वर्ष: 11 - अंक : 137, मुंबई, बुधवार, 14 जुलाई, 2021 ■ RNI.NO. MAHHIN/2010/34146 ■ संपादक: दिलशाद एस. खान

मूल्य 1 रु.

दैनिक

भारत सरकार द्वारा विज्ञापन हेतु मान्यता प्राप्त ®

मुंबई हलचल

अब हर सच होगा उजागर

आपके लिए
MM MITHAIWALA
गरमा गरम नाश्ता और
शुद्ध घी की मिठाइयाँ
पार्सल
zomato SWIGGY amazon.in Flipkart
Order on WhatsApp
+91 98208 99501
www.mmmithaiwala.com

महाराष्ट्र के चंद्रपुर में बड़ी दुर्घटना

जनरेटर के धुंए से एक ही परिवार के 6 लोगों की मौत

मृतकों में दो महिलाएं शामिल, एक गंभीर

संवाददाता

मुंबई। महाराष्ट्र के चंद्रपुर जिले में जनरेटर के धुएं से दम घुटने के कारण एक ही परिवार के छह लोगों की मौत हो गई। एक की हालत गंभीर है। जान गंवाने वालों में दो महिलाएं और चार पुरुष शामिल हैं। सभी शव मंगलवार सुबह बरामद हुए। पुलिस ने इन्हें पोस्टमॉर्टम के लिए भेज दिया है।

(शेष पृष्ठ 3 पर)

कोरोना के बीच भीड़

UNLOCK

लापरवाही पर हेल्थ मिनिस्ट्री का तंज- कोरोना की तीसरी लहर की बात करते हैं, तो लोग समझते हैं कि मौसम का अपडेट दे रहे

दुनिया में तीसरी लहर आ चुकी : पॉल

संवाददाता

नई दिल्ली। स्वास्थ्य मंत्रालय ने मंगलवार को देश के हिल स्टेशन और मार्केट में बढ़ती भीड़ पर चिंता व्यक्त की। हेल्थ मिनिस्ट्री के जॉइंट सेक्रेटरी लव अग्रवाल ने कहा कि लोग कोरोना की गंभीरता को नहीं समझ रहे हैं। हम जब भी थर्ड वेव की बात करते हैं, तो शायद उन्हें लगता है कि हम मौसम का अपडेट दे रहे हैं। शायद इसीलिए कई जगह कोरोना प्रोटोकॉल के बिना भीड़भाड़ देखी जा रही है। इस बीच नीति आयोग के सदस्य (स्वास्थ्य) डॉ. वीके पॉल ने बताया कि दुनिया के कई देशों में तीसरी लहर दिख रही है।

(शेष पृष्ठ 3 पर)

देश में कोरोना के घटते मामलों के बीच केरल-महाराष्ट्र समेत 5 राज्यों में सबसे ज्यादा मामले सामने आ रहे हैं। इस समय 50% से ज्यादा नए केस सिर्फ केरल और महाराष्ट्र में मिल रहे हैं। इन दोनों के अलावा तमिलनाडु, आंध्र प्रदेश और ओडिशा में भी सबसे ज्यादा केस सामने आ रहे हैं

इससे पहले प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने भी मंगलवार को चिंता जाहिर करते हुए कहा कि हिल स्टेशन, मार्केट में बिना मास्क और प्रोटोकाल के बिना भारी भीड़ का उमड़ना ठीक नहीं है। यह हमारे लिए चिंता का विषय है

आतंकियों के निशाने पर यूपी-बिहार की ट्रेनें

मजदूरों से भरी ट्रेनों को टाइम बम से उड़ाने की फिराक में पाकिस्तानी खुफिया एजेंसी आईएसआई

लखनऊ में 2 आतंकियों की गिरफ्तारी के ठीक बाद बिहार की ट्रेनों में बम विस्फोट की योजना के तार 17 जून को दरभंगा रेलवे स्टेशन पर हुए पार्सल ब्लास्ट से जुड़ रहे हैं

संवाददाता

पटना। पाकिस्तान की खुफिया एजेंसी इंटर सर्विस इंटेलिजेंस (आईएसआई) भारत में बड़ी आतंकी वारदात को अंजाम देने की कोशिशों में जुटी है। उसके निशाने पर बिहार और उत्तर प्रदेश जाने वाली ट्रेनें हैं। इन ट्रेनों में बड़ी संख्या में मजदूर सफर करते हैं। इसी वजह से ट्रेनों में खासी भीड़ होती है। लिहाजा, आईएसआई ने इन ट्रेनों में टाइमर के जरिए ब्लास्ट करने की साजिश रची है, ताकि जान-माल का नुकसान ज्यादा हो। इस बात का खुलासा मंगलवार को तब हुआ, जब बिहार रेल पुलिस का एक डिपार्टमेंटल लेटर हाथ लगा। इस लेटर में लिखा है कि आईएसआई किस तरह से आतंकी घटनाओं को अंजाम देने की साजिश रच चुकी है।

(शेष पृष्ठ 3 पर)

दैनिक मुंबई हलचल
अब हर सच होगा उजागर

हमारी बात

हादसों से सबक

कुछ राज्यों को तरसा रहा मानसून कुछ राज्यों में कहर बरपा रहा है। पहाड़ों में बादल फट रहे हैं, तो उत्तर प्रदेश, राजस्थान और मध्य प्रदेश में बिजली और बिहार में पहले से ही बाढ़ से अनेक इलाके तबाह हो रहे हैं। सबसे दुखद आकाशीय बिजली का कहर है। देश भर में अलग-अलग राज्यों में अनेक लोग आकाशीय बिजली से अपनी जान गंवा चुके हैं। राजस्थान में 11 जुलाई तक 23 लोगों की आकाशीय बिजली से मौत हो चुकी है। वहीं इससे घायल होने वालों की संख्या 25 है। राजस्थान के जयपुर, झालावाड़ और धौलपुर जिलों में आकाशीय बिजली गिरने की अलग-अलग घटनाओं में सात बच्चों सहित कई लोगों की मौत हुई है। उत्तर प्रदेश के फतेहपुर, कौशांबी और फिरोजाबाद में भी बिजली गिरने से मौतें हुई हैं। मध्य प्रदेश में भी बिजली गिरने से सात लोगों की जान चली गई। प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने इस प्राकृतिक आपदा में मारे गए लोगों के परिजनों के लिए 'प्रधानमंत्री राष्ट्रीय राहत कोष' से दो-दो लाख रुपये और घायलों के लिए 50-50 हजार रुपये मुआवजे की घोषणा की है। उधर, धर्मशाला के भागसू नाग में बादल फटने से भारी तबाही मची है। कई घरों और होटलों को नुकसान पहुंचा है। कई पर्यटकों और स्थानीय लोगों की गाड़ियां भी पानी के तेज बहाव में बह गई हैं। बहरहाल, मानसून ने हर तरह से लोगों को चेता दिया है। बादल का फटना और आकाशीय बिजली का गिरना वैसे तो प्राकृतिक घटना है, लेकिन क्या हम इससे होने वाले नुकसान को कम करने के पूरे प्रयास कर सकते हैं? मानसून के मौसम में पर्यटन का अपना आनंद है, लेकिन आम तौर पर इस मौसम में अपने घर ही रहने का चलन ज्यादा रहा है। खराब मौसम के समय पर्यटन स्थलों पर विशेष सावधानी बरतने की जरूरत है। राजस्थान के आमेर में जो आकाशीय बिजली गिरी है और उससे जो नुकसान हुआ है, उससे बचा जा सकता था। आगे के लिए सबक लेना जरूरी है। ऐसे मौसम में चिंता वाजिब है। इन दिनों धर्मशाला में पर्यटकों का जमावड़ा लगा हुआ है और इस बीच हादसों ने चिंता को बहुत बढ़ा दिया है। बीते दिनों ऐसी कई तस्वीरें आई थीं, जिनमें धर्मशाला, शिमला, मनाली और उत्तराखंड के मसूरी समेत कई पर्यटन स्थलों पर लोगों की भारी भीड़ देखने को मिली। जहां राज्य सरकारों को भीड़ का यथोचित प्रबंधन करना चाहिए, वहीं लोगों को भी इस मौसम में अतिरिक्त सावधान रहना चाहिए। आकाशीय बिजली के गिरने, बादल फटने और बाढ़ का क्या हम प्रबंधन कर सकते हैं? क्या इनकी वजहों से होने वाले नुकसान को कम कर सकते हैं? हर बार जलवायु परिवर्तन की चर्चा होती है, लेकिन क्या जमीनी स्तर पर इस खतरे को समझने और संभालने के नियोजित प्रयास हो रहे हैं? क्या लोग दूरगामी खतरों या तात्कालिक खतरों को ठीक से समझ पा रहे हैं? भेड़चाल और प्राकृतिक संसाधनों का जरूरत से ज्यादा अनियंत्रित दोहन हमारे लिए समस्याएं बढ़ाता जा रहा है। आगामी मौसम संबंधी भविष्यवाणियों को गंभीरता से लेने की जरूरत है। जहां-जहां भारी बारिश के अनुमान हैं, वहां विशेष रूप से आपदा प्रबंधन के पूरे इंतजाम करने पड़ेंगे। उन इलाकों में मौजूद पर्यटन और अन्य महत्वपूर्ण स्थलों पर निगरानी बढ़ाने की जरूरत है। आम लोगों तक विशेषज्ञ सलाह पहुंचाना भी समय की मांग है।

जनसंख्या नीति राजनीतिक एजेंडा है!

सबसे पहले तो यह डिस्क्लेमर जरूरी है कि मैं जनसंख्या विस्फोट का समर्थन नहीं कर रहा हूं और न देश की बढ़ती आबादी पर नियंत्रण के उपायों का विरोधी हूं। आबादी को नियंत्रित करने के लिए निश्चित रूप से कुछ उपाय किए जाने चाहिए। यह भारत के लिए कई कारणों से बहुत जरूरी है और तभी देश की पहली सरकार ने 1952 में जनसंख्या नियंत्रण कानून बनाया था। भारत दुनिया का पहला देश है, जिसने जनसंख्या नियंत्रण की जरूरत समझी थी और उसके लिए कानून बनाया था। लेकिन वह कानून बाध्यकारी नहीं था और अनुपालन नहीं करने वालों के लिए किसी सख्त कार्रवाई का प्रावधान नहीं किया गया था। इमरजेंसी के समय के दो साल को छोड़ दें तो भारत में लोगों को जागरूक बना कर, स्वास्थ्य समस्याओं और संसाधनों के सीमित होने की जानकारी देकर और समझा-बूझा कर ही जनसंख्या रोकने के उपाय किए गए। देर से ही सही लेकिन ये स्वैच्छिक उपाय काम करने लगे और भारत में जनसंख्या वृद्धि की दर तेजी से स्थिर होने की तरफ बढ़ने लगी। भारत में राष्ट्रीय स्तर पर औसत प्रजनन दर 2.2 फीसदी है। किसी भी देश में अगर प्रजनन दर 2.1 फीसदी हो जाती है तो वहां जनसंख्या का बढ़ना बंद हो जाता है। इस 2.1 फीसदी को रिप्लेसमेंट लेवल कहते हैं, जिसे हासिल करने के बाद जनसंख्या वृद्धि रूक जाती है। भारत इस दर के बिल्कुल करीब पहुंच गया है। सोचें, 1992-93 में भारत में प्रजनन दर 3.4 फीसदी थी। नेशनल फैमिली हेल्थ सर्वे 2015-16 के मुताबिक प्रजनन दर घट कर 2.2 फीसदी हो गई थी। उत्तर प्रदेश में प्रजनन दर 2.7 फीसदी थी, लेकिन 2015-16 के नेशनल फैमिली हेल्थ सर्वे के अनुमान के मुताबिक 2025 में वहां प्रजनन दर 2.1 फीसदी यानी रिप्लेसमेंट लेवल तक पहुंच जाएगी।

इसका मतलब है कि सिर्फ चार साल के बाद उत्तर प्रदेश में आबादी का बढ़ना अपने आप रूक जाना है। चार साल में वहां आबादी स्थिर हो जाएगी, फिर भी 2030 तक के लिए जनसंख्या नीति जारी की गई है! तभी सवाल है कि इस समय जनसंख्या

नीति लाने की क्या जरूरत है? क्यों दो बच्चों की नीति लाई जा रही है और इसे नहीं मानने वालों पर सख्त कार्रवाई की चेतावनी दी जा रही है? असल में ऐसा एक राजनीतिक एजेंडे के तहत किया जा रहा है। दशकों से यह प्रचार किया जा रहा है कि मुसलमान देश की आबादी बढ़ा रहे हैं और अगर ऐसे ही उनकी आबादी बढ़ती रही तो एक दिन अपने ही देश में हिंदू अल्पसंख्यक हो जाएंगे।

इस सांप्रदायिक नैरेटिव को कई तरह के झूठे-सच्चे आंकड़ों के सहारे स्थापित किया गया है। यह सही है कि आजादी के बाद देश की आबादी में हिंदुओं की संख्या घटी है। 1951 की जनगणना के समय हिंदू आबादी 84 फीसदी थी, जो अभी 79 फीसदी है यानी पांच फीसदी की कमी हुई। दूसरी ओर 1951 में मुस्लिम आबादी 10 फीसदी के करीब थी, जो अब 14 फीसदी है। यानी इसमें चार फीसदी की बढ़ोतरी हुई है। संख्या के लिहाज से देखें तो हिंदू एक सौ करोड़ और मुस्लिम 18 करोड़ के करीब हैं। अमेरिकी संस्था प्यू रिसर्च के मुताबिक 2050 में हिंदू आबादी 77 फीसदी और मुस्लिम आबादी 18 फीसदी तक पहुंचेगी। इसका मतलब है कि भविष्य में लंबे समय तक देश के पांच लोगों में से एक व्यक्ति हिंदू रहने वाला है। तभी जनसंख्या वृद्धि का सांप्रदायिक नैरेटिव बुनियादी समस्याओं से ध्यान भटकाने का उपाय है। एक पीआर स्टंट है। इससे एक तीर से दो शिकार करने की कोशिश है। पहला, सांप्रदायिक एजेंडे को हवा देना ताकि ध्रुवीकरण कराया जाए और दूसरा जरूरी मुद्दों से लोगों का ध्यान भटकाना। इस समय उत्तर प्रदेश हो या देश का कोई भी हिस्सा हो, लोगों का ध्यान सांप्रदायिक मुद्दों पर नहीं, बल्कि अपने जीवन की बुनियादी जरूरतों पर है। लोगों के रोजगार बंद हुए हैं और करोड़ों लोगों की नौकरियां गई हैं। कोरोना की वजह से करोड़ों परिवार प्रभावित हुए हैं और करोड़ों परिवार घनघोर आर्थिक संकट झेल रहे हैं। उन सबके हाथ में जनसंख्या नियंत्रण का झुनझुना पकड़ाया जा रहा है।

उनको बताया जा रहा है कि सारे संकट की जड़ बड़ी आबादी है और अगर इस पर रोक लगा दिया गया तो झटपट विकास होने लगेगा और सारी समस्याएं खत्म हो जाएंगी। असल में यह हर मोर्चे पर विफल सरकारों का आखिरी दांव होता है। याद करें कैसे कोरोना वायरस की महामारी को कंट्रोल करने में विफलता के आरोपों का जवाब बड़ी आबादी के तर्क से दिया गया था! कैसे देश के सरकारी विद्वानों ने टेलीविजन चैनलों पर समझाया था कि यूरोप के देश छोटे-छोटे हैं और भारत एक विशाल आबादी वाला देश है इसलिए कोरोना नियंत्रण के मामले में उनसे भारत की तुलना नहीं की जा सकती है! पिछले कुछ समय से जान बूझकर आबादी को विकास के विमर्श के साथ भी जोड़ा गया है। सरकार के काम में जब भी कोई कमी बताई जाती है तो बड़ी आबादी का तर्क दिया जाता है। लेकिन असलियत यह है कि जब सरकारें लोगों को शिक्षा देने में विफल रहती है, स्वास्थ्य जरूरतें पूरी करने में असफल हो जाती हैं, रोजगार नहीं दे पाती हैं तो इस तरह के बहाने बनाती हैं। उत्तर प्रदेश की सरकार भी वहीं कर रही है। यह समझना मुश्किल नहीं है कि उत्तर प्रदेश की सरकार ऐसा क्यों कर रही है। अगले साल चुनाव होने वाले हैं और उसमें उपलब्धियों की बजाय ध्रुवीकरण कराने वाले भावनात्मक मुद्दों पर ही वोट लेने हैं। इसके अलावा इस नीति की कोई जरूरत नहीं है क्योंकि इस नीति से फायदा कुछ नहीं होना है और नुकसान कई हैं। राज्य सरकार भी इससे अनजान नहीं है। आखिर देश के कई राज्यों में दो बच्चों की नीति लागू की गई है, जिसका कोई फायदा नहीं हुआ है।

आर्थिक असंतुलन दूर करे सरकार

भारत सरकार के पूर्व मुख्य आर्थिक सलाहकार अरविंद सुब्रमणियन का कहना है कि भारत का घरेलू बाजार छोटा है, इसलिए आर्थिक विकास के लिए निर्यात को बढ़ाना होगा। संयुक्त राष्ट्र की संस्था अंकटाड के अनुसार चीन के निर्यात में 2019 की पहली तिमाही के मुकाबले 2021 की पहली तिमाही में 25 प्रतिशत की वृद्धि हुई है। इसी अवधि में दक्षिण एशिया, जिसमें भारत प्रमुख है, से होने वाले निर्यात में दो प्रतिशत की गिरावट आई है। यह तब है जब 2020 में हमें आशा थी कि कोविड के कारण चीन के विरुद्ध भड़क रही भावना से विश्व भर में चीन से कम माल खरीदा जाएगा और बहुराष्ट्रीय कंपनियां चीन से निकलकर दूसरे देशों में कारोबार बढ़ाएंगी। यह अनुमान सही साबित नहीं हुआ।

कोविड के बावजूद जहां चीन का निर्यात तेजी से बढ़ रहा है, वहीं हम अपने पुराने बाजारों से भी फिसल रहे हैं। हमारी इस फिसलन का एक बड़ा कारण देश की नौकरशाही है। यह सही है कि सरकार ने तकनीकी सुधारों से निर्यातकों को कई

प्रकार की सुविधाएं उपलब्ध कराई हैं और ईमानदार अधिकारियों की पदोन्नति दी है तथा भ्रष्ट अधिकारियों को सेवानिवृत्त किया है, लेकिन जमीनी स्तर पर नौकरशाही का अवरोध बरकरार है। किसी उद्यमी को निर्यात का ऑर्डर सप्लाई करना था। सप्लाई की आखिरी तिथि आ चुकी थी। उनका कंटेनर बंदरगाह पर जहाज में लादे जाने के लिए रखा हुआ था। उस समय बंदरगाह के अधिकारी ने कहा कि वह कंटेनर में रखे 25-25 किलो के 1600 बक्सों में प्रत्येक का वजन चेक करेंगे। इसमें कम से कम दो दिन का समय लगता। तब तक निर्यात की तारीख निकल जाती। सरकार को नौकरशाही के मूल चरित्र को समझकर जमीनी नौकरशाही पर नियंत्रण के लिए जन सहयोग की व्यवस्था करनी होगी। नौकरशाही सहयोग करे तो हम निर्यात में इजाफा कर सकते हैं। विख्यात जर्मन दार्शनिक हेगेल ने कहा था कि मध्यम वर्ग पर नियंत्रण के लिए ऊपर से शासन और नीचे से जनता के दबाव, दोनों की जरूरत होती है। सरकार केवल ऊपर से सफाई कर रही है और नीचे से जनता का सहयोग नहीं ले रही है। इसी कारण नौकरशाही बेलगाम है। हमारे उद्यमियों के पास विश्व की अद्यतन तकनीक है। देश में श्रम भी सस्ता है। ऐसे में हमारा निर्यात तेजी से बढ़ना चाहिए, लेकिन हो इसका उलटा रहा है, क्योंकि नौकरशाही के अवरोध हमारे निर्यात पर ग्रहण लगा रहे हैं। नौकरशाही को नियंत्रित करने के लिए प्रत्येक सरकारी दफ्तर से संबंधित उपभोक्ताओं की एक सक्षम निगरानी समिति बनाई जानी चाहिए। नीति परिवर्तन के अभाव में निर्यात आधारित आर्थिक विकास कठिन दिखता है।

मालिक,मुद्रक,प्रकाशक-**दिलशाद एस खान** द्वारा एस आर प्रिंटिंग प्रेस,मोहन अर्जुन कंपाउंड, वैशाली नगर दहिसर (पूर्व),मुंबई-68 से मुद्रित व मुंबई हलचल,साईं मंगल को ऑ हॉ सो बी-2-301,इस्माइल बाग नियर मालाड शॉपिंग सेंटर, एस वी रोड,मालाड (प) मुंबई से प्रकाशित RNI NO MAHHIN/2010/34146, फोन:**9619102478 /9821238815**
email: mumbaihalchal@gmail com संपादक: **दिलशाद एस खान,** समाचार पत्र में छपे किसी भी समाचार से संपादक का सहमत होना अनिवार्य नहीं है। किसी भी विवाद का निपटारा न्याय क्षेत्र मुंबई होगा।

दैनिक
मुंबई हलचल
अब हर सच होगा उजागर

सिटी हलचल

मुंबई, बुधवार
14 जुलाई, 2021

तीसरी लहर की तैयारी

उद्योगों के लिए उद्धव सरकार ने कोविड टास्क फोर्स गठन के दिए निर्देश, मुख्यमंत्री ऑफिस सीधे करेगा इसकी निगरानी

संवाददाता

मुंबई। मुख्यमंत्री उद्धव ठाकरे ने कोरोना महामारी की संभावित तीसरी लहर के मद्देनजर राज्य में उद्योग क्षेत्र के लिए कोविड टास्क फोर्स गठन के निर्देश दिए हैं। उन्होंने कहा कि इस कोविड टास्क फोर्स की निगरानी मुख्यमंत्री सचिवालय के माध्यम से की जाए। सोमवार को मुख्यमंत्री ने कोरोना संकट की तीसरी लहर का मुकाबला, उद्योगों के उत्पादन शुरू रखने समेत कई मुद्दों पर भारतीय उद्योग परिसंघ (सीआईआई) के पदाधिकारियों से साथ वीडियो कॉन्फ्रेंसिंग के जरिए चर्चा की। मुख्यमंत्री ने करोना संकट में उद्योग का आर्थिक चक्र

शुरू रखने और उत्पादन में अवरोध न आने देने की दृष्टि से व्यवस्था तैयार करने के निर्देश दिए। उन्होंने कहा कि कोरोना के नए डेल्टा वेरिएंट के चलते ज्यादा सतर्कता बरतनी होगी। कई देशों ने वापस पाबंदी लगाने और सावधानी बरतने की शुरूआत कर दी है। उन्होंने कहा कि कोरोना संकट काल में देश भर में उत्पादन को न रोकते हुए व्यवहार शुरू रखने का उदाहरण महाराष्ट्र पेश करे। मुख्यमंत्री ने कहा कि कोरोना के कारण छोटे-बड़े उद्योगों को प्रभावित न होने देने के लिए बायो बबल (जैव सुरक्षित वातावरण) की व्यवस्था तैयार करें। यदि सख्त पाबंदी लागू करने की जरूरत पड़ी तो उत्पादन पर असर न हो इसके लिए कर्मचारियों को रहने के लिए कंपनी के पास फिल्ड निवास की व्यवस्था होना चाहिए।

निजी अस्पतालों को मिला 25 लाख टीका: मुख्यमंत्री ने कहा कि केंद्र सरकार ने 25 लाख टीका निजी अस्पतालों को उपलब्ध कराया है। उद्योग निजी अस्पतालों के जरिए अपने कर्मचारियों का टीकाकरण करवाएं। मुख्यमंत्री ने कहा कि ऑक्सीजन उत्पादन पर जोर दिया जाना चाहिए। उन्होंने कहा कि अगले कुछ महीने मास्क का नियमित इस्तेमाल, हाथ धोने और साफ सफाई का ख्याल रखना पड़ेगा।

दूसरी लहर में दो गुने हो गए मरीज: इस बीच राज्य के स्वास्थ्य विभाग के अतिरिक्त मुख्य सचिव डॉ.प्रदीप व्यास ने कहा कि कोरोना की पहली हर में 20 लाख मरीज मिले थे। जबकि दूसरी लहर में तीन महीनों में 40 लाख मरीज पाए गए थे। इस लिए कोरोना की तीसरी लहर की तीव्रता कई गुना अधिक हो सकती है। राज्य में फिलहाल पश्चिम महाराष्ट्र और कोंकण संभाग में कोरोना महामारी का प्रमाण काफी अधिक है।

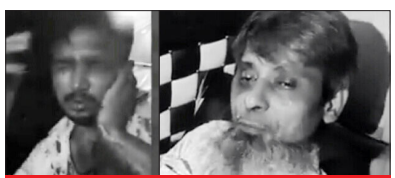
‘26 करोड़ रुपये मूल्य की एम्बरग्रीस जब्त’

मुंबई। महाराष्ट्र के ठाणे वन संभाग ने ‘एम्बरग्रीस’ की खेप जब्त की है, जिसकी कीमत 26 करोड़ रुपये बताई गई है। एक अधिकारी ने मंगलवार को यह जानकारी दी। उप वन संरक्षक (ठाणे) गजेंद्र हीरे ने बताया कि ठाणे वन संभाग ने पिछले कुछ दिनों में छापेमारी के दौरान 27 किलोग्राम एम्बरग्रीस जब्त की और इस संबंध में मुंबई से पांच लोगों को गिरफ्तार किया। ‘एम्बरग्रीस’ भूरे रंग का मोम जैसा एक पदार्थ होता है जो स्पर्म व्हेल के पेट में बनता है। व्हेल के उल्टी करने के बाद यह पदार्थ समुद्र के पानी में तैरता हुआ पाया जाता है। इत्र बनाने में इस्तेमाल होने वाली एम्बरग्रीस की बिक्री प्रतिबंधित है। अधिकारी ने बताया कि इस मामले की जांच के दौरान यह प्रकाश में आया कि इन लोगों ने कर्नाटक से यह खेप मंगवाई थी। अधिकारी ने बताया कि विस्तृत जांच के लिए एक विशेष टीम पड़ोसी राज्य जाएगी। अधिकारी ने बताया कि गिरफ्तार आरोपियों में से चार मुंबई के निवासी हैं जबकि एक कर्नाटक का रहने वाला है। उन्होंने बताया कि आरोपी को वन्यजीव संरक्षण अधिनियम की विभिन्न धाराओं के तहत गिरफ्तार किया गया है।

पुरानी रंजिश के चलते एमटीएनएल कंपाउंड में हुई खूनी वारदात

संवाददाता/समद खान

मुंब्रा। 10 जुलाई रात 9:30 बजे अमृत नगर परिसर के मुंब्रा इंग्लिश हाई स्कूल की गली के पीछे एमटीएनएल कंपाउंड में दो गुटों में हुई खूनी वारदात का मामला प्रकाश में आया है। झगड़े की वजह पुरानी रंजिश बताई जा रही है। इमरान मर्चेंट और आबिद अशरफ शेख यह दो गुटों में आपस में विवाद हुवा, विवाद में धारदार हथियार चलाय गया। इस झगड़े में इमरान मर्चेंट बुरी तरह से घायल



आबिद अशरफ शेख इमरान मर्चेंट

हो गया है, वही आबिद अशरफ शेख के चेहरे व हाथों पर वार हुवा है। इमरान से मिली जानकारी के अनुसार आबिद हमेशा नशा पानी करता है। मना करने पर आबिद ने अपने चार दोस्तों के साथ मिलकर मुझ पर जानलेवा हमला कर दिया। वही आबिद की मां का कहना है कि पुरानी रंजिश के चलते इमरान ने मेरे बेटे पर जानलेवा हमला किया है और जब अस्पताल में मेरा बेटा टांका लगा रहा था उस वक्त भी इमरान धमका रहा था। पुलिस ने दोनों लोगों पर विभिन्न धाराओं के तहत मामला दर्ज किया है और आगे की जांच पुलिस कर रहीं हैं।

मनोचिकित्सक के पास से हशीश से बना 10 किलो केक जब्त

मुंबई। दक्षिण मुंबई के एक प्रसिद्ध अस्पताल में काम करने वाले एक मनोचिकित्सक के घर पर स्वापक नियंत्रण ब्यूरो की छापेमारी के दौरान कथित तौर पर 10 किलोग्राम हशीश से भरा ब्राउनी केक और बड़ी मात्रा में अफीम जब्त की गई। उन्होंने बताया कि मझगांव में परामर्शी मनोचिकित्सक रहमीन छड़ानिया के घर पर सोमवार को छापेमारी में ‘हैश ब्राउनी’ नाम से बेचे जा रहे केक को जब्त किया गया, साथ ही 320 ग्राम अफीम और 1.72 लाख रुपये नकद भी बरामद किए गए। एनसीबी के अधिकारी ने बताया, छड़ानिया चरस, हशीश और अफीम के मिश्रण वाले ऐसे केक बना रहा था। वह शहर में पार्टियों की मेजबानी करने वाले हाई-प्रोफाइल ग्राहकों को इसकी आपूर्ति कर रहा था। छड़ानिया की पूछताछ के बाद रमजान शेख की गिरफ्तारी हुई, जिससे वह चरस और हशीश खरीदता था। शेख को सोमवार देर रात क्रॉफर्ड मार्केट से 50 ग्राम हशीश के साथ पकड़ा गया।

(पृष्ठ 1 का शेष)

महाराष्ट्र के चंद्रपुर में बड़ी दुर्घटना

पुलिस ने बताया कि रात में बिजली जाने के बाद डीजल का जनरेटर चालू किया गया था। माना जा रहा है कि तकनीकी खराबी के कारण जनरेटर का धुंआ कमरे में ही फैल गया। नींद में होने के कारण सभी लोग बाहर नहीं निकल सके। मंगलवार सुबह घर से धुंआ निकलते देख पड़ोसियों ने दरवाजा तोड़ा और पुलिस को इसकी सूचना दी। इसके बाद सभी को हॉस्पिटल ले जाया गया, जहां डॉक्टर ने 6 को मृत घोषित कर दिया। मृतकों की पहचान अजय लश्कर (21), रमेश लश्कर (45), लखन लश्कर (10), कृष्णा लश्कर (8), पूजा लश्कर (14) और माधुरी लश्कर (20) के तौर पर हुई है।

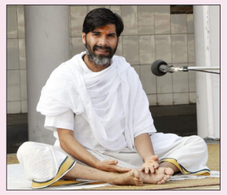
कोरोना के बीच भीड़ अनलॉक

ऐसे में हमें यह हमें तय करना होगा कि तीसरी लहर का असर भारत पर न पड़े। उन्होंने कहा कि इस वक्त हर दिन दुनियाभर में 3.90 लाख नए केस सामने आ रहे हैं, जबकि दूसरी लहर के दौरान 9 लाख केस सामने आ रहे थे। प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने भी साफ कहा है कि तीसरी लहर कब आएगी, इस पर चर्चा करने की बजाए हमें इसकी निगरानी पर ध्यान देना चाहिए। इसके साथ ही मणिपुर, मिजोरम, त्रिपुरा और अरुणाचल में भी नए केस में बढ़ोतरी हो रही है। राज्यों की मदद के लिए केंद्र की ओर से 11 राज्यों में टीम भेजी गई हैं। इनमें उत्तर-पूर्वी राज्यों के अलावा महाराष्ट्र, छत्तीसगढ़, केरल और ओडिशा भी शामिल हैं। इससे पहले प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने भी मंगलवार को चिंता जाहिर करते हुए कहा कि हिल स्टेशन, मार्केट में बिना मास्क और प्रोटोकाल के बिना भारी भीड़ का उमड़ना ठीक नहीं है। यह हमारे लिए चिंता का विषय है। कुछ लोग सीना तानकर बोलते हैं कि तीसरी लहर आने से पहले एन्जॉय करना चाहते हैं। उन्होंने कहा, ‘लोगों को समझना है कि तीसरी लहर अपने आप नहीं आएगी। आज सवाल होना चाहिए कि तीसरी लहर को आने से कैसे रोकना है? प्रोटोकॉल का कैसे पालन करना है? कोरोना अपने आप नहीं आता, कोई जाकर ले आए तो आता है। हम सावधानी बरतेंगे, तो तीसरी लहर को भी रोक पाएंगे।’

आतंकियों के निशाने पर यूपी-बिहार की ट्रेनें

दरअसल, 17 जून को दरभंगा स्टेशन पर हुए पार्सल ब्लास्ट के बाद बिहार रेल पुलिस और फिर दूसरी जांच एजेंसियों ने जो इंक्वायरी की है, उसमें सबसे खौफनाक साजिश चलती ट्रेन में बम ब्लास्ट की है। बिहार रेल पुलिस के लेटर के अनुसार, पाकिस्तान की आईएसआई ने पंजाब में अपने स्लीपर सेल को टाइमर के साथ एक बम देने की पेशकश की है। इसमें निर्देश दिया गया है कि तारों को जोड़ो और तैयार ट्रेन में बम को लगाओ। बम को उस ट्रेन में लगाने को कहा गया है, जिसमें बिहार और उत्तर प्रदेश के मजदूर आते-जाते हैं। लेटर में लिखा है कि मजदूरों को निशाना बनाकर कानून-व्यवस्था बिगाड़ी जा सकती है। इस लेटर को बिहार रेल पुलिस मुख्यालय ने तमाम रेल SP, SDPO, SHO और OUT POST इंचार्ज को जारी किया है। सभी को विशेष चौकसी बरतने का निर्देश दिया गया है। इन्हें रेल एडमिनिस्ट्रेशन, आरपीएफ और लोकल पुलिस के तालमेल से सुरक्षा के लिए कड़े इंतजाम करने को कहा गया है। रेल पुलिस मुख्यालय की तरफ से जारी आदेशों के बाद पटना जंक्शन की सुरक्षा बढ़ा दी गई है। यहां सिक्योरिटी टाइट कर दी गई है। डॉग और बम स्क्वॉड की मदद से स्टेशन के अंदर और बाहर लगातार गश्त की जा रही है। हर एक पैसेंजर के बैग को चेक किया जा रहा है। इलेक्ट्रॉनिक सर्विलांस और सीसीटीवी के जरिए स्टेशन के हर एरिया में कड़ी नजर रखी जा रही है। ट्रेनों से उतरने वाले पैसेंजर्स को भी चेक किया जा रहा है। चलती ट्रेनों के अंदर सिविल ड्रेस में रेल पुलिस की टीम को लगाया गया है।

शब्द प्रकाश संस्था के तत्वाधान में योग एवं अध्यात्म ज्ञान की प्राप्ति



परम पूज्य गुरुजी श्री श्याम के चेतन जीके द्वारा सही व वास्तविक योग और प्राणायाम एवं आध्यात्मिक प्रवचन परम पूज्य गुरुजी स्वामी श्याम चेतन जी देश के कई राज्यों में आपने योग की सेवाएं किस प्रकार आइए जाने। परम पूज्य गुरु जी श्री श्याम चेतन जी महाराज पिछले 32 सालों से देश के कई प्रदेशों में योग और अध्यात्म की शिक्षा कुशल रूप से दे रहे हैं हजारों लोगों को निरोग और तनाव मुक्त किया लोगों ने भी उत्साह दिखाते हुए चढ बढ़कर योग शिविर में भाग लिया परम पूज्य गुरु जी ने भारत के कई प्रदेशों में योग शिविर लगाए हैं जैसे के उत्तर प्रदेश लखनऊ कानपुर। द्वारिका दिल्ली, हरियाणा गुरुग्राम भोपाल मध्य प्रदेश मुंबई महाराष्ट्र पणजी गोवा देहरादून उत्तराखंड कोटा एवं रतलाम राजस्थान सूरत अहमदाबाद गुजरात देश के कई शहरों में योग शिविर लगाए और लोगों को स्वास्थ्य प्रदान किया और आगे भी समाज में लोगों को योग और आध्यात्मिक के द्वारा अपनी सेवाएं हमेशा देते रहेंगे ऐसी शख्सियत रखने वाले परम पूज्य गुरु जी संत श्री श्याम चेतन जी का जानिए....

जीवन परिचय सन 19 सौ 92 में 12 साल की उम्र भर का त्याग किया और जा पहुंचे ऋषिकेश परमार्थ निकेतन आश्रम में स्वामी प्रज्ञानंद महाराज जी के सानिध्य में अध्यात्मिक और वेदों का अध्ययन किया और शिवानंद आश्रम ऋषिकेश के अंदर योग की शिक्षा प्राप्त की कई आश्रमों में रहकर संतों का सानिध्य प्राप्त किया यही नहीं देश के बड़े-बड़े आश्रमों में जैसे कि मुंगेर विश्वविद्यालय बिहार शांतिकुंज हरिद्वार और जूनागढ़ और नडियाद आश्रम गुजरात आदि आश्रमों में जाकर योग का ज्ञान प्राप्त किया।

एक बार गुरु जी से कोई योग और अध्यात्म ज्ञान प्राप्त कर लेता है वह गुरु जी को हमेशा के लिए जुड़ जाता है गुरु जी का कहना है जुड़ना और जोड़ना यही तो योग है एक बार गुरुजी के योग और प्राणायाम अध्यात्मिक प्रवचन को सुन लेता है वह हमेशा प्रसन्न चित्त आनंदित और अपने आप को रोगमुक्त महसूस करता है और आनंद की अनुभूति करता रहता है सारा दिन ऊर्जा से भरा रहता है यही योग का फल है कि हमारा मन बुद्धि चित्त अंतःकरण शुद्ध हो जाए और हम सारा जीवन आनंद में सुख में व्यतीत करें और हम अपने लक्ष्य में कामयाब हो और अंत में अनंत तक जुड़ने का एकमात्र साधन है वह योग प्राणायाम और आध्यात्मिक जीवन इसी के साथ गुरु जी का यह जीवन का जो परिचय रूपी एक लेख है वह समाप्त करते हुए हलचल न्यूज के संपादक दिलशाद भाई का तहे दिल से आभार व्यक्त करते हैं कि उन्होंने हमारे पिछली बार भी अपने अखबार में हमारा लेख छपा और इस बार भी उन्होंने हमारा जीवन परिचय छाप कर सराहनीय काम करते हुए तहे दिल से आभार बड़ी प्रशंसा का पात्र बनने का काम किया है आप सब का धन्यवाद करते हैं नीले अंबर वाला आपको सदैव बुलंदियों पर ले जाए यह मेरी शुभकामना है।

नमस्कार जय हिंद जय भारत

अब एकनाथ खडसे पर लटकी तलवार

ईडी से आखिर राजनेता इतना डरते क्यों हैं!

मुंबई। पुणे के चर्चित जमीन घोटाले में ऐंटि करप्शन ब्यूरो (एसीबी) ने महाराष्ट्र के पूर्व मंत्री एकनाथ खडसे को क्लीन चिट दी थी। खडसे के अलावा उनकी पत्नी मंदाकिनी, दामाद गिरीश चौधरी और कुछ अन्य को 2018 में ही क्लीन चिट मिली थी। वह केस कोर्ट में अर्जी देकर क्लोज कर दिया गया था। लेकिन उसी केस में ईडी ने खडसे के दामाद गिरीश चौधरी को पिछले सप्ताह गिरफ्तार किया। यही नहीं खुद खडसे से भी 9 घंटे से ज्यादा पूछताछ की। आखिर ईडी को ऐसे कौन से अधिकार मिले हुए हैं, जिसमें वह दूसरी जांच एजेंसी

की क्लोजर रिपोर्ट को भी अहमियत नहीं देती। ईडी के विशेष अधिकारों पर एक भरोसेमंद अधिकारी ने विस्तार से समझाया। इस अधिकारी के अनुसार, जहां सीबीआई जैसी जांच एजेंसी को भी किसी केस की जांच के लिए संबंधित राज्य सरकार या कोर्ट के आदेश की जरूरत पड़ती है, पर ईडी को नहीं। इस अधिकारी का कहना है कि ईडी की जांच का दायरा मूल रूप से दो खास चीजों पर केंद्रित है। पहला, फेमा कानून के तहत केस की जांच। इसमें यदि विदेशी मुद्रा भारत में आई हो, लेकिन जिसके अकाउंट में यह रकम गई, उसने इनकम टैक्स या इसी तरह के किसी सरकार विभाग को इस बारे में कोई जानकारी नहीं दी हो। बॉलिवुड की एक नामचीन अभिनेत्री को इसीलिए कुछ दिनों पहले ईडी ने फेमा के तहत समन भेजा था।

सीबीआई, एनआईए को भी इतने अधिकार नहीं: सीबीआई केस तभी अपने हाथ ले सकती है, जब राज्य सरकार या सुप्रीम कोर्ट आदेश दे। जैसे सुशांत सिंह राजपूत वाला केस सीबीआई को देने का आदेश सुप्रीम कोर्ट ने दिया, लेकिन टीआरपी वाला केस सीबीआई के पास नहीं गया, क्योंकि महाराष्ट्र सरकार ने आदेश निकाला कि उसकी परमिशन के बिना कोई भी केस का इनवेस्टिगेशन सीबीआई नहीं कर सकती। लेकिन ईडी के सामने इस तरह के किसी भी केस के इनवेस्टिगेशन के लिए कोर्ट या राज्य सरकारों की कोई बंदिश नहीं है। इसलिए महाराष्ट्र में एकनाथ खडसे से लेकर अजित पवार सभी राजनेता ईडी की जांच के घेरे में इन दिनों हैं।

मनी लॉन्ड्रिंग ऐक्ट में जांच का अधिकार

दूसरा है प्रिवेंशन ऑफ मनी लॉन्ड्रिंग ऐक्ट। एकनाथ खडसे के केस की जांच ईडी मनी लॉन्ड्रिंग के तहत ही कर रही है। मनी लॉन्ड्रिंग के तहत जांच के लिए ईडी को किसी से आदेश की जरूरत नहीं पड़ती। पुलिस या किसी भी एजेंसी ने यदि आईपीसी के सेक्शन 420 के तहत भी एफआईआर दर्ज कराई हो, तो ईडी उस एफआईआर को मंगवाकर उस आधार पर अपनी समानांतर जांच शुरू कर सकती है।

सुशांत सिंह राजपूत का केस मिसाल

अभिनेता सुशांत सिंह राजपूत का केस सभी को पता है। पिछले साल पटना में जब सुशांत सिंह के पिता ने एफआईआर दर्ज की थी और रिया चक्रवर्ती व कुछ अन्य लोगों पर कई करोड़ रुपये के गबन का आरोप भी लगाया था, तो ईडी ने मनी लॉन्ड्रिंग के तहत केस का इनवेस्टिगेशन शुरू कर दिया था। यह बात और है कि न तो सीबीआई उस केस की गुत्थी अभी तक सुलझा पाई और न ही ईडी को भी गबन से जुड़े आरोपों में कोई ऐविडेंस मिले। हां, ईडी की जांच का एक असर जरूर हुआ। उसकी जांच में कुछ वॉट्सऐप चैट्स सामने आए, जिनका लिंक ड्रग्स से जुड़ रहा था। ईडी ने ड्रग्स वाले वॉट्सऐप एनसीबी को ट्रांसफर कर दिए। रिया चक्रवर्ती और कई अन्य लोगों की गिरफ्तारी बाद में ड्रग्स केस में हुई।

चुनावी रणनीतिकार प्रशांत किशोर की राहुल गांधी से मुलाकात

सियासी गलियारे में चर्चाओं का दौर शुरू

संवाददाता

नई दिल्ली। चुनावी रणनीतिकार प्रशांत किशोर ने मंगलवार को कांग्रेस के पूर्व अध्यक्ष राहुल गांधी से मुलाकात की। नयी दिल्ली में कांग्रेस नेता के आवास पर हुई इस मुलाकात ने सियासी गलियों में चर्चा का बाजार गर्म कर दिया है। जानकारी के मुताबिक इस दौरान इस प्रियंका गांधी और केसी वेणुगोपाल भी मौजूद रहे। हालांकि इस दौरान क्या चर्चा हुई ये बात निकलकर सामने नहीं आई। चुनाव से पहले पार्टियों के लिए चुनावी रणनीति तैयार करने वाले प्रशांत किशोर का राहुल और प्रियंका से मिलना उत्तर प्रदेश में अगले साल होने वाले विधानसभा चुनावों के मद्देनजर महत्वपूर्ण है। प्रियंका गांधी ने दिल्ली बैठकों का हवाला देते हुए अपने 14 जुलाई वाले लखनऊ दौरे में भी परिवर्तन किया है। प्रियंका गांधी अब 16 जुलाई को लखनऊ पहुचेंगी और 'मिशन यूपी' की शुरूआत करेंगी। अचानक उनके इस कार्यक्रम में बदलाव और प्रशांत किशोर से मुलाकात कांग्रेस की विधानसभा चुनावों को लेकर किसी रणनीति की ओर इशारा कर रही है।

राजेश टोपे का दावा, बोले- 'टीका देने की क्षमता अधिक, सप्लाई कम'

मुंबई। टीके की खुराक देने के लिए मामले में उत्तर प्रदेश से पिछड़ने के बाद महाराष्ट्र के स्वास्थ्य मंत्री राजेश टोपे ने दावा किया है कि राज्य में टीका देने की कुल क्षमता प्रतिदिन 15 लाख के आस-पास है। महीने में हम 3 करोड़ लोगों को टीका लगा सकते हैं, लेकिन केंद्र हमें उतनी खुराक नहीं दे पा रहा है। टीकाकरण शुरू होने के बाद रविवार तक महाराष्ट्र में 3 करोड़ 65 लाख लोगों को टीका लगाया गया। वहीं, उत्तर प्रदेश में 3 करोड़ 71 लाख लोगों का टीकाकरण हुआ। मंगलवार को टोपे ने कहा कि दूसरे राज्यों की तुलना में महाराष्ट्र में टीका लगाने की कुल क्षमता ज्यादा है, लेकिन उतनी खुराक नहीं मिल रही है। अभी एक दिन में केवल दो या तीन लाख लोगों को ही टीका लग पा रहा है। उन्होंने कहा कि तीन दिन पहले हमें 7 लाख खुराक मिली है। वह सोमवार को ही खत्म हो गई। टोपे ने बताया कि हमें टीके की अब तक करीब 3 करोड़ 60 लाख खुराक मिली हैं, जिनमें से करीब 25 लाख खुराक की राज्य सरकार ने सीधी खरीद की है।

मुंबईकर क्यों नहीं ले रहे वैक्सीन?

तीसरी लहर से पहले मुंबई में 70 फीसद टीकाकरण का सुझाव टास्क फोर्स ने दिया है। बीएमसी वैक्सीनेशन की रफ्तार बढ़ाने में जुटी है। लेकिन, लाखों मुंबईकर ऐसे हैं, जिन्होंने अब तक वैक्सीन नहीं ली है। वैक्सीन न लेने की वजह बीएमसी खोजने में जुट गई है। बीमएसी लोगों के घर-घर पहुंच रही है। बता दें कि अब तक 60 लाख से अधिक लोगों को वैक्सीन लग चुकी है। वैक्सीनेशन में सबसे आगे 18 प्लस समूह के लाभार्थी हैं। इस उम्र के 20 लाख से अधिक लोगों ने वैक्सीन ली है। शुरूआत में बुजुर्ग और 45 प्लस समूह के लोग टीकाकरण में आगे थे। 11 लाख से अधिक बुजुर्ग और 45 प्लस के 35 लाख से अधिक लाभार्थी हैं। बीएमसी के अतिरिक्त आयुक्त सुरेश काकानी ने बताया कि जानकारी लेने के लिए वॉर्ड स्तर पर कम्युनिटी हेल्थ केयर वर्कर्स की मदद ली जा रही है।

मुंबई में पकड़े गए मगरमच्छ के बच्चों के तस्कर

मुंबई। काले जादू के लिए मगरमछ के बच्चे का उपयोग शायद आपने अब तक यह सुना नहीं होगा पर ऐसे ही एक मामले का खुलासा तब हुआ जब ठाणे शहर की क्राइम ब्रांच ने मुंब्रा के एक युवक को मगरमछ के बच्चों के साथ पकड़ा। पुलिसिया पूछताछ में यह पता चला कि ये लोग मगरमछ के बच्चों को कुछ लोगों को बेचने के लिए ले जा रहे थे। जिसे वे लोग काले जादू में उपयोग करने वाले थे। मगरमछ के इन बच्चों को ठाणे क्राइम ब्रांच ने बरामद किया है। मुंब्रा से गिरफ्तार किये गए सकलेन नामक युवक के पास से ऐसे सात मगरमछ के बच्चे बरामद किये गए हैं। जिन्हें 3 लाख रुपये में बेचे जाने की तैयारी थी।

बोरीवली में छह मंजिला इमारत की छत से गिरने से बुजुर्ग महिला की मौत

संवाददाता

मुंबई। मुंबई के पश्चिमी उपनगर बोरीवली में मंगलवार तड़के छह मंजिला आवासीय इमारत की छत से कथित तौर पर गिरने से एक 61 वर्षीय महिला की मौत हो गई। एक अधिकारी ने बताया कि पीड़िता माया जयशंकर सिंह बोरीवली (पूर्व) में संक्रमण शिविर इमारत की छत से कथित तौर पर गिर गई और उसका शव आसपास के लोगों ने देखा और उसके बेटे को इस बारे में जानकारी दी। वह अपने बेटे के साथ रहती थी। उन्होंने कहा कि जांच में पता चला कि पीड़िता मानसिक रूप से अस्वस्थ थीं और पहले भी कई बार बिना किसी को बताए घर से चली गई थीं। अधिकारी ने कहा कि पुलिस को किसी भी तरह की गड़बड़ी की आशंका नहीं है और इस संबंध में दुर्घटनावश मौत की रिपोर्ट दर्ज कर ली गई है।

पंकजा मुंडे बोलीं- बीजेपी मेरा घर, मंत्री पद के लिए धर्मयुद्ध पसंद नहीं....नड्डा, शाह और मोदी मेरे नेता

मुंबई। बीजेपी नेता और पूर्व मंत्री पंकजा मुंडे ने पार्टी आलाकमान से उनकी नाराजगी की तमाम अटकलों को खारिज कर दिया है। उन्होंने कहा कि जेपी नड्डा, अमित शाह और प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी उनके नेता हैं। मंत्री पद के लिए धर्मयुद्ध करना मुझे कतई पसंद नहीं है। पंकजा मुंडे ने कहा कि स्वर्गीय गोपीनाथ मुंडे हमेशा समाज के गरीब तबके के लोगों को ऊंचा पद देने में यकीन रखते थे। वह मुझे और प्रीतम को और राजनीति में मंत्री पद हासिल करने के लिए नहीं लाए थे। जब उनकी मौत हुई थी तब महाराष्ट्र बीजेपी ने मुझे मंत्री पद का प्रस्ताव दिया था लेकिन तब मैंने उसे नामंजूर कर दिया था। प्रीतम और मुझे मंत्री पद की कोई लालसा नहीं है। पंकजा मुंडे ने कहा कि बंजारा समाज का उत्थान

करना ही मेरा उद्देश्य है। यह बातें पंकजा ने बीड से आए समर्थकों के साथ एक मीटिंग के दौरान कहीं थीं। यह मीटिंग उनके मुंबई के वर्ली स्थित निवास स्थान पर हुई थी। कार्यकर्ताओं से बातचीत के दौरान पंकजा मुंडे ने कहा कि मैं अपना घर कभी नहीं छोड़ूंगी। उन्होंने कहा कि बीजेपी मेरा घर है, मेरे पिता का घर था। मैं यह घर कभी किसी भी कारण से नहीं छोड़ूंगी। दरअसल प्रीतम मुंडे को केंद्रीय मंत्री मंडल में जगह ना दिए जाने से नाराज चल रहे उनके समर्थकों ने पार्टी से इस्तीफा देना शुरू कर दिया था। तकरीबन 100 कार्यकर्ताओं ने इस्तीफा भी दिया था, जिन्हें पंकजा ने नामंजूर कर दिया है। पंकजा ने अपने तमाम समर्थकों से कहा कि निराश होने की जरूरत नहीं है। फिलहाल मैं आप सभी का इस्तीफा नामंजूर कर रही हूं। आप सभी लोग पार्टी के साथ ईमानदारी से जुड़े रहिए।

दैनिक
मुंबई हलचल
अब हर सच होगा उजागर

बुलढाणा हलचल

साइकिल चलाकर महंगाई का विरोध चिखली और खामगांव में कांग्रेस का आंदोलन

संवाददाता/अशफाक युसुफ

बुलडाणा। जिले के चिखली और में खामगांव में कांग्रेस कार्यकर्ताओं ने ईंधन दर वृद्धि और महंगाई के विरोध में साइकिल रैली निकाली इस दौरान केंद्र सरकार का विरोध किया गया। आंदोलनकारियों ने बताया कि केंद्र सरकार की गलत नीतियों से पेट्रोल, डीजल और गैस के भाव दिन पर दिन बढ़ रहे हैं। खाद्य तेल समेत अन्य जीवनावश्यक वस्तुओं के भाव आसमान छू रहे हैं। इससे आम जनता का जीना मुश्किल हो गया है। कोरोना से गरीबों का रोजगार चला गयाअ व्यापार और उद्योग बंद होने से बेरोजगारी बढ़ गई। छोटे व्यापारियों का जीना कठिन हो गया है। केंद्र सरकार के नियंत्रण वाले पेट्रोल, डीजल व घरेलू गैस की कीमतें रोजाना बढ़ रही हैं। भाजपा सरकार महंगाई कम करने का वादा करते हुए सत्ता में आ गई, लेकिन आज महंगाई आसमान छू रही है। शहर के विभिन्न रास्तो से होते हुए तहेसील चौक सायकल रैली पहुंची। इसके बाद तहेसीलदार को ज्ञापन सौंपा गया। आंदोलन में जिलाध्यक्ष राहुल बोंद्रे जिल्हा उपाध्यक्ष विष्णू पाटील कुळ्सुंदर, अशोकराव पडधान, डॉ. सत्येंद्र भुसारी, प्रदीप अंभोरे, ज्ञानेश्वर सुरूशे, डॉ. अमोल लहाने, सचिन बोंद्रे, ॲड. प्रशांत देशमुख, डॉ. म. इसरार, मो. आसीफ मो. शरीफ, रफिक कुरेशी, अमीनखाँ उस्मानखाँ, रामदास मोरे, हाजी रऊफबाबू, किशोर कदम, विजय गाडेकर, गोकुळ शिंगणे, समाधान गीते, शहजाद अली, पप्पू जागृत, दत्ता करवंदे, बळीराम हाडे, जितेंद्र राजपूत सहित बड़ी संख्या में पदाधिकारी। अन्य मौजूद थे।

फैंसी बीना क्रमांक वाले वाहनों पर कोई कार्रवाई नही

बुलडाणा। जिले की सड़कों पर फैंसी और बिना क्रमांक वाले अनेक वाहन चल रहे हैं। ऐसे वाहनों पर कार्रवाई होना जरूरी है। लेकिन यहां के उप प्रादेशिक परिवहन विभाग के अधिकारी ध्यान नहीं दे रहे हैं। दुर्घटना के बाद ऐसे वाहन सही सलामत निकल जा रहे हैं। वाहनों पर फैंसी क्रमांक डालकर वाहन चालक वाहन चला रहे हैं वाहनों पर फैंसी क्रमांक डालने वाले पर कार्रवाई होना चाहिए। लेकिन आरटीओ विभाग के अधिकारी इस ओर ध्यान नहीं दे रहे हैं। वहीं दूसरी ओर अनेक वाहन चालकों के पास वाहन चलाने का लाइसेंस नहीं होने के बावजूद भी वाहन चलाए जा रहे हैं। इस कारण दुर्घटनाओं को बढ़ावा मिल रहा है, वहीं दूसरी ओर आरटीओ कार्यालय से बिना पंजीयन वाले अनेक वाहन जिले की सड़कों पर दौड़ते हुए दिखाई दे रहे हैं। आरटीओ कार्यालय के अधिकारियों की इन वाहनों की ओर ध्यान न होने के कारण जिले में बिना पंजीयन और बिना क्रमांक के अनेक वाहन चल रहे हैं। ऐसे वाहनों से दुर्घटना होने पर वाहन चालक सही सलामत भाग जाने में कामयाब होते हैं। अवैध वाहनों पर रोक लगाने के लिए आरटीओ कार्यालय की ओर से उसकी जांच होना जरूरी है।

राजस्थान हलचल

नही चाहिए महंगाई वाले अच्छे दिन: रमेश गहलोत

संवाददाता/सैय्यद अलताफ हुसैन

बीकानेर। राजस्थान प्रदेश कांग्रेस कमेटी व जिला कांग्रेस कमेटी बीकानेर के निदेर्शानुसार सोनिया गांधी बिग्रेड ऑल इण्डिया कांगेस, बीकानेर द्वारा डीजल और पेट्रोल के बढ़ते दामों एवं रसोई गैस के दामो में बेहतासा वृद्धि के विरोध में केंद्र सरकार के खिलाफ विरोध प्रदर्शन जैसलमेर रोड स्थित डूडी पेट्रोल पंप के आगे मोदी का फुतला जलाकर किया गया। प्रर्दशन में डा. बी.डी कल्ला व मदनगोपाल मेघवाल ने संयुक्त बयान जारी कर कहा कि इस बैहताशा बढती मंगाई की जिम्मेदार केन्द्र सरकार है। कल्ला ने कहा कि राजस्थान सरकार ने पूर्व में 2 प्रतिशत एक्साईज डियूटी व टेक्स भी कम किया था। केन्द्र लगातार पैट्रोल व डिजल एवं गैस की कीमते लगातार बढा रही है जिससे आम आदमी की जीवन ज्ञापन मुश्कील हो गया है। प्रदेश सचिव व ओबीसी जिला अध्यक्ष हसन अली गौरी ने कहा कि अगर मोदी सरकार जल्द ही बढती मंगाई पर रोक नही लगाती है जो जनता जल्द ही दिल्ली कुच करेगी। जिला अध्यक्ष रमेश गहलोत ने कहा कि इस बढती बेताशा मंगाई के कारण आम जनता परेशान है इससे डिजल व पेट्रोल की कीमते बढने से घरेलू व आम चीजे भी बढ रही है, किराया भी बढ रहा, जिससे आम आदमी के घरेलू बजट बिगड रहा है जिसे जीवनयापन करना मुश्कील हो रहा है।संभाग अध्यक्ष अनारदीन गौरी ने कहा कि पेटोल व डिजल की बढी हुई कीमतो को वापस नही लिया गया तो सोनिया गांधी बिग्रेड पूरे संभाग मे प्रदर्शन करेगी। महासचिव कामराज गोयल ने कहा कि डिलज पेटोल व गेस की कीमते बढने हर घर का बजट डगमाया है अगर कीमते जल्द ही कम नही की गई तो घर से लोग सडको पर आ जायेगे। महिला प्रदेश अध्यक्ष मुमताज शेख ने कहा कि मोदी सरकार ने मंहगाई को वापिस नही लिया गया तो आम महिलाओं को साथ लेकर केन्द्र सरकार की इन्ट से इन्ट बाजा देगे। आज के प्रदर्शन में प्रवक्ता व पार्षद नितिन वत्स, ब्लॉक अध्यक्ष सुमीत कोचर, ओबीसी के वरिष्ठ उपाध्यक्ष श्यामसुन्दर गहलोत, मुमताज बानो महिला कांग्रेस प्रदेश सचिव, खेलकुद विभाग राजस्थान के प्रदेश उपाध्यक्ष अविनाश राठोड, लोकेन्द्र सिंह शेखावत जिला उपाध्यक्ष इण्डियन युथ पावर, लक्ष्यजीत सिंह जिला उपाध्यक्ष इण्डियन युथ पावर, कांग्रेस के वरिष्ठ नेता डा हैदर मिर्जा बेग, पार्षद मनोज किराडू, पार्षद किशन तंवर, पूर्व पार्षद व ओबीसी उपाध्यक्ष मेघराज सुथार, वार्ड नम्बर 20 के पार्षद प्रत्याशी भागीरथ सुथार, ओबीसी के महासचिव राजेन्द्र सुथार, अनवर अली सांई, धनसुख अचार्य, असरफ अली साई, शबनम बानो, नाजरा बानो, सीता देवी रामावत, शबनम कादरी, अफसाना, नवीन आचार्य, अनिल चावंरिया, खेरदीन राठोड, मोहम्मद इमराना राठोड, महबुब अली राठोड, देवानन्द चांवरीया, भोमाराम नायक, शंकर चावरिया, सुमित पण्डित, पूनमचन्द चांवरिया, सुरज चांवरिया, सुरेन्द्र जावा, हनुमान पण्डित सहित कांग्रेसजन मौजूद थे।

अक्षयपात्र फाउंडेशन ने मदरसे में बच्चों को किए राशन किट वितरित

संवाददाता/सैय्यद अलताफ हुसैन

राजसमंद, देवगढ़। अक्षयपात्र फाउंडेशन नाथद्वारा एवं जिला अल्पसंख्यक मामलात विभाग के संयुक्त तत्वावधान में कोरोना काल को देखते हुए देवगढ़ के मदरसा-रजा-उल मुस्तफा में पढ़ने वाले जरूरमंद बच्चों को डीआरएफ (सुखी राशन सामग्री) किट वितरित किए गए। अल्पसंख्यक विभाग के कार्यक्रम अधिकारी राजकुमार चरनाल ने बताया कि किट वितरण कार्यक्रम में मुख्य अतिथि जिला अल्पसंख्यक अधिकारी गोपाललाल जीनगर, अक्षयपात्र फाउंडेशन प्रबंधक राहुल कुमार झा एवं विशिष्ट अतिथि वार्ड पार्षद तोलाराम खटीक, मदरसा कमेटी सदर हैदर हुसैन, जामा मस्जिद कमेटी सदर चांद मोहम्मद उस्ता थे। इस दौरान मदरसा रजाउल मुस्तफा के 23 बच्चों को डीआरएफ (सुखी राशन

सामग्री) किट वितरण किए गए साथ ही मदरसा हनीफिया के 11 बच्चों के लिए भी किट दिए। इस दौरान जिला अल्पसंख्यक अधिकारी जीनगर ने मौजूद महिलाओं और अन्य लोगों को शिक्षा पर जोर देते हुए मदरसे में अधिक से अधिक बच्चों को प्रवेश दिलाने का आह्वान किया एवं विभाग की विभिन्न योजनाओं की जानकारी दी। मदरसा कमेटी एवं अल्पसंख्यक अधिकारी ने अक्षय पात्र द्वारा किए गए इस कार्य की सराहना करते हुए उनका आभार प्रकट किया। इस दौरान अक्षय पात्र टीम के मुकेश कुमार बैरवा, दीपक पालीवाल, अध्यापक दिनेश सिंह राजावत, अध्यापिका फिरदौस छिपा सहित कमेटी के अब्दुल लतीफ, हकीम खान, मुश्ताक शोरगर, सरफराज अहमद, रमजान मंसूरी, फिरोज उस्ता, ईमरान छिपा सहित अन्य महिला-पुरुष मौजूद थे। अक्षय पात्र प्रबंधक राहुल कुमार झा ने बताया कि कोरोना काल को देखते हुए डीआरएफ किट वितरण कार्यक्रम शुरू किया गया जिसके अंतर्गत सोमवार को देवगढ़, भीम, लसानी आदि गांवों के मदरसों में करीब 150 डीआरएफ किट वितरित किए गए।

समस्तीपुर हलचल

समस्तीपुर शहर में जल निकासी की समस्या को लेकर सड़क जाम कर आंदोलन, माले ने किया सक्रिय समर्थन

संवाददाता/जकी अहमद

समस्तीपुर। समस्तीपुर शहर के विभिन्न मुहल्लों में करीब महीनों से जलजमाव है, नगर निगम और प्रशासन सिर्फ आश्वासन देते है, इससे समस्या से परेशान लोगो ने सोमवार सुबह ताजपुर रोड, पुसा रोड बाईपास बांध को पूरी तरह यातायात बाधित कर दिया। जल जमाव से परेशान स्थानीय नागरिकों द्वारा समस्तीपुर शहर के भोला टाकीज के पास सड़क जाम आंदोलन को भाकपा माले के कार्यकर्ताओं ने सक्रिय समर्थन कर जल निकासी को लेकर जिला समेत नगर प्रशासन की निष्क्रियता पर आक्रोश व्यक्त किया। माले नेताओं ने पंप सेट से पानी निकालने की कोशिश को सरकारी राजस्व को चूना लगाने वाला नौटंकी बताते हुए जल जमाव वाले क्षेत्र में अविलंब कच्चा नाला चीरकर जल निकासी करने के साथ बंद पड़े पुल, पुलिस, नाला खोलकर नियमित जल निकासी करने की मांग जिलाधिकारी से की है। इस आशय का प्रेस विज्ञप्ति सोमवार को जारी कर भाकपा माले जिला कमिटी सदस्य सुरेन्द्र प्रसाद सिंह ने बताया कि जल जमाव से कई क्षेत्रों का हाल बेहाल है। लोग आवश्यक कार्य हेतु भी घर से बाहर नहीं निकल पाते हैं और जिला प्रशासन चैन की नींद सो रही है. ऐसे में जल निकासी को लेकर भाकपा माले आंदोलन को तेज करेगी।

मधुबनी हलचल

बकरीद पर्व से पहले हो वेतन भुगतानः मशकूर आलम

मधुबनी। बिहार प्रदेश प्रारंभिक शिक्षक संघ जिला इकाई मधुबनी की एक बैठक संघ के जिला कार्यालय शम्स मंजिल लहेरीयागंज वार्ड नम्बर-01 मधुबनी में हुई जिसमें जिला अध्यक्ष मशकूर आलम ने कहा के मुस्लिमों के लिए बकरईद पर्व बहुत ही महत्वपूर्ण पर्व है, यह पर्व तीन दिनों का होता है और यह पर्व इसी महिने 21 से 23 जुलाई को होना है लेकिन अभी तक जून का आवंटन मधुबनी जिला को प्राप्त नहीं हुआ है, सरकार के उदासिनता के कारण लगता है यह पर्व मुसलमान भाइयों के लिए फिकी हो इस पर प्रखण्ड अध्यक्ष बेनीपट्टी श्री अखिलेश कुमार झा ने कहा के अकसर पर्व में सरकार के द्वारा बेतन नहीं दिया जाता है, सभी लोग जानते हैं के पर्व में बहुत सारे सामग्री का क्रय किया जाता है, समय पर मानदेय भुगतान नही होने के कारण जैसे तैस पर्व किया जाता है, वहीं रहिका प्रखण्ड के शिक्षक अभिषेक कुमार ने कहा के बकरईद से पूर्व सरकार शिक्षकों का वेतन भुगतान करे, और वेबपोर्टल पर आ रही समस्याओं का अविलंब समाधान हो, हमारे शिक्षक मानसिक रूप ग्रस्त हो रहे हैं! बैठक में उपस्थित सदस्य, रहिका प्रखण्ड के प्रधान सचिव में सदरे आलम, बासोपट्टी के शिक्षक में अमानुल्लाह, अशोक कुमार पासवान, चन्द्रलता कुमरी, रेणु कुमारी, असगरी बेगम आदि ने अपनी बातों को रखा।

आरटीई के तहत प्रस्वीकृत निजी विद्यालयों को भी नौवीं कक्षा हेतु अपग्रेडिंग करने के संबंध में शिक्षा मंत्री, बिहार से अपील : मंजूर आलम

मधुबनी। बिहार पब्लिक स्कूल एंड चिल्ड्रन वेलफेयर एसोसिएशन, मधुबनी के जिला अध्यक्ष मंजूर आलम ने कहा कि बिहार में सरकारी मध्य विद्यालयों को हाल ही में अप्रेडींग किया गया है जबकि बिहार में निजी विद्यालयों को भी आर टी ई के तहत नर्सरी से आठवीं कक्षा तक प्स्वीकृति प्राप्त है। अब तक अप्रेडींग नहीं मिलने के कारण निजी विद्यालयों में छात्र एवं छात्राएं नौवीं कक्षा में नहीं पढ़ पा रहे हैं जबकि सरकार से वर्षों से इसकी मांग राष्ट्र, राज्य एवं जिला स्तर पर एसोसिएशन कर रही है। अत : शिक्षा मंत्री बिहार से अनुरोध है कि आरटीई के तहत बिहार के प्स्वीकृत निजी विद्यालयों को भी नौवीं कक्षा संचालन हेतु अपग्रेडिंग प्रदान किया जाए ताकि निजी विद्यालयों में भी पढ़ रहे छात्र-छात्राओं को अपने-अपने विद्यालयों में ही नौवीं से 12वीं कक्षा तक की शिक्षा मिल पाना संभव हो सके।

बिहार के नियोजित शिक्षकों को मिले राज्य कर्मियों का दर्जा: मशकूर आलम

मधुबनी। प्रदेश प्रारंभिक शिक्षक संघ जिला इकाई मधुबनी के जिला अध्यक्ष मशकूर आलम ने बिहार सरकार से मांग की के बिहार के नियोजित शिक्षकों कों राज्य कर्मी दर्जा न देकर हम शिक्षकों के साथ सौतेला व्यबहार कर रही है, अगर हम शिक्षकों को राज्य कर्मियों का दर्जा मिल जाता तो बहुत सारे लाभ प्राप्त हो जाता हमारे शिक्षक जो किसी और नौकरी में जाना चाहते हैं और उर्म सिमा को पार कर चुके हैं उसे 5 वर्षों का लाभ मिलता जाता है, सरकार कभी कभी कहती है के नियोजित शिक्षक सरकारी कर्मी हैं और जब लाभ लेने हमारे शिक्षक जातें हैं तब पता चलता है के हम नियोजित कर्मी हैं। विडम्बना है 60 वर्षा तक हम शिक्षक नौकरी करेंगे वह भी नियोजित। पेंशन का लाभ लंबी लड़ाई के फलस्वरूप मिला वो भी चाइनीज,2003 से 2015 जो वेतन मिला वह एक मुस्त था और 2015 में जो वेतनमान मिला वो चाइनीज।

दैनिक मुंबई हलचल
अब हर सच होगा उजागर

क्या है Whey Protein? महिलाओं को कब करना चाहिए इसका सेवन

व्हे प्रोटीन के फायदे : मसल्स और बॉडी बनाने के लिए पुरुष वर्कआउट के साथ व्हे प्रोटीन खाते हैं। व्हे प्रोटीन सप्लीमेंट पुरुषों के लिए बहुत अच्छा माना जाता है लेकिन क्या आप जानते हैं कि यह महिलाओं के लिए भी फायदेमंद होता है। जी हां, एक रिसर्च के अनुसार व्हे प्रोटीन सप्लीमेंट का सेवन महिलाओं के लिए भी अच्छा होता है। आइए जानते हैं महिलाओं के लिए व्हे प्रोटीन के फायदे और इसे लेने की सही मात्रा।

क्या होता है व्हे प्रोटीन?

व्हे प्रोटीन ऐसा हाई प्रोटीन होता है, जो प्राकृतिक दूध और मिल्क उत्पादों में पाया जाता है। यह कॉमन डायटरी सप्लीमेंट बॉडीबिल्डिंग के लिए इस्तेमाल किया जाता है। पचाने में आसान यह सप्लीमेंट वजन घटाने में भी मदद करता है। व्यायाम के तुरंत बाद केवल 10 ग्राम व्हे प्रोटीन खाने ले मसल्स पुनर्निर्माण के लिए तैयार हो जाती है।

महिलाओं के लिए क्यों जरूरी है व्हे प्रोटीन?

महिलाओं में लगातार बढ़ता मोटापा एक आम समस्या बन गई है। इसके कारण वह डायबिटीज, हार्ट डिसीज और कैंसर जैसी बीमारियों की चपेट में भी आसानी से आ जाती है। ऐसे में यह न सिर्फ मोटापा कंट्रोल करने के लिए बल्कि बीमारियों से बचने के लिए भी महिलाओं को व्हे प्रोटीन खाना चाहिए। इतना ही नहीं, इसका सेवन शरीर में प्रोटीन की कमी को पूरा करता है। आप इसे अपने ट्रेनर की सलाह पर ले सकती हैं।

कितनी मात्रा में लेना चाहिए प्रोटीन

बाहर काम करने वाले महिलाओं को बॉडी वेट के हिसाब से प्रोटीन लेना चाहिए। एक्सपर्ट के अनुसार, प्रति किलो वजन के हिसाब से 0.75 ग्राम प्रोटीन लेना सही होता है। महिलाएं इसका सेवन वर्कआउट के बाद या उस दौरान कर सकती हैं। आप इसे जूस, दूध और पानी के साथ ले सकती हैं। इसके अलावा आप मीट, मछली, टोफू, नट्स या दालें का सेवन करके भी व्हे प्रोटीन की कमी को पूरा कर सकती हैं क्योंकि इन फूड्स में हाई प्रोटीन होता है।

व्हे प्रोटीन के फायदे

1. पचाने में आसान होने के कारण आप इससे पेट से जुड़ी प्रॉब्लम से बच सकती हैं।
2. यह प्रोटीन शरीर में मसल्स बढ़ाने और फैट को कम करने में मदद करता है।
3. महिलाओं का इम्यून सिस्टम कमजोर होने के कारण वह जल्दी बीमार हो जाती है लेकिन इससे शरीर को बीमारियों से लड़ने की ताकत मिलती है।
4. जिन महिलाओं को लैक्टोज से एलर्जी की प्रॉब्लम है उनके यह बेहद फायदेमंद है।
5. अगर आप वजन कम करना चाहती हैं तो वर्कआउट के साथ व्हे प्रोटीन का सेवन करें। इससे न सिर्फ मोटापा कम होगा बल्कि वह कंट्रोल में भी रहेगा।
6. एंटीऑक्सीडेंट, एंटी वायरल और एंटी बैक्टीरियल गुण होने के कारण यह ब्लड प्रैशर को कंट्रोल करने में भी मदद करता है।

हैल्दी हेयर के लिए सिर्फ तेल या शैंपू नहीं, ये डाइट भी लेनी जरूरी

बालों के लिए उपयुक्त आहार : बालों को लंबा, घना और खूबसूरत बनाने के लिए आप तेल, शैंपू, मेहंदी, अंडा, शिकाकाई, महंगे हेयर प्रॉडक्ट्स और न जाने क्या-क्या इस्तेमाल करते हैं। मगर इनके साथ-साथ बालों को स्वस्थ रखने के लिए हैल्दी डाइट लेना भी बहुत जरूरी है। ऐसे में बालों को स्वस्थ और मजबूत बनाने के लिए अपने डाइट चार्ट में पोषणयुक्त आहारों को शामिल करें। आइए जानते हैं हैल्दी बालों के लिए आपको क्या-क्या खाना चाहिए।

1. अखरोट का सेवन - रोजाना अखोरट का सेवन बालों को मजबूत और स्वस्थ रखता है। दरअसल, अखरोट में बायोटीन होता है जो बालों की ग्रोथ को बढ़ाने और उसे मजबूत बनाने में मदद करता है। इसके अलावा यह बालों को झड़ने और दोमुंहे होने से भी रोकता है।

2. हरी सब्जियां - पालक, ब्रोकली व अन्य हरी पत्तेदार सब्जियों में मौजूद आयरन बालों को जड़ों से मजबूत बनाता है इसलिए अपनी डाइट में इसे भी जरूर शामिल करें। इसके अलावा स्प्राउट्स का सेवन भी बालों के लिए फायदेमंद होता है।

3. हैल्दी पेय - स्वस्थ बालों के लिए दूध और नारियल पानी का सेवन भी बहुत अच्छा होता है। जहां दूध में मौजूद कैल्शियम बाल झड़ने नहीं देता, वहीं नारियल पानी से शरीर में पानी की कमी नहीं होती, जिससे आप रूसी की समस्या से बचे रहते हैं।

4. अंडा - अंडा प्रोटीन का सबसे अच्छा स्रोत होता है। प्रोटीन के अलावा इसमें आयरन, सल्फर, जिंक और सेलेनियम भी पाया जाता है, जोकि बालों को मजबूत और प्रॉब्लम फ्री रखता है। हफ्ते में कम से कम 3-4 बार इसका सेवन बालों के लिए अच्छा होता है।

5. मछली का सेवन - मछली में मौजूद ओमेगा-थ्री फैटी एसिड, विटामिन बी-12 और आयरन भी बालों को चमकदार बनाता है। हफ्ते में कम से कम एक बार इसका सेवन सेहत के साथ बालों के लिए भी फायदेमंद होता है।

6. साबुत अनाज - साबुत अनाज में जिंक, विटामिन बी और आयरन जैसे पोषक तत्व पाये जाते हैं, जो बालों को स्वस्थ रखने में मददगार होता है। इतना ही नहीं, इससे बाल मजबूत भी होते है और हेयरफॉल की समस्या भी दूर होती है।

घर पर आसानी से मिनटों में निकाले व्हाइटहेड्स

बेदाग और गोरे चेहरे की कामना हर किसी की होती है। मगर गलत खान-पान, कम पानी पीना या धूप में ज्यादा समय बिताने से चेहरे पर व्हाइटहेड हो जाते हैं। जो इंसान की पूरी पर्सनैलिटी को खराब कर देते हैं। अपने चेहरे पर पड़े इन दागों को दूर करने के लिए लोग कई तरह के तरीके अपनाते हैं। मगर उनसे भी कोई फायदा नहीं होता। ऐसे में कुछ घरेलू नुस्खों को अपनाकर आसानी से व्हाइटहेड्स से छुटकारा पा सकते हैं।

1. चंदन पाउडर - व्हाइटहेड से छुटकारा पाने के लिए चंदन पाउडर का इस्तेमाल करें। 1/2 टी स्पून चंदन पाउडर में 1 टीस्पून डिस्टिल्ड वॉटर डालकर मिक्स कर लें। अब इसको माथे और ठोडी पर लगाकर 5 मिनट के लिए छोड़ दे। इसके बाद गुनगुने पानी से चेहरा धो लें।

2. ओटमील - ओटमील भी व्हाइटहेड से राहत दिलाता है। 2 टेबलस्पून उबले ओटमील में 1 टी स्पून गुलाबजल मिलाकर माथे और ठोडी पर लगाएं। तकरीबन 10 मिनट तक इसको चेहरे पर लगा रहने दें। कुछ देर बाद इसको ठंडे पानी से धो लें। रोजाना ऐसा करने से कुछ ही दिनों में आपको फर्क दिखाई देने लगेगा।

3. मुट्ठी भर मेथी- मेथी से भी व्हाइटहेड्स को गायब किया जा सकता है। मेथी के दानों को पीसकर गाढ़ा पेस्ट बना लें। इस पेस्ट को तकरीबन 20 मिनट तक लगाने के बाद चेहरा गर्म पानी से धो लें।

4. चीनी और शहद स्क्रब- चीनी और शहद को मिलाकर एक स्क्रब बना लें। रात को सोने से पहले या सुबह इस पेस्ट से स्क्रब करें। मगर ध्यान रहें स्क्रब करने के बाद कभी भी चेहरा गर्म पानी से ना धोएं। हमेशा नॉर्मल पानी का ही इस्तेमाल करें।

5. बादाम और दूध 5-6 बादाम को पीसकर 2 चम्मच दूध में मिला लीजिए और गाढ़ा पेस्ट बनाइए। इस पेस्ट से चेहरे को स्क्रब कीजिए। इससे व्हाइहेड्स साफ हो जाएंगे और स्किन चमकदार बनेगी।

दैनिक मुंबई हलचल
अब हर सच होगा उजागर

ईशा देओल ने रखा फिल्म निर्माण के क्षेत्र में कदम

फिल्म धूम से पहचान बनाने वाली एक्ट्रेस ईशा देओल लंबे समय बाद पर्दे पर वापसी करने जा रही हैं। ईशा ने हाल ही में घोषणा की कि वह आगामी फिल्म 'एक दुआ' में दिखाई देंगी जिसके साथ वह फिल्म निर्माण के क्षेत्र में भी उतर रही हैं। ईशा और उनके कारोबारी पति भरत तख्तानी के 'भरत ईशा फिल्म्स' के बैनर तले यह फिल्म बनाई जाएगी जिसका निर्देशन रामकमल मुखर्जी करेंगे। इससे पहले ईशा 2011 में 'टेल मी ओ खुदा' फिल्म में दिखाई दी थीं। उन्होंने कहा कि 'एक दुआ' फिल्म की कहानी ने उनके दिल को इस तरह छूआ कि उन्होंने निर्माता बनने के बारे में सोचा। फिल्म अभिनेत्री और सांसद हेमा मालिनी की बेटी ईशा ने 2012 में भरत से शादी की थी। उनकी दो बेटियां हैं। फिल्म के सह-निर्माता वेंकीज एंड एसॉर्टेड मोशन पिक्चर्स हैं और इसे जल्द ही वूट सेलेक्ट प्लेटफॉर्म पर रिलीज किया जाएगा। इस फिल्म के अलावा ईशा देओल को डिज्नी प्लस हॉटस्टार वीआईपी पर आने वाली सीरीज 'रुद्र : द एज ऑफ डार्कनेस' में भी अभिनय करते देखा जा सकेगा जिसमें अजय देवगन भी दिखाई देंगे।

पूजा हेगड़े 'राधेश्याम' में प्रभास के साथ करेंगी धमाका

बॉलीवुड एक्ट्रेस पूजा हेगड़े के पास इन दिनों कई प्रोजेक्ट की लाइन लगी हुई है। वह साउथ सुपरस्टार प्रभास के साथ पैन इंडिया फिल्म 'राधेश्याम' में भी नजर आने वाली हैं। इस फिल्म में पूजा हेगड़े के किरदार को लेकर एक दिलचस्प अपडेट सामने आई है। फिल्म से जुड़े एक सूत्र ने कहा, राधेश्याम में पूजा की अहम भूमिका है जो वास्तव में अपने दमदार अभिनय से सभी को प्रभावित करने वाली हैं। उन्होंने हमेशा हमें अपने लुक से प्रभावित किया है लेकिन इस फिल्म ने उन्हें एक अभिनेत्री के रूप में अपनी वास्तविक क्षमता दिखाने और अपने करैक्टर को अधिक बेहतर से पेश करने का मौका दिया है, इसलिए यह निश्चित रूप से उनके प्रशंसकों के लिए एक रोमांचक ट्रीट होने वाली है। इससे पहले, पूजा हेगड़े के फिल्म के सह-कलाकार, प्रभास भी उनकी परफॉर्मेंस से सुपर प्रभावित नजर आए थे। एक सूत्र ने पहले खुलासा किया था कि, प्रभास ने टीम के कुछ अन्य सदस्यों के साथ, हाल ही में राधे श्याम की एक कॉपी देखी और वह पूजा के काम से बहुत खुश थे। वह बस उनकी प्रशंसा करते रहे, यह बताते हुए कि उनकी परफॉर्मेंस कितना शानदार थी और कैसे उनके सीन निखरकर सामने आए हैं। पूजा हेगड़े के वर्क फ्रंट की बात करें तो उनके पास 'राधे श्याम' के अलावा कई बॉलीवुड और साउथ की कई फिल्में है। वह सलमान खान के साथ एक फिल्म में नजर आएंगी, जिसका नाम अभी फाइनल नहीं हुआ है। इसके अलावा पूजा हेगड़े के पास रणवीर सिंह के साथ सर्कस, थलपति विजय के साथ बीस्ट, चिरंजीवी के साथ आचार्य और राम चरण के मोस्ट एलिजिबल बैचलर जैसी फिल्में शामिल है।

जावेद-सलीम की जोड़ी पर बन रही डॉक्यूमेंट्री में सलमान खान के साथ नजर आएंगे फरहान अख्तर

बॉलीवुड की सुपरहिट राइटर जोड़ी सलीम-जावेद की कहानी बड़े पर्दे पर उतारने की तैयारी की जा रही है। सलीम-जावेद की जोड़ी ने एक साथ मिलकर शोले, जंजीर, दीवार, शक्ति, त्रिशूल और डॉन जैसी कई सुपरहिट फिल्मों के लिए राइटिंग की है, जिनका सफर अब डॉक्यूमेंट्री के जरिए दर्शकों तक पहुंचाया जाएगा। सलीम-जावेद की जोड़ी पर सलमान खान, फरहान अख्तर और जोया अख्तर डॉक्यूमेट्री बनाने जा रहे हैं। 'एंग्री यंग मेन' के शीर्षक से बनने वाली डॉक्यूमेंट्री का निर्देशन नम्रता राव करेंगी। इस डॉक्यूमेट्री में सलीम-जावेद द्वारा बनाए गए अपने दौर के जादू को दिखाने की कोशिश की जाएगी। पटकथा लेखक सलीम-जावेद की जोड़ी ने 1970 के दशक से लेकर कई सालों तक अपनी पटकथा से भारतीय सिनेमा में क्रांति ला दी थी। सलीम-जावेद पर बन रही डॉक्यूमेंट्री फिल्म में सलमान खान और फरहान अख्तर काम करते नजर आएंगे। सलमान खान के साथ काम करने को लेकर फरहान काफी रोमांचित हैं।

A.B.V.M. AGRAWAL JATIYA KOSH'S
G.D. JALAN COLLEGE OF SCIENCE & COMMERCE
A sister concern of S. J. PODDAR ACADEMY (ICSE)
Estd. : 2011
Admissions Open for Academic Year 2021-2022
F.Y.J.C. / S.Y.J.C. (Science & Commerce)
B.M.S. / B.A.F. / B.Sc. (I.T.)
B.Com. / B.Sc. (CBZ)
COLLEGE CODE : 527
Upper Govind Nagar, Malad (East), Mumbai – 400097.
Phone No.: 022- 40476030
www.gdjalan.edu.in