मूल्य 1 रु.

वर्ष: 10 - अंक : 123, मुंबई, मंगलवार, 21 जुलाई, 2020 ■ RNI.NO. MAHHIN/2010/34146 ■ संपादक: दिलशाद एस. खान

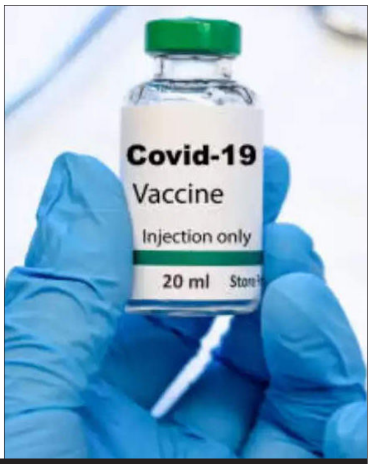
दैनिक मुंबई हलचल

भारत सरकार द्वारा विज्ञापन हेतु मान्यता प्राप्त ®

अब हर सच होगा उजागर

कोरोना से लड़ती दुनिया के लिए वैक्सीन पर मिली खुशखबरी

ऑक्सफोर्ड ने कोरोना वैक्सीन के सफल ट्रायल का किया दावा



मेडिकल जर्नल द लैंसेट के मुताबिक यह बिल्कुल सुरक्षित और असरदार

संवाददाता

मुंबई। ऑक्सफोर्ड यूनिवर्सिटी की अगुआई में बन रही कोरोनावायरस की वैक्सीन के पहले फेज के क्लीनिकल ट्रायल के अच्छे नतीजे सामने आए हैं। सोमवार को मेडिकल जर्नल द लैंसेट में छपी रिपोर्ट के मुताबिक, यह वैक्सीन पूरी तरह सुरक्षित और असरदार है। इस जानकारी के बाद ऑक्सफोर्ड की वैक्सीन फ्रंटरनर वैक्सीन की लिस्ट में आगे आ गई है।

(शेष पृष्ठ 3 पर)

सितंबर तक आ सकती है वैक्सीन

कारपेंटर के मुताबिक, शोधकर्ता हॉस्पिटल, हेल्थकेयर प्रोफेशनल्स को वैक्सीन देने के लिए टार्गेट कर सकते हैं, क्योंकि इनमें संक्रमण फैलने का खतरा ज्यादा है। वैक्सीन कब तक उपलब्ध हो जाएगी, इसकी तारीख नहीं बताई जा सकती। यह सितंबर पर आ सकती है। इसी टारगेट को ध्यान में रखते हुए लगातार काम किया जा रहा है।

ट्रायल में बड़े साइड इफेक्ट नहीं दिखे

ऑक्सफोर्ड यूनिवर्सिटी के मुताबिक, ट्रायल के दौरान गंभीर साइड इफेक्ट नहीं देखे गए। सिर्फ थकान, सिरदर्द, ठंड लगना और शरीर में दर्द जैसी छोटी दिक्कतें ही हुईं। जहां इंजेक्शन लगा, वहां दर्द हुआ, लेकिन ऐसा सिर्फ ओवरडोज के मामलों में ही देखा गया।

कैबिनेट मंत्री असलम शेख कोरोना पॉजिटिव

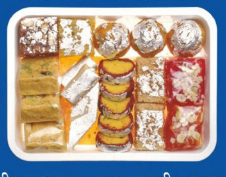
संवाददाता

मुंबई। महाराष्ट्र के कैबिनेट मंत्री असलम शेख भी कोरोना पॉजिटिव पाए गए हैं। सोमवार को उन्होंने खुद ट्वीट करके इसकी जानकारी दी। शेख राज्य के कपड़ा मंत्री हैं। वे पिछले कुछ दिनों में कई कैबिनेट मंत्रियों और शीर्ष नौकरशाहों के संपर्क में आए थे। कांग्रेस के वरिष्ठ नेता शेख मलाड-वेस्ट सीट से विधायक हैं। मलाड इन दिनों कोरोना का नया हॉटस्पॉट बन गया है। असलम शेख ने ट्वीट किया- आपको यह सूचित करना है कि मैं कोविड -19 पॉजिटिव हो गया हूं। मैं फिलहाल एसिम्प्टोमेटिक हूं और मैंने खुद को क्वारैंटाइन कर लिया है। पिछले कुछ दिनों के दौरान जो लोग भी मेरे संपर्क में आए हैं, मैं उनसे निवेदन करता हूं कि वे अपना टेस्ट करवाएं। मैं अपने राज्य के लोगों की सेवा के लिए घर से काम करना जारी रखूंगा।

कोरोना पॉजिटिव होने वाले राज्य के 5वें मंत्री

मुंबई शहर के पालकमंत्री असलम शेख महाविकास अघाड़ी सरकार के चौथे ऐसे मंत्री हैं जो कोरोना संक्रमित हुए हैं। उनसे पहले लोक निर्माण विभाग के मंत्री अशोक चव्हाण, आवास मंत्री जितेंद्र अव्हाड और सामाजिक न्याय मंत्री धनंजय मुंडे संक्रमित हो चुके हैं। हालांकि, तीनों ने कोरोना को मात देकर हॉस्पिटल से घर वापसी कर ली है।

॥ शुभ लाभ ॥
MIX MITHAI



• मोतीचूर लड्डू • काजू कतरी • काजू रोल
• बदाम बर्फी • मलाई पेड़े • रसगुल्ले
MM MITHAIWALA
Malad (W) Tel. : 288 99 501

दुश्मन को दहलाने 29 जुलाई को आएगा राफेल

अंबाला एयरबेस पर तैनात होंगे 5 विमान

59000 करोड़ की भारी भरकम डील

नई दिल्ली। भारतीय वायुसेना के लिए 29 जुलाई का दिन खास होने वाला है। उम्मीद है कि इसी दिन भारत को 5 राफेल लड़ाकू विमानों की सप्लाई मिल जाएगी। उसी दिन अंबाला एयर फोर्स स्टेशन पर इसे वायुसेना में शामिल कर लिया जाएगा। हालांकि 29 जुलाई को मौसम का मिजाज कैसा रहेगा ये जानना अहम होगा। इस दिन मौसम की भूमिका अहम रहेगी। मॉनसून होने की वजह से अभी उत्तर भारत में बारिश हो रही है।

(शेष पृष्ठ 3 पर)

हमारी बात

नेपाल की शरारत

बिहार के किशनगंज में नेपाली सुरक्षा प्रहरी की ओर से की गई फायरिंग में एक भारतीय नागरिक के घायल होने के बाद यह अंदेशा यकीन में ही बदलता है कि नेपाल सरकार भारत को उकसाने के लिए किसी भी सीमा तक जाने को तैयार है। किशनगंज की घटना बीते एक महीने में तीसरी ऐसी वारदात है, जिसमें नेपाली सुरक्षा प्रहरियों की ओर से जान-बूझकर भारतीय नागरिकों को निशाना बनाया गया। पिछले महीने सीतामढ़ी में की गई इसी तरह की फायरिंग में तो एक भारतीय नागरिक की मौत भी हो गई थी। उस घटना पर अफसोस जताने के बजाय अररिया में गोलियां चलाई गईं और अब किशनगंज का मामला सामने है। ऐसा लगता है कि चीन की गोद में बैठ चुकी नेपाल की मौजूदा सरकार भारत के संयम को उसकी कमजोरी समझ रही है। उसका मुगालता दूर करने के लिए भारत को कुछ करना होगा। यह इसलिए और भी आवश्यक है, क्योंकि नेपाली सुरक्षा प्रहरी सीमा पर छेडछाड़ कर यथास्थिति बदलने की भी कोशिश कर रहे हैं। यह मानने के अच्छे-भले कारण हैं कि उन्हें भारत के खिलाफ उकसावे वाली हरकतें करने को कहा गया है। सीतामढ़ी और किशनगंज सरीखी घटनाओं को लेकर कूटनीतिक स्तर पर नेपाल को कड़ी चेतावनी दी जानी चाहिए। निःसंदेह इसके साथ ही नेपाली जनता को यह संदेश देना भी आवश्यक है कि उनकी कम्युनिस्ट सरकार भारत से जान-बूझकर संबंध खराब करने पर तुली है और इस क्रम में उनके हितों की भी परवाह नहीं कर रही है। नेपाल की मौजूदा सरकार को आगाह करते हुए ऐसा कुछ नहीं होना चाहिए जिससे प्रधानमंत्री केपी शर्मा ओली को भारत के खिलाफ विषवमन करने का मौका मिले। ध्यान रहे कि वह पहले से ही यह काम करने में लगे हुए हैं। उत्तराखंड के इलाकों पर दावा ठोकने से लेकर अयोध्या को लेकर मूर्खतापूर्ण बयान देने से यही स्पष्ट होता है कि केपी शर्मा ओली नेपाल में भारत विरोध का माहौल खड़ा कर अपनी डगमगाती कुर्सी बचाना चाह रहे हैं। चूंकि वह अपने भारत विरोधी रुख-रवैये से चीन को भी खुश करने में लगे हुए हैं इसलिए उनकी शरारत भरी राजनीति को लेकर अतिरिक्त सतर्कता बरतने की जरूरत है। यह सही है कि नेपाल और भारत के सांस्कृतिक एवं सामाजिक संबंध सदियों पुराने हैं और उन पर इतनी आसानी से आंच नहीं आ सकती, लेकिन भारतीय नीति-नियंताओं के लिए यह तो चिंता का विषय बनना ही चाहिए कि नेपाल सरकार उन्हीं पर चुन-चुनकर प्रहार कर रही है। चिंता का विषय यह भी है कि प्रधानमंत्री ओली के साथ नेपाली नेताओं का एक वर्ग नेपाल स्थित चीनी राजदूत का हुक्म बजाने में लगा हुआ है।

अर्थव्यवस्था की कीमत पर कोरोना वायरस को नियंत्रित करने के प्रयास किए गए तो परिणाम और अधिक घातक होंगे

आज हम लॉकडाउन की बंदिशों के खत्म होने का उल्लास मना रहे हैं, लेकिन महत्वपूर्ण सवाल यह है कि हम -बुरे दौर की समाप्ति- वाली स्थिति में हैं या -प्रतिकूल समय की शुरुआत- वाली स्थिति में? वैश्विक मंदी के कारण अर्थव्यवस्था पहले से ही खतरों से घिरी हुई है। हालांकि तकनीकी रूप से भारतीय अर्थव्यवस्था मंदी का शिकार नहीं हो सकती है, लेकिन हमें समानांतर क्षति का सामना तो करना ही पड़ेगा। बहुत कम लोग यह समझ रहे हैं कि मंदी का कारण न तो कोई आर्थिक बुलबुला है और ना ही नीतिगत धोखाधड़ी से संबंधित है।

यह एक प्राकृतिक आपदा है और इसका प्रभाव जितना हमारी आर्थिक स्थिति पर पड़ेगा उतना ही हमारे स्वास्थ्य पर भी। संकटों से घिरी अर्थव्यवस्था में हम पहले भी रहे हैं, लेकिन उस समय यह महत्वाकांक्षी पीढ़ी नहीं थी। यह सही है कि हमारी अर्थव्यवस्था में पांच करोड़ से अधिक एमएसएमई का जीडीपी में योगदान 40 प्रतिशत है, जबकि प्रमुख 100 कॉरपोरेट्स का योगदान लगभग 35 प्रतिशत है, फिर भी देश में कुल श्रम बल के करीब आधे लोग रोजाना कमाकर खाने वाले हैं। इनकी कमाई के लिए रोजाना इन्हें काम मिलना आवश्यक है। हमें प्रधानमंत्री की समयबद्ध

कार्रवाई की सराहना करनी चाहिए। लॉकडाउन की वजह से कम संख्या में लोग मारे गए हैं। इसने हमें तैयारी करने का मौका दिया जिससे बहुत सी चीजों को ठीक किया जा सका। हालांकि दूसरी बार अर्थव्यवस्था को बंद करने से संभावित विकास के प्रभावित होने की पूरी आशंका है। इसका अर्थ होगा मांग में कमी आना और अर्थव्यवस्था को एक लंबी अवधि वाली मंदी की ओर धकेलना।

ऐसे में अर्थव्यवस्था पर महामारी का द्वितीयक प्रभाव अधिक समय तक रह सकता है। दोबारा प्रतिबंध लगाने का अर्थ होगा अर्थव्यवस्था की अवनति, सामाजिक और आर्थिक दोनों तरह की चुनौतियों का बढ़ना। इससे गरीब और वंचित अपनी आजीविका खो देंगे, मध्यम वर्ग की बचत कम हो जाएगी, अधिकांश लोग अनिश्चितताओं का सामना करेंगे और वित्तीय तनाव महसूस करेंगे। नीति निर्माताओं को इसके लिए एक अभिनव और त्वरित समाधान तलाशना होगा तथा निर्धनतम लोगों को कुछ रकम का भुगतान करना होगा। हालांकि सरकार की योजनाएं महत्वाकांक्षी हैं, लेकिन हमें यह भी सुनिश्चित करना होगा कि इससे हाशिये पर खड़े इंसान को कितना लाभ मिल पा रहा है। यदि इन लोगों की समय रहते मदद नहीं की गई तो समाज में अशांति के रूप में दूसरे जोखिम पैदा होने का खतरा हो सकता है। कॉरपोरेट क्षेत्र और खासकर एमएसएमई जो हमारे अर्थव्यवस्था की रीढ़ है, उन्हें पूरी तरह से पहले की तरह पटरी पर लौटने और मूल्य सृजन तक के अच्छे दिनों के लिए पर्याप्त रूप से फलने-फूलने का अवसर देना चाहिए। इसके लिए नियमों के अनुपालन से छूट, पुनर्भुगतान और यहां तक कि अग्रिम भुगतान सहित कई अन्य प्रकार के उपायों को अमल में लाया जा सकता है। अब यदि लॉकडाउन किया गया तो वे बर्बाद हो जाएंगे। जैसा कि विज्ञानियों और चिकित्सा विशेषज्ञों द्वारा आशंका जताई जा रही है, यदि इस महामारी का दूसरा चरण आता है, तो नीति निर्माताओं को उस संकट से बाहर निकलने के लिए नए आयाम तलाशने होंगे। केवल करों में कटौती से कोई फायदा नहीं होने वाला है। सरकार को निवेश का नेतृत्व करना होगा और अपनी जेब ढीली करनी होगी, क्योंकि सुस्त पड़ी अर्थव्यवस्था को गति प्रदान करने के लिए यह निवेश करने का समय है। इस समय हमारी राजकोषीय सेहत काफी अनुकूल है। अंतरराष्ट्रीय स्तर पर कच्चे तेल की कीमत गिरने से हमें बहुत फायदा होता है।

तमाम उपायों के साथ सरकार को ग्रामीण विकास को तेज करना चाहिए और ग्रामीण बुनियादी ढांचे पर ध्यान देना चाहिए। इसके कई फायदे हैं। कोरोना के द्वितीयक प्रभाव को नियंत्रित करना हमारे हमारे वश में नहीं है। वायरस के अनियंत्रित होने के घातक परिणाम होंगे, लेकिन अर्थव्यवस्था की कीमत पर इसे नियंत्रित करने के प्रयास किए गए तो परिणाम और अधिक घातक होंगे।

गुटबाजी और बिखराव से ग्रस्त कांग्रेस

राजस्थान में कांग्रेस की अशोक गहलोत सरकार का मुश्किल में फंसना हैरान नहीं करता, क्योंकि उसकी स्थिरता को लेकर अंदेशा उसके गठन के समय ही उभर आया था। इसका कारण था कांग्रेस का अपने बलबूते बहुमत न हासिल कर पाना। मुख्यमंत्री अशोक गहलोत और उप-मुख्यमंत्री सचिन पायलट के रिश्ते कभी सामान्य नहीं दिखे। अब तो खुद गहलोत कह रहे हैं कि करीब डेढ़ साल से उनकी सचिन पायलट से कोई बात नहीं हुई। क्या इससे विचित्र और कुछ हो सकता है कि मुख्यमंत्री और उप-मुख्यमंत्री के बीच कोई बात न हो?

इसकी अनदेखी नहीं की जा सकती कि राजस्थान में यदि कांग्रेस सरकार बनाने की स्थिति तक पहुंच सकी तो इसके पीछे सचिन पायलट का बड़ा हाथ है। जब यह माना जा रहा था कि वह मुख्यमंत्री बन सकते हैं, तब राहुल गांधी ने गहलोत को वरीयता दी- ठीक वैसे ही जैसे मध्य प्रदेश में ज्योतिरादित्य के मुकाबले कमलनाथ को दी थी। यह तब हुआ, जब सचिन और सिंधिया राहुल की युवा टोली के विशेष सदस्य थे। चूंकि अशोक गहलोत को सचिन पायलट का उप-मुख्यमंत्री बनना रास नहीं आया, इसलिए उन्होंने उनके पर कतरने शुरू कर दिए। सचिन पायलट अनमने ढंग से ही उप-मुख्यमंत्री के तौर पर काम कर रहे थे। कोविड-19 महामारी के चलते जब यह चर्चा शांत पड़ गई थी कि सचिन पायलट सिंधिया की राह पर जा सकते हैं तब

विधायकों की कथित खरीद-फरोख्त के एक मामले में राजस्थान पुलिस ने पूछताछ के लिए सचिन को ही नोटिस थमा दी। इससे आहत होकर उन्होंने समर्थक विधायकों के साथ हरियाणा के एक होटल में डेरा डाल दिया। इससे राजस्थान में हड़कंप मच गया और गहलोत ने शक्ति प्रदर्शन के लिए अपने समर्थक विधायकों के साथ बैठक बुलाई। इसमें सचिन को भी बुलाया गया, लेकिन न तो वह बैठक में गए और न ही उनके समर्थक विधायक। कांग्रेस नेतृत्व अशोक गहलोत सरकार बचाने के लिए सक्रिय तो हुआ, लेकिन उसने सचिन पर दबाव बनाने के लिए उन्हें उप-मुख्यमंत्री और प्रदेश कांग्रेस अध्यक्ष पद से हटाने का फैसला भी किया। राजस्थान विधानसभा अध्यक्ष सीपी जोशी ने सचिन समर्थक विधायकों को जिस तरह नोटिस भेजी, उससे साफ है कि कांग्रेस उनकी सदस्यता खत्म करने की कोशिश में है, ताकि सचिन को राजनीतिक रूप से कमजोर किया जा सके। यह मामला अब उच्च न्यायालय पहुंच गया है। देखना है कि वहां क्या होता है? कांग्रेस नेतृत्व भले ही सचिन पायलट को अपना नेता बता रहा हो, लेकिन वह उनकी विश्वसनीयता पर हमला भी कर रहा है। लगता है राजस्थान कांग्रेस ही नहीं, पार्टी का शीर्ष नेतृत्व भी खेमों में बंट गया है। जब राजस्थान सरकार संकट में है, तब राहुल गांधी मोदी सरकार पर हमला करने के लिए वीडियो बनाने में व्यस्त हैं। हालांकि अब कांग्रेस की कमान सोनिया गांधी के हाथों में है, लेकिन माना जाता है कि पार्टी के फैसलों में राहुल की ही चल रही है। इसमें संदेह है कि सचिन पायलट समर्थक विधायकों को नोटिस देने का काम कांग्रेस नेतृत्व की मर्जी के बगैर हुआ होगा। इस वक्त अशोक गहलोत सचिन पायलट को नीचा दिखाने का कोई मौका नहीं छोड़ रहे हैं। वह उन पर भाजपा के हाथों में खेलने का आरोप लगा रहे हैं। उन्होंने यह कहकर सचिन पर ही निशाना साधा कि अच्छी अंग्रेजी बोलना भर पर्याप्त नहीं। ज्ञात हो कि सचिन विदेश से पढ़ाई और नौकरी कर लौटे हैं। सचिन के पास 19-20 विधायक ही हैं। इनमें से दो को इस आरोप में पार्टी से निलंबित कर दिया गया है कि वे भाजपा नेताओं से पैसों के लेन-देन की बात कर रहे थे। कांग्रेस का आरोप है कि लेन-देन के इस खेल में केंद्रीय मंत्री गजेंद्र सिंह शेखावत भी शामिल हैं। उनकी और सचिन समर्थक विधायक की कथित बातचीत का एक टेप जारी किया गया है। शेखावत ने इस टेप को फर्जी बताया है। पता नहीं सच क्या है, लेकिन गहलोत सरकार अभी सुरक्षित नहीं कही जा सकती।

मुंबई-पुणे एक्सप्रेसवे पर दो टोल प्लाजा के बीच गति सीमा का उल्लंघन करने पर 1000 रुपए का जुर्माना लगेगा

संवाददाता

मुंबई। महाराष्ट्र में मुंबई-पुणे एक्सप्रेसवे पर दो टोल प्लाजा की बीच की 50 किलोमीटर की दूरी 37 मिनट से कम समय में तय करने वाले वाहन चालकों पर एक अगस्त से गति नियमों का उल्लंघन करने को लेकर 1000 रुपए का जुर्माना लगाया जाएगा। एक वरिष्ठ पुलिस अधिकारी ने सोमवार को यह जानकारी दी। महाराष्ट्र हाइवे पुलिस ने इस सड़कखंड पर वाहनों की तेज रफ्तार पर रोक लगाने के लिए यह निर्णय लिया है। अधिकारी ने बताया कि रायगढ़ जिले के खालापुर और पुणे जिले के उर्स टोल प्लाजा के बीच करीब 50 किलोमीटर की दूरी है और किसी भी वाहन को इसे तय करने में मान्य गति सीमा के तहत 37 मिनट से कम समय नहीं लेना चाहिए। उन्होंने कहा कि इस गतिसीमा का उल्लंघन करने वाले वाहन चालकों पर जुर्माना लगाया जाएगा और उन्हें ई-चालान (जुर्माना रसीद) भेजा जाएगा। अधिकारी के मुताबिक एक अगस्त से इस सड़कखंड पर गतिसीमा का पहली बार उल्लंघन करने पर 1000 रुपए जुर्माना लगाया जाएगा और बार बार ऐसी गलती करने पर जुर्माना राशि बढ़ जाएगी। छह लेन वाले मुंबई-पुणे एक्सप्रेसवे पर अतीत में कई जानलेवा हादसे हो चुके हैं और उनमें से ज्यादातर की वजह तेज रफ्तार रही। चौरानवे किलोमीटर लंबे इस मार्ग पर गति सीमा 100 किलोमीटर प्रति घंटा रखी गयी है। 15 किलोमीटर घाट खंड को इससे बाहर रखा गया है जहां गतिसीमा 50 किलोमीटर प्रति घंटा की गयी है। अधिकारी ने बताया कि हाइवे पुलिस के परीक्षण के अनुसार सामान्य रूप से गाड़ी चलाने पर 50 किलोमीटर की दूरी कम से कम 37 मिनट में तय की जा सकती है और यदि कोई वाहन उससे कम समय में इस दूरी को तय कर लेता है तो इसका तात्पर्य है कि चालक ने गति सीमा का उल्लंघन किया है।

कांदिवली स्टेशन पर ट्रेन की चपेट में आया डंपर, कोई घायल नहीं

संवाददाता

मुंबई। मुंबई में कांदिवली-बोरीवली लाइन पर सोमवार को एक बड़ा हादसा हुआ है। यहां बांद्रा टर्मिनस-अमृतसर ट्रेन और एक ट्रक के बीच टक्कर हुई है। हालांकि, भीषण टक्कर के बावजूद इसमें कोई घायल नहीं हुआ है। दोपहर तकरीबन एक बजे के करीब हुई इस दुर्घटना के बाद ट्रेन को रोक दिया गया है। घटना के चलते ट्रेन लगभग 45 मिनट तक हादसे वाली जगह पर खड़ी रही। जिसके बाद उसे रवाना किया गया। रेलवे ने इस मामले की जांच का आदेश दे दिया है। रेलवे के मुताबिक, इस दुर्घटना की वजह से पश्चिम रेलवे लाइन पर बाहरी और लोकल ट्रेनों की आवाजाही पर कोई प्रभाव नहीं पड़ा।

ड्राइवर से पूछताछ जारी

जानकारी के मुताबिक, एक ट्रक कांदिवली रेलवे स्टेशन के पास एक छोटे से रास्ते से एक पार से दूसरी पार जाने का प्रयास कर रहा था। इसी दौरान वह पटरी पर फंस गया और पीछे से आ रही बांद्रा टर्मिनस-अमृतसर मेल ने उसे टक्कर मार दी। फिलहाल इसमें ट्रैक ड्राइवर की गलती मानी जा रही है। इसे हिरासत में लेकर पूछताछ जारी है।

दुर्घटना में कोई घायल नहीं

पश्चिम रेलवे के मुख्य जनसंपर्क अधिकारी, सुमित ठाकुर ने कहा कि मुंबई सेंट्रल रेलवे स्टेशन से दुर्घटना राहत ट्रेन मौके पर भेजी गई है। घटना की जांच चल रही है। किसी के घायल होने की कोई सूचना नहीं है। घटना के चलते ट्रेन लगभग 45 मिनट तक हादसे वाली जगह पर खड़ी रही। जिसके बाद उसे रवाना किया गया।

(पृष्ठ 1 का शेष)

कोरोना से लड़ती दुनिया के लिए वैक्सीन पर मिली खुशखबरी

ऑक्सफोर्ड यूनिवर्सिटी की ओर से किए गए ट्वीट में भी कहा गया है कि इस वैक्सीन को लगाने से अच्छा इम्यून रिस्पांस मिला है। वैक्सीन ट्रायल में लगी टीम और ऑक्सफोर्ड के निगरानी समूह को इस वैक्सीन में सुरक्षा को लेकर कोई चिंता वाली बात नजर नहीं आई और वैक्सीन के कारण ताकतवर इम्यून रिस्पांस पैदा हुआ है। दो दिन पहले 17 जुलाई की रिपोर्ट में बताया गया था कि यह वैक्सीन कोरोनावायरस से दोहरी सुरक्षा दे सकती है। डेली टेलीग्राफ के मुताबिक, पहले चरण के ट्रायल में वैक्सीन देने के बाद वॉलंटियर्स में इम्यून रिस्पॉन्स काफी बेहतर रहा। इनके ब्लड सैंपल को जांचा गया। रिपोर्ट में सामने आया कि इनमें कोरोना के खिलाफ एंटीबॉडी और किलर टी-सेल्स भी बनीं। इसके बाद रविवार, 19 जुलाई को रिचर्ड ने ही सबसे पहले यह ट्वीट किया था कि सोमवार को ऑक्सफोर्ड की वैक्सीन के नतीजों की घोषणा की जाएगी। होर्टन ने ट्वीट किया था, कल। वैक्सीन। बस कह रहा हूं। इस ट्वीट को लेकर हर तरफ चर्चा हो रही है। ऑक्सफोर्ड यूनिवर्सिटी के साथ वैक्सीन तैयार करने वाली फार्मा कम्पनी एस्ट्राजेनेका ने न्यू इंग्लैंड जर्नल ऑफ मेडिसिन में दावा किया है कि ट्रायल के दौरान जिन्हें वैक्सीन दी गई उनमें कोरोना सर्वाइवर के मुकाबले ज्यादा एंटीबॉडी बनीं। नेशनल इंस्टीट्यूट ऑफ एलर्जी एंड इन्फेक्शस डिसीज के डायरेक्टर डॉ. एंथनी फॉसी का कहना है कि रिजल्ट अच्छे हैं, उम्मीद है कि वैक्सीन कामयाब रहेगी। ऑक्सफोर्ड यूनिवर्सिटी ने पहले चरण का ट्रायल अप्रैल में किया था। स्वास्थ्य मंत्री मैट हेनकॉक के मुताबिक, वैक्सीन तैयार करने के लिए टीम लगातार जुटी है, यह इस साल कभी भी उपलब्ध हो सकती है। ऐसा न होने पर 2021 में इसे आने की पूरी उम्मीद है। वैक्सीन ट्रायल का अप्रूवल देने वाले बर्कशायर रिसर्च इथिक्स कमेटी के चेयरमैन डेविड कारपेंटर का कहना है कि हम वैज्ञानिकों के साथ लगातार काम कर रहे हैं और हर जरूरी बदलाव कर रहे हैं। वैक्सीन तैयार करने में हम सही रास्ते पर हैं।

दुश्मन को दहलाने 29 जुलाई को आएगा राफेल

29 जुलाई को वायुसेना में शामिल किए जाने के बाद राफेल विमान को 20 अगस्त को एक समारोह में राफेल को वायुसेना में अंतिम रूप से शामिल किया जाएगा। इंडियन एयर फोर्स ने कहा है कि भारतीय वायुसेना के ऑफिसर्स ने राफेल की तकनीकी पेचीदगियों को समझने के लिए इसकी व्यापक ट्रेनिंग ली है। एयरफोर्स के अधिकारियों ने इस फाइटर विमान की उच्च मारक क्षमता का गहराई से अध्ययन किया है और अब वे इस पर काम करने के लिए पूरी तरह से तैयार हैं। वायुसेना के मुताबिक राफेल के आते ही कोशिश की जाएगी कि विमान को जल्द से जल्द ऑपरेशन लेवल तक ले लाया जाए, यानि कि इस विमान का अलग-अलग उद्देश्यों के लिए इस्तेमाल किया जाए। बता दें कि भारत को फ्रांस से अगले दो सालों में दो स्क्वाड्रन में 36 राफेल विमान मिलने हैं। एयरफोर्स सूत्रों के मुताबिक पहला स्क्वाड्रन अंबाला बेस से पश्चिमी कमान के लिए काम करेगा तो दूसरे स्क्वाड्रन की तैनाती पश्चिम बंगाल के हाशीमारा एयर फोर्स स्टेशन में की जाएगी, ताकि पूर्वी छोर पर चीन के किसी भी खतरे से निपटा जा सके। राफेल लड़ाकू विमान मेट्योर और स्कैल्प मिसाइल प्रणाली से लैस है। ये भारतीय वायुसेना की मारक क्षमता में व्यापक इजाफा करेंगे। मेट्योर सिस्टम दुश्मन को हवा से हवा में ही मार गिराने की तकनीक है, जबकि स्कैल्प लंबी दूरी का क्रूज मिसाइल है। इसे इस विमान से ही लॉन्च किया जा सकता है ये मिसाइल दुश्मन के स्थिर और गतिशील लक्ष्यों को अंदर तक जाकर भेद सकता है।

रामपुर हलचल

भाजपा अल्पसंख्यक प्रदेश कार्य कारिणी के सदस्य कारी मु. मुरसलीन के आवास पर कार्य कारिणी के सदस्य

टाण्डा (रामपुर)। भाजपा अल्पसंख्यक प्रदेश कार्य कारिणी के सदस्य कारी मु. मुरसलीन के आवास पर कार्य कारिणी के सदस्य मु. मजाहिर खान भारत सरकार दिल्ली को लेकर बेठक का आयोजन कर उर्दू, अरबी, फारसी आदि से सम्बधित वार्ता की गई। मानव संसाधन विकास मंत्रालय भारत सरकार मु. मजाहिर खान ने कहा की सरकारकी जितनी भी उपयोगी जन नीतियाँ है उसके प्रचार एवं प्रसार करने के उददेश्य से शिक्षा के क्षेत्र में कार्य करना कमजोर बच्चो की मदद कर उनकी शिक्षा आगे की और बढ़ाना जो की हमारा सबसे पहला मिशन है उर्दू भाषा का बजट एवं विकास के कार्यो सम्बधित सरकार के अन्तर्गत रह कर ही चलाया जाता है जिस क्षेत्र में उर्दू, अरबी फारसी नहीं वहा 2-2 वर्ष के ट्रेनिंग सेन्टरों की व्यवस्था कर उनको चलाया जाता है जिसका प्रमाण भारत सरकार ही मिल पता है अरब जैसे वेशो में नोकरी का एक अवसर प्रदान होता है कम्प्यूटर, ग्राफिकल, डिजाइन के 2-2 वर्ष के ट्रेनिंग सेन्टर चलाये जा रहे है साथ ही सेमिनार भी कराय जाते है उधर भारतीय किसान संस्था के संस्थापक उर्दू कोसिल सेन्टर संचालक पूर्व प्रत्याशी अ. गफूर इन्जी. के आवास पर पहुचकर उर्दू कोसिल का जायजा लिया गया मु. मुजाहिर खान सदस्य मानव संसाधन मंत्रालय भारत सरकार दिल्ली डा. फरहत खान, मु. मुरसलीन अ. गफूर इन्जी।

अधिशासी अधिकारी राजेश सिंह राणा व पालिका अध्यक्ष मेहनाज जहाँ पति मकसूद लाला ने सफाई व्यवस्था का जायजा लिया

टाण्डा (रामपुर)। अधिशासी अधिकारी राजेश सिहं राणा पालिका अध्यक्ष मेहनाज जहाँ पति मकसूद लाला ने सफाई व्यवस्था को लेकर नगर के अनेक मोहल्लो जेसे दुलीवाला, नवाबपुरा, आदि का जायजा लिया गया सफाई व्यवस्था चुस्त दुरस्त रखे जाने को लेकर सफाई व्यवस्था में किसी भी प्रकार की ढिलाई को बरदाश्त नही किया जायेगा नगर के अन्दर किसी भी वार्ड में सफाई व्यवस्था में गडबडी पाई जाती है तब ऐसी दशा में वार्ड के सफाई कर्मियों विरूद कड़ी एवं सखत कार्रवाई करने के निर्देश दिया गया है जिसकी पूर्ण जिम्मेदारी सफाई नायक हवलदारो को सभालनी होगी लाकड़ाउन के चलते नगर के अन्दर सेनेतईज की प्रक्रिया को लगातार जारी रखा जायेगा भीषण गर्मी के चलते नगर के अन्दर भयानक बीमारियों से बचाव से सम्बधित कीटनाशक का छिडकाव भी कराया जायेगा जिसके चलते भयानक बीमारी पनपने से पहले उस पर नियंत्रण किया जा सकेगा पालिका अध्यक्ष मेहनाज जहाँ ने सफाई व्यवस्था निरीक्षण के दोरान महिलाओ से उनका हाल चाल भी जाना इस मोके पर अधिशासी अधकारी राजेश सिंह राणा पालिका अध्यक्ष मेहनाज जहाँ पति मकसूद लाला, जेई दीपक कुमार शाह, सुदेश, सुरेश, भगत जी, अन्य सफाई कर्मी निरीक्षण के दोरान मोजूद रहे।

राजस्थान-केंद्र में टकराव

सीबीआई को जांच के लिए अब राज्य सरकार से इजाजत लेनी पड़ेगी

आदेश से पहले जांच एजेंसी की टीम गहलोत समर्थक विधायक के घर पहुंची थी

संवाददाता

जयपुर। राजस्थान के सियासी संग्राम के बीच अब केंद्र और राज्य सरकार के बीच भी घमासान शुरू हो गया है। राज्य सरकार ने एक आदेश जारी किया है कि सीबीआई को किसी जांच के लिए पहले उसकी इजाजत लेनी होगी। उसके बाद ही सीबीआई कोई एक्शन ले पाएगी। राज्य सरकार की सीनियर डिप्टी सेक्रेटरी रवि शर्मा ने यह आदेश जारी किया है। इससे ठीक पहले सीबीआई की टीम गहलोत समर्थक कांग्रेस विधायक कृष्णा पूनिया के जयपुर स्थित घर पहुंची थी। राज्य सरकार के इस आदेश के बाद अब सीबीआई किसी केस में सीधे जांच नहीं कर पाएगी। राजस्थान सरकार के गृह विभाग ने यह आदेश जारी किया है। जानकारी अनुसार, परिस्थिति के आधार पर ही सरकार किसी केस में जांच की इजाजत देगी। इसके साथ राज्य सरकार की ओर से पहले दी गई जांच

की कई मंजूरियां भी रद्द कर दी गई हैं। राज्य सरकार के इस फैसले को मौजूदा सियासी उठापटक से जोड़कर देखा जा रहा है। चर्चा है कि गहलोत सरकार को इस तरह की आशंका है कि केंद्र की भाजपा सरकार कांग्रेस विधायकों पर दबाव बनाने के लिए सीबीआई का इस्तेमाल कर सकती है। कांग्रेस प्रवक्ता रणदीप सुरजेवाला ने भी पिछले दिनों जयपुर में आयकर विभाग की छापेमारी के बाद कहा था कि केंद्र सरकार केंद्रीय एजेंसियों को सक्रिय कर चुकी है।

छत्तीसगढ़ और पश्चिम बंगाल भी लगा चुका हैं ऐसे प्रतिबंध

सीबीआई को बिना अनुमति के आने से रोकने वाला राजस्थान कोई पहला राज्य नहीं है। इससे पहले छत्तीसगढ़ की भूपेश बघेल सरकार और पश्चिम बंगाल में ममता सरकार भी सीबीआई को आने से रोकने का आदेश जारी कर चुकी हैं।

अब सीबीआई क्या करेगी?

अब सीबीआई को जांच के लिए राज्य सरकार की अनुमति लेनी होगी। अगर किसी मामले में सीबीआई जांच करना चाहती है, लेकिन राज्य सरकार अनुमति नहीं देती है तो ऐसी स्थिति में सीबीआई कोर्ट का दरवाजा खटखटा सकती है।

विधायक कृष्णा पूनिया के घर पर पहुंची सीबीआई

राजस्थान में सीबीआई के आने पर रोक लगाने वाला आदेश सरकार की तरफ से जारी करने से पहले ही खबर आई थी कि सीबीआई कांग्रेस विधायक कृष्णा पूनिया के जयपुर में जालूपुरा स्थित घर पहुंची। पूनिया के फेयरमोंट होटल पर होने के कारण वे आवास पर नहीं मिलीं, जिसके कारण सीबीआई को खाली हाथ लौटना पड़ा। बताया जा रहा है कि सीबीआई एएसओ विष्णु दत्त शर्मा सुसाइड केस में पूछताछ के लिए पूनिया के घर पहुंची थी।

बंबई उच्च न्यायालय के न्यायाधीशों को चश्मे खरीदने के लिए सालाना 50 हजार रुपये मिलेंगे

मुंबई। बंबई उच्च न्यायालय के प्रत्येक न्यायाधीश को चश्मा खरीदने के लिए प्रतिवर्ष पचास हजार रुपये के भुगतान को महाराष्ट्र सरकार ने स्वीकृति प्रदान कर दी है। एक सरकारी प्रस्ताव (जीआर) में यह जानकारी सामने आई। राज्य के कानून एवं न्याय विभाग के जीआर के मुताबिक इस निर्णय के तहत न्यायाधीश, उनकी पत्नी या पति और उनपर निर्भर परिजनों को इसका लाभ मिलेगा। कानूनी सलाहकार और संयुक्त सचिव योगेश आमेटा द्वारा 10 जुलाई को हस्ताक्षरित जीआर के अनुसार इस राशि में आवर्ती व्यय भी शामिल होंगे।

कोरोना का असर, एयरपोर्ट पर खूब हल्दी दूध पी रहे यात्री

मुंबई। मई में मुंबई से जब घरेलू उड़ानें शुरू हुईं तो अधिकांश डोमेस्टिक फ्लाइट्स के किचन के पेय बदले हुए थे। यात्रियों को हल्दी दूध, रसम, तुलसी मिंट शिकंजी, सत्तू शेक और आमला आम पन्ना दिया जाना शुरू किया गया। लोगों को इम्युनिटी बूस्ट करने वाले खाद्य और पेय पदार्थ अब मेट्रो एयरपोर्ट्स पर भी मिलेंगे। एयरपोर्ट के लॉन्ज में कोरोना वायरस से बचाव के लिए बंद खाद्य और पेयर पदार्थों को पैकेट्स दिए जा रहे हैं। कई उड़ान भरने वाले यात्री घर के बने खाने को प्राथमिकता दे रहे हैं। एयरपोर्ट पर आने वाले यात्री मेट्रो एयरपोर्ट्स पर पेय और खाद्य पदार्थों में बड़ा बदलाव पा रहे हैं। विभिन्न मेट्रो एयरपोर्टस पर 300 से ज्यादा फूड आउटलेट्स चलाने वाले चीफ ऑपरेटिंग ऑफिसर गौरव दीवान ने बताया कि हल्दी और विटामिन सी पेय चाय और कॉफी जैसे कैफीनयुक्त पेय को भले ही न हरा पाया हो लेकिन बीते दो महीनों से ऐसे इम्युनिटी बूस्टर पेयों को प्रसिद्धी मिल रही है।

हल्दी दूध की डिमांड

गौरव ने बताया कि मेट्रो सिटीज के एयरपोर्ट्स में खान-पान बदल गया है। दिल्ली एयरपोर्ट पर हल्दी दूध तीसरे नंबर का पेय पदार्थ है, जो सबसे ज्यादा बिक रहा है। इसके अलावा कोलकोता एयरपोर्ट पर तुलसी-पुदीना शिकंजी पसंद की जा रही है। चेन्नै एयरपोर्ट पर रसम की ज्यादा मांग है। इम्युनिटी बूस्टर की ज्यादा मांग है। उन्होंने कहा कि अब हम लोग ऐसे इम्युनिटी बूस्टर पेय पदार्थों को बोतल में पैक करके बेचने की तैयारी कर रहे हैं।

ऑर्डर के तरीके में आया बदलाव

कोरोना के बाद से नॉन वेजिटेरियन खाने की डिमांड खत्म हो गई है। कोरोना ने एयरपोर्ट्स पर खान-पान का सीन बदल दिया है। यहां तक कि लोगों के खाने का ऑर्डर देने के तरीके में भी बदलाव आया है। अब यहां पर कर्मचारी आइपैड लेकर घूमते हैं। वह लोगों से खाने का ऑर्डर लेते हैं। क्यूआर कोड स्कैन करते हैं। ऑनलाइन पेमेंट होता है और उन्हें खाना पहुंचा दिया जाता है।

आपदा में आत्मबल का संचार

गायक रविन्द्र सिंह की संगीतमय पहल

जाने-माने गायक रवींद्र सिंह ने अपने नए म्यूजिक एल्बम 'जिन्दगी-फिर से चलेगी' में अपनी सुरीली आवाज से क्रोनाकाल में लोगों का आत्मबल बढ़ाने के लिए एक संगीतमय पहल की है। एल्बम में गाया गया उनका गीत 'रुकी रुकी सी जिन्दगी' एक प्रेरक संदेश देता है कि कठिन दिन कभी नहीं टिकते हैं हम जल्द ही सामान्य दिनों में वापस आ जाएंगे और फिर से जीवन का आनंद लेना शुरू कर देंगे। कोविड-19 के कारण दुनिया भर में लोकडाउन जारी है। ऐसे में रवींद्र सिंह के गीत का एक एक शब्द सुनने वालों में एक नई ऊर्जा का संचार करता है। गायन और संगीत के प्रति रवींद्र का जुनून उनके पहले रिलीज हुए गीतों में भी उल्लेखनीय रूप से देखा गया है। इस बार उनके गीत ने दिलों को आनंद और प्यार से भर दिया है। लॉकडाउन के दौरान वह हमेशा गाते रहे हैं और लोगों प्रेरित करते रहे हैं। मुझे प्रकृति से प्यार है और पहले जारी किए गए संगीत वीडियो ने दर्शनीय स्थानों, मेरे साथ प्रदर्शन करने वाले अभिनेताओं को मुग्ध कर लिया है, और दर्शकों में से कई उन क्षणों को जारी रखने के लिए निरंतर प्रेरित कर रहे हैं और हम सभी स्थिति के सामान्य होने की कामना कर रहे हैं। संगीत प्रेमी सोशल मीडिया पर कई सुपरहिट संगीत वीडियो रिलीज करते रहे हैं, जिन्हें विभिन्न देशों में रहने वाले हिंदी संगीत प्रेमियों द्वारा सुना जाता रहा है एवं कई रेडियो स्टेशनों द्वारा भी प्रसारित किया जा चुका है। यह गीत उन लोगों के लिए एक उपहार है, जो इस महामारी के दौर में बुरी तरह त्रस्त हो चुके हैं। इसका संगीत उनके दिलों में सुकून भर देता है।

जूम ने जूम फॉर होम लांच किया

मुंबई। जूम व्हिडिओ कम्युनिकेशन्स,ने जूम फॉर होम की घोषणा की, जो कि रिमोट वर्क करने वालों की मदद के लिए सॉफ्टवेयर अनुभवों और हार्डवेयर डिवाइसों की एक नई श्रेणी है। ऐसे समय में जबकि कर्मचारी, कार्य के नए मानदंडों को लेकर उलझन में हैं, ऐसे में जूम फॉर होम कर्मचारियों के दूर से कनेक्ट होने और उत्पादक कार्य करने के अनुभवों को बेहतर बनाने के लिए आया है।

ज्ञान आधारित कार्य का भविष्य, वर्चुअल और व्यक्तिगत अनुभव का मिला-जुला रूप होगा। आईबीएम द्वारा हाल ही में कराए गए एक अध्ययन में पता चला कि, 81% उत्तरदाताओं ने–अप्रैल में 75% उत्तरदाताओं की तुलना में अधिक–ने बताया कि वे कम से कम कुछ समय तक और रिमोट वर्क करते रहना चाहते हैं। आधे से अधिक–61%–ने इसे अपने कार्य का प्राथमिक तरीका बनाने की इच्छा व्यक्त की। दुनिया भर में प्रमुख कंपनियों ने पहले ही संकेत दे दिया है कि उन्हें कोविड से पहले के काम के तरीकों की वापसी होने की आशाएं नहीं हैं। इसके अलावा, Morning Consult द्वारा हाल ही में कराए गए एक अध्ययन के अनुसार, आधे से अधिक वयस्क जो रिमोट वर्क करने में सक्षम थे, का मानना था कि वर्चुअल

zoom

मीटिंगें, व्यक्तिगत मीटिंगों की तरह न्यूनतम प्रभावी हैं। जूम फॉर होम वर्तमान शेल्टर-इन-प्लेस तथा हाइब्रिड वर्कफोर्स के नए मापदंड की जरूरतें पूरी करता है। एरिक एस युआन, जूम के सीईओ ने इस संबंध में अपनी प्रतिक्रिया व्यक्त करते हुए कहा कि, 'पिछले अनेक महीनों से खुद भी रिमोट वर्क का अनुभव करने के साथ, यह स्पष्ट हो गया था कि हमें एक नई श्रेणी का आविष्कार करने की जरूरत होगी, जो खासतौर से दूर से काम करने वाले कर्मचारियों के लिए हो।' 'लगातार लीक से हटकर सोचने, तथा जूम को सभी प्रकार के उपयोक्ताओं की जरूरतें पूरी कर सकने वाला सर्वोत्तम एकीकृत कम्युनिकेशन प्लेटफार्म साबित करने के लिए मुझे अपनी टीम पर गर्व है।'

जूम फॉर होम - DTEN ME पहली जूम फॉर होम डिवाइस है। जूम ने एक गहन और उत्पादक वर्कस्पेस बनाने के लिए DTEN से साझेदारी की है। ऑल-इन-वन 27 इंच डिवाइस की विशेषताओं में निम्न शामिल हैं: हाई रिजोल्यूशन वीडियो के लिए तीन बिल्ट-इन वाइड-एंगल कैमरे; मीटिंगों और फोन कॉलों में क्रिस्टल-क्लीयर ऑडियो के लिए 8-माइक्रोफोन की एक श्रृंखला; और, इंटरएक्टिव स्क्रीन शेयरिंग, व्हाइटबोर्डिंग, एनोटेटिंग, और आइडिएशन के लिए एक अल्ट्रा-रिस्पांसिव टच डिस्प्ले। इसका सेटअप एकदम आसान है: जूम फॉर होम - DTEN ME लीक से हटकर काम करता है और Zoom Meeting लाइसेंस वाले सभी लोगों को बिना किसी रूकावट के कनेक्ट करता है। जूम फॉर होम सभी Zoom Rooms उपकरणों के भी अनुकूल है, जिसमें Neat और Poly से अन्य हार्डवेयर समाधान भी शामिल हैं, जिससे उपयोक्ताओं को विभिन्न जगहों जैसे कि लिविंग रूम और माउंटेड डिस्प्ले में एकदम उपयुक्त वर्क-फ्रॉम-होम कम्युनिकेशन अनुभव उत्पन्न करने के लिए आवश्यक हार्डवेयर चुनने की सुविधा मिलती है।

मप्र की कोरोना जेल: रायसेन जिले की उप जेल में 64 कैदी और 3 प्रहरी संक्रमित, 40 की क्षमता वाली जेल में 80 कैदी थे

रायसेन। रायसेन जिले की बरेली उपजेल में लापरवाही भारी पड़ गई। कैदियों को बीते दिनों से सर्दी, खांसी और बुखार की शिकायत थी, लेकिन उनकी जांच में देरी हो गई और कोरोना की चपेट में 64 कैदी और 3 प्रहरी आ गए। 40 कैदियों की कैपेसिटी वाली उपजेल में 80 बंदियों को रखा गया था। सोमवार शाम एक साथ इतनी रिपोर्ट पॉजिटिव आने से पुलिस प्रशासन और स्वास्थ्य विभाग में हड़कंप मचा है। मामला सामने आने के बाद संक्रमित तीन प्रहारी रायसेन में भर्ती कर दिए गए, लेकिन कैदी ज्यादा होने से उन्हें जेल में ही अलग-अलग किया जाता रहा। अधिकारी करीब तीन घंटे तक जेल में रहे, लेकिन वे जेल के नियमों और अधिकारियों का निर्देश मिलने का इंतजार करते रहे। सामान्य मरीज होने होते तो उन्हें रायसेन और भोपाल शिफ्ट कर दिया जाता, लेकिन मामला कैदियों का था, इसलिए प्रशासन की उलझन भी

बढ़ गई। एएसपी अमृत मीणा, एसडीएम ब्रजेंद्र रावत समेत जिले और ब्लॉक स्तर के अधिकारी शाम को मौके पर पहुंच गए। कुछ देर बाद वहां एंबुलेंस भी पहुंच गई। ये सभी अधिकारी जेल के अंदर ही रात 9 बजे तक रहे। प्रहरियों के अलावा किसी को भी जेल से बाहर नहीं लाया गया। अब बीते दिनों जेल से छूट कैदियों का भी पता लगाया जा रहा है। उनकी सेहत की जांच कराई जाएगी और जरूरी होने पर सैंपल लिए जाएंगे। जिले के मंडीदीप थाने में कुछ दिन पहले 2 एएसआई कोरोना पॉजिटिव पाए गए थे। इसके बाद थाना स्टाफ के 38 सैंपल लिए गए थे। इनमें से 3 कॉन्स्टेबल की रिपोर्ट पॉजिटिव आई है। इनके अलावा शहर की महावीर कॉलोनी में एक बुजुर्ग भी कोरोना पॉजिटिव पाया गया है। उधर, जिले में सांची के मुडिया खेड़ा गांव में भी पति-पत्नी और उनके 4 साल के बेटे की रिपोर्ट पॉजिटिव आई है। जिले में पहली बार एक दिन में 74 मरीजों की कोरोना रिपोर्ट पॉजिटिव आई है। एक दिन पहले तक जिले में 144 कोरोना मरीज थे।

यूपी में होम आइसोलेशन को मिली मंजूरी, केजरीवाल बोले- दूसरे राज्य भी समझ रहे महत्व

नई दिल्ली। उत्तर प्रदेश में कोरोना संक्रमितों के बढ़ते मामले को देखते हुए योगी सरकार ने एक बड़ा फैसला लिया है। जिसके मुताबिक हल्के लक्षण वाले कोरोना पॉजिटिव मरीज अब अपने घर पर होम आइसोलेशन में रह सकते हैं। हालांकि इसके लिए कुछ शर्तें होंगी, जिसके लिए गाइडलाइन तैयार की जा रही है। दिल्ली के मुख्यमंत्री अरविंद केजरीवाल ने यूपी सरकार के इस फैसले की तारीफ की है। सीएम केजरीवाल खुश हैं कि जो रास्ता उन्होंने दिखाया वो अब दूसरे राज्य भी फॉलो कर रहे हैं। अपने ट्विटर अकाउंट पर खुशी जाहिर करते हुए केजरीवाल ने लिखा, मैं बेहद खुश हूं क्योंकि अब दूसरी सरकारें भी होम आइसोलेशन की महत्ता को समझ रही हैं। दिल्ली में कोरोना की तेजी से टेस्टिंग और होम आइसोलेशन, कोविड-19 के खिलाफ हमारी महत्वपूर्ण रणनीति रही है। अरविंद केजरीवाल की खुशी की एक और वजह भी है। दरअसल जून महीने में जब सीएम केजरीवाल ने दिल्ली के अंदर यही व्यवस्था शुरू करने की बात कही थी तो उपराज्यपाल अनिल

बैजल ने विरोध करते हुए फैसले को पलट दिया था। उपराज्यपाल के मुताबिक कोरोना संक्रमित मरीजों को होम आइसोलेशन के बजाए शुरूआती पांच दिनों तक क्वारनटीन सेंटर में रखने की सलाह दी थी। 20 जून को उपराज्यपाल के साथ हुई बैठक में केजरीवाल ने अपना तर्क रखते हुए कहा था कि अगर सभी को सरकारी कोविड सेंटर में रखने की अनिवार्यता होगी तो लोग टेस्ट कराने से बचेंगे और कोरोना का संक्रमण और तेजी से फैलेगा। मुख्यमंत्री अरविंद केजरीवाल ने एक ट्वीट में भी कहा, दिल्ली का होम आइसोलेशन प्लान बढ़िया काम कर रहा था। मैंने खुद कई मरीजों से फोन पर बात की है। मैं केंद्र और एलजी से गुजारिश करूंगा कि वे इससे छेड़छाड़ न करें और उसे बहाल कर दें। वहीं उपमुख्यमंत्री मनीष सिसोदिया ने केंद्रीय गृह मंत्री अमित शाह और उपराज्यपाल अनिल बैजल को पत्र लिखकर कहा था कि उनके फैसले से दिल्ली के हेल्थ इन्फ्रास्ट्रक्चर पर और दबाव बढ़ेगा जो पहले से ही बेहद दबाव में है। इसलिए आम आदमी पार्टी (आप) सरकार की पुरानी व्यवस्था को बहाल किया जाए।

बुलढाणा हलचल

कोरोना के डर से पहले किया शव लेने से इंकार परिजनों ने, प्रशासन ने किया अंतिम संस्कार

बुलडाणा। कोरोना संक्रमित बीमारी पहले शहर में पैर पसारी थी लेकिन इस बीमारी का फैलाव ग्रामीण क्षेत्र में भी तेजी से फैलने के कारण दिन प्रतिदिन कोरोना संक्रमित मरीजो में वृद्धि हो रही है और मृतकों की संख्या भी ग्रामीण क्षेत्र में बढ़ती दिखाई दे रही है इस बीच 19 जुलाई कोमितला तहसील के ग्राम के गुड बेली गांव के 47 वर्षीय पुरुष की ककोरोना संक्रमित से मृत्यु हो गई है इस के परिजनों ने भी कोरोना बीमारी के डर के कारण उन्होंने उसका शव लेने से साफ इनकार कर दिया इस मामले से पूरी इंसानियत शर्मसार हुई इस दुख भरी घटना से अपने जन्मदाता को सब कुछ मानते थे उसे संसार में ईश्वर का रूप देते हुए कई परिवार दिखाई दिए लेकिन इस महामारी से वह परिवार इस ईश्वर के रूप को ही भूल गए मृतक के परीजनो ने पहेले शव लेने से इन्कार कर दिया इसका कोई वाली ना होने मजबूरन जिला प्रशासन और आरोग्य विभाग ने इसका अंतिम संस्कार करने के लिए सुंदर खेळ परिसर हिंदू शमशान भूमि में ले गए उस परिसर के लोगों ने भी विरोध जताया कहां की कोरोना

संक्रमित मृतक का अंतिम संस्कार यहां पर ना किया जाए लेकिन जिला प्रशासन ने उन से चर्चा करके अंतिम संस्कार की तैयारी कर ली उसी दौरान अंतिम संस्कार के समय अचानक उसके परिजन आने पर प्रशासन ने उन्हें अंतिम संस्कार करने दिया। मृतक के परिजन अगर उसके शव को पहले ही स्वीकार किया होता तो यह वाद विवाद ना होता और प्रशासन को परेशानी ना होती। पॉजिटिव मृतक की अंतिम संस्कार का सुंदरखेड़ परिसर की शमशान भूमि में ना किया जाए यहा के नागरिकों ने भी विरोध किया है इसी के चलते कुछ दिन पहले ऐसा ही विरोध मुस्लिम बहुल इलाके में भी हुआ था इसी मामले के तहत बुलढाणा शहर पुलिस स्टेशन में शांतता कमेटी की बैठक हुई है इस बैठक में विचार विमर्श के बाद एक उपाय सामने आया कि अगर कोई भी कोरोना संक्रमित से मरता है तो एक शव का अंतिम संस्कार मुस्लिम बहुल इलाके की शमशान भूमि में होंगी और दूसरा अंतिम संस्कार सुंदरखेड़ परिसर के हिंदू श्मशान भूमि में हूंगी इस तरह का शांतता कमेटी में समस्या का हल किया गया है। इस दर्द भरी घटना पर दुख जताते हुए नगर अध्यक्ष पति तथा नगरसेवक मोहम्मद सज्जाद ने कहा कि इस बीमारी से डरना नहीं बल्कि लड़ना चाहिए कहां की कोरोनावायरस में से किसी भी धर्म का मरीज मरता है तो उस धर्म के नाते उस परिवार ने बेखौफ सामने आकर उस मरीज के शव को अपने हवाले लेकर अपने धर्म के रीति रिवाज से अंतिम संस्कार करना चाहिए जिले की किसी भी तहसील ग्राम क्षेत्र का हो तो उसी क्षेत्र में उसका अंतिम संस्कार करें जिस से वाद विवाद भी नही होगे और देश मे भाई चारा कायम रहेगा ऐसा भी उन्होने दैनिक मुंबई हलचल से मोहम्मद सज्जाद ने अपना प्रतिक्रिया दी।

पत्नी को तलाक देने का नोटिस देने वाले पति के खिलाफ मामला दर्ज किया

बुलढाणा। मुस्लिम महिला विवाह संरक्षण अधिनियम के तहत अपनी पत्नी को तलाक का अवैध नोटिस देने वाले पति के खिलाफ शहर के पुलिस स्टेशन में मामला दर्ज किया गया है। पुलिस सूत्रों के अनुसार, मुठ्ठे लेआउट निवासी साजिद अहमद खान जमीर अहमद खान ने मुस्लिम रीति-रिवाज के अनुसार 2015 में सुमैया परवीन से शादी की थी। हालांकि, शिकायत का आरोप है कि पति साजिद अहमद खान अपनी पत्नी सुमैया परवीन को शारीरिक और मानसिक रूप से प्रताड़ित

कर ता था, यह आरोप लगाते हुए कि शादी जबरन की गई थी। इस मामले में, सुमैया परवीन ने महिला तक्रार निवारण मे भी शिकायत दर्ज कराई थी। इस संबंध में एक मामला भी दर्ज किया गया था। उसके बाद, दोनों परिवारों में सुलह हो गई और सुमैया परवीन अपने पति के घर संसार के लिए आ गई। हालांकि, 7 जुलाई को, साजिद अहमद खान ने अपनी पत्नी सुमैया परवीन को एक वकील के माध्यम से तलाक का नोटिस भेजा, जिसमें बताया गया कि विवाह समाप्त हो गया है। सुमैया परवीन ने अवैध तलाक के खिलाफ बुलडाणा पुलिस स्टेशन में शिकायत दर्ज कराई है और उनके पति साजिद अहमद खान के खिलाफ मुस्लिम महिला विवाह अधिकार अधिनियम की धारा 4 के तहत मामला दर्ज किया गया है।

लोणार सरोवर में पानी का गुलाबी रंग बैक्टीरिया के कारण, पुणे से एआईआर की रिपोर्ट प्राप्त

बुलडाणा। विगत 9 जून को विश्व प्रसिद्ध लोणार सरोवर का पानी और अचानक गुलाबी होने से अनेकों ने आश्चर्य व्यक्त किया अनेकों ने उत्सुकता निर्माण हुई लेकिन पुणे से ए आर आय दौरा उस गुलाबी पानी के नमूने का अध्ययन किया गया जिसमें पता चला कि सरोवर की सतह पर गुलाबी रंग के बैक्टीरिया थे इसीलिए पानी गुलाबी हो गया था बारिश की कमी के कारण बैक्टीरिया मे वर्ण गैर वर्ण का संयोजन होता है इसके कारण बैक्टीरिया झील की सतह पर मौजूद है इसीलिए गुलाबी रंग तत्वों का एक संयोजन है इसके अलावा

हेलोअरेचिया नामक बैक्टीरिया की प्रमुख आबादी ने इसकी लवणता में 1.15 प्रतिशत की वृद्धि की है अगरकर रिसर्च इंस्टीट्यूट की रिपोर्ट के अनुसार बैक्टीरिया की पीएच स्तर 7.5 प्रतिशत से गिरकर 10% पहुंच गया है इसी तरह फ्लेमिंगो पक्षियों के गुलाबी पंखों में जीवाणु रंजक होते हैं इस वर्ष बड़ी संख्या में फ्लेमिंगो पक्षियों का यहां से गुजर हुआ है इसका खुलासा वन विभाग ने भी किया है अगरकर रिसर्च इंस्टिट्यूट ने निष्कर्ष निकाला है कि झील का गुलाबी पानी झील की सतह पर गुलाबी बैक्टीरिया की उपस्थिति के कारण हुआ है।

बुलढाणा जिले में फिर 13 नए मरीज 89 निगेटिव, 46 संक्रमितों ने कोरोना को हराया

संवाददाता

बुलढाणा। बुलढाणा जिला सामान्य अस्पताल के करोना टेस्टिंग लैब में आज 13 लोगों की रिपोर्ट पॉजिटिव पाई गई है इसके चलते46 संक्रमितो है प्रयोगशाला में भेजे गए स्वैप के नमूने 104 में से 13 लोग पॉजिटिव पाए गए हैं जबकि 89 नमूने नेगेटिव प्राप्त हुए है उक्त संक्रमित लोगों में वर्षीय पुरूष संशयीत व्यक्ती पॉझीटीव्ह पाए गए है। ईसी के साथ आज 46 संक्रमितो ने कोरोना को मात दे कर ईन्हे वैद्यकीय प्रोटोकॉल के अनुसार झुट्टी देदो गई है, संक्रमितो में पॉझीटीव्ह में खामगांव : 60 वर्षीय पुरूष, नांदुरा रोड 53 व 24 वर्षीय पुरूष, देशमुख फैल 65 वर्षीय महिला, पि. राजा ता. खामगांव : 36, 38, 23, 55 वर्षीय पुरूष, 11 वर्षीय मुलगी, अमृत नगर 54 वर्षीय पुरूष, अंजनी ता. मेहकर : 60 वर्षीय महिला, चिखली : गांधी नगर 71 वर्षीय पुरूष, बुलडाणा अर्बन जवळ 57 वर्षीय पुरूष संशयीत व्यक्ती पॉझीटीव्ह पाए गए है। इसी तरह आज 46 संक्रमितो कोरोना को मात दिया है। ईन्हे अस्पताल से छुट्टी दे दि गई है। जिले में आज सबसे ज्यादा मरीजो कि अस्पताल से छुट्टि हुवी है। जिस से स्वास्थ्य विभाग को बडी राहत मिली। कोरोना को मात देने वालो में : नांदुरा : 38, 18, 30 व 9 वर्षीय पुरूष, 13 व 34 वर्षीय महिला, मेहकर : बालाजी मंदीराजवळ 24 व 30 वर्षीय पुरूष, वडगांव माळी ता. मेहकर : 46, 35 व 80 वर्षीय महिला, 51 व 40 वर्षीय पुरूष, चिखली :29 व 21 वर्षीय पुरूष, 49 वर्षीय महिला व महिला, मलकापूर :12 वर्षीय पुरूष, रोहीदास नगर 25, 30 व 12 वर्षीय महिला, खामगांव : 60, 31, 56 व 51 वर्षीय महिला, 45 वर्षीय पुरूष, सीपीडी रोड 30 वर्षीय पुरूष, बस स्थानकाजवळ 55 वर्षीय महिला, जलंब नाका 25 वर्षीय पुरूष, पोस्ट ऑफीसजवळ 44 वर्षीय पुरूष, बाळापूर फैल 25 वर्षीय दोन पुरूष, शंकर नगर 32, 28 व 52 वर्षीय पुरूष, 60 वर्षीय दोन महिला, 19, 20, 46 व 54 वर्षीय महिला, सुटाळा 20 वर्षीय तरूणी, शिवाजी नगर 38 वर्षीय महिला, वाडी 26 व 47 वर्षीय महिला, दाल फैल 40 वर्षीय महिला रूग्ण का समावेश है।

समस्तीपुर हलचल

शराब बरामद, धंधेबाज मौके से फरार!

समस्तीपुर। मोरवा प्रखंड क्षेत्र के हलई पुलिस द्वारा वरुणा पुल बांध वाली सड़क पर बाइक पर लदी इकतीस बोतल शराब बरामद की गई है। ओपी अध्यक्ष संदीप कुमार पाल के अनुसार,

जमादार ब्रह्म देव तुरी के नेतृत्व में गश्ती दल बांध से गुजर रहा था। इसी दौरान हीरो होंडा स्प्लेंडर पर दो बाइक सवार एक बोरे में शराब लाद कर ला रहे थे। दूर से ही पुलिस की गाड़ी को आते हुए देखकर दोनों बाइक सवार, शराब के साथ बाइक छोड़कर फरार हो गए। बाइक पर लदे बोरे में इकतीस बोतल रॉयल स्टैग 375 एम एल विदेशी शराब रखी हुई थी। पुलिस द्वारा बाइक सहित शराब बरामद करो ली गई है। ओपी अध्यक्ष संदीप कुमार पाल के अनुसार बाइक के नंबर से धंधेबाज की पहचान शुरू कर दी गई है।

रूक-रूक कर हो रही वर्षा से ताजपुर की सड़कें झील में तब्दील

समस्तीपुर। ताजपुर प्रखंड के ताजपुर बाजार का रोड बना नदी। बताते चले कि वर्षात के पानी का निकासी (नाला) न होने के कारण ताजपुर बाजार एवं आस पास की सभी सड़कों की हालत इस प्रकार है कि थोड़ी सी वर्षात होने पर स्तिथि इतनी बदतर हो जाती है कि मानो रोड बन गया नदी। चाहे थाना चौक ताजपुर की बात की जाय या ताजपुर हॉस्पिटल चौक से नीम चौक या फिर नीम चौक से गांधी चौक एन एच 28 की बात की जाय, या फिर ताजपुर एन एच से गुदरी बाजार रोड की बात की जाय। स्थानीय विभाग के अफसरान हो या स्थानीय जन प्रतिनिधि सभी रोड बने नदी से बैतरणी पार गुजरते हैं, मगर किसी का इस ओर ध्यान नही होता है। इसको लेकर स्थानीय दुकानदारों द्वारा मीडिया के माध्यम से अनेको बार अवगत किया गया, मगर स्तिथि जस का तस। स्थानीय दुकानदारों का कहना है कि रोड बने नदी के कारण दूर देहात से आने वाले ग्राहक भूले-भटके एक बार जो ताजपुर में प्रवेश कर जाते है, फिर दुबारा आने का नाम नही लेते रोड की बदतर स्तिथि के कारण। रोड बने नदी के कारण स्थानीय सभी लोग परेशान हैं, यहाँ की स्तिथि को देखने वाले कोई नही। इलेक्शन नजदीक आते हीं नेता गण बड़े-बड़े वादा तो करते हैं, मगर जितने के बाद सभी उसे भुला देते है। किसी की नजर ताजपुर बाजार के जर्जर सड़कों पर नही पड़ता।

लगातार बारिश से उजड़ गए कई गरीबों के घर, मिले मुआवजा: अमित कुमार

संवाददाता

समस्तीपुर। मूसलाधार बारिश ने सोमवार को कहर बरपाया। पूसा प्रखंड में लगातार बारिश से कई गरीबों के घर उजड़ गए व कुछ कच्चे मकान ध्वस्त हो गए। गरीब बेघर हो गए। उनका आशियाना उजड़ गया। रहने का कोई ठौर ठिकाना नहीं बचा है। गनीमत है कि जान माल की क्षति नहीं हुई है। प्रभावित लोगों को मुआवजा की दरकार है। इसको लेकर भाकपा-माले प्रखंड सचिव अमित कुमार ने प्रेस विज्ञप्ति जारी कर प्रशासन व सरकार से मुआवजा देने की मांग की है। उन्होंने कहा है कि तेज बारिश से जिन गरीबों के घर उजड़ गए व ध्वस्त हो गए हैं उनके सामने परिवार को बारिश-आंधी से बचाना व सुरक्षित रखना अभी तत्काल चुनौती बनी हुई है। उन्होंने कहा कि मूसलाधार बारिश से चलते काश्तकार भी परेशान हैं। रोपे गए धान की फसल कई जगहों पर पूरी तरह से डूबी हुई है, सब्जी के खेतों का भी यही हाल है। किसान अपने स्तर पर खेतों से पानी निकालने का प्रयास कर रहे हैं। परंतु अभी भी तेज बारिश की चेतावनी किसानों को और डरा रही है। जिन कृषकों का फसल नुकसान हुआ है उन्हें सरकार से फसल नुकसान का मुआवजा देने की मांग की है।

समस्तीपुर रेल मंडल में बैकअप कंट्रोल रूम बनकर तैयार

समस्तीपुर। रेलवे प्रशासन ने गाड़ियों को निर्बाध परिचालन को सुनिश्चित करने के लिए मंडलीय सभा कक्ष 'मंथन' के प्रथम तल पर एक आपातकालीन कंट्रोल रूम का व्यवस्था किया गया है। यहां यह उल्लेखनीय है कि मंडल कार्यालय में एक मुख्य कंट्रोल रूम अवस्थित है जो विभिन्न स्टेशनों से समन्वय स्थापित कर मंडल के गाड़ियों को सुरक्षित एवं संरक्षित गाड़ियों के परिचालन को सुनिश्चित करता है। हाल के दिनों में रेलवे कर्मचरियों के कॉविड-१९ मैं बीमार होने में बढ़ोतरी हुई है। ऐसी परिस्थिति को ध्यान में रखते हुए समस्तीपुर मंडल के मंडलीय यह सभा कक्ष के प्रथम तल पर एक आपातकालीन कंट्रोल रूम तैयार किया गया है। ताकि सेनिटेशन कार्य के लिए अगर मुख्य कक्ष को बंद करने की स्थिति आती है तो वैकल्पिक कंट्रोल रूम का प्रयोग कर मंडल में गाड़ियों के सुरक्षित परिचालन को सुनिश्चित किया जा सके। इस वैकल्पिक कंट्रोल कक्ष में भी गाड़ियों के परिचालन के लिए सभी आवश्यक सुविधाएं उपलब्ध कराए गए हैं।

ब्यूटी प्रॉडक्ट्स नहीं खूबसूरती निखारने का काम करेंगे ये 9 फूड्स

महिलाएं अपनी त्वचा को संवारने के लिए अलग-अलग ट्रीटनेंट व ब्यूटी प्रॉडक्ट्स का सहारा लेती हैं। त्वचा को हमेशा जवां बनाए सिर्फ ट्रीटनेंट व ब्यूटी प्रॉडक्ट्स ही नहीं बल्कि अपनी डाइट भी अच्छी होनी चाहिए। डाइट में ऐसे फूड्स को शामिल करना चाहिए जो न केवल हमे स्वस्थ बल्कि खूबसूरती को निखारने में भी अहम योगदान दें। तो चलिए देर किस बात की है। आज हम आपको कुछ फूड्स के बारे में बताएंगे जो आपकी स्किन के काफी प्रभावशाली सिद्ध होते हैं।

1. हल्दी - हल्दी में एंटीऑक्सीडेंट भरपूर मात्रा में होते हैं। इसमें एंटीइन्फ्लामेट्री गुण होते हैं। जितना संभव हो सके अपने भोजन में हल्दी का इस्तेमाल करें या उबले हुए दूध के साथ इसका सेवन करें। आजकल हल्दी से बने स्मूदीज का बहुत प्रचलन हैं।

2. शिया सीड्स - इनमें ओमेगा 3, विटामिन ई तथा जिंक मौजूद होता है। यह आंतड़ियों को साफ करने में तथा मुंहासों को रोकने में काफी सहायक होते हैं।

3. मछली - मछली त्वचा के लिए बहुत अच्छी है। हम अक्सर सालमन, मैक्रेल तथा ट्यूना के बारे में सुनते हैं कि इनमें ओमेगा 3 फैटी एसिड्स भरपूर मात्रा में होते हैं लेकिन हमारे यहां पाई जाने वाली रोहू नामक मछली में भी फैटी एसिड्स भरपूर होता है जो त्वचा के लिए काफी फायदेमंद है।

4. चॉकलेट - त्वचा के लिए चॉकलेट बहुत बढ़िया है। डार्क चॉकलेट का सेवन करें। इसमें एंटी-ऑक्सीडेंट्स, सभी प्रकार के मिनरल्स तथा जरूरी फैटी एसिड्स होते हैं। इनमें कैलोरीज भी भरपूर मात्रा में होती हैं।

5. संतरे का जूस - अक्सर महिलाएं जूस के सेवन से बचती हैं क्योंकि उसमें कैलोरीज होती हैं और फाइबर नहीं होता परन्तु विशेषज्ञ अच्छी त्वचा के लिए विटामिन सी से भरपूर संतरे के जूस के सेवन का सुझाव देते हैं। जो शरीर में कोलाजैन पैदा करते है। यह शरीर का जरूरी संरचनात्मक प्रोटीन है। संतरे का जूस शरीर को हाइड्रेटिड रखने में भी फायदेमंद साबित होता हैं।

6. मेवे - मेवों का सेवन करें। इनमें मिनरल्स. प्रोटीन, विटामिन ई तथा जरूरी फैटी एसिड्स मौजूद होते हैं। ये सोरायसिस नामक स्किन प्रॉबल्म में बहुत फायदेमंद साबित होते हैं। एक क्विक स्नैक के तौर पर अपने बैग में मेवों की जरूर रखें।

7. अंडे - यदि आपका डॉक्टर आपको अंडे खाने की सलाह देता है तो अंडे का सेवन करें। इसमें अमिनो एसिड्स, विटामिन डी तथा आयरन भरपूर मात्रा में होता है जो त्वचा के लिए बहुत अच्छा हैं।

8. सूरजमुखी के बीज - इनमें विटामिन ई मौजूद होता है जो त्वचा के लिए काफी शानदार है।

9. साबुत अनाज - साबुत अनाजों में विटामिन तथा मिनरल्स मौजूद होते हैं। रिफाइंड फ्लोर से बने खाद्यों को नजरअंदाज करें। आटे का सेवन करें। यहां तक कि केक भी आटे से बनाएं। इसका स्वाद बहुत बढ़िया होता हैं।

25 के बाद शरीर के लिए बहुत जरूरी हैं ये फल

औरतों की कमजोरी: महिलाओं की शारीरिक बनावट पुरुषों के मुकाबले कमजोर होती हैं। दोनों की शारीरिक क्षमता के अनुसार खान-पान की जरूरतें भी अलग-अलग होती है। औरतों की उम्र बढ़ने के साथ-साथ उनकी कमजोरी भी बढ़ने लगती है। ऑफिस गोइंग हो या फिर होम मेकर कमर दर्द, थकावट, ब्यूटी प्रॉब्लमस, एनिमिया आदि की परेशानियां 25 की उम्र के बाद बढ़ जाती हैं। इस उम्र के बाद अपने खान-पान का खास ख्याल रखने में ही समझदारी है।

अपनी डाइट में शामिल करें फल : कामकाज में व्यस्त होने के चक्कर में महिलाओं को भी इनकी अनदेखी डाइट की अनदेखी नहीं करनी चाहिए। विटामिन और पोषक तत्वों का खजाना फल औरतों की शारीरिक कमजोरी को दूर करने में मददगार है। आपको भी अपनी डाइट में इन फलों को जरूर शामिल करना चाहिए।

चेरी - नाइटेड स्टेट्स डिपार्टमेंट ऑफ एग्रिकल्चर के अनुसार 100 ग्राम चेरी में 50 कैलोरी होती है। हर महिला को दिन में 20 से 30 चेरी खानी चाहिए। इससे अच्छी नींद, यादाशत बढ़ाने, मोटापा कम करने, दिल और डायबिटीज जैसी परेशानियों से बचाव रहता है।

पपीता - पपीते में पपाइन नाम का एंजाइन होता है जो खाना आसानी से पचाने का काम करता है। पाचन क्रिया को दुरुस्त रखने के लिए रोजाना दो कटोरी पपीते का सेवन जरूर करें।

सेब - सेब खाने से सेहत के साथ-साथ नेचुरल ग्लो भी बरकरार रहता है। इसमें मौजूद एस्ट्रिंजेंट तत्व ब्लड सकुर्लेशन को संतुलित रखता है। इससे दांत भी मजबूत होते हैं। हर रोज कम से कम एक सेब का सेवन जरूर करें।

अमरूद - मैग्नीज, पोटैशियम, विटामिन, मिनरल और फाइबर से भरपूर अमरूद सुपर फूड की लिस्ट में शामिल हैं। केवल 100 ग्राम अमरूद में 228.3 ग्राम विटामिन सी होता है। इससे प्रतिरोधक क्षमता मजबूत,कब्ज से राहत, मुंह के छाले दूर,कोलेस्ट्रॉल,डायबिटीज से राहत मिलती है।

टमाटर - औरतों में एनिमिया यानि खून की कमी का होना आम बात है लेकिन इसकी अनदेखी नुकसानदायक हो सकती है। इस कमी को पूरा करने के लिए टमाटर का सेवन करें। यहा पेट को हैल्दी रखने के साथ कैंसर की कोशिकाओं का भी मारता है।

खूबसूरत त्वचा पाने के लिए बेस्ट और प्राचीन नुस्खा है मिल्क बाथ

दूध सेहत के लिए ही नहीं त्वचा के लिए भी फायदेमंद होता है। मगर आज हम दूध पीने के नहीं बल्कि मिल्क बाथ लेने के फायदे बताने जा रहे हैं। प्राचीन काल में नहाने के पानी में दूध मिलाया जाता था, जिससे उस समय के लोग कई स्किन प्रॉब्लम से बचे रहते थे। मिल्क बाथ न सिर्फ आपके स्किन को कोमल बनाता है बल्कि ये त्वचा को पोषण भी देता है। तो चलिए जानते हैं मिल्क बाथ लेना ब्यूटी के लिए क्यों फायदेमंद माना जाता है।

कैसे लेते हैं 'मिल्क बाथ'

सबसे पहले बाथटब को गुनगुने पानी से भर लें। इसके बाद इसमें 3-4 मग दूध 2 टीस्पून कच्चा शहद, 1/2 कप नारियल तेल और 20-25 बूंदे लैवेंडर एसेंशियल ऑयल मिक्स करें। अब इसमें 1 टेबलस्पून बेकिंग सोडा और 1/2 कप सी सॉल्ट मिलाएं। इसके बाद गुलाब की पंखुड़ियां डालें और कम से कम आधा घंटा बाथ टब में रिलैक्स करें। इससे आपका शरीर उस दूध को अवशोषित कर लेगा और आपकी कई ब्यूटी प्रॉब्लम दूर हो जाएगी। हफ्ते में कम से कम 2 बार तो मिल्क बाथ जरूर लें।

मिल्क बाथ के फायदे

1. कोमल स्किन
मिल्क बाथ त्वचा के रूखेपन को दूर करके उसे कोमल बनाता है। इसमें मौजूद कैल्शियम और विटामिन्स सनबर्न को दूर करने में भी मददगार होते हैं।

2. बालों के लिए फायदेमंद
मिल्क बाथ लेने से बालों को विटमिन डी के साथ भरपूर पोषण मिलता है, जिससे वह कोमल और मजबूत होते हैं। इसके अलावा इससे दोमुंहे बालों की समस्या भी खत्म हो जाती है।

3. डेड स्किन से छुटकारा
इस मिल्क बाथ में एक्सफ्लोएटिव गुण होते हैं, जिससे डेड स्किन आसानी से निकल जाती है। इतना ही नहीं, इससे पिगमेंटेशन के दाग भी धीरे-धीरे खत्म हो जाते हैं और आपको निखरी हुई त्वचा मिलती है।

4. थके हुए पैरों को आराम
इससे आपके पैरों को तो आराम मिलता ही है साथ ही इससे त्वचा की मृत कोशिकाएं भी साफ हो जाती है। यह पैरों को साफ करने के साथ-साथ उन्हें कोमल भी बनाता है।

5. एंटी-एजिंग गुण
एंटी-इंफ्लेमेंट्री, प्रोटीन, मिनरल्स, विटामिन्स और एंटी-एजिंग गुण होने के कारण यह त्वचा में कस-ावट लाता है और झुर्रियों को कम करता है।

दैनिक मुंबई हलचल
अब हर सच होगा उजागर

बॉलिवुड में अपने स्ट्रगल पर बोले गोविंदा

बॉलिवुड के वेटरन ऐक्टर्स में से एक गोविंदा ने कई सालों तक सिल्वर स्क्रीन पर दर्शकों का भरपूर मनोरंजन किया है। गोविंदा की ऐक्टिंग के अलावा उनका डांस तो आज भी लोगों को थिरकने पर मजबूर कर देता है। गोविंदा ने बताया है किस तरह से उन्होंने अपने करियर की शुरूआत में संघर्ष के दिन देखे हैं, तब जाकर सफलता मिली है। गोविंदा ने हाल ही में अपने करियर की शुरूआत के संघर्ष के बारे में बताया है। ऐक्टर ने कहा कि उन्हें किसी भी प्रड्यूसर से मिलने के लिए पहले घंटो इंतजार करना पड़ा है और कोई भी उन्हें इंडस्ट्री में नहीं जानता था। इतना ही नहीं कई लोगों ने उन्हें यह भी कहा कि वह इस इंडस्ट्री में अपना करियर नहीं बना पाएंगे। ऐक्टर ने आगे कहा कि कई अन्य पॉप्युलर ऐक्टर्स को भी अपने शुरूआती करियर में संघर्ष का सामना करना पड़ा था लेकिन उनका दृष्टिकोण इस इंडस्ट्री में गला-काट कॉम्पिटिशन को लेकर है। बॉलिवुड में कुछ लोग हैं जो बिजनेस को कंट्रोल करते हैं लेकिन उन्हें इस बात की खुशी है कि अब समय बदल रहा है। वेटरन ऐक्टर ने कहा कि उनकी कुछ फिल्में सही तरह से रिलीज नहीं हो पाने के कारण अच्छा प्रदर्शन करने में असफल रहीं, जिनसे उन्हें काफी उम्मीद थी। इस समस्या से बहुत से लोगों को जूझना पड़ता है।

तापसी पन्नू ने कंगना रनौत पर कसा तंज, सोनाक्षी सिन्हा ने कहा- बहुत अच्छा जवाब दिया आपने

बॉलीवुड एक्टर सुशांत सिंह राजपूत के निधन के बाद नेपोटिज्म जैसे मुद्दे को और हवा मिल गई है। कंगना रनौत लगातार प्रोड्यूसर्स और कुछ सेलेब्स पर लगातार निशाना साध रही हैं। हाल ही में कंगना ने तापसी पन्नू और स्वरा भास्कर पर तंज करते हुए ट्वीट किया, जिस पर दोनों एक्ट्रेस ने भी उन्हें जवाब दिया था। अब सोनाक्षी सिन्हा ने तापसी पन्नू का समर्थन किया है। सोनाक्षी सिन्हा ने अपनी इंस्टाग्राम स्टोरी में लिखा, 'आप पर गर्व है तापसी। जिस गरिमा, परिपक्वता और ईमानदारी के साथ आपने जवाब दिया है, लोगों के दिल में आपके प्रति सम्मान और बढ़ गया है। आप के लिए और अधिक शक्ति।' मालूम हो कि कंगना रनौत ने स्वरा भास्कर और तापसी पन्नू को 'बी ग्रेड' एक्ट्रेस कहा था। ऐसे में तापसी और स्वरा ने ट्वीट कर अपनी बात रखी। इसके बाद कंगना रनौत ने ट्वीट कर लिखा कि सुशांत, जिसने अपनी इंस्टाग्राम चैट और इंटरव्यू में साफ बताया है कि उन्हें बुली किया गया। मूवी माफिया इंडस्ट्री में है, इस बात को कन्फर्म किया। लेकिन जबसे कंगना रनौत ने सुशांत की मौत के लिए इंसाफ मांगना शुरू किया है, तापसी, ऋचा और स्वरा इस बात से खुद को पूरी तरीके से हटाने की कोशिश करने लगीं। क्यों? इस पर तापसी पन्नू जवाब देते हुए ट्वीट किया कि मैंने सुना है 10वीं और 12वीं के बाद हमारा रिजल्ट भी आ गया है। हमारा ग्रेड सिस्टम तो अब ऑफिशियल है, लेकिन अभी तक तो नंबर सिस्टम पर वैल्यू डिसाइड होती थी न? मैं अपने बदले के लिए किसी की मौत का फायदा नहीं उठा सकती। मैं इस इंडस्ट्री का मजाक नहीं बना सकती जिसने हमें पहचान दिलाई।

बॉलीवुड इंडस्ट्री में कदम रखने वाली हैं जॉर्जिया एंड्रियानी

इटैलियन एक्ट्रेस जॉर्जिया एंड्रियानी अपने परिवार संग क्वॉलिटी टाइम स्पेंड कर रही हैं। वह सोशल मीडिया पर काफी एक्टिव रहती हैं। फैन्स का मनोरंजन करने के लिए कोई न कोई वीडियो और फोटो शेयर करती रहती हैं। हाल ही में जॉर्जिया एंड्रियानी ने उस फिल्म के नाम का खुलासा किया जिसने एक कलाकार के रूप में उनके जीवन पर बहुत बड़ा प्रभाव डाला। जॉर्जिया एंड्रियानी ने कहा कि जिस फिल्म ने मुझे फिल्म इंडस्ट्री में काम करने के लिए प्रेरित किया वह है 'जिंदगी खूबसूरत है' (रॉबर्टो बेनिग्नी)। मैं उस समय एक छोटी बच्ची थी जब मैंने इस फिल्म को देखा था। मुझे याद है कि फिल्मों के माध्यम से ही आप किसी कलाकार के रूप में एक मैसेज दे सकते है जो किसी भी अन्य उपकरण की तुलना में अधिक प्रभावशाली और सुंदर तरीका हैं। जॉर्जिया जल्द ही बॉलीवुड में 'वेलकम टू बजरंगपुर' में नजर आने वाली हैं, जिसमें उनके साथ श्रेयस तलपड़े नजर आने वाले हैं। यह फिल्म एक एनआरआई महिला के ऊपर बनाई गई है, जिसमे उनके एक गांव को गोद लेने की अपनी यात्रा को दिखाया गया है।