

दैनिक

भारत सरकार द्वारा विज्ञापन हेतु मान्यता प्राप्त

(R)

मुंबई हलचल

अब हर सच होगा उजागर

रक्षाबंधन के शुभ अवसर पर

शुद्ध घी में बना
केसरीया
घेवर

काजू कतरी, काजू रोल, बदाम बर्फी,
बदाम रोल, केसर पेड़े, पिस्ता लॉज,
मिलेगा.

MM MITHAIWALA

Malad (W) Tel. : 288 99 501 | 98208 99501

पत्नी से अफेयर का शक! नाबालिग की हत्या कर 5 हिस्सों में काटा



**घर में छिपाए
लाश के टुकड़े**

मुंबई हलचल/संवाददाता
मुंबई। महाराष्ट्र की राजधानी मुंबई में एक दिल-दहला देने वाली वारदात सामने आई है। मुंबई के चेंबूर इलाके में एक शख्स ने नाबालिग लड़के की पहले तो बेरहमी से हत्या कर दी। इसके बाद उसके शव के साथ बर्बरता की। शख्स ने नाबालिग के शव के पांच टुकड़े कर दिए। टुकड़े करने के बाद शव को बाहर कहीं नहीं फेंका, बल्कि घर में छिपा कर रख दिया। शख्स ने दो दिन बाद अपने एक रिश्तेदार को वारदात के बारे में बताया, जिसके बाद मामले का खुलासा हो सका। **(शेष पृष्ठ 3 पर)**

अजित पवार पर 'शिकंजा'

फडणवीस के पास से होकर जाएगी हर फाइल!



मुंबई हलचल/संवाददाता
मुंबई। महाराष्ट्र में महाविकास अघाड़ी गठबंधन के बीच चली आ रही खटपट लगातार सुर्खियां बटोर रही है। लेकिन अब सरकार में शामिल पार्टियों के बीच भी अनबन की खबरें आ रही हैं। एनसीपी तोड़कर सत्ता में शामिल हुए महाराष्ट्र के डिप्टी सीएम अजित पवार को बड़ा झटका लगा है। चीनी मिल से जुड़े कुछ फैसलों को उपमुख्यमंत्री देवेंद्र फडणवीस ने बदल दिया है, जिन्हें अजित पवार ने लिया था। इतना ही नहीं आगे से अजित पवार जो भी फाइल पास करेंगे, वह बाद में देवेंद्र फडणवीस के पास जाएगी और फिर मुख्यमंत्री एकनाथ शिंदे के पास जाएगी। महाराष्ट्र सरकार के इस अहम फैसले को अजित पवार के पर कतरने के तौर पर देखा जा रहा है। **(शेष पृष्ठ 3 पर)**



**गौतम अडानी के धराशायी
हुए ग्रुप के सभी शेयर**

नए आरोपों से निवेशकों में हड़कंप

मुंबई हलचल/संवाददाता
नई दिल्ली। संगठित अपराध और भ्रष्टाचार रिपोर्टिंग परियोजना (ओसीसीआरपी) द्वारा लगाए गए ताजा आरोपों के अडानी समूह द्वारा खंडन के बावजूद गुरुवार सुबह के सौदों के दौरान अडानी समूह के शेयरों में बिकवाली का दबाव देखा गया। आज शेयर बाजार खुलने की घंटी बजने के कुछ ही मिनटों के भीतर अडानी समूह के सभी शेयर लाल क्षेत्र में फिसल गए। ग्रुप की सभी दस लिस्टेड कंपनियों के शेयरों में भारी गिरावट देखने को मिल रही है। एक मीडिया ग्रुप की रिपोर्ट में दावा किया गया है कि अडानी ग्रुप ने गुप्तचुप तरीके से खुद अपने शेयर खरीदकर स्टॉक एक्सचेंज में लाखों डॉलर का निवेश किया। हालांकि अडानी ग्रुप ने इन आरोपों का खंडन किया है। **(शेष पृष्ठ 3 पर)**

4 हजार करोड़ का बैंक फ्रॉड .. फिर जेल में वीआईपी ट्रीटमेंट

वधावन बंधुओं पर मेहरबान 7 पुलिसकर्मी सरपेंड

मुंबई हलचल/संवाददाता
मुंबई। देश के सबसे बड़े बैंक धोखाधड़ी मामले से जुड़ी चौंका देने वाली खबर है। धवन हाउसिंग फाइनेंस लिमिटेड (डीएचएफएल) के प्रमोटर कपिल वधावन और धीरज वधावन को जेल में रहते हुए वीआईपी ट्रीटमेंट देने के आरोप में एक अधिकारी समेत सात पुलिसकर्मियों को सरपेंड कर दिया गया है। डीएचएफएल अब बंद हो चुकी है। जानकारी के मुताबिक, वधावन बंधुओं पर 17 बैंकों को कर्ज के नाम पर 34,615 करोड़ रुपये का चूना लगाने का आरोप है। **(शेष पृष्ठ 3 पर)**



दिलचस्प बात यह है कि इस दौरान पुलिसकर्मी भी मौजूद होते हैं। वधावन बंधु अभी न्यायिक हिरासत में हैं और मुंबई के पड़ोसी नवी मुंबई शहर की तलोजा जेल में बंद हैं। हाल ही में एक न्यूज चैनल ने वधावन बंधुओं के न्यायिक हिरासत में रहते हुए मुंबई के सरकारी अस्पताल में मेडिकल जांच की आड़ में कई तरह की खास सुविधाएं लेते हुए वीडियो विलफ प्रसारित किया था। जिससे बवाल खड़ा हो गया था।

**एक स्पेशल
सीबीआई कोर्ट ने पिछले
महीने डीएचएफएल के
प्रमोटर धीरज वधावन को
मेडिकल आधार पर जमानत
देने से इनकार कर दिया
था। उन्हें यस बैंक में कथित
धोखाधड़ी से जुड़े मामले में
गिरफ्तार किया गया है**

हमारी बात

बदहाली गिग वर्कर्स की



साल 2019 से 2022 के बीच गिग वर्कर्स की वास्तविक आमदनी में ठोस गिरावट आई। यह गिरावट औसतन 10.4 प्रतिशत रही। इसके पीछे दो प्रमुख वजह हैं: बढ़ी आम महंगाई और तेल की ऊंची कीमत। ये श्रमिक वैसे भी बाकी वर्कर्स से कम ही कमा पाते हैं।

वैसे तो भारत के आज के राजनीतिक विमर्श में श्रमिक वर्ग ही गायब है, लेकिन उनके बीच भी गिग वर्कर्स तो कुछ ज्यादा ही हाशिये पर हैं। इसलिए नेशनल कार्डसिल ऑफ एप्लाइड इकॉनॉमिक रिसर्च (एनसीईआर) और सांख्यिकी और कार्यक्रम क्रियान्वयन मंत्रालय ने इन श्रमिकों के बारे में अध्ययन किया, इसके लिए उनकी प्रशंसा की जाएगी। एनसीईआर का अध्ययन 2019 से 2022 के बीच इन श्रमिकों की वास्तविक आमदनी में आई ठोस गिरावट के बारे में है। निष्कर्ष है कि इस अवधि में इन श्रमिकों की आमदनी में औसतन 10.4 प्रतिशत गिरावट आई। इस गिरावट की दो प्रमुख वजहें हैं: बढ़ी आम महंगाई और तेल की ऊंची कीमत। चूंकि गिग वर्कर्स- चाहे वो टैक्सी ड्राइवर हों या घर-घर सामान पहुंचाने वाले कर्मी- उन्हें अपने वाहन के रखरखाव का खर्च खुद ही उठाना पड़ता है, इसलिए तेल की महंगाई सीधे तौर पर उनकी आमदनी को कम कर देती है। नतीजा यह हुआ कि 2019 में रोजाना 11 घंटों तक काम करने वाले गिग वर्कर्स की औसत वास्तविक आमदनी जहां 13,470 रुपये थी, वह 2022 में 11,963 रुपये रह गई। छोटे शिफ्ट यानी रोज पांच घंटों तक काम करने वाले ऐसे श्रमिकों की वास्तविक आय औसतन 7,999 रुपये से गिर कर 7,157 रुपये रह गई। यहां एक दूसरे अध्ययन का निष्कर्ष भी जरूर ध्यान में रखना चाहिए कि एक औसत गिग वर्कर आम शहरी पुरुष मजदूर की तुलना में कम कमा पाता है। एक निजी यूनिवर्सिटी की तरफ से गिग-पल्स शीर्षक से जारी रिपोर्ट के मुताबिक इन दोनों तरह के श्रमिकों की मासिक कमाई में औसतन तीन हजार रुपये का फर्क है। केंद्र सरकार के पीरियॉडिक लेबर फोर्स सर्वे 2022 से सामने आया था कि लगभग 74 प्रतिशत गिग वर्कर कोई बचत नहीं कर पाते हैं। उपलब्ध आंकड़ों के मुताबिक देश में गिग वर्कर्स की संख्या 80 लाख से ज्यादा हो चुकी है। अर्थव्यवस्था और रोजगार में जैसे टूट हैं, उन्हें देखते हुए आसानी से अनुमान लगाया जा सकता है कि इन श्रमिकों की संख्या आने वाले दिनों में तेजी से बढ़ेगी। इसलिए उनकी बदहाली दूर करने के उपायों को चर्चा में लाने की आवश्यकता है।

विपक्ष सोशल मीडिया से बचे, रियलिटी बूझे

विपक्षी पार्टियों की तीसरी बैठक में बहुत कुछ तय होने की संभावना है। मुंबई में दो दिन की बैठक में 'इंडिया' की पार्टियां समन्वय समिति बनाने वाली हैं, संयोजक का नाम तय करने वाली हैं, सीट बंटवारे पर चर्चा होने की संभावना है, चुनाव रणनीति बनने वाली है और लोगो व थीम सॉन्ग जारी होने की भी बता कही जा रही है। लेकिन उससे पहले तमाम विपक्षी पार्टियों को अपनी ताकत व कमजोरी का आकलन करना होगा, जमीनी हालात समझने होंगे और भाजपा की ताकत का अंदाजा लगाना होगा। सोशल मीडिया में जो नैरेटिव बन रहा है उसको आधार बना कर अगर विपक्षी पार्टियां कुछ भी तय करती हैं तो वह बहुत घातक हो सकता है। हालांकि विपक्ष की पार्टियों में ज्यादातर नेता मंजे हुए हैं और लंबे राजनीतिक अनुभव वाले हैं लेकिन मुश्किल यह है कि सोशल मीडिया इन दिनों हर व्यक्ति के अंदर किसी न किसी तरह का भ्रम पैदा कर देता है।

सोशल मीडिया में सक्रिय हर व्यक्ति टिटहरी की तरह उलटा लटका है और समझ रहा है कि आसमान उसने थाम रखा है। नेताओं के लाखों फॉलोवर हैं तो वे समझ रहे हैं कि यह उनका जनाधार है। अगर ऐसा नहीं होता तो कांग्रेस के नेता रोज ये आंकड़े नहीं पेश करते कि राहुल गांधी को सोशल मीडिया में ज्यादा पसंद किया जा रहा है और नरेंद्र मोदी को कम। इसी तरह पत्रकार और विचारक श्रेणी के लोग सोशल मीडिया में पोस्ट लिख कर क्रांति करने का भ्रम पाले हुए हैं। ऐसे पत्रकारों और बुद्धिजीवियों को सोशल मीडिया की प्रतिक्रिया देख कर लग रहा है कि प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी और भाजपा की गाड़ी पटरी से उतर गई है। ऐसा भ्रम इसलिए होता है क्योंकि वे तकनीक को नहीं समझते हैं। सोशल मीडिया का अलगोरिथ्म हर व्यक्ति को वही दिखाता है, जो उसको पसंद आता है। इससे सत्ता विरोधी लोग घर बैठे बदलाव की आहट सुनने लगते हैं। सो, मुंबई में जुट रही पार्टियों को इसका ध्यान रखना चाहिए कि वे किसी भ्रम का शिकार न हों और उनकी रणनीति वास्तविक स्थितियों को ध्यान में रख कर बने। वास्तविकता यह है कि पिछले दो लोकसभा चुनावों



में भाजपा का वोट बढ़ा है और पिछले करीब 10 साल में शायद ही किसी राज्य में भाजपा का वोट कम हुआ है। राज्यों में वह हारी है तब भी उसका वोट बढ़ा है या पहले जितना बना रहा है। इस हकीकत को ध्यान में रख कर विपक्ष को अपनी रणनीति बनानी होगी।

भाजपा से लड़ने के लिए विपक्षी पार्टियों ने मोटे तौर पर एक गठबंधन बना लिया है। इस गठबंधन की ज्यादातर पार्टियां पहले भी साथ रही हैं और कई पार्टियां अब भी साथ मिल कर चुनाव लड़ती हैं। सबकी विचारधारा मोटे तौर पर एक जैसी है और राज्यों में वोट आधार भी एक जैसा है। इसलिए उसमें थोड़ी बहुत ऊंच-नीच का ज्यादा फर्क नहीं पड़ता है। इसके बाद विपक्ष को केमिस्ट्री, कैपेन और नैरेटिव की जरूरत है। उसके बाद कैडिडेट की बारी आएगी। इन चार चीजों के बाद सबसे अंत में चेहरे की जरूरत है, वह नहीं भी हो तो ज्यादा फर्क नहीं पड़ेगा वाला है। विपक्ष के नेताओं को इस हकीकत को स्वीकार करना चाहिए कि उनके पास नरेंद्र मोदी से मुकाबला का कोई चेहरा नहीं है। भारत जोड़ो यात्रा के जरिए राहुल गांधी की एक विशिष्ट छवि गढ़ी गई है और उसके बाद देश-विदेश की विस्तारित यात्राओं से वे इस छवि को और मजबूत कर रहे हैं। लेकिन मोदी 13 साल मुख्यमंत्री रहे हैं और साढ़े नौ साल से प्रधानमंत्री हैं। गुजरात से ही उनकी हिंदू हृदय सम्राट की छवि है। मजबूत व निर्णायक नेता के तौर पर उनकी पहचान पिछले कुछ सालों में और मजबूत हुई है। वे राष्ट्रवाद, हिंदुत्व और मजबूत नेतृत्व तीनों का प्रतीक हैं।

इसलिए उनके मुकाबले कोई चेहरा पेश करने की बजाय विपक्ष अगर नैरेटिव पर ध्यान दे तो वह बेहतर होगा।

विपक्ष को मुख्य रूप से नरेंद्र मोदी के दो कार्यकाल के कामकाज पर फोकस करना चाहिए। उनके वादे लोगों को याद दिलाने चाहिए। लोगों से पूछना चाहिए कि अच्छे दिन आए या नहीं? पेट्रोल-डीजल की मार कम हुई या नहीं? महंगाई की मार कम हुई या नहीं? डॉलर के मुकाबले रुपए की कीमत कहाँ तक पहुँची? कितने लोगों को रोजगार मिला? किसानों की आय दोगुनी करने का क्या हुआ? स्मार्ट सिटी कहाँ हैं? भाजपा ने 2014 के चुनाव में जितने भी नारे गढ़े थे उन्हें फिर से सामने लाना होगा और लोगों को उसके बरक्स उनकी वास्तविक स्थिति दिखानी होगी। ध्यान रहे यह केंद्र की मोदी सरकार की सबसे कमजोर नस है और इसे प्रधानमंत्री भी समझ रहे हैं। तभी उनकी सरकार ने रसोई गैस सिलिंडर की कीमत दो सौ रुपए घटा कर महंगाई की दिशा मोड़ने का काम शुरू कर दिया है। अब अगले आठ-नौ महीने सरकार का काम लोगों को राहत देना होगा। नियुक्ति पत्र बांटे जा रहे हैं, ईंधन के दाम घटाए जा रहे हैं, अर्थव्यवस्था की गुलाबी तस्वीर दिखाई जा रही है, जी-20 से भारत के वैश्विक नेतृत्व की पताका फहराई जा रही है और अयोध्या में राम मंदिर के भव्य उद्घाटन की तैयारी चल रही है। विपक्ष को इसके बरक्स अपना नैरेटिव गढ़ना होगा। सत्ता विरोध की लहर तैयार करने से लेकर मुफ्त की रेवडी बांटने और जाति का गणित बैटाने जैसे कई उपाय हैं, जिन्हें विपक्ष

आजमा सकता है।

नैरेटिव के बाद सबसे जरूरी चीज केमिस्ट्री है। यानी पार्टियों के बीच ऐसा रसायन दिखना चाहिए, जिसकी प्रतिक्रिया स्वाभाविक व सकारात्मक हो। ध्यान रहे राजनीति में सबसे जरूरी चीज रसायन है। अगर वह नहीं बना तो बड़ी से बड़ी पार्टियों का गठबंधन धराशायी हो जाएगा। अभी तक भाजपा की ओर से यह प्रचार किया जा रहा है कि विपक्ष की पार्टियों में कोई केमिस्ट्री नहीं है। उनके बारे में कहा जा रहा है कि वे मोदी विरोध के नाम पर इकट्ठा हुए हैं या भ्रष्टाचार के खिलाफ हो रही कार्रवाई से बचने के लिए इकट्ठा हुए हैं या सत्ता के लालच में एकजुट हो रहे हैं। ये तीनों बातें नकारात्मक हैं और विपक्ष की संभावना को कमजोर करने वाली हैं। उन्हें बताना होगा कि वे देश और नागरिकों के हितों के लिए एकजुट हो रहे हैं। उन्हें सत्ता का लालच नहीं है और न केन्द्रीय एजेंसियों का डर है। मोदी विरोधी की बात का भी जवाब देना होगा क्योंकि अगर मोदी विरोध का नैरेटिव बना तो भाजपा को बहुत फायदा हो जाएगा। सो, विपक्षी पार्टियों को आपसी मतभेद खत्म करके और अपने हितों को किनारे रख कर अपनी केमिस्ट्री दिखानी होगी।

जिस चीज पर विपक्षी पार्टियों को सबसे कम ध्यान देना होगा वह है कि नेता कौन बनेगा। विपक्ष को नेता पद की बात छोड़ देनी चाहिए। क्योंकि अगर इस बात को लेकर विवाद हुआ कि संयोजक कौन बनेगा, अध्यक्ष कौन बनेगा, मोदी के मुकाबले चेहरा कौन होगा तो उससे पार्टियों की आपसी फूट जाहिर होगी और जनता के बीच यह मैसेज जाएगा कि यह गठबंधन सत्ता के लिए अभी से खींचतान कर रहा है तो जीतने के बाद क्या होगा। इस मामले में एक राय सामने आनी चाहिए। विपक्ष सामूहिक नेतृत्व पेश करे और यह बताए कि वह जनता की तरफ से चुनाव लड़ रहा है। सरकार बनाम जनता की लड़ाई बनाने के प्रयास पर फोकस होना चाहिए। चेहरा सामने आते ही चेहरे की पड़ताल होने लगेगी और तुलना शुरू हो जाएगी। इसलिए विपक्ष को इससे बचना चाहिए और कोशिश करनी चाहिए कि हर मसले पर आम सहमति जाहिर हो।

शिलफाटा खान कंपाउंड परिसर की अवैध इमारत पर दिवा प्रभाग समिति द्वारा की गई तोड़क कार्रवाई

फुल एक्शन मोड में दिवा प्रभाग समिति



मुंबई हलचल/अब्दुस समद खान मुन्ना शिल। दिवा प्रभाग समिति अंतर्गत शिलफाटा खान कंपाउंड परिसर में बड़े पैमाने पर भू माफिया बिल्डर द्वारा अवैध इमारतों का निर्माण बड़े पैमाने पर किया जा रहा है जिसको लेकर दिवा प्रभाग समिति के नए निर्वाचित सहायक आयुक्त अक्षय गडके हाई एक्शन मोड पर नजर आ रहे हैं और शिलफाटा खान कंपाउंड परिसर में बन रही अवैध निर्माणाधीन इमारतों पर अंकुश लगाने के लिए कार्रवाई करने का सिलसिला शुरू कर दिया है आपको बताते चले गत 29 अगस्त मंगलवार को शिलफाटा खान कंपाउंड परिसर में अवैध इमारतों पर कार्रवाई का सिलसिला शुरू कर दिया गया है इस अवसर पर दिवा प्रभाग समिति के अतिक्रमण विभाग के प्रसाद पलांडे ने दैनिक मुंबई हलचल के पत्रकार अब्दुस समद खान को जानकारी देते हुए बताया कि शिलफाटा खान कंपाउंड परिसर में भू माफिया बिल्डर द्वारा अवैध इमारत का



निर्माण बड़े पैमाने पर धड़ल्ले से किया जा रहा है जिस पर रोकथाम लगाना अत्यंत आवश्यक हो गया है जिसको लेकर ठाणे मनपा प्रशासन के वरिष्ठ अधिकारियों के निर्देश अनुसार और दिवा प्रभाग समिति के सहायक आयुक्त अक्षय गडके के नेतृत्व में यह कार्रवाई का सिलसिला शुरू कर दिया गया है हमने आज एक तीन मंजिला इमारत पर कार्रवाई की है जिसमें दिवा प्रभाग समिति की ओर से चार गैस कटर और आठ ब्रेकर 15 कर्मचारियों की सहायता से कॉलम को ध्वस्त किया गया और

गैस कटर की सहायता से कोलम की सरिया को काट दिया गया है और हर जगह स्लैब को ध्वस्त कर जली को काट दिया गया दिवा प्रभाग समिति द्वारा की गई कार्रवाई से भू माफिया बिल्डरों में डर और हाफ का माहौल पैदा हो गया है जिससे वह अवैध इमारत का निर्माण करना बंद कर देंगे और यही एक तरीका है जिससे बनने वाली अवैध इमारतों पर रोकथाम की जा सकती है उन्होंने बताया ऐसा नहीं है कि आज के बाद कार्रवाई नहीं की जाएगी हमारे मनपा प्रशासन के वरिष्ठ अधिकारियों के

निर्देशों पर यह कार्रवाई की शुरूआत की गई है और यह कार्रवाई का सिलसिला लगातार जारी रहेगा और एमआरटीपी के तहत भी भू माफिया बिल्डरों पर कार्रवाई की जाएगी जब तक शिलफाटा खान कंपाउंड परिसर में अवैध इमारत का कारोबार पूरी तरह से बंद नहीं होता तब तक यह कार्रवाई दिवा प्रभाग समिति की ओर से जारी रहेगा गौरतलब बात तो यह है जिस प्रकार दिवा प्रभाग समिति फुल एक्शन मोड पर नजर आ रही है और उनकी गज शिलफाटा खान कंपाउंड परिसर में बनने वाली अवैध इमारत पर गिरी है उससे भू माफिया बिल्डरों में हड़कंप मच गया है देखा जा रहा है की तकरीबन सभी अवैध इमारतों के काम अतिक्रमण विभाग के प्रसाद पलांडे द्वारा की गई तोड़ू कार्रवाई से खौफ खाकर बंद कर दिया गया है क्योंकि भू माफिया बिल्डरों को यह पता चल गया है कि अब दिवा प्रभाग समिति द्वारा तोड़ू कार्रवाई का सिलसिला जारी रहेगा।

तुलजा भवानी मंदिर में झंडा लगाते समय हादसा, करेंट लगने से 3 लोगों की मौत

मुंबई हलचल/संवाददाता मुंबई। महाराष्ट्र के वर्धा जिले में रक्षाबंधन के दिन दुर्भाग्यपूर्ण हादसा हुआ। इस दिल दहला देने वाली घटना में तीन लोगों की मौत हो गयी। यह घटना जिले के पिपरी मेघे में सामने आई है। यहां के तुलजाभवानी मंदिर में झंडा लगाते समय करंट लगने से तीन लोगों की दर्दनाक मौत हो गई। मिली जानकारी के मुताबिक, यह घटना आज सुबह

आठ बजे की है। जब तीनों लोग मंदिर पर झंडा फहराने के लिए चढ़े थे। इस दौरान मंदिर के झंडे का लोहे का खंभा बिजली के तार से छू गया। जैसे ही बिजली का तार झंडे के लोहे के खंभे से छू गया, तीनों लोगों को जोरदार करंट लगा। मंदिर में ध्वज स्तंभ 25 फीट ऊंचा था। झंडा फहराते समय उनका संतुलन बिगड़ गया और खंभा मंदिर के करीब से गए 33 केवी बिजली के तार की चपेट

में आ गया। करंट लगने से तीनों लोग मंदिर में लगे शेड पर गिर पड़े। इसमें से एक व्यक्ति की मौत पर ही मौत हो गई, जबकि दो अन्य ने अस्पताल में दम तोड़ दिया। मृतकों की पहचान अशोक सावरकर (उम्र 55 वर्ष), बालू शेर (उम्र 60 वर्ष) और सुरेश झिले (उम्र 33 वर्ष) के रूप में हुई है। इस घटना से इलाके में खलबली मच गयी है।

(पृष्ठ 1 का समाचार)

4 हजार करोड़ का बैंक फ्रॉड.. फिर जेल में वीआईपी ट्रीटमेंट
इस हजारों करोड़ों रुपये के बैंक कर्ज घोटाले के सिलसिले में वधावन बंधु काफी समय से जेल में है। इस बीच, एक वीडियो सामने आया है, जिसमें कपिल वधावन और धीरज वधावन इलाज के नाम पर अस्पताल परिसर में लोगों से मिलते और मनपसंद स्नैक्स खाते दिख रहे हैं। वह प्राइवेट कार में परिवार के लोगों से भी मिलते हैं। आरोप है कि वधावन बंधुओं को मुंबई में अस्पतालों में मेडिकल जांच के दौरान विशेष सुविधाएं दी गयीं। दिलचस्प बात यह है कि इस दौरान पुलिसकर्मी भी मौजूद होते हैं। वधावन बंधु अभी न्यायिक हिरासत में हैं और मुंबई के पड़ोसी नवी मुंबई शहर की तलोजा जेल में बंद हैं। हाल ही में एक न्यूज चैनल ने वधावन बंधुओं के न्यायिक हिरासत में रहते हुए मुंबई के सरकारी अस्पताल में मेडिकल जांच की आड़ में कई तरह की खास सुविधाएं लेते हुए वीडियो क्लिप प्रसारित किया था। जिससे बवाल खड़ा हो गया था। दोनों आरोपियों को तलोजा जेल से अस्पतालों तक नवी मुंबई पुलिस का एक दल लेकर जाता था। समीक्षा के दौरान वरिष्ठ पुलिस अधिकारियों ने पाया कि वधावन बंधुओं को लेकर जाने वाले पुलिसकर्मीयों ने ड्यूटी में लापरवाही बरती है। इसलिए एक उपनिरीक्षक व छह कांस्टेबल निर्लाभित कर दिए गए हैं। एक स्पेशल सीबीआई कोर्ट ने पिछले महीने डीएचएफएल के प्रोमोटर धीरज वधावन को मेडिकल आधार पर जमानत देने से इनकार कर दिया था। उन्हें यस बैंक में कथित धोखाधड़ी से जुड़े मामले में गिरफ्तार किया गया है।

अजित पवार पर 'शिकंजा'

सरकार में शामिल होने के बाद से ही अजित पवार के बर्ताव पर कई भाजपा नेताओं द्वारा नाराजगी व्यक्त की जा रही थी। ताजा विवाद चीनी मिलर्स के लोन को लेकर हुआ है, जिसका सीधा असर राज्य के कई बड़े भाजपा नेताओं पर हो रहा था। यही वजह रही कि देवेन्द्र फडणवीस को इसमें दखल देना पड़ा। चीनी मिलर्स के लोन से जुड़े मामलों में अजित पवार ने कुछ शर्तें लगा दी थीं, इसका हल निकालने के लिए जो बैठकें की जानी थीं वह भी नहीं हो पाई थीं। इसी के बाद कई भाजपा नेताओं और चीनी मिलर्स ने देवेन्द्र फडणवीस से संपर्क साधा और इस मसले का हल निकालने को कहा। राज्य में इस प्रकार की चर्चाएं भी थीं कि अजित पवार लगातार मुख्यमंत्री एकनाथ शिंदे के काम में दखल दे रहे थे, ऐसे में चीजों को बैलेंस करने के लिए अब ये तमाम निर्णय लिए गए हैं। बता दें कि अजित पवार ने अपने चाचा शरद पवार का साथ छोड़कर बीजेपी और शिवसेना (शिंदे गुट) का दामन थाम लिया था। अजित पवार के साथ उनके कई समर्थक भी साथ आए थे, जिन्हें मंत्री पद भी दिया गया था। हालांकि अजित पवार गुट के सरकार में आने के बाद से ही शिवसेना (शिंदे गुट) के विधायकों की नाराजगी की बात सामने आ रही थी, लेकिन उसे बाद में इस नाराजगी को दबा लिया गया था। अजित पवार ने एनडीए की बैठक में भी हिस्सा लिया था, साथ ही आगे का चुनाव एनडीए के साथ ही लड़ने की बात कही थी।

गौतम अडानी के धराशायी हुए ग्रुप के सभी शेयर

सुबह के सौदों के दौरान अदानी पावर के शेयरों में 3 प्रतिशत से अधिक की गिरावट आई, जबकि अदानी ट्रांसमिशन के शेयर की कीमत सुबह के शुरूआती सत्र में 3.3 प्रतिशत तक गिर गई। गुरुवार के सौदों के दौरान अदानी एंटरप्राइजेज के शेयर की कीमत में 2.50 प्रतिशत की गिरावट आई, जबकि अदानी ग्रीन एनर्जी और अदानी टोटल गैस में 2.25 प्रतिशत की गिरावट आई। अडानी समूह की सभी दस लिस्टेड कंपनियों के शेयरों में भारी गिरावट दर्ज की गई है। फ्लैगशिप कंपनी अडानी एंटरप्राइजेज का शेयर सुबह 10.15 बजे यह 3.94 परसेंट की गिरावट के साथ 2414.45 रुपए पर ट्रेड कर रहा था। इसके साथ-साथ अडानी विल्मर, अडानी टोटल गैस, अडानी पावर, अडानी ट्रांसमिशन, अडानी ग्रीन एनर्जी, अडानी पोर्ट्स एंड एसईजेड, एनडीटीवी, अबूजा सीमेंट्स और एसीसी के शेयरों में भी गिरावट देखी जा रही है। अडानी पावर, अडानी पावर सॉल्यूशंस और अडानी ग्रीन के शेयरों में तीन फीसदी गिरावट आई है।

पत्नी से अफेयर का शक!

फिलहाल पुलिस ने शव को कब्जे में लेकर पोस्टमार्टम के लिए भेज दिया है। पुलिस आरोपी शख्स से पूछताछ में जुटी है। घटना की जानकारी देते हुए मुंबई की आरसीएफ पुलिस ने बताया कि आरोपी का नाम शफीक अहमद अब्दुल मलिक शेख है। शफीक ने 17 साल के ईश्वर भगवान आवाहाड नाम के युवक की हत्या कर दी और धारदार हथियार से शव के पांच टुकड़े कर घर में छिपा दिया, ताकि कोई जान न पाए। पुलिस ने बताया कि आरोपी शफीक अहमद को शक था कि ईश्वर की उसकी पत्नी के साथ काफी नजदीकियां बढ़ गई हैं। शफीक को दोनों का अफेयर चलने का भी शक था।

कजरी महोत्सव के कार्यक्रम में उत्तर भारतीय समाज का उमड़ा जनसैलाब

अवसर पर विख्यात कजरी गीतकार सुरेश मिश्रा व गायक कमलेश हरिपुरी का मंच पर सत्कार किया गया। कजरी महोत्सव में उपस्थित लोगो में उत्तरभारती प्रकष्ठ के महासचिव श्री विमलेश दुबे रामविलास पाठक हरीश पांडे आदेश मिश्रा दलजीत पांडे सुरज मिश्रा हरिबंस सिंह शारदा प्रसाद सिंह लालता प्रसाद सिंह डॉ राजेंद्र प्रसाद संतोष सिंह अनुराग त्रिपाठी ब्रजमोहन पांडे विजय सिंह अनीशी सिंह शिवजी सिंह रमेश सिंह जयकांत शुक्ला ओझा शोभा सिंह रमेश सिंह शरद पवार सीताराम तिवारी बिंदुप्रकाश सिंह अमरदेव यादव राजेश शर्मा कमला प्रसाद यादव भरत सिंह उदयप्रकाश सिंह व हजारो के संख्या में उत्तरभारती समाज के दिग्गज उपस्थित रहे।

से अपनी समस्या और सुझाव पार्टी के उच्च पदों पर बैठे पदाधिकारियों तक पहुंचाते हैं। भाजपा में बड़े से लेकर छोटे पद पर बैठे कार्यकर्ता को बराबर सम्मान दिया जाता है। नसुवारी, चिड़वाई में शक्ति केन्द्रों पर पहुंच कर वहां के बूथ अध्यक्षों के घर जाकर उनके घरों के बाहर उनके नाम और पद की पट्टिका लगावाई है। इस दौरान देवेंद्र दाता के साथ गोविंदगढ मण्डल अध्यक्ष हरिसिंह के सोलंकी, ठाकुर दास बिरपाली, रमेश चंद, अमर चंद मौका, लखविंदर सिंह, हीरालाल मूढई, प्रेमचंद गढई, कोडाराम ब्रोकरी मौजूद रहें। उक्त जानकार की क्षत्रीय पत्रकार अमित कुमार भारद्वाज ने राजस्थान संपादक भैरव सिंह राठौड़ को दी है।

महाने से पूर्व 15 दिवस का नोटिस 21
महाने का जारी किया गया था लेकिन 15
दिवस पूर्व पुरे नहीं होने से पूर्व ही सुविधा शुल्क
होने की मिलने पर नियमों का उल्लंघन करते हुए
पता वसुली के तर्ज पर उपभोक्ता के साथ
दुर्व्यवहार करते हुए कंसेशन काट दिया गया
है। राष्ट्रीय मानवाधिकार पर्यावरण सुरक्षा एवं
प्रगच्छाकार निवारण संगठन के जिला अध्यक्ष
तनलाल आचार्य ने सिक्योर द्वारा किए ज
है। उपभोक्ताओं के अधिकारों के हन
प्रगच्छाकार के खिलाफ उच्च अधिकारियों
को जानकारी लिखित में दे जाकर ऐसे प्र
उपभोक्ता के साथ दुर्व्यवहार करने वाले
कर्मचारियों को तुरंत हटाने, पुर में उपभोक्ता
हहत केंद्र खोलने मांग की जाएगी मांग पूर्
होने पर संभटन व पुर के उपभोक्ताओं
आंदोलन किया जाएगा।

धन्यवाद... संपादक

 9821238815

उत्तराखंड हलचल

सीएम ने भारी वर्षा के दौरान बाजपुर में लेबड़ा नदी से हुये नुकसान का स्थलीय निरीक्षण किया

मुंबई हलचल/दीपक गुप्ता
देहरादून। मुख्यमंत्री पुष्कर सिंह धामी ने भारी वर्षा के दौरान बाजपुर में लेबड़ा नदी से हुये नुकसान का स्थलीय निरीक्षण किया। उन्होंने जनप्रतिनिधियों व गणमान्य व्यक्तियों से बाढ़ से हुई क्षति तथा उसके कारणों के स्थाई समाधान के संबंध में विस्तार से जानकारी प्राप्त की। मुख्यमंत्री ने बाजपुर की बाढ़ की समस्या के स्थाई समाधान हेतु मण्डलायुक्त दीपक रावत से दूरभाष पर वार्ता करते हुए महत्वपूर्ण दिशा-निर्देश दिए। उन्होंने मण्डलायुक्त को



जनपद नैनीताल तथा ऊधम सिंह आपसी समन्वय एवं तालमेल से नगर के अधिकारियों के साथ संयुक्त निरीक्षण कराने के निर्देश दिए।

मुख्यमंत्री ने जिला प्रशासन व सिंचाई विभाग के अभियंताओं को निर्देश दिए कि जब तक स्थाई समाधान नहीं हो जाता तब तक के लिए अस्थाई बाढ़ सुरक्षा कार्य करा लिए जाएं। ताकि अगली बरसात में क्षेत्रवासियों को इस प्रकार की समस्या से न जूझना पड़े। इस अवसर पर विधायक त्रिलोक सिंह चीमा, पूर्व विधायक हरभजन सिंह चीमा, पूर्व विधायक डॉ. शैलेन्द्र मोहन सिंघल, भाजपा प्रदेश मंत्री विकास शर्मा, जिलाध्यक्ष गुंजन सुखीजा, पूर्व दर्जा राज्यमंत्री राजेश कुमार आदि उपस्थित थे।

महिलाओं/छात्राओं द्वारा पुलिस अधीक्षक को बाँधी गयी राखी, पुलिस अधीक्षक द्वारा बहनों को दिया गया सुरक्षा का आश्वासन

मुंबई हलचल/दीपक गुप्ता
चमोली। कहा घरों से निकलते ही पुलिस की वजह से रहती है सुरक्षा की भावना आज दिनांक 30/08/2023 को पुलिस कार्यालय में पुलिस अधीक्षक चमोली प्रेमनंद डोबाल को रक्षाबंधन पर्व की शुभकामनाएँ देते हुए महिलाओं/छात्राओं द्वारा राखी बाँध कर मिठाई खिलाई गयी तथा जनकल्याण संदेश देते हुए उज्ज्वल भविष्य की मंगल कामना की गयी। पुलिस अधीक्षक द्वारा बहनों का आभार प्रकट किया गया तथा उन्हें सुरक्षा का आश्वासन देते



हुए कहा कि यदि कभी भी कोई समस्या हो तो तत्काल पुलिस को अवगत कराएँ अथवा कार्यालय आकर पुलिस अधीक्षक से सम्पर्क कर सकते हैं। जनपद चमोली के समस्त

सुरक्षा के लिए हमेशा 24 घंटे तैयार रहते हैं, सभी पर्व जैसे होली, दीपावली, राखी आदि पर अपने परिजनों से दूर रहते हैं। चमोली पुलिस दिन प्रतिदिन अपराध रोकथाम के अतिरिक्त समाजसेवा के कार्य कर रही है, जिसके चलते आज जब हम घर से निकलती हैं, तो सुरक्षित महसूस करती हैं। पुलिस जवानों द्वारा रक्षा सूत्र बांधने के बदले सभी महिलाओं को अपने स्तर व चमोली पुलिस की ओर से उन सभी व सभी जनपद वासियों की सुरक्षा व हर संभव सहायता का वचन दिया गया।

115 ग्राम चरस के साथ रुद्रप्रयाग पुलिस ने एक अभियुक्त को किया गया गिरफ्तार

मुंबई हलचल/दीपक गुप्ता

रुद्रप्रयाग। पुलिस अधीक्षक, रुद्रप्रयाग द्वारा दिये गये निर्देशों के क्रम में व पुलिस उपाधीक्षक ऑपरेशन्स के पर्यवेक्षण में जनपद रुद्रप्रयाग की एसओजी ने अगस्त्यमुनि क्षेत्रान्तर्गत एक व्यक्ति को 115 ग्राम चरस के साथ गिरफ्तार किया गया है। अभियुक्त के विरुद्ध थाना अगस्त्यमुनि पर एनडीपीएस अधिनियम की सुसंगत धाराओं में अभियोग पंजीकृत कर मा0 न्यायालय के समक्ष पेश किया जा रहा है। राय सिंह पुत्र स्व0 श्री गंगा सिंह बिष्ट, निवासी ग्राम पिल्लू, थाना अगस्त्यमुनि, जिला रुद्रप्रयाग (उम्र 50 वर्ष) 1 निरीक्षक मनोज नेगी, प्रभारी एसओजी0 रुद्रप्रयाग 3 आरक्षी रविन्द्र सिंह, एसओजी रुद्रप्रयाग जनपद रुद्रप्रयाग पुलिस का नशा तस्करों के विरुद्ध अभियान निरन्तर जारी है। इस वर्ष एनडीपीएस अधिनियम के तहत 4 कुल अभियोग पंजीकृत कर आवश्यक वैधानिक कार्यवाही की गयी है।



यातायात नियमों का उल्लंघन करने/मिशन मयार्दा/कोटपा के तहत कुल- 120 लोगों के विरुद्ध की गई कार्यवाही

मुंबई हलचल/दीपक गुप्ता

पिथौरागढ़। शराब के नशे में वाहन चलाने तथा लड़ाई-झगड़ा कर शान्ति व्यवस्था भंग करने पर कुल-02 लोगों को किया गिरफ्तार। यातायात नियमों का उल्लंघन करने/ मिशन मयार्दा/कोटपा के तहत कुल- 120 लोगों के विरुद्ध की गई कार्यवाही पुलिस अधीक्षक पिथौरागढ़, लोकेश्वर सिंह* के निर्देशानुसार, जनपद क्षेत्रान्तर्गत शराब पीकर वाहन चलाने/ शराब के नशे में सरेआम उत्पात मचाने/ लड़ाई-झगड़ा कर शांति व्यवस्था भंग करने वालों व यातायात नियमों का उल्लंघन करने वालों के विरुद्ध की जा रही कड़ी वैधानिक कार्यवाही के क्रम में दिनांक- 29.08.2023 को उ0नि0 जितेन्द्र सोराड़ी, चौकी प्रभारी वड्डू* द्वारा वड्डू क्षेत्रान्तर्गत चैकिंग के दौरान वाहन चालक, दिनेश चंद पुत्र मोहन चंद, निवासी- चिमतोली थाना जाजरदेवल जिला पिथौरागढ़* को शराब के नशे में वाहन चलाने पर गिरफ्तार कर वाहन सीज किया गया। इसी क्रम में उ0नि0 मनोज कुमार, कोतवाली पिथौरागढ़* द्वारा चैकिंग के दौरान अभियुक्त जगदीश सिंह पुत्र उमदे सिंह, निवासी- ग्राम न्यू शेरा पाटा पिथौरागढ़ उम्र- 32 वर्ष* को शराब के नशे में स्वर्य की पत्नी से लड़ाई-झगड़ा/ गाली-गलौच कर शांति भंग करने पर धारा- 151 सीआरपीसी* के तहत गिरफ्तार किया गया इसके अतिरिक्त जनपद पुलिस द्वारा यातायात नियमों का उल्लंघन करने वाले 70 लोगों के विरुद्ध एम0वी0 एक्ट के तहत, मिशन मयार्दा के तहत 19 लोगों के विरुद्ध 81 पुलिस अधि0 के तहत एवं सार्वजनिक स्थान पर धूम्रपान करने/ स्कूल-कॉलेजों के आस-पास तम्बाकू, सिगरेट आदि नशीली वस्तुओं की बिक्री करने वाले 31 लोगों के विरुद्ध कोटपा के तहत चालान की कार्यवाही की गई।



श्रीमती सोनिका ने रेखीय विभागों के साथ बैठक कर सम्बन्धित अधिकारियों को दिए आवश्यक निर्देश

मुंबई हलचल/दीपक गुप्ता

देहरादून दिनांक 30 अगस्त 2023, (जि.सू.का), डेंगू पर प्रभावी नियंत्रण हेतु जिलाधिकारी श्रीमती सोनिका ने ऋषिपर्णा सभागार कलेक्टेज में रेखीय विभागों के साथ बैठक कर सम्बन्धित अधिकारियों को दिए आवश्यक निर्देश। जिलाधिकारी के निर्देश पर कोविड की तर्ज पर आईटीडीए में स्थापित किया गया कन्ट्रोलरूम। डेंगू से सम्बन्धित किसी भी शिकायत टैस्ट, बैड, प्लेटलेट्स, लैब, चिकित्सालय आदि के लिए टोलफ्री नम्बर 18001802525 पर की जा सकती है कॉल। बैठक के दौरान ही जिलाधिकारी के फोन पर प्रभावित क्षेत्र से नगर निगम द्वारा फॉगिंग कार्यों में लापरवाही का काल आने पर, जिलाधिकारी ने फॉगिंग कार्यों में लापरवाही पर नाराजगी व्यक्त करते हुए नगर निगम के अधिकारी का स्पष्टीकरण तलब करने के निर्देश दिए।

स्कूली वाहन वाले अब नहीं कर पाएंगे अपनी मनमानी, चमोली पुलिस ने चलाया चैकिंग अभियान

मुंबई हलचल/दीपक गुप्ता
चमोली।

दिनांक 29/08/2023 को हल्द्वानी गोपेश्वर के समीप स्कूली बस में घटित हुई घटना का पुलिस अधीक्षक चमोली प्रेमनंद डोबाल द्वारा तत्काल संज्ञान लेते हुए यातायात निरीक्षक व सभी थाना प्रभारियों को ऐसे स्कूली वाहनों की चैकिंग कर निर्धारित नियमों का उल्लंघन करते हुए पाए जाने पर संबंधित बस व विद्यालय प्रबंधन पर कार्यवाही करने हेतु निर्देशित किया गया था। उक्त आदेश के क्रम में आज दिनांक 30/08/2023 को यातायात निरीक्षक श्री प्रवीण आलोक द्वारा पीस पब्लिक स्कूल व क्राइस्ट एकेडमी में जाकर कल

वाहन में सवार स्कूली बच्चों का कुशलक्षेम जाना व स्कूली बच्चों के परिवहन कार्य में लगे वाहनों



में व्यवस्थाओं को परखा व प्रपत्रों (फिटनेस की तिथि, प्रदूषण आदि) की जांच की गयी। विद्यालय प्रबंधन को चेतावनी दी कि मानकों पर

खरा नहीं उतरने पर कार्यवाही की जाएगी साथ ही यातायात निरीक्षक द्वारा चालक परिचालकों को जरूरी

दिशा निर्देश देते हुए मानकों के बारे में जानकारी देकर जागरूक किया गया कहा कि स्कूल वाहन में वैध वाहनों का ही संचालन किया

जाए। नियमानुसार इन वाहनों की समय समय पर जांच करायी जाए। स्कूली वाहन के समस्त प्रपत्र जिनमें मुख्य रूप से आरसी, चालक का लाइसेंस, इंश्योरेंस हो। साथ ही साथ सुरक्षा उपकरण, दमकल यंत्र, फर्स्ट एड बॉक्स आदि सामान होना चाहिए। दक्ष चालकों को ही स्कूल वाहन संचालन करने दिया जाए व चालक परिचालक का पूरा ब्यौरा स्कूल में होना चाहिए।

तदोपरांत यातायात निरीक्षक की कलाइयों पर स्कूल के नौनिहालों व शिक्षकों ने राखी बांधी व यातायात निरीक्षक द्वारा सभी के उज्ज्वल भविष्य की शुभकामनाएं देते हुए सभी की रक्षा का भरोसा दिया।

कैमिकल दवाइयां करेंगी सेहत खराब, इन घरेलू चीजों से मच्छरों को रखें दूर

बरसात का मौसम आते ही मच्छरों का आंतक बहुत ज्यादा बढ़ जाता है। इनके काटने से डेंगू, मरेलियां जैसे बीमारियां फैलने का खतरा बना रहता है। मच्छरों को खुद से दूर रखने के लिए लोग कई तरह की कैमिकल युक्त दवाइयों को अपने शरीर पर लगाते हैं। इनसे सेहत पर गलत प्रभाव पड़ने लगता है। ऐसे में आप कुछ घरेलू चीजों का मिश्रण बनाकर लगा सकते हैं। इन चीजों को मिलाकर लगाने से मच्छर आपसे दूर भागेंगे। दूसरा इनका कोई साइड-इफ़ेक्ट भी नहीं होगा।

तो आइए जानते हैं वह कौन सी होममेड चीजें हैं जो मच्छरों को आपके पास नहीं आने देगा।

1. लौंग और नारियल तेल

मच्छरों को खुद से दूर रखने के लिए लौंग और नारियल तेल मिक्स करके अपने शरीर पर लगाएं। ऐसा करने से एक भी मच्छर आपके करीब नहीं आएगा क्योंकि मच्छरों को इसकी स्मेल बिल्कुल भी पसंद नहीं आती।

2. नारियल तेल

नीम और नारियल तेल को अच्छे से मिक्स कर लें। इसके बाद इस मिश्रण को शरीर पर लगाएं। इसको लगाने से मच्छर कम से कम 8 घंटे तक आपके पास नहीं आएंगे।

3. नींबू

नींबू और नीलगिरी भी मच्छरों को हमारे आस-पास नहीं आने देता। एक बर्तन में बराबर मात्रा में नींबू का रस और नीलगिरी मिलाकर एक मिश्रण तैयार कर लें। इसको घर से बाहर निकलते समय या फिर रात को अपने शरीर पर लगा लें।

4. लहसुन

लहसुन की बदबू भी मच्छरों को बिल्कुल पसंद नहीं होती।

लहसुन को पीसकर पानी में उबाल लें। अगर आपको इसकी बदबू से कोई परेशानी ना हो तो आप इसको अपने ऊपर स्प्रे भी कर सकते हैं।

5. नीम का तेल

मच्छर बाहर भगाने के लिए नीम का तेल घर के आसपास छिड़क दें। आप चाहें तो इसको अपने शरीर पर भी लगा सकते हैं। इससे मच्छर भाग जाएंगे।

6. पुदीना

पुदीना भी मच्छरों को आपके आस-पास नहीं आने देता। पुदीने को पीसकर इसका रस निकाल लें। इसे शरीर पर लगाने से मच्छर आपसे दूर भागेंगे।



अच्छे शौक से नहीं बनेंगे बुढ़ापे में भुलकड़, डिमेंशिया का खतरा भी होगा कम

अगर आप बुढ़ापे में भूलने की बीमारी से परेशान होना नहीं चाहते तो अभी से ही कुछ अच्छे शौक पालना शुरू कर दीजिए। वैज्ञानिकों ने एक शोध में पाया है कि जवानी में किताबें पढ़ना, खेलना और आपसी मेलजोल की आदतों से बुढ़ापे में भी दिमाग शक्तिशाली बना रहता है। इससे डिमेंशिया का जोखिम भी कम होता है। ब्रिटेन के कैमिब्रज विश्वविद्यालय के अध्ययन में पाया गया कि उम्र के साथ-साथ दिमाग का आकार भी छोटा होता जाता है लेकिन कुछ लोगों की स्मरण शक्ति और आईक्यू उम्र बढ़ने के बावजूद भी अच्छी बनी रहती है। शोधकर्ताओं का मानना है कि युवावस्था में दिमाग को ज्यादा से ज्यादा इस्तेमाल करने से वह आगे भी लचीला बना रहता है। 'न्यूरोबायोलॉजी ऑफ एजिंग जर्नल' में प्रकाशित इस अध्ययन से जुड़े डॉक्टर डेनिस चान का कहना है कि हमारा दिमाग कुछ हार्डवेयर के साथ ही शुरूआत करता है लेकिन इसे ज्यादा अधिक मजबूत बनाया जा सकता है। इसे संज्ञानात्मक रिजर्व कहा जाता है। उनका कहना है कि 35 से 65 साल क बीच आप जो कुछ भी करते हैं, उससे 65 की उम्र के बाद डिमेंशिया का खतरा कम या ज्यादा होता है। शोधकर्ताओं ने 66 से 88 साल की उम्र मके 205 लोगों के दिमाग का एम.आर.आई किया।

वैक्सिंग के दर्द को कम करने के लिए अपनाएं ये आसान ट्रिक्स

शरीर के अनचाहे बालों से निजात पाने के लिए लड़कियां समय-समय पर वैक्सिंग का सहारा लेती हैं जो काफी मशहूर ट्रिटमेंट है। वैक्सिंग से न केवल अनचाहे बाल बल्कि डेड स्किन व टैनिंग भी निकल जाती है। अधिकतर लड़कियां वैक्सिंग के दौरान होने वाले दर्द के चलते इस ट्रिटमेंट को करवाने से बचती हैं। जब किसी पार्टी में शॉर्ट ड्रेस या कट स्लीव्स वाली ड्रेस पहननी हो तो अक्सर शर्मिंदी का सामना करना पड़ जाता है। अगर आप भी दर्द से बचने के लिए वैक्सिंग करवाने से बचती हैं तो परेशान न हो। आज हम आपको कुछ आसान से टिप्स बताएंगे जिससे वैक्सिंग का दर्द कम होगा।

1. वैक्सिंग करवाने से पहले गुनगुने पानी से नहाएं। इससे स्किन पर मौजूद बाल सॉफ्ट और स्किन के पोर्स खुल जाएंगे। शॉवर लेने के बाद वैक्सिंग करने से दर्द भी कम होगा।
2. वैक्सिंग के बाद हमेशा साफ व लुज फिटिंग वाले कपड़े पहनने। ध्यान रखें कि कपड़े हमेशा कॉटन के हो क्योंकि इससे जलन कम होगी और वैक्सिंग स्किन फ्रेश रहेगी।
3. हमेशा वैक्सिंग लगाने के बाद वैक्स स्ट्राइप को बालों की ग्रोथ के विपरीत खींचें इससे दर्द कम होगा।
4. सुनने में थोड़ा अजीब है लेकिन वैक्सिंग करवाते समय हमेशा छोटी-छोटी सांसे लें। इससे वैक्सिंग का दर्द कम होगा।
5. वैक्सिंग से पहले अपनी डेड स्किन को स्क्रबिंग के जरिए निकालें। इससे स्किन एक्सफोलिए होगी और वैक्सिंग का दर्द कम होगा।
6. वैक्सिंग के दर्द से बचना चाहते हैं तो पहले बॉडी को अच्छे से स्ट्रेच करें। इससे वैक्स के दौरान दर्द कम होगा।
7. अक्सर महिलाएं वैक्स करवाने से पहले कॉफी व एल्कोहल लेने की गलती कर देती हैं जो बिल्कुल गलत है। दरअसल, इन्हें पीने से स्किन ज्यादा

सेंसिटिव हो जाती है और दर्द ज्यादा होता है।

8. कई बार क्या होती है कि महिलाएं वैक्सिंग के बजाए शेविंग का सहारा लेती हैं। बाद में वैक्सिंग करवाने से दर्द ज्यादा होता है।

9. शरीर के सेंसिटिव हिस्से जैसे पलकों, नाक व आईब्रो पर वैक्स न करें क्योंकि यहां की स्किन काफी संवेदनशील होती है जिस वजह से दर्द अधिक होता है।

10. बॉडी के जिस हिस्से पर चोट और सनबर्न या रुखी त्वचा हो तो वहां वैक्स न ही करवाएं तो अच्छा है क्योंकि इससे जलन हो सकती है।

11. कभी भी पहले हॉट वैक्स का इस्तेमाल स्किन पर न करें। वैक्स को थोड़ा घंटा होने दें। फिर इसको बॉडी वैक्स के लिए यूज करें क्योंकि इससे स्किन जल भी सकती है।





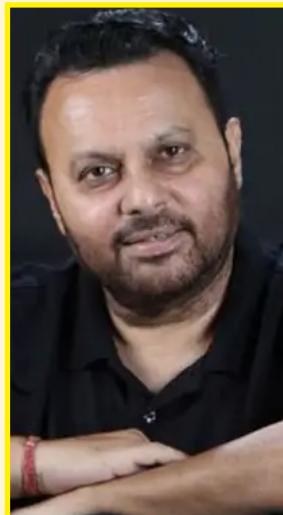
रानी बोलीं- मेरे पति बोरिंग हैं

रानी मुखर्जी ने हाल ही में पति आदित्य चोपड़ा के साथ अपनी बॉन्डिंग और रिश्ते के बारे में बात की। एक्ट्रेस ने बताया कि आदित्य बोरिंग इंसान हैं, लेकिन वह उनकी जिंदगी में स्पार्क लेकर आती हैं। रानी ने माना कि वह लाइमलाइट से दूर अपनी लाइफ को प्राइवेट रखना ज्यादा पसंद करती थीं। एक्ट्रेस ने बताया कि समय के साथ उनका और आदित्य चोपड़ा का रिश्ता कैसे और भी ज्यादा खूबसूरत होता गया। एक्ट्रेस ने अपनी सबसे सफुल मैरिड लाइफ के बारे में खुलकर बात की। रानी ने कहा- मेरे लिए आदित्य और मेरा सबसे अच्छा समय वह होता है, जब हम साथ में कोई फिल्म देखने जाते हैं। हम हर शुक्रवार को मुंबई के वायआरएफ स्टूडियोज में फिल्म देखते हैं। जाकर लाइन में खड़े होना, टिकट लेना और अपना पॉपकॉर्न लेना ये चीजें काफी मजेदार होती हैं। आजकल आपको पिज्जा भी मिलता है, मुझे साथ में खाना और फिल्म देखना मुझे अच्छा लगता है। रानी बोलीं- 'जब हम इंडिया से बाहर होते हैं, तब हम एक-दूसरे के साथ वक्त बिताते हैं। उनका हाथ पकड़ना, सच कहूँ तो उनके साथ सब कुछ अच्छा लगता है। मैं और आदित्य दोनों ही इस रिलेशनशिप में एक-दूसरे की रिस्पेक्ट करते हैं।' उन्होंने कहा कि अगर वो कभी अपनी ऑटो बायोग्राफी लिखेंगी, तो वह उनमें अपनी शादी के किस्से जरूर शामिल करेंगी। शादी के बारे में जिक्र करते हुए रानी ने कहा- 'मैं ऑफिशियल तौर पर पहली दुल्हन थी, जिसने शादी पर सब्ससावी का आउटफिट पहना था। हो सकता है मैं जल्द ही अपनी शादी की तस्वीरें शेयर करूँ।' बता दें कि रानी ने अभी तक अपनी शादी की तस्वीरें सोशल मीडिया पर शेयर नहीं की हैं।



अमीषा के साथ नोक-झोंक भरे रिश्ते पर बोले अनिल शर्मा

गदर 2 इन दिनों बॉक्स ऑफिस पर दमदार कलेक्शन कर रही है। इस बीच फिल्म के डायरेक्टर अनिल शर्मा ने एक्ट्रेस अमीषा पटेल के साथ अपने दोस्ती और अनबन को लेकर बात की। अनिल ने कहा कि अमीषा अमीर परिवार से आती हैं, इस कारण उनके अंदर एटिट्यूड है, इसके बावजूद वह दिल की अच्छी हैं। अनिल ने यह भी कहा कि जब उन्होंने अमीषा को गदर: एक प्रेम कथा के लिए कास्ट किया था, तब उनकी एक्टिंग कुछ खास नहीं थी। दरअसल गदर 2 की रिलीज से पहले अमीषा ने डायरेक्टर अनिल शर्मा पर गंभीर आरोप लगाए थे। एक्ट्रेस ने दावा किया था कि शूटिंग के दौरान कास्ट और क्रू के लिए मेकर्स की तरफ से कोई व्यवस्था नहीं की गई थी। एक्ट्रेस ने कहा था कि मेकर्स ने उन्हें फिल्म में काम करने के पैसे भी नहीं दिए। हालांकि, बाद में दोनों का झगड़ा खत्म हो गया। अनिल ने अमीषा के बारे में बात की। उन्होंने बताया कि किसी भी आर्टिस्ट को पैसा देना उनके हाथ में नहीं होता। उन्होंने कहा- मेरा रिश्ता कभी किसी के साथ खराब नहीं होता। बहस हुई, सब कुछ ठीक भी हो गया। पिछली गदर के दौरान भी उनसे बहस हो गई थी। अनिल ने आगे कहा- अमीषा बड़े घर की बेटी हैं। उनका स्वभाव ऐसा है, लेकिन वह दिल की बुरी नहीं हैं। बड़े घर की बेटियों में थोड़ा एटिट्यूड होता है। हम लोग छोटे घर के लोग हैं, हम लोग प्यार मोहब्बत से रहते हैं। उनके अंदर एक अंदा है, जो कभी-कभी गुस्से या बहस में बदल जाती है, लेकिन वह इंसान अच्छी हैं। जब हम पहली बार पहली फिल्म के लिए मिले थे तो हमारे बीच मतभेद थे।



डेट पर निकले सिद्धार्थ-कियारा

सिद्धार्थ मल्होत्रा और कियारा आडवाणी हाल ही में मुंबई की जहागीर आर्ट गैलरी में आर्ट एग्जीबीशन देखने पहुंचे। इससे जुड़ा वीडियो सोशल मीडिया पर भी आया है। इस वीडियो में सिद्धार्थ-कियारा गैलरी में खड़े हुए हैं और पेंटिंग्स की तरफ देख रहे हैं। दोनों आपस में पेंटिंग्स की तरफ देखते हुए बातचीत करते भी नजर आ रहे हैं। इस दौरान सिद्धार्थ मल्होत्रा मैरून-ब्लैक चेक शर्ट और ब्लैक पैंट्स में दिखाई दिए जबकि कियारा व्हाइट प्रिंटेड जंपसूट में दिखीं। इस वीडियो पर सोशल मीडिया पर यूजर्स लगातार कमेंट भी कर रहे हैं। एक यूजर ने लिखा- आर्ट गैलरी डेट तो इंटेस्टिंग डेट आइडिया है। वहीं एक यूजर ने लिखा- हम इस कपल से बहुत प्यार करते हैं।

