हुए हैं। अंबाला के रहने वाले बौद्ध विधानसभा चुनाव में भी उतरना चाहते थे, लेकिन मौका नहीं मिल पाया था। पहले से ही चर्चा थी कि किसी दलित नेता को राज्यसभा भेजा जाएगा। इसके लिए पूर्व प्रदेश अध्यक्ष उदयभान का नाम चर्चा में था तो वहीं अशोक तंवर भी रेस में बताए जा रहे थे। लेकिन अंत में कर्मवीर सिंह बौद्ध के नाम पर ही मुहर लगी। इसे पार्टी की एक नया दलित नेतृत्व खड़ा करने की कोशिश माना जा रहा है।

हरियाणा से हिमाचल तक कांग्रेस ने चौंका दिया

अब हिमाचल की बात करें तो वहां भी कांग्रेस ने चौंका दिया है। उन अनुराग शर्मा को राज्यसभा में मौका दिया है, जिनका नाम दूर-दूर तक चर्चा में नहीं था। वह कांग्रेस जिला कमेटी के अध्यक्ष हैं। वह कांगड़ा जिला के बैजनाथ के रहने वाले हैं। अनुराग शर्मा शिमला के विधानसभा परिसर में अपना नामांकन दाखिल करेंगे। संयोग से आज उनका जन्मदिन भी है, ऐसे में इसे उनके लिए खास दिन माना जा रहा है। कांग्रेस के इस फैसले को स्थानीय चेहरे पर दांव लगाने की रणनीति के तौर पर देखा जा रहा है। इससे पहले मुख्यमंत्री सुखविंदर सिंह सुक्खू ने संकेत दिए थे कि इस बार कांग्रेस बाहरी राज्य से उम्मीदवार नहीं उतारेगी और हिमाचल से ही चेहरा सामने लाया जाएगा।

सीएम सुक्खू के भी करीबी माने जाते हैं अनुराग शर्मा

हिमाचल का सबसे बड़ा जिला कांगड़ा है। यहां 15 विधानसभा सीटें आती हैं। राज्य में ठाकुर और ब्राह्मण वर्ग की अच्छी आबादी है। सीएम से लेकर तमाम मंत्रियों तक ठाकुरों का अच्छा प्रतिनिधित्व है। ऐसे में एक ब्राह्मण नेता को राज्यसभा भेजा गया है। अनुराग शर्मा को सीएम सुक्खू का भी करीबी माना जाता है। वहीं वरिष्ठ अधिवक्ता अभिषेक मनु सिंघवी को तेलंगाना से राज्यसभा भेजा जाएगा। गौरतलब है कि 16 मार्च को 30 राज्यसभा सीटों पर चुनाव होना है।

बेंगलुरु में सॉफ्टेयर इंजीनियर महिला ने सुसाइड किया

बेंगलुरु. कर्नाटक के बेंगलुरु में महिला ने सास से झगड़ा होने पर सुसाइड कर लिया। घटना 4 मार्च को नॉर्थ बेंगलुरु के इलाके में हुई। पुलिस ने बताया कि सास-बहू का खाना बनाने को लेकर झगड़ा हुआ था।

पुलिस ने बताया कि मृतक महिला का नाम सुषमा (35) है, वह आईटी कंपनी में सॉफ्टवेयर इंजीनियर के तौर पर काम कर चुकी है। उसके पति पुनीत कुमार को गिरफ्तार किया है।

पुलिस ने बताया कि सुषमा और पुनीत का शादी 5 साल पहले हुई थी, दोनों का 4 साल का बेटा भी है। सुषमा के परिवारवालों ने सुसराल पक्ष पर दहेज उत्पीड़न का केस दर्ज कराया है। पुलिस ने कहा कि बेंगलुरु में एक ही हफ्ते के भीतर यह किसी टेक प्रोफेशनल की आत्महत्या का दूसरा मामला है।

'सत्ता में बैठे लोगों की चिंता न करें, सही फैसले लें'

- सुप्रीम कोर्ट की जस्टिस नागरत्ना ने दी सलाह

तिरुवनंतपुरम. सुप्रीम कोर्ट जज बीवी नागरत्ना ने न्यायाधीशों को अपने फैसले पर अड़े रहने की सलाह दी है। उन्होंने कहा है कि किसी भी दबाव में सही फैसला लेने से संकोच नहीं करना चाहिए। वह केरल उच्च न्यायालय में आयोजित दूसरे टीएस कृष्णमूर्ति अय्यर मेमोरियल लेक्चर में बोल रहीं थीं। इससे पहले उन्होंने मीडिया को लेकर भी ऐसी ही बात कही थी। उन्होंने कहा था कि किसी भी तरह की बाधा, भय या प्रभाव में मीडिया अपनी भूमिका नहीं निभा सकता है।

मंगलवार को जस्टिस नागरत्ना ने कहा, 'जजों को सही फैसला लेने से संकोच नहीं करना चाहिए। फिर चाहे इसकी वजह से उनकी उन्नति ही क्यों न रुक जाए या सत्ता में बैठे लोग नाराज हो जाएं।' उन्होंने कहा, 'एक जज को राजनीतिक दबाव, संस्थागत धमकी या पॉपुलर डिमांड से मुक्त ही रहना चाहिए।'

शुक्रवार को जस्टिस नागरत्ना आईपीआई इंडिया अवार्ड फॉर एक्सीलेंस इन जर्नलिज्म 2025 के सम्मान समारोह में पहुंचीं थीं। उन्होंने कहा था कि प्रेस पर कब्जा करने के हालिया प्रयासों के पीछे न केवल आर्थिक आधार हैं बल्कि राजनीतिक पहलू भी शामिल हैं। खास बात है कि जस्टिस नागरत्ना सितंबर 2027 में भारत की पहली महिला प्रधान न्यायाधीश बनेंगी।

जस्टिस नागरत्ना ने शुक्रवार को साफ तौर पर कहा कि मीडिया अपना काम ठीक से तभी कर सकता है जब वह किसी भी तरह के डर या दबाव से मुक्त हो। उन्होंने कहा कि आज के दौर में प्रेस की आादी को सबसे बड़ा खतरा सीधे तौर पर लगने वाली पाबंदियों (सेंसरशिप) से नहीं है। बल्कि, असली खतरा आर्थिक नीतियों, लाइसेंस देने के कड़े नियमों और मीडिया कंपनियों के मालिकाना हक से जुड़ा है।

न्यूजीलैंड फाइनल में

- न्यूजीलैंड का फास्टेस्ट 150+ रनचेज
- रबाडा के बोल्ड से बेल्स बाउंड्री के पास पहुंची

कोलकाता के ईडन गार्डन्स में न्यूजीलैंड ने साउथ अफ्रीका को 9 विकेट से हराकर दूसरी बार टी-20 वर्ल्ड कप के फाइनल में जगह बना ली।

साउथ अफ्रीका ने पहले बल्लेबाजी करते हुए 8 विकेट पर 169 रन बनाए, लेकिन कीवी टीम ने 170 रन का लक्ष्य सिर्फ 12.5 ओवर में एक विकेट खोकर हासिल कर लिया।

फिन एलन ने 33 गेंदों में नाबाद 100 रन की पारी खेली और टी-20 वर्ल्ड कप इतिहास का सबसे तेज शतक भी अपने नाम कर लिया।

एलन ने सबसे तेज टी-20 वर्ल्ड कप सेंचुरी लगाई

न्यूजीलैंड के फिन एलन ने टी-20 वर्ल्ड कप इतिहास की सबसे तेज सेंचुरी लगाई। उन्होंने साउथ अफ्रीका के खिलाफ कोलकाता में 33 गेंदों में शतक बनाया। इससे पहले यह रिकॉर्ड वेस्टइंडीज के क्रिस गेल के नाम था, जिन्होंने 2016 में 47 गेंदों में शतक लगाया था।

एलन टी-20 वर्ल्ड कप में न्यूजीलैंड के लिए शतक लगाने वाले तीसरे बल्लेबाज भी बने। उनसे पहले ब्रेंडन मैक्कुलम ने 2012 में और ग्लेन फिलिप्स ने 2022 में यह उपलब्धि हासिल की थी।

वहीं, टी-20 इंटरनेशनल क्रिकेट में सबसे तेज सेंचुरी जड़ने का वर्ल्ड रिकॉर्ड एस्टोनिया के साहिल चौहान के नाम दर्ज है। उन्होंने साल 2024 में साइप्रस के खिलाफ 27 गेंदों में शतक लगाया था। उनके बाद तुर्किए के मुहम्मद फहाद हैं। फहद ने 2025 में बुल्गारिया के खिलाफ 29 गेंदों में शतक बनाया था। न्यूजीलैंड ने 150 से ज्यादा रन का लक्ष्य 43 गेंद बाकी रहते हासिल किया, जो टी-20 वर्ल्ड कप इतिहास में गेंदें बाकी रहने के हिसाब से सबसे तेज सफल रनचेज है।

48 साल बाद जगन्नाथ मंदिर के रत्नों की गिनती

- RBI की निगरानी में भंडार में 25 मार्च से काउंटिंग
- रजिस्टर्ड सुनार भी मौजूद रहेंगे

पुरी. पुरी के श्री जगन्नाथ मंदिर के रत्न भंडार की बहुप्रतीक्षित गिनती और लिस्ट बनाने की प्रक्रिया आखिर शुरू होने जा रही है। ओडिशा सरकार ने 25 मार्च को दोपहर 12.12 बजे से 1.45 बजे का शुभ मुहूर्त तय किया है।

'रत्न भंडार' भगवान जगन्नाथ, बलभद्र और देवी सुभद्रा के कीमती आभूषणों का खजाना है। 1978 की गिनती के अनुसार, यहां 128.38 किलो सोना और 221.53 किलो चांदी के आभूषण हैं। ये गिनती 72 दिन चली थी।

रत्न भंडार काउंटिंग की पूरी प्रक्रिया की फोटोग्राफी और वीडियोग्राफी की जाएगी। भारतीय रिजर्व बैंक ने दो वरिष्ठ अधिकारियों को नियुक्त करने पर सहमति जताई है, जबकि राष्ट्रीयकृत बैंक पंजीकृत सुनार उपलब्ध कराएंगे।

मुख्य प्रशासक अरविंद पाढ़ी ने दैनिक भास्कर को बताया कि इस बार गिनती कितने दिन चलेगी, यह कहना जल्दबाजी होगा। राज्य सरकार दो रत्नविज्ञानी भी उपलब्ध कराएगी, जो आभूषणों में लगे बेशकीमती रत्नों की पहचान करेंगे। बाहरी रत्न भंडार में भगवान के दैनिक उपयोग के आभूषण रखे जाते हैं।

गहनों की गिनती के लिए राज्य सरकार ने एसओपी जारी की है। तीन सदस्यीय पैनल प्रक्रिया की निगरानी करेगा। सोने, चांदी और अन्य कीमती आभूषणों के लिए अलग-अलग बॉक्स होंगे। 10 लोग आभूषणों को बॉक्स में रखेंगे। मजिस्ट्रेट खजाने से रोज रत्न भंडार की चाभी लेकर आएंगे। प्रक्रिया पूरी होने के बाद उसी दिन वापस जमा करेंगे।

अप्रैल 2024: चाबियां गुमीं, नहीं खुल सका रत्न भंडार

ओडिशा हाईकोर्ट ने 2018 में राज्य सरकार को रत्न भंडार खोलने के लिए निर्देश दिए थे। हालांकि, 4 अप्रैल 2018 को कोर्ट के आदेश पर जब 16 लोगों की टीम रत्न भंडार के चेंबर तक पहुंची तो उन्हें खाली हाथ लौटना पड़ा, क्योंकि ये दावा किया गया कि रत्न भंडार की चाबी खो गई है।
चाबी नहीं मिली तो हंगामा हुआ जिसके बाद तत्कालीन मुख्यमंत्री नवीन पटनायक ने 4 जून 2018 को न्यायिक जांच के आदेश दिए। जांच कमेटी ने 29 नवंबर 2018 को चाबी से जुड़ी अपनी रिपोर्ट सरकार को सौंप दी, लेकिन सरकार ने इसे सार्वजनिक नहीं किया और चाबी का कुछ पता नहीं चल सका।

ईरान जंग : 37 भारतीय जहाज और 1109 नाविक समंदर में फंसे

नई दिल्ली. पश्चिम एशिया में जारी सैन्य तनाव के बीच भारत के 37 जहाज और 1,109 नाविक फारस की खाड़ी और आसपास के समुद्री क्षेत्रों में फंस गए हैं। होर्मुज जलडमरूमध्य के बंद होने से वैश्विक समुद्री व्यापार पर गंभीर असर पड़ा है।

अमेरिका, इज़रायल और ईरान के बीच बढ़ते संघर्ष के कारण फारस की खाड़ी, ओमान की खाड़ी और आसपास के क्षेत्रों में जहाज़ों की आवाजाही प्रभावित हुई है। यह मार्ग भारत सहित कई देशों के लिए तेल और गैस आपूर्ति का प्रमुख रास्ता है।

फंसे हुए जहाज़ों में कुछ भारत के लिए कच्चा तेल (Crude Oil) और एलएनजी (LNG) लेकर आ रहे हैं, जबकि कुछ खाड़ी देशों से पेट्रोलियम उत्पाद लाने के लिए जा रहे थे। स्थिति की गंभीरता को देखते हुए सरकार लगातार निगरानी कर रही है।

उल्हासनगर महानगरपालिका, उल्हासनगर

जा.क्र.उमपा/प्र.स.क्र.2/350/2026
सहा. आयुक्त यांचे कार्यालय,
प्रभाग समिती क्र. 2,
मोहनदास रामरख्यानी हॉल,
सपना गार्डन जवळ, उल्हासनगर- 3
दिनांक : 5/03/2026

नोटीस

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

उपविभागीय अभियंता, उल्हासनगर (सा.बां.) उपविभाग उल्हासनगर यांनी कल्याण बदलापूर रस्त्यावरील मॅक्स हॉस्पिटल जवळ, उल्हासनगर-3 या ठिकाणी भुयादी गटारीच्या खोदकामात धोकादायक झालेले झाड तोडण्यासाठी कळविले आहे. दिनांक 27/02/2026 च्या पत्रान्वये या कार्यालयात सदर पत्र प्राप्त झाल्यानंतर संबंधित मुकादमाने नमुद ठिकाणी पाहणी करुन वड जातीचा झाड तोडणेबाबतचा अहवाल सादर केलेला आहे. सदर अहवालानुसार झाडाची माहिती खालील प्रमाणे आहे.

अ.क्र	वृक्षाचे प्रकार/जात	झाडाची संख्या
1	वड	01

तरी, उक्त ठिकाणी असलेली 01 झाड तोडण्यासाठी ज्या कुणा इसमाची हरकत असेल त्यांनी आपली हरकत लेखी स्वरुपात 07 दिवसाच्या आत वृक्ष अधिकारी तथा सहायक आयुक्त, प्रभाग समिती क्र. 2 यांचेकडे सादर करावी. सदर मुदतीत हरकत प्राप्त झाल्यास संबंधितांची सुनावणी घेवून अंतिम निर्णय घेण्यात येईल, याची नोंद घ्यावी.

जा.क्र. उमपा/पीआरओ / 576/2026
दिनांक : 05/03/2026

सही/-
(गणेश शिंपी)
वृक्ष अधिकारी तथा सहायक आयुक्त
प्रभाग समिती क्र. 2
उल्हासनगर महानगरपालिका

संक्षेप...

राज ठाकरे से मिली शोरमा गर्ल

ठाणे. शोरमा गर्ल एकता सावंत ने मनसे प्रमुख राज ठाकरे से मुलाकात की है.उसने यह जानकारी सोशल मिडिया प्लेटफार्म इंस्टाग्राम पर दी है. एकता सावंत को मनसे की तरफ से ठाणे एवं पालघर जिला अध्यक्ष अविनाश जाधव ने हालही में राज ठाकरे की फोटो वाला स्टॉल उपलब्ध कराया था. एकता सावंत ने सोशल मिडिया प्लेटफार्म पर राज ठाकरे के साथ अपना फोटो पोस्ट करते हुए कहा है कि लड़ते रहो... काम करते रहो... और आज राज ठाकरे साहब ने जो तारीफ़ की.

सावधान रहें.. दांतों का सीधा संबंध दिल की बीमारी और डायबिटीज से !

- **आज 'नेशनल डेंटिस्ट डे'**
- **डॉक्टर अग्रवाल ने दी जरूरी सलाह**

मुंबई. भारत जैसे विशाल देश में हृदय रोग के साथ साथ मधुमेह पीड़ितों की संख्या लगातार बढ़ती जा रही है। क्या आप जानते हैं कि मसूड़ों और दांतों की बीमारी का सीधा संबंध दिल की बीमारी और डायबिटीज से हो सकता है। इसलिए दांतों और मसूड़ों को स्वच्छ व स्वस्थ्य रख कर आप शरीर की गंभीर बीमारियों से छुटकारा पा सकते हैं।

स्वस्थ्य मुस्कान, स्वस्थ्य जीवन

दंत स्वास्थ्य के महत्व पर जागरूकता एवं दंत चिकित्सकों के योगदान को लेकर हर साल 6 मार्च को राष्ट्रीय दंत चिकित्सक दिवस मनाया जाता है। 'डेंटिस्ट डे' के महत्व पर जाने माने ऑर्थोडॉन्टिक्स एवं लीलावती हॉस्पिटल के कंसल्टेंट डॉ. धीरज अग्रवाल ने कहा कि स्वस्थ्य व सुंदर जीवन के लिए दांतों एवं मसूड़ों का स्वस्थ्य रहना बेहद जरूरी है। डॉ. अग्रवाल के अनुसार,बच्चों में दंत स्वास्थ्य की नींव बचपन से ही रखी जानी चाहिए। पहला दंत परीक्षण एक वर्ष की आयु तक अवश्य कराना चाहिए। फ्लोराइड ट्रीटमेंट और डेंटल सीलेंट बच्चों के दांतों को कीड़े से बचाने में बेहद प्रभावी हैं। लगभग 7 वर्ष की आयु में ऑर्थोडॉन्टिक जांच कराने से जबड़े और दांतों की बढ़त से जुड़ी समस्याओं का समय रहते समाधान संभव है। राष्ट्रीय दंत चिकित्सक दिवस पर डॉ.धीरज अग्रवाल ने समाज को एक महत्वपूर्ण संदेश देते हुए कहा कि "जीवन में स्वस्थ मुस्कान की शुरुआत समय पर दंत

समस्या रोकथाम से होती है।" उनका मानना है कि दांतों की अधिकतर समस्याएं, जैसे कैविटी, मसूड़ों की सूजन, बदबू और दांतों का टेढ़ापन, शुरुआती जांच और सही देखभाल से पूरी तरह रोकी जा सकती हैं।

प्रारंभिक रोकथाम जरूरी

डॉ. सुधीर अग्रवाल ने कहा कि पहले जागरूकता के अभाव में दांतों मसूड़ों की देखभाल पर उतना ध्यान नहीं दिया जाता था। अब प्रारंभिक रोकथाम और आधुनिक दंत तकनीकों पर विशेष जोर दिया जा रहा है। स्कूलों में भी बच्चों को दांतों की देखभाल के लिए जागरूक किया जा रहा है। डॉ.अग्रवाल बताते हैं, कि मसूड़ों की बीमारी का संबंध मधुमेह और हृदय रोग जैसी गंभीर समस्याओं से भी हो सकता है,इसलिए पर उपचार अत्यंत जरूरी है। वयस्कों के लिए भी हर छह महीने में नियमित दंत जांच और प्रोफेशनल क्लीनिंग आवश्यक है। इससे प्लाक और टार्टर हटाकर मसूड़ों की बीमारियों से बचाव किया जा सकता है।

दांतों के आंतरिक Pulp, तंत्रिकाओं और जड़ों का

आधुनिक दंत चिकित्सा तकनीकी से इलाज करने वाली एंडोडोंटिक्स डॉ सलोनी अग्रवाल ने कहा कि लेजर डेंटिस्ट्री, आधुनिक रूट कैनाल तकनीक और डेंटल इम्प्लांट जैसी उन्नत प्रक्रियाएं आज उपचार को लगभग दर्द रहित और दीर्घकालिक बना रही हैं। डिजिटल स्माइल डिजाइन की मदद से मरीज उपचार से पहले ही अपनी नई मुस्कान की झलक देख सकते हैं। राष्ट्रीय दंत चिकित्सक दिवस पर डॉ. धीरज अग्रवाल सभी से अपील करते हैं कि नियमित जांच, सही ब्रशिंग तकनीक, फ्लॉसिंग और संतुलित आहार को अपनी दिनचर्या में शामिल करें। स्वस्थ मुस्कान न केवल आत्मविश्वास बढ़ाती है, बल्कि संपूर्ण स्वास्थ्य का प्रतीक भी है।

राज्यसभा चुनाव में शरद पवार का समर्थन करेगी कांग्रेस

- **शिवसेना (यूबीटी) को झटका**

मुंबई. कांग्रेस ने राज्यसभा चुनाव में महाराष्ट्र से महा विकास आघाडी (एमवीए) उम्मीदवार के तौर पर एनसीपी (शरद पवार) के प्रमुख शरद पवार का समर्थन करने का ऐलान किया है। अखिल भारतीय कांग्रेस कमेटी (एआ-ईसीसी) के महासचिव रमेश चेन्नीथला ने बुधवार को 'पीटीआई-भाषा' से बातचीत में यह घोषणा की।

कांग्रेस के इस ऐलान से शिवसेना (यूबीटी) को झटका लगा है। महाराष्ट्र में राज्यसभा की सात सीट पर चुनाव होना है, जिसमें से एक पर एमवीए की जीत

की संभावना है।

रमेश चेन्नीथला ने कहा कि कांग्रेस नेतृत्व ने उन्हें 16 मार्च को होने वाले चुनाव में शरद पवार का समर्थन करने के फैसले के बारे में बताने के लिए कहा है। पवार राज्यसभा के मौजूदा सदस्य हैं। कांग्रेस ने यह फैसला नामांकन पत्र दाखिल करने की अंतिम तिथि पांच मार्च से एक दिन पहले लिया है।

आदित्य ठाकरे ने ठोका था दावा

महाराष्ट्र सरकार के पूर्व मंत्री आदित्य ठाकरे ने कहा था कि राज्यसभा चुनाव की एक सीट महा विकास आघाडी में से शिवसेना (यूबीटी) को ही मिलनी चाहिए।

छह सीटें जीत सकती है बीजेपी

एमवीए राज्यसभा और विधान परिषद में केवल एक-एक सदस्य को निर्वाचित कराने में सफल हो सकती है। शिवसेना (यूबीटी) के पास 20 विधायक हैं, उसके बाद कांग्रेस के पास 16 और एनसीपी (शरद पवार) के पास 10 विधायक हैं। विधानसभा में भारी बहुमत के कारण बीजेपी के नेतृत्व वाले महायुति को सात में से छह सीटें मिलने की संभावना है।

मंगलवार को एनसीपी (शरद पवार) की कार्यकारी अध्यक्ष सुप्रिया सुले और पार्टी के वरिष्ठ नेता जयंत पाटिल ने शिवसेना (यूबीटी) के प्रमुख उद्धव ठाकरे से मुंबई में मुलाकात की थी और राज्यसभा चुनाव को लेकर चर्चा की थी। आदित्य ठाकरे ने कहा था कि शिवसेना (यूबीटी) ने एक राज्यसभा सीट पर अपना दावा पेश किया है क्योंकि संख्या के हिसाब से और एमवीए के लिए तय 'रोटेशन' नीति के अनुसार इस सीट पर उनकी पार्टी को चुनाव लड़ना चाहिए।

महाराष्ट्र में अप्रैल में शरद पवार, शिवसेना (यूबीटी) नेता प्रियंका चतुर्वेदी, एनसीपी (एसपी) की फौजिया खान, आरपीआई (आठवले) के रामदास आठवले, बीजेपी के भागवत कराड, कांग्रेस की रजनी पाटिल और एनसीपी के धैर्यशील पाटिल का राज्यसभा कार्यकाल समाप्त हो जाएगा।

मूलभूत सुविधाएं मुहैया कराना प्राथमिकता

- **महापौर का भिवंडीकरों से वादा**

भिवंडी. भिवंडी के प्रथम नागरिक महापौर नारायण रतन चौधरी ने भिवंडी शहर के लोगों की समस्याओं को हल करने और उन्हें अच्छी सुविधाएं देने का वादा किया है. भिवंडी मनपा का महापौर बनने के बाद, नारायण चौधरी ने बुधवार सुबह मनपा मुख्यालय स्थित महापौर कार्यालय में अधिकृत चार्ज संभाल लिया. उक्त मौके पर मौजूद नगरसेवक, मनपा अधिकारियों और कर्मचारियों के साथ-साथ सैकड़ों समर्थकों ने गुलदस्ते और जयकारों के साथ उनका स्वागत किया.

उनके साथ उप महापौर मु.तारिक मोमिन और मनपा अधिकारी मौजूद थे. महापौर

नारायण चौधरी ने मौजूद पत्रकारों को बताया कि उन्होंने शहर के लोगों की समस्याओं का रिव्यू किया है. एक उपाय योजना बनाकर उन्हें हल करने की कोशिश करेंगे.

महापौर चौधरी ने बताया कि मेरी और मेरे जनप्रतिनिधियों की इच्छा है कि शहर के लोगों को पीने के पानी की प्लानिंग, सफाई, हेल्थ केयर, शिक्षा और भविष्य की ट्रांसपोर्टेशन सर्विस जैसी सभी मूलभूत सुविधा आसनों से मिलें. उन्होंने भरोसा दिया कि,हम लोगों को अच्छी और आसानी से मिलने वाली मूलभूत सुविधाएं देने के लिए पक्के तौर पर तैयार हैं. महापौर नारायण चौधरी ने भरोसा जताया कि नागरिकों की सीधी भागीदारी और प्रशासन की मदद से हम भिवंडी शहर को सुंदर, साफ और स्वस्थ बनाने में ज़रूर कामयाब होंगे. उन्होंने मंडई स्थित मनपा द्वारा संचालित बीजीपी अस्पताल का दौरा कर डाक्टरों से समग्र जानकारी प्राप्त कर मरीजों को बेहतर स्वास्थ्य सुविधा मुहैया कराए जाने के निर्देश दिए.

41 लाख के एमडी पाउडर के साथ आरोपी गिरफ्तार

ठाणे। क्राइम ब्रांच एंटी-नारकोटिक्स स्क्वॉड ने 30 साल के राजेश कुमार मगनाराम को गिरफ्तार किया है, जो मूल रूप से राजस्थान का रहने वाला है। वह ठाणे के घोड़बंदर रोड पर एमडी ड्रग्स बेचने आया था। उसके पास से 208.7 ग्राम एमडी ज़ब्त की गई। पुलिस ने बताया कि ज़ब्त किए गए सामान की कीमत 41 लाख 74 हज़ार रुपये है।

ठाणे एंटी-नारकोटिक्स स्क्वॉड को जानकारी मिली थी कि राजेश कुमार नाम का एक युवक 3 मार्च की सुबह ठाणे के घोड़बंदर रोड पर ओवाला नाका पर सागर लॉजिंग एंड बोर्डिंग में एमडी पाउडर बेचने आएगा। इसके मुताबिक, सीनियर पुलिस इंस्पेक्टर जनार्दन सोनवणे की गाइडेंस में असिस्टेंट पुलिस इंस्पेक्टर सोमनाथ कर्णवार-पाटिल और पुलिस सब-इंस्पेक्टर दीपक दुम्मलवाड़ की टीम ने जाल बिछाकर राजेश कुमार को गिरफ्तार कर लिया।

उसकी तलाशी के दौरान, उसके पास से 208.7 ग्राम एमडी ज़ब्त किया गया। उसके पास से एक मोबाइल फ़ोन और 2,170 रुपये कैश भी मिले। इस तरह, उसके पास से कुल 41,86,170 रुपये की गैर-कानूनी ड्रग्स बरामद हुई हैं। उसके खिलाफ कासरवडावली पुलिस स्टेशन में गैर-कानूनी तरीके से ड्रग्स रखने का केस दर्ज किया गया है और उसे गिरफ्तार कर लिया गया है। इस मामले में एंटी-नारकोटिक्स स्क्वॉड पुलिस आगे की जांच कर रही है।

दौरे के लिए दिखावटी विकास के काम बंद करें

ठाणे. पर्यावरणविद डॉ. प्रशांत सिनकर ने मांग की है कि राज्य के मुख्यमंत्री देवेंद्र फडणवीस खास मेहमानों के दौरे से पहले होने वाली टेम्परररी पेंटिंग, एक दिन के दिखावटी सफाई अभियान और थोड़े समय की मरम्मत को तुरंत बंद करें और इसके बजाय परमानेंट, ट्रांसपेरेंट और क्वालिटी वाले विकास के कामों को प्राथमिकता दें।जब किसी खास मेहमान के किसी इलाके में दौरे की घोषणा होती है, तो कुछ ही दिनों में उस इलाके की कायापलट हो जाती है। सालों से अनदेखी की गई सड़कों की अचानक मरम्मत की जाती है, दीवारों पर पेंट किया जाता है, चौराहों को सुंदर बनाया जाता है, टूटे फुटपाथों को ठीक किया जाता है और लाइटिंग को बेहतर बनाया जाता है। कुछ घंटों के दौरे के लिए पूरा प्रशासन युद्धस्तर पर काम करता हुआ दिखता है।हालांकि, दौरा खत्म होने के कुछ ही दिनों में गड्ढे, टूटे फुटपाथ, गंदगी और अनदेखी की तस्वीर सामने आ

जाती है। इस पर डॉ. सिंकर ने कहा कि डेवलपमेंट कुछ घंटों के विज़िटर्स के लिए नहीं, बल्कि लोगों की रोज़मर्रा की ज़िंदगी के लिए होना चाहिए। यह ए ड मिनिस्ट्रेश न की बेसिक ज़िम्मेदारी है कि सड़कें, पानी की सप्लाई, सफ़ाई सिस्टम और लाइटिंग जैसी सुविधाएँ पूरे साल अच्छी हालत में रहें।इसके साथ ही, एक दिन के शानदार सफ़ाई ड्राइव चलाए जाते हैं। कैमरों के सामने झाड़ू घुमाई जाती है और कुछ ही घंटों में इलाका चमकने लगता है; लेकिन अगले ही दिन कूड़े और गंदगी के ढेर वापस आ जाते हैं। सफ़ाई सिर्फ़ एक कैंपेन नहीं है, बल्कि यह एक लगातार चलने वाला सिस्टम होना चाहिए और लोगों की आदतों से जुड़ा होना चाहिए।टेम्परररी पेंटिंग, रिपेयर और शानदार एक्टिविटीज़ पर लाखों-करोड़ों रुपये खर्च किए जाते हैं। यह फंड लोगों की मेहनत की कमाई से इकट्ठा किया जाता है। इसलिए, यह ज़रूरी है कि फंड का इस्तेमाल शॉर्ट-टर्म डेकोरेशन के लिए न किया जाए, बल्कि लॉन्ग-टर्म और सस्टेनेबल इंफ्रास्ट्रक्चर पर खर्च किया जाए, यह भी उन्होंने मुख्यमंत्री को भेजे बयान में कहा। मांग की गई है कि एडमिनिस्ट्रेशन एक साफ़ पॉलिसी बनाए, टूर के लिए टेम्परररी सजावट बंद करे और हर शहर में साल भर बेसिक सुविधाएं बनाए रखने के लिए ज़रूरी निर्देश जारी करे।

ट्रेडिंग का लालच देकर स्टूडेंट्स से ठगी

- **दो साल में अकाउंट से लाखों रुपयों का लेन-देन**
- **50-60 विद्यार्थियों के साथ स्कैम**

कल्याण. कल्याण-डोंबिवली इलाके में 18 से 19 साल के स्टूडेंट्स को ट्रेडिंग का लालच देकर ठगने का मामला सामने आया है। पता चला है कि जालसाजों ने स्टूडेंट्स से कई तरह के डॉक्यूमेंट्स लेकर उनके नाम पर बैंक अकाउंट खोले और उन अकाउंट्स से लाखों रुपये का लेन-दिन किया. इस मामले में जानकारी मिली है कि करीब 50 से 60 स्टूडेंट्स ठगी का शिकार हुए हैं। इस मामले ने अब कल्याण डोंबिवली में खलबली मचा दी है। यह केस अब पुलिस को सौंप दिया गया है। अब इस केस से जुड़े सभी पहलुओं की जांच की जा रही है।

ऑनलाइन ट्रेडिंग के लालच में फंसाया

इस बारे में मिली जानकारी के मुताबिक, कुछ स्टूडेंट्स को उनके जान-पहचान वालों ने ऑनलाइन ट्रेडिंग से मोटा मुनाफा कमाने का लालच दिया। स्टूडेंट्स से आधार

कार्ड और पैन कार्ड जैसे जरूरी डॉक्यूमेंट्स यह कहकर ले लिए गए कि इसके लिए उन्हें बैंक अकाउंट खोलना होगा। इसके बाद स्टूडेंट्स को दो साल बाद पता चला कि संबंधित अकाउंट्स से लाखों रुपये का ट्रांजैक्शन हो रहा था।

पुलिस से शिकायत; कार्रवाई का भरोसा

इस मामले को गंभीरता से लेते हुए शिवसेना पार्षद महेश गायकवाड़ स्टूडेंट्स को लेकर जोन 3 के डिप्टी कमिश्नर अतुल झेंडे से मिले। उन्होंने स्टूडेंट्स के अकाउंट्स का गलत इस्तेमाल करने और उनके साथ धोखाधड़ी करने वाले आरोपियों के खिलाफ सख्त कार्रवाई की मांग की। इस मौके पर डिप्टी कमिश्नर झेंडे ने भरोसा दिलाया कि संबंधित लोगों के खिलाफ कानूनी कार्रवाई की जाएगी। उन्होंने स्टूडेंट्स से यह भी अपील की कि वे अपने पर्सनल डॉक्यूमेंट्स, बैंक डिटेल्स या OTP किसी को न दें।

पेरेंट्स ने कार्रवाई की मांग की

इस बीच, पुलिस इस बात की पूरी जांच कर रही है कि कल्याण-डोंबिवली इलाके में ऐसे और मामले तो नहीं हुए हैं। एक तरफ, ठगे गए स्टूडेंट्स के पेरेंट्स इस स्कैम का पर्दाफाश करने की मांग कर रहे हैं। दूसरी तरफ, पेरेंट्स उस गैंग के खिलाफ भी सख्त कार्रवाई की मांग कर रहे हैं जो स्टूडेंट्स की लापरवाही का फायदा उठा रहे हैं।

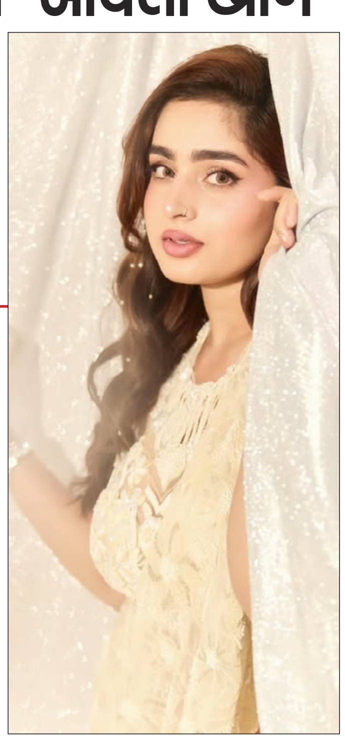
धूमधाम से मनाया जाएगा भाऊ परसराम का 31वां वर्सी महोत्सव

उल्हासनगर. हर वर्ष की तरह इस वर्ष भी भाऊ परसराम मूलचंदानी (झूलेलाल मंदिर वाले) का 31वां वर्सी महोत्सव 14 मार्च 2026 को उल्हासनगर-1 स्थित झूलेलाल मंदिर में मनाया जाएगा। जहां सुबह 11 से

अभिषेक का आयोजन, 1 बजे ब्रह्म भोज का आयोजन किया जाएगा। इसके साथ ही मंदिर में भजन कीर्तन कार्यक्रम का आयोजन भी किया जाएगा। भाऊ परसराम साहेब की 31वीं वर्सी महोत्सव के उपलक्ष्य में 7 से 13 मार्च तक रोज शाम को 5.30 से 8.30 बजे तक श्रीमद भागवत कथा का आयोजन किया गया है जिसमें गिरीश भाऊ (मधुसूदन आश्रम वाले) द्वारा प्रवचनों से भक्तों को मंत्रमुग्ध करेंगे।इस अवसर पर सभी भक्तों से अपील है कि वे भी मंदिर में आकर धर्म लाभ अर्जित करें।

हर दिन मिलती हैं रेप की धमकियां -आयशा खान

- **धुरंधर एक्ट्रेस ने कहा-मेरे पीरियड्स पर गाना शूट करना एक नेशनल जोक बन गया**



एक्ट्रेस आयशा खान ने हाल ही में बताया कि सोशल मीडिया पर अक्सर उन्हें बॉडी को लेकर सेक्शुअल कमेंट्स मिलते हैं और लगभग हर दिन उन्हें रेप की धमकियां भी दी जाती हैं।

मोजो स्टोरी की समिट में आयशा ने कहा कि हाल ही में उन्होंने फिल्म धुरंधर के गाने शरारत की शूटिंग से जुड़ा एक अनुभव शेयर किया था। उन्होंने बताया था कि उस गाने की शूटिंग उन्होंने पीरियड्स के दौरान की थी। इसके बाद सोशल मीडिया पर उन्हें काफी ट्रोल किया गया। आयशा ने कहा कि उन्हें लगा कि उनके पीरियड्स पर होना अचानक एक नेशनल जोक बन गया है।

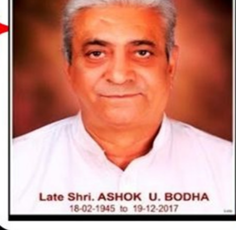
एक्ट्रेस ने कहा कि सोशल मीडिया पर लोग उनके कपड़ों को लेकर भी कमेंट करते हैं। उन्होंने कहा, "मैं इंस्टाग्राम पर लगभग हर दिन अपनी बॉडी को लेकर सेक्शुअल कमेंट्स का सामना करती हूं। अगर मैं नॉर्मल टॉप पहनती हूं तो लोगों को समस्या होती है। अगर मैं स्कर्ट पहनती हूं तो भी लोगों को दिक्कत होती है। मुझे कुछ पोस्ट करने से पहले भी सोचना पड़ता है।"

उन्होंने कहा कि कई बार इस तरह की बातें उन्हें इमोशनली परेशान करती हैं। उनके मुताबिक अगर किसी को कपड़े पहनने या फोटो पोस्ट करने से पहले सोचना पड़े, सिर्फ इसलिए कि लोग उसे सेक्शुअल तरीके से देखेंगे, तो यह एक दुखद स्थिति है।

इंजीनियरिंग छात्र के लैपटॉप से निकला आतंकी 'डिजिटल रोडमैप'

मुंबई. महाराष्ट्र एटीएस ने प्रतिबंधित आतंकी संगठनों की ऑनलाइन प्रचार सामग्री साझा करने के आरोप में, गोवंडी से एक 21 वर्षीय इंजीनियरिंग छात्र अयान शेख को गिरफ्तार किया है. जबकि दो अन्य जांच के दायरे में हैं. एटीएस ने आरोपी के पास से लैपटॉप, मोबाइल फोन समेत इलेक्ट्रॉनिक डिवाइस जब्त किया है. जिन्हें फोरेंसिक जांच के लिए भेजा गया. एजेंसी की जांच में एक ₹डिजिटल रोडमैप₹ मिला, जिससे इन बैन संगठनों से गहरे कनेक्शन का पता चला. एटीएस ने दो दिन पहले भी गोवंडी के लोटस कॉलोनी में अयान और फैसल से पूछताछ की थी.जबकि शिवाजी नगर रोड क्रमांक 1 पर जिल्लु नाम व्यक्ति से इंक्वायरी हुई थी.

उल्हास वि NEWS LIVE
FOLLOW US @ulhasvikas ulhasvikas@gmail.com
Google Play
GET IT ON ULHAS VIKAS Google Play
Subscribe to our ULHAS VIKAS YouTube Channel
Subscribe
मुंबई, ठाणे, नवी मुंबई, पनवेल, रायगड, उल्हासनगर, कल्याण एवं अंबरनाथ का
लोकप्रिय हिंदी दैनिक
उल्हास विकास
सब पे नजर, सबकी खबर
Since 1985



Late Shri. ASHOK U. BODHA 18-02-1945 to 19-12-2017
www.ulhasvikas.com epaper.ulhasvikas.com
Chief Editor Hero Ashok Bodha
L.L.B., BMM, MA (PS)

PUBLIC NOTICE

Notice is hereby given that 1). ASHA BAI d/o LEELO MAL 2) KALI DINO s/o LEELO MAL 3). RAJINA BAI d/o LEELO MAL Presently residing at Brk No. Opp 192/2, Near Sadhu Bella School, Ulhasnagar – 421001, Thane, Maharashtra, India, are applying to the Secretary to the Government of India, Ministry of Home Affairs, for grant of Indian Citizenship by Naturalization. Any person who knows any reason or has any objection as to why the said Naturalization should not be granted is required to send a written and signed statement of the facts to the said Secretary, Ministry of Home Affairs, Government of India.

आम सूचना

मैं श्री रोशन महेश जनयानी सभी को सूचित कर रहा हूं कि शॉप नं. 1, (डुप्लेक्स), बैरक नं. 1540, रुम नं. 12, उल्हासनगर- 4 (टैक्स नं. 46सीआय013842800) उक्त प्रॉपर्टी श्री पूजा सैनानी के नाम पर है। श्री सुनील पिंताबर वाधवानी व श्री अजित पुरषोत्तम परयानी से सेल एग्रीमेंट दि. 2.2.2026 रजि.नं. 2, सी.नं. 381/2026 द्वारा मैंने खरीदी है। जिस कारण उक्त जायदाद मैं अपने नाम करवाना चाहता 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 रोशन महेश जनयानी

आम सूचना

मैं श्री रॉनी अब्राहम सभी को सूचित कर रहा हैं कि बी-309, रिगल काम्पलेक्स, उल्हासनगर- 3 क्षेत्रफल 278 स्क.फुट (टैक्स नं. 29सीओ005396100) उक्त प्रॉपर्टी श्रीमती मिनी अब्राहम के नाम पर है। श्री अब्राहम एम. थोमस व रोशन अब्राहम ने रिलीज एग्रीमेंट दि. 25.2.2026 सी.नं. 27 द्वारा मुझे दी 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 रॉनी अब्राहम

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