पृष्ठ.. 4 पर पढ़ें..
'कितना टैलेंटेड है उफ्फ!'

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

उल्हास विकास

■ वर्ष : 44 ■ अंक : 50 ■ मंगलवार 28 अप्रैल 2026 3 रुपए ■ पृष्ठ 4

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

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

epaper.ulhasvikas.com

'स्वीकृत नगरसेवक' किसकी लगेगी लॉटरी?

■ 7 मनोनीत नगरसेवक चुने जाने हैं
■ उम्मीदवारों की लगी लाइन!

उल्हासनगर. उल्हासनगर महानगर पालिका की स्थायी समिति और विशेष समिति के सभापतियों के चुनाव के बाद अब सबकी निगाहें स्वीकृत नगरसेवकों की पोस्ट पर हैं. इस पोस्ट पर अपना नाम लिखवाने के लिए उम्मीदवारों ने प्रयास काफी समय से शुरू कर दिए है. नियमों के मुताबिक, मनपा चुनाव के एक महीने के अंदर स्वीकृत नगरसेवकों का चुनाव होने की उम्मीद रहती है. हालांकि, यह प्रोसेस अभी शुरू नहीं हुआ है. उम्मीद है कि यह चुनाव 11 मई को होंगे.

उल्हासनगर महानगर पालिका के कुल 78 मेंबर के हिसाब से 7 स्वीकृत नगरसेवक चुने जाने हैं. शिवसेना के पास कुल 38 नगरसेवकों के साथ एक साई पक्ष, 2 वंचित, एक अपक्ष नगरसेवक हैं ऐसे कुल 41 नगरसेवक हैं जिसका उल्हासनगर विकास आघाडी गट बनाया गया है उनमें से 4 स्वीकृत चुने जाएंगे, जबकि BJP के पास कुल 37 कॉर्पोरेटर हैं, इसलिए 3 स्वीकृत नगरसेवक चुने जाएंगे.

वरिष्ठों का आदेश आते ही स्वीकृत नगरसेवक चुनने की प्रक्रिया होगी शुरू- महापौर

इस बारे में महापौर अश्विनी निकम ने साफ किया कि सीनियर पार्टी नेताओं से ऑर्डर आते ही स्वीकृत नगरसेवकों को चुनने की प्रक्रिया शुरू हो जाएगी. नियमों के मुताबिक, इस पोस्ट पर डॉक्टर, वकील, सोशल वर्कर और अलग-अलग फील्ड के एक्सपर्ट्स को मौका मिलने की उम्मीद है. इस बार 7 मनोनीत नगरसेवक मनपा सभागृह में जाएंगे. जिन्हें टिकट नहीं मिली और दिग्गज हारने वाले उम्मीदवार इस कतार में सबसे आगे हैं. जबकि कोई नया चेहरा देखने को नहीं मिलेगा. ऐसा समझा जा रहा है.

किनके नाम हैं चर्चा में?

पंचम कालानी, जीवन इदनानी, रमेश चव्हाण, संतोष पांडे, नीलेश बोबडे, प्रदीप रामचंदानी, धनंजय बोडारे, बाला श्रीखंडे, प्रेम झा और कपिल अडसुल वगैरह चर्चा में हैं.
सूत्रों से खबर मिली है कि प्रेम झा का नाम भाजपा के अंदरूनी विरोध के कारण कट सकता है.

दोगुने पैसे का लालच 15 करोड़ की धोखाधड़ी

■ बदलापुर में सैकड़ों लोग लुट गए
■ अपराध दर्ज
■ महाठग दुबई फरार

बदलापुर. हर महिने 10 प्रतिशत रकम पर वापसी, पैसे दो और तीन गुना पैसे पाओ, ऐसे मीटे आश्वासन के बाद सैकड़ों लोगों को जाल में फंसाकर करोड़ों रुपयों की धोखाधड़ी करने का मामला सामने आया है. इस प्रकरण में मुख्य आरोपी महासेठ ये दुबई फरार हो गया है. उसने अपने साथियों की सहायता से 4 करोड़ 65 लाख रुपयों की धोखाधड़ी करने की शिकायत बदलापुर पुलिस में दर्ज की गई है. कुल 15 करोड़ रुपयों की हेराफेरी करके आरोपी फरार हो गए हैं.

शिकायतकर्ता संत्री पगारे, रहिवासी खोपोली द्वारी दी गई शिकायत के अनुसार 2021 में पहचान हुए रवि महासेठ ने फॉरेक्स ट्रेडिंग, क्रिप्टो करेंसी और मल्टीलेवल मार्केटिंग के नाम से कई कंपनियों द्वारा लोगों को आकर्षित किया. शुरू-शुरू में अच्छी खासी रकम नफे में दी गई और विश्वास संपादन किया गया. लेकिन बाद में बड़ी रकम जमा करा कर व्यवहार बंद किया गया. इस पूरे रैकेट में रवि महासेठ उसकी पत्नी रूपा, अभिषेक साहू अक्षय कदम (एकाउंटेंट), जय प्रकाश यादव (कैश कलेक्शन) इनका सहभाग रहा है, ऐसा शिकायत में कहा गया है. विश्वास बढ़ाने के लिए मलेशिया, दुबई में बड़े-बड़े इवेंट का आयोजन आरोपियों ने किया. बॉलीवुड एक्टर आफताब शिवदासानी और रिमी सेन की उपस्थिति में कार्यक्रम हुआ. लगभग 300 से 400 लोग इस झांसे में फंसकर अपनी जिंदगी की सारी कमाई गंवा चुके हैं. कुछ ने तो कर्ज निकालकर बनावट स्कीम में अपना पैसा लगाया है. पुलिस ने अपराध दर्ज कर लिया है. आरोपियों का लुकआउट नोटिस जारी किया गया है. बदलापुर के वरिष्ठ पुलिस निरीक्षक नितिन पाटिल मामले की जांच कर रहे हैं.

दुकान की छत तोड़कर 3.25 लाख रुपये चोरी

अंबरनाथ. एक इलेक्ट्रिकल दुकान की छत तोड़कर 3 लाख 25 हजार रुपये का सामान लूटने की घटना सामने आई है. चोरी अंबरनाथ ईस्ट के लोकनगरी इलाके में हुई और इस संबंध में शिवाजीनगर पुलिस स्टेशन में अज्ञात आरोपियों के खिलाफ मामला दर्ज किया गया है. कल्याण वेस्ट की रहने वाली शुभांगी किशोर माने की लोकनगरी इलाके में 'माने इलेक्ट्रिकल एंड इंजीनियरिंग' नाम से दुकान है. 17 अप्रैल से 21 अप्रैल के बीच, जब दुकान बंद थी, तो चोर दुकान की छत काटकर अंदर घुस गए. चोरों ने दुकान से महंगे कॉपर वायर और स्क्रैप मटीरियल समेत 3 लाख 25 हजार रुपये का सामान चुरा लिया.

ठाणे जिले में हीटवेव, पारा 40^0 पार

■ सीज़न का सबसे गर्म दिन रिकॉर्ड

कल्याण. कल्याण-डोंबिवली, उल्हासनगर में भीषण उष्ण लहर (हीटवेव) का प्रकोप जारी है, जहां हाल ही में तापमान के स्तर को पार कर गया है. अप्रैल के अंत में आंतरिक कोंकण क्षेत्र में गर्मी की तीव्रता काफी बढ़ गई है, जिससे यह क्षेत्र मुंबई के तटीय इलाकों की तुलना में काफी अधिक गर्म हो गया है. अप्रैल 2026 के आखिरी सप्ताह में दर्ज किया गया यह तापमान इस सीजन का अब तक का उच्चतम स्तर है.

कोंकण समेत पूरे राज्य में तेज़ हीटवेव चल रही है और इसका असर मुंबई मेट्रोपॉलिटन इलाके में भी महसूस किया गया. कोंकण के मौसम वैज्ञानिक अभिजीत मोडक ने बताया कि कल्याण डोंबिवली इलाके में सीज़न का सबसे गर्म दिन रिकॉर्ड किया गया, जहाँ तापमान 43 डिग्री सेल्सियस के पार चला गया. साथ ही, इनर कोंकण के कई

हिस्सों में तापमान 2026 सीज़न में पहली बार 45 डिग्री सेल्सियस के पार चला गया है और यह घाटम घाट इलाके में रिकॉर्ड किया गया, यह भी उन्होंने साफ़ किया.

आंतरिक कोंकण में तापमान 40 से 45 डिग्री के बीच रहा. सबसे ज़्यादा तापमान कर्जत (45), सुकसाले (44.8), भातसानगर (44.7), नेरल (44.6) और पलावा (44.1) में भी पहुँचा. MMR इलाके में अंबरनाथ (43.8), मनोर (43.7), तलोजा (43.4), कल्याण (43.3), मोरबे (43.2), बदलापुर (43.1) और डोंबिवली (43) में गर्मी का असर सबसे ज़्यादा महसूस किया गया.

इसके अलावा खारघर (42.9), दीघा (42.7), ऐरोली (42.5), कलवा-दिवा (42.1), ठाणे (41.7), पनवेल (41.5), कोपरखैरणे (41.2) और नवी मुंबई एयरपोर्ट (40) में भी तापमान 40 डिग्री के पार रहा. वहीं, समुद्र तट के किनारे 0 से 5 km की पट्टी में तापमान काफ़ी हद तक नियंत्रित रहा. बेलापुर (38.8), विरार (37.9), नेरुल (37.7), दहानू (36.6) और ठाणे शहर में 41.7 डिग्री सेल्सियस तापमान रिकॉर्ड किया गया.

बचाव के लिए सावधानियां

■ **दोपहर में बाहर निकलने से बचें :** दोपहर के समय सीधी धूप में जाने से बचें.
■ **हाइड्रेटेड रहें :** अधिक से अधिक पानी पिएं और शरीर में पानी की कमी न होने दें.
■ **सुरक्षा उपाय :** बाहर निकलते समय सिर को ढक कर रखें (टोपी या छाते का उपयोग करें) और सूती कपड़े पहनें.
■ **स्वास्थ्य का ध्यान :** चक्कर आने या अत्यधिक थकान होने पर तुरंत छाया वाली जगह पर आराम करें.
■ डॉक्टरों ने नागरिकों से बढ़ती गर्मी में अपनी सेहत का ध्यान रखने की अपील की है. इस बीच, मेडिकल अधिकारियों ने कहा है कि नागरिकों को बाहर कोल्ड ड्रिंक्स पीते समय भी अपनी सेहत का ध्यान रखना चाहिए.

युवक ने तलवार लेकर मचाई दहशत

उल्हासनगर. लड़की की मां द्वारा बात करने से मना करने पर गुस्से में एक युवक ने लड़की के घर में तलवार लेकर दहशत मचाई. लड़की की मां डरी हुई है और इस संबंध में सेंट्रल पुलिस स्टेशन में मामला दर्ज कराया गया है.

उल्हासनगर कैंप नंबर 3, आस्था हॉस्पिटल इलाके में नीतू वीरूसिंग लबाना अपने परिवार के साथ रहती है. उसी इलाके में विष्णु परिहार नाम का एक युवक रहता है. नीतू लबाना ने उसे अपनी बेटी से बात करने से मना किया था. गुस्से में विष्णु परिहार रविवार, 26 अप्रैल की रात 8:30 बजे लबाना के घर में जबरदस्ती घुस गया और लड़की और उनकी जेठानी ज्योति के साथ गाली-गलौज व मारपीट की. हमले में दोनों घायल हो गईं. उसने यह भी चिल्लाया कि मैं तुम्हें अभी छोड़ रहा हूं, लेकिन मैं फिर आऊंगा और हवा में तलवार लहराते हुए और धमकी देते हुए चला गया. इस घटना से डरी हुई नीतू लबाना की शिकायत पर सेंट्रल पुलिस स्टेशन में विष्णु परिहार के खिलाफ केस दर्ज किया गया है.

उल्हासनगर में साइबर क्राइम का पर्दाफाश, मास्टरमाइंड फरार

■ 2 संदिग्ध पुलिस की गिरफ्त में
■ ज़्यादा रिटर्न का झांसा देकर ठगी

उल्हासनगर. उल्हासनगर पुलिस ने एक ऑर्गनाइज़्ड साइबर फ्रॉड गैंग का पर्दाफाश किया है, जो 'कुछ ही दिनों में डबल-ट्रिपल प्रॉफ़िट' का वादा करके फॉरेक्स ट्रेडिंग के नाम पर लोगों से लाखों की ठगी करता था. 'पांडा' ऐप के ज़रिए डॉरमेंट बैंक अकाउंट्स का गलत इस्तेमाल करके पैसे की एक कॉम्प्लेक्स चेन बनाने वाले इस गैंग के दो मेन सस्पेक्ट्स को अरेस्ट कर लिया गया है और मेन मास्टरमाइंड फ़रार है.

इस केस में अरेस्ट किए गए लोगों के नाम अभिषेक नारकर उर्फ़ गोपाल और मोहम्मद राशिद फ़कीर बलूच उर्फ़ विक्की हैं. कोर्ट ने उन्हें

पुलिस कस्टडी में भेज दिया है. इन दोनों पर पहले भी कई सीरियस क्राइम्स दर्ज हैं. इस केस में सामने आया फ्रॉड का तरीका बहुत शॉकिंग है. वे सोशल मीडिया, कॉल्स और मैसेज के ज़रिए लोगों से कॉन्टैक्ट कर रहे थे. वे फॉरेक्स ट्रेडिंग में कम समय में बड़ा प्रॉफ़िट कमाने की बात कहकर भरोसा जीत रहे थे और फिर इन्वेस्टमेंट के नाम पर बड़ी रकम ऐंठ रहे थे. संदिग्ध आरोपी 'पांडा' नाम के ऐप का इस्तेमाल करके इनएक्टिव बैंक अकाउंट की जानकारी ले रहे थे.

अकाउंट होल्डर्स को पैसे का लालच देकर उनकी चेक बुक, ATM कार्ड और दूसरी बैंक डिटेल्स ज़ब्त कर ली जाती थीं. इसके बाद उनके नाम पर सिम कार्ड निकालकर पुराने मोबाइल फोन में इस्तेमाल किए जाते थे. इसके ज़रिए फ्रॉड की रकम को अलग-अलग अकाउंट में ट्रांसफर किया जाता था और ट्रांज़ैक्शन की चेन को मुश्किल बनाकर जांच मुश्किल कर दी जाती थी. फिलहाल, दोनों की कस्टडी उल्हासनगर पुलिस को सौंप दी गई है. उनके पास से 16 मोबाइल फोन ज़ब्त किए गए हैं. कुछ दिन पहले मीरा रोड पुलिस ने नालासोपारा के एक लॉज में रेड मारकर पांच आरोपियों को गिरफ्तार किया था. इसमें ये दो मुख्य आरोपी भी शामिल थे.

टिटवाला से लापता वृद्ध दंपति के जले हुए शव मिले

■ हत्या या आत्महत्या ?
■ पुलिस की जांच शुरू

कल्याण. टिटवाला से पिछले कुछ दिनों से लापता वृद्ध दंपति के शव मुरबाड के म्हसा क्षेत्र में जली हुई अवस्था में मिलने की जानकारी सामने आई है. मृतकों की पहचान महादू घरत और कमलाबाई घरत के रूप में हुई है. पुलिस ने प्राथमिक अंदाज जताया है कि संपत्ति विवाद के चलते दोनों ने आत्महत्या का कदम उठाया हो सकता है.

कल्याण ग्रामीण क्षेत्र के म्हारल इलाके में रहने वाले महादू घरत (85) और कमलाबाई घरत (75) पिछले कुछ दिनों से लापता थे. उनके गायब होने की शिकायत उनकी बेटी ने 23 अप्रैल को टिटवाला पुलिस स्टेशन में दर्ज कराई थी, जिसके बाद पुलिस ने उनकी तलाश शुरू की.

मुरबाड तालुका के म्हसा क्षेत्र में मिले शव

जांच के दौरान मुरबाड तालुका के म्हसा क्षेत्र में सड़क किनारे दोनों के जले हुए शव मिले. शव जली हुई अवस्था में मिलने से इलाके में सनसनी फैल गई. पुलिस ने प्राथमिक तौर पर आत्महत्या की आशंका जताई है. बताया जा रहा है कि महादू और कमलाबाई का अपने परिवार के साथ संपत्ति को लेकर विवाद चल रहा था. इसी विवाद के चलते यह घटना हुई हो सकती है, ऐसी संभावना पुलिस ने व्यक्त की है. हालांकि यह हत्या है या आत्महत्या, इस दिशा में पुलिस आगे की जांच कर रही है.

MNS ने उल्हासनगर में रिक्शा पर लगाए स्टिकर

■ जिसमें लिखा था, मैं मराठी बोलता हूं.. मैं मराठी समझता हूं.. आओ मेरे रिक्शा में बैठो.

उल्हासनगर. महाराष्ट्र नवनिर्माण सेना उल्हासनगर शहर ब्रांच ने रविवार को शहाड स्टेशन, म्हारल डी-मार्ट रिक्शा स्टैंड पर सभी रिक्शा पर स्टिकर लगाए. रिक्शा ड्राइवरों ने भी इस मूवमेंट का अच्छा रिस्पॉन्स दिया.

इस समय, जिला अध्यक्ष बंडू देशमुख, उपशहर अध्यक्ष सचिन बेंडके, मुकेश शेठपलांनी वाहतूक सेना के शहर संघटक काळू थोरात, उपतालुका अध्यक्ष विवेक गंभीरराव, योगेश पवार, विभाग अध्यक्ष कैलास घोरपडे,देवा तायडे, नटवर वासिटा प्रशांत संनगाळे, प्रमोद पालकर,राजन चौहान अक्षय धोत्रे,अमोल पाटील, अशोक गरड, संदीप गरड, सचिन शिरसाठ, संतोष पायाळ, सचिन विभुते शोल्क बेंडके संकेत शिंदे, महेश रोडगे, तुकाराम थोरात यांच्यासह इतर पदाधिकारी व कार्यकर्ता उपस्थित थे.

विट्ठलवाड़ी-उल्हासनगर के बीच चलती लोकल में चाकू से हमला

■ मोबाइल फोन लूटने की कोशिश
■ आरोपी गिरफ्तार

उल्हासनगर. विट्ठलवाड़ी और उल्हासनगर के बीच चलती लोकल ट्रेन में चाकू दिखाकर मोबाइल फोन लूटने की कोशिश का मामला सामने आया है। इस बार, डिब्बे में मौजूद यात्रियों की हिम्मत की वजह से आरोपी पकड़ा गया। मारपीट में एक यात्री को हल्की चोट आई है।

जब नितेश कुमार शाह दोपहर के समय खोपोली जा रही लोकल ट्रेन में सफर कर रहे थे, तो आरोपी जोगिंदर सिंह लबाना ने उनकी जेब से मोबाइल फोन चुराने की कोशिश की। जैसे ही शाह ने उसे रंगे हाथों पकड़ा, आरोपी भागने की कोशिश करने लगा और गाली-गलौज करने लगा। पकड़े जाने के डर से आरोपी ने तेज चाकू निकाला और शाह पर हमला करने की कोशिश की। मारपीट में शाह को हल्की चोट आई। इस बीच, दूसरे यात्रियों ने

फुर्ती दिखाई और आरोपी को पकड़ लिया। इस बीच, घटना का वीडियो सोशल मीडिया पर वायरल हो गया। इसके आधार पर कल्याण लोहमार्ग पुलिस ने जांच शुरू की। घायल नितेश कुमार शाह की शिकायत के आधार पर पुलिस ने आरोपी की तलाश की और जोगिंदर सिंह लबाना को उल्हासनगर में उसके घर से गिरफ्तार कर लिया, सीनियर पुलिस इंस्पेक्टर पंढरीनाथ कांडे ने बताया। पुलिस जांच में पता चला है कि लबाना आदतन अपराधी है और उसके खिलाफ अलग-अलग पुलिस थानों में कई मामले दर्ज हैं। इस संबंध में कल्याण लोहमार्ग पुलिस स्टेशन में अलग-अलग धाराओं के तहत मामला दर्ज किया गया है और आगे की जांच चल रही है।

कचरे के पहाड़ का साइंटिफिक समाधान!

■ उल्हासनगर डंपिंग में जल्द ही बायोमाइनिंग लागू होगी

उल्हासनगर. शहर के डंपिंग ग्राउंड की लंबे समय से चली आ रही समस्या के समाधान के संकेत आखिरकार दिखने लगे हैं. सालों से जमा कचरे से निकलने वाले ज़हरीले धुएं और बदबू की समस्या को दूर करने के लिए मनपा ने अब बायोमाइनिंग प्रोसेस लागू करने का फैसला किया है. इसके ज़रिए कचरे को साइंटिफिक तरीके से निपटाने की तैयारी शुरू हो गई है.

उल्हासनगर कैंप नंबर 5 इलाके में डंपिंग ग्राउंड की वजह से लोगों को हो रही समस्याओं का पक्का समाधान निकालने के लिए मनपा प्रशासन ने बायोमाइनिंग प्रोसेस शुरू करने का फैसला किया है. इलाके के लोग सालों से जमा कचरे से निकलने वाले ज़हरीले धुएं, बदबू और बार-बार लगने वाली आग से परेशान थे. इसी को देखते हुए, उप महापौर अमर लुंड ने संबंधित अधिकारियों के साथ मौके का दौरा किया और स्थिति का जायजा लिया. इस दौरे के दौरान, बताया गया कि डंपिंग ग्राउंड पर पुराने कचरे को साइंटिफिक तरीके से अलग किया जाएगा और बायोमाइनिंग प्रोसेस लागू करके अलग-अलग चरणों में निपटाया जाएगा. इस प्रोसेस से डंपिंग ग्राउंड पर कचरे का ढेर कम करने में मदद मिलेगी.

■ स्थायी समाधान की ज़रूरत

डंपिंग ग्राउंड पर बार-बार आग लगने से निकलने वाले धुएं और बदबू ने इलाके के लोगों की सेहत को खतरे में डाल दिया है. सांस की दिक्कत, आंखों में जलन जैसी शिकायतें बढ़ गई हैं और लोगों की रोज़मर्रा की ज़िंदगी भी अस्त-व्यस्त हो गई है. ऐसे में, लोगों को उम्मीद है कि बायोमाइनिंग प्रोसेस से इस समस्या का पक्का समाधान निकलेगा.

■ तुरंत उपायों की ज़रूरत

पहले किए गए कई वादों की वजह से लोगों में शक बना हुआ है. सबका ध्यान इस बात पर है कि प्रशासन द्वारा घोषित यह प्लान असल में कितना असरदार होगा और क्या लोगों को सच में प्रदूषण से राहत मिलेगी. फिलहाल, लोगों को उम्मीद है कि इस समस्या को दूर करने के लिए तुरंत और ठोस कदम उठाए जाएंगे.

उल्हासनगर मनपा में 40% कॉन्ट्रैक्ट कामगार नेताओं, अधिकारियों और नगरसेवकों के रिश्तेदार

उल्हासनगर. मनपा की 28 अप्रैल को आयोजित स्टैंडिंग कमेटी की मीटिंग में सिक्योरिटी गार्ड, वार्डन, माली और मजदूर पोस्ट पर कॉन्ट्रैक्ट पर भर्ती करने का प्रपोज़ल है. मनपा के कुल कर्मचारियों में 40 परसेंट वर्कर कॉन्ट्रैक्ट पर भरे गए हैं. बताया जा रहा है कि भर्ती किए गए कामगारों में कॉर्पोरेटर, मनपा अधिकारी और नेताओं के रिश्तेदार शामिल हैं.

उल्हासनगर मनपा के नए स्ट्रक्चर के मुताबिक, कुल 3040 पोस्ट तय की गई हैं. पोस्ट का

स्ट्रक्चर मंज़ूरी के लिए सरकार के पास भेजा गया है और कमिश्नर मनीषा अव्हाले ने पिछले साल इशारा किया था कि मंज़ूरी मिलते ही 1282 खाली पोस्ट भरी जाएंगी. इस बीच, मनपा प्रशासन चलाने के लिए 1100 से ज़्यादा अलग-अलग पोस्ट पर प्राइवेट कॉन्ट्रैक्टर कॉन्ट्रैक्ट वर्कर से भर दिए गए हैं और इसका परसेंटेज 40 हो गया है. दूसरी तरफ, मनपा के परमानेंट कर्मचारियों की संख्या अब सिर्फ़ 1940 रह गई है. यानी मनपा प्रशासन अब कॉन्ट्रैक्ट वर्कर के हवाले हो गया है. क्योंकि रखे गए ज़्यादातर कॉन्ट्रैक्ट वर्कर लोकल नेता, मनपा अधिकारी और कर्मचारियों के रिश्तेदार हैं, इसलिए मनपा प्रशासन में अफ़रा-तफ़री मची हुई है.

सीक्रेट जानकारी की सुरक्षा खतरे में

मनपा स्टैंडिंग कमेटी की मीटिंग मंगलवार, 28 अप्रैल को हो रही है, और इसमें सिक्योरिटी गार्ड, वार्डन, माली जैसे कॉन्ट्रैक्ट वर्कर की भर्ती का प्रस्ताव है. एक तरफ़, कॉन्ट्रैक्ट वर्कर की संख्या बढ़कर 40 परसेंट हो गई है, और अगर उनमें मनपा अधिकारियों, पार्षदों और लोकल नेताओं के 'करीबी' रिश्तेदार हैं, तो मनपा की सीक्रेट और सेंसिटिव जानकारी की सुरक्षा खतरे में है.

मनपा की काम करने की क्षमता और ट्रांसपेरेंसी पर बड़ा सवालिया निशान लग गया है. इससे सही कैंडिडेट को मौका नहीं मिलता, और एडमिनिस्ट्रेटिव काम में भाई-भतीजावाद को बढ़ावा मिलता है. मनपा आयुक्त से मांग है कि वे इस गंभीर मामले पर तुरंत ध्यान दें और इन नियुक्तियों की पूरी जांच करें.

मृत दंपति व उनके बेटे के परिजन को 63.76 लाख मुआवजा

ठाणे. मोटर दुर्घटना दावा न्यायाधिकरण (एमएसीटी) ने 2020 में एक मोटरसाइकिल और राज्य परिवहन विभाग की बस के बीच हुई टक्कर में मारे गए एक दंपति और उनके 11 वर्षीय बेटे के परिजनों को कुल 63.76 लाख रुपये का मुआवजा देने का आदेश दिया है.

एमएसीटी के सदस्य आर वी मोहिते ने दुर्घटना में गंभीर रूप से घायल हुए मृतक दंपति के दो अन्य बच्चों और उनकी दादी को मुआवजा देने की मंजूरी दी, और बस चालक की लापरवाही के लिए महाराष्ट्र राज्य सड़क परिवहन निगम (एमएसआरटीसी) को जिम्मेदार ठहराया.

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

उल्हास विकास संपादकीय

बढ़ता शोर, घटती सेहत

महानगरों से लेकर छोटे कस्बों तक में दूषित हवा के साथ-साथ ध्वनि प्रदूषण भी एक गंभीर समस्या बनती जा रही है. विभिन्न अध्ययन रपटों में यह बात सामने आई है कि ज्यादातर बड़े शहरों में शोर का स्तर तय मानकों से काफी अधिक है. इसका मानव स्वास्थ्य पर गहरा प्रभाव पड़ता है और बहरापन, उच्च रक्तचाप, हृदय रोग, नींद की कमी तथा मानसिक तनाव जैसी समस्याएं पैदा हो सकती हैं.

इसी के मद्देनजर हाल में दिल्ली प्रदूषण नियंत्रण समिति ने राष्ट्रीय राजधानी में नियमों को सख्ती से लागू करने के लिए एक मानक संचालन प्रक्रिया शुरू की है. इसके तहत शिकायतों पर समयबद्ध कार्रवाई, उचित निगरानी और जुर्माना अनिवार्य कर दिया गया है. मगर सवाल है कि क्या कागजों में कड़े प्रावधान कर देने से ध्वनि प्रदूषण को रोका जा सकता है? इससे संबंधित नियम-कानून से लेकर अदालतों के आदेश पहले से मौजूद हैं, तो फिर नए निर्देश जारी करने की जरूरत क्यों पड़ी! जाहिर है कि कार्यान्वयन में कई स्तरों पर लापरवाही बरती जा रही है.

गौरतलब है कि ध्वनि प्रदूषण (विनियमन और नियंत्रण) नियम, 2000 को पर्यावरण (संरक्षण) अधिनियम, 1986 के तहत लागू किया गया था. इन नियमों का उद्देश्य लाउडस्पीकर, वाहनों के हार्न, निर्माण कार्य और औद्योगिक मशीनों जैसे सभी स्रोतों से ध्वनि के स्तर को नियंत्रित कर जनस्वास्थ्य तथा पर्यावरण की सुरक्षा करना है.

नियमों में विभिन्न क्षेत्रों के लिए दिन और रात के समय ध्वनि के मानक तय किए गए हैं, जिनमें संबंधित प्राधिकारी की पूर्व अनुमति के बिना रात दस बजे से सुबह छह बजे के बीच लाउडस्पीकर के उपयोग पर प्रतिबंध भी शामिल है. मगर इन नियमों को जमीनी स्तर पर लागू करने का जिम्मा संभाले प्राधिकारियों के दायित्व, निष्पक्षता और ईमानदारी पर अक्सर सवाल उठते रहे हैं.

आलम यह है कि कई जगह ध्वनि प्रदूषण को मापने के लिए लगाए गए यंत्र निष्क्रिय पड़े हैं और जहां ये यंत्र काम कर रहे हैं, उनमें दर्ज आंकड़ों का भी शोर कम करने के उपायों में समुचित इस्तेमाल नहीं हो पा रहा है. इससे स्पष्ट है कि जब तक अधिकारियों के स्तर पर जवाबदेही तय नहीं की जाएगी, तब तक किसी भी नियम और दिशा-निर्देश का असर धरातल पर नजर नहीं आएगा.

विमर्श

चारधाम यात्रा के लिए तैयार उत्तराखंड

रुद्राष्टकम के आरंभ में गोस्वामी तुलसीदास ने लिखा है, 'हे ईशान! मैं मुक्तिस्वरूप, समर्थ, सर्वव्यापक, ब्रह्म, वेदस्वरूप, निज स्वरूप में स्थित, निर्गुण, निर्विकल्प, निरीह, अनंत ज्ञानमय और आकाश के समान सर्वत्र व्याप्त प्रभु को प्रणाम करता हूं.' कुछ-कुछ इसी भाव से हम लोग चारधाम की यात्रा करते हैं. गंगोत्री, यमुनोत्री, बदरीनाथ और केदारनाथ धामों की यह यात्रा इस वर्ष भी हर्षोल्लास के साथ आरंभ हो रही है. हजारों वर्षों से हम लोग इसे मोक्ष प्राप्ति का सर्वोच्च मार्ग मानते रहे हैं. यह न केवल आत्मा की शुद्धि और पापों से मुक्ति का मार्ग प्रशस्त करती है, बल्कि शिव और शक्ति के साक्षात दर्शन का अवसर भी प्रदान करती है, क्योंकि इसी क्षेत्र में शक्ति स्वरूपा गंगा और यमुना धरती पर अवतरित होती हैं और हमारे त्रिदेवों में से दो-भगवान विष्णु और महादेव शिव के अधिवास भी यहीं हैं. यह यात्रा समाज के सभी वर्गों को एक साथ लाती है, जिससे सामूहिक आध्यात्मिक संस्कृति पनपती है.

माना जाता है कि इस यात्रा के बाद हम जीवन-मरण के चक्र से मुक्त हो जाते हैं. जो लोग मुक्ति नहीं चाहते, वे भी आस्था, श्रद्धा, साधना और स्वयं के शोधन के लिए यह यात्रा करते हैं. हम जानते हैं कि यात्रा-मार्ग अत्यंत कठिन हैं, ये तीर्थ ऊंची पहाड़ियों पर स्थित हैं. आज तो फिर भी बहुत-सी सुविधाएं हो गई हैं, लेकिन हमारे पूर्वज जिन कठिनाइयों के साथ ये यात्रा करते थे, उनकी हम कल्पना भी नहीं कर सकते. हम यह अच्छी तरह जानते हैं कि भगवान को पाने का मार्ग आसान नहीं होता. इसलिए तीर्थ यात्री तमाम कष्टों को झेलते हुए भी खुशी-खुशी यह यात्रा करते हैं, क्योंकि वे जानते हैं कि इस यात्रा के बाद वे एक नई आध्यात्मिक ऊर्जा से भर जाएंगे.

चारधाम-गंगोत्री, यमुनोत्री, केदारनाथ और बदरीनाथ के कपाट श्रद्धालुओं के लिए खुल गए हैं. इसी के साथ हजारों-हजार देसी-विदेशी तीर्थयात्रियों का आना भी शुरू हो गया है. उत्तराखंड चूंकि एक पहाड़ी प्रदेश है, इसलिए यहां आपदा की आशंकाएं हमेशा मंडराती रहती हैं. रास्ते संकरे हैं. पहाड़ बेहद नाजुक हैं, इसलिए मैदानों की तरह सड़कें ज्यादा चौड़ी नहीं हैं. उनकी वहन क्षमता भी सीमित होती है. यहां का पर्यावरण और जैव-विविधता भी नाजुक हैं. देश और समाज के दुश्मनों की बुरी निगाहें भी निरंतर बढ़ती रही हैं. जबकि जैसे-जैसे लोगों में अपने धार्मिक स्थलों के बारे में जागरूकता बढ़ रही है, साल दर साल तीर्थ यात्रियों की संख्या भी बढ़ रही है.

इसलिए हमारे लिए इसका आयोजन लगातार चुनौतीपूर्ण होता जा रहा है. इन्हीं चुनौतियों के मद्देनजर हमने पिछले पांच वर्षों में बुनियादी ढांचे, सुरक्षा और सुविधा के स्तर पर क्रांतिकारी बदलाव किए हैं. हमारा मुख्य फोकस 'सुगम और सुरक्षित यात्रा' पर है. 2013 में आई आपदा के बाद यात्रियों का पंजीकरण अनिवार्य कर दिया गया है. इससे प्रशासन को यह पता रहता है कि किस धाम में कितने यात्री हैं. यात्रियों की सुरक्षा के लिए रिस्टबैंड या टोकन सिस्टम का उपयोग किया गया है, ताकि आपात स्थिति में उनकी लोकेशन का पता लगाया जा सके. यात्रियों के लिए स्वास्थ्य और पहचान संबंधी जानकारी वाले कार्ड्स की सुविधा शुरू की गई है.

प्रधानमंत्री मोदी जी का देवभूमि के प्रति विशेष लगाव रहा है. इसलिए उन्होंने उत्तराखंड के तीर्थ स्थलों को जोड़ने के लिए विशेष बुनियादी ढांचा स्वीकृत किया. लगभग 889 किमी के आल वेदर रोड प्रोजेक्ट के तहत लंबी सड़कों का चौड़ीकरण और सुदृढ़ीकरण किया गया है, ताकि भूस्खलन के दौरान भी रास्ते जल्द से जल्द खुल सकें और साल भर कनेक्टिविटी बनी रहे. केदारनाथ और बदरीनाथ के लिए कई जगहों से हेलीकाप्टर सेवाएं शुरू की गई हैं. बुकिंग को अब आइआरसीटीसी के माध्यम से एकीकृत किया गया है, ताकि किसी तरह की घपलेबाजी न हो. ऊंचाई पर होने वाली स्वास्थ्य संबंधी मुश्किलों (जैसे आक्सीजन की कमी) से निपटने के लिए रास्तों में जगह-जगह एसी मेडिकल रिलीफ सेंटर और आक्सीजन पार्लर खोले गए हैं. 'स्वच्छ भारत' के तहत धामों में कचरा प्रबंधन और सार्वजनिक शौचालयों की संख्या में भारी बढ़ोतरी की गई है.

संत राजिन्दर सिंह जी महाराज

विज्ञान और अध्यात्म के मूल में एक साँझेदारी है जो समान प्रश्नों के उत्तर ढूंढती है।

- संत राजिन्दर सिंह जी महाराज

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

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

दलबदल कानून की घटती प्रासंगिकता

देश के राजनीतिक परिदृश्य में एक दल को छोड़ कर दूसरे में शामिल होने को लोकतांत्रिक अधिकार के तौर पर देखा जाता है. मगर सच यह भी है कि जब जनप्रतिनिधियों ने सिद्धांतों के बजाय सुविधा के मुताबिक पार्टी बदलने को एक आम चलन बनाना शुरू कर दिया, तब इस पर लगाम लगाने की जरूरत पड़ी और इसी क्रम में दल-बदल विरोधी कानून अस्तित्व में आया. विडंबना यह है कि इस कानून के लागू होने के बावजूद अलग-अलग कारणों का हवाला देकर विधायकों या सांसदों के पाला बदलने या दूसरी पार्टियों में शामिल होने के मामले आए दिन सामने आते रहे हैं.

मगर इस बार आम आदमी पार्टी से जुड़े राज्यसभा के सात सांसदों ने जिस तरह अपने दल को छोड़ कर भारतीय जनता पार्टी से जुड़ने की घोषणा की है, उसने एक बार फिर राजनीति में नैतिकता और दल-बदल कानून की प्रासंगिकता पर बहस छेड़ दी है. गौरतलब है कि राज्यसभा में आप के दस सांसद थे. उनमें से राघव चड्ढा सहित सात सांसदों ने पार्टी छोड़ दी. उनका मानना है कि चूंकि अलग होने वाले सांसदों की संख्या दो-तिहाई की कसौटी पर पूरी है, इसलिए दल-बदल विरोधी कानून के तहत यह गलत नहीं है.

संभव है कि आप छोड़ कर भाजपा में शामिल होने वाले इन नेताओं के लिए सिर्फ कानून के प्रावधानों पर खरा उतरना ही किसी कार्रवाई से बचने के लिए काफी है, लेकिन सवाल है कि क्या केवल तकनीकी तौर पर सही होकर ही खुद को नैतिकता की कसौटी पर भी उचित मान लिया जा सकता है! खैर, आम आदमी पार्टी की ओर से संबंधित सातों सांसदों को अयोग्य घोषित करने की मांग करने की बात कही गई है. हवाला यह दिया गया है कि दल-बदल कानून में राज्यसभा और लोकसभा में किसी भी प्रकार का विभाजन या गुटबंदी करने पर स्पष्ट तौर पर मनाही की गई है, भले ही वहां दो-तिहाई बहुमत हो.

जाहिर है, आप के नेता अब दल-बदल से संबंधित कानूनी बारीकियों के मुताबिक कार्रवाई की उम्मीद कर रहे हैं. मगर यह देखने की बात होगी कि इस मसले पर मान्यता का मुद्दा उठने पर अंतिम फैसला क्या आता है. एक सवाल अपना दल छोड़ कर सांसदों के भाजपा में शामिल होने और पार्टी के रूप में विलय से जुड़े संदर्भ का भी उठेगा.

हालांकि पिछले कुछ समय से राघव चड्ढा की राजनीतिक सक्रियता जिस तरह उलझी हुई दिख रही थी, उसके मद्देनजर पहले से ही उनके पार्टी से बाहर होने की संभावना जताई जा रही थी. मगर उनके साथ जिस तरह छह अन्य नेताओं ने पार्टी छोड़ी है, उसे लेकर राजनीतिक हलके में थोड़ी हैरानी जताई जा रही है. देश की राजनीति में बिना किसी सैद्धांतिक आधार के सुविधा के मुताबिक पार्टी बदलने की प्रवृत्ति और इसके सहारे सरकारों की स्थिरता के प्रभावित होने के हालात को रोकने के लिए दल-बदल कानून बनाया गया था.

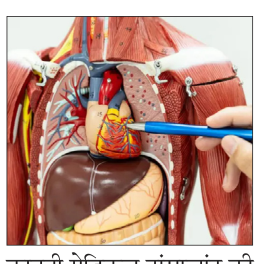
मगर पिछले कुछ वर्षों से इस कानून के तहत मिली छूट का लाभ उठा कर कई राज्यों में जिस तरह सरकारें बदली गईं, उसमें कहीं भी सैद्धांतिक कसौटी का ख्याल रखना जरूरी नहीं समझा गया. ऐसे अनेक मामले सामने आए, जिसमें सिर्फ परिस्थितियों का लाभ उठाने के लिए विचारधारात्मक प्रतिबद्धता के सवाल को दरकिनार कर दिया गया और ऐसे नेताओं के लिए दल-बदल कानून कोई बाधा नहीं बना. इसी क्रम में आप के सात सांसदों के भाजपा में शामिल होने पर फिर यह सवाल उठा है कि आखिर दल-बदल कानून की प्रासंगिकता क्या रह गई है.

इंसान का सबसे महंगा बॉडी पार्ट कौन-सा?

जरा हट के

अमेरिका के 2025 डेटा के मुताबिक कुछ बॉडी पार्ट्स की कीमत मार्केट में सबसे ज्यादा पहुंच गई है. आइए जानते हैं कि सबसे महंगा अंग कौन सा है और क्यों इतनी भारी कीमत है.

मिलिमैन रिपोर्ट 2025 के अनुसार अमेरिका में सबसे महंगा ट्रांसप्लांट डबल लंग्स का है. पूरा प्रोसेस यानी सर्जरी, हॉस्पिटल स्टे, दवाइयां और पोस्ट-ऑपरेटिव केयर समेत इसकी औसत बिल्ड चार्ज करीब 23,46,500 डॉलर यानी भारतीय मुद्रा में लगभग 2.34 करोड़ रुपये है. दूसरे नंबर पर हार्ट ट्रांसप्लांट है जिसकी कीमत 19,18,700 डॉलर यानी 1.91 करोड़ रुपये के आसपास है. सिंगल लंग 18,10,700 डॉलर, इंटेस्टाइन 17,29,500 डॉलर और बोन मैरो 12,61,800 डॉलर में ट्रांसप्लांट होता है. लिवर ट्रांसप्लांट की लागत भी 10,17,800 डॉलर यानी करीब 1 करोड़ रुपये है. ये कीमतें सिर्फ कानूनी मेडिकल ट्रांसप्लांट की है. असली सर्जरी, डॉक्टर्स की फीस, ICU स्टे, दवाइयां और लंबे समय तक की देखभाल को मिलाकर इतनी भारी रकम बन जाती है, जिसे चुका पाना आम इंसान के बस की बात नहीं है.



डबल लंग ट्रांसप्लांट इसलिए सबसे महंगा है क्योंकि यह सर्जरी बेहद जटिल होती है. फेफड़ों को बदलना, शरीर में फिट करना और रिजेक्शन का खतरा कम करना – सब कुछ बहुत मुश्किल है. हार्ट ट्रांसप्लांट भी कम जटिल नहीं है. मरीज की जिंदगी बचाने के लिए ये खर्चा जरूरी हो जाता है लेकिन आम आदमी की पहुंच से बाहर है. लेकिन असली शॉक तो ब्लैक मार्केट की कीमतें सुनकर लगता है. कानून के बावजूद दुनिया भर में ऑर्गन ट्रैफिकिंग का कारोबार 84 करोड़ से 1.7 अरब डॉलर सालाना कमा रहा है. ज्यादातर मामलों में किडनी सबसे ज्यादा बिकती है. ब्लैक मार्केट में खरीदार 50,000 से 1,20,000 डॉलर तक चुकाते हैं लेकिन विक्रेता को सिर्फ 5-10 प्रतिशत ही मिलता है. बाकी ब्रोकर और माफिया खा जाते हैं. लिवर, हार्ट और लंग्स भी स्मगलिंग के जरिए बिकते हैं. गरीब देशों में गरीबों को नौकरी या पैसे का लालच देकर अंग निकाले जाते हैं. कई बार जबरन अंग हड़प लिए जाते हैं.

जलजीरा

खाना-खजाना

जलजीरा सिर्फ एक ड्रिंक नहीं है, बल्कि यह पेट के लिए एक जादुई दवा की तरह काम करता है. इसमें मौजूद पुदीना, भुना हुआ जीरा और काला नमक पेट की गर्मी को शांत करते हैं और खाना तुरंत पचाने में मदद करते हैं. बाहर के केमिकल वाले महंगे कोल्ड ड्रिंक्स पीने से लाख गुना बेहतर है कि आप घर का बना यह प्राकृतिक और सेहतमंद शरबत पिएं. सबसे अच्छी बात यह है कि इसे बनाने में सिर्फ 5 मिनट लगते हैं. आइए जानते हैं.

सामग्री

- ताजा पुदीनाः आधा कप
- हरा धनियाः थोड़ा-सा
- नींबू का रसः 2 बड़े चम्मच
- भुना हुआ जीरा पाउडरः 1 चम्मच
- काला नमकः 1 छोटा चम्मच
- अदरकः आधा इंच का टुकड़ा
- चीनी या गुड़ः 1 चम्मच (खट्टे-मीठे स्वाद के लिए)
- ठंडा पानी और बर्फ के टुकड़ेः 2 गिलास
- रायते वाली बूंदीः गार्निश करने के लिए

आसान विधि

सबसे पहले मिक्सी के जार में पुदीना, हरा धनिया, अदरक, काला नमक, भुना जीरा पाउडर और चीनी डालें. इसमें 2-3 चम्मच पानी डालकर इसे अच्छे से पीस लें और एक बारीक चटनी बना लें.

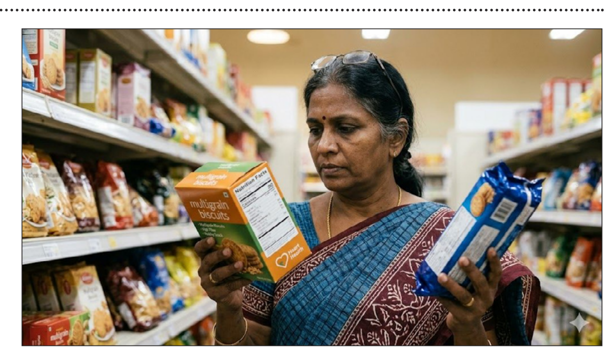
अब इस तैयार किए गए ताजे पेस्ट को एक बड़े जग या बर्तन में निकालें. इसमें 2 गिलास एकदम चिल्ड पानी और नींबू का रस डालकर अच्छी तरह चम्मच से मिला लें.

अगर आपको बिल्कुल बाजार जैसा साफ पानी चाहिए, तो आप इसे छलनी से छान सकते हैं. हालांकि, बिना छाने पीने से इसके पत्तों का फाइबर भी आपके पेट में जाता है, जो सेहत के लिए और भी फायदेमंद है.

अब कांच के गिलास लें, उसमें कुछ बर्फ के टुकड़े डालें. ऊपर से अपना चटपटा जलजीरा डालें और सबसे आखिर में थोड़ी-सी क्रंची बूंदी और पुदीने की एक पत्ती से सजाकर सर्व करें.

हार्ट हेल्थ के लिए जरूरी है 'लेबल रीडिंग'

कहीं आप भी तो अनजाने में नहीं खा रहे जरूरत से ज्यादा फैट?



जब भी हम सुपरमार्केट जाते हैं, तो सुंदर और आकर्षक पैकेट देखकर सामान अपनी ट्रॉली में डाल लेते हैं. कई बार पैकेट पर 'डाइट', 'लो-फैट' या 'हेल्दी' लिखा देखकर हमें लगता है कि यह हमारी सेहत और खासकर हमारे दिल के लिए बहुत अच्छा होगा, लेकिन क्या आपने कभी पैकेट को पलटकर पीछे दी गई छोटी-सी लिस्ट पढ़ी है?

अक्सर हम इस न्यूट्रिशन लेबल को नजरअंदाज कर देते हैं और यहीं हमसे सबसे बड़ी गलती हो जाती है. भारतीय खाद्य सुरक्षा और मानक प्राधिकरण (FSSAI) के अनुसार, अनजाने में ही सही, हम ऐसी चीजें खा रहे होते हैं जो हमारी हार्ट हेल्थ को चुपचाप नुकसान पहुंचा रही हैं.

आपके खाने की 'असली कुंडली'

न्यूट्रिशन लेबल किसी भी पैकेटबंद खाने की कुंडली की तरह होता है. यह हमें बताता है कि उस खाने के अंदर क्या-क्या है और कितनी मात्रा में है. हमें लगता है कि हम 'डाइट चिवड़ा' या 'ओट्स बिस्किट' खाकर बहुत हेल्दी लाइफस्टाइल अपना रहे हैं, लेकिन असलियत में उनमें ढेर सारा नमक, चीनी और सबसे खतरनाक-खराब फैट छिपा हो सकता है.

छिपे हुए फैट का मायाजाल

हमारे दिल के सबसे बड़े दुश्मन हैं 'सैचुरेटेड फैट' और 'ट्रांस फैट'. ये वो फैट हैं जो हमारी नसों में कोलेस्ट्रॉल बढ़ाते हैं और हार्ट अटैक या स्ट्रोक का खतरा पैदा करते हैं.

कई बार पैकेट पर बड़े-बड़े अक्षरों में लिखा होता है '0% कोलेस्ट्रॉल', लेकिन जब आप पीछे लेबल पढ़ेंगे तो पाएंगे कि उसमें ट्रांस फैट भरा हुआ है. बेकरी के सामान, नमकीन, कुकीज़ और रेडी-टू-ईट खाने में अक्सर तेल को जमने के लिए एक खास प्रक्रिया का इस्तेमाल होता है, जिससे यह खतरनाक ट्रांस फैट बनता है.

बिना लेबल पढ़े न खरीदें ये चीजें

बेकरी प्रोडक्ट्सः जैसे कि केक, बिस्कुट और पेस्ट्री.

पैकेट वाले स्नैक्सः आपके पसंदीदा चिप्स, नमकीन और तले हुए मिक्सचर.

रेडी-टू-ईट फूड्सः जैसे कि नूडल्स, फ्रोजन मील्स और पिज्जा.

स्प्रेड्स और मार्जरीनः इन प्रोडक्ट्स के लेबल पर खास ध्यान दें, क्योंकि इनमें अक्सर 'ट्रांस फैट' की मात्रा बहुत ज्यादा होती है.

लेबल पढ़ते समय किन बातों का रखें खास ध्यान?

- अपने दिल को सुरक्षित रखने के लिए आपको कोई रॉकेट साइंस सीखने की जरूरत नहीं है. बस अगली बार शॉपिंग करते समय इन 3 आसान बातों का ध्यान रखें:
- **सर्विंग साइज चेक करें:** कई बार पैकेट पर लिखा फैट सिर्फ एक छोटी-सी सर्विंग (जैसे 2 बिस्किट) के लिए होता है, लेकिन हम पूरा पैकेट खा जाते हैं. इसलिए हमेशा देखें कि जो आंकड़े दिए गए हैं, वो कितनी मात्रा के लिए हैं.
- **ट्रांस फैट से बचें:** आपके खाने में ट्रांस फैट हमेशा '0 ग्राम' होना चाहिए. अगर किसी पैकेट पर ट्रांस फैट लिखा है, तो उसे वापस शेल्फ पर रख देना ही समझदारी है.
- **इंग्रीडिएंट लिस्ट पढ़ें:** अगर सामग्री की लिस्ट में आपको 'पार्शियली हाइड्रोजेनेटेड ऑयल' लिखा हुआ दिखे, तो समझ जाइए कि उस पैकेट में ट्रांस फैट मौजूद है, भले ही न्यूट्रिशन लेबल में वह 0 ग्राम क्यों न लिखा हो.

आज का राशिफल

मेष : धन प्राप्ति में अवरोध दूर होंगे. कोर्ट व कचहरी में अनुकूलता रहेगी. पुराना रोग परेशानी का कारण बन सकता है. अज्ञात भय सताएगा. वाणी में हल्के शब्दों के प्रयोग से बचें. वैवाहिक प्रस्ताव मिल सकता है. परिवार में सुख-शांति बनी रहेगी. कुसंगति से बचें. चिंता रहेगी.

वृषभ : आर्थिक उन्नति होगी. व्यवसाय ठीक चलेगा. निवेश शुभ रहेगा. नौकरी में अधिकारी प्रसन्न रहेंगे. पारिवारिक सहयोग मिलेगा. शुभ समय. शत्रु भय रहेगा. जीवनसाथी के स्वास्थ्य की चिंता रहेगी. शारीरिक कष्ट संभव है. भूमि व भवन संबंधी खरीद-फरोख्त की योजना बनेगी.

मिथुन : नौकरी में मातहतों का सहयोग प्राप्त होगा. दुष्टजनों से सावधानी आवश्यक है. पारिवारिक चिंता बनी रहेगी. विवाद को बढ़ावा न दें. किसी आनंदोत्सव में भाग लेने का अवसर प्राप्त होगा. यात्रा मनोरंजक रहेगी. विद्यार्थी वर्ग सफलता हासिल करेगा. कारोबार में बुद्धिबल से उन्नति होगी.

कर्क : आवश्यक निर्णय सोच-समझकर करें. व्यवसाय ठीक चलेगा. नौकरी में कार्यभार रहेगा. थकान हो सकती है. जोखिम व जमानत के कार्य टालें. आय में निश्चितता रहेगी. लेन-देन में जल्दबाजी न करें. पुराना रोग उभर सकता है. दु:खद समाचार की प्राप्ति संभव है. बात बिगड़ सकती है.

सिंह : कारोबार का विस्तार होगा. नौकरी में प्रमोशन मिल सकता है. प्रयास सफल रहेंगे. पार्टनरों का सहयोग प्राप्त होगा. निवेश लाभदायक रहेगा. घर में सुख-शांति रहेगी. उत्साह बना रहेगा. भाग्य का साथ मिलेगा. संतान की चिंता रहेगी. पराक्रम व प्रतिष्ठा में वृद्धि होगी. आय में वृद्धि होगी.

कन्या : दूर से शुभ समाचार की प्राप्ति होगी. घर में अतिथियों का आगमन होगा. व्यय बढ़ेगा. आत्मविश्वास में वृद्धि होगी. जोखिम उठाने का साहस कर पाएंगे. निवेश शुभ रहेगा. नौकरी में सहकर्मियों का साथ रहेगा. थकान रहेगी. आय में वृद्धि होगी. दुष्टजन हानि पहुंचा सकते हैं.

तुला : अप्रत्याशित लाभ हो सकता है. सट्टे व लॉटरी से दूर रहें. कारोबार का विस्तार होगा. नौकरी में प्रमोशन मिल सकता है. सुख के साधन जुटेंगे. शत्रु परास्त होंगे. भाग्य का साथ मिलेगा. सभी ओर से सफलता मिलेगी. प्रेम-प्रसंग में आशातीत सफलता प्राप्त होगी. यात्रा सफल रहेगी.

वृश्चिक : दूसरों के झगड़ों में न पड़ें. आय में निश्चितता रहेगी. राजभय रहेगा. विवाद को बढ़ावा न दें. लेन-देन में जल्दबाजी हानि देगी. शारीरिक कष्ट संभव है. अप्रत्याशित खर्च सामने आएंगे. व्यवस्था में मुश्किल होगी. दूसरों से अपेक्षा न करें. चिंता तथा तनाव रहेंगे. अनहोनी की आशंका रहेगी.

धनु : लाभ के अवसर हाथ आएंगे. अधिकार प्राप्ति के योग हैं. पार्टनरों का सहयोग मिलेगा. नौकरी में उच्चाधिकारी प्रसन्न रहेंगे. भागदौड़ रहेगी. दूसरों के काम में दखल न दें. विवाद से बचें. लाभ होगा. व्यावसायिक यात्रा सफल रहेगी. नेत्र पीड़ा हो सकती है. मानसिक बेचैनी रहेगी.

मकर : व्यवसाय ठीक चलेगा. घर-बाहर प्रसन्नता रहेगी. प्रमाद न करें. राज्य से प्रसन्नता रहेगी. कोई बड़ा काम हो सकता है. नई योजना बनेगी. नया उपक्रम प्रारंभ हो सकता है. सामाजिक कार्य करने का अवसर मिलेगा. प्रतिष्ठा बढ़ेगी. स्वास्थ्य का पाया कमजोर रहेगा.

कुंभ : सुख के साधन जुटेंगे. कारोबार लाभदायक रहेगा. नौकरी में उच्चाधिकारी प्रसन्न रहेंगे. मातहतों का सहयोग प्राप्त होगा. थकान व कमजोरी महसूस हो सकती है. कोर्ट व कचहरी के काम निबटेंगे. पूजा-पाठ में मन लगेगा. प्रसन्नता रहेगी. आंखों को चोट व रोग से बचाएं.

मीन : आय में निश्चितता रहेगी. प्रयास अधिक करना पड़ेंगे. सोच-समझकर निर्णय लें. पुराना रोग उभर सकता है. अनहोनी की आशंका रहेगी. मातहतों से कहासुनी हो सकती है. पार्टनरों से मतभेद संभव है. वाहन व मशीनरी के प्रयोग में सावधानी रखें. दूसरों से अपेक्षा न करें. बनते काम बिगड़ सकते हैं.

-ज्योतिषाचार्य पंडित अतुल शास्त्री

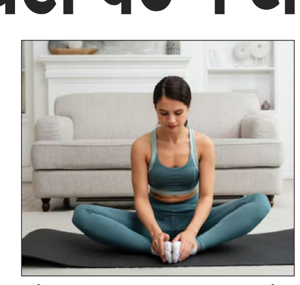
कुर्सी पर घंटों बैठने से 'जाम' हो गए हैं पेल्विक मसल्स?

इन 5 आसान एक्सरसाइज से तुरंत दूर करें जकड़न

काम की वजह से घंटों हमें एक ही जगह बैठे रहना पड़ता है. लगातार घंटों एक ही पोस्चर में बैठने से पेल्विक रीजन की मांसपेशियां पूरी तरह से जाम होने लगती हैं. लंबे समय तक ये परेशानी बनी रहे, तो कुर्सी से उठना बैठना भी मुश्किल हो जाता है. लेकिन इस परेशानी से आसानी से बचा जा सकते हैं. अपने दिन के कुछ मिनट निकालकर आप पेल्विक मसल्स को स्ट्रेच करने के लिए कुछ एक्सरसाइज कर सकते हैं. यहां हम ऐसी ही 5 एक्सरसाइज के बारे में बता रहे हैं.

यह पेल्विक एरिया को खोलने के लिए सबसे बेहतरीन और आसान एक्सरसाइज है.

बटरफ्लाई स्ट्रेच

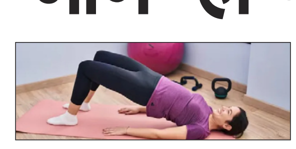


कैसे करें- जमीन पर बैठ जाएं और अपने घुटनों को मोड़कर पैरों के तलवों को आपस में मिला लें. अपने घुटनों को बाहर की तरफ मोड़ें.

अपने पैरों को कूल्हों के जितना हो सके करीब लाएं और धीरे-धीरे आगे की ओर झुकें.

इस मुद्रा में 30 सेकंड तक रुकें और पेट से गहरी सांस लेते रहें.

फ्लैट फ्रॉग



यह स्ट्रेच जांघों की अंदरूनी मांसपेशियों और पेल्विक हिस्से पर गहरा असर डालता है.

कैसे करें- अपने हाथों और घुटनों के बल जमीन पर आ जाएं. अब अपने घुटनों को कूल्हों की चौड़ाई से थोड़ा ज्यादा फैलाएं.

अपने कूल्हों को धीरे-धीरे पीछे एड़ियों की तरफ ले जाएं. ज्यादा खिंचाव महसूस करने के लिए अपनी कोहनियों को जमीन पर टिका सकते हैं. गहरी सांस लेते हुए इस खिंचाव को 30 सेकंड तक बनाए रखें.

रिलैक्स्ड फ्रॉग

यह एक्सरसाइज पेल्विक मसल्स को आराम देने और उन्हें फ्लेक्सिबल बनाने में मदद करता है.

कैसे करें- अपने शरीर का वजन हाथों और पैरों पर रखें.

अपने कूल्हों को अपनी एड़ियों के बीच रखें. अब अपनी कोहनियों से अपने घुटनों के अंदरूनी हिस्से को धीरे से बाहर की तरफ धकेलें.

पेट से गहरी सांस लेते हुए 30 सेकंड तक इसी स्थिति में रहें.

पाइल स्क्वॉट

खड़े होकर की जाने वाली यह एक्सरसाइज जांघों और पेल्विक फ्लोर को मजबूती देती है.

कैसे करें- पैरों को कूल्हों की चौड़ाई से ज्यादा फैलाकर सीधे खड़े हो जाएं और पंजों को थोड़ा बाहर की ओर रखें.

सांस लेते हुए नीचे की तरफ स्क्वाट करें, जब तक कि आपको अपनी अंदरूनी जांघों में खिंचाव महसूस न होने लगे. इसके बाद, पैरों के बल जोर लगाते हुए वापस खड़े हो जाएं.

इस खिंचाव को 8-10 सेकंड तक रोकें और गहरी सांस लेना जारी रखें.

हैप्पी बेबी

यह एक्सरसाइज पीठ के निचले हिस्से और पेल्विक क्षेत्र के तनाव को कम करने के लिए बेहतरीन है.

कैसे करें- पीठ के बल लेट जाएं और अपने घुटनों को मोड़कर पैरों को ऊपर उठाएं.

अपने दोनों हाथों से पैरों के अंदरूनी हिस्से को पकड़ें. अपने घुटनों को चौड़ा करें और हाथों से नीचे की तरफ हल्का दबाव डालें.

30 सेकंड तक इस पोजीशन में रहें और गहरी सांसें लें.

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...

गोरखपुर में चार मंजिला मकान में सुबह-सुबह लगी आग, मची चीख-पुकार;

गोरखपुर. गोरखपुर में सोमवार की सुबह-सुबह एक चार मंजिला मकान में आग लग गई. आग मकान के तीसरे तल पर लगी. आग की ऊंची लपटें और धुंआ देखकर पूरे इलाके में अफरातफरी मच गई. प्रचंड आग की वजह से लोग दहशत में आ गए और इधर-उधर भागने लगे. आग लगने की ये घटना गोरखपुर के राजघाट थाना क्षेत्र में हुई है. गोरखपुर के मिर्जापुर मोहल्ले के इस मकान में आग लगते ही लोग थर्ड फ्लोर से शोर मचाते हुए नीचे की ओर भागे. लोगों ने किसी तरह वहां से भागकर अपनी जान बचाई.

आधी रात भतीजी के कमरे में पकड़ाया चाचा, दोनों घर से फरार, आहत पिता ने खाया जहर

शाहजहांपुर. शाहजहांपुर जिले के खुटार कस्बे में रिश्तों को शर्मसार करने वाला एक मामला प्रकाश में आया है. यहां एक सगा चाचा ही अपनी 16 साल की भतीजी के कमरे में आधी रात पकड़ा गया. इससे पहले कि सबेरे बखेड़ा होता भोर में ही नाबालिग भतीजी को लेकर चाचा फरार हो गया. लोक-लाज और सगे भाई की इस करतूत से आहत किशोरी के पिता ने विषाक्त पदार्थ (जहर) खाकर जान देने की कोशिश की. गंभीर हालत में पिता को अस्पताल में भर्ती कराया गया है.

मुल्जिम को पकड़े गई पुलिस पर हमला- पथराव, दरोगा की पिस्टल छीनी, कई घायल

अलीगढ़. उत्तर प्रदेश के अलीगढ़ में रोरावर क्षेत्र के गांव नौगवां अर्जुनपुर में जमीनी विवाद व रंगदारी के मामले में आरोपी को पकड़ने गई पुलिस टीम पर रविवार को भीड़ ने हमला कर दिया. मुख्यारोपी के उकसाने पर भीड़ ने पुलिस से मारपीट करते हुए उसे छुड़ाने का प्रयास किया. पथराव कर दिया, जिसमें दरोगा, सिपाही समेत कई पुलिसकर्मी घायल हो गए. उनकी वर्दी फाड़ दी. खींचतान के दौरान आरोपियों ने दरोगा की सरकारी पिस्टल छीनकर तान दी. यही नहीं, उनका मोबाइल फोन व पैंट की बेल्ट में लगा हैंडसेट तक छीन लिया. बाद में थाने से पहुंचे फोर्स ने हालातों को संभाला. तनाव के बीच गांव में पीएसी तैनात किया गया है. पुलिस ने 38 नामजद व 150-200 अज्ञात के खिलाफ मुकदमा दर्ज किया है. वहीं, चार महिलाओं समेत 19 लोगों को गिरफ्तार किया गया है.

संदिग्ध आतंकी आकिब के करीबी जीजा-साला गिरफ्तार; जांच में जुटी सुरक्षा एजेंसियां

बिजनौर. बिजनौर पुलिस ने राष्ट्र विरोधी गतिविधियों में संलिप्त संदिग्ध आतंकी आकिब के नेटवर्क से जुड़े जीजा-साले को गिरफ्तार किया है. गिरफ्तार आरिफ ने आपराधिक प्रवृत्ति के युवकों का ग्रुप बना रखा था. इसी से वह अन्य युवाओं को जोड़ता था. उसका जीजा जुल्फिकार दो वर्षों से तमिलनाडु में नाई का काम कर रहा था और ऑनलाइन माध्यम से आकिब से जुड़ा हुआ था. नवंबर 2025 में एक वीडियो सोशल मीडिया पर वायरल हुआ था. जिसमें आकिब तीन युवकों के साथ हथियारों संग दिखा था.

जिसके बाद लखनऊ में आंतकी गतिविधियों में शामिल युवक पकड़े गए तो पता चला कि आकिब की वायरल वीडियो में एक विदेशी हैंडलर भी था. इसी क्रम में नजीबाबाद पुलिस ने जुल्फिकार उर्फ राका निवासी ग्राम शाहपुर रतन थाना किरतपुर, आरिफ मलिक निवासी ग्राम खाईखेड़ी थाना नजीबाबाद को गिरफ्तार किया है, राका आरिफ का जीजा है राष्ट्र विरोधी गतिविधियों में संलिप्त संदिग्ध आतंकी आकिब के नेटवर्क से जुड़े जीजा-साले की गिरफ्तारी के बाद पुलिस और सुरक्षा एजेंसियां पूरे नटवर्क को खंगाल रही थीं.

ईरानी सांसद बोले- पाकिस्तान मध्यस्थ बनने के लायक नहीं

वह अमेरिका के पक्ष में झुका है, ट्रम्प और अमेरिका के खिलाफ कुछ नहीं कहता

मिडिल ईस्ट में चल रहे युद्ध को खत्म करने के लिए ईरान और अमेरिका के बीच बातचीत में अभी तक कोई ठोस सहमति नहीं बन पाई है. इसी बीच ईरान के एक नेता ने पाकिस्तान की भूमिका पर सवाल उठाए हैं.

ईरानी संसद की राष्ट्रीय सुरक्षा और विदेश नीति समिति के प्रवक्ता इब्राहिम रेजई ने कहा कि पाकिस्तान दोस्त जरूर है, लेकिन वह बातचीत में बीच का सही पक्ष (मध्यस्थ) नहीं बन सकता.

रेजई ने कहा कि पाकिस्तान अक्सर डोनाल्ड ट्रम्प और अमेरिका के हितों को ध्यान में रखता है और उनके खिलाफ कुछ नहीं कहता. इसलिए वह निष्पक्ष नहीं माना जा सकता. उन्होंने कहा कि एक सही मध्यस्थ वही होता है, जो दोनों पक्षों के बीच निष्पक्ष रहे, न कि हमेशा एक ही पक्ष की तरफ झुका रहे.

उनका यह बयान ऐसे समय आया है जब ईरान के विदेश मंत्री अब्बास अराघची ने 24 घंटे में 2 बार पाकिस्तान का दौरा किया.

ट्रम्प बोले- ईरान के पास बहुत कम वक्त बचा है

- अमेरिका के राष्ट्रपति डोनाल्ड ट्रम्प ने रविवार को ईरान को चेतावनी दी. उन्होंने कहा कि उसके पास युद्ध खत्म करने के लिए सीजफायर पर सहमत होने के लिए सिर्फ तीन दिन हैं, नहीं तो उसकी तेल पाइपलाइन में ब्लास्ट हो जाएगा.
- फॉक्स न्यूज को दिए इंटरव्यू में ट्रम्प ने कहा कि अगर ईरान तेल का निर्यात नहीं कर पाता, तो पाइपलाइन में दबाव बढ़ेगा. ऐसा इसलिए होगा क्योंकि तेल को जहाजों या स्टोरेज टैंकों में भेजने का रास्ता बंद है और उस पर नाकेबंदी लगी हुई है.
- उन्होंने दावा किया कि जब तेल का बहाव अचानक रोकना पड़ता है, तो पाइपलाइन के अंदर दबाव बनता है और तकनीकी व प्राकृतिक कारणों से वह फट सकती है. ट्रम्प के मुताबिक, अगर ऐसा हुआ तो पाइपलाइन को पहले जैसी हालत में दोबारा बनाना लगभग नामुमकिन होगा और उसकी क्षमता भी काफी घट जाएगी.

भोपाल-त्रासदी की यह तस्वीर लेने वाले रघु राय का निधन

- **कहा था- उस मासूम चेहरे में जो सन्नाटा था, वो किसी भी चीख से ज्यादा तेज था**

भोपाल. देश के सबसे प्रतिष्ठित फोटोग्राफर में शुमार रघु राय का रविवार सुबह एक निजी अस्पताल में निधन हो गया. 83 वर्षीय राय कैंसर से जूझ रहे थे. परिवार में पत्नी, एक बेटा व 3 बेटियां हैं. 1966 में 'द स्टेट्समैन' से करियर शुरू करने वाले राय ने 6 दशक तक कई अविस्मरणीय पलों को लेंस में कैद किया.

उनकी सबसे चर्चित और मार्मिक फोटो 3 दिसंबर, 1984 को हुई भोपाल गैस त्रासदी की है, जिसमें एक बच्चे को दफनाया जा रहा है. इस तस्वीर के बारे में जैसा फोटोग्राफर रघु राय ने खुद कहा था-

जब मैं कब्रिस्तान पहुंचा, तो देखा कि एक व्यक्ति अपने हाथों से मिट्टी हटाकर एक बच्चे को दफना रहा था. बच्चे की आंखें खुली थीं और वे मानों पूरी दुनिया से सवाल पूछ रही थीं. उस मासूम चेहरे में जो सन्नाटा था, वो किसी भी चीख से ज्यादा तेज था.

उस वक्त मुझे लगा कि क्या यह तस्वीर खींचना नैतिक है? लेकिन फिर महसूस किया कि अगर मैंने इसे कैद नहीं किया, तो दुनिया कभी नहीं जान पाएगी कि वहां वास्तव में क्या हुआ था. फोटोग्राफी एक जिम्मेदारी है और उस पल मेरा काम उस अन्याय को दर्ज करना था.

AAP चंद करप्ट-कॉम्प्रोमाइज्ड लोगों की पार्टी बनी -राघव चड्ढा

- **पर्सनल फायदे के लिए काम कर रहे, वर्क एनवायर्नमेंट टॉक्सिक, मेरे पास 3 ऑप्शन थे**

नई दिल्ली. आम आदमी पार्टी (AAP) छोड़ BJP जॉइन करने के बाद राज्यसभा सांसद राघव चड्ढा ने पहला वीडियो जारी किया. राघव चड्ढा ने कहा कि AAP में टॉक्सिक वर्क एन्वॉयरमेंट हो गया था. काम करने-बोलने से रोका जा रहा था. यह पार्टी अब चंद करप्ट और कॉम्प्रोमाइज लोगों के हाथ में फंसकर रह गई है. ये पर्सनल फायदे के लिए काम करते हैं.

राघव ने कहा कि मैं गलत हो सकता हूं लेकिन कुल 7 सांसदों ने पार्टी छोड़ी तो क्या सारे गलत हो गए. इससे पहले भी जिन लोगों ने पार्टी छोड़ी, क्या वह भी गलत हो गए. मैं पार्टी का फाउंडर मेंबर रहा. जिस मकसद से यह पार्टी बनी थी, अब ये वह पार्टी नहीं रही. मेरे पास 3 ऑप्शन थे, मैंने पार्टी छोड़ना ही उचित समझा.

इसी बीच राज्यसभा ने AAP के 7 सांसदों और BJP के मर्जर को मंजूरी दे दी है. अब राघव चड्ढा, अशोक मित्तल, विक्रमजीत साहनी, हरभजन सिंह भज्जी, डॉ. संदीप पाठक, स्वाति मालीवाल और राजिंदर गुप्ता को ऑफिशियल तौर पर BJP के सांसद बन गए हैं. अब राज्यसभा में भाजपा के 113 सांसद हो गए हैं.

AAP के 7 सांसदों को BJP में विलय की मंजूरी

- **राज्यसभा में भाजपा सांसद 106 से बढ़कर 113 हुए**
- **केजरीवाल की पार्टी 3 पर सिमटी**

नई दिल्ली. राज्यसभा के सभापति सीपी राधाकृष्णन ने सोमवार को आम आदमी पार्टी (AAP) के सात बागी सांसदों के भाजपा में विलय को मंजूरी दे दी है. इस फैसले के बाद राज्यसभा में AAP की संख्या घटकर 3 रह गई है, जबकि BJP सांसदों की संख्या 106 से बढ़कर 113 हो गई है.

जो सात सांसद BJP में शामिल हुए हैं, उनमें राघव चड्ढा, अशोक मित्तल, हरभजन सिंह, संदीप पाठक, विक्रमजीत साहनी, स्वाति मालीवाल और राजेंद्र गुप्ता शामिल हैं. राज्यसभा की ऑफिशियल वेबसाइट पर भी इन सांसदों को BJP के सदस्यों के रूप में दिखाया गया है.

AAP ने रविवार को सभापति से सातों सांसदों की सदस्यता खत्म करने की मांग की थी. संजय सिंह ने भी लेटर लिखकर उन्हें दलबदल कानून के उल्लंघन का दोषी बताते हुए अयोग्य घोषित करने की अपील की.

संजय सिंह के मुताबिक, AAP ने एडवोकेट कपिल सिब्बल और लोकसभा के पूर्व महासचिव पीडीटी अचारी सहित कई संवैधानिक विशेषज्ञों से सलाह ली है. कपिल सिब्बल ने कहा था कि संविधान की 10वीं अनुसूची के मुताबिक सबसे पहले पार्टी को प्रस्ताव पास करके दूसरी पार्टी विलय करना पड़ेगा. कोई भी सांसद दूसरी पार्टी में विलय नहीं कर सकते.

3 सांसदों ने नितिन नवीन से मिलकर भाजपा जॉइन की

AAP के 10 राज्यसभा सांसदों में से राघव चड्ढा, अशोक मित्तल और संदीप पाठक ने शुक्रवार को BJP जॉइन कर ली थी. उन्होंने आरोप लगाया था कि अरविंद केजरीवाल के नेतृत्व वाली पार्टी अपने मूल सिद्धांतों से भटक गई है.
मीडिया रिपोर्ट्स के मुताबिक इन सांसदों ने शुक्रवार को राज्यसभा सभापति को आवेदन देकर खुद को BJP सांसद के रूप में मान्यता देने की मांग की थी, जिसे अब स्वीकार कर लिया गया है.

अकोला देश में सबसे गर्म

- **बिहार में गर्मी से 2 और आंधी-बिजली से 5 मौतें**
- **देश के 7 शहरों में तापमान 46°C पार**

नई दिल्ली. देश में भीषण गर्मी जारी है. राजस्थान, यूपी और महाराष्ट्र के 7 शहरों में रविवार को तापमान 46°C के पार चला गया. महाराष्ट्र का अकोला 46.9°C के साथ देश में सबसे गर्म रहा. अमरावती 46.8°C, बांदा 46.6°C, वर्धा और बाड़मेर 46.4°C, जैसलमेर और यवतमाल 46°C तापमान के साथ हीटवेव की चपेट में हैं.

यूपी के 60 जिलों में लू का अलर्ट है. मध्य प्रदेश के खजुराहो में पहली बार तापमान 45°C पहुंचा. इंदौर-भोपाल में भी पारा 43°C पर बना हुआ है. उत्तराखंड के देहरादून में गर्मी के चलते 12वीं तक स्कूल बंद कर दिए गए हैं.

बिहार के 8 जिलों में रविवार को पारा 40°C के पार चला गया. यहां गर्मी से दो मौतों की खबर है. नेपाल बॉर्डर से सटे जिलों में आंधी और बिजली गिरने से 5 लोगों की मौत हो गई.

TMC सांसद मिताली की कार पर ईंट-पत्थर, लाठियों से हमला

- **सांसद, उनका ड्राइवर घायल**
- **TMC बोली- शाह की धमकी के बाद भाजपा कार्यकर्ताओं का हमला**

कोलकाता. पश्चिम बंगाल के हुगली में सोमवार को TMC सांसद मिताली बाग की कार पर हमला हुआ. TMC का आरोप है कि भाजपा समर्थकों ने गोगहाट में उनकी गाड़ी पर ईंट-पत्थर और लाठियों से हमला किया.

हमला उस वक्त हुआ, जब मिताली बाग गोगहाट से आरामबाग में अभिषेक बनर्जी के रोड शो में शामिल होने जा रही थीं. हमले में कार के शीशे टूट गए. सांसद और उनके ड्राइवर को चोट आई है. दोनों को आरामबाग मेडिकल कॉलेज अस्पताल में भर्ती कराया गया है.

TMC ने अपने ट्वीट में कहा कि गृह मंत्री अमित शाह ने धमकी दी थी कि जो भी घर से बाहर निकलेगा, उसे उल्टा लटका दिया जाएगा. उसी के बाद यह हमला हुआ.

उत्तर 24 परगना के जगदल में रविवार रात को BJP और TMC कार्यकर्ताओं के बीच झड़प हुई. इस दौरान पत्थरबाजी, फायरिंग और देशी बम भी फेंके गए. इसमें तीन लोग घायल हुए, जबकि एक CISF जवान के पैर में गोली लगी है.

पीएम नरेंद्र मोदी ने उत्तर 24 परगना में रैली की. उन्होंने कहा कि इस चुनाव में बंगाल की दशा और दिशा दोनों बदलने वाली है. यह चुनाव सिर्फ बंगाल ही नहीं, पूरे पूर्वी भारत का भविष्य तय करेगा.

जस्टिस स्वर्णकांता से न्याय की उम्मीद खत्म -केजरीवाल

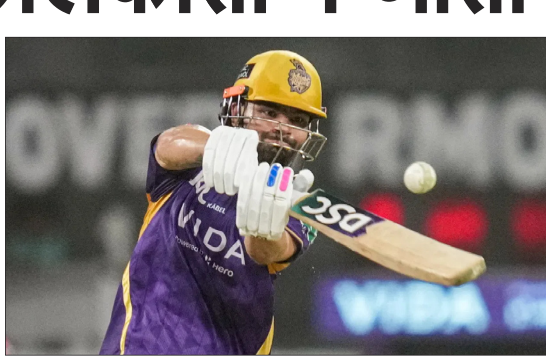
नई दिल्ली. अरविंद केजरीवाल ने सोमवार को वीडियो जारी कर कहा, 'शराब नीति घोटाला मामले में मैं हाईकोर्ट में न खुद पेश होऊंगा और न ही कोई मेरी तरफ से दलीलें रखेगा.' उन्होंने कहा, हाईकोर्ट की जस्टिस स्वर्णकांता शर्मा से न्याय मिलने की उम्मीद नहीं है.

पूर्व सीएम ने जस्टिस स्वर्णकांता को लेटर भी लिखा. इसमें कहा, 'मैंने अपनी अंतरात्मा की आवाज सुनते हुए महात्मा गांधी के सत्याग्रह का रास्ता अपनाने का फैसला किया है. इसकी वजह है कि जस्टिस स्वर्णकांता के दोनों बच्चे केंद्र सरकार के वकील के पैनल का हिस्सा हैं. इसमें साफ तौर पर हितों का टकराव दिखता है.'

उन्होंने कहा, 'सॉलिसिटर जनरल तुषार मेहता दोनों बच्चों को केस देते हैं.

IPL-2026 का पहला सुपर ओवर कोलकाता ने जीता

- **नरेन ने लखनऊ को एक रन ही बनाने दिया**
- **रिंकू ने 83 रन बनाने के साथ 5 कैच लपके**



कोलकाता नाइट राइडर्स ने IPL 2026 के पहले सुपर ओवर मुकाबले में लखनऊ सुपर जायंट्स को हराकर जीत दर्ज की. इकाना स्टेडियम में पहले बल्लेबाजी करते हुए कोलकाता ने 20 ओवर में 7 विकेट पर 155 रन बनाए. जवाब में लखनऊ ने 20 ओवर में 8 विकेट पर 155 रन बनाकर मैच टाई किया. आखिरी गेंद पर मोहम्मद शमी ने सिक्स लगाकर मुकाबले को बराबरी पर ला दिया. सुपर ओवर में कोलकाता की ओर से सुनील नरेन ने गेंदबाजी करते हुए लखनऊ को 1 रन पर रोका और दो विकेट झटके. इसके जवाब में रिंकू सिंह ने चौका लगाकर जीत दिलाई. इस मुकाबले के हीरो रिंकू सिंह रहे. उन्होंने 51 गेंदों पर नाबाद 83 रन बनाए. रिंकू ने फील्डिंग में 5 कैच भी लपके. उन्होंने ऐडन मार्करम, मुकुल चौधरी, हिम्मत सिंह, जॉर्ज लिंडे और सुपर ओवर में रोवमन पॉवेल का बाउंड्री पर उछाला हुआ कैच लिया.

रविवार को लखनऊ ने टॉस जीतकर गेंदबाजी चुनी. कोलकाता की शुरुआत खराब रही और टीम ने 93 रन पर 7 विकेट गंवा दिए. यहां से रिंकू सिंह ने पारी संभाली और 51 गेंदों पर नाबाद 83 रन बनाए. उन्होंने आखिरी ओवर में दिग्वेश राठी की गेंदों पर लगातार 4 छक्के लगाए. उनकी पारी में 7 चौके और 5 छक्के शामिल रहे. आखिरी ओवर में 26 रन बने और कोलकाता ने 156 रन का लक्ष्य दिया.

मोहसिन ने 5 विकेट लिए

लखनऊ के लेफ्ट आर्म तेज गेंदबाज मोहसिन खान ने 5 विकेट लिए. उन्होंने अजिंक्य रहाणे, टिम साइफर्ट, कैमरन ग्रीन, रोवमन पॉवेल और अनुकूल रॉय को आउट किया.

शमी ने सिक्स लगाकर मैच टाई कराया

156 रन के जवाब में लखनऊ की तरफ से कप्तान ऋषभ पंत ने 42 रन बनाए. ऐडन मार्करम ने 31 रन की पारी खेली. टीम को आखिरी ओवर में 17 रन चाहिए थे. कार्तिक त्यागी गेंदबाजी करने आए. पहली गेंद पर 1 रन बना, फिर अगली दो गेंद नो बॉल रहीं. हिम्मत सिंह ने दूसरी फ्री हिट पर चौका लगाया, लेकिन अगली गेंद पर आउट हो गए. आखिरी तीन गेंदों पर 8 रन चाहिए थे. चौथी गेंद पर 1 रन बना और पांचवीं गेंद पर कोई रन नहीं आया. आखिरी गेंद पर जीत के लिए 7 रन चाहिए थे, लेकिन मोहम्मद शमी ने छक्का लगाकर मैच सुपर ओवर में पहुंचा दिया.

धीरेंद्र शास्त्री ने कहा- मैं माफी मांगता हूं

छत्रपति शिवाजी महाराज और समर्थ रामदास स्वामी के बारे में दिया था विवादित बयान

नागपुर. छत्रपति शिवाजी महाराज और समर्थ रामदास स्वामी के बारे में अपनी टिप्पणी को लेकर विवादों में घिरे बागेश्वर धाम के पीठाधीश्वर धीरेंद्र कृष्ण शास्त्री ने माफी मांग ली.

रविवार को नागपुर में प्रेस कॉन्फ्रेंस में धीरेंद्र शास्त्री ने कहा- कुछ लोगों ने मेरे बयान का गलत अर्थ निकाला. मैं जिस स्वराज और हिंदू राष्ट्र की अवधारणा का सम्मान करता हूं, उसमें छत्रपति शिवाजी महाराज का स्थान सर्वोच्च है. उनके बारे में नकारात्मक बोलना तो दूर, मैं ऐसा सपने में भी नहीं सोच सकता.

उन्होंने आगे कहा- संदर्भ बिल्कुल अलग था. छत्रपति शिवाजी महाराज की संतों और अपने गुरु समर्थ रामदास स्वामी के प्रति गहरी निष्ठा थी. हम एक शिष्य की अपने गुरु के प्रति भक्ति के बारे में बात कर रहे थे. ठीक वैसे ही जैसे महाभारत में अर्जुन ने भगवान कृष्ण से कहा कि वह अपने ही लोगों से युद्ध नहीं करेंगे, तब कृष्ण ने गीता का उपदेश दिया था.

हमारा उद्देश्य केवल छत्रपति शिवाजी महाराज की महानता को उजागर करना था कि वे संतों के प्रति कितने गहरे रूप से समर्पित थे, लेकिन एक छोटा सा अंश संदर्भ से काटकर फैला दिया गया.

लद्दाख में बनाए गए 5 नए जिले

- **LG विनय सक्सेना का ऐलान**

लद्दाख. केंद्र शासित प्रदेश लद्दाख के उपराज्यपाल (LG) विनय कुमार सक्सेना ने ऐलान किया है कि उन्होंने पांच नए जिलों के गठन को मंजूरी दे दी है. सोशल मीडिया प्लेटफॉर्म पर सक्सेना ने लिखा, 'लद्दाख के लिए एक ऐतिहासिक दिन. मैंने लद्दाख में पाँच नए जिलों के गठन की अधिसूचना को मंज़ूरी दे दी है, जिससे लद्दाख के लोगों की आकांक्षाएँ और उनकी लंबे समय से चली आ रही माँग पूरी हुई है. पाँच नए ज़िलों - नुब्रा, शाम, चांगथांग, ज़ांस्कर और द्रास - के गठन के साथ, लद्दाख में अब मौजूदा दो ज़िलों के बजाय कुल सात ज़िले होंगे.' उन्होंने ट्वीट में आगे लिखा, 'यह कदम माननीय प्रधानमंत्री श्री नरेंद्र मोदी के 'विकसित और समृद्ध लद्दाख' के विज़न के अनुरूप है. यह परिवर्तनकारी फ़ैसला, जिसे अगस्त 2024 में माननीय गृह मंत्री श्री @AmitShah जी के नेतृत्व में गृह मंत्रालय द्वारा पहले ही मंज़ूरी दी जा चुकी है, ज़मीनी स्तर पर शासन को मज़बूत करेगा, प्रशासन का विकेंद्रीकरण करेगा और लद्दाख के लोगों तक, विशेष रूप से दूर-दराज और दुर्गम क्षेत्रों में रहने वालों तक, सार्वजनिक सेवाओं की तेज़ गति से पहुँच सुनिश्चित करेगा.'

आम सूचना

मैं श्री सिद्धेश श्रीरंग देशमुख सभी को सूचित कर रहा हूं कि रूम, 200 चौ.फुट, भरत नगर, कानसाई रोड, सुभाष टेकड़ी, उल्हासनगर- 4. (टैक्स नं. 39डीओ020739900) उक्त प्रॉपर्टी श्री प्रदीप फुलचंद कनोजिया के नाम पर है. उनसे सेल एग्रीमेंट दि. 1.7.2021 सी.नं. 91 द्वारा मैंने खरीदी है. जिस कारण उक्त जायदाद मैं अपने नाम करवाना चाहता हूं. अगर इस जायदाद पर किसी भी व्यक्ति का कोई हक्क वास्ता हो तो वो सारे सबूतों के साथ 7 दिनों के भीतर उपरोक्त दिए गए पत्ते अथवा उल्हासनगर महानगरपालिका के टैक्स विभाग में संपर्क कर सकते हैं. अन्य 7 दिनों के बाद कोई भी व्यक्ति अपना दावा पेश नहीं कर सकता है.

सही/-
श्री सिद्धेश श्रीरंग देशमुख

आम सूचना

मैं श्री वल्लभ सूरजकरण बोहरा सभी को सूचित कर रहा हूं कि फ्लैट नं. 201, 2रा माला, किशू कॉर्नर, रूम नं. 84, ब्लाक नं. ए-14, उल्हासनगर- 1 (टैक्स नं. 09एआय015043100) उक्त प्रॉपर्टी श्रीमती ज्योति देवी महेशकुमार जोशी और अन्य दो जनों के नाम पर है. उन्होंने रिलीज एग्रीमेंट 12.4.2026 सी.नं. 934 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 वल्लभ सूरजकरण बोहरा

आम सूचना

मैं श्री संजय श्यामराव हासबे सभी को सूचित कर रहा हूं कि रुम, 207 चौ.फुट, सामने बैरक नं. 150, उल्हासनगर- 1 (टैक्स नं. 05एओ014355300) उक्त प्रॉपर्टी श्री विजय शामराव हासबे के नाम पर है. उन्होंने रिलीज एग्रीमेंट 18.4.2026 सी.नं. 607 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 संजय श्यामराव हासबे

आम सूचना

मैं श्री हरदीप सिंघ अमर सिंघ दिहोत सभी को सूचित कर रहा हूं कि रूम, 666 चौ.फुट, सुभाष नगर, उल्हासनगर- 3. (टैक्स नं. 27बीओ004762900) उक्त प्रॉपर्टी श्री सुनील गोविंद अल्हात के नाम पर है. उनसे सेल एग्रीमेंट दि. 10.4.2026 सी.नं. 588 द्वारा मैंने खरीदी है. जिस कारण उक्त जायदाद मैं अपने नाम करवाना चाहता हूं. अगर इस जायदाद पर किसी भी व्यक्ति का कोई हक्क वास्ता हो तो वो सारे सबूतों के साथ 7 दिनों के भीतर उपरोक्त दिए गए पत्ते अथवा उल्हासनगर महानगरपालिका के टैक्स विभाग में संपर्क कर सकते हैं. अन्य 7 दिनों के बाद कोई भी व्यक्ति अपना दावा पेश नहीं कर सकता है.

सही/-
श्री हरदीप सिंघ अमरसिंघ दिहोत

आम सूचना

मैं श्री लाल करण बलवंत साहू सभी को सूचित कर रहा हूं कि रूम नं. 1, बैरक नं. 618, ओटी सेक्शन, उल्हासनगर- 2. (टैक्स नं. 19एआय020277300) उक्त प्रॉपर्टी श्री संतोष किशन बनसवाल के नाम पर है. उनसे सेल एग्रीमेंट दि. 3.2.2026 सी.नं. 254 द्वारा मैंने खरीदी है. जिस कारण उक्त जायदाद मैं अपने नाम करवाना चाहता हूं. अगर इस जायदाद पर किसी भी व्यक्ति का कोई हक्क वास्ता हो तो वो सारे सबूतों के साथ 7 दिनों के भीतर उपरोक्त दिए गए पत्ते अथवा उल्हासनगर महानगरपालिका के टैक्स विभाग में संपर्क कर सकते हैं. अन्य 7 दिनों के बाद कोई भी व्यक्ति अपना दावा पेश नहीं कर सकता है.

सही/-
श्री लाल करण बलवंत साहू

मुंबई, ठाणे, नवी मुंबई, पनवेल, रायगड, उल्हासनगर, कल्याण एवं अंबरनाथ का लोकप्रिय हिंदी दैनिक उल्हास विकास

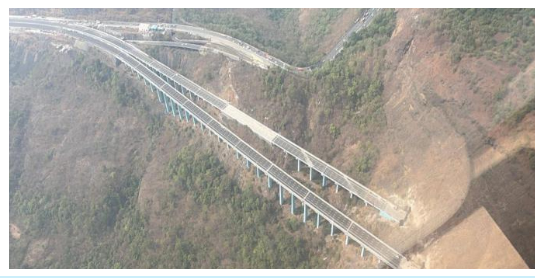
संक्षेप...

मनपा ने हटाए पुराने वाहन, स्क्रैपिंग अभियान तेज

मुंबई. महानगर की सड़कों पर वाहनों की पार्किंग समस्या दिन-ब-दिन विकराल होती जा रही है। इस बीच मुंबई मनपा ने लावारिश व कबाड़ा हो रहे वाहनों के खिलाफ कार्रवाई तेज कर दी है। मनपा ने 10,584 वाहनों को स्क्रैप कर दिया है। मनपा से मिली जानकारी के मुताबिक, 15 अप्रैल तक पूरे मुंबई में 31,011 खटारा वाहन चिन्हित किए थे। इनमें से 14,423 वाहनों को टो किया गया, जबकि 10,584 वाहनों को स्थायी रूप से स्क्रैप कर दिया गया है।

DCM शिंदे ने 'मिसिंग लिंक' का लिया जायजा

- 1 मई को मुख्यमंत्री फडणवीस करेंगे उद्घाटन
- 'मिसिंग लिंक' रूट पर सिर्फ़ कार, बसें ही आ-जा सकेंगी
- टोल नहीं बढ़ेगा; मुंबई-पुणे की दूरी 6 km कम हुई



मुंबई. यशवंतराव चव्हाण मुंबई-पुणे एक्सप्रेसवे पर मिसिंग लिंक प्रोजेक्ट से मुंबई और पुणे के बीच की दूरी 6 km कम हो जाएगी. शुरुआती दौर में इस रूट पर सिर्फ़ हल्की गाड़ियों और बसों को ही प्रायोरिटी दी जाएगी. इससे घाटों पर ट्रैफिक जाम कम होगा. इस रोड पर टोल नहीं बढ़ेगा, यह जानकारी डिप्टी चीफ मिनिस्टर एकनाथ शिंदे ने रविवार को दी.

महाराष्ट्र स्टेट रोड डेवलपमेंट कॉर्पोरेशन (MSRDC) ने मुंबई-पुणे एक्सप्रेसवे को पूरी तरह से 'एक्सेस कंट्रोल्ड' बनाने के लिए एक ज़रूरी 'मिसिंग लिंक' प्रोजेक्ट बनाया है. इसका 99 परसेंट काम पूरा हो चुका है, और इस प्रोजेक्ट का उद्घाटन 1 मई को चीफ मिनिस्टर देवेंद्र फडणवीस करेंगे.

डिप्टी चीफ मिनिस्टर शिंदे ने प्रोजेक्ट का इंस्पेक्शन किया. इस मौके पर उन्होंने मीडिया से बातचीत की. इस बार पैसेंजर ट्रैफिक 'मिसिंग लिंक' की वजह से होगा. उन्होंने यह भी बताया कि इससे लोगों की परेशानी कम होगी. इस प्रोजेक्ट से मुंबई और पुणे के बीच की दूरी आधे घंटे कम हो जाएगी. प्रोजेक्ट की टनल की लंबाई 8.92 km है, और किसी भी एक्सीडेंट से ट्रैफिक में रुकावट न आए, इसके लिए शुरू में भारी गाड़ियों और आग पकड़ने वाली चीज़ों को ले जाने वाली गाड़ियों पर बैन रहेगा. इसलिए, सिर्फ़ कारों और बसों को ही अंदर आने दिया जाएगा.

एक्सीडेंट रेट ज़ीरो हो जाएगा

नया रूट घाटों के मोड़ और ट्रैफिक को पूरी तरह से बायपास कर देगा. इससे एक्सीडेंट लगभग ज़ीरो हो जाएंगे, डिप्टी चीफ मिनिस्टर शिंदे ने यह भी कहा. हम एक ऐसा सिस्टम बना रहे हैं जिससे कोई भी 7 से 8 घंटे में राज्य के किसी भी कोने में पहुंच सके, डिप्टी चीफ मिनिस्टर शिंदे ने कहा.

ऑटो रिक्शा चालकों के लिए मराठी बोलना जरूरी नहीं

सरकार ने 6 महीने के लिए टाला फैसला

मुंबई. 1 मई से ऑटो रिक्शा और टैक्सी चालकों के लिए मराठी बोलना जरूरी नहीं होगा। महाराष्ट्र सरकार ने पहले ऐलान किया था कि मुंबई में ऑटो-रिक्शा या टैक्सी चलाने वाले सभी लोगों के लिए 1 मई से मराठी बोलना जरूरी होगा। हालांकि, विरोध के बाद इस फैसले को 6 महीने के लिए टाल दिया गया है। हालांकि, इस दौरान मराठी बोलने वाले और गैर मराठी ऑटो-रिक्शा ड्राइवरों का वेरिफिकेशन जारी रहेगा। महाराष्ट्र के परिवहन मंत्री प्रताप सरनाईक ने कहा था कि मुंबई में रिक्शा चालकों के लिए मराठी भाषा सीखना अनिवार्य किया जाएगा। उन्होंने यह भी कहा था कि यदि रिक्शा चालकों को मराठी नहीं आती, तो उनके परमिट रद्द कर दिए जाएंगे। इसके बाद मराठी बनाम गैर-मराठी विवाद दोबारा उभर गया था।

इस मुद्दे पर कई नेताओं ने विवादित बयान भी दिए थे। महाराष्ट्र नवनिर्माण सेना के प्रमुख राज ठाकरे के बेटे अमित ठाकरे भी इनमें से एक थे। अमित ठाकरे ने कहा था कि जो मराठी भाषा अनिवार्य करने का विरोध कर रहे हैं।

विश्व मलेरिया दिवस पर जागरूकता मुहिम

भिवंडी. विश्व मलेरिया दिवस के मौके पर इंदिरा गांधी उपजिला हॉस्पिटल में मेडिकल सुपरिटेंडेंट डॉ. माधवी पंडारे की मौजूदगी में मलेरिया जागरूकता प्रोग्राम रखा गया. 'मलेरिया से लड़ें और जागरूकता फैलाएं' अंतर्गत प्रोग्राम में बड़ी संख्या में हॉस्पिटल के अधिकारियों और कर्मचारियों, मरीजों और नागरिकों ने हिस्सा लिया.

साल 2026 का नारा है, जिसमें बताया गया है मलेरिया-फ्री इंडिया बनाएं. 'मलेरिया खत्म करने के लिए तैयार हों. हम कर सकते हैं.अब हमें करना ही होगा. अगर आपको बुखार या ठंड लगने जैसे कोई भी लक्षण दिखें, तो आपको तुरंत पास के सरकारी हॉस्पिटल में बिना समय गंवाए जांच करानी चाहिए. मेडिकल सुपरिटेंडेंट डॉ. माधवी पंडारे ने कहा कि, सरकारी हॉस्पिटल में मलेरिया की जांच और इलाज फ्री में उपलब्ध है. मलेरिया से बचाव की खातिर नागरिकों से परिसर में धुआं करने और गप्पी मछली पालने की अपील की गई.लेबोरेट्री कर्मी देवीदास शेतगे ने लोगों को मलेरिया बीमारी, मलेरिया के लक्षण एवं फैलने से रोकने के लिए सावधानियां और समय पर इलाज की अहमियत के बारे में विस्तृत जानकारी दी.उन्होंने कहा कि, रुके हुए पानी और गंदगी की वजह से मच्छर पनपते हैं.खुद की घर की सफाई के साथ ही आसपास परिसर को साफ रखना भी बेहद ज़रूरी है. लैबोरेटरी डिपार्टमेंट के अनिल वाघ, समीक्षा गायकवाड़ और राजेंद्र शिंदे ने जन जागरूकता मुहिम को सफल बनाने के लिए मेहनत की.

स्वच्छ सर्वे 2025-26 के लिए ठाणे महानगरपालिका तैयार

आयुक्त सौरभ राव ने फिजिकल इंस्पेक्शन किया, ज़रूरत के हिसाब से सुधार करने के निर्देश दिए

ठाणे. स्वच्छ भारत मिशन के तहत, देश के सभी शहरों की सफाई का आकलन स्वच्छ सर्वे 2025-26 के ज़रिए किया जाएगा. इस कैंपेन के तहत, शहर की सफाई का आकलन फिजिकल इंस्पेक्शन और नागरिकों के फीडबैक के आधार पर किया जाएगा, और इसके लिए केंद्र सरकार की एक कमेटी म्युनिसिपल कॉर्पोरेशन द्वारा लागू की जा रही एक्टिविटीज़ का इंस्पेक्शन करेगी. इसी सिलसिले में, म्युनिसिपल कमिश्नर सौरभ राव ने शुक्रवार (24 अप्रैल) को ठाणे शहर के अलग-अलग हिस्सों का इंस्पेक्शन किया और संबंधित डिपार्टमेंट्स को ज़रूरी सुधार करने के निर्देश दिए.स्वच्छ सर्वे 2025-26 कैंपेन 27 अप्रैल, 2026 से पूरे महाराष्ट्र में शुरू होगा. जबकि भारत में इसकी शुरुआत 25 अप्रैल से हुई थी. इस अवसर पर अतिरिक्त आयुक्त 1 संदीप मालवी, अतिरिक्त आयुक्त 2 प्रशांत रोडे, मुख्य पर्यावरण अधिकारी मनीषा प्रधान,उपायुक्त मधुकर बोडके, मिताली संचेती, उपनगरीय इंजीनियर विकास ढोले, सुधीर गायकवाड़, शुभांगी केसवानी और विभिन्न विभागों के अन्य अधिकारियों ने आयुक्त का निरीक्षण किया.स्वच्छ सर्वेक्षण 2025-26 अभियान में 'दृश्यमान स्वच्छता, ठोस अपशिष्ट प्रसंस्करण, अपशिष्ट पृथक्करण और संग्रह, शौचालयों की उपलब्धता, उपयोग किए गए पानी का प्रबंधन, सेप्टिक टैंक की सफाई का मशीनीकरण, स्वच्छता जागरूकता, संस्थागत मजबूती, स्वच्छता कर्मचारियों का कल्याण और नागरिक शिकायत निवारण प्रणाली जैसे विभिन्न पहलुओं को

शामिल किया गया है.उथलसर वार्ड के कचरराली तालाब क्षेत्र में सार्वजनिक शौचालय का निरीक्षण करते समय, शौचालय पर चिपकाए गए पुराने पर्चे को तुरंत हटाने के निर्देश दिए गए यह भी सुझाव दिया गया कि सड़क किनारे बरसाती पानी के पाइप के मुहाने पर जाल लगाया जाए और दुकानदार दुकान के बाहर गीले और सूखे के लिए दो कूड़ेदान रखें.पाचपखाड़ी स्थित सरस्वती इंग्लिश हाईस्कूल में गीला कचरा, सूखा कचरा और ई-कचरा ठीक से अलग-अलग किया जा रहा है या नहीं, इसकी जांच करते हुए आयुक्त ने स्कूल के शौचालय की साफ-सफाई का निरीक्षण किया. इसके बाद वंदना नाले का निरीक्षण किया गया और नाले से पानी के साथ बह रहे कचरे को रोकने के लिए जाल लगाने के उपाय करने के निर्देश दिए गए.साथ ही, शहर के मध्य भाग में स्थित मसुंदा तालाब का निरीक्षण किया गया.तालाब के किनारे तैरते कचरे को तुरंत हटाने के निर्देश दिए गए.

तालाब क्षेत्र में वृक्षारोपण की संभावना की जांच करने को कहा गया. इसके अलावा, सीएसआर के माध्यम से लागू किए जा रहे 'फ्लोटिंग वेटलैंड' की अवधारणा के बारे में नागरिकों को जानकारी देने के लिए सूचना बोर्ड लगाने के निर्देश भी दिए गए. स्वच्छ सर्वेक्षण के तहत, शहर की स्वच्छता का मूल्यांकन कुल 12,500 बिंदुओं पर किया जाएगा, जिसमें ठोस अपशिष्ट प्रबंधन, अपशिष्ट पृथक्करण और परिवहन, भौतिक निरीक्षण और नागरिक प्रतिक्रिया को अधिकतम 10,500 अंक दिए जाएंगे. शेष 2000 अंक प्रमाणीकरण कारकों पर आधारित होंगे. विशेष रूप से, इस सर्वेक्षण में नागरिक प्रतिक्रिया को महत्वपूर्ण स्थान दिया गया है. आयुक्त सौरभ राव ने इस निरीक्षण दौरे के दौरान मनपा के संबंधित विभागों को स्वच्छ सर्वेक्षण के सभी मानदंडों के अनुसार योजना बनाकर शहर की सफाई को और अधिक प्रभावी बनाने के निर्देश दिए.मनपा प्रशासन यह सुनिश्चित करने का प्रयास कर रहा है कि ठाणे शहर स्वच्छ सर्वेक्षण में अच्छा प्रदर्शन करे और नागरिकों से स्वच्छता के प्रति जागरूक होने और सहयोग करने की अपील की.

शिंदे गुट के नगरसेवक रोहन कोट के खिलाफ लगे बैनर

- मुझे बदनाम करने की हो रही साजिश - रोहन कोट

कल्याण. कल्याण से नजदीक मोहोने में शिवसेना के नगरसेवक रोहन कोट के खिलाफ लगाए गए एक बैनर के कारण राजनितिक वातावरण गरमाया गया. नगरसेवक रोहन कोट द्वारा केडीएमसी की आमसभा में फेरीवालों के विषय पर चर्चा के दौरान दिए गए बयान के निषेध में मोहोन-कोलीवाड़ा ग्रामस्थ मंडल द्वारा एक बैनर लगाया गया था. इस मामले में रोहन कोट ने कहा कि लोगों की शिकायत के अनुसार मैंने आमसभा में सप्ताह बाजार का मुद्दा उठाया. बैनर लगाकर कुछ लोग मेरी बदनामी करने की कोशिश कर रहे हैं.

20 अप्रैल को हुई मनपा की आमसभा में शिवसेना के नगरसेवक रोहन कोट ने मोहोने में लगने वाले सप्ताह बाजार का मुद्दा उठाया. चर्चा के दौरान उन्होंने सप्ताह बाजार से हफ्ता वसूली करने वाले लोगों के लिए 'गावगुंड' शब्द का उपयोग किया. उनके इस बयान को लेकर मोहोने में ग्रामस्थ मंडल द्वारा रोहन कोट के खिलाफ बैनर लगाया गया. बैनर में लिखा था कि नगरसेवक रोहन कोट ने गावगुंड शब्द का उपयोग कर ग्रामस्थ मंडल का अपमान किया. बैनर लगते ही मोहोने में राजनितिक वातावरण गरमा गया. पुलिस और मनपा ने माहौल बिगड़ने से पहले बैनर को निकाल दिया. इसके बाद नगरसेवक रोहन कोट खडकपाडा पुलिस स्टेशन पहुंचे और अज्ञात लोगों पर कार्रवाई की मांग को लेकर पुलिस को निवेदन दिया.

कोट ने कहा कि उन्होंने आमसभा में 'गावगुंड' शब्द का उपयोग किसी व्यक्ति या ग्रामस्थ मंडल के लिए नहीं किया, बल्कि सप्ताह बाजार से हफ्ता वसूली करने वालों हफ्ताखोरों के लिए किया. रोहन कोट ने यह भी बताया कि यह बैनर ग्रामस्थ मंडल मोहोने-कोलीवाड़ा के पदाधिकारियों की जानकारी के बिना लगाया गया था. उन्होंने आगे कहा की कुछ लोग बैनर लगाकर मुझे और ग्रामस्थ मंडल को बदनाम करने की कोशिश कर रहे हैं.

कलवा जंगल इलाके में वन विभाग की कार्रवाई

- कब्ज़े हटाए गए
- 16 अनधिकृत कंस्ट्रक्शन गिराए गए
- लैंड माफिया को सीधी चेतावनी

ठाणे. फॉरेस्ट डिपार्टमेंट ने जंगल की ज़मीन को बचाने और बचाने के लिए सख्त रुख अपनाया है, और आज कलवा के जंगल इलाके में कब्ज़ों के खिलाफ़ कड़ी कार्रवाई की गई. इस मुहिम में घोलई नगर और पंडापाड़ा इलाकों में करीब 15 से 16 फूस की झोपड़ियां हटाई गईं. फॉरेस्ट डिपार्टमेंट के इस 'एक्शन मोड' से लैंड माफिया हिल गए हैं.कलवा में फॉरेस्ट सर्वे नंबर 97 और 436 के इलाके में पिछले कुछ दिनों से बिना इजाज़त झोपड़ियां बनने का रेट बढ़ गया था. प्रशासन ने तुरंत यह मुहिम शुरू की ताकि पर्यावरण को नुकसान न हो और जंगल की ज़मीन को खाली कराया जा सके. बुधवार सुबह ही फॉरेस्ट डिपार्टमेंट की एक टीम और स्टेट रिजर्व पुलिस फोर्स (SRPF) की एक टुकड़ी ने इलाके में छापा मारा. बिना किसी दबाव में आए फॉरेस्ट डिपार्टमेंट ने इन सभी बिना इजाज़त के कंस्ट्रक्शन को ज़मीन पर गिरा दिया.यह पूरा ऑपरेशन ठाणे फॉरेस्ट डिपार्टमेंट के डिप्टी कंज़र्वेटर ऑफ फॉरेस्ट सचिन रेपाले और असिस्टेंट कंज़र्वेटर ऑफ फॉरेस्ट सोनल वलवी की गाइडेंस में किया गया.

आम सूचना

मैं श्री भागवत रामपत गुप्ता सभी को सूचित कर रहा हूं कि आधा हिस्सा दुकान का, 160 चौ.फुट., शिवाजी रोड, उल्हासनगर- 1 (टैक्स नं. 09एओ014906600(पार्ट) उक्त प्रॉपर्टी श्री राजकुमार बनवारी गुप्ता और अन्य दो जनों के नाम पर है. उन्होंने पार्टीशन डीड 2.4.2026 सी.नं. 775 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 भागवत रामपत गुप्ता

आम सूचना

मैं श्री भागवत रामपत गुप्ता सभी को सूचित कर रहा हूं कि हाऊस, ग्राऊंड फ्लोर, दुकान के पीछे, 80 चौ.फुट, शिवाजी रोड, उल्हासनगर- 1 (टैक्स नं. 09एओ014907600(पार्ट) उक्त प्रॉपर्टी श्री राजकुमार बनवारी गुप्ता और अन्य दो जनों के नाम पर है. उन्होंने पार्टीशन डीड 2.4.2026 सी.नं. 776 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 भागवत रामपत गुप्ता

आम सूचना

मैं श्रीमती गायत्रीदेवी राकेश तिवारी सभी को सूचित कर रही हूं कि रुम, 450 चौ.फुट, गोपाल नगर, बैरक नं. 189 के पीछे, उल्हासनगर- 1. (टैक्स नं. 16एआय015901300) उक्त प्रॉपर्टी श्रीमती पदमा अमर चांडवाणी के नाम पर है. उनसे सेल एग्रीमेंट दि. 1.1.2024 सी.नं. 482 द्वारा मैंने खरीदी है. जिस कारण उक्त जायदाद मैं अपने नाम करवाना चाहती हूं. अगर इस जायदाद पर किसी भी व्यक्ति का कोई हक्क वास्ता हो तो वो सारे सबूतों के साथ 7 दिनों के भीतर उपरोक्त दिए गए पत्ते अथवा उल्हासनगर महानगरपालिका के टैक्स विभाग में संपर्क कर सकते हैं. अन्य 7 दिनों के बाद कोई भी व्यक्ति अपना दावा पेश नहीं कर सकता है.

सही/-
श्रीमती गायत्रीदेवी राकेश तिवारी

आम सूचना

मैं श्री विनोदकुमार शंकर यादव सभी को सूचित कर रहा हूं कि पोर्शन आफ रुम, 591.5 चौ.फुट, बैरक नं. 735 के पास, धोबीघाट, उल्हासनगर- 3 (टैक्स नं. 25बीओ004417100(पार्ट) उक्त प्रॉपर्टी श्री प्रमोद शंकर यादव के नाम पर है. उन्होंने रिलीज एग्रीमेंट 8.4.2026 सी.नं. 842 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 विनोदकुमार शंकर यादव

आम सूचना

मैं श्री प्रमोद शंकर यादव सभी को सूचित कर रहा हूं कि पोर्शन आफ रुम, 201.5 चौ.फुट, बैरक नं. 735 के पास, धोबीघाट, उल्हासनगर- 3 (टैक्स नं. 25बीओ004417100(पार्ट) उक्त प्रॉपर्टी श्री विनोदकुमार शंकर यादव के नाम पर है. उन्होंने रिलीज एग्रीमेंट 8.4.2026 सी.नं. 840 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 प्रमोद शंकर यादव

'कितना टैलेंटेड है उफ्फ!'

श्रद्धा कपूर ने बांधे बॉयफ्रेंड की तारीफों के पुल

बॉलीवुड एक्ट्रेस श्रद्धा इन दिनों अपनी पर्सनल लाइफ को लेकर काफी सुर्खियों में बनी हुई हैं. बीते काफी वक्त से श्रद्धा कथित तौर पर फिल्ममेकर राहुल मोदी संग अपने रिश्ते को लेकर खबरों में हैं. दोनों को अक्सर कई जगहों पर एक साथ स्पॉट भी किया गया है. हालांकि, अभी तक श्रद्धा या राहुल ने अपने रिश्ते को आधिकारिक नहीं किया है. ऐसे में अब पहली बार श्रद्धा ने सरेआम अपने राहुल की तारीफ की और उन्हें टैलेंटेड कहा.

श्रद्धा ने की अनीता की तारीफ

दरअसल, हाल ही में, बॉलीवुड एक्टर अनीत पड्डा फैशन ब्रांड 'ट्रेंड्स' के एक ऐड में नजर आईं. इस ऐड को किसी और ने नहीं, बल्कि फिल्ममेकर राहुल मोदी ने लिखा और डायरेक्ट किया था. ऐसे में श्रद्धा, राहुल के काम की तारीफ करने से खुद को रोक नहीं पाईं. श्रद्धा ने अनीत की तारीफ के साथ राहुल के काम की भी सराहना की. श्रद्धा ने र विव ार को अपने इंस्टाग्राम पर ऐड शेयर करते हुए लिखा, 'क्यूटनेस + बेस्ट एक्टिंग का परफेक्ट मिश्रण = अनीत पड्डा.'

राहुल को कहा टैलेंटेड

श्रद्धा कपूर के कमेंट पर अनीत ने प्यार से जवाब देते हुए कहा, 'किसी को जानने के लिए एक की जरूरत होती है.' श्रद्धा ने एक सपोर्टिव पार्टनर के तौर पर अपनी भूमिका को और भी बेहतर बताया, राहुल के काम की तारीफ करते हुए उन्होंने कहा, 'और क्यूटनेस से याद आया, यह राइटर-डायरेक्टर कितना टैलेंटेड है उफ्फ!'

क्या था इस ऐड में...

अगर हम ऐड की बात करें तो इसकी शुरुआत में दिखाया गया कि अनीत पड्डा अपने परिवार से आने वाली ट्रिप के लिए पैकिंग शुरू करने के लिए कह रही है. लेकिन, जल्द ही चीजें मजेदार हो जाती हैं जब उसकी मां को पता चलता है कि धोबी के साथ हुई गड़बड़ की वजह से उसके पास पैक करने के लिए कोई कपड़ा नहीं बचा है. इस अफरा-तफरी के बीच, अनीत उन्हें Trends देखने का सुझाव देती है. इससे परिवार के दूसरे सदस्य मजाक में उसे चिढ़ाते हैं, जो मजाक में कहते हैं कि उसकी मां इतनी बूढ़ी हो गई है कि वह 'ट्रेंडिंग' के बारे में नहीं जान पाएगी.

बागेश्वर बाबा के बयान को लेकर कांग्रेस आक्रामक

कल्याण. धीरेंद्र शास्त्री उर्फ बागेश्वर बाबा द्वारा छत्रपति शिवाजी महाराज पर दिए गए विवादित बयान को लेकर कल्याण में कांग्रेस पार्टी ने आक्रामक आंदोलन किया. कल्याण के छत्रपति शिवाजी महाराज चौक पर महाराज की प्रतिमा पर माल्यार्पण करने के बाद कार्यकर्ताओं ने बागेश्वर बाबा के खिलाफ ज़ोरदार नारेबाजी की. प्रदर्शनकारियों ने गधे पर बैठे हुए बागेश्वर बाबा के पोस्टर को जलाने की कोशिश की. पोस्टर नहीं जलने पर उसे फाड़ा और उनकी तस्वीर को पैरों से कुचलकर कार्यकर्ताओं ने अपना विरोध जताया. जिलाध्यक्ष राजाभाऊ पातकर ने कहा कि छत्रपति शिवाजी महाराज हमारे देवता है और हमारे देवता का अपमान हम बर्दाश्त नहीं करेंगे. वहीं कांग्रेस नगरसेविका कांचन कुलकर्णी ने कड़े शब्दों में निंदा करते हुए बागेश्वर बाबा के चार बच्चों वाले बयान की आलोचना की. अपने विवादित बयान को लेकर बागेश्वर बाबा ने भले ही मीडिया के समक्ष माफी मांग ली है, लेकिन इसके बावजूद उनके खिलाफ कानूनी कार्रवाई करने की मांग कांग्रेस के पदाधिकारियों ने की. विरोध प्रदर्शन में कांग्रेस नेता नवीन सिंह, युवा जिलाध्यक्ष जपजीत सिंह माटा (बॉबी), राजेश वाघमारे, आजम शेख, चेतन भंडारी सहित बड़ी संख्या में कार्यकर्ता उपस्थित थे.

Ambarnath Municipal Council, Ambarnath, Dist. Thane

Notice For E-AUCTION
Collection of fees from Daily Market And Slaughter House, Ambarnath.

Ambarnath Municipal Council, Ambarnath, invites proposals from reputed and experienced companies to participate in the competitive bidding process for Collection of fees from Daily Market And Slaughter House For the detailed Auction document, interested bidders should visit https://mahatenders.gov.in

Tenders submission would be online and the deadline to submit the proposals is Dt. 05/05/2026 at 13:00 p.m.

E-AUCTION DT.15/05/2026 TIME: 11.00 Am To 05.00 pm

(Sd/-)
Chief Officer,
Ambarnath Municipal Council,
Ambarnath.

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