मूल्य 1 रु.
वर्ष: 14 - अंक : 281, मुंबई, सोमवार, 13 जनवरी, 2025 ■ RNI.NO. MAHHIN/2010/34146 ■ संपादक: दिलशाद एस. खान

दैनिक मुंबई हलचल

भारत सरकार द्वारा विज्ञापन हेतु मान्यता प्राप्त ®
अब हर सच होगा उजागर

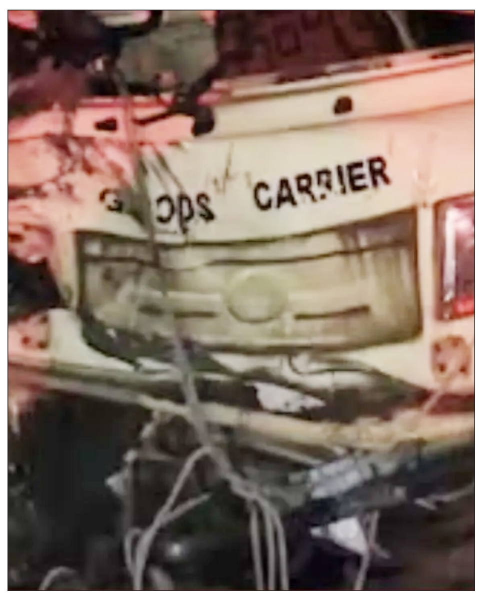
नासिक में भीषण हादसा

टेम्पो और ट्रक की टक्कर में 8 लोगों की मौत, कई घायल

मुंबई हलचल/संवाददाता

मुंबई। महाराष्ट्र के नासिक जिले से एक बड़ी खबर सामने आ रही है। नासिक-मुंबई हाईवे पर एक गंभीर हादसा हुआ है जिसमें अब तक कुल आठ लोगों की मौत हो गई है। जानकारी के अनुसार एक पिकअप ट्रक ने लोहे की सरिया से लदे आयशर ट्रक को पीछे से टक्कर मार दी। इस दुर्घटना में करीब पांच लोगों के घायल होने की खबर है जिनकी हालत गंभीर बताई जा रही है। यह हादसा नासिक के द्वारका सर्किल पर हुआ है। फिलहाल घायलों का इलाज जिला अस्पताल में जारी है। बताया जा रहा है कि इस दुर्घटना में मरने वालों की संख्या में बढ़ोत्तरी हो सकती है। पुलिस अधिकारी द्वारा साझा की गई जानकारी के अनुसार यह भीषण हादसा शाम साढ़े सात बजे अयप्पा मंदिर के पास हुआ।

(शेष पृष्ठ 3 पर)



जून 2025 तक पूरा हो पाएगा मुंबई-पुणे मिसिंग लिंक प्रोजेक्ट

चौथी बार बढ़ाई गई समय सीमा

मुंबई हलचल/संवाददाता

मुंबई। मुंबई-पुणे यात्रा को अधिक रफ़्तार देने के लिए 6,695 करोड़ रुपये की लागत से बन रहे मुंबई-पुणे मिसिंग लिंक परियोजना का काम तेजी से चल रहा है। कई महत्वपूर्ण हिस्सों का काम प्रगति पर है। हालांकि इस प्रोजेक्ट की समय सीमा अब जून 2025 तक बढ़ा दी गई है, इसलिए मुंबईकरों और पुणेकरों को सुगम यात्रा के लिए थोड़ा और इंतजार करना पडेगा। मिली जानकारी के अनुसार, विशाल खंभों का निर्माण अब पूरा होने वाला है, इसके पूरा होने के बाद डेक निर्माण का कार्य पूरे जोर-शोर से शुरू कर दिया जाएगा।

(शेष पृष्ठ 3 पर)

केबल स्टेड रोड ब्रिज

इस परियोजना के अंतर्गत भारत का सबसे ऊंचा केबल स्टेड रोड ब्रिज बनाया जा रहा है, जिसकी ऊंचाई 132 मीटर और लंबाई 650 मीटर है। यह ब्रिज 181.77 मीटर लंबे पिलर पर टिका है, जिसका वायडक्ट 840 मीटर है। इस परियोजना में दो टनल भी है। पहली टनल 1.67 किलोमीटर और दूसरी टनल - 8.92 किलोमीटर की है, जिसकी चौड़ाई 23.30 मीटर है साथ ही इसमें इमरजेंसी लेन भी शामिल है।

शादी का झांसा देकर बार गायिका से बनाए शारीरिक संबंध...किया बदनाम

पुलिस ने आरोपी को किया गिरफ्तार

मुंबई हलचल/संवाददाता

मुंबई। ठाणे में आपराधिक मामलों में काफी बढ़ोतरी हुई है। आए दिन तरह-तरह के आपराधिक मामले बढ़ गए है। ऐसा ही एक मामला ठाणे जिले से एक और मामला सामने आ गया है। ठाणे में एक महिला को शादी का झांसा देकर फंसाने का मामला सामने आया है। इस बारे में सोमवार को अधिकारी ने जानकारी देते हुए बताया कि महाराष्ट्र के ठाणे जिले में शादी का झांसा देकर 25 वर्षीय एक बार गायिका से शारीरिक संबंध बनाने और उसे बदनाम किया गया। इस मामले में करने के आरोप में एक व्यक्ति को गिरफ्तार किया है। अधिकारी ने बताया कि कुछ समय पहले ही आरोपी युवक और पीड़िता में दोस्ती हो हुई थी। आरोपी पिछले साल 11 नवंबर को पीड़िता को भिवंडी इलाके में एक लॉज में ले गया, जहां दोनों ने शराब पी।

(शेष पृष्ठ 3 पर)

पीएम के नाम की योजना की धज्जियां उड़ा रही है मनपा

हॉकर्स को कर्ज मिलेगा...व्यवसाय नहीं

मुंबई हलचल/संवाददाता

नागपुर। मनपा द्वारा कुछ दिनों पहले जारी किए गए आंकड़ों पर विश्वास किया जाए तो बड़ी ही अजीबोगरीब स्थिति उजागर हो रही है। एक ओर जहां महानगरपालिका और पुलिस विभाग ने ट्रैफिक की समस्या का हवाला देकर स्ट्रीट वेंडर्स के खिलाफ अभियान छेड़ रखा है वहीं दूसरी ओर महानगरपालिका इन स्ट्रीट वेंडर्स को अब तक लाखों रुपए का कर्ज उपलब्ध कराने का दावा कर रही है। मनपा की ओर से कुछ समय पहले जारी आंकड़ों के अनुसार केंद्र सरकार की प्रधानमंत्री सड़क विक्रेता आत्मनिर्भर निधि (पीएम स्वयं वित्तीय पोषण) योजना के तहत लाखों रुपए के कर्ज वितरण का दावा किया जा रहा है। इससे ऐसा लगता है कि मनपा व्यवसाय के लिए कर्ज तो उपलब्ध कराएगी लेकिन व्यवसाय करने नहीं देगी।

(शेष पृष्ठ 3 पर)

मोबाइल से लिंक पथ विक्रेताओं के आधार कार्ड

मनपा की अजीबोगरीब कार्यप्रणाली का आलम यह है कि हाल ही में पत्रकारों से चर्चा के दौरान मनपा आयुक्त ने स्ट्रीट वेंडर्स का नए सिरे से सर्वे करने की मंशा जताई थी, जबकि वास्तविकता यह है कि स्ट्रीट वेंडर्स और अन्य को व्यवसाय के लिए कर्ज देने से पूर्व पथ विक्रेताओं के मोबाइल उनके आधार कार्ड से लिंक होने की जानकारी स्वयं मनपा ने उजागर की थी। ऐसे में मनपा के पास हॉकर्स का डेटा नहीं होना किसी आश्चर्य से कम नहीं है।

दैनिक मुंबई हलचल
अब हर सच होगा उजागर

हमारी बात

सीईओ'ज का विकसित भारत

वित्त वर्ष 2023-24 में एलएंडटी के सीईओ एसएन सुब्रह्मण्यम की कमाई 51.5 करोड़ रु. रही। यह एलएंडटी के कर्मचारियों की औसत तनख्वाह से लगभग 535 गुना ज्यादा है। कर्मचारियों का औसत वार्षिक वेतन 9.55 लाख रुपये ही था।

भारत में कंपनियों के सीईओ कर्मचारियों के कामकाज के घंटों की हर सीमा हटा देना चाहते हैं। पहले इन्फोसिस के संस्थापक एनआर नारायण मूर्ति ने वकालत की थी कि कर्मचारी एक हफ्ते में 70 घंटे काम करें। अब एलएंडटी के सीईओ एसएन सुब्रह्मण्यम ने कहा है कि कर्मचारियों को 90 घंटे काम करना चाहिए। उन्होंने कहा कि उनका वश चले, तो वे रविवार को भी कर्मचारिओं को काम करने पर बुलाएंगे। फिर एक अजीब टिप्पणी कर बैठे कि घर पर बैठ कर कर्मचारी कब तक पत्नियों को निहारते रहेंगे! कुछ अन्य सीईओ'ज ने भी इस सुझाव का समर्थन किया है। सीईओ कर्मचारियों के अधिकारों को नहीं दिल से स्वीकार नहीं करते, यह तो उनके बात-व्यवहार से पहले भी जाहिर होता था। लेकिन नया ट्रेंड यह है कि इससे इनकार से राष्ट्र निर्माण को जोड़ा जा रहा है। नारायण मूर्ति ने भी ऐसी बात कही थी। अब सुब्रह्मण्यम ने कहा है कि असाधारण लक्ष्य हासिल करने के लिए असाधारण प्रयास करने होते हैं- विकसित भारत बनाने के लिए जरूरी है कि कर्मचारी ऐसे प्रयास में शामिल हों। तो सीईओ'ज ने पॉलिटिकली करेक्ट होते हुए खुद को इकॉनमिकली समृद्ध होने की एक नई जुगाड़ लगाई है। ऐसा नहीं होता, तो साथ-साथ ही वे असाधारण प्रयास से हासिल लाभ के भी बंटवारे की बात करते। इसी बहस के दौरान सामने आए इस तथ्य पर गौर करे: वित्त वर्ष 2023-24 में सुब्रह्मण्यम की कमाई 51.5 करोड़ रु. रही। यह एलएंडटी के कर्मचारियों की औसत तनख्वाह से लगभग 535 गुना ज्यादा है। कर्मचारियों का औसत वार्षिक वेतन 9.55 लाख रुपये था। केंद्र सरकार के मुख्य आर्थिक सलाहकार वी. अनंत नागेश्वरन उद्योगपतियों के सामने जाकर कर्मचारियों का वेतन ना बढ़ाने के लिए उन्हें फटकार लगा चुके हैं। नागेश्वरन ने एसोचैम की बैठक में कहा था कि कंपनियों का मुनाफा रिकॉर्ड स्तर पर है, जबकि कर्मचारियों की वास्तविक आय गतिरुद्ध है। क्या बेहतर नहीं होता कि सीईओ'ज इस विसंगति को सुधारने की दिशा में भी असाधारण प्रयास करते! चूंकि वे ऐसा करते हुए नहीं दिखते, इसलिए उनके ऐसे बयानों को लेकर उनके मकसदों पर उठाए जाने वाले सवालों को वाजिब ही कहा जाएगा।

मुस्लिम लीग पार्टी-मुंब्रा की मेहनत हुई सफल राशन दुकानदारो को मिले राशन कार्यालय से कड़े दिशानिर्देश

मुंबई हलचल/संवाददाता

मुंब्रा। मुंब्रा की ज्यादातर गरीब अवाम सरकार दुआरा दिए गए राशन से अपना घर चलाती है और अक्सर यह शिकायत अवाम से मिलती है कि राशन के दुकानदार गरीब लोगों का हक मार लेते हैं, वह या तो अवाम को राशन देते नही है, या जितना उनका बनता है उस से कम राशन देते हैं। इसी मसलो को लेकर इंडियन यूनियन मुस्लिम लीग पार्टी की मुंब्रा टीम अपनी नेता व मुंब्रा की बेटी फरहत शेख साहिबा के साथ मुंब्रा राशन कार्यालय पहुँचे और मुख्य राशन अधिकारी रोहित साहब को एक ज्ञापन दिया और उसमें अवाम से मिलने वाली शिकायतों को विस्तार से बताया। मुस्लिम लीग पार्टी नेता फरहत शेख साहिबा ने बताया कि हमने 6 जनवरी 2025 के दिन अवाम से सरकारी

राशन दुकानदारों की तरफ से होने वाली शिकायत जैसे दुकान को सरकारी टाइमिंग पर ना खोलना (सुबह 7 से दुपहर 12 और शाम 4 से 7 बजे), राशन नही देना, राशन कम देना, बुरा व्यवहार करना, स्लिप ना देना, महीने का कितना अनाज आया रोज कितना माल बेचा और रोज कितना अनाज बचा इस बात का विवरण बोर्ड पर लिखना, शिकायत करने के लिए उच्च अधिकारियों का नंबर वगेरा जैसी शिकायतों को विस्तार से बताया जिस पर तत्काल एक्शन लेने का वादा मुंब्रा वरिष्ठ राशन अधिकारी रोहित साहब ने किया और हमने उन्हें खुले तौर पर कहा था कि अगर लोगो की परेशानियों को नही समझा गया तो मुस्लिम लीग भूक हड़ताल भी करेगी। मुस्लिम लीग पार्टी के मुंब्रा कलवा अध्यक्ष जहांगीर शेख साहब ने कहा कि लगभग सभी सरकारी राशन दुकानदारों को चेतावनी पत्र जारी कर दिया है और कड़े आदेश भी जारी किए गए है जिन्हें 8 दिनों में पूरा करना है ना करने की सूरत में दुकान सस्पेंड कर दी जाएगी और इतना ही नही हमने भी कहा है कि अगर हालात में सुधार नही आया तो हम जल्द भूक हड़ताल भी करेंगे। इस अवसर पर मुस्लिम लीग पार्टी नेता व मुंब्रा की बेटी फरहत शेख साहिबा, ठाणे जिल्हा अध्यक्ष अमीन शेख साहब, मुंब्रा कलवा विधानसभा अध्यक्ष जहांगीर शेख साहब, उपाध्यक्ष मन्नान शेख साहब, महिला अध्यक्ष फिरदौस शेख साहिबा, एडवोकेट अमीर शेख साहब और अन्य पार्टी कार्यकर्ता मौजूद थे।

आईडब्ल्यूडीसी ने राष्ट्रीय जलमार्गों के ढांचागत सुधार के लिए पांच वर्षों में 50,000 करोड़ के निवेश की घोषणा की

मुंबई हलचल/संवाददाता

मुंबई/काजीरंगा। भारत में अंतदेर्शीय जलमार्गों के प्रसार एवं विस्तार पर नीतिगत फैसले लेने वाली सर्वोच्च संस्था अंतदेर्शीय जलमार्ग विकास परिषद (आईडब्ल्यूडीसी) ने राष्ट्रीय जलमार्गों पर ढांचागत तंत्र के विकास से जुड़ी प्रमुख घोषणाएं की हैं। बंदरगाह, जहाजरानी तथा जलमार्ग मंत्रालय के अंतर्गत अंतदेर्शीय जलमार्ग विकास कार्यों के लिए कार्यरत नोडल एजेंसी भारतीय अंतदेर्शीय जलमार्ग प्राधिकरण (आईडब्ल्यूएआई) ने आईडब्ल्यूडीसी की दूसरी बैठक में, अगले पांच वर्षों के दौरान 50,000 करोड़ से अधिक के निवेश की घोषणा की है। इस संबंध में, 21 अंतदेर्शीय जलमार्ग राज्यों में, आज यहां 1400 करोड़ से अधिक की नई पहल शुरू करने की घोषणा की गई। बैठक की अध्यक्षता केंद्रीय बंदरगाह, जहाजरानी एवं जलमार्ग मंत्री सबार्नंद

सोनोवाल ने की। महाराष्ट्र में, दाभोल क्रीक-वाशिष्ठी नदी (एनडब्ल्यू28) को फेयरवे मेंटीनेंस के तौर पर इस्तेमाल करने के लिए विचार किया जा रहा है। साथ ही, दाभोल क्रीक-वाशिष्ठी नदी (एनडब्ल्यू28) और मुंबई में एनडब्ल्यू 53 पर कल्याण-ठाणे-वसई क्रीक-उल्हास नदी पर नौगम्यता सहायता शुरू की गई है। मुंबई में आईडब्ल्यूएआई का क्षेत्रीय कार्यालय खोलने की भी योजना है। आईडब्ल्यूडीसी का शुभारंभ आज काजीरंगा स्थित कोहोरा में असम के माननीय मुख्यमंत्री डॉ हिमंत बिस्वा सरमा द्वारा दीप प्रज्जवलन के साथ हुआ। इस मौके पर, केंद्रीय बंदरगाह, जहाजरानी एवं जलमार्ग मंत्री सबार्नंद सोनोवाल भी उपस्थित थे। बैठक में, केंद्रीय बंदरगाह, जहाजरानी एवं जलमार्ग राज्य मंत्री शांतनु कुमार, गोवा के बंदरगाह मंत्री एलेक्सियो सिक्वेरा, असम के परिवहन मंत्री जोगेन मोहान, मणिपुर के परिवहन मंत्री खाशिम वाशुम, जम्मू एवं कश्मीर के परिवहन मंत्री सतीश शर्मा, मिजोरम के परिवहन मंत्री पु वनलाल्हाना तथा अरुणाचल प्रदेश के परिवहन मंत्री ओजिंग तासिंग समेत अन्य कई गणमान्य जन भी मौजूद थे। बैठक में, केंद्रीय बंदरगाह, जहाजरानी एवं जलमार्ग मंत्री सबार्नंद सोनोवाल ने कहा, आईडब्ल्यूडीसी ने परस्पर सहयोग के नए दौर की शुरूआत की है और इस सिलसिले में केंद्र तथा राज्य सरकारों ने अंतदेर्शीय जलमार्गों को मजबूत बनाने के विभिन्न पहलुओं पर विचार-विमर्श किया है।

पिछड़ा दलित अल्पसंख्यक वर्गों की भागीदारी और संवेधानिक अधिकारों प्रतिभाओं कि हिफाजत से समाजवादी विचारधारा मजबूत होगा

मुंबई हलचल/संवाददाता

मधुबनी। समाजवादी को प्रभावी लोकतांत्रिक लोगों के आकांक्षाएं के अनुरूप बनाने केलिए समाजवादी वृक्ष की जड़ें मुद्दे आधारित राजनीति जनता के प्रति इमानदारी व उसके सामुहिक समस्याएं की समाधान करने से होगा। यानि डॉ लोहिया के विचार और नारों को पुन जीवित करने पिछड़ा दलित, अल्पसंख्यक वर्गों की भागीदारी व संवैधानिक अधिकारों प्रतिभाओं की हिफाजत से समाजवादी

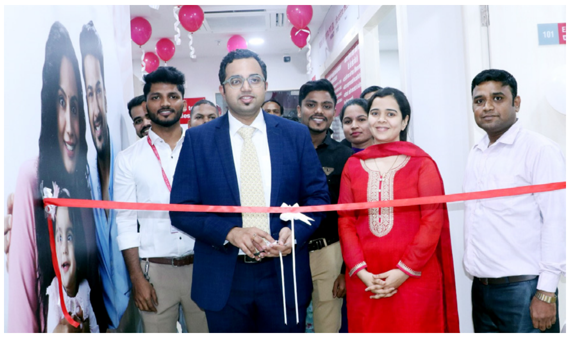
विचारधारा मजबूत होगा यह बातें समाजवादी विचारक राम सुदिष्ट यादव ने समाजवाद की पाठशाला कार्यशाला भूवनेश्वर (उड़िसा) में रखा देश की हालत मौजूदा आर्थिक स्थिति आवारा पूंजीवादी से दिन-प्रतिदिन खराब होती जायेगी भारत जैसे कृषि प्रधान देश में अधिक से अधिक जनता को लाभकारी बनाने केलिए समाजवादी चिंतक डॉ राममनोहर लोहिया के सिध्दांत गरीबी और अमीरी के बीच 1:10 के अनुपात को बनाए रखना होगा कारखाना के उत्पादित वस्तुओं की मूल्य निर्धारण नीति सरकार के अधिकार क्षेत्र में होना चाहिए ऐसी व्यवस्था से आवारा पूंजी पर नियंत्रित किया जा सकता 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।

इन्दिरा आईवीएफ का मुंबई में 12वां हॉस्पिटल भिवंडी में शुरू

मुंबई हलचल/संवाददाता

भिवंडी। निःसंतानता से प्रभावित दम्पतियों को अब उपचार के लिए दूर शहरों की यात्रा नहीं करनी होगी, भारत में फर्टिलिटी ट्रीटमेंट के क्षेत्र में सबसे बड़ी श्रृंखला इन्दिरा आईवीएफ ने फर्स्ट फ्लोर, सूर्या एक्सीलेंसी, मौजे नारपोली, जीपी पारसिक बैंक के ऊपर भिवंडी में अपना आधुनिकतम सेंटर शुरू किया है। हॉस्पिटल का उद्घाटन इन्दिरा आईवीएफ भाण्डुप सीनियर एक्जीक्यूटिव डायरेक्टर डॉ. रिनॉय श्रीधरन और भिवंडी हेड डॉ. सोनम मनोज तुरकर ने फीता काटकर किया। उच्च सफलता दर, मरीज की समस्या के अनुरूप उपचार और आधुनिकतम तकनीकी के उपयोग के लिए प्रसिद्ध इन्दिरा आईवीएफ ने महाराष्ट्र में अपने 28 वें हॉस्पिटल का उद्घाटन किया है। ग्रुप के भारत में 160 से अधिक हॉस्पिटल संचालित हो रहे हैं। इन्दिरा आईवीएफ से उपचार प्राप्त करके अभी तक एक लाख साठ हजार से अधिक दम्पतियों के सफल आईवीएफ प्रोसिजर हो चुके हैं। इस अवसर पर इन्दिरा आईवीएफ ग्रुप के मैनेजिंग डायरेक्टर और



कॉ-फाउण्डर डॉ. नितिज मुर्डिया ने कहा, हम भिवंडी में अपना नवीनतम हॉस्पिटल शुरू करके खुश हैं, ताकि परिवार पूरा करने की इच्छा रखने वाले दम्पतियों को अत्याधुनिक उपचार सहायता प्रदान की जा सके। आंकड़ों के अनुसार, भारत में 10-15 प्रतिशत दम्पती निःसंतानता से जूझते हैं, इन्दिरा आईवीएफ का मिशन ऐसे दम्पतियों में निःसंतानता से जुड़ी गलत जानकारियों और धारणाओं को खत्म करना और सही जानकारी का प्रसार करने में मदद करना है। हम समझते हैं कि निःसंतानता एक दम्पती के मानसिक स्वास्थ्य को प्रभावित कर सकती है और इसलिए हम एक ही छत के नीचे समस्त निःसंतानता उपचार प्रदान करने के लिए प्रतिबद्ध हैं।

इन्दिरा आईवीएफ भाण्डुप सीनियर एक्जीक्यूटिव डायरेक्टर डॉ. रिनॉय श्रीधरन ने कहा कि भारत में फर्टिलिटी उपचार से संबंधित जागरूकता काफी सीमित है।6 में से 1 दम्पती को संतान प्राप्ति में समस्याओं का सामना करना पड़ता है। यह समझना आवश्यक है कि निःसंतानता के लिए महिला-पुरूष दोनां में से कोई भी या दोनों भी जिम्मेदार हो सकते हैं। असिस्टेड रिप्रोडक्टिव टेक्नोलॉजी पुरुष और महिला दोनों को माता-पिता बनने की यात्रा में सहयोग करने के लिए उचित उपचार सुविधा प्रदान करती है। आईवीएफ प्रक्रिया के बारे में बताते हुए, इन्दिरा आईवीएफ भिवंडी हेड डॉ. सोनम मनोज तुरकर ने कहा कि आईवीएफ उपचार शुरू करने से पहले दंपती को विभिन्न विकल्पों और परिणामों के बारे में सलाह दी जाती है। इसके बाद निःसंतानता के कारण को निर्धारित करने और उपचार योजना तैयार करने के लिए दोनों का परीक्षण किया जाता है। ओवेरियन स्टीमुलेशन, अण्डे निकालना, वीर्य संग्रह, निषेचन, भ्रूण का विकास , भ्रूण स्थानांतरण और बाद में प्रेगनेंसी परीक्षण सभी महत्वपूर्ण चरण हैं जिनका आईवीएफ प्रक्रिया के दौरान पालन किया जाता है। ग्रुप ने महाराष्ट्र सहित देशभर में एविडेंस बेस्ड उपचार से दम्पतियों को आश्वस्त करने के लिए लाइफ व्हिस्परर के सहयोग से आर्टिफिशियल इंटेलिजेंस सहित कई नयी तकनीकों में निवेश किया है। इन्दिरा आईवीएफ भिवंडी हॉस्पिटल की शुरूआत के अवसर पर पूरे जनवरी माह में निःशुल्क निःसंतानता परामर्श का आयोजन किया जा रहा है जिसमें दम्पती एक्सपर्ट डॉक्टर से निःसंतानता संबंधी परामर्श लेकर उपचार की ओर कदम बढ़ा सकते हैं।

दीवा के होली एंजल स्कूल में फूड फेस्टिवल संपन्न हुआ

मुंबई हलचल/संवाददाता

ठाणे। दिवा शहर के सबेगांव स्थित होली एंजल इंग्लिश स्कूल में स्कूली छात्रों ने फूड फेस्टिवल मनाया। जिसमें उन्होंने विभिन्न खाद्य पदार्थ जैसे पानीपुरी, चॉकलेट, लावा केक, सैंडविच, पॉपकॉर्न, विभिन्न जूस, भारतीय स्नैक्स आदि बेचने वाले फूड स्टॉल लगाए थे और छात्रों ने एक गेम जोन स्टॉल भी लगाया था। उक्त फूड फेस्टिवल में अभिभावकों को भी आमंत्रित किया गया था। इस फूड स्टॉल गतिविधि के माध्यम से, छात्रों ने टीम वर्क और सहयोग, समय प्रबंधन, संचार कौशल, उद्यमशीलता कौशल, मूल्य समझ आदि जैसे कौशल सीखे। विद्यार्थियों ने बड़ी संख्या में भाग लिया। अधिकांश विद्यार्थियों ने अच्छा लाभ कमाया। फूड फेस्टिवल कार्यक्रम को सुचारू रूप से चलाने के लिए संस्थान के ट्रस्टी संतोष पांडे और स्कूल के सभी शिक्षक और गैर-शिक्षण कर्मचारी उपस्थित थे। इस कार्यक्रम को सफल बनाने के लिए प्राचार्य, शिक्षकों और गैर-शिक्षण कर्मचारियों ने उचित समर्थन और मार्गदर्शन प्रदान किया।

(पृष्ठ 1 का समाचार)

नासिक में भीषण हादसा

उस वक्त टेम्पो में करीब 16 यात्री सवार थे जो सिडको क्षेत्र जा रहे थे। निफाड में हो रहे एक धार्मिक कार्यक्रम से लोग लौट रहे थे। रास्ते में टेम्पो चालक ने वाहन पर नियंत्रण खो दिया और लोहे की छड़ों से लदे ट्रक को पीछे से टक्कर मार दी। इस हादसे में मौके पर ही 8 लोगों की मौत हो गई। वहीं कुछ लोगों की हालत काफी गंभीर बताई जा रही है।

शादी का झांसा देकर बार गायिका से बनाए शारीरिक संबंध...किया बदनाम

नारपोली पुलिस थाने के अधिकारी ने बताया कि जब पीड़िता नशे में थी तो आरोपी ने उसे शादी का झांसा दिया और उससे साथ शारीरिक संबंध बनाए और उसकी आपत्तिजनक तस्वीरें भी ले लीं। पुलिस ने बताया कि बाद में उसने तस्वीरें पीड़िता के परिचितों को साझा कर दीं। अधिकारी ने बताया कि पीड़िता की शिकायत के आधार पर आरोपी को शनिवार को गिरफ्तार कर लिया गया। उसके खिलाफ भारतीय न्याय संहिता तथा सूचना प्रौद्योगिकी अधिनियम की प्रासंगिक धाराओं में मामला दर्ज किया गया है। इतना ही नहीं तो ठगी के मामले में भी ठाणे पीछे नहीं है। महाराष्ट्र के ठाणे जिले में पुलिस ने एक वित्तीय कंपनी के दो पूर्व कर्मचारियों ने कंपनी के 8.90 लाख रुपयों का गबन कर फरार हो गए है। पुलिस उनकी तलाश कर रही है। भिवंडी टाउन पुलिस थाने के अधिकारी ने बताया कि नवंबर 2023 से फरवरी 2024 के बीच आरोपियों ने कथित तौर पर निवेश के उद्देश्य से ग्राहकों से भुगतान एकत्र किया, लेकिन उसे कंपनी के खाते में जमा नहीं किया।

जून 2025 तक पूरा हो पाएगा मुंबई-पुणे मिसिंग लिंक प्रोजेक्ट

इस केबल-स्टेड वायाडक्ट को छोड़कर, इस परियोजना के अन्य सभी खंड, जिनमें एक और वायाडक्ट और 2 सुरंगें शामिल हैं, पहले ही पूरे हो चुके हैं। हालंकि प्रोजेक्ट पूरा होने पर लोग घाट सेक्शन को पूरी तरह से बायपास करके कुसगांव और खोपोली निकास के बीच की कुल दूरी को आराम से पूरा कर पाएंगी, क्योंकि यह दूरी 6 किलोमीटर तक कम हो जाएगी। महाराष्ट्र स्टेट रोड ट्रांसपोर्ट कारपोरेशन (एमएसआरडीसी) के अधिकारी ने प्रोजेक्ट की समयसीमा बढ़ने की वजह कार्य में जटिलताओं को बताया।

पीएम के नाम की योजना की धज्जियां उड़ा रही है मनपा

बताया जाता है कि मनपा दीनदयाल उपाध्याय-राष्ट्रीय शहरी आजीविका अभियान योजना के माध्यम से 3 चरणों में 60,972 लाभार्थियों को 7604.59 लाख रुपए का कर्ज बांट चुकी है। मनपा द्वारा दिए गए आंकड़े में योजना के लाभार्थियों की संख्या तो 60,972 है किंतु वास्तविक रूप में पीएम स्वनिधि वेबसाइट पर 35,993 पथ विक्रेताओं की सूची अपलोड होने का दावा किया गया।

कंबल उपलब्ध कराने का एक सार्थक प्रयास

मुंबई हलचल/संवाददाता

आज जहां समाज सेवा और समाजसेवी लिखना एक फैशन हो गया है इस दौर में भी कुछ ऐसे व्यक्तित्व हैं जो समाज सेवा को व्यावहारिक रूप में चरितार्थ करते हैं जी हां मैं बात करना चाहूंगा गणेश ट्री फाउंडेशन के संस्थापक व अध्यक्ष गणेश दुबे और उनके साथी राकेश तिवारी सत्येंद्र दुबे विकास मौर्य रत्नाकर मिश्रा राजेश गौड़ मृत्युंजय तिवारी आदि कार्यकर्ताओं के द्वारा इस भयानक ठंड के मौके पर गर्म कपड़ों के अभाव से पीड़ित लोगों को जिनके पास ठंडी से बचने के लिए पर्याप्त साधन नहीं है उनके लिए इन्होंने इस विषम परिस्थिति में कंबल उपलब्ध कराने का एक सार्थक प्रयास किया है। यह सार्थक प्रयास इस रूप में महत्वपूर्ण है कि कि इस समाज सेवा को एक जीवन मूल्य के रूप में स्थापित करने का एक सार्थक प्रयास है और ऐसे में जब हमारे युवा पीढ़ी जो हमारी कार्यशील जनसंख्या के महत्वपूर्ण आयाम है जब वह सामने आकर के कुछ समाज को देना चाहती है

तो वह अपने आप में एक महत्वपूर्ण व्यक्तित्व का और कृतित्व का आवाहन करती है और ऐसे में हम सभी को जो काफी समृद्ध साली हैं धन संपदा से उनको इस गणेश ट्री फाउंडेशन के नवयुवक लोगों के योगदान से सीख लेनी चाहिए और न सिर्फ अपने नाम के आगे समाज सेवक समाजसेवी लिखना चाहिए बल्कि उन्हें इसको समझ में जमीनी स्तर पर उत्तर करके इसे व्यवहारिकता प्रदान करने के लिए सभी को इस छोटे से उम्र में गणेश दुबे के द्वारा किए गए प्रयास से सीख लेना चाहिए और हमारे आने वाली जो युवा पूड़ी है उसके लिए भी गणेश जी एक सतत और समावेशी व्यक्तित्व के निर्माण की श्रृंखला प्रस्तुत कर रहे हैं और यह केवल एक कंबल वितरण ही नहीं है बल्कि आपको बताना चाहेंगे कि इन्होंने पिछले 1 सालों में 1000 वृक्षारोपण किया है और सिर्फ वृक्षारोपण ही नहीं किया है उन सभी वृक्षों का देखभाल ही किया है जो निरंतर 24 घंटे समाज को ऑक्सीजन दे रहा है यानी जो जीवन दे रहा है। ऐसे में समाज के उन लोगों को भी उनके इस मूवी में आगे आना चाहिए और राष्ट्रीय निर्माण के साथ-साथ एक समावेशी समाज को उन्नत पर ले जाने के लिए गणेश जैसे और गणेश को देश में पैदा होने की आवश्यकता है हम सभी गणेश के इस महीने में साथ आए और इसे हाथ मिलाए वास्तव में इस व्यक्ति का व्यक्तित्व एक विराट व्यक्तित्व है जो दुर्लभ होता है।

खबर संक्षेप

स्टालिन का अहंकार बर्दाश्त नहीं करेंगे

चेन्नई। तमिलनाडु राजभवन ने विधानसभा के हालिया सत्र को संबोधित न करने के राज्यपाल आर एन रवि के फैसले को मुख्यमंत्री एम के स्टालिन द्वारा बचकाना

बताए जाने की आलोचना करते हुए कहा कि इस तरह का अहंकार ठीक नहीं है। राजभवन ने सोशल मीडिया पर पोस्ट में कहा कि लोग देश और संविधान का कोई भी निर्लज्जतापूर्ण अपमान बर्दाश्त नहीं करेंगे। स्टालिन ने कहा है कि मौलिक कर्तव्यों का पालन करने पर जोर देना बेतुका और बचकाना है।

सहकारी बैंक घोटाले में पूर्व सीईओ समेत 4 अरेस्ट

वैशाली। प्रवर्तन निदेशालयने बिहार के वैशाली शहरी विकास सहकारी बैंक में धन गबन के मामले में 4लोगों को गिरफ्तार किया है। इनमें बैंक के पूर्व सीईओ विपिन तिवारी, उनके ससुर राम बाबू शांडिल्य, नितिन मेहरा और संदीप सिंह शामिल हैं। ईडी ने इस घोटाले की जांच के तहत 10 जनवरी को बिहार में राष्ट्रीय जनता दल (आरजेडी) विधायक आलोक कुमार मेहता और उनसे जुड़े कुछ अन्य लोगों के ठिकानों पर छापेमारी की थी।

अडाणी छत्तीसगढ़ में करेंगे 60,000 करोड़ का निवेश

रायपुर। छत्तीसगढ़ के मुख्यमंत्री विष्णु देव साय के साथ एक बैठक में अदाणी ग्रुप के चेयरमैन गौतम अडाणी ने रायपुर, कोरबा और रायगढ़ में समूह के बिजली संयंत्रों के विस्तार के लिए 60,000 करोड़ के नियोजित निवेश की घोषणा की है। इस विस्तार से छत्तीसगढ़ की कुल बिजली उत्पादन क्षमता 6,120 मेगावाट और बढ़ जाएगी। प्रदेश के विकास को इसके कारण और गति मिलेगी। इससे राज्य में बिजली उत्पादकता में काफी इजाफा होगा।

गृहमंत्री शाह ने शिरडी में भाजपा नेताओं और कार्यकर्ताओं को किया संबोधित

पवार-उद्धव की वंशवादी सियासत और विश्वासघात को जनता ने खारिज किया, दिखाई सही जगह

सियासत की चौसर पर भाजपा के चाणक्य कहे जाने वाले केंद्रीय गृह मंत्री अमित शाह ने महाराष्ट्र के शिरडी में भाजपा नेताओं और कार्यकर्ताओं को संबोधित किया। इस दौरान उन्होंने इंडी गठबंधन पर हमला बोला

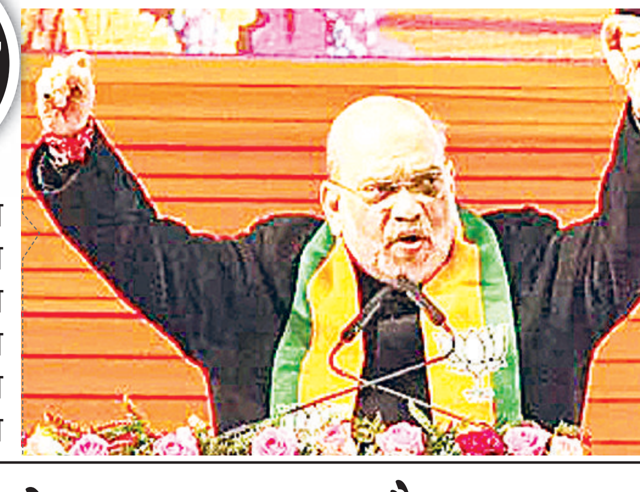
असली एनसीबी और शिवसेना ने भाजपा के साथ मिलकर जीत दर्ज की

मुंबई हलचल / नई दिल्ली

सियासत की चौसर पर भाजपा के चाणक्य कहे जाने वाले केंद्रीय गृह मंत्री अमित शाह ने महाराष्ट्र के शिरडी में भाजपा नेताओं और कार्यकर्ताओं को संबोधित किया। उन्होंने वरिष्ठ राजनेता शरद पवार और पूर्व सीएम सह शिवसेना (यूबीटी) प्रमुख उद्धव ठाकरे को भी आड़े हाथों लिया। शाह ने कहा कि असली एनसीपी और शिवसेना ने भाजपा के साथ मिलकर महाराष्ट्र विधानसभा चुनाव 2024 में जीत हासिल की। उन्होंने कहा कि राज्य की जनता ने पवार और उद्धव की राजनीति को सिरे से खारिज कर दिया। शिरडी में भाजपा सम्मेलन में पार्टी नेताओं और कार्यकर्ताओं से मुखातिब गृह मंत्री अमित शाह ने कह कि महाराष्ट्र ने वंशवाद की राजनीति और शरद पवार और उद्धव ठाकरे के विश्वासघात को खारिज कर दिया है। शिरडी में केंद्रीय मंत्री अमित शाह ने भाजपा के पक्ष में आए अभूतपूर्व जनादेश का जिक्र किया और कहा, महाराष्ट्र ने 2024 के चुनावों में शरद पवार, उद्धव ठाकरे को उनकी असली जगह दिखा दी।

'महाविजयी प्रदेश अधिवेशन' शुरू

शाह ने इंडी गठबंधन पर किया करारा हमला



नए प्रदेश अध्यक्ष पर फैसला संभव

महाराष्ट्र में भाजपा की महाजीत के बाद अब सभी की नजरें पार्टी के नए अध्यक्ष पर लगी हैं। शनिवार को साईंनगरी शिरडी में भाजपा का 'महाविजयी प्रदेश अधिवेशन' शुरू हो गया। कार्यक्रम में भाजपा के राष्ट्रीय महासचिव विनोद तावड़े के साथ प्रदेश के प्रभारी और संगठन से जुड़े तमाम नेता मौजूद रहे। दो दिन के इस अधिवेशन में गृह मंत्री शाह के पहुंचने का कार्यक्रम है। राजनीतिक हलकों में ऐसी चर्चा है कि इस अधिवेशन में पार्टी के नए प्रदेश अध्यक्ष पर फैसला हो सकता है। भाजपा के मौजूदा प्रदेश अध्यक्ष चंद्रशेखर बावनीकुले महायुति सरकार में कैबिनेट मंत्री बन चुके हैं। ऐसे में संगठन की जिम्मेदारी उनसे लिए जाने की पूरी संभावना है। इसी प्रकार से मुंबई भाजपा के अध्यक्ष आशीष शेलार भी फडणवीस सरकार में मंत्री बने हैं।

अध्यक्ष के लिए चव्हाण और संजय

महाराष्ट्र भाजपा अध्यक्ष के पहले पूर्व मंत्री रवींद्र चव्हाण का नाम सुर्खियों में आया था हालांकि पार्टी ने उन्हें राज्य में संगठन चुनावों का प्रभारी बना दिया है। इसके अलावा संजय कुटे का नाम चर्चा में है। चव्हाण जहां मराठा समुदाय से आते हैं तो वहीं कुटे ओबीसी से हैं। चर्चा है कि पार्टी नए अध्यक्ष के चुनाव में मराठा या फिर ओबीसी नेता पर दांव खेल सकती है।

ये नेता रहे मौजूद

पहले दिन अधिवेशन में भाजपा प्रदेश महाधिवेशन की पूर्व संध्या पर शिरडी में मंत्रियों, प्रदेश पदाधिकारियों, जिला अध्यक्षों और मोर्चा प्रदेश अध्यक्षों की बैठक हुई। बैठक में प्रदेश अध्यक्ष चंद्रशेखर बावनकुले, राष्ट्रीय महासचिव विनोद तावड़े, राष्ट्रीय सह संगठन मंत्री शिवप्रकाश, राष्ट्रीय सचिव पंकजा मुंडे, प्रदेश संगठन पर्व प्रभारी रविंद्र चव्हाण सहित बैठक में आमंत्रित सभी लोग उपस्थित थे। रविवार को अधिवेशन के अंतिम दिन मुख्यमंत्री देवेंद्र फडणवीस भी शिरडी में मौजूद रहे।

अहम में शिरडी का अधिवेशन

महाराष्ट्र में महाजीत के बाद हो रहे भाजपा के प्रदेश अधिवेशन अहम है। इसके बाद अमित शाह गुजरात के तीन दिन के प्रवास पर रहेंगे। इस दौरान वे अपने गृह राज्य में उत्तरायण के पर्व से जुड़े कार्यक्रमों में शिकरत करेंगे। भाजपा के शिरडी अधिवेशन को काफी अहम माना जा रहा है। चर्चा है कि 15 जनवरी को पीएम मोदी अपने महाराष्ट्र के संभावित दौरे में विधायकों की क्लास ले सकते हैं।

बीपीएससी को लेकर यादव का प्रदर्शन

'बिहार बंद' के दौरान आगजनी सड़क जाम, तोड़फोड़ भी की

पटना। बिहार लोक सेवा आयोग (बीपीएससी) परीक्षा में कथित अनियमितताओं के विरोध में प्रदर्शन कर रहे बीपीएससी छात्रों के समर्थन में पूर्णिया से निर्दलीय सांसद पप्पू यादव ने रविववार को राज्यव्यापी 'बिहार बंद' का नेतृत्व किया। बीपीएससी 70वीं सीसीई परीक्षा में पेपर लीक के दावों के कारण, प्रदर्शनकारी छात्र इस एग्जाम को रद्द करने की मांग कर रहे हैं। यादव और उनके समर्थकों ने बिहार बंद का आह्वान किया। इस दौरान यादव खुद सड़कों पर उतरे। सुबह-सुबह ही विरोध प्रदर्शन शुरू हो गया, जिसमें यादव की जन अधिकार पार्टी और उसके छात्र संगठन, छात्र युवा शक्ति के सदस्यों ने मुख्य सड़कों को ब्लॉक किया, टायर जलाए और बाजार बंद करवाए। पटना में अशोक राजपथ, एनआईटी मोड़ और डाक बंगला चौराहा जैसे अहम इलाकों में यातायात बाधित रहा। प्रदर्शनकारियों ने भाजपा के बैनर फाड़ दिए और वाहनों में तोड़फोड़ की व मेट्रो के निर्माण कार्य को भी रोक दिया, जिससे इलाके में काफी अशांति फैल गई।

अन्य जिलों में भी हुए प्रदर्शन

सुपौल, बेगूसराय, गया और बाढ़ समेत अन्य जिलों में भी इसी तरह के विरोध प्रदर्शन हुए। बेगूसराय में प्रदर्शनकारियों ने सरकार पर भ्रष्टाचार और निष्क्रियता का आरोप लगाते हुए एनएच-31 को जाम कर दिया। वहीं, गया में प्रदर्शनकारियों ने सिकरिया मोड़ पर सड़क जाम कर दिया और पूरे शहर में मार्च निकाला, जिससे यातायात बाधित हुआ। बाढ़ में एनएच-31 पर सड़क जाम और टायर जलाकर विरोध प्रदर्शन किया गया, जिससे यात्रियों को घंटों तक परेशानी का सामना करना पड़ा। इस बंद से पहले उन्होंने 1 जनवरी को भी बंद का आह्वान किया था। यादव के समर्थकों ने हाल ही में संपन्न बिहार पीएससी परीक्षा को रद्द करने की मांग को लेकर यहां एक स्टेशन पर रेल रोको आंदोलन किया था।

जो छात्र-विरोधी हैं उनका राम ...

यादव ने खुद पटना में आयकर चौराहे से डाक बंगला चौराहे तक एक विशाल विरोध जुलूस का नेतृत्व किया। वे एक खुले वाहन के ऊपर खड़े थे, जिस पर राम नाम सत्य लिखा कपड़ा लपेटा हुआ था और उनके समर्थक राज्य सरकार के खिलाफ नारे लगाते हुए और बीपीएससी उम्मीदवारों के लिए न्याय की मांग करते हुए उनके साथ मार्च कर रहे थे। यादव ने कहा कि सरकार का राम-राम सत्य करना है। जो लोग छात्र-विरोधी हैं उनका राम-राम सत्य है,' बिहार की जनता सड़कों पर है। छात्र सड़कों पर हैं।

खाई में गिरी सवारियों से भरी मिनी बस

6 यात्रियों की मौत और 22 घायल, जांच के दिए आदेश

मुंबई हलचल / नई दिल्ली

उत्तराखंड के पौड़ी में रविवार को दर्दनाक हादसा हो गया। पौड़ी-सत्यखाल मोटर मार्ग पर सवारियों से भरी एक मिनी बस अनियंत्रित होकर खाई में जा गिरी। हादसे 6 यात्रियों की मौत हो गई। जबकि 22 घायलों को बेस अस्पताल श्रीनगर के लिए रेफर कर दिया गया है। रविवार की शाम तीन बजे पौड़ी से देहलचौरी जा रही सवारियों से भरी बस सत्याखाल मोटर मार्ग पर क्यार्क और चूलधार के पास अचानक अनियंत्रित होकर 80 मीटर खाई में गिर गई। पुलिस ने स्थानीय लोगों की मदद से घायलों को रेस्क्यू कर बाहर निकाला।

विधायक, डीएम व सीडीओ ने घायलों का जाना हालचाल

सूचना मिलते ही विधायक राजकुमार पोरी, जिलाधिकारी डॉ. आशीष चौहान, सीडीओ गिरीश गुणवंत के साथ ही बड़ी संख्या में स्थानीय लोग घायलों का हालचाल जानने के लिए जिला अस्पताल पहुंचे।डीएम डॉ. चौहान ने परिवहन विभाग के अधिकारियों को जांच के निर्देश दिए हैं।

दिल्ली के पूर्व मुख्यमंत्री यहां के लोगों को कर रहे गुमराह

केजरीवाल का डीडीए द्वारा शकूरबस्ती की झुग्गियों का लैंडयूज चेंज कहना झूठः एलजी सक्सेना

मुंबई हलचल / नई दिल्ली

उपराज्यपाल वीके सक्सेना ने केजरीवाल के उस बयान का झूठ बताया है जिसमें उन्होंने शकूरबस्ती की झुग्गियों का डीडीए द्वारा लैंडयूज चेंज करने का दावा किया गया है। एलजी ने कहा कि रविवार को अरविंद केजरीवाल शकूर बस्ती की झुग्गियों के पास गए थे। उन्होंने वहां शकूर बस्ती को लेकर जो बयान दिया था, वह पूरी तरह झूठ है। उन्होंने 27 दिसंबर की डीडीए बैठक का हवाला देते हुए कहा कि एलजी ने लैंड यूज बदल दिया है। इस जमीन (शकूर बस्ती की जमीन) का डीडीए ने न तो लैंड यूज बदला है और न ही लोगों को गुमराह करते हुए कोई बेदखली या तोड़फोड़ का नोटिस दिया है। एलजी ने कहा की अगर केजरीवाल जी ने आप विधायकों से बात की होती तो शायद झूठ नहीं बोला होगा।

एलजी सख्त लहजे में कहा कि इस विषय पर केजरीवाल लोगों को भ्रमित न करें अन्यथा डीडीए उनके खिलाफ कार्रवाई करेगा। पीएम मोदी इन सी टू के तहत हजारों लोगों को जहां झुग्गी वहीं मकान बनाकर दिया है और वो लोग अपने परिवार के साथ एक बेहतरीन जीवन गुजार रहे हैं। जबकि केजरीवाल व आप सरकार के रहते लोग झुग्गियों में नारकीय जीवन बिता रहे हैं। एलजी ने कहा कि अगर केजरीवाल शकूरबस्ती झुग्गियों के अंदर गए होंगे तो देखा होगा कि लोग किस दयनीय स्थिति में रह रहे हैं। इस दयनीय स्थिति के मास्टरमाइंड स्वच्छता, जल आपूर्ति, एमसीडी सब कुछ केजरीवाल के अंतर्गत आता है। जहां तक डीडीए का सवाल है, उसने अब तक पीएम मोदी की 'जहां झुग्गी वहां मकान' योजना के तहत हजारों झुग्गीवासियों को मॉडल फ्लैट दिए हैं जो एक सम्मानजनक जीवन जी रहे हैं।

बीपीएससी आंदोलन

पीके के इरादों पर प्रशासन ने पानी फेरा, टेंट लगाने से रोका

मुंबई हलचल / पटना

बिहार लोक सेवा आयोग की 70वीं प्रारंभिक परीक्षा को लेकर चल रहे आंदोलन के बीच प्रशांत किशोर की जन सुराज पार्टी के इरादों पर एक बार फिर पटना जिला प्रशासन ने पानी फेर दिया है।

पार्टी की ओर से दावा किया गया है कि गंगा नदी के किनारे मरीन ड्राइव पर कैंप लगाने से प्रशासन ने मना कर दिया है। पीके यहां धरने पर बैठने वाले थे। पार्टी की ओर से जारी बयान में बिहार सरकार और पटना जिला प्रशासन पर कैंप बनाने से रोकने के

आरोप लगाए गए। कहा कि छात्रों के समर्थन में पिछले 11 दिनों से आमरण अनशन कर रहे प्रशांत किशोर को प्रशासन निजी जमीन पर भी टेंट लगाने नहीं दे रही है। एलसीटी कंस्ट्रक्शन कंपनी की साइट के बगल में एक निजी जमीन पर जन सुराज का कैंप लग रहा था, जिसे प्रशासन ने रोक दिया है।

झारखंड में फेल हुआ आतंकी मंसूबा

चान्हो व लातेहार जिलों में बनने जा रहा था ट्रेनिंग कैंप

मुंबई हलचल / रांची

आतंकी संगठन अलकायदा इंडियन सब कॉन्टिनेंट (एक्यूआईएस) के झारखंड में भी अपना मॉड्यूल तैयार करने के षडयंत्र का भंडाफोड़ हुआ है। प्रदेश के युवाओं को पहले संगठन में जोड़कर झारखंड में ही ट्रेनिंग देने की साजिश रची गई और बाद में संदिग्धों ने ट्रेनिंग कैंप के लिए रांची जिले के चान्हो और लातेहार जिले के चंदवा बॉर्डर पर नकटा पहाड़ के घने जंगल को चुना। हालांकि अलकायदा के संदिग्ध अपने मंसूबों में सफल होते इससे

पहले ही शाहबाज अंसारी पकड़ा गया। उसने एटीएस की जांच और पूछताछ में पूरे षडयंत्र का खुलासा कर दिया। अब झारखंड एटीएस ने इस पूरे मामले में गहराई से छानबीन तेज कर दी है। एटीएस अब नकटा पहाड़ के घने जंगलों में छानबीन करने जाएगी कि कैंप खोलने में और कौन-कौन संदिग्ध शामिल थे।

सपा में बदले जाएंगे कई जिलाध्यक्ष, मिल्कीपुर में किसी प्रत्याशी को गुपचुप समर्थन कर सकती है बसपा

मुंबई हलचल / नई दिल्ली

बहुजन समाज पार्टी मिल्कीपुर के चुनावों में प्रत्याशी नहीं दे रही है लेकिन पार्टी किसे समर्थन देगी इस बारे में फैसला हो सकता है। यूपी की राजनीति में मकर संक्राति के बाद दो बड़े बदलाव होने जा रहे हैं। सपा प्रदेश के कई जिलों के जिलाध्यक्ष बदलने जा रही है तो वहीं बसपा मिल्कीपुर चुनाव को लेकर अपनी रणनीति तय करेगी। मालूम हो कि बसपा इन चुनावों में अपना प्रत्याशी नहीं दे रही है।

सपा में बदले जाएंगे कई जिलाध्यक्ष

समाजवादी पार्टी शीघ्र ही अपने कई जिलाध्यक्ष बदल सकती है। इस पर हाईकमान विचार कर रहा है। मकर संक्रांति के बाद कभी भी सूची आ सकती है। सपा सूत्रों के मुताबिक, 15-20 जिलाध्यक्ष बदले जा सकते हैं। जिन जिलों के अध्यक्ष बदले जाएंगे, वहां कमेटियां भी नए सिरे से बनाई जाएंगी। कुछ जिले ऐसे हैं, जहां अध्यक्ष या तो किसी विवाद में फंस गए हैं या फिर निष्क्रिय हैं। इन सभी जिलाध्यक्षों की सूची तैयार कर ली गई है। सूत्रों का कहना है कि नई कमेटियों और जिलाध्यक्षों का चयन कार्यकर्ताओं की सक्रियता के आधार पर तय होगा।

बसपा तय करेंगी रणनीति

बसपा की राष्ट्रीय अध्यक्ष मायावती 15 जनवरी को अपने जन्मदिन के बाद मिल्कीपुर उपचुनाव को लेकर रणनीति तय करेंगी। बता दें, बसपा मिल्कीपुर उपचुनाव नहीं लड़ रही है। ऐसे में पार्टी समर्थक किस दल को वोट करें, इस बारे में बसपा सुप्रीमो संकेत दे सकती हैं। इस बाबत उन्होंने 16 जनवरी को पार्टी के वरिष्ठ पदाधिकारियों की बैठक बुलाई है जिसमें सदस्यता अभियान, संगठन के विस्तार, कैडर कैंप और पार्टी के साथ मुस्लिमों, ब्राह्मणों एवं अन्य वर्गों को जोड़ने के अभियान की समीक्षा होगी। पार्टी बसपा सुप्रीमो का जन्मदिन जन कल्याणकारी दिवस के रूप में मनाएगा। देशभर में पार्टी कार्यकर्ताओं ने इसकी तैयारी कर ली है। जिलों में विचार गोष्ठियां होंगी। बसपा सुप्रीमो अपने जन्मदिन पर कार्यकर्ताओं और समर्थकों के नाम पर संदेश भी जारी करेंगी जिसमें दिल्ली चुनाव को लेकर भी अहम घोषणाएं की जा सकती हैं। दिल्ली में बसपा अकेले दम पर विधानसभा चुनाव लड़ रही है। बसपा सुप्रीमो ने दिल्ली चुनाव की कमान अपने भतीजे एवं पार्टी के नेशनल कोऑर्डिनेटर आकाश आनंद को सौंप रखी है।

एलपीजी सिलेंडर और पिकअप के बीच टक्कर

कानपुर। कानपुर में एलपीजी टैंकर और पिकअप के बीच जबरदस्त टक्कर हो गई। टक्कर जबरदस्ती की एलपीजी गैस लीकेज जिससे मौके पर हड़कंप मच गया। सूचना पाकर मौके पर भारी संख्या में पुलिस बल पहुंच गई। दोनों तरफ के यातायात को रोक दिया गया। फायर ब्रिगेड की कई गाड़ियों को भी मौके पर बुला लिया गया। इस संबंध में सांसद स्थापित करने बताया कि हादसे में शामिल वाहनों को सड़क से हटा दिया गया है और यातायात धीमी रफ्तार से चालू किया गया है। मामला चकरपुर मंडी और सचेंडी के बीच का है। उत्तर प्रदेश के कानपुर के सचेंडी थाना क्षेत्र अंतर्गत चकरपुर मंडी के पास एलपीजी गैस टैंकर और पिकअप लोडर में जोरदार टक्कर हो गई। टक्कर इतनी जबरदस्त थी कि एलपीजी टैंकर घूम कर रोड पर खड़ा हो गया। हादसे के बाद मौके पर हड़कंप मच गया। जो जहां था वहीं खड़ा हो गया। गनीमत रही कि हादसे में कोई हताहत नहीं हुआ। टक्कर के बाद मौके पर एलपीजी गैस का रिसाव शुरू हो गया। इंडियन ऑयल के इंजीनियर मौके पर पहुंच गए। जहां उन्होंने गैस रिसाव को रोकने की कोशिश की। इस दौरान दोनों तरफ लगभग 10 किलोमीटर लंबा जाम लग गया।

दैनिक मुंबई हलचल
अब हर सच होगा उजागर

आखिर किसके लाइसेंसी हथियारों से हंसपुर वालों को धमका रहा दबंग दीपक सिंह, डीसीपी से शिकायत

दबंगई के प्रदर्शन के लिए अर्जुन उर्फ दीपक सिंह का सोशल मीडिया पर वायरल हुआ वीडियो

कानपुर। नौबस्ता थाना क्षेत्र का हंसपुर गांव आजकल दबंग गुंडों के निशाने पर है। सोशल मीडिया पर इन दबंगों का यह आतंक खुलेआम असलहों और वीडियो धमकियों के रूप में खूब वायरल भी हो रहा है। डीसीपी से की गई शिकायत के बाद पुलिस ने घटना की जांच की शुरू कर दी है।

सूत्रों से प्राप्त जानकारी के मुताबिक विरोध करने पर हत्या कर देने की हद तक बरकरार आतंक के फलस्वरुप हंसपुर के अधिकांश पीड़ित इन दबंगों के खिलाफ खुलकर शिकायत करने का साहस भी नहीं करते, फिर भी कुछ गांव वालों ने हिम्मत करके घटना की शिकायत डीसीपी दक्षिण से करते हुए एफ आर दर्ज कर कार्रवाई किए जाने की मांग की है।

हंसपुर में रहने वाले सुधीर कुमार सिंह, जंग बहादुर सिंह, श्रीकृष्ण सिंह तोमर, सतीश सिंह, जयंत सिंह, संजीव सिंह और नेकपाल सिंह आदि पीड़ितों के साथ डीसीपी दक्षिण से शिकायत करने पहुंचे केंद्र और प्रदेश सरकार की मंशा के अनुरूप देश और समाज के हित में शिक्षा के क्षेत्र में हर दृष्टिकोण से अग्रणी बताए जाने वाले हंसपुर स्थित विद्यालय के संचालक लवकुश सिंह ने एफ आई आर दर्ज कर कार्रवाही करने की मांग करते हुए बताया कि अर्जुन सिंह उर्फ दीपक सिंह पुत्र नेकपाल सिंह निवासी मकान नं० 82 हंसपुर नौबस्ता ने अपनी दबंगई के प्रदर्शन का अड्डा आजकल क्षेत्र की पाल आटा चक्की को बना रखा है। जहां से दबंग अर्जुन सिंह उर्फ दीपक सिंह दबंगई और गुंडई के जरिए अपने स्वार्थ पूर्ति के इरादे को पूरा करने के लिए काल्पनिक नामों से गाली गलौज करने के साथ ही तरह-तरह के हथकंडों से संभ्रांत लोगों को भयभीत भी करता है। इसके लिए वह सोशल मीडिया व्हाट्सएप और फेसबुक आदि का भी सहारा लेता है। घटना की शिकायत डीसीपी दक्षिण से करने पहुंचे सर्वोत्तम शिक्षा के क्षेत्र में अग्रणी विद्यालयों में से एक के संचालक लवकुश सिंह और अन्य सभी पीड़ितों ने सूत्रों को बताया कि इस दबंगई का अंदाजा इसी से लगाया जा सकता है कि हाल में ही दबंग अर्जुन सिंह उर्फ दीपक सिंह असलहे के साथ सोशल मीडिया पर वायरल फोटो वीडियो भी लोगों को काल्पनिक नामों से धमकी दे रहा है। यद्यपि समाचार पत्र आतंक पूर्ण चर्चा का विषय बने इस वीडियो की पुष्टि नहीं करता।

पीड़ितों और आरोपी के नजदीकी सूत्रों के भी मुताबिक अर्जुन उर्फ दीपक सिंह लोगों को भयभीत करने के लिए जिन असलहों राइफल और रिवाल्वर आदि का प्रयोग सोशल मीडिया पर करता है, उनका लाइसेंस धारक अर्जुन उर्फ दीपक सिंह है ही नही। वह इसके लिए किसी अन्य के नाम वाले लाइसेंसी असलहों का प्रयोग करता है। इन दोनों शस्त्रों रिवाल्वर और राइफल का लाइसेंस धारक कौन है? उसने अपने नाम वाले रिवाल्वर और राईफल को अर्जुन उर्फ दीपक सिंह को क्यों और किस इरादे से दिया है? क्या इसके पीछे उसकी कोई खास मंशा है?

सूत्रों का दावा है कि अगर प्रदर्शित राइफल और रिवाल्वर दीपक सिंह के नाम से नहीं है तो इसका मतलब क्या दोनों हथियार अवैध है? फिलहाल इन सवालों के जवाब अभी तक नहीं मिल पाये है। जिसके लिए पुलिस की जांच और कार्रवाही का इंतजार है। अलबत्ता पीड़ितों और सूत्रों की माने तो अर्जुन उर्फ दीपक सिंह की यह दबंगई क्षेत्र में किसी न किसी संगीन वारदात का भी कारण बन सकती है और अब सवाल यही कि डीसीपी साउथ से की गई लिखित शिकायत के आधार पर कथित दबंग अर्जुन उर्फ दीपक सिंह पर कानून का शिकंजा क्या वास्तव में कसा जाएगा या फिर मामला ठंडे बस्ते में जाएगा। यह आने वाला वक्त ही बताएगा।

ऑल इंडिया मेमन जमात फेडरेशन और ग्रेटर हैदराबाद मेमन सोसायटी की जानिब से ख़्वाजा गरीब नवाज की दरगाह में चादर शरीफ पेश की गई

मुंबई हलचल/शोएब म्यानुंर

राजस्थान। अजमेर के ख़्वाजा मुईनुद्दीन चिश्ती के ८१३ वें उर्स मुबारक के पुरनूर मौके पर ऑल इंडिया मेमन जमात फेडरेशन और ग्रेटर हैदराबाद मेमन सोसायटी की जानिब से देश की तरक्की के लिए हजरत ख़्वाजा मुईनुद्दीन चिश्ती (ख़्वाजा गरीब नवाज) की दरगाह में ऑल इंडिया मेमन जमात फेडरेशन के प्रेसिडेंट इकबाल मेमन ऑफिसर, सेक्रेटरी अब्दुल अजीज भाई मच्छीवाला, युथ विंग चेयरमैन इमरान फ्रुटवाला, स्पोर्ट्स विंग चेयरमैन आशीफ अबाजुमा, लेडीज विंग चैयरपर्सन रज़िया बाई चश्मावाला, की रहनुमाई में चादर शरीफ भेजी गई। इस मौके पर अजमेर शरीफ में ऑल इंडिया मेमन जमात फेडरेशन के युथ विंग नैशनल सेक्रेटरी यासीन डेडा, हैदराबाद झोनल सेक्रेटरी और ग्रेटर हैदराबाद मेमन सोसायटी के प्रेसिडेंट सलीम नडियादवाला, राजकोट झोनल सेक्रेटरी असलम बावानी, एहमद रजा बावानी राजकोट, अयाज भाई हदियावाला अहमदाबाद, हुसैन भाई लुसवाला जामनगर, मुनाफ भाई बावानी, रियाज भाई, समीर भाई, मौजूद रहे और हजरत ख़्वाजा मुईनुद्दीन चिश्ती (ख़्वाजा गरीब नवाज) की दरगाह में चादर शरीफ पेश की गई।

केंद्रीय पत्रकार संघ द्वारा आदर्श पत्रकार, शिक्षक,समाज सेवकों को सम्मानित कर कार्यशाला का आयोजन किया

मुंबई हलचल/संवाददाता

सांगली। सांगली मिरज रोड विश्रामबाग में 10 जनवरी को केंद्रीय पत्रकार संघ (सेंट्रल यूनियन ऑफ जर्नलिस्ट्स), तिलक यूनिवर्सिटी के सहयोग से सांगली के विश्राम बाग के रोटरी हॉल में आयोजित पत्रकार पुरस्कार समारोह एवं पत्रकार कार्यशाला में जिले के पत्रकारों हर्ष उल्लास से शामिल हुए, इस सम्मान समारोह में विधायक सत्यजीत देशमुख, सांगली आकाशवाणी केन्द्र प्रमुख श्रीनिवास जरंडीकर, संपादक धनंजय पाठक, सांगली, मिरज, कुपवाड नगर निगमउपायुक्त वैभव साबळे, प्रदेश प्रवक्ता चन्द्रशेखर क्षीरसागर, जिला अध्यक्ष रवींद्र लोंढे,जिला उपाध्यक्ष संपत आनंदराव जाधव,पश्चिम महाराष्ट्र प्रमुख श्रीकृष्ण मोहिते, सचिव महेश भिसे, अनवर इनामदार, पूर्व उपाध्यक्ष मोहम्मद अत्तार, पत्रकार और जिले के अन्य गणमान्य लोग उपस्थित थे। इस अवसर पर विधायक सत्यजीत देशमुख ने कहा कि आज की पत्रकारिता चाहे वह प्रिंट मीडिया हो, इलेक्ट्रॉनिक मीडिया हो या सोशल मीडिया हो इसे बहुत सावधानी से करना जरूरी हो गया है,हर किसी के हाथ में मोबाइल फोन होने से पत्रकारिता का स्वरूप बदल गया है। कोई भी समाचार हो संतुलित होना चाहिए, जैसे ही शिक्षा के दरवाजे सभी के लिए खोले गए, पत्रकारिता का क्षेत्र सामने आया, जो शिक्षा के माध्यम से समाज को प्रतिबिंबित करता है, पत्रकारों के लिए पूर्ण बुद्धिमत्ता के साथ काम करते हुए सच्चाई को प्रस्तुत करना आवश्यक है। एक पत्रकार कभी किसी के पक्ष में या किसी के

खिलाफ नहीं होता... केंद्रीय पत्रकार संघ और मुख्यमंत्री देवेन्द्र फड़णवीस के साथ बैठक करेंगे और पत्रकार निगम में केंद्रीय पत्रकार संघ के प्रतिनिधियों को लेने, टोल नाका माफ करने समेत विभिन्न मांगें रखेंगे। पत्रकारों की सुरक्षा के लिए कानूनों को सख्ती से लागू करना। लोकतंत्र के चौथे स्तंभ पत्रकारों की सुरक्षा करना बहुत जरूरी है। कास पठार जैसे शिराला तहसील सहित जिले के विभिन्न हिस्सों की ब्रांडिंग करना भी पत्रकारों की जवाबदारी है। इससे पहले प्रस्तावना करते हुए प्रदेश प्रवक्ता चन्द्रशेखर क्षीरसागर ने कहा कि पत्रकारों को सम्मान देना जरूरी है और जिले में पत्रकार भवन बनाना जरूरी है। इसके बाद दूसरे सत्र कार्यशाला में मुख्य अतिथि के रूप में सांगली मिरज कुपवाड नगर निगम के उपायुक्त वैभव साबळे ने मार्गदर्शन करते हुए कहा कि पत्रकारों के हित के लिए जो भी किया जा सकता है वह महानगरपालिक के माध्यम से किया जायेगा। पत्रकार यह समाज का रक्षक है, पत्रकार भवन के लिए सरकार को निवेदन भेजा जायेगा। कार्यशाला में मार्गदर्शन करते वक्त सांगली आकाशवाणी केंद्र के प्रमुख जरंडीकर ने कहा कि आज की पत्रकारिता बहुत संवेदनशील हो गई है और संतुलित रिपोर्टिंग करना निश्चित रूप से आवश्यक है। इसके बाद मार्गदर्शन करते हुए डॉ. हेमन्त मोरे ने कहा कि पत्रकारिता करते समय सामाजिक चेतना के साथ पत्रकारिता करना जरूरी है। इसके बाद बोलते हुए एडवोकेट पाटिल ने कहा कि खबर बनाते समय उसके कानूनी पहलुओं को जांचना और फिर उस खबर को बनाना जरूरी है.

इस अवसर पर उपस्थित पत्रकारों को उपस्थिति प्रमाण पत्र दिये गये, अवसर पर आदर्श पत्रकार पुरस्कार सुनील माने, (उपसंपादक दैनिक पुढारी), विकास शाह (दैनिक लोकमत), मोहनराव राजमाने (दैनिक नवराष्ट्र (डिजिटल), मोहनराव मोहिते (दैनिक लोकमत), अशोकराव पवार (एनएम न्यूज संपादक) ने प्राप्त किया। इस अवसर पर आदर्श समाज सेवक पुरस्कार सुनील पाटिल (जल संरक्षण एवं वृक्षारोपण), आदर्श शिक्षिका मनीषा प्रकाश संकपाल जिला परिषद स्कूल मदनेवस्ती कंठी ता. जत सभी को सम्मान पत्र स्मृति चिह्न गणमान्य व्यक्तियों द्वारा सम्मानित किया गया। इस मौके पर कुछ आदर्श पुरस्कार विजेताओं ने अपनी राय व्यक्त किए।

दैनिक मुंबई हलचल
अब हर सच होगा उजागर

गुलाब से घटाएं मोटापा!

गुलाब के फूल को शुरू से ही प्रेम का प्रतीक माना जाता है। यह एक ऐसा फूल है जो खुशबू महक के साथ सुंदरता भी प्रदान करता है। इन सब के अलावा गुलाब को औषधी के रूप में इस्तेमाल किया जाता है। इसमें कुछ ऐसे स्वास्थ्य संबंधी लाभ भी छुपे हैं जो किसी चमत्कार से कम नहीं। यह आपकी कई समस्याओं को दूर करता है।

1. मोटापा घटाए
मोटापा घटाने में गुलाब बड़ा फायदेमंद है। इसके लिए आपको बस गुलाब की तीन-चार पंखुड़ियों को एक गिलास पानी में उबालना होगा, जब तक कि पानी गुलाबी रंग का ना हो जाए। रोजाना सुबह खाली पेट इसका सेवन करें और कुछ ही महीनों में फर्क देखें।

2. एनर्जी बढ़ाएं
गुलाब की पंखुड़ियों को रोज खाने से शारीरिक कमजोरी दूर होती है। इसके अलावा इसका सेवन करने से शरीर में नई उर्जा और शक्ति का भी संचार होता हैं।

3. कब्ज और बवासीर
गुलाब में फाइबर अधिक मात्रा में पाया जाता है जो पाचन क्रिया को दुरूस्त रखते हैं। इसके लिए मुट्ठी भर गुलाब को लगभग 30 से 40 एम.एल पानी के साथ पीसकर इसका गाढ़ा पेस्ट बना लें। अब इस पेस्ट को तीन से चार दिन खाली पेट खाएं। बवासीर से छुटकारा मिल जाएगा।

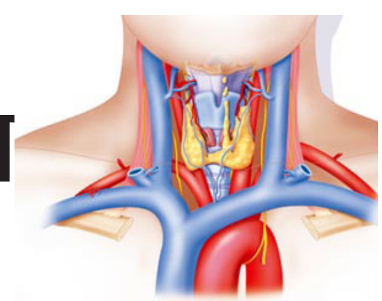
4. मुंह के छाले
अगर आपके मुंह में छाले हो गए हैं तो गुलाब की पंखड़ियों को पानी मे उबाल लें फिर इसी पानी से गरारे करें। ऐसा करने से छाले ठीक हो जाएंगे।

5. माइग्रेन का दर्द
अगर आप माइग्रेन के दर्द से परेशान है तो दस ग्राम गुलाब की पंखड़ियों में एक चम्मच मिसरी और दो दाने इलायची इन तीनों को पीस कर रोज सुबह खाली पेट खाएं।

नींबू और हल्दी से मिलती है डिप्रेशन से मुक्ति

उदासी के शिखर पर जब पहुंच जाते हैं तो डिप्रेशन जैसे मनोवैज्ञानिक स्थिति बनती है, लेकिन इसके लक्षण शांत होने से लेकर गंभीर और दुर्बल बनाने तक होते हैं। सबसे गंभीर मामलों में यह आपके जीवन के लिए खतरा बन जाता है। हालांकि इस स्थिति के उपचार के लिए कई दवाएं भी मौजूद हैं, लेकिन प्राकृतिक उपचार भी प्रभावी समाधान देता है। वास्तव में, कई अध्ययनों से पता चलता है कि हल्दी अन्य बीमारियों जैसे अल्जाइमर, कैंसर और बैड कैलोस्ट्रोल की तरह डिप्रेशन के इलाज में मदद कर सकती है। डिप्रेशन तीन न्यूरो ट्रांसमिटर्स के स्तर में आसामान्य असंतुलन के कारण होता है- डोपामाइन, सेरोटोनिन और नोरेपिनेफ्रिन। इसके अतिरिक्त, यह लिवर, एडिसिटी, पेट संबंधी विकार, डायरिया, गठिया और पीलिया की समस्याओं के खिलाफ प्रभावी है। यह एंटीऑक्सीडेंट, एंटी-इम्प्लैमेटरी, एंटीडिप्रेसेंट है, जो कि दिल और मस्तिष्क के कार्यों को सुचारू रूप से चलाने में मदद करता है। इस होम मेड रेसिपी के जरिए आप डिप्रेशन से छुटकारा पा सकते हैं ये है रेसिपी-एक नींबू का रस, दो बड़े चम्मच हल्दी पाउडर, चार बड़े चम्मच मेपल सिरप या १०० प्रतिशत ऑर्गेनिक शहद, चार कप पानी।

थायराइड की गड़बड़ से हो सकता है दिल का रोग!



महिलाओं में थायराइड के मामले बढ़ते जा रहे हैं। महिलाओं में हाइपो थाइरॉइडिज्म की वजह से कई तरह की बीमारियां हो रही है। एक रिसर्च बताती है कि जिन लोगों का थायराइड कम या ज्यादा होता रहता है और जिसका कोई लक्षण नजर नहीं आता। वह उन्हें दिल का रोगी बना सकता है।
डॉक्टर भी बताते है कि थायराइड जैसी बीमारी का सही समय पर डायग्नोसिस होना बेहद जरूरी है। यह ऑटोइम्यून डिजीज है। वहीं सबक्लिनिकल थाइरॉइड डिसफंक्शन दिल के रोगों के लिए एक ऐसा खतरा है जिसे कम किया जा सकता है। आपको बता दें कि कम सक्रिय थायराइड या जिसे सबक्लिनिकल हायपोथायरोडिजम भी कहा जाता है, के रोगियों में कॉर्नरी हार्ट डिसीज की आशंका रहती है। थायराइड की जांच के लिए टीएसएच ब्लड टेस्ट करवाना होता है। उसे एक से पांच यूनिट के बीच मेनटेन करना चाहिए।

टेस्टी स्मूदी पी कर जोड़ो के दर्द को करें गायब

बहुत सारे लोगों को जोड़ो के दर्द की समस्या का सामना करना पड़ता हैं। बढ़ती उर्म के साथ यह समस्या और भी गंभीर हो जाती है। कभी-कभार तो दर्द इतना बढ़ जाता है कि इसे सहना मुश्किल हो जाता है। दरअसल यह दर्द तब होता है जब शरीर में यूरीक एसीड की मात्रा बढ़ जाती है। ऐसे में कई लोग पेनकिलर का सहारा लेते है फिर भी उन्हें कोई आराम महसूस नहीं होता। इन सब की जगह अगर आप इस टेस्टी स्मूदी को अपने ब्रेकफास्ट में शामिल करेंगे तो आप इस दर्द से काफी हद तक आराम पा सकते हैं।

सामग्री
1. एक पका अनन्नास
2. एक चम्मच अदरक की जड़
3. दस ग्राम सिलेरी के डंठल
4. एक चम्मच नींबू का रस
5. आधा चम्मच नारियल का तेल
6. दो नाशपाती
7. आधा चम्मच हल्दी पाऊडर
8. एक संतरे का रस
9. आधा चम्मच काली मिर्च

विधि
1. सबसे पहले अनन्नास को छील लें, फिर उसके छोटे छोटे टुकड़े कर लें।
2. इन टुकड़ो में घिसी हुई अदरक और नींबू का रस डालें और इन्हें अच्छे से मिला लें।
3. इस मिक्स हुए मिश्रण में सिलेरी के डंठल, नारियल का तेल, नाशपाती, हल्दी पाऊडर, संतरे का रस, काली मिर्च को मिक्सर में डालकर दो-तीन मिनट तक चलाएं।
4. आपका जूस तैयार है।

अगर आपको जूस को पतला करना हैं तो आप इसमे पानी भी मिला सकते हैं।

डाइट में शामिल करें ये चीजें, दूबलापन आसानी से होगा दूर!

मोटापा, जहां हर किसी की परेशानी का कारण बना हुआ हैं और इसको दूर करने के लिए कई तरह के उपाय अपनाए जा रहे हैं, वहीं कुछ लोग कम वजन के कारण भी निराश हैं। अपने वजन को बढ़ाने के लिए लोग अच्छी डाइट ले रहे और नए-नए तरीके अपना रहे है लेकिन दूबलापन उनका पीछा छोड़ने का नाम ही नहीं लेता है। अगर आप भी दूबलेपन से परेशान है और अपना वजन बढ़ाना चाहते है तो आप हम आपको कुछ टिप्स बताएंगे, जिनको फॉलो करके आप इस परेशानी से बच सकते है।
1. रात के समय बादाम मुनक्के और अखरोट को पानी में भिगोकर रख दें। फिर सुबह उठते ही इनका सेवन करें। वजन बढ़ने लगेगा।
2. सुबह 1 गिलास दूध या गाजर का जूस और दो केलों का सेवन करें।
3. नाश्ते में इडली या 2 अंडों का आमलेट, मक्खन के साथ 3 ब्राउन ब्रैड खाएं।
4. लंच में आप दाल, चावल, हरी सब्जियां, सलाद खा सकते हैं। इसके अलावा पनीर या मशरूम की सब्जी खा सकते हैं।
5. शाम को चना फ्राई और 1 कप चाय या कॉफी ले सकते हैं। नहीं तो इसकी जगह आप वेजिटेबल जूस फ्रूट जूस भी ले सकते हैं।
6. हरी सब्जियां जैसे पालक, मेथी, पत्ता गोभी में विटामिन बी, सी और ई, के में ऐंटि-ऑक्सिडेंट पर्याप्त मात्रा में पाए जाते हैं।

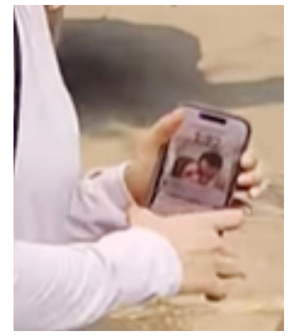
पोटैशियम भी भरपूर होता है जो बालों को झड़ने से रोकता है। वजन बढ़ता है।

दैनिक मुंबई हलचल
अब हर सच होगा उजागर

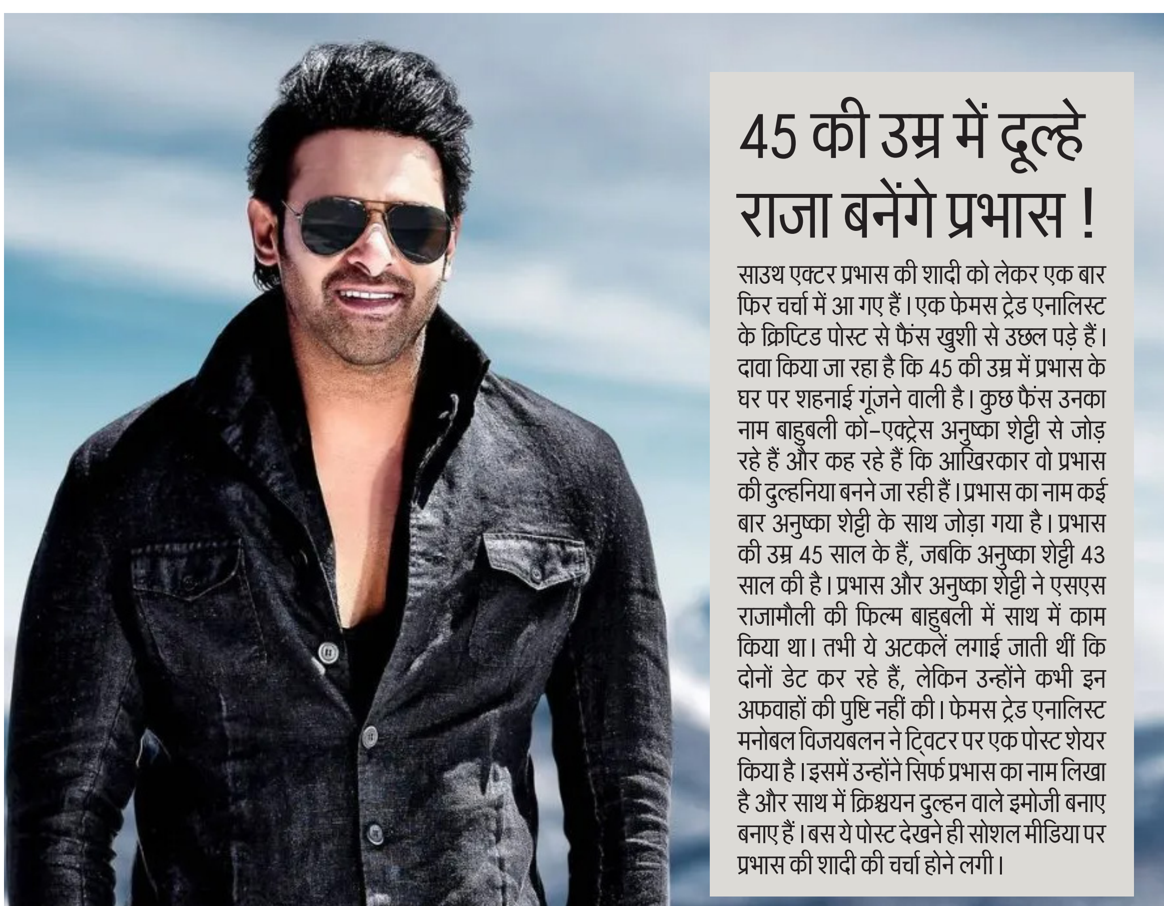
भड़कीं सोनाक्षी

बॉलीवुड एक्ट्रेस सोनाक्षी सिन्हा अक्सर किसी ना किसी वजह से चर्चा में रहती हैं। एक्ट्रेस ने पिछले साल अपने लॉन्ग टाइम बॉयफ्रेंड जाहिर इकबाल संग शादी रचाई थी। जिसके बाद से लोग उन्हें ट्रोल करने लगे थे। क्योंकि उन्होंने इंटर कास्ट शादी की थी। इसी बीच एक्ट्रेस का एक वीडियो सोशल मीडिया पर तेजी से वायरल हो रहा है। जिसमें वह पैपराजी पर भड़कती नजर आ रही हैं और उनसे कहती भी दिख कर रही हैं कि बस करो, अब बहुत हो गया है। दरअसल, सोनाक्षी सिन्हा का यह वीडियो एक बॉलीवुड पेज से शेयर किया गया है। हालांकि, इस वीडियो को देख ऐसा लग रहा है कि एक्ट्रेस किसी इवेंट में शामिल हुई थीं। इस दौरान आप सामने आए देख सकते हैं कि सोनाक्षी जैसे ही इवेंट से लोगों से बात करते हुए बाहर आती हैं, पैप्स लगातार उनका पीछा करने लगते हैं। ये देखकर उन्हें काफी गुस्सा आ जाता है। वो पहले तो पैप्स को नॉर्मल तरीके से समझाने की कोशिश करती हैं, लेकिन बाद में जब वो फिर भी नहीं मानते तो उन्हें काफी भड़क जाती हैं। फिर उनसे एक्ट्रेस हाथ जोड़कर तस्वीरें खींचने से मना करती हैं और बार बार कहती नजर आती हैं कि बस हो गया, अब जाओ यहां से, प्लीज जाओ। अब ये वीडियो खूब चर्चा में बना है।

श्रद्धा कपूर के मोबाइल वॉलपेपर में दिखा रुमर्स बॉयफ्रेंड राहुल मोदी का चेहरा



श्रद्धा कपूर और राहुल मोदी के बीच रिलेशनशिप की खबरें पिछले कुछ समय से आ रही हैं। हालांकि, श्रद्धा ने सार्वजनिक रूप से इस बात की पुष्टि नहीं की है कि वह रिलेशनशिप में हैं, लेकिन उन्होंने एक बार उनके साथ एक सेल्फी पोस्ट की थी और कहा था, दिल लेले, नींद तो दे दे यार। इस बीच, हाल ही में, उन्होंने वड़ा पाव की एक तस्वीर शेयर की और राहुल को टैग करते हुए कहा, क्या मैं हमेशा आपको वड़ा पाव खाने के लिए मजबूर कर सकती हूं। श्रद्धा कपूर 2024 में न केवल अपनी सफल फिल्म स्त्री 2 के लिए बल्कि अपनी निजी जिंदगी के लिए भी चर्चा में रहीं। पिछले कुछ समय से उनके स्क्रिप्ट राइटर राहुल मोदी के साथ डेटिंग करने की अफवाह है। राहुल ने श्रद्धा के साथ तू झूठी मैं मक्का में काम किया है। उन्हें पहले भी साथ देखा गया है और श्रद्धा ने उनके साथ तस्वीरें भी पोस्ट की हैं। अब हाल ही में उनके प्रशंसकों ने एक्ट्रेस के मोबाइल पर एक झलक देखी है और उन्हें लगता है कि उनके वॉलपेपर में राहुल के साथ उनकी तस्वीर है। 11 जनवरी, 2025 को, श्रद्धा कपूर को पपराजी ने शहर में देखा। एक वीडियो में, उन्हें गुलाबी जैकेट और फ्लैट्स के साथ नीली लेगिंग में कैजुअल लुक में देखा जा सकता है। श्रद्धा ने कोई मेकअप नहीं किया था और अपने बालों को बांधा हुआ था। अपनी कार की ओर जाते समय उन्होंने एक काला जिम बैग भी रखा था।



45 की उम्र में दूल्हे राजा बनेंगे प्रभास !

साउथ एक्टर प्रभास की शादी को लेकर एक बार फिर चर्चा में आ गए हैं। एक फेमस ट्रेड एनालिस्ट के क्रिप्टिड पोस्ट से फैंस खुशी से उछल पड़े हैं। दावा किया जा रहा है कि 45 की उम्र में प्रभास के घर पर शहनाई गूंजने वाली है। कुछ फैंस उनका नाम बाहुबली की-एक्ट्रेस अनुष्का शेट्टी से जोड़ रहे हैं और कह रहे हैं कि आखिरकार वो प्रभास की दुल्हनिया बनने जा रही हैं। प्रभास का नाम कई बार अनुष्का शेट्टी के साथ जोड़ा गया है। प्रभास की उम्र 45 साल के हैं, जबकि अनुष्का शेट्टी 43 साल की है। प्रभास और अनुष्का शेट्टी ने एसएस राजामौली की फिल्म बाहुबली में साथ में काम किया था। तभी ये अटकलें लगाई जाती थीं कि दोनों डेट कर रहे हैं, लेकिन उन्होंने कभी इन अफवाहों की पुष्टि नहीं की। फेमस ट्रेड एनालिस्ट मनोबल विजयबलन ने ट्विटर पर एक पोस्ट शेयर किया है। इसमें उन्होंने सिर्फ प्रभास का नाम लिखा है और साथ में क्रिश्चयन दुल्हन वाले इमोजी बनाए बनाए हैं। बस ये पोस्ट देखने ही सोशल मीडिया पर प्रभास की शादी की चर्चा होने लगी।