मूल्य 1 रु.
वर्ष: 15 - अंक : 76, मुंबई, बुधवार, 9 जुलाई, 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

DESI VILLAGE
RESTAURANT & CAFE
DUBAI

मीरा-भाईंदर में मराठी सैलाब

पुलिस की सख्ती से आगबबूला भीड़ ने मंत्री को दौड़ाया

मुंबई हलचल/संवाददाता

ठाणे। महाराष्ट्र की राजनीति में हिंदी-मराठी का मुद्दा गर्म है। राज ठाकरे और और उद्धव ठाकरे के एक साथ आने के बाद इस मुद्दे ने और जोर पकड़ लिया है। राज ठाकरे की पार्टी महाराष्ट्र नवनिर्माण सेना को मराठी विरोध के नाम पर नई जान मिल गई है। मनसे इस मुद्दे के जरिए अपने राजनीति भविष्य को संवारने में जुट गया है। कार्यकर्ता पार्टी को मजबूत करने में जुट गए हैं। इसी बहाने मनसे कार्यकर्ता मंगलवार को अपनी ताकत दिखाई। मीरा रोड पर मनसे के ऐलान पर उद्धव ठाकरे की शिवसेना (यूबीटी) के कार्यकर्ता भी सड़कों पर उतर आए।

(शेष पृष्ठ 3 पर)

क्या है मामला? : ये पूरा मामला उस घटना के बाद शुरू हुआ जिसमें मनसे नेता अविनाश जाधव और उनके साथियों ने एक फूड स्टॉल के मालिक की पिटाई कर दी। इन लोगों ने मराठी न बोलने पर उसकी पिटाई की। इस मामले में सोमवार शाम को अविनाश जाधव को हिरासत में लिया गया। व्यापारियों ने वहीं पर विरोध प्रदर्शन किया। मनसे के लोगों का कहना था कि पुलिस व्यापारियों के दबाव में है और मराठियों को उनकी ही जमीन पर परेशान किया जा रहा है।

सीएम फडणवीस ने दी सफाई

जब रैली रोकने का विरोध हुआ तो मुख्यमंत्री देवेंद्र फडणवीस खुद सामने आए और सफाई दी। सीएम ने कहा कि रैली के आयोजन को लेकर कोई विरोध नहीं है। जिस रूट के लिए अनुमति मांगी गई थी, उसके लिए मंजूरी देना मुश्किल था। पुलिस ने उनसे रूट बदलने का अनुरोध किया, लेकिन आयोजक एक खास रूट पर रैली निकालने पर अड़े रहे। मुख्यमंत्री ने कहा कि इससे यातायात बाधित हो सकता है या भगदड़ जैसी स्थिति हो सकती है। ऐसी स्थिति में पुलिस समझाने और वैकल्पिक मार्ग प्रदान करने का प्रयास करती है। हम लोकतंत्र में हैं, हर किसी को रैली करने का अधिकार है। अगर वे उचित मार्ग की अनुमति मांगते हैं, तो हम आज और कल भी अनुमति देंगे। एक अन्य संगठन ने पुलिस द्वारा स्वीकृत मार्ग पर रैली निकाली, लेकिन ये लोग एक विशेष मार्ग पर अड़े रहे। देश पर हुए हमलों के दौरान मराठी लोगों ने देश की चिंता की और स्वार्थी नहीं रहे। मराठी लोगों की सोच सतही नहीं हो सकती।

जान गई अब पैसों पर खतरा!

बाबा सिद्दीकी के खातों में सेंधमारी की साजिश, गिरफ्तार

मुंबई हलचल/संवाददाता

मुंबई। राष्ट्रवादी कांग्रेस पार्टी के नेता बाबा सिद्दीकी की पिछले साल गोली मारकर हत्या कर दी गई थी। उनकी जान जाने के बाद अब उनके पैसों पर भी खतरा मंडरा रहा है। एक पूर्व बैंक कर्मचारी इसकी साजिश रच रहा था। लेकिन परिवार को भनक लगते ही उन्होंने पुलिस में शिकायत दर्ज की। जिसके बाद पुलिस आरोपी को गिरफ्तार कर लिया है। राष्ट्रवादी कांग्रेस पार्टी के दिवंगत नेता बाबा सिद्दीकी के बैंक खातों से पैसा निकालने की मंशा से पूर्व बैंक कर्मचारी उनका मोबाइल नंबर कथित तौर पर हासिल करने की कोशिश कर रहा था। पुलिस ने आरोपी को दिल्ली से गिरफ्तार किया गया है। बांद्रा थाने के एक अधिकारी ने बताया कि एमबीए डिग्रीधारी विवेक सभरवाल (48) को रविवार रात राष्ट्रीय राजधानी के बुराड़ी इलाके से गिरफ्तार किया गया।

(शेष पृष्ठ 3 पर)

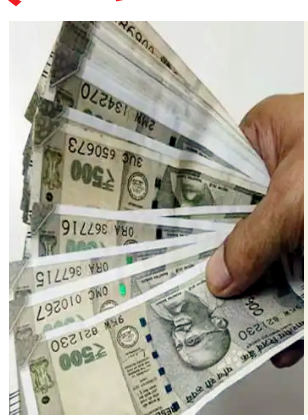
ठाणे-रायगड में सक्रिय हुए ठग

नौकरी और फ्रेंचाइजी देने के नाम पर लाखों ऐंठे

मुंबई हलचल/संवाददाता

मुंबई। महाराष्ट्र के नवी मुंबई से मंगलवार को दो ठगी के मामले सामने आए हैं। एक में अपनी कंपनी के फ्रेंचाइजी देने के नाम पर एक व्यक्ति से लाखों की ठगी की। वहीं दूसरे मामले में नौकरी के नाम पर दो लोगों से 8 लाख रुपए ठग लिए। एक मामला ठाणे तो दूसरा रायगड जिले का है। दोनों मामलों में पुलिस ने प्राथमिकी दर्ज कर जांच शुरू कर दी है। पहला मामला रागगढ़ का है। यहां एक पोषण विशेषज्ञ और उसके पति के खिलाफ एक व्यक्ति को अपनी कंपनी की फ्रेंचाइजी देने के नाम पर 14.76 लाख रुपये की ठगी करने का आरोप है। नवी मुंबई पुलिस ने बताया कि उल्वे क्षेत्र निवासी शिकायतकर्ता ने आरोप लगाया कि जुलाई 2023 से जुलाई 2025 के बीच आरोपी दंपति ने उन्हें फ्रेंचाइजी का अवसर दिए जाने का वादा करते हुए अपने वेलनेस व्यवसाय में निवेश करने के लिए राजी किया था।

(शेष पृष्ठ 3 पर)



नौकरी में दिलाने के नाम पर ठगी

दूसरा मामला ठाणे जिले का है। यहां नौकरी दिलाने के नाम पर दो लोगों से 8 लाख रुपए ऐंठ लिए। पुलिस ने एक व्यक्ति और उसके दोस्त को जहाजरानी उद्योग में आकर्षक नौकरियां दिलाने का झांसा देकर उनसे 8 लाख रुपए ठगने के आरोप में तीन लोगों के खिलाफ मामला दर्ज किया है। नवी मुंबई स्थित एक प्लेसमेंट एजेंसी से जुड़े होने का दावा करने वाले इन आरोपियों ने उत्तर प्रदेश के देवरिया निवासी 24 वर्षीय एक युवक से अक्टूबर 2024 से जुलाई 2025 के बीच संपर्क किया था। आरोपियों ने युवक और उसके दोस्त को जहाजरानी उद्योग में नौकरियां दिलाने का वादा किया और भर्ती एवं अन्य शुल्क के नाम पर उनसे कथित तौर पर 8 लाख रुपये की ठगी की।

दैनिक मुंबई हलचल
अब हर सच होगा उजागर

हमारी बात

मुद्दा सिर्फ कानूनी नहीं

आशा है कि सर्वोच्च न्यायालय पुनरीक्षण संबंधी पूरे संदर्भ पर विचार करेगा। यानी इस प्रकरण पर सुनवाई वह सिर्फ कानूनी पहलुओं की कसौटी पर नहीं करेगा, बल्कि चुनाव प्रक्रिया में सबका भरोसा बना रहे, इस अपेक्षा को भी ध्यान में रखेगा।

बिहार में मतदाता सूची के चल रहे विशेष गहन पुनरीक्षण (एसआईआर) का मामला अब सुप्रीम कोर्ट के पास है। अनेक विपक्षी दलों और सिविल सोसायटी संगठनों की इस प्रक्रिया के खिलाफ दायर याचिकाओं पर गुरुवार को कोर्ट सुनवाई करेगा। उस दौरान निगाह सबसे पहले यह देखने पर पर होगी कि अदालत पुनरीक्षण पर फिलहाल रोक लगाती है या इससे जुड़े कानूनी एवं संवैधानिक पहलुओं का परीक्षण करने की लंबी प्रक्रिया में जाती है। न्यायालय ने स्टे नहीं दिया, तो मतलब होगा कि पुनरीक्षण का कार्य आगे बढ़ेगा, जिसको लेकर कई हलकों में अनेक संदेह और गहरी आशंकाएं व्याप्त हो गई हैं। जहां तक एसआईआर का प्रश्न है, तो उस पर शायद ही किसी को एतराज हो। आपत्ति इस धारणा के कारण खड़ी हुई है कि निर्वाचन आयोग ने मतदाता सूची पुनरीक्षण को एक तरह से नागरिकता प्रमाण पत्र तैयार करने के प्रयास में तब्दील कर दिया है। सबसे ज्यादा नाराजगी इस पर है कि पुनरीक्षण प्रक्रिया में आधार कार्ड को उपयुक्त दस्तावेज नहीं माना जा रहा है। इसके बदले कुछ श्रेणी के मतदाताओं से माता- पिता तक के जन्म प्रमाण पत्र की मांग की जा रही है। आयोग के मुताबिक इसके पीछे मकसद अवैध मतदाताओं के नाम सूची से हटाना है। मगर आयोग ने यह नहीं बताया है कि ऐसे नाम मतदाता सूची में कैसे शामिल हुए और उस अवैध प्रक्रिया के लिए क्या उसने किसी की जवाबदेही तय की है? पुनरीक्षण के लिए जरूरी दस्तावेजों को तुरंत देना है या नहीं, इस बारे में पहले अखबारों में छपे इश्तहार और फिर आयोग द्वारा उसके विपरीत जारी स्पष्टीकरण ने भ्रम को और गहरा करने में योगदान दिया है। ऐसे में यह मुद्दा सिर्फ कानूनी नहीं रह गया है। बल्कि इस क्रम में निर्वाचन आयोग की मंशा और देश की चुनाव प्रक्रिया को लेकर नए सवाल खड़े हुए हैं। आशा है कि सर्वोच्च न्यायालय सुनवाई के दौरान इस पूरे संदर्भ को ध्यान में रखेगा। यानी इस प्रकरण पर विचार वह सिर्फ कानूनी पहलुओं की कसौटी पर नहीं करेगा, बल्कि चुनाव प्रक्रिया में सबका भरोसा बना रहे, इस अपेक्षा को भी ध्यान में रखेगा।

मिंत्रा ने मुंबई में एम-नाउ पेश किया

मुंबई। भारत के अग्रणी फैशन, ब्यूटी, और लाईफस्टाईल प्लेटफॉर्म्स में से एक, मिंत्रा ने दिल्ली-एनसीआर और मुंबई में अपनी त्वरित डिलीवरी सेवा, एम-नाउ पेश की है। इससे पहले इस सेवा को बैंगलुरू के ग्राहकों से बहुत शानदार प्रतिक्रिया मिल चुकी है। अब एम-नाउ तीनों महानगरों में 600 से अधिक ब्रांड्स की 90,000 से अधिक ट्रेंड-फर्स्ट एसकेयू (स्टॉक कीपिंग यूनिट्स) उपलब्ध करा रहा है। मिंत्रा के इस विस्तार में बैंगलुरू, दिल्ली और मुंबई में कंपनी के 40 से अधिक डार्क स्टोर्स के बढ़ते हुए नेटवर्क का योगदान है। एम-नाउ ने पिछली तिमाही में तेजी से बढ़ती हुई फैशन श्रेणियों के साथ प्रतिदिन मिलने वाले ऑर्डर में लगभग दोगुना वृद्धि की। वैलेंटाईन डे के अवसर पर एम-नाउ पर मिलने वाले ऑर्डर 4.5 गुना बढ़े, तो वहीं सामान्य दिनों की तुलना में नए ग्राहकों में 5 गुना वृद्धि हुई। जिन श्रेणियों में वृद्धि तेज थी, उनमें ड्रेस, परफ्यूम, वॉच, टी-शर्ट, शर्ट और एक्सेसरीज आदि शामिल हैं। मैंगो, फॉसिल, केल्विन क्लेन और हाईडसाईन जैसे ब्रांड्स के प्रीमियम गिफ्ट्स में भी 4 गुना उछाल आया। ड्रेस, ग्रूमिंग, वर्क-आउट, होम डेकोरेशन और गिफ्ट्स की मांग भी काफी मजबूत

रही। ग्राहकों के बीच ज्यादा लोकप्रिय उत्पादों में टी-शर्ट, ड्रेस, जीन्स, कुर्ता सेट, लिपस्टिक एवं परफ्यूम आदि हैं तथा लोकप्रिय ब्रांड्स में लेविस, यूएसपीए, मैंगो, जैक एंड जोन्स, टॉमी हिलफिगर, वेरो मोडा, वाईएसएल, बॉबी ब्राउन, डायसन, एस्टी लॉडर, प्रदा, लॉरिआल और मेबेलीन शामिल हैं। पिछली तिमाही एम-नाउ ने कुछ नए ब्रांड भी अपने प्लेटफॉर्म पर पेश किए, जिनमें मार्क्स एंड स्पेंसर, स्निच, पैंटालून, डिकैथलॉन और वाईएसएल शामिल हैं। इस बारे में शैरन पायस, चीफ बिजनेस ऑफिसर, मिंत्रा ने कहा, स्पीड, मिंत्रा के लिए सर्वश्रेष्ठ ग्राहक अनुभव के मूल सिद्धांतों में से एक है, जिनके लिए मिंत्रा मशहूर है। एम-नाउ के साथ, हम फैशन में सुविधा का अर्थ फिर से परिभाषित कर रहे हैं, जिसमें संग्रह और प्लेटफॉर्म अनुभव की व्यापकता के साथ स्पीड का मेल है। मुंबई और दिल्ली में एम-नाउ का विस्तार असाधारण ग्राहक अनुभव प्रदान करने की हमारी प्रतिबद्धता का एक स्वाभाविक विकास है, खासकर उन क्षणों के लिए जब त्वरित डिलीवरी सबसे अधिक मायने रखती है, क्योंकि हम ई-लाइफस्टाइल में बेजोड़ स्पीड के साथ ग्राहकों को खुशी प्रदान करना जारी रख रहे हैं। फैशन के अलावा, गर्मियों में लगेज और ट्रैवल एक्सेसरीज की मांग भी काफी मजबूत रही। ट्रॉली बैग और बैकपैक की मांग क्रमशः 5 गुना और 2 गुना बढ़ी। आईपीएल फिनाले के दौरान (बीएयू के मुकाबले), एम-नाउ पर आरसीबी जर्सी की मांग 6 गुना बढ़ी, जिससे प्रदर्शित होता है कि ग्राहक उत्साह के पलों में तुरंत डिलीवरी को कितना अधिक महत्व देते हैं।

नरेंद्र भाई की संजीवनी हैं राहुल?

जैसे भगत-टोली शोर मचाती है कि देश के पास नरेंद्र भाई का विकल्प कहां है, मैं भी फुसफुसा कर पूछना चाहता हूं कि विपक्ष के बरामदे में राहुल गांधी का प्रतिस्थापन कौन है? सो, राहुल को कोसने का शगल पाले बैठे लोग भी जानते हैं कि नरेंद्र भाई की छप्पन इंची छाती के सामने अपना सीना ठोक कर खड़े हो जाने का जो जलवा इन ग्यारह वर्षों में राहुल ने दिखाया है, वह किसी भी और के बूते की बात नहीं थी।

राहुल गांधी आज के प्रतिपक्ष की ताकत हैं या कमजोरी? उन की उपस्थिति नरेंद्र भाई मोदी की राजनीतिक शक्ति को दुर्बल करती है या उसे और बलवान बना देती है? उन की प्रतिपक्षी अगुआई विपक्षी दलों की शिराओं में दौड़ रही ऊर्जा की रवानी बढ़ाती है या उसे अवरुद्ध करती है? विपक्ष के कैनवस पर उन की रहनुमा-भूमिका से नरेंद्र भाई के रोंगटे डर के मारे खड़े हो जाते हैं या वे लिहाफ ओढ़ कर सोने के लिए अपने को और आश्वस्त महसूस करने लगते हैं? इन तमाम प्रश्नों का अंतर्व्यूह भेदना अगर अंटार्कटिक के बर्फीले रेगिस्तान को पार करने सरीखा मुश्किल नहीं है तो सैल्यालेंडफास झरने के पानी में बहने की तरह गुदगुदा भी नहीं है। कइयों को लगता है कि राहुल आज के विपक्ष की कमजोरी हैं, उन की उपस्थिति नरेंद्र भाई को बलवान बनाती है, उन की प्रतिपक्षी अगुआई से विपक्ष की ऊर्जा अवरुद्ध होती है और विपक्ष की उन की रहनुमाई के चलते नरेंद्र भाई और निश्चिंत हो कर सो रहे हैं। ऐसा मानने वालों की दलील है कि जैसे ही आप नरेंद्र भाई के बरक्स राहुल को खड़ा पाते हैं, नरेंद्र भाई का कद अपने आप ही सुरसाई आकार ले लेता है। नरेंद्र भाई की चौबीस गुणा सात सक्रियता, उन के वक्तृत्व कौशल और उन की निर्णय क्षमता के तराजू पर लोग राहुल को तोलने लगते हैं। जब ऐसा होता है तो नरेंद्र भाई को दस में से दस अंक मिल जाते हैं और राहुल चार अंक पर ठहर जाते हैं। ये तकार्धीश जोरशोर से उद्घोषणा करते नहीं थकते है कि

जब तक राहुल विपक्ष का प्रतीक हैं, तब तक नरेंद्र भाई को बार-बार, हर बार, प्रधानमंत्री बनने से कोई नहीं रोक सकता है। सो, देश भले ही नरेंद्र भाई से कितना ही उकता गया हो, सामने अगर राहुल रहेंगे तो भारत के लोग, मन मार कर भी, ह्यमोदी-मोदीह्न का आलाप करते रहेंगे। ये दलीलवीर रातदिन यह विमर्श रचने का काम कर रहे हैं कि अगर नरेंद्र भाई की विदाई का दिन देखना है तो विपक्ष को राहुल के नेतृत्व से मुक्त होना होगा। मगर मेरी सियासी दानिशवरी मुझे इस का ठीक उलट दृश्य दिखाती है। मैं मानता हूं कि राहुल आज के प्रतिपक्ष की सब से बड़ी ताकत हैं। उन की उपस्थिति से ही नरेंद्र भाई की राजनीतिक चूलें हिली हुई हैं। उन की प्रतिपक्षी अगुआई ही विपक्षी ऊर्जा का रक्तबीज है। विपक्ष के दरीचे में उन की रहनुमा-भूमिका की वजह से ही नरेंद्र भाई भीतर से थरथर हैं। इस एक दशक के सियासी शफक से राहुल के चेहरे को हाशिए पर ठेल कर, आकार लेने वाले संभावित नजारे की, कल्पना तो कर के देखिए - आप के होश फाख़्ता हो जाएंगे। 11 बरस से दन-दन करते नरेंद्र भाई और जनतंत्र के बीच अगर राहुल गांधी और उन की कांग्रेस न खड़ी होती तो स्वेच्छाचारिता का सैलाब कब का सब-कुछ लील चुका होता। प्रतिपक्ष के तमाम दिग्गजों के प्रति अपने संपूर्ण सम्मान-भाव की गठरी सिर-माथे लिए घूमते हुए मैं आप से पूछना चाहता हूं कि अगर नरेंद्र भाई की डोली तब तक विदा नहीं होगी, जब तक राहुल विपक्ष का प्रतीक हैं तो ऐसा कौन है, जिसे विपक्ष अपना शुभंकर बना ले तो नरेंद्र भाई अपना झोला ले कर कल सुबह फकीरधाम को रवाना हो जाएंगे? क्या शरद पवार वह चेहरा हो सकते हैं? क्या ममता बनर्जी वह शख़्सियत हो सकती हैं? क्या अरविंद केजरीवाल को देश इस यज्ञ का अश्व-मेध मान लेगा? क्या उद्धव ठाकरे ऐसे चक्रवर्ती साबित हो सकते हैं? क्या तेजस्वी यादव वह महारथी बन सकते हैं? क्या अखिलेश यादव अपनी मुट्ठी बंद कर उस पर फूंक मार कर गिली गिली गाला बोल देंगे तो नरेंद्र भाई अंतर्ध्यान हो जाएंगे? तो जैसे भगत-टोली शोर मचाती है कि देश के पास नरेंद्र भाई का विकल्प कहां है, मैं भी फुसफुसा कर पूछना चाहता हूं कि विपक्ष के बरामदे में राहुल गांधी का प्रतिस्थापन कौन है? सो, राहुल को कोसने का शगल पाले बैठे लोग भी जानते हैं कि नरेंद्र भाई की छप्पन इंची छाती के सामने अपना सीना ठोक कर खड़े हो जाने का जो जलवा इन ग्यारह वर्षों में राहुल ने दिखाया है, वह किसी भी और के बूते की बात नहीं थी। बुरा न मानें, विपक्ष के कई सूरमाओं को नरेंद्र भाई के हंटर के आगे गीला होते और उन की पुचकार के सामने गिलगिल होते क्या हम ने नहीं देखा है? दिल पर हाथ रख कर बताइए, और भी हैं, लेकिन क्या राहुल उन सभी के बनिस्बत, उस अग्रिम पंक्ति में अनवरत नहीं खड़े हुए हैं, जिन-जिन को नरेंद्र भाई के हथकंडे कभी विचलित नहीं कर पाए? इसलिए जिन्हें राहुल गांधी में खोट-ही-खोट नजर आते हैं और नरेंद्र भाई में ब्रह्मा-विष्णु-महेश की छटा के दर्शन होते हैं, उन के तर्कों-कुतर्कों का तो कोई कैसे जवाब दे? राहुल में उम्मीद की जरा-सी भी लकीर देखने वालों को तो भाड़े की लीचड़-पलटन की अधिकतम मुमकिन निकृष्ट भाषा, गलीज व्यवहार और गलाजत सनी नफरत के थपेड़े झेलने ही हैं। मगर बावजूद इस के मैं आप को बताना चाहता हूं कि राहुल-शून्य विपक्ष में एक भी कहार ऐसा नहीं है, जो नरेंद्र भाई की पालकी को अपने कंधे पर ढो कर अरण्य-रोदन स्थली पर छोड़ आए।

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 संपादकः **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

गायत्री-एआई ने भारत का पहला एआई-सक्षम क्वांटम वेलनेस सेंटर लॉन्च किया

मुंबई हलचल/संवाददाता

मुंबई। गायत्री-एआई ने मुंबई में सितारों से सजी मुंबई। भारत के वेलनेस सेक्टर के लिए एक ऐतिहासिक क्षण रहा। इसके तहत गायत्री-एआई ने 7 जुलाई को अंधेरी में आधिकारिक तौर पर अपने भविष्य के एआई-सक्षम क्वांटम वेलनेस सेंटर को लॉन्च किया। इस अवसर पर समारोह के मुख्य अतिथि श्री के. आनंद वेंकट राव (क्वालिमाइंड्स कॉर्प सर्विसेज लिमिटेड के सीईओ व एमडी एवं फार्मा उद्योग के एक बेहद सफल पेशेवर) तथा बॉलीवुड से कुछ मशहूर हस्तियों सहित कई नामचीन मेहमान मौजूद थे। इस कार्यक्रम ने भारत में गैर-आक्रामक, एआई-आधारित समग्र उपचार चिकित्सा के एक नए युग की शुरूआत की। नवनिर्मित केंद्र में अत्याधुनिक तकनीकें हैं, जैसे- एनएलएस बायोरेसोनेंस 4डी डायग्नोस्टिक और दवाएं मुक्त स्वास्थ्य पुनर्वास उपकरण मेटाट्रॅान मेटापैथिया, मेटाट्रॅान जेड 100 प्लाज्माहील एक्स4, नारिया चेयर (टेस्लाटेक से भी बेहतर), स्केलर 360 क्यूआई कॉइलटीएम, जेड-100 क्वांटम बायो-स्टिमुलेटर और उन्नत हाइड्रो-कोलन थेरेपी सिस्टम हैं। इन्हें कृत्रिम बुद्धिमत्ता द्वारा

संचालित चिकित्सीय कल्याण प्रोटोकॉल में एकीकृत किया गया है, जो व्यक्तिगत और भविष्य बताने वाला देखभाल प्रदान करता है। अध्यक्ष और प्रबंध निदेशक श्री धर्मप्रकाश त्रिपाठी ने कहा कि गायत्री-एआई में हम प्रत्येक व्यक्ति को अपनी कल्याण यात्रा की जिम्मेदारी लेने के लिए सशक्त बनाने में विश्वास करते हैं, यह केंद्र उसी उद्देश्य की पूर्ति करता है। गायत्री-एआई की संस्थापक श्रीमती शोभना डीपी त्रिपाठी ने कहा कि स्वास्थ्य का मतलब सिर्फ बीमारी का न होना नहीं है, बल्कि संतुलन, जीवन शक्ति और उद्देश्य होना भी है। हमारा पारिस्थितिकी तंत्र उस यात्रा को सार्थक रूप से समर्थन देने के लिए प्रौद्योगिकी, अंतर्ज्ञान और करुणा को जोड़ता है। मुख्य अतिथि श्री आनंद वेंकट राव, क्वालिमाइंड्स कॉर्प सर्विसेज के एमडी और सीईओ लॉन्चिंग के शुभ अवसर पर शामिल हुए। वह डॉ. रेड्डीज लैबोरेटरीज के पूर्व उपाध्यक्ष, ल्यूपिन के पूर्व अध्यक्ष, ग्लेनमार्क के पूर्व अध्यक्ष, कैडिला (जाइडिस) के पूर्व उपाध्यक्ष और वैश्विक प्रमुख तथा निकोलस पीरामल के पूर्व उपाध्यक्ष भी रह चुके हैं। उद्घाटन अवसर पर उन्होंने कहा कि गायत्री-एआई इस बात का एक शानदार उदाहरण है कि कैसे पारंपरिक स्वास्थ्य मूल्यों को भविष्य की प्रौद्योगिकियों के जरिए सशक्त बनाया जा सकता है। यह केंद्र पूरे भारत में स्वास्थ्य सशक्तिकरण के आंदोलन को प्रेरित करेगा। लॉन्चिंग समारोह में ईशा कोपिकर और निहारिका रायजादा जैसी मशहूर हस्तियों की शानदार उपस्थिति ने इस अग्रणी कल्याण पहल में चार चांद लगा दिया। इस दौरान मेहमानों को एनएलएस बाएयो-रेजोनेंस, क्यूई कॉइलट्ठ स्केलर थेरेपी, प्लाज्माहील 4, एचएचओ इनहेलेशन और हाइड्रो-कोलन ट्रीटमेंट जैसी विशेष उपचार विधियों का लाइव प्रदर्शन दिखाया गया, इसके बाद सुविधा का निर्देशित वॉकथ्रू और संस्थापकों, चिकित्सा सलाहकारों और प्रौद्योगिकी विशेषज्ञों के साथ दिलचस्प बातचीत की गई।

आईटीबी इंडिया 2025 ने नई थीम 'अनुभव का व्यवसाय' लॉन्च किया

मुंबई। आईटीबी इंडिया की ओर से आगामी 2 से 4 सितंबर 2025 तक मुंबई के जियो वर्ल्ड कन्वेंशन सेंटर में अपने चौथे संस्करण के लिए नई थीम 'अनुभव का व्यवसायः लक्षित विकास के लिए क्यूरेटेड यात्रा' को लॉन्च किया गया। माइस शो इंडिया और ट्रैवल टेक इंडिया के साथ संयुक्त रूप से आयोजित यह कार्यक्रम भारतीय और दक्षिण एशियाई बाजारों के लिए अनुकूलित व्यक्तिगत, अनुभव-संचालित यात्रा के समाधानों पर प्रकाश डालने वाला एक शक्तिशाली बी2बी प्लेटफॉर्म प्रदान करेगा। इस आयोजन में 400 से अधिक प्रदर्शकों, 600 से अधिक योग्य खरीदारों और 8,000 से अधिक उपस्थित लोगों के साथ, आईटीबी इंडिया 2025 वेलनेस एस्केप और सिनेमाई यात्राओं से लेकर आध्यात्मिक और सांस्कृतिक अन्वेषण तक विशिष्ट यात्रा का अनुभव प्रस्तुत किया जायेगा। इसमें शामिल होने वाले प्रमुख प्रतिभागियों में भारत, इटली, जापान, मलेशिया (सरवाक), केन्या और श्रीलंका जैसे देशों के पर्यटन बोर्ड, प्रमुख होटल, डीएमसी,

एयरलाइंस और ट्रैवल टेक प्रदाता शामिल होंगे। इस मौके पर मेसे बर्लिन एशिया पैसिफि क के कार्यकारी निदेशक डैरेन सीह ने कहा, भारत और दक्षिण एशिया के अनुभव की प्रथम यात्रा बाजारों के रूप में विकसित हो रहे हैं। 'आईटीबी इंडिया 2025' इस बढ़ती मांग को पूरा करने के लिए अत्याधुनिक और रणनीतिक साझेदारी के लिए उत्प्रेरक साबित होगा। आईटीबी इंडिया 2025 में कई बेहतरीन विशेषताओं पर प्रकाश डाला जाएगा, जिन्हें क्यूरेटेड यात्रा के रुप में अपने विषय को जीवंत बनाने के लिए खास तौर पर डिजाइन किया गया है। इसमें अनुभव के मुताबिक इमर्सिव शोकेस पेश किया जायेगा। यहां उपस्थित लोग स्थानीय व्यंजनों का भी स्वाद ले सकेंगे। यहां स्वास्थ्य उपचारों का पता लगा सकेंगे और इसके साथ आभासी वास्तविकता के माध्यम से गंतव्यों का अनुभव कर सकेंगे। इस आयोजन में एडीटीओआई, एटीओएआई, एनआईएमए और टीआईए जैसे प्रमुख संघों द्वारा समर्थित क्रेता अभिजात वर्ग कार्यक्रम प्रदर्शकों और उच्च-गुणवत्ता वाले खरीदारों के बीच लक्षित मिलान की सुविधा प्रदान करेगा। इसमें भारतीय फिल्म पर्यटन पर विशेष ध्यान दिया जाएगा, जिसमें पैनल चर्चाएं, बी2बी बैठकें और सिनेमा से प्रेरित प्रोडक्शन हाउस के साथ साझेदारी के अवसर शामिल होंगे। अर्ली बर्ड ऑफरः प्रदर्शक 15 जुलाई 2025 तक विशेष छूट का आनंद ले सकते हैं, वहीं व्यापारिक आगंतुक 25 जुलाई 2025 तक सुपर अर्ली बर्ड पर आधारित किफायती दरों का लाभ उठा सकते हैं।

महाराष्ट्र के सकाल यूथ आइडियल अवार्ड प्रदान करने के लिए गोवा के मुख्यमंत्री प्रमोद सावंत इस अवसर पर उपस्थित होकर राष्ट्रवादी कॉंग्रेस के नेता व टीटीडी के सदस्य ऋषि पांडे को अवार्ड देकर सम्मानित किया, यूथ आइकॉन के रूप में पहचाना जाना अद्भुत है।

सुधाकर राऊल को मातृ शोक

मुंबई। सुधाकर राऊल की माता श्री प्रभावती विठ्ठल राऊल उम्र ८५ वर्ष का निधन दिनॉक १ जुलाई को उनके निवास स्थान भवानी माता को- आप. सोसायटी ना म जोशी मार्ग जी दक्षिण मनपा आफिस के सामने मुंबई १३ को हो गया। प्रभावती मृदुभाषी मिलन सार सरल स्वभाव की थी, उनके निधन से परिसर में शोक की लहर फैल गयी है। अपने पीछे तीन बेटे एक बेटी बहुओ व नाते पोतियों से भरा पुरा परिवार छोड़ गयी हैं।

(पृष्ठ 1 का समाचार)

मीरा भाईंदर में मराठी सैलाब

इसके अलावा कई अन्य मराठी संगठनों ने भी इसका समर्थन किया। इसके चलते बड़ी संख्या में लोग इकट्ठा हुए और सरकार के खिलाफ नारेबाजी की। मीरा भयंदर में सुबह से ही पुलिस का कड़ा पहरा था और मनसे कार्यकर्ताओं को हिरासत में लिया जा रहा था। इससे भीड़ का गुस्सा और भड़क गया। पुलिस और प्रशासन की तमाम पाबंदियों के बावजूद मराठी अस्मिता के नाम पर हजारों लोग सड़कों पर उतर आए। इन लोगों का कहना था कि जब प्रवासी व्यापारियों को प्रदर्शन की इजाजत दी जा सकती है तो हमें मौका क्यों नहीं दिया जा रहा। मनसे ने इस घटना के विरोध में ठाणे जिले के मीरा भाईंदर इलाके में महाराष्ट्र एकता समिति के बैनर तले रैली निकालने का ऐलान किया था। इस रैली में हिस्सा लेने के लिए एकनाथ शिंदे की शिवसेना के नेता और महाराष्ट्र सरकार में मंत्री प्रताप सरनाईक भी पहुंचे थे, लेकिन पुलिस की सख्ती से भड़की भीड़ ने उन्हें खदेड़ा दिया और उन पर बोतलें फेंकी। सरनाईक यहां के स्थानीय विधायक हैं। उन पर हुए हमले ने सियासत को और गरमा दिया है।

जान गई अब पैसों पर खतरा!

बाबा सिद्दीकी की बेटी डॉ. अर्शिया सिद्दीकी द्वारा दर्ज कराई गई शिकायत के अनुसार, बाबा की मृत्यु के बाद, परिवार उनके मोबाइल नंबर को सक्रिय रखना चाहता था, और इसलिए उनकी मां शाहजीन सिद्दीकी मोबाइल सेवा प्रदाता को आवेदन देकर उक्त नंबर की अधिकृत हस्ताक्षरकर्ता बन गईं। शिकायत के मुताबिक उनकी मां को 25 जून को वोडाफोन आइडिया से एक ईमेल प्राप्त हुआ, जिसमें अधिकृत हस्ताक्षरकर्ता को अपडेट करने के लिए एक आवेदन दिया गया था। जब उनकी मां ने उन्हें वह ईमेल दिखाया, तो अर्शिया सिद्दीकी को पता चला कि किसी ने कंपनी में अधिकृत हस्ताक्षरकर्ता को बदलने के लिए एक ईमेल आईडी से आवेदन किया था, जो शाहजीन सिद्दीकी की ईमेल आईडी से मिलती जुलती थी, लेकिन उसमें एक अक्षर का अंतर था। जब उन्हें लगा कि कुछ गड़बड़ है तो उन्होंने पुलिस में शिकायत दर्ज करा दी।

ठाणे-रायगड में सक्रिय हुए ठग

प्राथमिकी के अनुसार, आरोपियों ने पीड़ित को अपनी स्वास्थ्य फर्म की फ्रेंचाइजी देने की पेशकश की और आश्वासन दिया कि निवेश से उन्हें स्वास्थ्य उद्योग में बेहतर करियर का अवसर मिल जाएगा। उनकी प्रतिष्ठा पर भरोसा करते हुए, पीड़ित ने फर्म को 14,76,994 रुपये ट्रांसफर कर दिए। रुपयों का भुगतान करने के बाद फ्रेंचाइजी शुरू करने के लिए कोई कदम नहीं उठाया गया और आरोपी टालमटोल करते रहे। आरोपियों में एक सेलिब्रिटी पोषण विशेषज्ञ और उनके पति शामिल हैं, जिन पर भारतीय न्याय संहिता (बीएनएस) के तहत आपराधिक विश्वासघात और धोखाधड़ी के आरोप में मामला दर्ज किया गया है। पुलिस ने बताया कि फिलहाल इस मामले में किसी को भी गिरफ्तार नहीं किया गया है और मामले की जांच की जा रही है।

यह ऐसा आर्टिलरी गन सिस्टम है, जिसे कहीं भी लाने ले जाने में आसानी रहेगी। सेना अपनी जरूरत के हिसाब से थार रेगिस्तान से लेकर सियाचिन ग्लेशियर तक, किसी भी मोर्चे पर तैनात कर सकती है

डीआरडीओ ने बढ़ाई भारतीय सेना की ताकत

देशी तोप एटीएजीएस पूरी तरह से तैयार 48 किमी दूर तक मार करने की क्षमता

टीएजीएस तोप दुनिया की सबसे बेहतरीन तोप प्रणालियों में से एक

डीआरडीओ और निजी कंपनियों के संयुक्त प्रयास से बनाई गई है

मुंबई हलचल / पुणे

भारतीय सेना की ताकत बढ़ाने के लिए पूरी तरह से देश में ही विकसित की गई आधुनिक तोप एडवांस्ड टोड आर्टिलरी गन सिस्टम (एटीएजीएस) अब तैयार है। इस तोप को रक्षा अनुसंधान और विकास संगठन (डीआरडीओ) ने पुणे में मौजूद आयुध अनुसंधान एवं विकास प्रतिष्ठान (एआरडीई) के साथ मिलकर और निजी कंपनियां जैसे भारत फोर्ज और टाटा एडवांस्ड सिस्टम्स के सहयोग से बनाया है। इसे जल्द से जल्द सेना के हवाले करने की तैयारी है। यह ऐसा आर्टिलरी गन सिस्टम होगा, जिसे कहीं भी लाने ले जाने में आसानी रहेगी। सेना अपनी जरूरत के हिसाब से थार रेगिस्तान से लेकर सियाचिन ग्लेशियर तक, किसी भी मोर्चे पर तैनात कर सकती है।

307 तोपों का दिया गया ऑर्डर

ए. राजू ने बताया कि भारतीय सेना ने मार्च 2025 में 307 एटीएजीएस तोपों का ऑर्डर दिया है। इस ऑर्डर को भारत फोर्ज और टाटा एडवांस्ड सिस्टम्स के बीच 60:40 के अनुपात में बांटा गया है। यानी 60% तोपें भारत फोर्ज बनाएगा और 40% टाटा कंपनी। ये सभी तोपें पांच साल की अवधि में सेना को सौंपी जाएंगी।

25 बमों की क्षमता वाला बैरल

एआरडीई के निदेशक ए. राजू ने बताया कि यह प्रोजेक्ट 2012 में शुरू हुआ था और एआरडीई को इस प्रोजेक्ट की जिम्मेदारी दी गई थी। एटीएजीएस तोप दुनिया की सबसे बेहतरीन तोप प्रणालियों में से एक है। यह 155 मिमी / 52 कैलिबर की तोप है। इसकी फायरिंग कैपेसिटी जोन सात में है, जिससे यह 48 किलोमीटर तक निशाना साध सकती है। इसमें 25 बमों की क्षमता वाला बैरल है। फिलहाल इसके लिए इस्तेमाल होने वाला गोला बारूद अनगाइडेड है, लेकिन हम गाइडेड यानी सटीक निशाना लगाने वाले गोले विकसित करने पर भी काम कर रहे हैं। इसे हर मौसम में इस्तेमाल किया जा सके, और यह लगातार काम करने में सक्षम होनी चाहिए।

75% तक देश में ही बनी

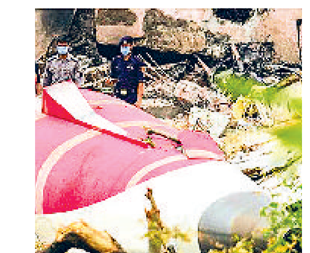
एटीएजीएस प्रोजेक्ट डायरेक्टर आर.पी. पांडेय ने कहा कि यह तोप डीआरडीओ और निजी कंपनियों के संयुक्त प्रयास से बनाई गई है। इसकी फायरिंग कैपेसिटी जोन सात में है, जिससे यह 48 किलोमीटर तक निशाना साध सकती है। यह पूरी तरह से भारतीय तकनीक पर आधारित है और 75% तक देश में ही बनी हुई है।

सीधे और घुमावदार लक्ष्य को भेदने में सक्षम

डीआरडीओ ने बताया कि इस तोप को इस तरह बनाया गया है कि यह सीधे और घुमावदार, दोनों तरह से लक्ष्यों को भेद सकती है। डीआरडीओ अब गाइडेड एम्युनिशन पर काम कर रहा है जिससे और ज्यादा सटीक निशाना लगाया जा सकेगा। इस परियोजना के सफल विकास से भारत की रक्षा आत्मनिर्भरता को एक बड़ा बल मिलेगा और सेना को भी अत्याधुनिक तोपों से लैस किया जा सकेगा।

अहमदाबाद विमान हादसाः जांच ब्यूरो ने नागरिक उड्डयन मंत्रालय को सौंपी रिपोर्ट

नई दिल्ली। अहमदाबाद में 12 जून को हुए एअर इंडिया विमान हादसे की जांच तेज हो गई है। हादसे की जांच कर रही विमान दुर्घटना जांच ब्यूरो (एएआईबी) की टीम ने अपनी प्रारंभिक रिपोर्ट नागरिक उड्डयन मंत्रालय और संबंधित अधिकारियों को सौंप दी है।



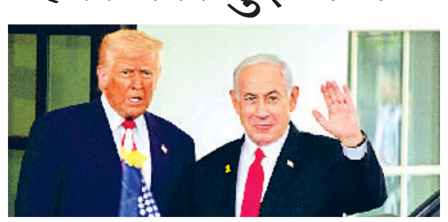
एआई 171 विमान दुर्घटना पर तैयार की गई रिपोर्ट जांच के शुरुआती निष्कर्षों पर आधारित है। एएआईबी ने जांच के लिए बहु-विषयक टीम का गठन किया है। अंतरराष्ट्रीय प्रोटोकॉल के अनुसार गठित टीम का नेतृत्व डीजी एएआईबी कर रहे हैं। इस मामले में ब्लैक बॉक्स और हैंडलिंग कॉकपिट वॉयस रिकॉर्डर (सीवीआर) और फ्लाइट डेटा रिकॉर्डर (एफडीआर) दोनों को बरामद कर लिया गया है। सीवीआर को 13 जून, 2025 को दुर्घटना स्थल पर इमारत की छत से बरामद किया गया। वहीं एफडीआर को 16 जून, 2025 को मलबे से बरामद किया गया। उनके सुरक्षित संचालन, भंडारण और परिवहन के लिए मानक संचालन प्रक्रिया तय की गई थी। अब एएआईबी ने अपनी प्रारंभिक रिपोर्ट नागरिक उड्डयन मंत्रालय को सौंप दी है।

इजराइल के प्रधानमंत्री नेतन्याहू ने ट्रंप का नाम नोबेल के लिए किया अनुशंसित

ट्रंप के नये टेरिफ प्लान से फिलहाल भारत सेफ, वैश्विक हलचल हुई तेज

मुंबई हलचल / नई दिल्ली

अमेरिकी राष्ट्रपति डोनाल्ड ट्रंप ने वैश्विक व्यापार को झटका देते हुए 14 देशों पर नए टैरिफ (आयात शुल्क) लगाने की घोषणा की। नया टैरिफ 1 अगस्त से प्रभावी होंगे। इनमें बांग्लादेश, म्यांमार, लाओस, जापान, और दक्षिण कोरिया जैसे देश शामिल हैं। इस कदम से वैश्विक आपूर्ति श्रृंखला और अर्थव्यवस्थाओं पर गहरा असर पड़ने की आशंका जताई जा रही है। नए टैरिफ ने वैश्विक व्यापार में अनिश्चितता का माहौल बना दिया है। अमेरिकी विनिर्माण को बढ़ावा दे सकता है, वहीं विकासशील देशों, खासकर बांग्लादेश, म्यांमार, और लाओस, के लिए आर्थिक चुनौतियां बढ़ाएगा। दूसरी ओर, इजरायल के प्रधानमंत्री बेंजामिन नेतन्याहू ने ट्रंप को नोबेल शांति पुरस्कार के लिए नामांकित किया, तीव्र कर दिया। नेतन्याहू का नोबेल नामांकन ट्रंप की विदेश नीति को मजबूती देता है, लेकिन गाजा और ईरान जैसे मुद्दों पर उनकी भूमिका विवादास्पद बनी हुई है। भारत के लिए यह एक अवसर हो सकता है, बशर्ते वह ट्रंप के साथ व्यापार समझौते को अंतिम रूप दे सके। ट्रंप को पहले भी कई बार नोबेल शांति पुरस्कार के लिए नामांकित किया गया है, जिसमें अब्राहम समझौते, भारत-पाकिस्तान मध्यस्थता, और सर्बिया-कोसोवो समझौते शामिल हैं। लेकिन एक भी बार उनका चयन नहीं हुआ, इसके लिए उन्होंने नोबेल पुरस्कार न जीतने पर नाराजगी जताई थी। ट्रंप ने व्हाइट हाउस में नेतन्याहू के साथ बातचीत में कहा कि भारत के साथ व्यापार समझौता लगभग पूरा हो चुका है। भारत को इस सूची में शामिल नहीं किया गया, जिसे कुछ विश्लेषकों ने सकारात्मक संकेत माना। हालांकि, भारत के निर्यात, खासकर वस्त्र और इलेक्ट्रॉनिक्स, पर अप्रत्यक्ष प्रभाव पड़ सकता है, क्योंकि वैश्विक आपूर्ति श्रृंखला बाधित होगी।



ट्रंप के नए टैरिफः

- *म्यांमार और लाओसः 40 फीसदी (सबसे अधिक)*
- *कंबोडिया और थाईलैंडः 36 फीसदी*
- *बांग्लादेश और सर्बियाः 35 फीसदी*
- *इंडोनेशियाः 32 फीसदी*
- *दक्षिण अफ्रीका और बोस्निया-हर्जेगोविनाः 30 फीसदी*
- *जापान, दक्षिण कोरिया, मलेशिया, कजाकिस्तान, और ट्यूनीशियाः 25 फीसदी*
- *ट्रंप ने इन टैरिफ को पारस्परिक करार देते हुए कहा कि ये अमेरिका के व्यापार घाटे को कम करने और घरेलू विनिर्माण को बढ़ावा देने के लिए जरूरी हैं। उन्होंने चेतावनी दी कि यदि इन देशों ने जवाबी टैरिफ लगाए, तो अमेरिका उनके शुल्क के बराबर अतिरिक्त टैरिफ जोड़ेगा। उदाहरण के लिए, जापान और दक्षिण कोरिया के पत्रों में लिखा, यदि आप अपने टैरिफ बढ़ाते हैं, तो वह राशि हमारे 25 फीसदी टैरिफ में जोड़ दी जाएगी।*

वैश्विक व्यापार पर असरः

- *इस कदम ने वैश्विक शेयर बाजारों में हलचल मचा दी। अमेरिकी शेयर बाजार 500 सूचकांक में सोमवार को 0.79 फीसदी की गिरावट दर्ज की गई, जो तीन सप्ताह में सबसे खराब प्रदर्शन है। जापान का निक्केई 225 सूचकांक अप्रैल में 25 फीसदी टैरिफ की घोषणा के बाद 7.8 फीसदी गिरा, जो इसका तीसरा सबसे बड़ा एकदिवसीय नुकसान रहा।*
- *बांग्लादेश के लिए 35 फीसदी टैरिफ वस्त्र उद्योग के लिए बड़ा झटका है, जो देश की 80 फीसदी निर्यात आय का स्रोत है और 40 लाख लोगों को रोजगार देता है।*

भारत और ब्राजील के बीच मजबूत साझेदारी में उठे नए कदम

पर्यावरण और स्वच्छ उर्जा क्षेत्र दोनों देशों की प्राथमिकता

सांबा-रेगे, शिवतांडव स्तोत्र और शास्त्रीय नृत्य की बही संगमधारा

पीएम मोदी ने कहा कि फुटबॉल ब्राजील की आत्मा है, तो क्रिकेट भारतीयों का जुनून। चाहे गेंद बाउंड्री पार जाए या गोलपोस्ट में, दोनों देशों के बीच 5 साल में 20 अरब डॉलर की साझेदारी मुश्किल नहीं है

मुंबई हलचल / नई दिल्ली

पीएम नरेंद्र मोदी मंगलवार को द्विपक्षीय राजकीय यात्रा के लिए ब्राजील की राजधानी ब्रासीलिया पहुंचे, जो लगभग छह दशकों में किसी भारतीय पीएम की पहली यात्रा है। यहां पीएम मोदी का स्वागत पारंपरिक सांबा रेगे की संगीतमय प्रस्तुति से किया गया। इसके बाद होटल पहुंचने पर शिव तांडव स्तोत्र पाठ और भारतीय शास्त्रीय नृत्य का भावपूर्ण प्रदर्शन किया गया। पीएम मोदी ने इसे 'यादगार स्वागत' बताया और प्रवासियों की अपनी जड़ों से जुड़े रहने के लिए प्रशंसा की।

पीएम मोदी ने लिखा कि ब्रासीलिया में भारतीय समुदाय ने यादगार स्वागत किया, जो एक बार फिर दर्शाता है कि हमारे प्रवासी कितने भावुक हैं और वे अपनी जड़ों से कितने जुड़े हुए हैं। उन्होंने कुछ तस्वीरें भी साझा कीं, जिनमें उत्साहित और उत्साही प्रवासी भारतीय तिरंगा थामे पीएम मोदी का हाथ जोड़कर अभिवादन करते नजर आ रहे हैं। उन्होंने लिखा कि ब्रासीलिया हवाई अड्डे पर, बटाला मुंडो बैंड ने कुछ बेहतरीन रचनाएं बजाईं। उनका यह प्रयास एफ्रो-ब्राजीलियन पर्क्यूशन, विशेष रूप से ब्राजील के साल्वाडोर दा बाहिया के सांबा-रेगे को बढ़ावा देने का वैश्विक प्रयास है।

ब्राजील के साथ व्यापार, रक्षा, ऊर्जा, अंतरिक्ष क्षेत्रों में सहयोग बढ़ाएंगे

राष्ट्रपति लूला ने गले लगाया

पीएम मोदी का अल्वोराडा पैलेस (राष्ट्रपति निवास) पहुंचने पर ब्राजील के राष्ट्रपति लूला डी सिल्वा ने गले लगाकर गर्मजोशी के साथ स्वागत किया। इस दौरान उनकी पत्नी रोसांगला डी सिल्वा भी साथ थीं।

आतंकवाद पर दोहरा मापदंड स्वीकार्य नहीं

पीएम मोदी ने कहा कि हम आतंकवाद और इसका समर्थन करने वालों का कड़ा विरोध करते हैं। आतंकवाद पर दोहरे मापदंड के लिए कोई जगह नहीं है। हम इस बात पर एकमत हैं कि सभी विवादों का समाधान बातचीत और कूटनीति के जरिए होना चाहिए। उन्होंने कहा कि रक्षा क्षेत्र में भारत और ब्राजील के बीच बढ़ता सहयोग हमारे गहरे आपसी विश्वास का प्रतीक है। हम अपने रक्षा उद्योग को एक साथ लाने के लिए अपने प्रयासों को जारी रखेंगे। दोनों देशों के प्रतिनिधिमंडल के साथ व्यापार, रक्षा, ऊर्जा, अंतरिक्ष, तकनीकी, कृषि और स्वास्थ्य समेत कई मुद्दों पर द्विपक्षीय चर्चा की।

5 साल में 20 अरब डॉलर के व्यापार का लक्ष्य

पीएम मोदी ने ब्राजील के राष्ट्रपति लूला के साथ संयुक्त प्रेस वक्तव्य के दौरान कहा कि दोनों देशों ने अगले पांच साल में द्विपक्षीय व्यापार को 20 अरब डॉलर (1.70 लाख करोड़ रुपए) तक ले जाने का लक्ष्य रखा है। हमने हर क्षेत्र में सहयोग मजबूत करने पर चर्चा की है। पीएम मोदी ने कहा कि फुटबॉल ब्राजील की आत्मा है, तो क्रिकेट भारतीयों का जुनून। चाहे गेंद बाउंड्री पार जाए या गोलपोस्ट में, 20 अरब डॉलर की साझेदारी मुश्किल नहीं है। उन्होंने ऊर्जा क्षेत्र में बढ़ते सहयोग पर जोर देते हुए कहा कि पर्यावरण और स्वच्छ ऊर्जा दोनों देशों की प्राथमिकता है। इस क्षेत्र में सहयोग बढ़ाने के लिए आज का समझौता हमारे हरित लक्ष्यों को नई गति देगा। पीएम मोदी ने कहा कि मैं ब्राजील में इस वर्ष आयोजित होने वाली कॉप 30 बैठक के लिए राष्ट्रपति लूला को बधाई देता हूं।

चीफ जस्टिस गवई ने इशारों में कही बड़ी बात

न्यायपालिका संरक्षक और संविधान ने समान अधिकार दिए, सभी एक समान

न्यायपालिका बनाम कार्यपालिका वाले विवाद पर यह बात कही

मुंबई हलचल / नई दिल्ली

भारत के मुख्य न्यायाधीश जस्टिस बीआर गवई को महाराष्ट्र विधानमंडल की ओर से सम्मानित किया गया। वे महाराष्ट्र मूल के हैं और उन्हें राज्य का गौरव बताते हुए दोनों सदनों ने सम्मानित किया। उन्होंने सदन को संबोधित भी किया और कहा न्यायपालिका बनाम कार्यपालिका वाले विवाद पर भी इशारों में बात की। संसद की सर्वोच्चता वाला बयान पिछले दिनों उपराष्ट्रपति जगदीप धनखड़ ने दिया था। उन्होंने इशारों में ही कहा था कि संविधान के तहत कार्यपालिका, विधायिका और न्यायपालिका एक समान हैं।

कोर्ट अधिकारों का प्रहरी और संरक्षक

उन्होंने इस बात को एक बार फिर से दोहराया। यह भी कहा कि अदालत को नागरिकों के अधिकारों की प्रहरी और संरक्षक के रूप में काम करना होगा। संविधान सर्वोच्च है। उन्होंने कहा कि बाबासाहेब आंबेडकर ने कहा था कि हम सभी संविधान की सर्वोच्चता में विश्वास करते हैं। संविधान ने कार्यपालिका, विधायिका और न्यायपालिका को अधिकार दिए हैं। आंबेडकर ने कहा था कि न्यायपालिका को नागरिकों के अधिकारों की प्रहरी और संरक्षक के रूप में काम करना होगा।

न कार्यपालिका के हस्तक्षेप से मुक्त हो न्यायपालिका

जस्टिस गवई ने कहा कि आंबेडकर ने कहा था कि न्यायपालिका को कार्यपालिका के हस्तक्षेप से मुक्त होना चाहिए। आंबेडकर ने कहा था कि संविधान शांति और युद्ध के दौरान देश को एकजुट रखेगा।

बांग्लादेश, थाइलैंड सहित एक दर्जन पर लगा उच्च शुल्क

अमेरिका के कदम से भारत को कपड़ा 'फुटवियर' क्षेत्रों में होगा लाभ : निर्यातक

मुंबई हलचल / नई दिल्ली

बांग्लादेश और थाइलैंड सहित एक दर्जन से अधिक देशों पर उच्च शुल्क लगाने के अमेरिका के फैसले के बाद भारत के परिधान और 'फुटवियर' जैसे निर्यात क्षेत्रों को वहां के बाजार में प्रतिस्पर्धी लाभ मिलने की उम्मीद है। निर्यातकों ने यह बात कही।

- अमेरिकी फैसले से भारत को लाभ मिलने की उम्मीद

डोनाल्ड ट्रंप प्रशासन ने सोमवार को जापान, दक्षिण कोरिया, कजाकिस्तान, मलेशिया, ट्यूनीशिया पर 25 प्रतिशत शुल्क लगाने की घोषणा की। वहीं दक्षिण अफ्रीका, बोस्निया-हर्जेगोविना पर 30 प्रतिशत, इंडोनेशिया पर 32 प्रतिशत, बांग्लादेश, सर्बिया पर 35 प्रतिशत, कम्बोडिया, थाइलैंड पर 36 प्रतिशत और लाओस और म्यांमा पर 40 प्रतिशत शुल्क लगाने का ऐलान किया। ये शुल्क एक अगस्त से लागू होंगे।

खास बातें

- अमेरिका को परिधान निर्यात करने वाला बांग्लादेश तीसरा बड़ा देश
- परिधान क्षेत्र में भारत का अमेरिका को 2 .5 अरब डॉलर का था निर्यात

बांग्लादेश की बाजार हिस्सेदारी 13.15 फीसदी

बांग्लादेश 2024 में 13.15 प्रतिशत बाजार हिस्सेदारी के साथ अमेरिका को परिधान (बिना बुना हुआ) का तीसरा सबसे बड़ा निर्यातक है। इस क्षेत्र में भारत का अमेरिका को निर्यात 2.5 अरब डॉलर था। लेकिन भारत शीर्ष तीन देशों में नहीं है।

कम्बोडिया भी परिधान निर्यात में भारत से आगे

बुने हुए परिधानों में कम्बोडिया की हिस्सेदारी करीब छह प्रतिशत है और वह भारत (5.09 प्रतिशत) से आगे है। एक निर्यातक ने कहा, "अमेरिकी परिधान बाजार में भारत को बांग्लादेश और वियतनाम से कड़ी प्रतिस्पर्धा का सामना करना पड़ रहा है। बांग्लादेश पर उच्च शुल्क से अमेरिकी बाजार में भारतीय उत्पादों की प्रतिस्पर्धी क्षमता बढ़ाने में मदद मिलेगी।"

भारत के रबड़ के निर्यात में भी हो सकेगी वृद्धि

निर्यातकों के शीर्ष निकाय फियो (फेडरेशन ऑफ इंडियन एक्सपोर्ट ऑर्गनाइजेशन) के अध्यक्ष एस सी रल्हन ने कहा कि चमड़ा और परिधान जैसे क्षेत्रों को भारत के प्रतिस्पर्धी देशों से प्रतिस्पर्धी लाभ मिल सकता है। मुंबई के एक निर्यातक ने कहा कि थाइलैंड पर बढ़े हुए शुल्क से रबड़ और उसके उत्पादों के निर्यात में बढ़ोतरी हो सकती है।

हमें चमड़ा क्षेत्र में लाभ मिलेगा

थाइलैंड, अमेरिका को रबड़ का सबसे बड़ा निर्यातक है। उसकी हिस्सेदारी 15.16 प्रतिशत है, जबकि भारत 2.93 प्रतिशत हिस्सेदारी के साथ चौथे स्थान पर है। निर्यातक ने कहा, "हमें चमड़ा क्षेत्र में भी लाभ मिलेगा।"

समझौते को अंतिम रूप देने में सावधानी से आगे बढ़े भारत : जीटीआरआई

आर्थिक शोध संस्थान टैंक जीटीआरआई ने कहा कि अमेरिका के साथ व्यापार समझौते को अंतिम रूप देते समय भारत को सावधानी से आगे बढ़ना चाहिए। 'ग्लोबल ट्रेड रिसर्च इनीशिएटिव' (जीटीआरआई) ने कहा, "अमेरिका के राष्ट्रपति डोनाल्ड ट्रंप का 'मॉडल' मुक्त व्यापार समझौते का नहीं बल्कि अमेरिकी जवाबी शुल्क के सामने झुकने का है।"

बिहार में महिलाओं के लिए खुशखबरी, नौकरी में 35% का आरक्षण, सीएम नीतीश ने किया ऐलान

पटना। बिहार में होने वाले विधानसभा चुनाव से ठीक पहले मुख्यमंत्री नीतीश कुमार ने मंगलवार को महिला आरक्षण को लेकर एक बड़ा ऐलान किया है। उन्होंने घोषणा की है कि बिहार राज्य की मूल निवासी महिलाओं को अब राज्य की सभी सरकारी नौकरियों, संवर्गों और सभी स्तरों के पदों पर सीधी नियुक्ति में 35 प्रतिशत का आरक्षण दिया जाएगा। यह आरक्षण सभी प्रकार की सरकारी नौकरियों पर लागू होगा। वहीं, उन्होंने बिहार राज्य युवा आयोग के गठन को भी मंजूरी दे दी है। राजधानी पटना स्थिति सचिवालय में आज हुई बिहार कैबिनेट की बैठक में इसको लेकर ऐलान किया गया है। इस बैठक में मुख्यमंत्री नीतीश कुमार के साथ-साथ कैबिनेट के लगभग सभी मंत्री मौजूद रहें। कैबिनेट की बैठक में कुल 43 एजेंडों पर मुहर लगी है। कैबिनेट बैठक के बाद सोशल मीडिया प्लेटफॉर्म एक्स पर पोस्ट करते हुए सीएम नीतीश कुमार ने इस बात की जानकारी दी। अपने सोशल मीडिया पोस्ट में मुख्यमंत्री नीतीश कुमार ने लिखा कि मुझे यह बताते हुए प्रसन्नता हो रही है कि बिहार के युवाओं को

अधिक से अधिक रोजगार के अवसर उपलब्ध कराने, उन्हें प्रशिक्षित करने तथा सशक्त और सक्षम बनाने के उद्देश्य से राज्य सरकार ने बिहार युवा आयोग के गठन का निर्णय लिया है और आज कैबिनेट द्वारा बिहार युवा आयोग के गठन की मंजूरी भी दे दी गई है। समाज में युवाओं की स्थिति में सुधार और उत्थान से संबंधित सभी मामलों पर सरकार को सलाह देने में इस आयोग की महत्वपूर्ण भूमिका होगी। युवाओं को बेहतर शिक्षा और रोजगार सुनिश्चित करने के लिए सरकारी विभागों के साथ यह आयोग समन्वय भी करेगा।

बिहार युवा आयोग में होंगे सात सदस्य : बिहार युवा आयोग में एक अध्यक्ष, दो उपाध्यक्ष और सात सदस्य होंगे, जिनकी अधिकतम उम्र सीमा 45 वर्ष होगी। यह आयोग इस बात की निगरानी करेगा कि राज्य के स्थानीय युवाओं को राज्य के भीतर प्राइवेट सेक्टर के रोजगारों में प्राथमिकता मिले, इसके साथ ही राज्य के बाहर पढ़ाई करने वाले और काम करने वाले युवाओं के हितों की भी रक्षा हो। सामाजिक बुराइयों को बढ़ावा देने वाले शराब एवं अन्य मादक पदार्थों की रोकथाम के लिए कार्यक्रम तैयार कर और ऐसे मामलों में सरकार को अनुशंसा भेजना भी इसका महत्वपूर्ण कार्य होगा। राज्य सरकार की इस दूरदर्शी पहल का उद्देश्य है कि इस आयोग के माध्यम से युवा आत्मनिर्भर, दक्ष और रोजगारोन्मुखी बनें ताकि उनका भविष्य सुरक्षित हो।

दैनिक मुंबई हलचल
अब हर सच होगा उजागर

किडनी को रखना है स्वस्थ तो करें इन जड़ी-बूटियों का सेवन

भागदौड़ भरी जिंदगी में गलत खान-पान के कारण किडनी से संबंधित समस्याएं बढ़ती जा रही है। किडनी शरीर का खास हिस्सा है जो शरीर से विषैले पदार्थ को बाहर निकालने में मदद करती है और शरीर को रोगों से बचाती है। इसलिए स्वस्थ रखना बहुत जरूरी है। अगर आप चाहते हैं आपकी किडनी सही तरीके से काम करें तो दिन में अधिक से अधिक पानी पीएं और कुछ जड़ी बूटियों की भी मदद ले सकते हैं। इन जड़ी बूटियों से किडनी स्टोन, किडनी कैंसर और किडनी से संबंधित अन्य समस्याओं से बचा जा सकता है। आज हम आपको ऐसी जड़ी बूटियों को बारे में बताएंगे, जिसे इस्तेमाल करके आप अपनी किडनी को स्वस्थ रख सकते हैं।

1. अजमोद हर्ब
इसमें लूटेओलिन एंटीऑक्सीडेंट पाया जाता है जो शरीर से विषैले पदार्थ फ्री रेडिकल्स को बाहर निकाल कर किड़नी को स्वस्थ रखने में मदद करता है। अजमोद में विटामिन ए और सी भी भरपूर मात्रा में पाए जाते हैं।

2. धतूरे की जड़
किडनी को मजबूत करने में धतूरे की जड़ काफी मददगार है। यह रक्त शुद्धिकरण करने में भी मदद करती है। इसके सेवन से शरीर को नुकसान पहुंचाने वाले एसिड और विषैले पदार्थ बाहर निकलते हैं। यह पिट्यूटरी ग्रंथि से प्रोटीन को बाहर निकाल कर हार्मोन में संतुलन बनाएं रखता है।

3. अमरबेल हर्ब
अमरबेल पौधे के पीले फूल रक्त की शुद्धिकरण में मदद करते हैं। यह किडनी के अलावा लीवर को भी स्वस्थ रखता है।

4. करौंदा जड़ी बूटी
यह बहुत फायदे की जड़ी बूटी है। इसमें मौजूद एंटीऑक्सीडेंट किडनी से यूरिक एसिड को बाहर निकालने में मदद करता है। इसमें यूरिया निकालने की क्षमता होती है।

5. सिंहपर्णी की जड़
यह लीवर और किडनी से विषैले पदार्थों को बाहर निकाल कर उनकी कार्य करने की क्षमता को बढ़ाती है। यह भी रक्त शुद्धिकरण में मदद करता है।

6. मंजिष्ठा हर्ब
इसे आयुर्वेद में बहुत अच्छा माना गया है। यह किडनी के अलावा रक्त से भी विषैले पदार्थों को बाहर निकाल कर शुद्ध करता है।

7. गोल्डनरॉड (Goldenrod)
गोल्डनरॉड के सेवन से किडनी में मौजूद विषैले पदार्थ बाहर निकलते है और यह किडनी को मजबूत रखने में मदद करता है।

8. गुडूची(Guduchi)
किडनी को स्वस्थ रखने में यह बहुत कारगार उपाय है। गुडूची रक्त में होने वाले विषैले पदार्थों को बाहर निकालता है इसलिए इसका सेवन धूम्रपान और शराब पीने वाले लोगों के लिए काफी फायदेमंद होता है।

पार्लर से नहीं, घर पर इन 5 आसान स्टेप से करें बॉडी पॉलिशिंग

खूबसूरती के लिए लड़कियां कई ब्यूटी ट्रीटमेंट लेती है, जिसमें से एक है बॉडी पॉलिशिंग। बॉडी पॉलिशिंग आपके पूरे शरीर की खूबसूरती बढ़ाने का सबसे लाजवाब तरीका है। इससे बॉडी पर न सिर्फ ग्लो आता है बल्कि इससे पूरे शरीर की स्किन सॉफ्ट और स्मूद भी हो जाती है। लड़कियां पार्लर में जाकर बॉडी पॉलिशिंग पर पैसे खर्चती हैं लेकिन आप घर पर भी आसान स्टेप से बॉडी पॉलिशिंग कर सकते हैं। इससे आपके पैसे भी बच जाएंगे और कोई नुकसान भी नहीं होगा।

क्या होती है बॉडी पॉलिशिंग
बॉडी पॉलिशिंग एक ऐसा ट्रीटमेंट है, जिससे पूरे शरीर को एक्सफोलिएट और मॉइश्चराइज्ड किया जाता है। इससे आपको सन डैमेज और डिहाईड्रेट स्किन से राहत मिलती है। इसके अलावा नियमित रूप से हर महीने 1 बार बॉडी पॉलिशिंग करने से डेड सेल्स निकल जाते हैं और शरीर में नए सेल्स बनते हैं। इसे कराने से शरीर में ऑक्सीजन स्पलाई भी अच्छी तरह होती है।

बॉडी पॉलिशिंग के लिए जरूर सामान
स्क्रब
प्यूमिस स्टोन
जैतून का तेल

इस तरह करें बॉडी पॉलिशिंग

स्टेप-1
बॉडी पॉलिशिंग करने के लिए सबसे पहले एक तौलिए को गर्म पानी में भिगोएं और इससे पूरे शरीर को साफ करें। आप चाहें तो शरीर को साफ करने के लिए गुनगुने पानी से शॉवर भी ले सकती हैं।

स्टेप-2
शरीर को साफ करने के बाद जैतून के तेल को गुनगुना कर लें। इसके बाद इससे चेहरे और शरीर पर मसाज करके 5-10 मिनट के लिए छोड़ दें। इसके बाद शरीर को साफ कर लें।

स्टेप-3
तेल साफ करने के बाद पूरे शरीर पर स्क्रब लगाएं। इसके लिए आप घर में चीनी और शहद को मिलाकर भी स्क्रब बना सकती हैं। आप चाहें तो अपनी स्किन टाइप के हिसाब से मार्केट में मिलने वाले स्क्रब का इस्तेमाल भी कर सकती हैं।

स्टेप-4
इसके बाद प्यूमिस स्टोन की मदद से कोहनी, घुटने, एड़ियों और शरीर के सख्त हिस्से को साफ करें। शरीर के बाकी हिस्सों को चेहरे को हाथ से रगड़ कर साफ कर लें।

स्टेप-5
5-10 मिनट बाद गुनगुने पानी से शॉवर ले लें। शॉवर लेने के बाद मॉइश्चराइजिंग क्रीम लगाएं। बॉडी पॉलिशिंग करने के करीब 2-3 दिन तक नहाते समय साबुन का इस्तेमाल न करें।

एक्यूप्रेशर प्वाइंट्स दबाएं और हर बीमारी का समाधान पाएं

पैरों के एक्यूप्रेशर प्वाइंट्स : शरीर में कई ऐसे प्रेशर प्वाइंट्स होते हैं, जिनका कनेक्शन शरीर के दूसरे भागों से होता है। हाथों-पैरों के इन प्वाइंट्स को दबाकर रोगों का इलाज किया जा सकता है। पैरों के इन प्वाइंट्स को रोज 10 या 15 मिनट तक दबाकर कई बीमारियों से राहत पाई जा सकती है। पैरों के इन एक्यूप्रेशर प्वाइंट्स को अच्छी तरह और सही तरीके से दबाकर आप मांसपेशियों की ऐंठन या जकड़न, ब्लोटिंग, अपच, भूख से संबंधित समस्या को दूर कर सकते हैं। आज हम आपको बताएंगे कि पैरों के नीचे मौजूद किन एक्यूप्रेशर प्वाइंट्स को दबाकर आप बीमारियों से छुटकारा पा सकते हैं।

बच्चों में शुरू से डालें ये 5 आदतें, कभी नहीं होगी दिल की बीमारी

दुनियाभर में दिल के रोगों के मरीजों की संख्या तेजी से बढ़ी है। हर साल करोड़ों लोग हृदय रोगों के कारण अपनी जान गंवाते हैं। इसका सबसे बड़ा कारण बचपन से ही खान-पान की गलत आदत और कम शारीरिक मेहनत है। इसी कारण बच्चों में भी हार्ट के मरीजों की संख्या तेजी से बढ़ी है। अगर बच्चों में बचपन से ही कुछ आदतें डाली जाएं, तो उनमें दिल की बीमारियों की आशंका कम होती है और वो एक स्वस्थ और लंबा जीवन जी सतके हैं।

पढ़ाई के साथ खेल और एक्सरसाइज
आजकल माता-पिता बच्चों को हर समय पढ़ने की नसीहत देते हैं। मनोवैज्ञानिक आधार पर देखें तो बच्चे एक दिन में 8-10 घंटे से ज्यादा पढ़ाई नहीं कर पाते हैं। इसमें स्कूल में पढ़ाई का समय भी शामिल है। पढ़ाई के साथ-साथ बच्चों की फिजिकल फिटनेस भी जरूरी है। इसलिए बचपन से ही बच्चों को आउटडोर गेम्स के लिए प्रेरित करें और रोज कम से कम आधा घंटा एक्सरसाइज करवाएं। बच्चों को एक्सरसाइज करवाने के लिए आप भी एक्सरसाइज करें। इससे आप भी फिट रहेंगे। रोजाना आधा घंटा एक्सरसाइज करके आप दिल की बीमारियों की आशंका को 60 प्रतिशत तक कम कर सकते हैं।

हेल्दी डाइट की आदत डालें
दिल को स्वस्थ रखने का सबसे आसान तरीका है स्वस्थ और पौष्टिक आहार खाना। इसके लिए बच्चों को बचपन से ही कम शुगर और कम नमक खाने की आदत डालवाएं। इसके अलावा अनहेल्दी फैट युक्त आहार, हाई कैलोरी फास्ट फूड्स और जंक फूड्स बहुत कम खाने दें। किसी स्पेशल मौके पर कुछ फास्ट फूड्स खाए जा सकते हैं मगर उन्हें भी आप स्मार्टली हेल्दी तरीके से बना सकती हैं। फल और सब्जियां खूब खिलाएं। रोजाना सुबह चार बादाम और एक ग्लास दूध आपके लाडले को दिन भर एनर्जी और पोषण भी देंगे और इससे बच्चों की मेमोरी पावर भी अच्छी हो जाएगी। दिल के लिए सबसे घातक होता है कोलेस्ट्रॉल, नमक और चीनी इसलिए खाने में इन तीनों का संतुलन जरूरी है।

वजन न बढ़ने दें
बच्चों में आजकल मोटापे की समस्या बहुत ज्यादा हो रही है। मोटापे की वजह से कई तरह के गंभीर रोगों की आशंका बढ़ जाती है। इसलिए बचपन से ही बच्चों को मोटापे से दूर रखें। अगर बच्चे रेगुलर एक्सरसाइज करेंगे और हेल्दी डाइट लेंगे, तो उनका वजन कंट्रोल रहेगा और बॉडी फिट रहेगी। इससे उनका विकास यानि शरीर की लंबाई, चौड़ाई और मजबूती भी अच्छी रहेगी। वजन कंट्रोल करने में नियम का पालन बहुत जरूरी है। पूरे परिवार के खाने का समय और सोने का समय तय कर दीजिए। अनियमित जीवन के कारण कई बार हेल्दी चीजें खाने के बावजूद आप बीमार पड़ सकते हैं।

ब्लड प्रेशर पर नजर रखें
स्वस्थ जीवन के लिए ब्लड प्रेशर का सही होना बहुत महत्वपूर्ण है। दिल की बीमारियों की मुख्य वजह भी ब्लड प्रेशर ही होता है। ब्लड प्रेशर पर नजर रखने के लिए इसे रेगुलर बेसिस पर चेक करते रहना जरूरी है। ब्लड प्रेशर बताता है कि आपके दिल को आपके शरीर के लिए ब्लड पंप करने में कोई परेशानी तो नहीं हो रही है।

दैनिक मुंबई हलचल
अब हर सच होगा उजागर

शादी के लिए तैयार हुए सलमान खान?

सलमान खान शादी के लिए राजी हो गए हैं, ऐसा अंदाजा फैंस लग रहे हैं। सोशल मीडिया पर यूजर्स को ऐसा क्यों लग रहा है? इसके पीछे बड़ी वजह है। दरअसल सलमान खान की एक पोस्ट सोशल मीडिया पर वायरल हो रही है। इस पोस्ट में सलमान खान ने अपने बहनोई अतुल अग्निहोत्री एक ऐसी बात कही है, उसी से लोगों ने यह अंदाजा लगाना शुरू कर दिया कि वह जल्द ही शादी करने का प्लान कर रहे हैं। आइए जानते हैं सलमान खान ने अतुल अग्निहोत्री के लिए की गई पोस्ट में क्या लिखा है? सलमान खान ने अपने इंस्टाग्राम अकाउंट पर जीजा अतुल अग्निहोत्री और बहन अलवीरा की फोटो शेयर की है। अतुल अग्निहोत्री के जन्मदिन के मौके पर सलमान खान ने उन्हें बधाई दी है। पोस्ट के कैप्शन में मजेदार बात लिखी है। जिसका लोग अलग-अलग मतलब निकाल रहे हैं। सलमान खान ने अतुल अग्निहोत्री के लिए लिखा, जन्मदिन मुबारक हो अतुल मेरे जीजा जी। मेरी बहन का ख्याल रखने के लिए शुक्रिया, मैं तुमसे प्यार करता हूं। सबसे अच्छे पति और पिता, अब क्या तुम वही आदमी बन सकते हो जिसे मैं जानता था, एक दिन मैं वही आदमी बनूंगा जो तुम हो। उठो भाई। सोशल मीडिया पर अब यूजर सलमान खान की कही गई बात का मतलब निकाल रहे हैं कि वह जल्द ही शादी करने वाले हैं।

सामंथा का रिश्ता कंफर्म

साउथ की एक्ट्रेस समांथा रुथ प्रभु इस समय अपनी व्यक्तिगत जिंदगी को लेकर सुर्खियों में बनी हुई हैं, नागा चैतन्य से तलाक के बाद फिल्म निर्माता राज निदिमोरु के साथ उनका नाम जोड़ा जा रहा था। अब दोनों की इस ट्रिप की तस्वीर सोशल मीडिया पर वायरल हो रही है और दिलचस्प बात यह है कि यह तस्वीर खुद सामंथा रुथ प्रभु ने अपने इंस्टाग्राम हैंडल पर पोस्ट की है। ऐसे में अब सोशल मीडिया यूजर्स दावा कर रहे हैं कि सामंथा रुथ प्रभु ने ही खुद रिश्ता कंफर्म कर दिया है। हालांकि सामंथा या राज निदिमोरु की तरफ से रिलेशनशिप का औपचारिक ऐलान अभी तक नहीं किया गया है। सामंथा रुथ प्रभु अमेरिका में हो रहे एक कार्यक्रम में हिस्सा लेने मिशिगन के डेट्रायट पहुंची थी। जहां तेलुगू एसोसिएशन आफ नॉर्थ अमेरिका 2025 एडिशन में उन्होंने हिस्सा लिया। इसी ट्रिप की कुछ फोटो सामंथा रुथ प्रभु ने अपने इंस्टाग्राम हैंडल पर शेयर की है। ढेर सारी तस्वीरों में दो तस्वीर ऐसी है, जिसमें सामंथा राज निदिमोरु के साथ नजर आ रही हैं। एक तस्वीर में वह सड़क पर राज के साथ चलते हुए नजर आ रही हैं, तो दूसरी तस्वीर में वह उनके साथ डाइनिंग टेबल पर बैठी हुई दिखाई दे रही हैं, दूसरी तस्वीर में ढेर सारे लोग मौजूद हैं। सामंथा रुथ प्रभु ने राज निदिमोरु के साथ अपनी जो तस्वीर सोशल मीडिया पर साझा की है, उन तस्वीरों में सबसे दिलचस्प बात यह है कि वह राज के बेहद करीब नजर आ रही हैं। एक तस्वीर में वह उनकी बाहों में दिखाई दे रही हैं, जिसके बाद लोगों ने अंदाजा लगाया कि उनके बीच रिश्ता दोस्ती से आगे का है। वहीं पोस्ट में उन्होंने कैप्शन में सिर्फ डेट्रायट लिखा है, जो उस जगह का नाम है जहां कार्यक्रम आयोजित किया गया था। इसके आगे उन्होंने दिल वाली इमोजी और नजर न लगने वाली इमोजी शेयर की है।

ABVM AGRAWAL JATIYA KOSH'S GHANSHYAMDAS JALAN COLLEGE
Estd. - 2014

G.D. JALAN COLLEGE
Affiliated to University of Mumbai & M.S. Board
(MARWARI MINORITY) NAAC Accredited with B+ Grade, ISO 9001 : 2015 CERTIFIED COLLEGE
College Code : 527
Junior College
F.Y.J.C/ S.Y.J.C (Science & Commerce)
Degree College
B. Com • B.A.F • B.Sc.I.T • B.M.S • B.Sc
ADMISSIONS OPEN
Contact Number : 9326346900 / 9326335467
Upper Govind Nagar, Malad (East)