मूल्य 1 रु.
वर्षः 12 - अंक : 115, मुंबई, सोमवार, 6 जून, 2022 ■ RNI.NO. MAHHIN/2010/34146 ■ संपादकः दिलशाद एस. खान

दैनिक
मुंबई हलचल
भारत सरकार द्वारा विज्ञापन हेतु मान्यता प्राप्त (R)
अब हर सच होगा उजागर

॥शुभ लाभ॥
MIX MITHAI

मोतीचूर लड्डू
बदाम बर्फी
काजू कतली
मलाई पेड़े
काजू रोल
रसगुल्ले
Order Now 98208 99501
ONLINE SHOP: www.mmmithaiwala.com
MM MITHAIWALA
Malad (W),Tel. : 288 99 501.

'मूसेवाला जैसा हाल कर देंगे...'

सलमान खान को मिला धमकी भरा लेटर

बांद्रा पुलिस ने शुरू की जांच

संवाददाता / मुंबई। बॉलीवुड अभिनेता सलमान खान और उनके पिता सलीम खान को एक धमकी भरा पत्र मिला है। बांद्रा पुलिस ने अज्ञात व्यक्ति के खिलाफ मामला दर्ज किया है और आगे की जांच शुरू कर दी है। मीडिया रिपोर्टस की मानें तो यह धमकी भरा खत बांद्रा के बैंडस्टैंड प्रोमेनाड में मिला है। सलमान के पिता सलीम खान के गार्ड को ये लेटर उस जगह मिला, जहां सलीम अपनी मॉर्निंग वॉक के बाद रोज जाकर बैठते हैं। (शेष पृष्ठ 3 पर)

'बलात्कार की घटनाओं को सुनते ही खून खोलने लगता है'

DR. NUPUR DHAMIJA

पीड़ित, शोषित, वंचित, नाबालिग बच्चियों एवं पीड़ित महिलाओं को नि:शुल्क न्याय दिलाने का कार्य करती हैं नारी शक्तिएक नई पहल फाउंडेशन की संस्थापिका डॉ नूपुर धमीजा

बता दें कि बीते वर्ष ग्लोबल स्तर पर बेस्ट सोशल वर्किंग के लिए 6 लोगों को चुना गया था। जिसमें भारत से केवल एडवोकट डॉ. नूपुर धमीजा को ये अवॉर्ड हासिल हुआ था (समाचार पृष्ठ 4-5 पर)

Advocate Dr. Nupur Dhamija
(World Record Holder)
(Social Activist)
(Global Motivational Speaker, Author or Blogger, Educator)

मुंब्रा शहर में स्टंट बाज बाइक राइडर्स से जनता परेशान

(समाचार पृष्ठ 3 पर)

नूपुर शर्मा के विवादास्पद बयान से कतर में नाराजगी

कतर ने भारत के राजदूत को किया तलब

भाजपा प्रवक्ता नूपुर शर्मा और नवीन जिंदल पार्टी से सस्पेंड

क्या अंतरराष्ट्रीय दबाव के बाद मजबूरन भारतीय जनता पार्टी ने नूपुर शर्मा और नवीन जिंदल को दिखाया बाहर का रास्ता?

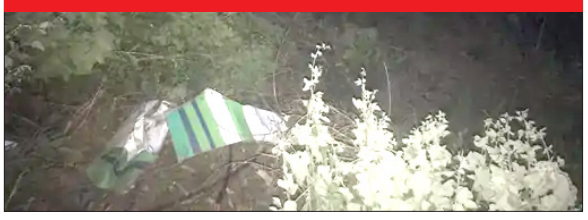
नई दिल्ली। पैगंबर मोहम्मद पर भारतीय जनता पार्टी की नेता नूपुर शर्मा के विवादास्पद बयान का मामला अब अंतरराष्ट्रीय स्वरूप लेता हुआ दिख रहा है। (शेष पृष्ठ 3 पर)

बिना शर्त बयान वापस लेती हूं: नूपुर शर्मा

भाजपा से सस्पेंड होने के बाद नूपुर शर्मा ने अपना बयान वापस ले लिया है। शर्मा ने ट्वीट कर लिखा- टीवी डिबेट में मेरे भगवान के खिलाफ विवादित बोल बोले जा रहे थे, जो मुझे बर्दाश्त नहीं हुआ। इसी रोष में आकर मैंने कुछ आपत्तिजनक कह दिया, जिसे अब बिना शर्त वापस लेती हूं।

उत्तराखंड में 30 यात्रियों से भरी बस खाई में गिरी

सभी यात्री एमपी के, 25 शव बरामद



मुंबई हलचल / संवाददाता

देहरादून। उत्तराखंड के उत्तराकाशी में रविवार शाम मध्यप्रदेश के करीब 30 तीर्थयात्रियों से भरी बस खाई में गिर गई। उत्तराखंड के मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी ने कहा- हादसे में 25 लोगों की मौत हुई है। सभी यात्री चारधाम यात्रा पर जा रहे थे। बस का नंबर यूके- 04 1541 है। यह हरिद्वार से चली थी। थानाध्यक्ष पुरोला अशोक कुमार ने कहा- 25 मृतकों के शव बरामद हो चुके हैं। (शेष पृष्ठ 3 पर)

दैनिक मुंबई हलचल
अब हर सच होगा उजागर

हमारी बात

अब तुर्किये बोलिए

तुर्की ने अपना नाम बदलकर तुर्किये कर लिया और संयुक्त राष्ट्र से आधिकारिक रूप से इस नाम को मंजूरी भी मिल गई। तुर्की ने अपनी ओर से तुर्किये नाम को बीते दिसंबर में ही तय कर लिया था। तुर्की और तुर्किये में भला क्या अंतर है? दरअसल, स्थानीय भाषा में तुर्किये ही लिखा-बोला जाता है, तुर्की नाम तो बाकी दुनिया के लोगों ने रख दिया था। तुर्की के राष्ट्रपति एर्दोगन तुर्की नाम को गुलामी का प्रतीक मानते हैं, इसलिए वह तुर्किये नाम के पक्ष में अभियान चला रहे थे और उन्हें कामयाबी हासिल हुई है। अब पाठ्यपुस्तकों से लेकर खबरों तक तुर्की शब्द का लोप हो जाएगा और तुर्किये शब्द प्रचलन में आ जाएगा। विख्यात लेखक शेक्सपियर ने कहा था, ह्यनाम में क्या रखा है? इसका एक माकूल जवाब हिंदी के ख्यात साहित्यकार हजारी प्रसाद द्विवेदी ने दिया था, ह्यनाम इसलिए बड़ा नहीं है कि वह नाम है। वह इसलिए बड़ा होता है कि उसे सामाजिक स्वीकृति मिली होती है। रूप व्यक्ति-सत्य है, नाम समाज-सत्य। नाम उस पद को कहते हैं, जिस पर समाज की मुहर लगी होती है, आधुनिक शिक्षित लोग जिसे सोशल सैक्शन कहा करते हैं। मेरा मन नाम के लिए व्याकुल है, समाज द्वारा स्वीकृत, इतिहास द्वारा प्रमाणित, समष्टि मानव की चित्त गंगा में स्नात। नाम वाकई भाव, प्रभाव और विचारों पर असर डालता है। तुर्किये अगर आज नाम बदलकर गौरव का एहसास कर रहा है, तो उसे इसका हक है। तुर्किये के राष्ट्रपति एर्दोगन का मानना है कि तुर्किये नाम से देश का इतिहास झलकता है और यह देश की संस्कृति व सभ्यता का प्रतिनिधित्व करता है। स्वतंत्रता की घोषणा के बाद इस देश ने 1923 में खुद को तुर्किये ही कहा था। बाद में एक पक्षी तुर्की नाम से प्रसिद्ध हुआ, तो कैंब्रिज शब्दकोश में तुर्की शब्द का मतलब एक ऐसी चीज से भी है, जो बुरी तरह नाकाम हो गई हो। नाम बदलने वाला तुर्किये कोई पहला देश नहीं है, हम अपने पड़ोस में ही अगर देखें, तो बर्मा ने अपना नाम म्यांमार कर लिया और सीलोन ने अपना नाम श्रीलंका। दूर की बात करें, तो दक्षिण रोडेशिया बन गया जिम्बाब्वे, तो स्वाजीलैंड बन गया इस्वातिनी। नाम बदलने की प्रक्रिया में लगभग हर जगह गुलामी या थोपे गए नाम से आजादी की कोशिश ही झलकती है। आज दुनिया का शायद ही कोई ऐसा राष्ट्र होगा, जो अपनी गुलामी के दौर की यादों को सहेजकर रखना चाहता होगा। नए दौर में धन की आजादी के साथ ही मन की आजादी की भी दुनिया में हवा चल रही है। लोग अपनी जड़ों की ओर लौटना चाहते हैं, तो देशों को भी लौटना होगा। इसमें कुछ गलत नहीं है, हर कोई अपनी मजबूत बुनियाद पर खडे.होने की कोशिश में है। वर्तमान बुनियाद यदि मजबूत नहीं है, तो इतिहास में बुनियाद की तलाश हो रही है। कलकत्ता से कोलकाता, मद्रास से चेन्नई, बॉम्बे से मुंबई, बंगलोर से बेंगलुरु, मैसूर से मैसुरु तक का सफर हमने भी तो तय किया है। हम लगातार अपनी जगहों और सड़कों के नाम बदल रहे हैं। जो नाम थोपे गए हैं, जो नाम ज्यादातर स्थानीय लोगों के आत्मसम्मान, संस्कृति, समाज पर चोट करते हैं, उनकी विदाई का दौर पूरी दुनिया में चल रहा है। यह प्रचलन बुरा नहीं है, लेकिन नाम बदलते समय कोरी राजनीति जब काम करती है, तो कुछ न कुछ गलत हो ही जाता है। नाम में बहुत कुछ रखा है, इसलिए बहुत संवेदना के साथ ही नए या पुराने नाम का चयन करना चाहिए। किसी फैसले या राजनीति से परे यहां यह देखना सबसे जरूरी है कि लोग क्या चाहते हैं?

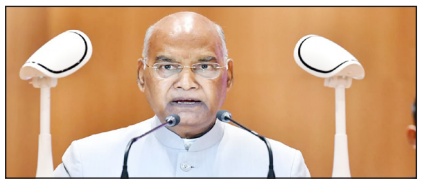
शर्मनाक यह जो सब बेमतलब!

सवाल है तमाम वैश्विक पैमानों, इंडेक्सों में भारत का गिरना शर्मनाक है या नहीं? लोकतंत्र और मीडिया का खोखला होना क्या शर्मनाक है या नहीं? विपक्ष का खत्म होना या उसे मारना शर्मनाक है या नहीं? दिन-प्रतिदिन लोगों को गुमराह करने का प्रोपेगेंडा क्या शर्मनाक है या नहीं? सबसे बड़ी बात कि राष्ट्रपति का पद, कैबिनेट नाम की व्यवस्था, संसद, राज्यपाल, रिजर्व बैंक, नीति आयोग, नौकरशाही से लेकर तमाम तरह की संस्थाओं, विश्विवद्यालयों, राजकाज से लेकर शैक्षिक, वैज्ञानिक-आर्थिक-सामाजिक-इतिहास आदि विषयों के राष्ट्रीय प्रतिष्ठानों का पिछले आठ सालों में मतलब क्या बचा है, जिससे लगे कि भारत जिंदादिल, स्वस्थ और विचारता-चलता हुआ देश है!

प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने गजब बात कही। उन्होंने कहा कि आठ वर्षों में ऐसा कोई काम नहीं किया, जिससे लोगों का सिर शर्म से झुक जाए। वाह! क्या बात है! यही वाक्य इतिहास में मोदी सरकार के कार्यकाल को जांचने का पैमाना होगा। हिसाब से कसौटी देश का सिर ऊंचा होने या नहीं होने की है न कि सिर शर्म से झुका या नहीं? पर शायद नरेंद्र मोदी जानते हैं कि भारत के लोग और खासकर हिंदुओं ने यह जाना ही कहां हुआ है कि सिर ऊंचा होना या शर्म से झुकना क्या होता है। जो नस्ल हजार साल गुलामी में रही हो और आज भी दस तरह की परतंत्रताओं, तानाशाही में जीती हुई हो उसे क्या भान कि पृथ्वीराज चौहान शान के नायक हैं या शर्म के? चीन यदि जमीन कब्जाए हुए या जमीन खाते हुए है और भारत को आर्थिक तौर पर गुलाम बनाए हुए है तो वह शर्म की बात है या गौरव की? अनुच्छेद 370 खत्म होते हुए भी कश्मीर घाटी में हिंदू मारे जाते हुए, भागते हुए हैं तो वह शर्म से सिर झुकने या नहीं झुकने का क्या सत्य लिए हुए है? डब्लुएचओ की लिस्ट में महामारी से मरने वालों के मोदी सरकार के आंकड़े को न माने जाने और वैश्विक तौर पर भारत में सर्वाधिक मौतों के आंकड़े को शर्मनाक मानें या न मानें का मसला तो तब तय हो सकता है जब पहले यह मालूम हो कि मोदी राज ने हिंदुओं में सत्य और झूठ का क्या फर्क रहने भी दिया है? क्या हिंदुओं को पता है कि दावोस में अभी जो वैश्विक आर्थिक जमावड़ा था उसमें या तो रूस अछूत था या भारत! भारत के मंत्री, अधिकारी बेगानों की तरह कैसे टाइम पास करते हुए थे, इसका वहां से खुलासा वरिष्ठ पत्रकार तवलीन सिंह ने पिछले रविवार को इंडियन एक्सप्रेस के कॉलम में किया था। मेरी तरह तवलीन सिंह भी आठ साल पहले नरेंद्र मोदी से उम्मीदें बांधे हुईं थीं। और अब विचार करना पड़ रहा है कि दुनिया में भारत का क्या मतलब बचा है? फिर भले भारत की आर्थिकी और विदेश नीति पर कितनी ही तरह के झूठ बनाकर हिंदुओं को मूर्ख बनाया जा रहा हो। ऐसा होना कोई नई बात नहीं है। भारत के लोग पंडित नेहरू के वक्त भी विदेश नीति के झूठे तरानों में जीते थे। तब भी जनता ने नेहरू-चाऊ एन लाई की दोस्ती के वैसे ही गाने गाए थे जैसे नरेंद्र मोदी ने चीन के राष्ट्रपति शी जिनफिंग के साथ आठ बार झूलते हुए दोस्ती जतलाई। नेहरू ने जमीन गंवाई, मोदी ने जमीन गंवाई और जनता से यह झूठ कि सब ठीक। याद करें नोटबंदी को, 80-100 करोड़ लोगों की पांच किलो राशन की जिंदगी पर, बेरोजगारी, महंगाई और लोकतंत्र की सेहत पर? इन सब पर मोदी के बाद का रियल इतिहास क्या यह लिखता हुआ होगा कि मोदी की अनुमति, उनके व्यक्तिगत फैसले से ऐसा कोई काम नहीं हुआ, जिससे भारत के किसी भी व्यक्ति का सिर शर्म से झुका हो! सवाल है तमाम वैश्विक पैमानों, इंडेक्सों में भारत का गिरना शर्मनाक है या नहीं? लोकतंत्र और मीडिया का खोखला होना क्या शर्मनाक है या नहीं? विपक्ष का खत्म होना या उसे मारना शर्मनाक है या नहीं? दिन-प्रतिदिन लोगों को गुमराह करने का प्रोपेगेंडा क्या शर्मनाक है या नहीं? सबसे बड़ी बात कि राष्ट्रपति का पद, कैबिनेट नाम की व्यवस्था, संसद, राज्यपाल, रिजर्व बैंक, नीति आयोग, नौकरशाही से लेकर तमाम तरह की संस्थाओं, विश्विवद्यालयों, राजकाज से लेकर शैक्षिक, वैज्ञानिक-आर्थिक-सामाजिक-इतिहास आदि विषयों के राष्ट्रीय प्रतिष्ठानों का पिछले आठ सालों में मतलब क्या बचा है, जिससे लगे कि भारत जिंदादिल, स्वस्थ और विचारता-चलता हुआ देश है! एक प्रधानमंत्री, उनका एक चेहरा, उनके भाषण, उनके प्रोपेगेंडा, प्रायोजित मीडिया के शोर में पूरा देश ऐसा डूबा है, जिससे बाकी सब कुछ सोख गया है।

सांसद, राष्ट्रपति, मंत्री, राज्यपाल किसका क्या मतलब?

राज्यसभा चुनावों को लेकर बड़ा हल्ला है। इसके बाद राष्ट्रपति चुनाव का हल्ला होगा। एक वक्त था जब राष्ट्रपति, सांसद, स्पीकर, राज्यपाल, कैबिनेट मंत्रियों के चेहरों से पद की आभा बनती थी। चेहरे तब काबलियत, मान-सम्मान-विश्वास की धमक बनवाने वाले होते थे। मोदी सरकार से पहले के प्रणब मुखर्जी के बतौर राष्ट्रपति पद को याद करें। मैं प्रणब मुखर्जी का मुरीद नहीं रहा हूं। बावजूद इसके मोदी सरकार के राष्ट्रपति कोविंद और प्रणब मुखर्जी के कार्यकाल की तुलना करें। दस तरह के फर्क दिखेंगे। राष्ट्रपति भवन और राष्ट्रपति का पद महज एक झांकी में परिवर्तित है। ऐसे ही मोदी सरकार के कैबिनेट मंत्री। कल्पना करें यदि निर्मला सीतारमन और अमित शाह ब्रिटेन में वित्त



मंत्री ऋषि सुनक और गृह मंत्री प्रीति पटेल की जगह उनके पद पर होते तो ये दोनों ब्रितानी कैबिनेट में कैसी आजादी से काम करते हुए होते और दिल्ली में इनके पद पर ऋषि सुनक व प्रीति पटेल यदि मंत्री होते तो वे कैसे पीएमओ और मोदी की ताबेदारी के निराकार मंत्री होते! कैबिनेट केंद्र का हो या राज्यों का, सबकी शक्ति एक पीएम, एक सीएम से अब संचालित है। याद करें पिछले आठ वर्षों में राज्यसभा या लोकसभा की हुई बहस और भाषणों को। दोनों सदनों के पांच वक्ता, पांच भाषण याद नहीं आएंगे। लोकसभा और राज्यसभा व सांसदों, भाषण, बहस का अर्थ बचा नहीं है। संसद का महत्व, मतलब और उपयोगिता के पुराने सभी अर्थ खत्म। यही स्थिति राजभवन में बैठे राज्यपालों की है, संस्थाओं के प्रमुखों की है और नौकरशाही में है। पूरा लोकतंत्र और उसकी संस्थाओं में वहीं सब कुछ होता हुआ है जैसे प्रायोजित मीडिया में हुआ पड़ा है। असली रिपोर्टिंग, असली मुद्दों, एजेंडे पर संपादकों का बुद्धि और विचार में कुछ नहीं करना। लोगों को सत्य नहीं बताना और ऊपर से आए आदेशों पर झाकियां बना कर लोगों को बहलाना और टाइम पास करना।

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

ईडी द्वारा पीएफआई के 23 खातों को बंद करने पर किया गया प्रोटेस्ट

संवाददाता/समद खान

मुंब्रा। गत 4 मई शुक्रवार दोपहर नमाज के बाद मुंब्रा स्टेशन परिसर मैं हजारों की तादाद में पीएफआई के संगठनों द्वारा प्रोटेस्ट किया गया दरअसल आपको बता पॉपुलर फ्रंट ऑफ इंडिया भारत की एक सामाजिक संस्था है जो भारत की स्वतंत्र और संस्कृति की रक्षा के लिए तत्पर है पी एफ आई संस्था के सेवा और योगदान को कभी भी भुलाया नहीं जा सकता जैसे विद्यार्थियों को छात्रवृत्ति देना, गरीबों और जरूरतमंद को मुफ्त अनाज प्रदान करना बाढ़ ग्रस्त इलाके और दंगों के पीड़ितों को वित्तीय सहायता प्रदान करना जरूरतमंदों को नए घर प्रदान करना ए सारे जरूरी दान शील और मानवीय कार्य काफी समय से किए जा रहे हैं अभी तक हजारों लोगों ने पीएफआई की कल्याणकारी योजनाओं से लाभ उठाया है इसके

अतिरिक्त समाज के कमजोर और उत्पीड़ित वर्ग के सहयोग के लिए पीएफआई सदैव सबसे आगे रही है 1 मई बुधवार ईडी ने पीएफआई से जुड़े 23 बैंक खाते बंद कर दिए जो कि एक तानाशाही कार्य है और पूरी तरह से गैर कानूनी और गैर संवैधानिक कदम है जो कि ईडी ने आरएसएस और उनके सहयोगी के इशारे पर उठाया है हाल के दिनों में केंद्रीय एजेंसी जैसे ईडी आईटी, एनआईए, यदि राजनीतिक हत्यार के रूप में कार्य कर रही है मुंब्रा से हमारी मेंबर इमरान सैयद ने ईडी के इस कदम के खिलाफ प्रोटेस्ट किया है उन्होंने बताया पहले ईडी ने यह बताया था पीएफआई के खाते में 120 करोड़ आए हैं और अब यह बता रही है कि पिछले 15 साल में 60 लाख आए हैं यह दोहरा मापदंड ईडी द्वारा क्यों किया जा रहा है यह समझ से परे है इस एजेंसी की अपवित्र कोशिश समाज के उत्पीड़न वर्ग की आवाज को दबाने के लिए है हम सारी फासिस्ट ताकतों को बताना चाहते हैं कि हम उनके उत्पीड़न के खिलाफ ढूंढता से खड़े हैं हमारी संस्था समाज की किसी भी वर्ग के खिलाफ की हुई नाइंसाफी को कभी बर्दाश्त नहीं करेगी किसी भी कीमत पर केंद्र सरकार पीएफआई का संदेश कान खोल कर सुन ले कि भले ही हमारे पीछे कितनी एजेंसी लगाए हम अपने संवैधानिक अधिकारों का इस्तेमाल करते हुए लड़ेंगे हम ईडी को संदेश दे रहे हैं की पीएफआई किसी भी फासिस्ट ताकत की आगे नहीं झुकेगी और इंसाफ पर आधारित एक समाज कायम करके रहेगी हम भारत के संविधान का पालन करते हैं हम हर सामाजिक और राजनीतिक संगठन और व्यक्ति जो पीएफआई का समर्थन करते हैं उनके आभारी हैं इसके साथ प्रोटेस्ट में आए लोगों ने ईडी के खिलाफ जमकर नारेबाजी की और कहा कि हमारे हौसलों को पस्त नहीं कर सकती।

मुंब्रा शहर में स्टंट बाज बाइक राइडर्स से जनता परेशान

अक्सर 20 से 22 वर्षीय स्टंट बाज युवक एमएम वैली परिसर में अपनी बाइक को उड़ाते हुए आते हैं नजर

संवाददाता/समद खान

मुंब्रा। शहर में उड़न छू स्टंट बाज बाइक राइडर्स करने वालों को लिए स्पीड ब्रेकर लगाए जाएंगे दरअसल आपको बता दें मुंब्रा शहर में अक्सर फराटे दार बाइक राइडर्स अक्सर नजर आ रहे हैं उनके द्वारा तेज गति से बाइक चलाने से सड़क पर चलने वाले दूसरे वाहन चालकों में डर बना रहता है और अक्सर देखा गया है बाइक राइडर्स की वजह से सड़क दुर्घटनाएं होती हुई नजर आती है इन स्टंट बाज बाइक राइडर्स को रोकने के लिए स्पीड ब्रेकर आनंद कोलीवाडा और नारायण नगर परिसर में लगाए जाएं और एमएम वैली परिसर में जो नवयुवक स्टंट बाजो रात दिन

स्टंट करते हुए नजर आते हैं उन पर रोकथाम लगाने के लिए ज्यादा तादाद में स्पीड ब्रेकर लगाने की मांग कौसा के एमएम वैली परिसर में की गई है और यहां के पांच स्कूल में पढ़ने वाले विद्यार्थियों की माता-पिताओं की बैठने की व्यवस्था को लेकर रास्ते के बगल बेंच लगाने की मांग मनपा प्रशासन से की गई है एमआईएम के कलवा मुंब्रा विधानसभा अध्यक्ष से सैफ पठान के नेतृत्व में प्रभाग नंबर 31 के अध्यक्ष असद उल्लाह खान ने और अन्य पदाधिकारियों के साथ मिलकर मुंब्रा प्रभाग समिति के सहायक आयुक्त सागर सालुंखे से मुलाकात कर अपनी मांगों से संबंधित निवेदन पत्र दिया गया सैफ पठान ने बताया जो यह यह जो कदम जनता की परेशानी को मध्य नजर रखते हुए उठाया गया है माता पिता बच्चों को बाइक खरीद कर देते हैं और उनके बच्चे सड़कों पर बाइक उड़ाते हुए नजर आते हैं गौरतलब बात तो यह भी है बाइक पर तीन लोगों को बैठा कर अक्सर सड़कों पर तेज गति में स्टंट करते हुए नजर आते हैं और सड़क पर दोपहिया वाहन चालकों में डर के कारण अक्सर दुर्घटनाएं होती हुई नजर आती है।

जालसाज ने आयकर अधिकारी बन सहकर्मियों से धोखाधड़ी का प्रयास किया

मुंबई हलचल / संवाददाता

मुंबई। मुंबई में एक जालसाज ने वरिष्ठ महिला आयकर अधिकारी बनकर उसके सहकर्मियों को फोन पर एक ऑनलाइन शॉपिंग प्लेटफॉर्म के गिफ्ट कार्ड खरीदने का अनुरोध भेजा और फिर आयकर अधिकारी की तस्वीर का इस्तेमाल कर उनके साथ धोखाधड़ी की कोशिश की। पुलिस ने रविवार को यह जानकारी दी। आजाद मैदान पुलिस थाना के एक अधिकारी ने बताया कि इस समय मुंबई में आयकर विभाग के प्रधान मुख्य आयुक्त के पद पर तैनात महिला ने हाल ही में पुलिस में शिकायत दर्ज कराई थी, जिसके आधार पर अज्ञात आरोपी के खिलाफ प्राथमिकी दर्ज की गई है। पुलिस के मुताबिक, शिकायतकर्ता भारतीय राजस्व सेवा (आईआरएस) अधिकारी हैं और उन्होंने अपनी शिकायत में कहा कि उन्हें चेन्नई में उनके सहकर्मियों ने फोन कर बताया कि उन्हें कुछ फोन नंबर से संदेश प्राप्त हुए हैं और फोन करने वाले ने उनसे एक ऑनलाइन शॉपिंग कंपनी का गिफ्ट कार्ड खरीदने का अनुरोध किया है। संबंधित महिला अधिकारी पहले चेन्नई में तैनात थी और इस साल अप्रैल में उसका स्थानांतरण मुंबई स्थित आईटी कार्यालय में हुआ था।

(पृष्ठ 1 का समाचार)

सलमान खान को मिला धमकी भरा लेटर

बताया जा रहा है कि इस लेटर में सलमान और सलीम खान को उनका हाल सिद्धू मूसेवाला जैसा करने की धमकी दी गई है। पत्र में लिखा है, 'तुम्हारा हाल सिद्धू मूसेवाला जैसा कर देंगे।' पंजाबी सिंगर सिद्धू मूसेवाला की हत्या के बाद मुंबई पुलिस ने पिछले दिनों सलमान खान की सुरक्षा बढ़ा दी थी। दरअसल, मूसेवाला की हत्या में गैंगस्टर लॉरेंस बिश्नोई का नाम आया था, उसी ने सलमान को 2008 में जान से मारने की धमकी दी थी। मुंबई पुलिस ने इसी के मद्देनजर सलमान की सुरक्षा बढ़ाने का फैसला किया था। अब सलमान के साथ उनके प्राइवेट सिक्योरिटी गार्ड तो रहेंगे ही, साथ ही मुंबई पुलिस के कुछ सिपाही भी रहेंगे। मुंबई पुलिस के एक अधिकारी ने बताया- 'हमने सलमान खान की सुरक्षा बढ़ाई है। पुलिस यह सुनिश्चित करने के लिए उनके अपार्टमेंट के आसपास मौजूद रहेगी कि कोई भी गिरोह कोई हरकत न करे।' लॉरेंस बिश्नोई ने कथित तौर पर काला हिरण का शिकार करने के मामले में सलमान खान की हत्या की साजिश रची थी। बिश्नोई समुदाय काला हिरण को पवित्र मानता है, इसलिए इसका शिकार करने के आरोपी सलमान खान को लॉरेंस ने जान से मारने की धमकी दे डाली थी। साल 2008 में अदालत के बाहर लॉरेंस बिश्नोई ने कहा था कि वह जोधपुर में सलमान खान को मार देंगे। उसने यह भी कहा था, 'अभी तो मैंने कुछ किया नहीं है, लेकिन जब सलमान खान को मारेंगे तो पता चल जाएगा। फिलहाल मुझे फालतू में घसीटा जा रहा है।'

नूपुर शर्मा के विवादास्पद बयान से कतर में नाराजगी

रविवार को इस मुद्दे पर अपनी नाराजगी जताते हुए कतर के विदेश मंत्रालय ने दोहा में तैनात भारत के राजदूत दीपक मित्तल को तलब किया और उन्हें कतर की प्रतिक्रिया का ऑफिशियल नोट सौंपा। कतर के विदेश मंत्रालय की ओर से जारी किए गए बयान में भारत की सत्तारूढ़ पार्टी के नेता के विवादास्पद बयान पर कड़ी नाराजगी जताई गई है। नूपुर शर्मा को भारतीय जनता पार्टी ने पार्टी की प्राथमिक सदस्यता से निलंबित कर दिया है। कतर ने बीजेपी के उस बयान का भी स्वागत किया है जिसमें पार्टी ने नूपुर शर्मा को निलंबित करने का एलान किया है। कतर का कहना है कि नूपुर शर्मा के बयान से दुनिया भर के मुसलमानों में नाराजगी का माहौल है। इसी बीच भाजपा ने प्रवक्ता नूपुर शर्मा को पार्टी से 6 साल के लिए निलंबित कर दिया है। नूपुर ने पैगंबर मोहम्मद साहब पर विवादित बयान दिया था। इसके बाद पार्टी ने उन पर कार्रवाई की है। भाजपा ने कहा कि हम सभी धर्मों और उनके पूज्यों का सम्मान करते हैं। भाजपा के राष्ट्रीय महासचिव अरुण सिंह ने एक लेटर जारी कर कहा- भाजपा सभी धर्मों का सम्मान करने वाली पार्टी है। इसके बाद खुद नूपुर ने सोशल मीडिया पर एक बयान जारी किया। कहा- मेरी मंशा किसी को दुख पहुंचाने की नहीं थी। मैं अपने शब्द वापिस लेती हूं। भाजपा ने नूपुर शर्मा के अलावा दिल्ली प्रदेश प्रवक्ता नवीन जिंदल पर भी कार्रवाई की है। जिंदल को भी पार्टी से बाहर कर दिया गया है। नूपुर के बयान का समर्थन करते हुए जिंदल ने ट्वीट किया था। वहीं जिंदल ने कहा है कि उनकी टिप्पणी का उद्देश्य किसी भी समुदाय की धार्मिक भावनाओं को ठेस पहुंचाना नहीं था।

उत्तराखंड में 30 यात्रियों से भरी बस खाई में गिरी

गहरी खाई और अंधेरे की वजह से शवों को सड़क तक पहुंचाने में दिक्कत हो रही है। अभी सिर्फ 2 शव ही सड़क तक पहुंचाए गए हैं। उत्तराखंड के डीजीपी अशोक कुमार ने कहा- सभी यात्री मध्य प्रदेश के पन्ना जिले के हैं। हादसे के बाद एम्बुलेंस के साथ मेडिकल की टीम भी मौके पर मौजूद है। घायलों को पास के अस्पताल में भर्ती कराया गया है, जहां उनका इलाज किया जा रहा है। बस में ड्राइवर और कंडक्टर के अलावा 14 पुरुष और 14 महिलाएं सवार थे- राजकुमार (38) राजकुंवर (58, महिला) मेनका प्रसाद (56) सरोज (54, महिला) बद्रीप्रसाद (63) करन सिंह (62) उदय सिंह (63) हक्की राजा (60) चंद्रकली (61, महिला) मोतीलाल (62) बलदेव (77, महिला) कुसुम बाई (77, महिला) अनिल कुमारी (50, महिला) कारसन बिहारी (69) प्रभा (63, महिला) शकुंतला (60, महिला) पार्वती (62, महिला) शीला बाई (61, महिला) विश्वकांत (39) चंद्रकला (57, महिला) कंछेदीलाल (62) राजाभाई (59) धनीराम (72) कामबाई (57, महिला) वृंदावन (61) कमला (59, महिला) रामसखी (63) गीताबाई (55)। उत्तराखंड में बस हादसा के बाद केंद्रीय गृह मंत्री अमित शाह ने दुख जताया है। अमित शाह ने कहा कि श्रद्धालुओं से भरी बस खाई में गिर गई। मैंने इस मामले में मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी से बात की है।

बलात्कार की घटनाओं को सुनते ही खून खोलने लगता है: डॉ. नूपुर धमीजा

पीड़ित, शोषित, वंचित, नाबालिग बच्चियों एवं पीड़ित महिलाओं को नि:शुल्क न्याय दिलाने का कार्य करती हैं नारी शक्ति एक नई पहल फाउंडेशन की संस्थापिका डॉ नूपुर धमीजा

भोपाल। सुप्रीम कोर्ट की एडवोकेट डॉ. नूपुर धमीजा आज अपने नेक कार्यों के लिए एक जाना पहचाना नाम है। सरल स्वभाव, कोमल हृदय, पीड़ितों के लिए दया का भाव लिए नूपुर आज अपराधियों के लिए कानूनी काल से कम नहीं हैं। पेशे के प्रति ईमानदार, न्यायपालिका में भरोसा रखने वाली नूपुर ने देश में बलात्कार पीड़ितों को न्याय दिलाने का बीड़ा उठाया है। एडवोकेट नूपुर धमीजा ने कहा कि बलात्कार की घटनाओं को सुनते ही उनका खून खोलने लगता है। आज छोटी-छोटी लड़कियों युवतियों, विवाहित महिलाओं यहां तक कि बुजुर्ग महिलाओं और बच्चियों के साथ में बलात्कार किए जा रहे हैं। इन घटनाओं ने एडवोकेट नुपुर धमीजा के हृदय को झकझोर कर रख दिया और उन्होंने निर्णय लिया कि वह बलात्कार पीड़ितों की हर संभव मदद करेंगी, जिसके लिए उन्होंने अपना एनजीओ 'नारी शक्ति एक नई पहल' बनाया और देश के कई हिस्सों से जज, वकील, प्रशासनिक अधिकारी, पत्रकार और कई समाजसेवी संगठनों को अपने साथ जोड़ा है। नारी शक्ति एक नई पहल संस्था की अध्यक्षा व सुप्रीम

Advocate Dr. Nupur Dhamija
(World Record Holder)
(Social Activist)
(Global Motivational Speaker, Author or Blogger, Educator)

कोर्ट एडवोकेट डॉ.नूपुर धमीजा जी के नेतृत्व में देशभर में संस्था की टीम पूरे ईमानदारी और लगन मेहनत से समाज हित में कार्य कर रही है। नारी शक्ति एक नई पहल संस्था एकमात्र ऐसी संस्था है जो ग्राउंड जीरो पर जाकर के कार्य करने का काम करती है उनके टीम के सभी लोग काम करते हैं इसलिए संस्था की अलग पहचान देश में ही नहीं विदेशों में भी बनी हुई। नारी शक्ति एक नई पहल फाउंडेशन की डायरेक्टर और सुप्रीम कोर्ट की अधिवक्ता डॉ. नुपुर धमीजा को कई बडे-बडे पुरस्कार से भी उनके अच्छे कामों को लेकर सम्मानित भी किया चुका है। आपको बता दें कि बीते वर्ष ग्लोबल स्तर पर बेस्ट सोशल वर्किंग के लिए 6 लोगों को चुना गया था। जिसमें भारत से केवल एडवोकट डॉ. नुपुर धमीजा को ये अवॉर्ड हासिल हुआ था। सामाजिक कार्य, महिलाओं के अधिकारों के लिए काम करना, न्याय के लिए काम करना, महिलाओं के खिलाफ अपराध पर काम करने के लिए डॉ. नूपुर धमीजा के पास 4 विश्व रिकॉर्ड हैं साथ ही एडवोकेट डॉ नुपुर धमीजा (विश्व रिकॉर्ड धारक) (सामाजिक कार्यकर्ता) (ग्लोबल मोटिवेशनल स्पीकर, लेखक, शिक्षक, नूपुर एलजेएलएनयू एंड एसोसिएट्स की महानिदेशक भी हैं। नारी शक्ति एक नई पहल दुनिया की एकमात्रा संस्था है जो कानून और मीडिया आधारित है यह पहला फाउंडेशन वर्ल्ड रिकॉर्ड है।

ग्वालियर में 6 साल की मासूम से रेप, चॉकलेट के बहाने ले गया था पड़ोसी युवक

ग्वालियर। 6 साल की मासूम से रेप ग्वालियर में चॉकलेट के बहाने ले गया पड़ोसी युवक, बच्चे रोते हुए बोली ममी भैया बहुत गंदे हैं। ग्वालियर में 6 साल की बच्ची से रेप का मामला सामने आया है पड़ोस में रहने वाला आरोपी युवक चॉकलेट का लालच देकर मासूम को छत पर ले गया और वारदात को अंजाम दिया आरोपी ने किसी को बताने पर बच्ची को जान से मारने की धमकी भी दी। 1 दिन पहले हुई घटना के बारे में बच्ची ने शुक्रवार को रोते हुए अपनी मां को बताया माधवगंज पुलिस ने आरोपी के खिलाफ केस दर्ज किया है। जब संस्था नारी शक्ति एक नई पहल को इसके बारे में सूचना मिली तो हमारी ग्वालियर टीम ने इस पर एक्शन लेते हुए संबंधित थाना और अधिकारियों से बात की और अब इस केस पर लगातार नारी शक्ति एक नई पहल की टीम काम कर रही है और बच्ची को न्याय दिलाने तक की प्रक्रिया में परिवार के साथ खड़ी है। जिसके लिए एसपी ग्वालियर को ज्ञापन दिया गया। इस केस पर ग्वालियर टीम से दीपक शिवहरे (अमित) संपर्क अधिकारी, राहुल चौहान (मीडिया पार्टनर), राघवेंद्र, और इन्द्रप्रभान कार्य कर रहे है।

सीलमपुर क्षेत्र से एक दिल दहलाने वाली घटना, 9 वर्षीय बच्ची के साथ दुष्कर्म

दिल्ली के सीलमपुर क्षेत्र से एक दिल दहलाने वाली वारदात सामने आई है जिसमें मात्र 9 वर्षीय बच्ची जिसकी मानसिक हालत एक 2 वर्षीय बच्ची के बराबर है के साथ दुष्कर्म का मामला सामने आया है। बच्ची जब घर से बाहर खेल रही थी उसी वक्त पड़ोस में चल रही जूता फैक्ट्री में काम करने वाले एक व्यक्ति जिसका नाम साजिद और उम्र लगभग 40 से 45 वर्ष बताई जा रही है ने बच्ची को इशारे से बुलाया और उसके साथ दुष्कर्म किया। बच्ची दर्द से कराहते हुए मां के पास पहुंची और किसी तरीके से मां को समझाने की कोशिश की 'मम्मा मम्मा चोट चोट' इस तरीके से अपनी मां को समझाने की कोशिश की जब मां ने बच्ची को देखा तब मां को समझ में आ गया कि बच्ची के साथ आखिर क्या हुआ है तुरंत थाने में सूचना दी गई और पुलिस ने आरोपी को गिरफ्तार भी कर लिया है एक आरोपी की गिरफ्तारी हो चुकी है और बच्ची को अस्पताल इलाज के लिए अस्पताल भी पहुंचा दिया गया है जब हमारे संवाददाता परिवार से बात करने के लिए अस्पताल पहुंचे तो वहां पर महिला आयोग की counselor ने रोक कर कहा कि परिवार इस बारे में बात नहीं करना चाहता। यह किस तरीके की तुष्टीकरण की राजनीति चल रही है महिला आयोग के पहरेदार खड़े कर दिए गए हैं कि परिवार स्टेटमेंट ही ना दें अब देखने वाली बात यह है कि स्वाति मालीवाल जी अब इस पर अपना ट्वीट देंगी या नहीं। क्या उन तक यह खबर नहीं पहुंची होगी जहां सभी चैनल पर यह खबर आ चुकी है तो स्वाति मालीवाल जी ने अभी तक अपना ट्वीट क्यों नहीं किया दिल्ली सरकार की तुष्टीकरण की नीति को देखते हुए शायद स्वाति जी की उंगलियों ने काम करना बंद कर दिया होगा और शायद वो इस मुद्दे पर कुछ कहे भी ना। हम लीड दिल्ली पर लगातार इस खबर से जुड़े रहेंगे। नारियो और विशेषकर छोटी बच्चियो को न्याय दिलाने में सबसे आगे रहकर काम कर रही संस्था 'नारी शक्ति एक नयी पहल' जिसकी अध्यक्षा अधिवक्ता नुपुर धमीजा जी लगातार पीड़ित बच्चियो के लिए कानूनी सेवाएं तो दे रही है और न्याय भी दिला रही है।

गरवारे शैक्षणिक संस्थान में मनाया गया 'विश्व पर्यावरण दिवस'

मुंबई। मुंबई विश्वविद्यालय के गरवारे इंस्टीट्यूट ऑफ कॅरियर एजुकेशन एंड डेवलपमेंट में 'विश्व पर्यावरण दिवस' के अवसर पर वृक्षारोपण कार्यक्रम का आयोजन किया गया। सतत विकास एवं पर्यावरण प्रबंधन पाठ्यक्रम के सौजन्य और हिंदी, मराठी तथा अंग्रेजी मास मीडिया एवं पत्रकारिता पाठ्यक्रम के सहयोग से आयोजित इस कार्यक्रम में संस्था के निदेशक डॉ. केयूर कुमार नायक, पाठ्यक्रम समन्वयक कनिष्का गोरक्ष, हिंदी पत्रकारिता विभाग के समन्वयक सैयद सलमान, अंग्रेजी पत्रकारिता के समन्वयक जैमिन वैष्णव, पेंट टेक्नोलॉजी के अलीम अंसारी, प्रकृति संरक्षण संगठन की निदेशक रचना कुलकर्णी और प्रज्ञा करुलकर और मनीष पाटिल ने वृक्षारोपण कर पर्यावरण संरक्षण का संकल्प लिया। इसके अलावा सना अंसारी, श्रुति, वेदांत, मनस्वी, विजया राणे, वंदना सिंह, पर्यावरण प्रबंधन पाठ्यक्रम के विद्यार्थियों सहित हिंदी, मराठी, अंग्रेजी पत्रकारिता पाठ्यक्रम के विद्यार्थी भी बड़ी संख्या में मौजूद थे। इस अवसर पर पर्यावरण संरक्षण विषय को लेकर एमएससीएसडीईएम के छात्रों द्वारा पोस्टर प्रतियोगिता का आयोजन किया गया। प्रतियोगिता में सुश्री मुस्कान ने प्रथम, सुश्री प्रिया ने द्वितीय और सुश्री राबिया ने तृतीय पुरस्कार प्राप्त किया।

◆ भारतीय जनता पार्टी महाराष्ट्र कार्यालय के कार्यालय सचिव मुकुंद कुलकर्णी का जन्म दिवस हर्षोल्लास के साथ कार्यालय में मनाया गया। इस अवसर पर कुलकर्णी को पुष्प गुच्छ देकर मंगलमय कामना देते हुए अर्जुन गुप्ता (उपाध्यक्ष भाजपा उत्तर भारतीय मोर्चा महाराष्ट्र प्रदेश)।

खुद को बचाने के लिए महिला सब इंस्पेक्टर ने मंगेतर को किया गिरफ्तार, राज खुला तो खुद भी नपी

गुवाहाटी। असम में ठगी का एक अनोखा मामला सामने आया है। यहां असम राज्य पुलिस में तैनात सब इंस्पेक्टर जुनमणी राभा अपने मंगेतर के साथ मिलकर सरकारी कंपनी ओएनजीसी में नौकरी लगवानों के नाम पर लोगों को अपना शिकार बनाती थी। इस मामले में जांच के बाद सब इंस्पेक्टर जुनमणी राभा को गिरफ्तार कर लिया गया है। गौरतलब है कि ठगी के मामले में शुरूआत में ही सब इंस्पेक्टर जुनमणी राभा ने एफआईआर दर्ज कर धोखाधड़ी के आरोप में अपने ही मंगेतर राणा पराग को गिरफ्तार कर लिया था। गौरतलब है कि सब इंस्पेक्टर राभा एक साल से ज्यादा समय से राणा पराग के साथ रिश्ते में थी। इतना ही नहीं बीते साल अक्टूबर में दोनों ने सगाई भी कर ली थी। जानकारी के अनुसार, आरोपी और सब इंस्पेक्टर का मंगेतर खुद को तेल और प्राकृतिक गैस निगम के जनसंपर्क अधिकारी बताता था। अपने पद का प्रभाव जमाते हुए वह लोगों को नौकरी लगवाने का प्रलोभन देता था। इसके बाद दोनों मिलकर ठगी को अंजाम देते थे। जानकारी के मुताबिक, इस तरह दोनों ने लोगों से लाखों रुपयों की ठगी की थी। पुलिस ने बताया कि

मामले के संज्ञान में आने के बाद जब गहनता से जांच की गई तो सब इंसपेक्टर से उसके तार जुड़े होने का संदिह हुआ। जब इस मामले में आरोपी राणा पराग के घर में जांच की गई तो कई आपत्तिजनक दस्तावेज और ओएनजीसी की कई मोहरें बरामद हुईं। इसके बाद सब इंस्पेक्टर जुनमणी राभा को हिरासत में लिया गया और उससे पूछताछ की गई। पूछताछ के बाद कई जरूरी खुलासे हुए। जिसके बाद माजुली पुलिस ने आईपीसी की संबंधित धाराओं में मामला दर्ज कर उन्हें गिरफ्तार कर लिया है।

सेना में चार साल के लिए होगी सैनिकों की भर्ती, सरकार बना रही 'अग्निपथ' का प्लान

नई दिल्ली। देश की तीनों सेनाओं में जवानों की भर्ती के लिए शीर्ष सैन्य अधिकारी नई योजना बना रहे हैं। शनिवार को पीएम नरेंद्र मोदी के साथ बैठक में तीन सेनाओं के प्रमुखों सहित देश के शीर्ष सैन्य अधिकारियों ने शनिवार को प्रधान मंत्री नरेंद्र मोदी को तीनों रक्षा सेवाओं में सैनिकों को भर्ती करने की नई 'अग्निपथ' भर्ती योजना के बारे में जानकारी दी। इस योजना को आने वाले सप्ताह में केंद्रीय मंत्रिमंडल द्वारा अनुमति दिए जाने की संभावना है। रक्षा बलों ने इसके रोलआउट की तैयारी भी शुरू कर दी है। सूत्रों के मुताबिक, इसकी योजना और तैयारी सैन्य मामलों के विभाग द्वारा वर्तमान में अतिरिक्त सचिव लेफ्टिनेंट जनरल अनिल पुरी के नेतृत्व में की गई है। इस योजना के मुताबिक, पहले जवानों को 6 महीने की ट्रेनिंग दी जाएगी। छह महीने पूरे होने के बाद जवानों को केवल 4 साल के लिए तीनों सेनाओं में भर्ती किया जाएगा। इस दौरान जवानों को 'अग्निवीर' के नाम से जाना जाएगा। चार साल का समय पूरा हो जाने के बाद लगभग 75 प्रतिशत जवानों को

रिटायर कर दिया जाएगा। इसके बदले में उन्हें 10-12 लाख रुपये की आकर्षक धनराशि दी जाएगी। वहीं, बचे हुए 25 प्रतिशत जवानों को लंबी अवधि के लिए आगे सेवा विस्तार दिया जाएगा। सूत्रों ने कहा है कि अगर परियोजना योजना के अनुसार चलती है, तो अगले तीन से चार महीनों में अग्निवीरों के पहले बैच के लिए भर्ती प्रक्रिया शुरू हो सकती है। इस योजना में सुरक्षा बलों के पास विशिष्ट कार्यों के लिए विशेषज्ञों की भर्ती करने का विकल्प भी होगा।

जालसाज ने खुद को बताया 'आयकर अधिकारी', ऑनलाइन धोखाधड़ी की कोशिश, केस दर्ज

संवाददाता

मुंबई। इंटरनेट ने हम सभी के जीवन को पूरी तरह से बदल दिया है। पिछले कुछ सालों में इंटरनेट बैंकिंग या मोबाइल बैंकिंग ने हमारे ट्रांजेक्शन के तौर तरीकों को पूरी तरह से बदल दिया है। आजकल लोग शॉपिंग से लेकर मेडिसिन तक ऑनलाइन खरीदते हैं। लेकिन इंटनेट के बढ़ते इस्तेमाल के साथ-साथ ऑनलाइन फ्रॉड के मामले भी तेजी से बढ़ रहे हैं। मुंबई की एक वरिष्ठ महिला आयकर अधिकारी को भी ऐसे ही ऑनलाइन धोखा देने की कोशिश का मामला सामने आया है। पुलिस ने रविवार को बताया कि एक जालसाज ने कथित तौर पर मुंबई की एक वरिष्ठ आयकर अधिकारी के रूप में खुद को पेश किया और उसकी तस्वीर का इस्तेमाल करके अपने सहयोगियों को एक ऑनलाइन शॉपिंग प्लेटफॉर्म के गिफ्ट कार्ड खरीदने के लिए फोन पर रिक्वेस्ट भेजकर उन्हें धोखा देने की कोशिश की। आजाद मैदान पुलिस स्टेशन के एक अधिकारी ने बताया कि इस समय मुंबई में आयकर विभाग में मुख्य आयुक्त के पद पर तैनात महिला ने हाल ही में पुलिस में शिकायत दर्ज कराई थी, जिसके आधार पर अज्ञात आरोपी के खिलाफ प्राथमिकी दर्ज की गई थी। पुलिस ने कहा, महिला, जो एक भारतीय राजस्व सेवा अधिकारी (आईआरएस) हैं, ने अपनी शिकायत में कहा कि उसे चेन्नई में अपने सहयोगियों को यह बताने के लिए फोन आया कि उन्हें फोन नंबर्स से मैसेज मिले हैं, मैसेज भेजने वाले ने खुद को उसके रूप में पेश किया और उनसे एक ऑनलाइन शॉपिंग कंपनी के गिफ्ट कार्ड की खरीददारी करने का अनुरोध किया। महिला को पहले चेन्नई में तैनात किया गया था और इसी साल अप्रैल में यहां आईटी कार्यालय में ट्रांसफर कर दिया गया था। पुलिस अधिकारी ने बताया कि जालसाज ने कथित तौर पर महिला अधिकारी की तस्वीर वॉट्सऐप अकाउंट पर उन नंबरों पर प्रदर्शित की जिनसे संदेश उसके सहयोगियों को भेजे गए ते ताकि गिफ्ट कार्ड की रिक्वेस्ट को वास्तविक बनाया जा सके। आजाद मैदान थाने के वरिष्ठ निरीक्षक भूषण बेलनेकर ने बताया कि प्राथमिकी सूचना के आधार पर हमने भारतीय दंड संहिता की संबंधित धाराओं के तहत मामला दर्ज किया है जिसमें 420 (धोखाधड़ी) और सूचना प्रौद्योगिकी अधिनियम के प्रावधान शामिल हैं। आगे की जांच जारी है।

दैनिक मुंबई हलचल
जरूरी सूचना
पाठकों, शुभचिंतकों व विज्ञापनदाताओं को सुचित किया जाता है कि अगर किसी को कोई समस्या हो तो वह नीचे दिये गये दै. मुंबई हलचल कार्यालय नंबर पर संपर्क करें. साथ ही आप अपने क्षेत्र के समस्याओं की समाचार व वीडियों हमें भेज सकते हैं.
धन्यवाद... संपादक
9821238815

बुलढाणा में हज प्रशिक्षण शिविर का आयोजन

संवाददाता/अशफाक युसुफ

बुलढाणा। रहनुमाई हज कमेटी बुलढाणा के संयुक्त तत्वाधान से 2022 की दूसरी प्रशिक्षण एवं कार्यशाला का आयोजन तक्वा मस्जिद मिर्जानगर सुबह 9.30 से नमाजे असर तक शिविर अमल में आई। इस प्रशिक्षण शिविर में औरंगाबाद शहर से आए हुए मुख्य अतिथि मुफ्ती नसीम साहब, फैसल साहब, अकबर भाई मौजूद थे। मुफ्ती नसीमुद्दीन साहब ने आजमीने हज के दौरान कयामे मदीना की आदाब वह इबादत से रहनुमाई की। और प्रोजेक्टर के माध्यम से हज यात्रा के समय छोटी बड़ी परेशानियों से बचाव के उपाय बताएं। इसी तरह रोजे नबी सल्ला वसल्लम पर हाजिरी के आदाब व इकराम से सुपरिच्य कराया। आज बुलढाणा जिले से लगभग 150 आजमीने हज 2020 ने इस प्रशिक्षण में शिरकत की। इस हज प्रशिक्षण को कामयाब बनाने के लिए रहनुमाई हज कमेटी के अध्यक्ष सैयद बिलाल, काजी नईमउद्दीन, अलहाज महबूब खान सर, दाऊद सर, इरफान सर, और अन्य जिम्मेदारान और सदस्य रहनुमाई हज कमेटी बुलढाणा की कोशिश शामिल रही।

ईडी की कार्रवाई: इफको के एमडी यूएस अवस्थी की 20.96 करोड़ रुपये की आवासीय संपत्ति जब्त की

नई दिल्ली। प्रवर्तन निदेशालय ने कहा कि उसने उर्वरक घोटाले और रिश्वत के रूप में 685 करोड़ रुपये के भुगतान से जुड़े मनी लॉन्ड्रिंग मामले में तीन राज्यों में इफको के एमडी यूएस अवस्थी की 20.96 करोड़ रुपये की आवासीय संपत्तियां कुर्क की हैं। एजेंसी ने एक बयान में कहा कि दिल्ली के हौज खास एन्क्लेव इलाके में अवस्थी की संपत्ति को कुर्क करने के लिए धन शोधन निवारण अधिनियम (पीएमएलए) के तहत एक अस्थायी आदेश जारी किया गया है, जिसे अवस्थी ने इफको, हरियाणा (गुरुग्राम) और हिमाचल से खुद को हस्तांतरित करवा लिया था। यह आदेश गुरुवार को जारी किया गया और संपत्तियों का मूल्य 20.96 करोड़ रुपये है। बयान में कहा गया है कि एक जांच में पाया गया है कि उदय शंकर अवस्थी और इफको में अन्य लोगों ने अपराध से आय अर्जित की और इसे विभिन्न असंबंधित संस्थाओं के माध्यम से जमा किया और इसका कुछ हिस्सा अवस्थी और अन्य द्वारा नियंत्रित संस्थाओं को हस्तांतरित कर दिया गया। यह मामला 2007-14 के दौरान इफको के प्रबंध निदेशक और सीईओ अवस्थी और इंडियन पोटाश लिमिटेड (आईपीएल) के प्रबंध निदेशक पी एस गहलौत के एनआरआई बेटों के साथ-साथ विदेशी आपूर्तिकर्ताओं द्वारा कथित रूप से भुगतान किए गए 685 करोड़ रुपये से अधिक के अवैध कमीशन से संबंधित है। इंडियन फार्मर्स फर्टिलाइजर को-ऑपरेटिव लिमिटेड (इफको) एक बहु-राज्य किसान सहकारी है, जबकि आईपीएल इसकी कंपनी है जो उर्वरकों की आपूर्ति में शामिल है, जिसके लिए सरकार दामों को सस्ता रखने के लिए सब्सिडी प्रदान करती है।

दैनिक मुंबई हलचल
अब हर सच होगा उजागर

उद्योगों में प्रदूषण कम करने की दिशा में करें कार्य: राष्ट्रपति

संवाददाता/सुनील बाजपेई

कानपुर। शनिवार 90 वर्ष पूरे होने पर मर्चेंट चैंबर में आयोजित समारोह में पहुंचे राष्ट्रपति राम नाथ कोविन्द ने कहा कि उद्योग और व्यापार जगत के प्रतिनिधि वर्तमान में चल रहे उद्योगों में प्रदूषण कम करने की दिशा में कार्य करें। राष्ट्रपति ने यह भी कहा कि ऐसे नए उद्योगों को स्थापित करें, जो पर्यावरण के अनुकूल हों। उद्योग और व्यापार जगत से अपेक्षा की जाती है कि प्रदूषण की समस्या को मिटाने में सहयोग करते हुए कानपुर और गंगा को स्वच्छ बनाने में अपना योगदान करेंगे। राष्ट्रपति ने कहा कि आज जलवायु परिवर्तन एक विकराल समस्या के रूप में हमारे सामने है। अगर इस चुनौती से निपटने के प्रयास हम अभी से प्रयास नहीं करेंगे तो वर्तमान के साथ-साथ आने वाली

पीढ़ियां भी अनेक कठिनाइयों का सामना करेंगी। इन्हीं चुनौतियों का ध्यान रखते हुए भारत सरकार ने कोप 26 शिखर सम्मेलन में घोषणा की है कि वर्ष 2030 तक भारत अपने कार्बन उत्सर्जन को एक बिलियन से घटा देगा और वर्ष 2070 तक नेट जीरो उत्सर्जन वाली अर्थव्यवस्था बनाने का प्रयास करेगा। इसके पहले राष्ट्रपति राम नाथ कोविन्द ने चित्र प्रदर्शनी का अवलोकन किया और फिर समारोह में मौजूद लोगों के साथ ग्रुप फोटो खिंचवाई। यहां पर मर्चेंट चैंबर के अध्यक्ष समेत सभी पदाधिकारी मौजूद रहे, जिन्होंने राष्ट्रपति को मर्चेंट चैंबर के अबतक के इतिहास से अवगत कराया। इस मौके पर राज्यपाल आनंदीबेन पटेल, विधानसभा अध्यक्ष सतीश महाना, संस्था के अध्यक्ष अतुल कनोडिया व अन्य लोग भी मौजूद रहे। यहां से वह सर्किट हाउस और फिर चकेरी एयरफोर्स स्टेशन पहुंचे और गोरखपुर के लिए विमान से प्रस्थान किया।

कानपुर में किशोरी की इज्जत के दो लुटेरों को गोविंद नगर पुलिस ने भेजा जेल

- अभियुक्तों ने लैंगिक कार्य करते हुए पीड़िता का वीडियो भी बनाया था

- पहले भी विभिन्न थाना क्षेत्रों में अनेक लड़कियों के साथ हो चुकीं अपहरण और बलात्कार की घटनायें

-घटना स्थल रतनलाल नगर के होटल से चादर और मोबाइल भी बरामद

संवाददाता/सुनील बाजपेई

कानपुर। यहां अथाह प्यार करने का झांसा देकर बहला फुसला कर अपहरण करने के बाद एक युवक ने अपने दोस्त के साथ मिल कर किशोरी की इज्जत को रौंध डाला। रिपोर्ट दर्ज कराये जाने के बाद पुलिस ने दोनों युवकों को गिरफ्तार कर उन्हें जेल का रास्ता भी दिखा दिया है। अवगत कराते चलें कि इसके पहले भी विभिन्न थाना क्षेत्रों में भी इसी तरह से और भी कई किशोरियों को युवतियों को शिकार बनाया जा चुका है। फिलहाल यह चर्चित घटना गोविन्द नगर थाना क्षेत्र की है। यहां मुकदमा दर्ज होने के बाद अपहृता सुन्दरी (नाम काल्पनिक) के मोबाइल नंबर एवं इंस्टाग्राम आईडी के माध्यम से ज्ञात हुआ कि वह कुणाल नाम के पुरुष मित्र के साथ फिल्म देखी गयी थी, जिसके बाद अपने विभागीय कर्तव्य का पालन पूरी निष्ठा और ईमानदारी से करने वाले निष्पक्ष और पारदर्शी कार्यशैली के प्रबल पक्षधर इंस्पेक्टर रोहित तिवारी की अगुवाई में अगले दिन ही उसको बरामद करते हुए उसके कथनानुसार कुणाल सिंह पुत्र अनुराग सिंह तोमर एवं मोहम्मद साहिल को गिरफ्तार करने में भी सफलता प्राप्त करली गई। इस बीच तत्काल प्रभावी कार्रवाही करते हुए दोनों आरोपियों को फरार होने के पहले ही गिरफ्तार करने वाले अपराधियों के खिलाफ लगातार सफल मोर्चा खोले और अपनी व्यवहार कुशलता से आम जनता के प्रबल स्नेह पात्र बने पीड़ितों की हर सम्भव सहायता के लिए चर्चित होने के साथ ही अपनी नौकरी के अबतक के जुझारू कार्यकाल में सैकड़ों शातिरों को सबक सिखाने में भी अग्रणी साबित हो चुके सरल और शालीन स्वभाव के तेजतर्रार इंस्पेक्टर रोहित तिवारी ने बताया कि दोनों अभियुक्तों द्वारा उसके साथ लैंगिक कार्य करते हुए वीडियो भी बनाया गया था। साथ ही होटल विभा राज रतनलाल नगर से मौके से चादर और मोबाइल आदि भी कब्जे लिया जा चुका है।

गुस्ताख-ए-नबी नुपुर शर्मा की अविलंब गिरफ्तारी नहीं हुई तो देश के मुसलमान और अमन पसंद नागरिक एकसाथ सड़कों पर उतरेंगे: नजरे आलम

मधुबनी। आका की शान में लगातार की जा रही गुस्ताखी हम बर्दाश्त नहीं कर सकते, कानपुर में लोगों ने आतंकी नुपुर शर्मा की गिरफ्तारी की मांग को लेकर किए एहतजाज में मार भी मुसलमान खाए, जेल भी मुसलमान गए, घर पर बुलडोजर भी मुसलमानों के ही चलेगा, मगर आतंकी नुपुर की गिरफ्तारी नहीं होगी, न ही उस पर एनएसए लगा और न ही उसके घर पर बुलडोजर चलेगा, सिर्फ इसलिए न कि नुपुर शर्मा भाजपा की नेता है। आखिर ऐसा कबतक चलेगा,

मुसलमानों के साथ मोदी सरकार का एकतरफा हमला आखिर कब बंद होगा। मोदी सरकार खुलेआम मुसलमानों को मरवाना कब बंद करेगी। अगर सरकार नुपुर की गिरफ्तारी नहीं करती है तो देश भर में हम सड़कों पर उतरेंगे, घुट घुट कर मरने से बेहतर है अपने आका के लिए कुर्बान होंगें. विपक्ष तो पहले से मुर्दा है उसे भी अब मुसलमान नहीं चाहिए तो बेहतर है के हम अपनी सुरक्षा और आका की शान में गुस्ताखी करने वालों के खिलाफ आवाज उठाएं। हम किसी भी कीमत पर आका की शान में गुस्ताखी बर्दाश्त नहीं कर सकते।

कानपुर में नाबालिग के धर्म परिवर्तन मामले की जांच में तेजी

संवाददाता/सुनील बाजपेई

कानपुर। एक नाबालिक और धर्म परिवर्तन करा कर उसका निकाह 40 साल की महिला के साथ करवाने के मामले की जांच पहले से और तेज कर दी गई है। सूत्रों ने इस मामले में कुछ और लोगों के भी गिरफ्तार किए जाने की आशंका जाहिर की है। जबकि इलाके के चौकी इंचार्ज और काकादेव के इंस्पेक्टर राम कुमार गुप्ता को सस्पेंड करने के साथ ही मौलाना समेत चार लोगों को इस मामले में पहले ही गिरफ्तार किया जा चुका है। अवगत कराते चलें कि कानपुर हिंसा के चार दिन पहले ही धर्म परिवर्तन के इस मामले में 16 साल के एक लड़के की शादी लगभग 40 साल की एक मुस्लिम महिला से करा दी गई थी। इस मामले में पुलिस ने निकाह कराने वाले मौलाना को गिरफ्तार करने के साथ ही चार अन्य लोगों को भी हिरासत में लेकर पूछताछ कर रही है। सबसे पहले जानकारी होने पर यह मामला सबसे पहले बजरंग दल वालों ने उठाया था। उनका आरोप है कि स्थानीय पुलिस से मामले की शिकायत की गई थी लेकिन उसने कोई कार्रवाई नहीं की,जिसके चलते ही धर्म परिवर्तन कराने

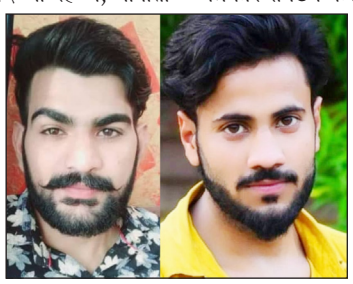
16 साल के लड़के की 40 साल की मुस्लिम महिला से करा दिया था निकाह - घटना में इंस्पेक्टर और चौकी इंचार्ज को सस्पेंड कर मौलाना समेत चार को पहले ही किया जा चुका गिरफ्तार

वाले अपने ही इरादे में सफल रहे। धर्म परिवर्तन के इस मामले में पुलिस की हीलाहवाली और लापरवाही के फलस्वरूप ही काकादेव के प्रभारी निरीक्षक राम कुमार गुप्ता और चौकी इंचार्ज को भी सस्पेंड कर मौलाना समेत चार लोगों को गिरफ्तार कर जांच एसीपी के हलाले कर दी गई थी। जिसे पहले से और तेज कर दिया गया है।

हादसे में पत्रकारों के परिवार के दो युवको की दुर्घटना में मौत

संवाददाता/सैय्यद अलताफ हुसैन

कैराना। पत्रकार के पारिवारिक भतीजे तथा एक पत्रकार के ममेरे भाई की सड़क हादसे में मौत के बाद परिजनों में कोहराम मचा हुआ है। दोनों दोस्त बाइक पर सवार होकर देवबंद जा रहे थे, नानौता पहुंचते ही रेत के डंफर ने कुचल दिया,जिससे सुहैब की तो मौके पर ही दर्दनाक मौत हो गई, जबकि सागर ने रास्ते में दम तोड़ दिया है। शनिवार को नगर के मोहल्ला आलकला निवासी सुहैब पुत्र इकबाल उर्फ बल्ला व सागर पुत्र रमेश बाइक पर सवार होकर किसी कार्य से देवबंद जा रहे थे,जैसे ही वह नानौता पहुंचे तो रेत से भरे डंफर ने उन्हें कुचल दिया। हादसे के बाद सुहैब की मौके पर ही दर्दनाक मौत हो गई, जबकि उसका साथी सागर गंभीर रूप से घायल हो गया राहगीरों के सहयोग से सागर को सामुदायिक स्वस्थ्य केंद्र देवबंद पर उपचार के लिए ले जाया जा रहा था कि रास्ते में उसने दम तोड़ दिया। दोनों युवकों की सड़क हादसे में मौत के बाद परिजनों में कोहराम मचा हुआ है। मृतक सागर पत्रकार संगठन केराना के अध्यक्ष सुधीर चौधरी के



पारिवारिक भतीजा था। और साहेब पत्रकार महताब शानू का ममेरा भाई था। इसके चलते पत्रकारों में भी शोक की लहर दौड़ गई। सूचना मिलते ही परिजन आनन-फानन में मौके की ओर दौड़ पड़े।दोनों दोस्तों की मौत से नगर में शोक छा गया है। बताया जाता है कि दोनों मृतक आपस में गहरे दोस्त थे और दोनों एक दूसरे के बिना नही रहते थे। कुदरत का निजाम देखिए कि आज दोनों एक साथ ही दुनिया को अलविदा कह गए हैं। समाचार लिखे जाने तक मृतकों के शव कैराना नहीं पहुंचे थे।

दैनिक मुंबई हलचल
अब हर सच होगा उजागर

कान के असहनीय दर्द को तुरंत दूर करते हैं ये नुस्खे

कान में दर्द होने पर काफी परेशानी होती है। सर्दी-जुकाम या किसी और वजह से कान में दर्द हो सकता है। कई बार तो यह पीड़ा काफी हल्की होती है लेकिन कई बार इससे काफी तेज दर्द होता है जिसे सहना मुश्किल हो जाता है। ऐसे में कुछ घरेलू उपाय अपनाकर इस समस्या से छुटकारा पाया जा सकता है।

1. लहसुन
जब कान में तेज दर्द होने लगे तो लहसुन का इस्तेमाल कर सकते हैं। इसमें मौजूद एंटीबायोटिक और एंटीसेप्टिक गुण कान दर्द की समस्या को दूर करता है। इसके लिए थोड़े-से सरसों के तेल में लहसुन की 2-3 कलियां डालकर गर्म करें और तेल जब ठंडा हो जाए तो 2-3 बूंदे कान में डाल लें।

2.तुलसी का रस
इसके लिए तुलसी की कुछ पत्तियों को पीसकर उनका रस निकाल लें और दिन में 2-3 बार इसे कान में डालने से दर्द दूर होता है।

3.नीम
कान दर्द होने पर नीम की पत्तियां भी काफी फायदेमंद होती हैं। इसके लिए नीम की कुछ पत्तियों को पीसकर उसका रस निकाल लें और उसकी 2-3 बूंदे कान में डालें। इसके अलावा नीम के तेल का भी इस्तेमाल कर सकते हैं।

4.प्याज
इसके लिए प्याज को कद्दूकस करके उसे एक पतले कपड़े में बांधकर पोटली बना लें और इसका रस निकाल लें। इस पोटली को रात को सोने से पहले कान के नीचे रखें। इससे कान दर्द में आराम मिलेगा।

5. जैतून का तेल
जैतून का तेल बालों के लिए तो फायदेमंद होता ही है, इसके अलावा यह कान दर्द होने पर भी इस्तेमाल किया जा सकता है। इसके लिए जैतून के तेल को हल्का गर्म करके 3-4 बूंदें कान में डालें।

जिम छोड़ने से पहले जान लें इसके नुकसान

बदलते लाइफस्टाइल में हर कोई फिट और स्लिम दिखना पसद करता है। इसके लिए लोग घंटों जिम में अपना पसीना बहाते है लेकिन कुछ युवा ऐसे भी है जो अचानक से जिम बीच में ही छोड़ देते है। अचानक से बीच में जिम छोड़ देने से शरीर पर बुरा असर पड़ता है। अगर आप या आपका कोई नजदीकि संबंधी बीच में जिम छोड़ने का विचार बना रहा है तो इससे होने वाले नुकसान के बारे में भी जान लें।

1. कमजोर मांसपेशियां
जब आप अचानक से जिम छोड़ देते है तो इससे मांसपेशियां कमजोर होने लगती है और उनकी क्षमता में कमी आने लगती है। जाहिर सी बात है जब आप कड़ी मेहनत करने के बाद कोई काम अचानक से बीच में छोड़ देते है तो शरीर कमजोर पड़ने लगता है और उसकी काम करने की क्षमता भी कम होने लगती है।

2. वजन बढ़ना
इसका एक और नुकसान है कि वजन तेजी से बढ़ना शुरू हो जाता है। वर्कआउट करने से शरीर का मेटाबॉलिज्म बढ़ता है और कैलोरी बर्न होती है लेकिन जब हम अचानके से जिम करना छोड़ देते है तो वजन बढ़ने लगता है।

3. फिटनेस में कमी
जिम छोड़ने के 3 महीने के बाद ही फिटनेस लेवल बिगड़ जाता है। आपने यह बात काफी हद तक नोटिस भी की होगी। इसलिए बेहतर है कि जिम बीच में ही न छोड़े क्योंकि इससे आपकी फिटनेस भी खराब हो जाएगी।

4. इम्यून सिस्टम
जिम छोड़ने से इम्यून सिस्टम भी काफी खराब असर पड़ता है क्योंकि जिम करते समय तो लोग अपनी डाइट का खास ध्यान रखते है लेकिन जिम छोड़ देने से उनका डाइट प्लान भी बिगड़ जाता है जिससे इम्यून सिस्टम कमजोर होने लगता है।

मिठास से भरे ये फल सेहत के लिए हैं बैस्ट

न्यूट्रिशियंस, मिनरल्स और विटामिन से भरपूर फलों का सेवन करने से शरीर में पोषक तत्वों की कमी पूरी हो जाती है। कुछ लोग फलों को इसलिए नहीं खाते क्योंकि इनमें मिठास बहुत ज्यादा होती है लेकिन एंटीऑक्सिडेंट के गुणों के कारण सेहत के लिए यह जरूरी भी बहुत है। वहीं कुछ फल ऐसे भी हैं जिनमें मिठास थोड़ी कम होती है लेकिन यह गुणों से भरपूर होते हैं। तो आइए जाने किस तरह खा सकते हैं कम और ज्यादा चीनी वाले फल।

संतरा
संतरा विटामिन सी से भरपूर होता है। इसका जूस निकालकर पीने की बजाए अगर ऐसे ही खाने से ज्यादा फायदा मिलता है। इसमें 11 ग्राम के करीब चीनी की मात्रा होती है।

सेब
सेब कई बीमारियों के लिए रामबाण है। इसमें मौजूद फाइबर पेट के लिए बहुत फायदेमंद है। इसका जूस पीने से अच्छा है कि इसे काट कर ही खाएं।

रसभरी
खाने में यह मीठी लगती है लेकिन आप इसे आराम से खा सकते हैं क्योंकि इसमें चीनी की मात्रा बहुत कम होती है। एक कप रसभरी में केवल 5 ग्राम चीनी ही होती है।

एवोकाडो
इसमें मौजूद फाइबर सेहत के लिए बहुत लाभकारी है। इसमें चीनी भी बहुत कम होती है।

लीची
लीची में मिठास बहुत ज्यादा होती है लेकिन इसमें कैल्शियम भी बहुत मात्रा में होता है। जो हड्डियों और दांतों के लिए बहुत जरूरी है। ये 136 मिलिग्राम कैल्शियम देती है।

अंजीर
अंजीर में फाइबर और पोटैशियम भरपूर होता है। इसके साथ ही इसमें मीठास भी होती है। इसके एक कप में 27 ग्राम के करीब चीनी होती है।

आम
आम को फलों का राजा माना जाता है। मीठास से भरपूर इस फल में विटामिन- ए भी भरपूर होता है। जो आंखों के लिए फायदेमंद है।

चेरी
लाल रंग का यह फल खाने से रात को

मंहगी क्रीम से नहीं, इस फेसपैक से पाएं बेदाग त्वचा

चेहरे के साथ-साथ शरीर के बाकी अंगों का साफ होना बहुत जरूरी है। अक्सर लोग अपनी चेहरे की खूबसूरती की तरफ ध्यान देते हैं लेकिन अगर हाथ और पैर ही साफ न हो तो पर्सनैलिटी अधूरी लगती है। वहीं गर्मी और बरसात के मौसम में स्किन संबंधित कई समस्याओं का सामना करना पड़ता है जैसे सनबन, एलर्जी और फंगस आदि। आज हम आपको एक आसान घरेलू तरीका बताने जा रहे है जिससे आप ग्लोइंग स्किन पा सकते है।

जरूरत की चीजें
- खीरे का रस
- आलू का रस
- 1/2 टीस्पून नींबू का रस
- टमाटर का रस

बनाने और लगाने का तरीका
सबसे पहले खीरे, टमाटर और आलू का रस मिलाकर अच्छे मिक्स कर लें। अब इसमें नींबू का रस डाले और अच्छे से मिलाएं। इस पैक को स्किन पर 30 मिनट के लिए लगाकर रखें। शाम के समय इस पैक को लगाने से अधिक फायदा मिलता है। इससे सनबन और खुले पोर्स बंद होने की समस्या से छुटकारा मिलता है।

दैनिक मुंबई हलचल
अब हर सच होगा उजागर

Dr. Akhtar Hasan Rizvi and **Adv. (Mrs) Rubina Akhtar Hasan Rizvi,** Founders of Help Yourself Foundation & Rumi Care present 4th edition of Rizvi Marathon to create awareness about Cancer and to support Cancer Patients and survivors.

SAQUIB AKHTAR RIZVI
MEMORIAL CANCER AWARENESS MARATHON

RUMI CARE
HELP YOURSELF FOUNDATION
BANDRA, MUMBAI.

2022
19th Jun
Sunday

5:00AM Onwards
MMRDA Ground G8 BKC,
Mumbai

i Choose hope
RIZVI
Half Marathon

#rumicare • #kickcancer • 2022

3 KM	3 KM	5 KM	10 KM	21 KM
School Students	Wheel Chair Race	Run	Run	Half Marathon

SCAN THE QR CODE ABOVE

rizvimarathon@gmail.com

https://www.townscript.com/e/saquib-rizvi-memorial-cancer-awareness-marathon-331014

www.helpyourselffoundation.in

rizvimarathon
rizvimarathon
rizvi_marathon

For any assistance contact
Dr. Alkama Faqih +91 93234 09313 | Ms. Varsha Nagre +91 81699 82065

Certified by AIMS Association of International Marathons and Distance Races