वर्ष : 27 अंक : 64 | website:www.chetnamanch.com | नोएडा, रविवार, 23 फरवरी, 2025 | Chetna Manch | Chetna Manch | मूल्य 2.00 रु. | पेज: 8

प्रधानमंत्री ने मोटापे की बढ़ती समस्या पर जताई चिंता

लोगों से की तेल की खपत कम करने की अपील

नई दिल्ली (एजेंसी)। प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने अपने मासिक रेडियो कार्यक्रम 'मन की बात' में देश में तेजी से बढ़ती मोटापे की समस्या पर गहरी चिंता व्यक्त की। उन्होंने लोगों से तेल की खपत में 10 प्रतिशत की कटौती करने की अपील करते हुए इसे एक फिट और स्वस्थ भारत की दिशा में अहम कदम बताया।

प्रधानमंत्री मोदी ने कहा कि हाल ही में देहरादून में नेशनल गेम्स के उद्घाटन के दौरान उन्होंने इस गंभीर मुद्दे को उठाया था, जिससे पूरे देश में नई चर्चा शुरू हुई है। उन्होंने बताया कि हर आठ में से एक व्यक्ति मोटापे से ग्रस्त है, और बीते कुछ वर्षों में यह संख्या दोगुनी हो गई है।

सबसे ज्यादा चिंता की बात यह है कि बच्चों में मोटापे की समस्या चार गुना तक बढ़ चुकी है। विश्व स्वास्थ्य संगठन के आंकड़ों का हवाला देते हुए पीएम मोदी ने कहा कि साल 2022 में दुनियाभर में करीब 250 करोड़ लोग अधिक वजन की समस्या से जूझ रहे थे, जो गंभीर बीमारियों को बढ़ाने वाला एक चिंताजनक संकेत है।

'एक दिन, एक वैज्ञानिक' अभियान की अपील

अपने संबोधन में प्रधानमंत्री मोदी ने राष्ट्रीय विज्ञान दिवस के अवसर पर लोगों से 'एक दिन, एक वैज्ञानिक' बनने की अपील भी की। उन्होंने कहा कि लोग अनुसंधान प्रयोगशालाओं और तारामंडलों में जाकर विज्ञान के क्षेत्र में अपने योगदान को समझने का प्रयास करें।

पीएम मोदी ने बोर्ड परीक्षा की तैयारी कर रहे छात्रों से तनावमुक्त रहने और खुश रहकर परीक्षा देने की सलाह दी। उन्होंने कहा कि 'परीक्षा पे चर्चा' के नए प्रारूप को लोगों ने काफी सराहा है, जिससे छात्रों को परीक्षा के प्रति सकारात्मक दृष्टिकोण विकसित करने में मदद मिली है।

तेल की खपत में 10 फीसदी की कटौती का सुझाव

मोटापे की समस्या से निपटने के लिए प्रधानमंत्री ने खाने के तेल की खपत में 10 प्रतिशत की कटौती करने का सुझाव दिया। उन्होंने कहा, हम सभी मिलकर छोटे-छोटे प्रयासों से इस चुनौती से निपट सकते हैं। इसका सबसे अच्छा तरीका यह है कि जब आप तेल खरीदें, तो पहले की तुलना में 10 फीसदी कम तेल लें। इससे न केवल सेहत में सुधार होगा, बल्कि यह भारत को एक स्वस्थ राष्ट्र बनाने में भी मदद करेगा। प्रधानमंत्री मोदी ने अपने संबोधन में मोटापा कम करने, विज्ञान में रुचि बढ़ाने और महिला सशक्तिकरण को लेकर किए गए प्रयासों को रेखांकित किया और लोगों से इन अभियानों का हिस्सा बनने की अपील की। उन्होंने कहा कि स्वस्थ और समृद्ध भारत बनाने के लिए हमें मिलकर प्रयास करने होंगे।

महिलाओं को सोशल मीडिया हैंडल सौंपने की परंपरा जारी

पीएम मोदी ने महिला सशक्तिकरण को बढ़ावा देते हुए इस बार भी अपने सोशल मीडिया अकाउंट्स को महिलाओं को सौंपने की घोषणा की। इससे पहले 2020 में भी उन्होंने महिला नेतृत्व को मंच देने के लिए यही पहल की थी।

यमुना एक्सप्रेस-वे पर पिकअप और कैंटर में टक्कर

महाकुंभ जा रहे तीन श्रद्धालुओं की सड़क हादसे में दर्दनाक मौत, 10 घायल

ग्रेटर नोएडा (चेतना मंच)। शनिवार देर रात प्रयागराज महाकुंभ जा रहे श्रद्धालुओं से भरी पिकअप जेवर कोतवाली क्षेत्र में यमुना एक्सप्रेसवे पर खड़े ट्रक से टकरा गई। हादसे में दो महिलाओं समेत तीन लोगों की मौत हो गई, जबकि 10 लोग गंभीर रूप से घायल हो गए। सूचना पाकर मौके पर पहुंची पुलिस ने शवों को कब्जे में लेकर पोस्टमार्टम के लिए भेज दिया है। घायलों का जेवर के कैलाश अस्पताल में उपचार चल रहा है। कई लोगों की हालत गंभीर बनी हुई है।

पुलिस से मिली जानकारी के अनुसार हादसा शनिवार रात करीब 12 बजे हुआ। देवबंद सहारनपुर से प्रयागराज महाकुंभ स्नान के लिए जा रहे एक परिवार और रिश्तेदारों की पिकअप वैन यमुना एक्सप्रेसवे पर कैंटर से टकराकर दुर्घटनाग्रस्त हो गई। हादसे में सहारनपुर और शामली के 10 लोग गंभीर रूप से घायल हो गए। घायलों को जेवर के कैलाश अस्पताल में भर्ती कराया गया जहां डॉक्टरों ने साहब सिंह, रोशनी देवी और रामवती को मृत घोषित कर दिया। गंभीर रूप से घायल पिकअप चालक हरपाल सिंह, ओमवती और पिंकी का आईसीयू में उपचार चल रहा है। हादसे में पूनम यशवीर, अनीता, राहुल सलोनी, नीलम और बच्चन सिंह समेत 10 लोग घायल हैं।

फेडरेशन आरडब्ल्यूए के पदाधिकारियों का शपथ ग्रहण समारोह संपन्न

नोएडा (चेतना मंच)। सेक्टर-34 के कम्युनिटी सेंटर में शनिवार को नवनिर्वाचित फेडरेशन आरडब्ल्यूए का शपथ ग्रहण समारोह आयोजित किया गया। इस दौरान रिटायर्ड जिला जज गोकुलेश शर्मा ने नवगठित कार्यकारिणी के पदाधिकारियों को पद एवं गोपनीयता की शपथ दिलाई।

नवगठित आरडब्ल्यूए कार्यकारिणी में अध्यक्ष पद पर के.के. जैन, वरिष्ठ उपाध्यक्ष पद पर राजेश कुमार राय, उपाध्यक्ष पद पर कुलदीप मुंशी, महासचिव पद पर धर्मेंद्र शर्मा और कोषाध्यक्ष पद पर एम.सी. भारद्वाज ने शपथ ग्रहण की। इसके अलावा कार्यकारिणी सदस्य के रूप में देवेंद्र कुमार, सुरेंद्र महाजन, दीपाली पसारी, शेखर शर्मा और सुशांत भल ने भी शपथ ली।

इस अवसर पर सभी पदाधिकारियों ने सेक्टरवासियों की समस्याओं के समाधान के लिए प्रतिबद्धता जताई। उन्होंने आश्वासन दिया कि सेक्टर-34 के विकास और सुविधाओं में सुधार के लिए सभी नागरिकों को साथ लेकर काम किया जाएगा और हर सुझाव पर गंभीरता से विचार किया जाएगा।

समारोह में पूर्व केंद्रीय मंत्री एवं सांसद डॉ. महेश शर्मा मुख्य अतिथि के रूप में उपस्थित रहे। इसके अलावा, शहर के गणमान्य व्यक्तियों में कै. विकास गुप्ता, पूर्व राज्य मंत्री नवाब सिंह नागर, पीएनबी सर्कल हेड दीपक गुप्ता, फ़ोनरवा अध्यक्ष योगेंद्र शर्मा, एनईए अध्यक्ष चौ. राजकुमार सिंह और डीडीआरडब्ल्यूए अध्यक्ष एन.पी. सिंह सहित अन्य सेक्टरवासी भी शामिल हुए। इस दौरान सोसाइटी के सभी निवासियों ने नवनिर्वाचित कार्यकारिणी को बधाई दी और उनके सफल कार्यकाल की शुभकामनाएं दीं।

महाशिवरात्रि से पहले महाकुंभ में भीषण जाम

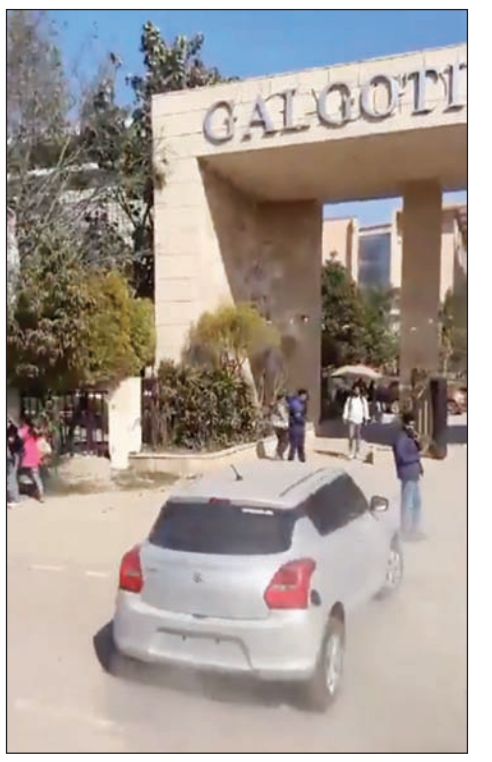
प्रयागराज (एजेंसी)। महाकुंभ 26 फरवरी को महाशिवरात्रि स्नान पर्व के साथ संपन्न हो जाएगा। महाशिवरात्रि के पहले लोगों का सामना महाजाम से हुआ। श्रद्धालुओं की भारी भीड़ उमड़ने से मेला क्षेत्र ही नहीं प्रयागराज को जोड़ने वाले सभी प्रमुख मार्गों सहित शहर और ग्रामीण इलाकों में भी जाम से हाल बेहाल रहा। मेला में जहां सिर्फ भीड़ ही भीड़ दिखी, तो वहीं बाहर सड़कों पर वाहनों की कतारें लगी रहीं।

महाशिवरात्रि से पहले गैर प्रांतों के साथ ही आसपास के जिले के लोगों की भी भीड़ बढ़ने लगी है। मेला व शहर में अपार भीड़ की वजह से यातायात व्यवस्था ध्वस्त हो गई। शहर के इंट्री प्वाइंट पर ही वाहनों को बैरिकेडिंग लगाकर रोकने के बावजूद सड़कों पर वाहनों का रेला रहा। श्रद्धालुओं को मेला में आने के लिए कई किमी तक की दूरी पैदल तय करनी पड़ रही है। प्रयागराज प्रवेश करने वाले वाराणसी, मिर्जापुर, जौनपुर, कौशाम्बी, प्रतापगढ़, रीवा-चित्रकूट, कानपुर, लखनऊ मार्गों पर वाहनों की लंबी कतारें लगी रहीं। वहीं शहर के अलोपीबाग चुंगी, शास्त्री ब्रिज, नैनी नया पुल, प्रयागराज जंक्शन और नैनी व झूंसी रेलवे स्टेशन मार्ग के अलावा बालसन चौराहा, मेडिकल कॉलेज मार्ग, सीएमपी डिग्री कॉलेज मार्ग, लेप्रोसी चौराहा, बांगड़ धर्मशाला, बैरहना चौराहे पर जाम के कारण पैदल निकलना मुश्किल हो रहा था।

भीषण जाम की वजह श्रद्धालु व शहरवासी ही नहीं, गंभीर मरीजों को भी परेशानी उठानी पड़ी। बांगड़ धर्मशाला के पास शनिवार की दोपहर जाम में एंबुलेंस घंटों फंसी रही। जाम इस कदर रहा कि वाहनों को आगे-पीछे तक करने को जगह नहीं बची थी। मरीज के परिजनों के विनती के बावजूद ट्रैफिक पुलिस बेबस नजर आई।

मिर्जापुर-प्रयागराज और बीपी-प्रतापपुर राजमार्ग पर श्रद्धालुओं के वाहनों का तांता लगा रहा।

गलगोटिया यूनिवर्सिटी में बिना नंबर प्लेट गाड़ी से स्टंट, वीडियो वायरल



ग्रेटर नोएडा (चेतना मंच)। दनकौर कोतवाली क्षेत्र स्थित गलगोटिया यूनिवर्सिटी के पास काले शीशों और बिना नंबर प्लेट वाली गाड़ी से स्टंट करते हुए एक वीडियो सोशल मीडिया पर वायरल हो रहा है। वीडियो में तेज रफ्तार वाहन को खतरनाक तरीके से चलते हुए देखा जा सकता है, जिससे सड़क पर चलने वाले अन्य लोगों की सुरक्षा को खतरा हो सकता था।

वीडियो वायरल होने के बाद स्थानीय लोगों ने इस पर कड़ी नाराजगी जताई और प्रशासन से कार्रवाई की मांग की। वहीं, पुलिस ने मामले को संज्ञान में लेते हुए गाड़ी और संबंधित व्यक्तियों की पहचान करने की प्रक्रिया शुरू कर दी है। पुलिस अधिकारियों का कहना है कि सार्वजनिक स्थानों पर इस तरह के स्टंट सख्त नियमों का उल्लंघन हैं, और दोषियों पर उचित कार्रवाई की जाएगी।

नोएडा पुष्प प्रदर्शनी में उमड़ी एक लाख से अधिक की भीड़

नोएडा (चेतना मंच)। शिवालिक पार्क में आयोजित चार दिवसीय 37वीं वार्षिक नोएडा पुष्प प्रदर्शनी के तीसरे दिन एक लाख से अधिक लोगों ने मेले का आनंद लिया।

प्रदर्शनी में लगे विभिन्न खाने-पीने के स्टॉल, पेड़-पौधों की दुकानें और बच्चों के खिलौनों की दुकानें आकर्षण का केंद्र रहीं। बच्चों ने किड्स ज़ोन में झूलों का खूब आनंद लिया। मुख्य आकर्षण में विभिन्न प्रजातियों के फूलों से तैयार की गई कलाकृतियाँ शामिल हैं, जिनमें काशी विश्वनाथ मंदिर, कलश, शंख-चक्र, कैप्सिकम घर, कप-कैटली, हंस और मिकी माउस जैसी अनोखी रचनाएँ लोगों का ध्यान आकर्षित कर रही हैं। प्रदर्शनी में उमड़ी भारी भीड़ ने आयोजन की लोकप्रियता को और बढ़ा दिया है।

RADIANT ACADEMY
(AFFILIATED TO CBSE)
B-180, sector-55, noida Ph: 120-4314312/ 6514636
Mob. : 9350251631/ 9674710772 E-mail: radiantacademynoida@yahoo.com
RADIANT ACADEMY
(J.H.S.) (AFFILIATED TO CBSE)
Sorkha, Sector- 115, noida on Fng Ph: 120- 6495106,
Mob. : 9873314814/ 9674710772 E-mail: radiantacademysorkha@yahoo.com
Let your child Explore the world with us in a Secure Environment!
We are a Co-Educational Medium Senior Secondary School imparting quality education since the last 20 years.
FROM ADMISSION OPEN NURSERY TO CLASS XI Transport Facility Available
FACILITIES AVAILABLE AT SCHOOL : ●Highly Qualified And Trained Faculty well Quipped Labs ●CCTV Controlled Environment ●Activity Based Learning ● Well Equipped Library ●GPS Enable Buses

(हम भीड़ मे दौड़ना नहीं जीतना सिखाते हैं)

कोड 0910011910
सरस्वती ग्लोबल स्कूल
सेक्टर-22, नोएडा 8750611103
*फीस ना के बराबर *नि:शुल्क एडमिशन फीस
केवल 10 महीने की मासिक फीस

शिक्षा की अलख

बड़े संकल्पों से निकले उम्मीद के पथ आखिर शिक्षा के हिस्से में आए और 67 शिक्षक सिंगापुर निकल पड़े। इससे पहले कुछ छात्र इन्हीं राहों से होकर लौटे, तो इस सफर की कहानी में शिक्षा एक बड़ा पात्र होगी। बेशक आंखें खोलने के लिए विदेश के भ्रमण एक ताज की तरह होंगे, लेकिन किसी चांदनी को तोडकर लाने के लिए यह कारवां छोटा है। आखिर हम शिक्षा से बतौर शिक्षक, बतौर अभिभावक, बतौर समाज और बतौर छात्र चाहते क्या हैं। जो बच्चों को चाहिए, उससे कब पूछा गया। जो मां-बाप को चाहिए, उससे स्कूलों का वर्गीकरण हो गया और जो शिक्षा को चाहिए, उसके भीतर रोजगार घुस गया। कोई टीचर इसलिए है क्योंकि वहां रोजगार के अत्यधिक अवसर मिले। हम ढंग से पाठ्यक्रम और पाठ्यक्रम के बीच ढंग से अध्ययन का माहौल नहीं दे सकते, लेकिन बच्चों को तोता बना सकते है। हैरानी यह कि शिक्षा में सफलता के फार्मूले अब बाजार में बिकते हैं। ले लो कोई दुकान चलाकर बता रहा है कि उसकी अकादमी से सीधे निकल कर डाक्टर बनोगे और कोई आईआईटी तक ले जा रहा है। जब ये अध्यापक सिंगापुर से लौटेंगे, तब भी हिमाचल शिक्षा बोर्ड के वार्षिक प्रश्नपत्र पर वास्तविक मूल्यांकन का खतरा मंडरा रहा होगा और तब भी शिक्षा की खोज में कोई बच्चा सीबीएसई या आईसीएसई स्कूल के बाहर अपना प्रवेश पा रहा होगा। शिक्षा के भीतर देशीपन है कहां जो हम विदेशी फार्मूलों में अपना सपना पूरा करेंगे। अंततः सारा हिमाचल तो शिमला की विभागीय कसरतों में शिक्षा विभाग का दस्तूर देखता है, जिसकी कसौटियों में अभी तक यह भी तय नहीं कि पूरे हिमाचल के स्कूल कब छुट्टियां मनाएं और कब खेल का मैदान सजाएं। शिक्षा विभाग तो माथापच्ची का पाठ्यक्रम है और आजादी के बाद से शिक्षा सिर्फ अलग-अलग आयोगों की दासी बनी रही। अब पुनः नई शिक्षा नीति आजमाई जा रही है और जहां मातृ या क्षेत्रीय भाषा के सिंदूर में ज्ञान का टीका लगाने की उत्कंठा जाहिर है। हो सकता है पंजाबी भाषा में पंजाब के बच्चे ज्यादा समझ जाएं या गुजराती भाषा में भविष्य का अर्थ निकल आए, लेकिन हिमाचल के पास तो कोई हिमाचली भाषा नहीं। ऐसी कोशिश नहीं कि एकलव्य को संबोधित करने के लिए पूरा परिवेश अपनी मातृभाषा में बोले और अनुगूंज शाबाशी दे। बहरहाल, सिंगापुर जा रहे शिक्षकों को कम से कम व्यवस्था से शाबाशी तो मिल ही रही है। यह एक सौगात की तरह, पुरस्कार की तरह और इत्मीनान की तरह अगर सिद्ध हो तो शायद हमारे स्कूल फिर से सांस ले सकते हैं वरना पढ़ाई का जादुई आंकड़ा सरकारी परिसरों में घट रहा है। स्कूलों से कहीं अधिक सचिवालय में अध्यापकों को अपना परिचय देना पड़ता है। उनकी सरकारी सेवा की वरीयता शिक्षण से कहीं अधिक स्वयं को मनपसंद की पोस्टिंग में स्थापित बनाए रखना है। अगर कल कांगड़ा निवासी शिक्षक शिमला और सिरमौर के बच्चों के अध्ययन का चरित्र बदलता है, तो बात बनेगी, वरना विदेश यात्रा में तमगे का एहसास शिरकत करने लगेगा। आज ये गए, तो कल वे जाने का तिकड़म बैठाएंगे और इस तरह कारवां पहले स्थानांतरण में सुविधा खोजता था, तो आइंदा विदेश भ्रमण में खुद को तराशता रहेगा। दरअसल शिक्षा में शिक्षक की संवेदना का प्रभाव बच्चों की दृष्टि, उपलब्धि का तापमान और ज्ञान की परिभाषा बदल सकता है। पाठ्यक्रम के फैलते दायरे और परीक्षा परिणामों की योग्यता में सफलता के नुस्खे इतने प्रभावशाली हो गए हैं कि छात्र सिर्फ कठपुतली हैं। कुछ कठपुतिलयां इन धागों में खुद को बेहतर बना लेती हैं, बाकी उलझ जाती हैं। छात्रों की उलझन, छात्रों की शिकायत और शिक्षा की वकालत, आखिर कब कहने और सुनने का अवसर मिलेगा। बेशक सरकारी क्षेत्र में अच्छे व गुणी अध्यापक होते हैं, लेकिन शिक्षा की गुणवत्ता में उनका योगदान दर्ज नहीं होता। पूरी शिक्षा को बदलना है तो अभिभावकों का भ्रमण सरकारी स्कूल में कराएं। हर सरकारी स्कूल नए शिक्षा सत्र से पहले अपने प्रभाव क्षेत्र के अभिभावकों को आमंत्रित करके साबित करे कि उसका संस्थान किस तरह बेहतर है, वहां शिक्षा की गारंटी में बच्चों का व्यक्तित्व व क्षितिज है कहां तक। स्कूलों का आदर्शवाद क्यों क्षीण हो गया। कभी शिक्षक के हर पहलू में छात्र आदर्श पाते थे। उनकी अभिव्यक्ति का अंदाज, भाषा का प्रवाह और शैक्षणिक मूल्यों का आदान-प्रदान रोशन होता था, तो आज वह केवल हाजिरी का रजिस्टर और परीक्षा परिणामों का हस्ताक्षर क्यों बन गया। समाज में शिक्षक की बेहतर भूमिका को तराशने के लिए सारा माहौल बदलना होगा। सिंगापुर केवल स्कूल के प्रांगण में नहीं व्यवस्था के प्रांगण में अनुशासित है, हम शायद बिलकुल नहीं।

रामचरित मानस

कल के अंक में आपने पढ़ा था कि उसी यश को गा-गाकर भक्तजन भवसागर से तर जाते हैं। कृपासागर भगवान भक्तों के हित के लिए शरीर धारण करते हैं। श्री रामचन्द्रजी के जन्म लेने के अनेक कारण हैं, जो एक से एक बढ़कर विचित्र हैं॥ उससे आगे का वर्णन क्रमानुसार प्रस्तुत है।

जनम एक दुइ कहउँ बखानी। सावधान सुनु सुमति भवानी॥
द्वारपाल हरि के प्रिय दोऊ। जय अरु बिजय जान सब कोऊ॥

हे सुंदर बुद्धि वाली भवानी! मैं उनके दो-एक जन्मों का विस्तार से वर्णन करता हूँ, तुम सावधान होकर सुनो। श्री हरि के जय और विजय दो प्यारे द्वारपाल हैं, जिनको सब कोई जानते हैं॥

बिप्र श्राप तें दूनउ भाई। तामस असुर देह तिन्ह पाई॥
कनककसिपु अरु हाटकलोचन। जगत बिदित सुरपति मद मोचन॥

उन दोनों भाइयों ने ब्राह्मण (सनकादि) के शाप से असुरों का तामसी शरीर पाया। एक का नाम था हिरण्यकशिपु और दूसरे का हिरण्याक्ष। ये देवराज इन्द्र के गर्व को छुड़ाने वाले सारे जगत में प्रसिद्ध हुए॥

बिजई समर बीर बिख्याता। धरि बराह बपु एक निपाता॥
होइ नरहरि दूसर पुनि मारा। जन प्रहलाद सुजस बिस्तारा॥

वे युद्ध में विजय पाने वाले विख्यात वीर थे। इनमें से एक (हिरण्याक्ष) को भगवान ने वराह (सूअर) का शरीर धारण करके मारा, फिर दूसरे (हिरण्यकशिपु) का नरसिंह रूप धारण करके वध किया और अपने भक्त प्रह्लाद का सुंदर यश फैलाया॥

(क्रमशः...)

नेताओं-नौकरशाहों की जिम्मेदारी के बगैर भ्रष्टाचार को मिटाना असंभव

प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी ने संसद में कहा था कि भ्रष्टाचार के खिलाफ कड़ी कार्रवाई करने के लिए एजेंसियों को खुली छूट दे दी है और इसमें सरकार का कोई हस्तक्षेप नहीं होगा। प्रधानमंत्री मोदी ने कहा कि भ्रष्टाचार एक दीमक है जिसने देश को खोखला कर दिया है और वह देश को इस बुराई से मुक्त करने के लिए पूरे मनोयोग से काम कर रहे हैं। प्रधानमंत्री मोदी के इस दृढ़निश्चय के बावजूद भारत में भ्रष्टाचार कैंसर की तरह फैलता जा रहा है। केंद्र की भाजपा सरकार हो या राज्यों में विपक्षी दलों की सरकारें, सभी भ्रष्टाचार के विरुद्ध बड़े दावे-वादे करती रहीं हैं, किन्तु यह समस्या सुरसा के मुंह की तरह विकराल होती जा रही है। करप्शन परसेप्शन इंडेक्स-2024 की भ्रष्टाचार की सूची वाले देशों में भारत 96वें पायदान पर पहुंच गया है। साल 2023 में भारत की रैंक 93 थी।

भारत इस सूची मे पड़ौसी देशों की ज्यादा बुरी हालत पर कुछ राहत महसूस कर सकता है। भ्रष्टाचार की इस सूची में भारत के पड़ोसी देशों में पाकिस्तान 135 नंबर पर और श्रीलंका 121 पर हैं, जबकि बांग्लादेश की रैंकिंग और भी नीचे 149 पर चली गई है। इस लिस्ट में चीन 76वें स्थान पर है। डेनमार्क सबसे कम भ्रष्ट राष्ट्र होने की सूची में सबसे ऊपर है, उसके बाद फिनलैंड और सिंगापुर हैं। 1995 से 2024 तक भारत में भ्रष्टाचार की औसत दर 78.03 रही, जो 2024 में 96.00 के उच्चतम स्तर पर पहुंच गई और 1995 में 35.00 के रिकॉर्ड निम्नतम स्तर पर पहुंच गई थी।

भ्रष्टाचार धारणा सूचकांक यानी सीपीआई दुनिया में सबसे व्यापक रूप से इस्तेमाल की जाने वाली वैश्विक भ्रष्टाचार रैंकिंग है। यह मापता है कि विशेषज्ञों और व्यवसायियों के अनुसार प्रत्येक देश का सार्वजनिक क्षेत्र कितना भ्रष्ट है। प्रत्येक देश का स्कोर 13 विभिन्न भ्रष्टाचार सर्वेक्षणों और आकलनों से प्राप्त कम से कम 3 डेटा स्रोतों लिया जाता है। ये सोर्स विश्व बैंक और विश्व आर्थिक मंच सहित विभिन्न प्रतिष्ठित संस्थानों द्वारा एकत्र किए जाते हैं। सीपीआई की गणना करने की प्रक्रिया की नियमित रूप से समीक्षा की जाती है ताकि यह सुनिश्चित किया जा सके कि जारी की जाने वाली सूची यथासंभव मजबूत और सुसंगत है या नहीं। भारत में विदेशी निवेश अपेक्षाकृत नहीं आने का एक प्रमुख कारण भ्रष्टाचार है। भ्रष्टाचार के कारण भारत की अंतरराष्ट्रीय साख कमजोर है। विदेशी कंपनियां यहां निवेश करने से कतराती हैं। देश के उद्योगपति और लघु व मध्यम व्यवसायी इसकी मार से बच नहीं सके हैं। भारत एक तरफ वैश्विक ताकत बनने की दिशा में अग्रसर है, वहीं दूसरी तरफ भ्रष्टाचार की जंजीर इसके बढ़ते कदम को रोक रही है। ऐसा

भारत इस सूची मे पड़ौसी देशों की ज्यादा बुरी हालत पर कुछ राहत महसूस कर सकता है। भ्रष्टाचार की इस सूची में भारत के पड़ोसी देशों में पाकिस्तान 135 नंबर पर और श्रीलंका 121 पर हैं, जबकि बांग्लादेश की रैंकिंग और भी नीचे 149 पर चली गई है।

देश का शायद ही कोई चुनाव होगा जिसमें प्रधानमंत्री मोदी भ्रष्टाचार का जिक्र नहीं किया हो। मोदी ने लोकसभा और राज्यों की विधानसभाओं के चुनाव के दौरान भ्रष्टाचार पर प्रहार करने में कसर बाकी नहीं रखी। संसद में दिए गए भाषण में उन्होंने कहा था कि मेरे लिए भ्रष्टाचार के खिलाफ लड़ाई चुनावी जीत या हार के पैमाने पर नहीं है। मैं चुनाव जीतने या हारने के लिए भ्रष्टाचार से नहीं लड़ रहा हूं। यह मेरा मिशन है, मेरा विश्वास है। मेरा मानना है कि भ्रष्टाचार एक ऐसा दीमक है जिसने देश को खोखला कर दिया है। मैं इस देश को भ्रष्टाचार से मुक्त करने और आम लोगों के मन में भ्रष्टाचार के खिलाफ नफरत पैदा करने के लिए पूरे दिल से काम कर रहा हूं।

प्रधानमंत्री के देश से पूरी तरह भ्रष्टाचार के खात्मे के प्रति प्रतिज्ञा लेने के बावजूद यदि यह संक्रामक रोग की तरह बढ़ता ही जा रहा है तो इसके लिए ज्यादातर राजनीतिक दल जिम्मेदार हैं। क्षेत्रीय दलों की हालत यह है कि उनका एकमात्र मकसद किसी भी हालत में सत्ता में बने रहना है। इसके लिए बेशक भ्रष्टाचार से किसी भी हद तक समझौता क्यों न करना पड़े। यही वजह रही है कि इंडिया गठबंधन लगातार चुनावों में शिकस्त खाता रहा है।

आश्चर्य यह है कि लोकसभा चुनावों और राज्यों के विधानसभा चुनावों में करारी हार के बावजूद विपक्षी दलों ने भ्रष्टाचार को कभी भी प्रमुख चुनावी मुद्दा नहीं बनाया। भ्रष्टाचार को लेकर हालात ये हैं कि जैसे ही कोई भी विपक्षी दल भ्रष्टाचार का जिक्र करता है, तत्काल सत्तारुढ़ दल न सिर्फ उसके बचाव में उतर आता है बल्कि विपक्षी दल के कारनामे गिनाने लगता है। यही वजह है कि क्षेत्रीय दल अपने राज्यों में मनमानी करने पर आमदा हैं। यदि केंद्रीय जांच ब्यूरो और प्रवर्तन निदेशालय कोई कार्रवाई करता है तो राज्य के सत्तारुढ़ दल इसे बदले की कार्रवाई करार देने लगते हैं। इसका उदाहरण पश्चिमी बंगाल की ममता बनर्जी सरकार, तमिलनाडु की स्टालिन सरकार और कर्नाटक की सिद्धरमैया की सरकार है। इतना ही नहीं राजनीतिक दलों का भरसक प्रयास होता है कि अदालतों में चल रहे भ्रष्टाचार के मामलों को भी प्रभावित किया जाए।

गौरतलब है कि सीनियर वकील हरीश साल्वे सहित देश के 600 से ज्यादा वकीलों ने सुप्रीम कोर्ट के तत्कालीन मुख्य न्यायाधीश डीवाई चंद्रचूड़ को पत्र लिखकर न्यायपालिका पर सवाल उठाने को लेकर चिंता जाहिर की थी। सीजेआई को लिखी चिट्ठी में वकीलों ने कहा था कि ये समूह न्यायिक फैसलों को प्रभावित करने के लिए दबाव की रणनीति अपना रहा है, और ऐसा खासकर सियासी हस्तियों और भ्रष्टाचार के आरोपों से जुड़े मामलों में हो रहा है। चिट्ठी में कहा गया है कि ये समूह ऐसे बयान देते हैं जो सही नहीं होते हैं और ये राजनीतिक लाभ के लिए ऐसा करते हैं। अपनी चिट्ठी में वकीलों ने ऐसे कई तरीकों पर प्रकाश डाला है, जिनमें न्यायपालिका के तथाकथित %स्वर्ण युग% के बारे में झूठी कहानियों का प्रचार भी शामिल है। न्यायपालिका तक को प्रभावित करने के प्रयासों से अंदाजा लगाया जा सकता है कि भारत में भ्रष्टाचार किस हद तक व्याप्त है। देश की भ्रष्टाचार में रैंकिग बेशक बढ़ रही हो, इसके बावजूद विगत चुनावों में भाजपा अकेली पार्टी रही, जिसने भ्रष्टाचार के खात्मे की बात कही। अन्य दल तो इस मुद्दे पर चर्चा करने तक से कतराते हैं। विपक्षी दलों ने केंद्र के सत्तारुढ दल को भ्रष्टाचार में लपेटने की कई बार नाकाम कोशिश की है, चाहे वह मुद्दा युद्धक विमान राफेल की खरीद का हो या अडानी ग्रुप से जुड़ा हुआ हो। विपक्षी दल सुप्रीम कोर्ट तक में भ्रष्टाचार के मामले को ले गए पर इसे साबित नहीं कर पाए। ऐसा भी नहीं है कि भाजपा भ्रष्टाचार को लेकर दूध की धुली है। भाजपा का दामन थामने वाले विपक्षी दलों के नेताओं के ऐसे मामलों को नजरांदाज किया जाता रहा है। इसके अलावा केंद्र में भाजपा अकेले अपने बलबूते सत्ता में नहीं है, ऐसे में गठबंधन के सहयोगी दलों पर लगे भ्रष्टाचार के आरोपों से मुंह फेरे रहती है। यही वजह रही है कि केंद्रीय जांच ब्यूरो और प्रवर्तन निदेशालय की तरफ से इन सहयोगी दलों के खिलाफ एक भी कार्रवाई नहीं की गई।

कोई भी एजेंसी जब किसी राज्य या विभाग में भ्रष्टाचार का मामला पकड़ती है तब इस गुनाह पर पर्दा डालने के लिए यही दलील दी जाती रही है कि भ्रष्टाचार को मिटाना है। इसके बावजूद एक के बाद एक भ्रष्टाचार के मामले सामने आते रहते हैं, पर कोई राजनीतिक दल यह दावा नहीं करता कि उनके शासित राज्य से भ्रष्टाचार पूरी तरह समाप्त हो चुका है। राज्य तो दूर की बात है कि बल्कि किसी दल में इतना भी साहस नहीं है कि यह कह सके कि कोई एक विभाग पूरी तरह भ्रष्टाचार से मुक्त है। फिर विभाग चाहे केंद्र सरकार के हों या राज्यों के। यह निश्चित है कि भ्रष्टाचार इस देश से तब तक नहीं मिटेगा जब तक नेताओं की कथनी और करनी में अंतर रहेगा। नेताओं के साथ नौकरशाहों की भी जिम्मेदारी तय किए बगैर भ्रष्टाचार को जड़ से उखाडना असंभव है।

योगेंद्र योगी

मोबाइल-ए-मोहब्बत (व्यंग्य)

गाँव में दीनानाथ की चर्चा हर जगह थी, और इसका कारण था उनका एक अनोखा प्यार—मोबाइल फोन! उनकी पत्नी, ममता, अब इस मोहब्बत से तंग आ चुकी थी। एक दिन उसने ठान लिया, 'बस करो, दीनानाथ! यह मोबाइल तुम्हें क्या दे रहा है? क्या तुम्हें मेरी बातों में कोई दिलचस्पी नहीं?' ममता ने दीनानाथ से विदुषी की तरह कहा, जैसे वो कोई महान विचारक हों।

दीनानाथ ने मोबाइल से आँखें हटाकर पत्नी की ओर देखा और बोले, 'तुम क्या समझती हो, ममता? तुम्हारा प्यार क्या मेरी तृप्ति कर सकता है? ये मोबाइल तो मुझे दुनिया के सारे ज्ञान और मनोरंजन का दरवाजा खोलता है! तुम समझ नहीं रही हो!'

ममता ने सोचा, 'वाह, मेरे पति तो ज्ञान के समुंदर में तैर रहे हैं। शायद यह समझाने का सही समय है!' उसने कहा, 'क्या तुम्हें याद है, जब हम गाँव के मेले में घूमते थे? उस समय तुम मुझसे बातें करते थे, हँसते थे। अब तुम तो बस अपने फोन में ही खोए रहते हो।'

दीनानाथ की समझ में नहीं आ रहा था, 'क्या मेरी पत्नी मुझसे ज़्यादा स्मार्ट है? ये तो अकल्पनीय है!' इसलिए उन्होंने जवाब दिया, 'लेकिन मोबाइल फोन ने मुझे असीमित ज्ञान और मनोरंजन दिया है। तुम अपनी पुरानी बातों में उलझी हुई हो।'

अब दीनानाथ का गुस्सा भड़क गया। उन्होंने मोबाइल को ज़ोर से फेंका, जैसे वो किसी दुश्मन को मारने के लिए तैयार हों। 'तुमने मेरा मोबाइल छुआ! यह मेरा अस्तित्व है!' उन्होंने गुस्से में चिल्लाते हुए कहा।

जैसे ही मोबाइल हवा में उड़ा, दीनानाथ ने सोचा, 'अब ममता का मन बदल जाएगा।' लेकिन ममता ने तो मोबाइल को पकड़ लिया और कहा, 'अब यह तुम्हारा नहीं रहा! तुमने इसे मुझसे छीनने की कोशिश की, तो अब मैं इसे अपने पास रखूँगी!'

दीनानाथ की आँखें आश्चर्य से फैल गईं। 'क्या मेरी पत्नी ने इतनी हिम्मत की?' लेकिन गाँव में उस रात एक अजीब घटना हुई। ममता ने मोबाइल उठाया और देखा उसमें एक संदेश आया- 'आपका पति दीनानाथ अब मोक्ष की ओर बढ़ चुके हैं।' यह पढ़कर ममता के पैरों तले ज़मीन खिसक गई। 'क्या? वह क्या कर रहे हैं?'

ममता ने गाँव वालों को बुलाया, और सबने पूछा, 'क्या हुआ, ममता?' ममता ने कहा, 'दीनानाथ तो मोबाइल से लड़ रहे हैं!' आँसू उनकी आँखों में थे।

गाँव के मुखिया ने कहा, 'हमारे बीच एक मोबाइल की लड़ाई हो रही है, और यह निंदनीय है!' सभी ने सहमति जताई, 'हमें इसे समाप्त करना होगा!' और अगले दिन गाँव के सभी लोग एकत्र हुए।

ममता ने सोचा, 'वाह, मेरे पति तो ज्ञान के समुंदर में तैर रहे हैं। शायद यह समझाने का सही समय है!' उसने कहा, 'क्या तुम्हें याद है, जब हम गाँव के मेले में घूमते थे? उस समय तुम मुझसे बातें करते थे, हँसते थे। अब तुम तो बस अपने फोन में ही खोए रहते हो।'

दीनानाथ ने यह सब सुना और सोचा, 'क्या मैं सच में इतना बड़ा मूर्ख हूँ? क्या यह मोबाइल मुझसे ज़िंदगी की मिठास छीन रहा है?' तभी गाँव के बुजुर्ग, हरिशंकर बाबा, ने दीनानाथ को बुलाया। 'बेटा, क्या तुम समझते हो कि यह मोबाइल तुम्हारे लिए क्या है?'

दीनानाथ ने कहा, 'यह मेरी जिंदगी है, बाबा!' हरिशंकर बाबा ने कहा, 'और क्या तुम जानते हो, बेटा, कि जीवन का असली सुख क्या है?' दीनानाथ चुप रहे।

'जीवन का असली सुख तो परिवार में है, मित्रता में है, और प्यार में है। यह मोबाइल केवल तुम्हें दिखाता है, लेकिन यह तुम्हें महसूस नहीं कराता। क्या तुम्हें याद है, जब तुमने ममता को शादी के समय एक फूल दिया था?' दीनानाथ की आँखों में आँसू आ गए।

'हाँ, बाबा, मुझे याद है।'

हरिशंकर बाबा ने फिर कहा, 'तो बेटा, क्या तुम अब भी अपने मोबाइल की बजाय उस प्यार को चुनोगे?' गाँव में सभी की आँखों में आँसू थे।

दीनानाथ ने फैसला किया कि वह मोबाइल को छोड़ देगा। लेकिन उसे यह नहीं पता था कि ममता ने उसे छोड़ने का फैसला कर लिया था। दीनानाथ ने अपने पुराने प्यार को वापस पाने का फैसला किया, लेकिन अब ममता ने कहा, 'मुझे लगता है, तुम्हारी भक्ति का समय खत्म हो गया है। मैं अब तुम्हें नहीं चाहती।'

यह सुनकर दीनानाथ का दिल टूट गया। गाँव में सबके सामने उनकी इस स्थिति ने सभी को हँसने के बजाय रुला दिया। अब यह किस्सा एक मजेदार कहानी बन गया—कैसे दीनानाथ अपने मोबाइल के लिए अपनी पत्नी को खो बैठे।

इस प्रकार, योगेंद्र गिरी की मठिया में एक नई कहानी गूंजने लगी। यह कहानी केवल एक मोबाइल फोन के लिए संघर्ष की नहीं थी, बल्कि यह एक जीवन के मूल्य को समझने की थी।

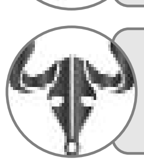
अब जब लोग गाँव में मिलते हैं, तो दीनानाथ की कहानी सुनाते हैं, और हर बार सुनाते समय उनकी आँखों में आँसू आ जाते हैं। इसलिए, प्रिय पाठकों, जब आप अगली बार अपने मोबाइल के साथ वक्त बिताने का मन बनाते हैं, तो याद रखिए, जीवन का असली सुख उस प्रेम और रिश्तों में है जो आपके आसपास हैं। क्योंकि मोबाइल को छोड़कर भी, आप अपने जीवन को पूरी तरह से जी सकते हैं।

- डॉ. सुरेश कुमार मिश्रा 'उरतृप्त', (हिंदी अकादमी, मुंबई से सम्मानित नवयुवा व्यंग्यकार)

राशिफल

फाल्गुन कृष्ण पक्ष दशमी | **(विक्रम संवत् 2081)**

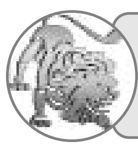
मेष- (चू, चे, चो, ला, ली, लू, ले, लो, अ)
अज्ञात भय सताएगा। सर दर्द, नेत्र पीड़ा संभव है। सर दर्द और नेत्र पीड़ा के कारण मन व्याकुल रहेगा।



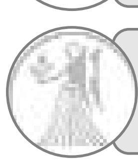
वृष- (ई, उ, ए, ओ, वा, वी, वू, वे , वो)
आय में उतार-चढ़ाव बना रहेगा। मन अस्थिर रहेगा। यात्रा में कष्ट संभव है। बाकी प्रेम, संतान, व्यापार सही रहेगा।

मिथुन- (का, की, कु, घ, ड , छ, के, हो, हा)
व्यावसायिक उतार-चढ़ाव बना रहेगा। कोर्ट-कचहरी में हार का सामना करना पड़ सकता है।

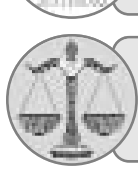
कर्क- (ही, हू, हे, हो, डा, डी, डू, डे, डा)
भाग्य में भरोसा करके कोई काम नहीं कर सकते हैं। थोड़ा सा बदनामी या अपयश मिल सकता है।



सिंह- (मा, मी, मु, मे, मो, टा, टी, टु, टे)
परिस्थितियां प्रतिकूल हैं। कोई रिस्क न लें। चोट-चपेट लग सकती है। किसी परेशानी में पड़ सकते हैं।

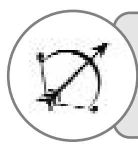


कन्या- (टो, पा, पी, पू, ष, ण, ठ, पे, पो)
जीवनसाथी के साथ और स्वास्थ्य पर ध्यान रखें। नौकरी-चाकरी की स्थिति मध्यम रहेगी।



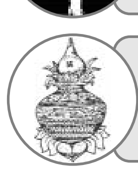
तुला- (रा, री, रु, रे, रो, ता, ती, तू, त)
डिस्टर्बिंग टाइम लेकिन जीत आपकी सुनश्चित है। कार्यों में अवरोध आएगा लेकिन संपन्न हो जाएगा।

वृश्चिक- (तो, ना, नी, नु, ने, नो, या, यी, यू)
मानसिक दबाव बना रहेगा। अवसादग्रस्त स्थिति रहेगी। महत्वपूर्ण निर्णय अभी रोक दें। बच्चों की सेहत पर ध्यान दें



धनु- (ये, यो, भा, भी, भू, धा, फा, ढा, भे)
गृह कलह के संकेत हैं। कुछ बड़ी कलह हो सकती है। ध्यान रखिएगा। शांत होकर चीजों को निपटाएं।

मकर- (भो,जा,जी,जू,जे,जो,खा,खी,खू,खे,गा,गी)
पराक्रम अभी बहुत रिजल्ट नहीं देगा। नाक, कान, गला की परेशानी हो सकती है। प्रेम, संतान अच्छा है।



कुम्भ- (गू, गे, गो, सा, सी, सु, से, षो, द)
पूंजी का निवेश न करें। जुआ, सट्टा, लॉटरी में पैसा न लगाएं। धन हानि के संकेत हैं। मुख रोग के शिकार हो सकते हैं।

मीन- (दी, दु, झ, ध, दे, दो, च, चा, चि)
आपको जल्द शुभ समाचार मिलेगा। अपने आराध्य देव की स्तुति करें। उत्तम समय चल रहा है।

मिहिरभोज पीजी कॉलेज के वार्षिक उत्सव में हुआ भव्य समारोह

नवनिर्मित आरसीसी रोड एवं प्रतीक्षालय का उद्घाटन

दादरी (चेतना मंच)। मिहिरभोज पीजी कॉलेज में आयोजित वार्षिक उत्सव के अवसर पर सांसद डॉ. महेश शर्मा और दादरी विधायक तेजपाल नागर ने शिरकत की। कार्यक्रम के दौरान नवनिर्मित आरसीसी रोड एवं प्रतीक्षालय का उद्घाटन किया और कॉलेज के छात्रों, अभिभावकों एवं प्रबंधन को इस उपलब्धि के लिए बधाई और शुभकामनाएँ दीं।

इस अवसर पर सांसद डॉ. महेश शर्मा ने कहा कि शिक्षा संस्थानों के विकास से क्षेत्र के विद्यार्थियों को बेहतर सुविधाएँ मिलेंगी और उनके भविष्य को संवारने में मदद मिलेगी। वहीं, विधायक तेजपाल नागर ने कॉलेज में हो रहे सुधार कार्यों की सराहना की और छात्रों को कड़ी मेहनत कर क्षेत्र का नाम रोशन करने के लिए प्रेरित किया।

कार्यक्रम में विद्यार्थियों ने संस्कृतिक प्रस्तुतियाँ और विभिन्न प्रतियोगिताओं में भाग लिया, जिससे माहौल बेहद उल्लासपूर्ण रहा। विद्यालय प्रबंधन ने अतिथियों का स्वागत करते हुए उनके सहयोग के लिए आभार व्यक्त किया।

भाऊराव देवरस सरस्वती विद्या मंदिर में बैठक

नोएडा (चेतना मंच)। भाऊराव देवरस सरस्वती विद्या मंदिर, नोएडा में मेरठ प्रान्त वाणिज्य विषय की बैठक का आयोजन किया गया। बैठक में प्रदीप कुमार (प्रान्त संगठन मंत्री, मेरठ प्रान्त), विशोक (प्रदेश निरीक्षक), महेश (शैक्षिक प्रमुख), सोमगिरि गोस्वामी (प्रधानाचार्य) तथा मेरठ प्रान्त के वाणिज्य विषय के अध्यापक उपस्थित रहे।

बैठक में वाणिज्य विषय के अध्यापक ने पी0पी0टी0 के माध्यम से अपनें विषय में हो रहे कार्य को रखा।

सभी अध्यापकों को 7 समूह में बाँटा गया सभी ने वाणिज्य विषय के बारे में आगामी योजना में अपने सुझाव दिए।

बैठक के अंत में श्रीमान प्रदीप कुमार का मार्गदर्शन रहा जिसमें उन्होंने बताया की हमें बच्चों को जॉब सीकर नही जॉब देने वाला बनाना चाहिए।

चंडीगढ़ समेत हरियाणा के इन शहरों से सीधे नोएडा एयरपोर्ट के लिए मिलेगी बस

ग्रेटर नोएडा। नोएडा इंटरनेशनल एयरपोर्ट को चंडीगढ़ व हरियाणा के प्रमुख शहरों से कनेक्टिविटी के लिए बृहस्पतिवार को यमुना इंटरनेशनल एयरपोर्ट प्रा. लि. व हरियाणा रोडवेज के बीच अनुबंध पर हस्ताक्षर किया गया। एयरपोर्ट से यात्री सेवा शुरू होने पर हरियाणा रोडवेज यात्रियों की सुगम आवाजाही के लिए बस सेवा शुरू करेगा। इससे पहले यापल ने उत्तराखंड परिवहन निगम के साथ बस सेवा के लिए अनुबंध किया था। नोएडा इंटरनेशनल एयरपोर्ट से अप्रैल में यात्री सेवा की शुरुआत हो जाएगी। यात्रियों की एयरपोर्ट तक आवाजाही के लिए अभी केवल सड़क मार्ग का विकल्प ही उपलब्ध है, लेकिन गौतमबुद्ध नगर में परिवहन सेवा सीमित है। इसलिए एयरपोर्ट आने वाले विभिन्न राज्यों के यात्रियों को परिवहन की सुविधा देने के लिए विभिन्न राज्यों के परिवहन निगम के साथ अनुबंध किया जा रहे हैं। विकासकर्ता कंपनी व हरियाणा रोडवेज के बीच परिवहन सेवा के लिए बृहस्पतिवार को अनुबंध किया गया।

हरियाणा रोडवेज के अतिरिक्त निदेशक प्रदीप अहलावत ने कहा कि अनुबंध के तहत हरियाणा रोडवेज की बस सेवा नोएडा एयरपोर्ट के लिए संचालित की जाएगी। यह बस सेवा हरियाणा के प्रमुख शहरों को नोएडा एयरपोर्ट से जोड़ेगी। चंडीगढ़, पलवल, फरीदाबाद, कुरुक्षेत्र, गुरुग्राम, हिसार, नारनौल, अंबाला और पानीपत जैसे शहरों से सीधे नोएडा एयरपोर्ट को कनेक्टिविटी देगी ।इस मौके पर यापल के सीईओ क्रिस्टोफ श्नेलमैन ने कहा कि परिवहन सेवा के लिए हरियाणा रोडवेज से अनुबंध यात्रियों को सुगम व आरामदेह यात्रा का अवसर प्रदान करेगा।

ड्रीमलैंड पब्लिक स्कूल ने मनाया 11वां वार्षिकोत्सव

दादरी। ड्रीमलैंड पब्लिक स्कूल ने अपना 11वां वार्षिकोत्सव हर्षोल्लास के साथ दादरी के गांव अच्छेजा में मनाया। कार्यक्रम के मुख्य अतिथि एमएलसी श्री चंद शर्मा ने इस अवसर पर विद्यालय की जूनियर वर्ग छात्राओं की पहली फुटबॉल टीम को सम्मानित किया, जिन्होंने जिला स्तर पर प्रथम रनर-अप का स्थान प्राप्त किया है। मुख्य अतिथि श्री चंद शर्मा ने विद्यालय के मैनेजिंग डायरेक्टर अशोक कुमार शर्मा एवं प्रधानाध्यापिका श्रीमती पूजा शर्मा को ग्रामीण क्षेत्र में शिक्षा और बच्चों के बहुआयामी विकास में दिए जा रहे योगदान के लिए बधाई दी। इस मौके पर अच्छेजा के ग्रामीणों ने भी श्री चंद शर्मा का भव्य स्वागत किया और पूरे आयोजन में उत्साह का माहौल बना रहा।

पिछड़ा वर्ग समाज की उपेक्षा करने वाले अधिकारियों की अब खैर नहीं : जयप्रकाश

नोएडा (चेतना मंच)। राष्ट्रीय पिछड़ा वर्ग आयोग को नोएडा कैंप प्रभारी द्वारा पत्र लिखकर शिकायत दर्ज कराई गई है कि नोएडा प्राधिकरण और पुलिस विभाग में कुछ अधिकारी अब भी पिछड़ा वर्ग के लोगों की उपेक्षा कर रहे हैं और उनका उत्पीड़न कर रहे हैं।

भारतीय जनता पार्टी ओबीसी मोर्चा के जिला उपाध्यक्ष और राष्ट्रीय पिछड़ा वर्ग आयोग के उपाध्यक्ष एवं दर्जा प्राप्त केंद्रीय मंत्री डॉ. लोकेश प्रजापति के नोएडा कैंप प्रभारी जयप्रकाश प्रजापति ने जानकारी दी कि सरकार द्वारा जारी स्पष्ट निर्देशों के बावजूद कुछ अधिकारी पिछड़ा वर्ग की शिकायतों को गंभीरता से नहीं ले रहे हैं।

उन्होंने कहा कि बहुजन समाज पार्टी (बसपा) और समाजवादी पार्टी (सपा) की मानसिकता से प्रभावित कुछ अधिकारी अब भी पदों पर बने हुए हैं और पिछड़ा वर्ग समाज के हितों की अनदेखी कर रहे हैं, जिससे सरकार की छवि धूमिल हो रही है। ऐसे अधिकारियों पर कड़ी कार्रवाई की मांग करते हुए राष्ट्रीय पिछड़ा वर्ग आयोग के उपाध्यक्ष डॉ. लोकेश प्रजापति को पत्र भेजा गया है। केंद्र और प्रदेश सरकार के निर्देशों के अनुसार, यदि किसी अधिकारी द्वारा पिछड़ा वर्ग के लोगों की उपेक्षा की जाती है, तो उसके खिलाफ कठोर कदम उठाए जाएंगे।

डीएनडी टोल रोड पर 5 घंटे का रूट डायवर्जन

रात 12 बजे से सुबह 5 बजे तक मरम्मत कार्य

नोएडा। डीएनडी टोल रोड पर रात 12 बजे से सुबह 5 बजे तक विज्ञापन बोर्ड संबंधी मरम्मत कार्य के चलते रूट डायवर्जन लागू रहेगा। यातायात पुलिस ने यात्रियों से डायवर्जन प्लान का पालन करने की अपील की है ताकि किसी को असुविधा न हो।

डीसीपी यातायात लखन सिंह यादव ने बताया कि मरम्मत कार्य के दौरान दिल्ली की ओर जाने वाले वाहनों को परेशानी हो सकती है। इसे ध्यान में रखते हुए यातायात पुलिस ने रूट डायवर्जन प्लान तैयार किया है और आवश्यक स्थानों पर यातायात पुलिस कर्मियों की तैनाती रहेगी। महामाया फ्लाईओवर से छ्ह्ह्छ टोल जाने वाले वाहन दलित प्रेरणा स्थल से होते हुए चिल्ला बॉर्डर के जरिए गंतव्य तक जाएंगे। रजनीगंधा और सेक्टर-16 से डीएनडी होकर दिल्ली जाने वाले वाहन डीएनडी टोल से यू-टर्न लेकर चिल्ला बॉर्डर के रास्ते गंतव्य तक जाएंगे। यातायात पुलिस ने यात्रियों से रविवार रात 12 बजे से सुबह 5 बजे के बीच वैकल्पिक मार्गों का उपयोग करने और यात्रा के दौरान सतर्कता बरतने की अपील की है।

जिला प्रशासन ने 10 मॉल मालिकों को थमाया नोटिस

ग्रेटर नोएडा। हाल ही में महाकुंभ और दिल्ली रेलवे स्टेशन पर हुई भगदड़ के दौरान हुए हादसे से सबक लेते हुए जिला प्रशासन जिले के भीड़भाड़ वाले स्थानों की भीड़ प्रबंधन योजना तैयार कर रहा है। इसके लिए जिला प्रशासन ने नोएडा व ग्रेटर नोएडा में संचालित 15 मॉल संचालकों को पत्र जारी कर भीड़ प्रबंधन की योजना मांगी थी।

अभी तक प्लान नहीं देने पर 10 मॉल संचालकों को दूसरी बार नोटिस जारी कर स्पष्टीकरण मांगा गया है। जिला आपदा विशेषज्ञ ओमकार चतुर्वेदी के मुताबिक, जिले के भीड़भाड़ वाले स्थानों को चिह्नित किया जा रहा है। इसमें मॉल, सिनेमा हॉल, अस्पताल व ऐसे आयोजन स्थल शामिल हैं, जिनमें भीड़ रहती है।

इसके लिए नोएडा व ग्रेटर नोएडा में संचालित 15 मॉल संचालकों को कुछ दिन पहले पत्र जारी किया गया था। उनसे भीड़ होने पर भगदड़ मचने पर हादसा न हो इससे निपटने के लिए क्या तैयारियां हैं, इसकी जानकारी मांगी गई थी।

जैसे भवन में कितने सुरक्षा कर्मी रहते हैं, कितने एग्जिट प्वाइंट हैं आदि की जानकारी देनी थी। लेकिन अभी तक 10 मॉल संचालकों ने प्लान नहीं दिया है। इसके चलते उन्हें दोबारा नोटिस जारी किया गया है। यदि इस बार भी भीड़ प्रबंधन की योजना नहीं देते हैं, तो जिलाधिकारी के माध्यम से

नियमानुसार कार्रवाई होगी।

उन्होंने बताया कि कि माल के अलावा सीएमओ, प्राधिकरण, एसडीएम और पुलिस विभाग को भी पत्र जारी किया है। इसमें उनके क्षेत्र के भीड़ भाड़ वाले स्थानों और प्रतिष्ठानों की जानकारी मांगी गई है। जिले से संबंधित भीड़भाड़ वाले स्थानों की जानकारी मिलते ही विभाग भीड़ प्रबंधन तैयार करेगा, ताकि भगदड़ की स्थिति में हादसे की आशंका न रहे।

दैनिक चेतना मंच

भगवान हनुमान बजरंग बली के अवतार श्री बालाजी (मेंहदीपुर) के संरक्षण में संचालित किया जाता है। समाचार-पत्र का यह अंक भी उन्हीं के चरणों में समर्पित है।

डाक पंजी. सं. L-10/GBD-574/99

RNI No. 69950/98

स्वामी मुद्रक प्रकाशक रामपाल सिंह रघुवंशी ने बीएफएल इन्फोटेक लि. सी-9, सेक्टर-3, नोएडा, गौतमबुद्धनगर (यू पी.) से छपवाकर, ए-131 सेक्टर-83, नोएडा से प्रकाशित किया।

संपादक-रामपाल सिंह रघुवंशी

Contact: 0120-2518100, 4576372, 2518200

Mo.: 9811735566, 8750322340

E-mail: chetnamanch.pr@gmail.com raghuvanshirampal365@gmail.com raghuvanshi_rampal@yahoo.co.in

www.chetnamanch.com

खास खबर

दो बंधक बच्चों का गला दबाकर हत्या

गाजा । इजराइली फोर्स ने दावा किया कि हमास ने 2 बंधक बच्चों एरियल और केफिर बिबास की गला दबाकर बेरहमी से हत्या की। इसके बाद हमास ने अपनी क्रूरता छिपाने के लिए कहा कि ये बच्चे हवाई हमले में मारे गए। इजराली डिफेंस फोर्स (आईडीएफ) ने फोरेंसिक रिपोर्ट के हवाले से इसका दावा किया। केफिर 9 महीने और एरियल बिबास 4 साल का था, जब उन्हें बंधक बनाया गया। आईडीएफ ने आरोप लगाया कि हमास ने इन दोनों भाइयों की हत्या छिपाने की कोशिश की। हमास ने 7 अक्टूबर को यार्डेन बिबास, पत्नी शिरी और उनके दोनों बेटों को किडनैप किया था। 20 फरवरी को मां शिरी बिबास और उनके दोनों बच्चों के शव इजराइल को सौंपे थे। बच्चों के पिता इसी महीने 1 फरवरी को हमास की कैद से आजाद हुए थे। हमास ने नवंबर 2023 में दावा किया था कि शिरी और उनके दोनों बच्चों की इजराइली बमबारी में मौत हो चुकी है।

शासकीय चिकित्सक महासंघ का आंदोलन स्थगित

इंदौर। शासकीय चिकित्सक महासंघ, मध्य प्रदेश ने चिकित्सकों के मुद्दों को लेकर आंदोलन को आगामी सूचना तक स्थगित किया है। यह निर्णय महासंघ के पदाधिकारियों और प्रमुख सचिव संदीप यादव और आयुक्त स्वास्थ्य तरुण राठी के बीच हुई बैठक में हुआ। इंदौर में मेडिकल टीचर्स (एमटीए) और जूडा ने भी इसके मद्देनजर आंदोलन स्थगित किया। अब 7 मार्च को एक बैठक होगी। इसके बाद आगे की स्थिति स्पष्ट होगी।
एमटीए के सचिव डॉ. अशोक ठाकुर ने आंदोलन स्थगन की पुष्टि की है। दरअसल भोपाल में हुई बैठक में चिकित्सकों से जुड़े विभिन्न मुद्दों पर विस्तृत चर्चा हुई और उनके समाधान के लिए समय सीमा तय की गई। डॉ. राकेश मालवीय महासंघ के संयोजक ने बताया सभी पदाधिकारियों ने एकमत से आंदोलन को स्थगित करने का निर्णय लिया है। स्वास्थ्य विभाग के सभी चिकित्सकों को डीएसीपी (डायनामिक असिस्टेंस करियर प्रोग्रेस) का लाभ देने पर सहमति बनी। इसके तहत चिकित्सकों के एसीआर (एनुअल कंफिडेंशियल रिपोर्ट) के पुनः परीक्षण की आवश्यकता के बिना सीधे डीएसीपी के आदेश जारी किए जाएंगे।

ट्रंप के दूत ने की जेलेंस्की की तारीफ

कीव। यूक्रेन और रूस के बीच जारी युद्ध को लेकर अमेरिका के पूर्व राष्ट्रपति डोनाल्ड ट्रंप के दूत ने यूक्रेन के राष्ट्रपति वोलोदिमीर जेलेंस्की की सराहना की है। उन्होंने कहा कि जेलेंस्की युद्ध के बीच एक साहसी नेता के रूप में उभरकर सामने आए हैं। ट्रंप के दूत जनरल कीथ केलॉग हाल ही में कीव पहुंचे, जहां उन्होंने जेलेंस्की के साथ रूस के साथ तीन वर्षों से जारी युद्ध पर व्यापक चर्चा की। इसके बाद, उन्होंने सोशल मीडिया प्लेटफॉर्म एक्स पर पोस्ट करते हुए लिखा, यूक्रेन के शीर्ष नेतृत्व के साथ लंबी बातचीत हुई। युद्ध के बीच जेलेंस्की एक साहसी नेता के रूप में उभरकर आए हैं।जनरल केलॉग की यह टिप्पणी हाल ही में डोनाल्ड ट्रंप और अन्य वरिष्ठ अमेरिकी अधिकारियों द्वारा जेलेंस्की की आलोचना के विपरीत मानी जा रही है।

पांच मजदूरों की दम घुटने से मौत

एजेंसी

मुंबई। जालना जिले के जाफराबाद तहसील में पासोड़ी के पास एक शेड में सो रहे पांच मजदूरों की दम घुटने से मौत हो गई। इस घटना में एक तेरह साल की बच्ची किसी तरह जीवित बची है। इस घटना की छानबीन पद्मावती पुलिस स्टेशन की टीम कर रही है।
पुलिस के अनुसार पासोड़ी-चंदोल रोड पर पासोड़ी में एक पुल का निर्माण कार्य जारी है। इस पुल का शुक्रवार को दिन भर काम करने के बाद रात को सात मजदूर एक शेड के नीचे सो रहे थे। शनिवार को तडके के डंपर चालक ने शेड पर ही रेत खाली कर दिया। डंपर चालक को पता नहीं था कि शेड में मजदूर सो रहे हैं और वह रेत खाली करने के बाद मौके से चला गया। इसी रेत में शेड में सो रहे सभी मजदूर दब गए । इस घटना की जानकारी सुबह गांव वालों को मिली और ग्रामीणों ने तत्काल रेत हटाया। लेकिन रेत के नीचे से एक तेरह साल की बच्ची और एक मजदूर जीवित निकला, जबकि पांच मजदूरों की मौत हो गई थी। मृतकों की पहचान गणेश काशीनाथ धनवाई (40), भूषण गणेश धनवाई (16), सुनील समाधान सपकाल (20) और दो अन्य के रुप में हुई है । पद्मावती पुलिस स्टेशन की टीम इस मामले में डंपर चालक की तलाश कर रही है।

बाप बेटे की भी मौत

सुबह जब सभी सो रहे थे तो गणेश धनवई और भूषण धनवई नाम के बाप बेटे की भी इस हादसे में मौत हो गई। रेत के गिरते ही टीन के शेड मजदूरों पर गिरे, और इसके बाद रेत भी गिरते गई। जिसके कारण मजदूरों की मौत हो गई। इसके नीचे एक 13 साल की बच्ची दब गई थी, लेकिन ग्रामीणों और दुसरे मजदूरों ने उसे बाहर निकालकर उसकी जान बचाई। इस घटना के बाद मृतकों के परिजनों में और महिलाओं ने भी काफी आक्रोश जताया ।

ब्राजील में बस-ट्रक में जोरदार टक्कर में 12 छात्रों की मौत

एजेंसी

साओ पाउलो। ब्राजील के रिबेराओ प्रीटो शहर के पास एक सड़क हादसे में 12 बस में सवार 12 छात्रों की मौत हो गई, जबकि 19 घायल हो गए। यह हादसा तब हुआ जब छात्रों से भरी बस तेज रफ्तार से आ रहे ट्रक से टकरा गई। मीडिया रिपोर्ट के मुताबिक रात में हुए इस हादसे के बाद राहत और बचाव कार्य शुरू किया गया। बस में फंसे घायलों को बाहर निकाला और अस्पताल में भर्ती कराया गया है। हादसे में बस के परखच्चे उड़ गए, हादसे के बाद सड़क पर जाम लग गया। मीडिया रिपोर्ट्स के मुताबिक यह बस यूनिवर्सिटी के छात्रों को लेकर जा रही थी। विश्वविद्यालय ने इस घटना पर गहरा शोक व्यक्त किया और मृतकों के परिवारों के प्रति संवेदना जताई। इस हादसे में शामिल ट्रक चालक पर गैर-इरादतन हत्या, लापरवाही के आरोप का मामला दर्ज किया गया है। दुर्घटनाग्रस्त बस को मौके से हटाया गया और शवों को फॉरेंसिक संस्थान भेजा गया।

बीबीसी इंडिया पर ईडी ने लगाया 3.44 करोड़ से ज्यादा का जुर्माना

▸ तीन डायरेक्टरों पर भी 1.14 करोड़ से ज्यादा का लगाया फाइन

एजेंसी

नई दिल्ली। प्रवर्तन निदेशालय (ईडी) ने प्रत्यक्ष विदेशी निवेश (एफडीआई) नियमों के कथित उल्लंघन पर बीबीसी वर्ल्ड सर्विस इंडिया पर 3.44 करोड़ से ज्यादा का जुमार्ना लगाया है। ईडी अधिकारियों ने बताया कि विदेशी करंसी से जुड़े कानून फेमा के तहत ब्रिटिश प्रसारणकर्ता के खिलाफ यह कार्रवाई की गई है। इसके तीन डायरेक्टरों में से हर एक पर 1.14 करोड़ रुपए से ज्यादा का जुमार्ना लगाया है। फेमा कानून के तहत कई उल्लंघनों के लिए बीबीसी इसके तीन निदेशकों और वित्त प्रमुख को 4 अगस्त 2023 को कारण बताओ नोटिस जारी किए जाने के बाद यह कार्रवाई की गई।
मीडिया रिपोर्ट के मुताबिक सूत्रों ने बताया कि बीबीसी वर्ल्ड सर्विस इंडिया ने अपनी कंपनी में 100 फीसदी एफडीआई ही रखा, जबकि इसे घटाकर 26 फीसदी नहीं किया, जो भारत सरकार के नियमों का उल्लंघन है। बीबीसी इंडिया को 15 अक्टूबर 2021 से आदेश के पालन करने तक प्रतिदिन 5 हजार रुपए देने होंगे। ईडी ने बीबीसी इंडिया के जिन तीन डायरेक्टरों पर जुमार्ना लगाया है, उसमें गाइल्स एंटनी हंट, इंदु शेखर सिन्हा और पॉल माइकल गिबन्स शामिल हैं। इन पर कंपनी के संचालन के दौरान कानून के उल्लंघन की जिम्मेदारी तय की गई है। ईडी ने 4 अगस्त 2023 को कारण बताओ नोटिस जारी किया था। इसमें पूछा गया था कि फेमा उल्लंघन के लिए कार्रवाई क्यों नहीं की जानी चाहिए। ईडी ने कहा था कि बीबीसी इंडिया 100 फीसदी विदेशी स्वामित्व वाली कंपनी है। जबकि सरकार ने 18 सितंबर 2019 को एक अधिसूचना में डिजिटल मीडिया कंपनियों में विदेशी निवेश की सीमा 26 फीसदी तय की है। ईडी ने अप्रैल 2023 में बीबीसी इंडिया और उसके छह कर्मचारियों के खिलाफ मामला दर्ज किया था। यह इमकम टैक्स द्वारा दिल्ली और मुंबई में बीबीसी के कार्यालयों के सर्वेण के दो महीने बाद हुआ था। यह सर्वे तीन दिनों तक चला था।

ओलावृष्टि से किसानों का हुआ नुकसान

मुबारिजपुर ।ब्लाक गंगेश्वरी क्षेत्र में गुरुवार रात हुई बारिश के दौरान ओलावृष्टि से किसानों का नुकसान हुआ। अचानक बदले मौसम ने खेतों में खड़ी गेहूं, सरसों और अन्य रबी फसलों को व्यापक रूप से प्रभावित किया। किसानों के अनुसार, ओलावृष्टि इतनी तेज थी कि खेतों में फसलें पूरी तरह से दब गईं। कई जगहों पर गेहूं की बालियां टूटकर गिर गईं, जबकि सरसों की फसलें भी नष्ट हो गईं। मौसम विभाग ने पहले ही बारिश और ओलावृष्टि की संभावना जताई थी, लेकिन इतनी भारी मात्रा में ओले गिरने से किसान सकते में आ गए हैं। गंगेश्वरी क्षेत्र के किसानों को उम्मीद नहीं थी कि ओलावृष्टि होगी । सरकार को हमें मुआवजा देना चाहिए जमीन पर जगह जगह ओलो की सफेद चादर बिछ गई।

जानवर से इंसान में फैलने वाला कोरोना जैसा मिला वायरस, फिर मचा हड़कंप

एजेंसी

बीजिंग। चीन के एक लैब में कोविड-19 का नया वायरस मिला है। चीन के वुहान इंस्टीट्यूट ऑफ वायरोलॉजी के शोधकताओं ने एक नए कोरोना वायरस की खोज की है। यह कोविड-19 के लिए जिम्मेदार वायरस के समान है। यह वायरस मानव स्वास्थ्य के लिए एक नया खतरा पैदा कर सकता है।
रिपोर्ट के मुताबिक यह नया वायरस अभी तक इंसानों में नहीं पाया गया है। शोधकताओं के अनुसार यह वायरस उन्हीं रिसेप्टर के जरिए कोशिकाओं में प्रवेश करता है, जिनका उपयोग कोविड-19 वायरस करता है। शोधकताओं ने बताया कि यह वायरस इंसानों और अन्य स्तनधारियों के शरीर में पाए जाने वाले एक प्रोटीन से जुड़कर कोशिकाओं को संक्रमित करता है। यह वायरस मिडिल ईस्ट रेस्पिरेटरी सिंड्रोम के कारण बनने वाले कोरोनावायरस परिवार से निकटता से संबंधित है। यह खोज मंगलवार को ह्यसेलह्न पत्रिका में प्रकाशित एक पेपर में विस्तृत की गई है और इसके जानवरों से इंसानों में फैलने की संभावना को लेकर चिंताएं बढ़ सकती हैं। वुहान वायरस रिसर्च सेंटर चमगादड़ों में पाए जाने वाले कोरोना वायरस पर अपने काम के लिए जाना जाता है। कोविड-19 महामारी की शुरूआत के बारे में एक सिद्धांत यह है कि यह वुहान लैब से लीक हुआ हो सकता है, शायद किसी संक्रमित कर्मचारी के माध्यम से। संस्थान के शोधकताओं ने पहले किसी भी ऐसे वायरस पर काम करने से इनकार किया है जो महामारी की शुरूआत कर सकता था।

पाकिस्तान ने जेल में बंद 22 मछुआरों को किया रिहा, जल्द भारत आएंगे

एजेंसी

करांची। पाकिस्तानी ने करांची की जेल में बंद 22 भारतीय मछुआरों को रिहा कर दिया है और उन्हें शनिवार को भारत को सौंपे सकता है। मीडिया रिपोर्ट के मुताबिक मलीर जेल के अधीक्षक के हवाले से बताया कि मछुआरों को उनकी सजा पूरी होने के बाद शुक्रवार को जेल से रिहा कर दिया गया था। मछुआरों के लिए लाहौर तक परिवहन की व्यवस्था की गई, जहां से वे भारत जा सकेंगे। उन्होंने लंबी अवधि तक जेल में रहने के दौरान मछुआरों के परिवारों की पीड़ा को उजागर किया और सजा पूरी होने के बाद उनकी तत्काल रिहाई और भारत वापसी का आह्वान किया। पाकिस्तानी अधिकारी भारतीय मछुआरों को वाघा सीमा पर पहुंचाते हैं, जहां भारतीय अधिकारी औपचारिकताएं पूरी करने के बाद उनकी वापसी की व्यवस्था करते हैं। दोनों देशों के मछुआरे मछली पकड़ते हुए समुद्री सीमाओं को पार कर एक-दूसरे के जलक्षेत्र में चले जाते हैं जहां से उन्हें गिरफ्तार कर लिया जाता है। दोनों देशों के बीच एक जनवरी को आदान-प्रदान की गई कैदियों की सूची के मुताबिक पाकिस्तान में 266 भारतीय कैदी हैं जिनमें 217 मछुआरे हैं। भारत द्वारा साझा की गई सूची में भारतीय जेलों में कुल 462 पाकिस्तानी कैदी हैं जिनमें 81 मछुआरे हैं।

तेलंगाना में टनल प्रोजेक्ट का हिस्सा गिरा

नागरकुरनूल। तेलंगाना के नागरकुरनूल जिले में शनिवार सुबह श्रीशैलम लेफ्ट बैंक कैनाल (एसएलबीसी) टनल प्रोजेक्ट का एक हिस्सा गिर गया, जिसमें 6 मजदूर फंस गए। हादसा सुरंग के एंट्री पॉइंट से 14 किमी अंदर हुआ। अधिकारियों के मुताबिक छत का करीब तीन मीटर हिस्सा ढहा है। टनल का काम काफी समय से रुका हुआ था। चार दिन पहले ही दोबारा काम शुरू किया गया था। तेलंगाना सीएम रेवंत रेड्डी ने सुरंग हादसे पर दुख जताया है। जिला कलेक्टर, एसपी, अग्निशमन विभाग, हाइड्रा और सिंचाई विभाग के अधिकारी घटनास्थल पर पहुंच गए हैं। केंद्रीय कोयला मंत्री जी किशन रेड्डी ने सुरंग दुर्घटना के कारणों की जानकारी ली है।

पांच दिवसीय सेवारत शिक्षक प्रशिक्षण कार्यक्रम का समापन

▸ 50 अध्यापकों ने किया प्रशिक्षण प्राप्त

मिर्जापुर। समापन समारोह में खंड शिक्षा अधिकारी लालगंज श्री शैलेंद्र कुमार त्रिपाठी ने कहा कि नई तकनीक में शिक्षा का स्वरूप बदल रहा है और हमें बच्चों को किस तरह से शिक्षा में अव्वल बनाना है इसके लिए आधुनिक तरीके और ज्ञान का होना बेहद जरूरी है। इस प्रशिक्षण का उद्देश्य दिव्यांग बच्चों को मुख्य धारा की शिक्षा से जोड़ना है। प्रशिक्षक असीम द्विवेदी ने कहा कि प्रशिक्षण में दी गई जानकारी को अपने विद्यालय में लागू करें उन्होंने बताया कि स्क्रीनिंग के जरिए दिव्यंका की संभावना वाले बच्चों की पहचान कर संबंधित विद्यालयों में एजुकेटर उनकी ट्रेनिंग करते हैं। प्रशिक्षक राजभान मौर्य ने कहा कि शिक्षकों को कक्षाओं में ऐसा माहौल बनाना चाहिए जहां सभी बच्चे एक साथ शिक्षा ग्रहण करें और सहयोग की भावना विकसित हो। समावेशी शिक्षा की संकल्पना बच्चों की शारीरिक बाधाओ की स्क्रीनिंग दिव्यांगता की शीघ्र पहचान, दिव्यांग के प्रकार, कारण लक्षण इत्यादि के बारे में जानकारी दी गई। शिक्षण अधिगम सामग्री एवं दिव्यांग बच्चों को प्रोत्साहन के बारे में बता कर नोडल शिक्षक को जागरूक किया गया। शिक्षकों के 50 बैच के प्रशिक्षण दिया गया। इस अवसर पर उपस्थित प्राथमिक शिक्षक संघ जिला मंत्री सुधीर कुमार तिवारी, शिक्षक संघ ब्लॉक अध्यक्ष बैजनाथ सिंह,गिरिश सिंह, प्राथमिक विद्यालय निनवार उत्तर के प्रधानाध्यापक नागेश्वर सिंह पटेल, मोहम्मद इकबाल, राजेश जैसल, अनिल कुमार रघुवंशी, गणेश दुबे,अरुण सिंह, विवेक मिश्रा, धीरेंद्र सिंह, काशी प्रसाद, आनंद सिंह, विजय बहादुर, मोहम्मद इकबाल, कंचना भारती, प्रियंका वर्मा, दीप शिखा जायसवाल, कार्यालय लिपिक पवन दुबे, मृत्युंजय आदि व समस्त अध्यापक उपस्थित रहे।

जम्मू में छिपे दर्जनों आतंकी, तलाशी शुरू

एजेंसी

जम्मू। जम्मू-कश्मीर में आतंकी सीमा पार से लगातार घुसपैठ कर भारत में आते हैं और कई घटनाओं को अंजाम देते हैं जिसमें सुरक्षाबलों के जवानों सहित बेकसूर लोगों की भी जानें भी चली जाती हैं। सुरक्षा बल खुफिया सूचनाओं के आधार पर वे जंगलों में छिपे बैठे आतंकियों के ठिकानों पर छापेमारी करते रहते हैं। एक खुफिया इनपुट के बाद सुरक्षाबल और सेना अलर्ट हो गई हैं और उन्होंने तलाशी अभियान बड़े पैमाने पर शुरू कर दिया है।
मीडिया रिपोर्ट में सूत्रों के मुताबिक सुरक्षा एजेंसियों को खुफिया इनपुट मिले हैं कि जम्मू-कश्मीर में करीब 55 आतंकी छिपे हैं। इनकी संख्या ज्यादा भी हो सकती है। ये सभी आतंकी जम्मू संभाग में हैं। जम्मू के पुंछ, राजौरी, उधमपुर, डोडा और किश्तवाड़ के ऊपरी इलाकों में इनके छिपे होने की सूचना है। सुरक्षाबलों ने इन आतंकियों को ढूंढने के लिए अभियान शुरू कर दिया है। घने जंगलों के साथ सुरक्षाबल पहाड़ी क्षेत्रों, ओवर ग्राउंड वर्करों के घरों में भी दबिश दे रहे हैं। साथ ही उन्होंने जम्मू-कश्मीर की जनता से अपील की है कि अगर उन्हें कोई संदिग्ध गतिविधि या व्यक्ति दिखे तो तुरंत सूचित किया जाए ताकि समय रहते अप्रिय घटना को रोका जा सके।

भाऊ गैंग से पुलिस की मुठभेड़, एक बदमाश घायल

नई दिल्ली। दिल्ली पुलिस ने हिमांशु भाऊ गैंग के तीन गुर्गो को मुठभेड़ के बाद गिरफ्तार कर लिया गया है। जानकारी के मुताबिक दिल्ली पुलिस ने शुक्रवार-शनिवार तड़के तीन बदमाशों को घेर लिया। एक बदमाश को गोली लगी। यह मुठभेड़ बेगमपुर के इलाके में हुई। दिल्ली क्राइम ब्रांच को इंटेलिजेंस से खबर मिली थी कि तीन बदमाशों बाइक से जाने वाले हैं। पुलिस ने जैसे ही उनको दीप विहार इलाके में घेरा तो बदमाशों ने पुलिस पर फायरिंग कर दी। पुलिस ने बताया कि मुठभेड़ में तीनों बदमाशों को दबोचा लिया है। मौके से उनके हथियार और बाइक जब्त कर ली है।

हजारों लोगों की नौकरी छीनने में जुटे ट्रंप

एजेंसी

वॉशिंगटन। अमेरिकी राष्ट्रपति डोनाल्ड ट्रंप अपने अंदाज में काम कर रहे हैं। वे किसी की सुनने को तैयार नहीं हैं। हजारों लोगों की नौकरी छीनने पर उतारु हो गए हैं। अदालत ने भी कह दिया है कि ट्रंप का रास्ता साफ है। वे चाहें तो नौकरी से निकाल सकते हैं। चुनाव जीतने से पहले ही ट्रंप ने साफ कर दिया था कि सरकारी खर्च में भारी कटौती की जाएगी। ऐसा करने के लिए सरकारी कर्मचारियों को बड़ी संख?या में हटाया जा सकता है। सत?ता में आते ही ट्रंप के डिपार्टमेंट ऑफ कवनेमेंट एफिशिएंसी मंत्री यानी डोजी के मुखिया एलन मस?क ने इस पर तेजी से काम शुरू किया। अब ट्रंप के इस एजेंडे पर अमेरिका की कोर्ट ने भी मुहर लगा दी है। जज ने यह साफ कर दिया है कि यूएसएआईडी के एक छोटे से हिस्से को छोड़कर बाकी सभी कर्मचारियों को पदों से हटाने के लिए ट्रंप सरकार आजाद है। कर्मचारियों द्वारा लगाई गई याचिका को खारिज कर दिया गया है। 30 दिन के अंदर इन सभी यूएसएआईडी कर्मचारियों को वापस अमेरिका में लौटना होगा, जो इस वक?त विदेश में काम कर रहे हैं। कोर्ट में लगाई गई याचिका में ट्रंप प्रशासन द्वारा यूएसएआईडी को खत?म करने की संवैधानिकता को चुनौती दी गई थी। कहा गया कि किसी एजेंसी को खत?म करने के लिए कांग्रेस (अमेरिकी संसद) की मंजूरी की आवश्यकता होगी। जज ने अपने फैसले में लिखा कि यह एजेंसी अभी भी मौजूद है। लिहाजा यूनियनों की चुनौती को डिस्ट्रिक?ट कोर्ट के बजाय संघीय रोजगार कानूनों के तहत निपटाया जाना चाहिए।

भारतीय रेलवे ने महाकुंभ के श्रद्धालुओं के लिए किया विशेष ट्रेनों का संचालन

▸ सुगम यात्रा सुनिश्चित करने के लिए एक विशाल लॉजिस्टिक प्रयास किया

नई दिल्ली। भारी भीड़ के बावजूद, भारतीय रेलवे महाकुंभ में भाग लेने वाले श्रद्धालुओं को घर लाने और वापस भेजने के लिए युद्ध स्तर पर काम कर रहा है। भारतीय रेलवे ने महाकुंभ 2025 के दौरान श्रद्धालुओं की सुगम यात्रा सुनिश्चित करने के लिए एक विशाल लॉजिस्टिक प्रयास किया है। भारतीय रेलवे ने महाकुंभ के श्रद्धालुओं के लिए विशेष ट्रेनों का संचालन किया है। दक्षिण पूर्व रेलवे हमेशा यात्रियों की सुविधा के लिए तत्पर रहता है और महाकुंभ के श्रद्धालुओं के लिए विशेष ट्रेनों का संचालन भी किया है। दक्षिण-पूर्व रेलवे ने टाटानगर-तुंडला-टाटानगर विशेष ट्रेन का एक जोड़ा चलाया है, जिसका ठहराव पुरुलिया पर है। इसके अलावा, कुंभ विशेष ट्रेनें दक्षिण-पूर्व रेलवे क्षेत्राधिकार में भुवनेश्वर-तुंडला-भुवनेश्वर मार्ग पर भी चल रही हैं। इसके साथ ही, पुरुलिया पर प्रयागराज तक ठहराव वाली तीन जोड़ी नियमित ट्रेनें भी चल रही हैं। महाकुंभ मेला के श्रद्धालुओं की परेशानी मुक्त यात्रा के लिए, विभिन्न विशेष ट्रेनों के संचालन के अलावा, दक्षिण-पूर्व रेलवे ने विभिन्न स्टेशनों पर सुरक्षा और भीड़ प्रबंधन के लिए विस्तृत इंतजाम किए हैं। प्लेटफार्मों, फुट ओवर ब्रिजों और स्टेशनों पर अतिरिक्त आरपीएफ कर्मियों को तैनात किया गया है, ताकि भीड़ को संभाला जा सके। दक्षिण पूर्व रेलवे के वाणिज्यिक और अन्य स्टेशन कर्मचारी भी यात्रियों को सहायता प्रदान करने के लिए मौजूद हैं। पब्लिक एड्रेस सिस्टम के माध्यम से माइकिंग की जा रही है, ताकि यात्रियों को स्टेशन परिसर और प्लेटफार्मों पर अनावश्यक रूप से इकट्ठा न होने और सुरक्षा प्रोटोकॉल का पालन करने के लिए सचेत किया जा सके। सुरक्षा कर्मी और वाणिज्यिक स्टाफ मिलकर यात्रियों की सुसंगत लाइन बनाने में मदद कर रहे हैं ताकि ट्रेनों के प्लेटफार्म पर आगमन के समय यात्रियों की चढ़ाई और उतराई में कोई असुविधा न हो। आरपीएफ कर्मियों को सभी प्रमुख स्टेशनों पर तैनात किया गया है और सीसीटीवी निगरानी के साथ स्टेशनों के उच्च गतिविधि क्षेत्रों जैसे प्लेटफार्म और फुट ओवर ब्रिजों पर कड़ी निगरानी रखी जा रही है। वरिष्ठ रेलवे अधिकारी चौबीसों घंटे स्थिति की निगरानी कर रहे हैं, ताकि यात्रियों को किसी भी प्रकार की असुविधा न हो।

मृत्यु हुई नहीं और पहले ही बना डाली पोप फ्रांसिस के लिए कब्र

एजेंसी

रोम। कैथोलिक चर्च के प्रमुख पोप फ्रांसिस इस समय अस्पताल में भर्ती हैं। उनका उपचार चल रहा है लेकिन इधर उनके अंतिम संस्कार की तैयारियां भी हो रही है। इसके लिए स्विस गार्ड ने रिहर्सल तक कर ली है। पोप ने पहले खुलासा किया था कि उन्होंने अपनी कब्र ह्यपहले ही तैयार कर ली हैह्न। लेकिन उनकी कब्र और ताबूत का स्थान परंपरा से अलग होगा। वहीं खबर आई थी कि 88 वर्षीय पोप की सुरक्षा करने वाले स्विस गार्ड उनके अंतिम संस्कार की रिहर्सल कर रहे हैं। इसके सदस्यों को कर्फ्यू के तहत रखा गया है, क्योंकि वे पोंटिफ की मृत्यु की तैयारी कर रहे हैं।पोप फ्रांसिस अर्जेंटीना के एक जेसुइट पादरी हैं, वो 2013 में रोमन कैथोलिक चर्च के 266वें पोप बने थे। उन्हें पोप बेनेडिक्ट सोलहवें का उत्तराधिकारी चुना गया था। पोप फ्रांसिस बीते 1000 साल में पहले ऐसे इंसान हैं जो गैर-यूरोपीय होते हुए भी कैथोलिक धर्म के सर्वोच्च पद पर पहुंचे। वहीं अब पोप फ्रांसिस की हालत को लेकर डॉक्टर ने बड़ा अपडेट दिया है। पोप फ्रांसिस का इलाज कर रहे डॉक्टरों में से एक ने शुक्रवार को कहा कि 88 वर्षीय पोप, जिन्हें निमोनिया है, खतरे से बाहर नहीं हैं।

खास खबर

अदाणी ग्रीन एनर्जी की राजस्थान में 250 मेगावाट की सौर परियोजना शुरू

नई दिल्ली। अदाणी ग्रीन एनर्जी लिमिटेड (एजीईएल) की इकाई ने राजस्थान के जैसलमेर में सौर परियोजना का परिचालन शुरू कर दिया है। एजीईएल ने शेयर बाजार को दी सूचना में कहा कि इस संयंत्र के चालू होने के साथ ही इसकी नवीकरणीय ऊर्जा उत्पादन क्षमता बढ़कर 11,916.1 मेगावाट हो गई है। एजीईएल की अनुषंगी की अनुषंगी अदाणी ग्रीन एनर्जी ट्वेंटी फोर लिमिटेड (एजीई24एल) ने जैसलमेर के भीमसर और द्वाडा में 250 मेगावाट की सौर ऊर्जा परियोजना का संचालन शुरू कर दिया है।

पायलटों के विश्राम करने का समय बढ़ेगा, न्यायालय का समर्थन

नई दिल्ली। दिल्ली उच्च न्यायालय में पेश किए गए एक हलफनामे में कहा गया है कि पायलटों के साप्ताहिक विश्राम करने के समय को मौजूदा 36 घंटों से बढ़ाकर 48 घंटे करने पर विचार किया गया है। डीजीसीए ने दिल्ली उच्च न्यायालय को सूचित किया है कि एयरलाइंस 1 जुलाई से चरणबद्ध तरीके से पायलटों के लिए ड्यूटी और विश्राम घंटों पर संशोधित मानदंडों को लागू करेंगी। नागरिक विमानन महानिदेशालय (डीजीसीए) ने न्यायमूर्ति को यह भी सूचित किया कि शेष संशोधित नियम 1 नवंबर से लागू किए जाएंगे। वहीं अन्य पहलुओं के अलावा, एयरलाइंस यह सुनिश्चित करेंगी कि संशोधित मानदंडों के तहत एक साप्ताहिक आराम अवधि के अंत और अगले की शुरूआत के बीच 168 घंटे से अधिक का समय न हो।

पेट्रोल और डीजल के भाव में जनता को कटौती की उम्मीद

नई दिल्ली। महंगाई के बोझ तले दब रही जनता को सरकार से राहत की उम्मीद है। दैनिक उपभोग से लेकर जरूरी सामानों के दाम में आए दिन बदलाव देखने को मिल रहा है। वहीं बात करें पेट्रोल-डीजल के दाम की तो जनता ईंधन के दाम में भी कटौती की उम्मीद लगाए बैठी है। इस बीच सरकारी तेल कंपनियों ने 22 फरवरी का नया भाव जारी कर दिया है। सरकारी तेल कंपनियों के अनुसार शनिवार को पेट्रोल और डीजल के भाव में कोई बदलाव नहीं किया गया है। दिल्ली में एक लीटर पेट्रोल की कीमत 94.72 रुपए है और डीजल प्रति लीटर 87.62 रुपए है।

कल आएगा क्वालिटी पावर का आईपीओ

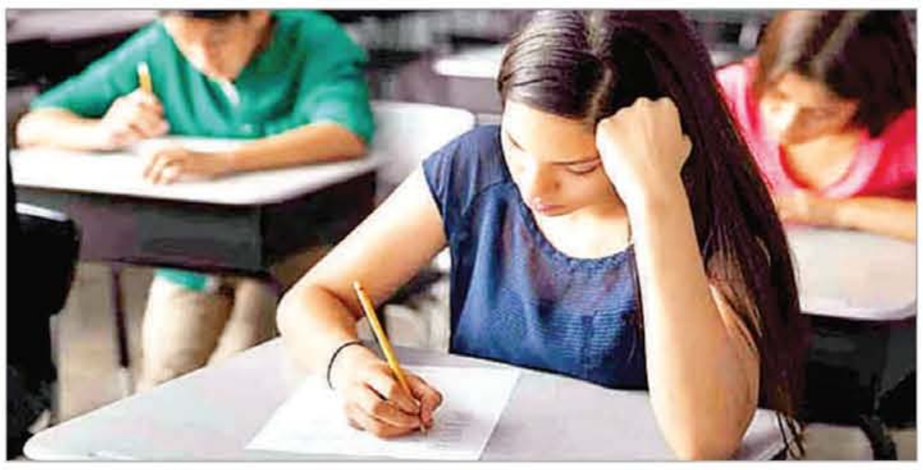
नई दिल्ली। क्वालिटी पावर इलेक्ट्रिकल इक्विपमेंट्स का इनिशियल पब्लिक ऑफरिंग (आईपीओ)सोमवार, 24 फरवरी को शेयर बाजार में लिस्ट होने वाला है। कंपनी के आईपीओ का कुल मूल्यांकन लगभग 858.70 करोड़ बताया जा रहा है। हालांकि, आईपीओ में निवेशकों की प्रतिक्रिया उम्मीद से कम रही, और इसे 1.29 गुना सब्सक्रिप्शन मिला। इसी बीच लिस्टिंग से पहले कंपनी के अनलिस्टेड शेयर ग्रे मार्केट में डिस्काउंट पर कारोबार करते दिखे। ग्रे मार्केट की जानकारी के अनुसार क्वालिटी पावर के शेयर लगभग 423 रुपए पर ट्रेड होते दिख रहे हैं, जो कि इश्यू प्राइस से 2 रुपए या 0.47 फीसदी से कम है। हाल के ग्रे मार्केट रुझानों से संकेत मिलता है कि कंपनी के शेयरों के लिए नकारात्मक लिस्टिंग की संभावना बनी हुई है।

केंद्र ने कोचिंग सेंटरों पर कसी नकेल

❖ छात्रों को 1.56 करोड़ रिफंड दिलाया

एजेंसी

नई दिल्ली। केंद्र सरकार के उपभोक्ता मामलों के विभाग (डीओसीए) ने शिक्षा क्षेत्र में 600 से अधिक उम्मीदवारों और छात्रों के लिए 1.56 करोड़ की राशि का रिफंड सफलतापूर्वक प्राप्त किया है। सिविल सेवा, इंजीनियरिंग कोर्स और अन्य कार्यक्रमों के लिए कोचिंग सेंटरों में नामांकित इन छात्रों को पहले कोचिंग संस्थानों द्वारा निर्धारित नियमों और शर्तों का पालन करने के बावजूद उचित रिफंड से वंचित किया गया था। केंद्रीय उपभोक्ता मामले, खाद्य एवं सार्वजनिक वितरण मंत्रालय के अनुसार यह राहत छात्रों द्वारा राष्ट्रीय उपभोक्ता हेल्पलाइन (एनसीएच) के माध्यम से दर्ज की गई शिकायतों के माध्यम से संभव हुई, जिसने विवाद समाधान के



लिए एक सुव्यवस्थित प्रक्रिया की सुविधा प्रदान की। विभाग द्वारा की गई त्वरित कार्रवाई ने छात्रों को अधूरी सेवाओं, देरी से कक्षाओं या रद्द किए गए पाठ्यक्रमों के लिए मुआवजा प्राप्त करने में मदद की है। अपने निर्णायक निर्देश में उपभोक्ता मामलों के विभाग ने सभी कोचिंग सेंटरों को छात्र-केंद्रित दृष्टिकोण अपनाने का निर्देश दिया है, जिसमें छात्रों के वित्तीय हितों की रक्षा के लिए स्पष्ट, पारदर्शी रिफंड नीतियों को अनिवार्य किया गया है। विभाग ने यह भी स्पष्ट कर दिया है कि वैध रिफंड दावों को अस्वीकार करने की अन्यायपूर्ण प्रथा को अब बर्दाश्त नहीं किया जाएगा, शैक्षिक संस्थानों से उपभोक्ता अधिकारों को बनाए रखने का आग्रह किया है। उपभोक्ता मामलों के विभाग ने अपने सक्रिय प्रयासों के माध्यम से शिकायत निवारण तंत्र को मजबूत करने और छात्रों को उनके उपभोक्ता अधिकारों के बारे में शिक्षित करने, अनुचित व्यवहार के मामले में कार्रवाई करने के लिए उन्हें सशक्त बनाने के लिए भी प्रतिबद्धता जताई है। राष्ट्रीय उपभोक्ता हेल्पलाइन छात्रों और न्याय की तलाश में उम्मीदवारों को सशक्त बनाने में एक महत्वपूर्ण संसाधन साबित हुई है। इस प्लेटफॉर्म के माध्यम से व्यक्ति बिना किसी लंबी कानूनी लड़ाई के मुद्दों को हल करने में सक्षम थे, जिससे समय और ऊर्जा की बचत हुई और साथ ही निष्पक्ष परिणाम सुनिश्चित हुए। मुकदमेबाजी से पहले की अवस्था में शिकायतों का समाधान करके एनसीएच ने विवादों को बढ़ने से रोकने में मदद की है और औपचारिक कानूनी कार्यवाही के लिए एक प्रभावी और सुलभ विकल्प प्रदान किया है। यह सेवा विशेष रूप से छात्रों के लिए फायदेमंद साबित हुई है, जिनके पास अब अपने हितों की रक्षा करने के लिए एक भरोसेमंद रास्ता है। इस पहल के हिस्से के रूप में डीओसीए छात्र अधिकारों की वकालत करना जारी रखता है और समान मुद्दों का सामना करने वाले सभी छात्रों को त्वरित समाधान के लिए राष्ट्रीय उपभोक्ता हेल्पलाइन प्लेटफॉर्म का उपयोग करने के लिए प्रोत्साहित करता है।

रेस फॉर 7 का 10वां संस्करण आज

मुंबई। ऑर्गेनाइजेशन फॉर रेयर डिजीज इंडिया ने अपनी प्रमुख वार्षिक जागरूकता दौड़, रेस फॉर 7, के 10वें संस्करण की घोषणा की है। इस कार्यक्रम ने इस वर्ष के राष्ट्रीय पोस्टर और थीम, फॉर रेयर, एवरीव्हेयर का आधिकारिक शुभारंभ किया, और जागरूकता बढ़ाने, इलाज में तेजी लाने, और पूरे भारत में दुर्लभ बीमारियों के लिए सेंटर ऑफ एक्सीलेंस के साथ सहयोग को मजबूत करने के लिए ओआरडीआई का समर्थन किया। इस साल, यह कार्यक्रम पूरे भारत के 21 शहरों में एक ही समय पर आयोजित किया जाएगा। रेस फॉर 7 अखिल भारतीय आयोजन के रूप में विकसित हो चुका है, जो 7,000 परिचित दुर्लभ बीमारियों का प्रतीक है और इसमें 7,000 से अधिक प्रतिभागी 7 किलोमीटर दौड़ते हैं। 2016 में बेंगलुरु में इसकी शुरूआत के बाद से, यह पहल बहुत आगे बढ़ गई है, और 23 फरवरीको होने वाले इस आयोजन में अनेक शहरों से 10,000 से अधिक प्रतिभागियों के भाग लेने की उम्मीद हैं। रेस फॉर 7 2025 का आयोजन रविवार 23 फरवरी, 2025 को होगा। इसके लिए रजिस्ट्रेशन शुरू हो गए हैं, और दुर्लभ रोग समुदाय का समर्थन करने के लिए पूरे भारत से लोगों को इस दौड़ में भाग लेने के लिए प्रोत्साहित किया जाता है। इस कार्यक्रम के बारे में बात करते हुए, डॉ. मीनाक्षी भट्ट ने कहा, दुर्लभ रोगों के लिए राष्ट्रीय नीति, 2021 के तहत, उपचार योग्य दुर्लभ बीमारी से प्रभावित प्रत्येक व्यक्ति उपचार की फीस के लिए 50 लाख रुपये पाने का पात्र है।

बच्चों को प्रकृति से जोड़ने के लिए लांच किया ग्रो लैब

❖ बच्चों में कम उम्र से ही पर्यावरणीय जागरूकता को विकसित करने की दिशा में एक महत्वपूर्ण कदम है

मुंबई। मुंबई की तेज रफ्तार और व्यस्त शहरी जीवन के बीच, एक हरा-भरा आश्रय उभर कर आया है जो बच्चों को प्रकृति के अद्भुत संसार से जोड़ने का काम करेगा। म्यूज़ियम ऑफ सॉल्यूशन्स (मुसो) ने ग्रो लैब का अनावरण किया है– एक अनूठी, अनुभवात्मक हरित जगह, जहां बच्चे अपने आसपास के इको सिस्टम और जीवन को बनाए रखने वाली जटिल कड़ियों को समझ सकते हैं। यहां, हाथों से करने वाली गतिविधियों के माध्यम से, बच्चे जैव विविधता, इको-फ्रेंडली खेती, जल संरक्षण और कचरा प्रबंधन के बारे में सीखते हैं और यह समझते हैं कि स्थानीय वनस्पतियां पक्षियों, मधुमक्खियों और अन्य महत्वपूर्ण जीवों के लिए कितनी आवश्यक हैं। मुंबई के बीचों-बीच प्रकृति का स्पर्श - म्यूज़ियम ऑफ सॉल्यूशन्स की छत पर स्थित ग्रो लैब एक हैंड्स-ऑन स्पेस है, जहां बच्चे अनुभवों के माध्यम से प्रकृति और स्थिरता के बारे में सीखते हैं। म्यूज़ियम ऑफ सॉल्यूशन्स के उद्देश्य-निर्देशित, बाल-केंद्रित शिक्षा मिशन को आगे बढ़ाते हुए, ग्रो लैब पर्यावरण के प्रति एक गहरी समझ विकसित करता है और बच्चों को अपने समुदायों और दुनिया पर सकारात्मक प्रभाव डालने के लिए प्रेरित करता है। म्यूज़ियम ऑफ सॉल्यूशन्स की सह-संस्थापक तन्वी जिंदल शेटे ने कहा, ग्रो लैब की शुरूआत बच्चों में कम उम्र से ही पर्यावरणीय जागरूकता को विकसित करने की दिशा में एक महत्वपूर्ण कदम है। म्यूज़ियम ऑफ सॉल्यूशन्स में, हमारा लक्ष्य ऐसा अनुभव प्रदान करना है जो नवाचारपूर्ण, अद्वितीय और वैश्विक स्तर पर प्रेरित हो, ताकि बच्चों को सीखने के विश्व स्तरीय अवसर मिलें।

मेरे हसबैंड की बीवी का बॉक्स ऑफिस पर उछाल

मुंबई। मुदस्सर अजीज की ताजगी से भरी कॉमेडी फिल्म मेरे हसबैंड की बीवी थिएटरों में रिलीज हो चुकी है, और इसका हास्य और ड्रामा का मिश्रण परिवारिक दर्शकों को आकर्षित कर रहा है। फिल्म ने पहले दिन 1.7 करोड़ का अच्छा कलेक्शन किया और अब भी मजबूत बनी हुई है। सप्ताहांत में पूरी तरह से उमंग के साथ, यह उम्मीद की जा रही है कि कलेक्शन और बढ़ेगा। जैसे-जैसे परिवार और युवा दर्शक सिनेमाघरों की ओर बढ़ रहे हैं, शनिवार को टिकट बिक्री में वृद्धि देखी गई। अपनी ताजगी से भरपूर कॉमेडी और एक आकर्षक लव-ट्रायंगल स्टोरीलाइन के साथ, मेरे हसबैंड

की बीवी आने वाले दिनों में दर्शकों का मनोरंजन करने के लिए तैयार है, और यह बड़े पर्दे पर देखना चाहिए। मेरे हसबैंड की बीवी में अर्जुन कपूर, रकुल प्रीत सिंह और भूमि पेडनेकर मुख्य भूमिका में हैं, जबकि शक्ति कपूर, हर्ष गुज्जराल, डिनो मोरिया और आदित्य सील महत्वपूर्ण भूमिकाओं में हैं। फिल्म को वाशु भगनानी और पूजा फिल्म्स द्वारा प्रस्तुत किया गया है, और इसे वाशु भगनानी, जैकी भगनानी और दीपशिखा देशमुख द्वारा निर्मित किया गया है। यह फिल्म अब सिनेमाघरों में चल रही है

अपनी काया को बदलना एक चुनौती : माहिर पंधी

एजेंसी

मुंबई। सोनी सब के इस शो में अभिनेता माहिर पंधी भी शामिल हुए हैं, जो विपरीत स्वभाव वाले दो भाइयों बाली और सुग्रीव की भूमिका निभाने जा रहे हैं। उन्होंने शक्तिशाली भाइयों, सुग्रीव और बाली को प्रभावी ढंग से चित्रित करने के लिए वजन बढ़ाने के लिए प्रतिबद्धता दिखाई है। जहाँ बाली को उनकी अविश्वसनीय ताकत और प्रभुत्व के लिए जाना जाता है, वहीं सुग्रीव लचीलेपन और वफादारी का प्रतिनिधित्व करते हैं- इन अलग-अलग पात्रों के लिए शारीरिक और भावनात्मक तौर पर व्यापक तैयारी के लिए माहिर के सामने बड़ी चुनौती है। किसी किरदार के लिए खुद को पूरी तरह बदलना आसान नहीं होता, लेकिन माहिर की तैयारी उनके जुनून और रचनात्मक उत्कृष्टता की झलक देती है। माहिर ने कहा, इस किरदार के लिए शरीर को पूरी तरह से बदलना एक चुनौतीपूर्ण लेकिन बेहद संतोषजनक यात्रा रही है। मांसपेशियां बनाने के लिए मैंने मुख्य रूप से स्क्वाट्स, डेडलिफ्ट्स, शोल्डर प्रेस, बेंच प्रेस और रो जैसी कंपाउंड एक्सरसाइज पर ध्यान दिया। पोषण का इसमें अहम योगदान रहा।

होंडा कंपनी की नई बाइक होंडा हॉर्नेट 2.0 लांच

एजेंसी

नई दिल्ली। भारतीय बाजार में होंडा मोटरसाइकल एंड स्कूटर इंडिया ने अपनी नई बाइक होंडा हॉर्नेट 2.0 लॉन्च कर दी है। कंपनी ने इसे सिंगल फुली-लोडेड वेरिएंट में बाजार में उतारा है, जिसे रेड विंग और बिग विंग डीलरशिप्स से खरीदा जा सकता है। यह बाइक ओबीडी2बी-कंप्लायंट इंजन के साथ आती है और इसकी एक्स-शोरूम कीमत रुपए 1,56,953 रखी गई है। नई हॉर्नेट 2.0 में स्टाइलिंग को और बेहतर बनाया गया है। इसके बॉडी पैनल पर नए ग्राफिक्स दिए गए हैं और इसमें ऑल-एलईडी लाइटिंग सेटअप मिलता है। बाइक में 4.2-इंच का टीएफटी डिस्प्ले दिया गया है, जिसमें होंडा रोडसिंक ऐप के जरिए ब्लूटूथ कनेक्टिविटी का सपोर्ट है। इससे राइडर्स को नेविगेशन, इनकमिंग कॉल अलर्ट और एसएमएस नोटिफिकेशन जैसी सुविधाएं

मिलेंगी। इसके अलावा, इसमें एक नया यूएसबी-सी टाइप चार्जिंग पोर्ट भी दिया गया है। इसमें 184.40सीसी, सिंगल-सिलेंडर, 4-स्ट्रोक इंजन दिया गया है, जो 16.9 पीएस की पावर और 15.7 एनएम का टॉर्क जनरेट करता है। 5-स्पीड गियरबॉक्स के साथ इसमें असिस्ट और स्लिपर क्लच दिया गया है, जिससे स्मूथ गियर शिफ्टिंग होती है। नई होंडा हॉर्नेट 2.0 दमदार फीचर्स और शानदार परफॉर्मेंस के साथ भारतीय युवाओं को आकर्षित करने के लिए तैयार है। सुरक्षा को ध्यान में रखते हुए नई हॉर्नेट 2.0 में होंडा सेलेक्टेबल टॉर्क कंट्रोल (एचएसटीसी) और डुअल-चैनल एबीएस दिया गया है। यह बाइक चार रंगों - पर्ल इग्नियस ब्लैक, रेडियंट रेड मेटैलिक, एथलेटिक ब्लू मेटैलिक और मैट एक्सिस ग्रे मेटैलिक में उपलब्ध होगी।

टेस्ला भारत में आने की कर रही तैयारी

मुंबई। भले ही भारत में कारखाना स्थापित करने संबंधी टेस्ला की योजना के बारे में अमेरिका के राष्ट्रपति डॉनल्ड ट्रंप तैयार नहीं हैं लेकिन सूत्रों की मानें तो ईलॉन मस्क की कंपनी भारतीय बाजार में आने के लिए कमर कस चुकी है। सूत्रों ने कहा कि टेस्ला भारत में अपने एक कारखाने के लिए सक्रियता से जगह की तलाश कर रही है। कंपनी यहां सीकेडी इकाई लगाना चाहती है जहां कलपुर्जे आयात कर वाहनों को असेंबल किया जाएगा। इससे कंपनी को पूरी तरह से तैयार वाहन को आयात करने की जरूरत नहीं होगी और उसे कर में भी राहत मिल सकती है। कंपनी इसी संदर्भ में आंध्र प्रदेश सरकार के साथ पिछले कुछ दिनों से बातचीत कर रही है।

लॉरिट्ज नुडसन इलेक्ट्रिकल व ऑटोमेशन ने महाकुंभ के लिए उत्तर प्रदेश जल निगम के साथ की साझेदारी

भारत विकसित भारत 2047 की ओर बढ़ रहा

लखनऊ/नई दिल्ली/मुंबई। भारतीय इलेक्ट्रिकल और ऑटोमेशन क्षेत्र की अग्रणी कंपनी लॉरिट्ज नुडसन इलेक्ट्रिकल एंड ऑटोमेशन (जिसे पहले एलएंडटी स्विचगियर के नाम से जाना जाता था) ने प्रयागराज में महाकुंभ 2025 के लिए उत्तर प्रदेश जल निगम (यू) के साथ साझेदारी की है। कंपनी के अत्याधुनिक स्मार्ट नियंत्रकों को विश्वसनीय, दूर से संचालित जल आपूर्ति प्रणाली सुनिश्चित करने के लिए तैनात किया गया है, जिससे उच्च घनत्व वाले क्षेत्रों में मानवीय हस्तक्षेप के बिना महाकुंभ में लाखों तीर्थयात्रियों को पानी का निर्बाध

Lauritz Knudsen
Electrical & Automation

वितरण संभव हो सके। इसके अतिरिक्त, कंपनी ने दक्षता को अनुकूलित करने के लिए बिजली की गुणवत्ता में सुधार के समाधान स्थापित किए हैं। ये नियंत्रक और उत्पाद तीर्थयात्रियों की पीने और व्यक्तिगत उपयोग सहित जरूरतों के लिए स्वच्छ पानी निकालने की सुविधा प्रदान करते हैं। यह अभिनव सेटअप चल रहे मेले के दौरान एक सुसंगत और विश्वसनीय जल आपूर्ति बनाए रखने में महत्वपूर्ण होगा। राज्य में जल अवसंरचना को मजबूत करने के लिए एक अन्य विकास में, लॉरिट्ज नुडसन ने उत्तर प्रदेश सिंचाई विभाग के समक्ष अपने स्विचगियर समाधानों की विश्वसनीयता और उन्नत क्षमताओं का सफलतापूर्वक प्रदर्शन किया। साझेदारी पर टिप्पणी करते हुए, ग्रेटर इंडिया के जोन अध्यक्ष और श्नाइडर इलेक्ट्रिक इंडिया के एमडी और सीईओ दीपक शर्मा ने कहा, उत्तर प्रदेश में लॉरिट्ज नुडसन का प्रभाव महाकुंभ परियोजना से कहीं आगे तक फैला हुआ है। जैसे-जैसे भारत 'विकसित भारत 2047' की ओर बढ़ रहा है, लॉरिट्ज नुडसन ऊर्जा और स्वचालन क्रांति में सबसे आगे बना हुआ है, जो अत्याधुनिक तकनीक के साथ देश के बुनियादी ढांचे को मजबूत कर रहा है।

मुकेश अंबानी दुनिया के अमीरों की लिस्ट में 17वें स्थान पर

❖ गौतम अडानी की नेटवर्थ में 12 अरब डॉलर की गिरावट

एजेंसी

नई दिल्ली। भारत के और एशिया के दूसरे रईस गौतम अडानी की नेटवर्थ में इस साल भारी गिरावट दर्ज की गई है। ब्लूमबर्ग बिलिनेयर इंडेक्स के अनुसार उनकी कुल संपत्ति अब 66.8 अरब डॉलर रह गई है जो उन्हें दुनिया के 23वें सबसे अमीर व्यक्ति बनाता है। वहीं एलन मस्क को अडानी से भी ज्यादा हानि हुई है। मस्क ने इस साल 35.2 अरब डॉलर गंवाए, जिससे उनकी कुल नेटवर्थ घटकर 397

अरब डॉलर रह गई। शुक्रवार को ही उनकी संपत्ति में 4.4 अरब डॉलर की गिरावट आई। इसके बावजूद, वे अभी भी दुनिया के सबसे अमीर व्यक्ति हैं। सबसे ज्यादा कमाई करने वाले अरबपतियों की बात करें तो इसमें फेसबुक के मार्क जुकरबर्ग सबसे आगे हैं। इस साल उनकी नेटवर्थ में 37.6 अरब डॉलर की तेजी आई है। वहीं फ्रांसीसी कारोबारी बर्नार्ड अरनॉल्ट की नेटवर्थ 18.5 अरब डॉलर बढ़ी है। बिल गेट्स और एमेनशियो ओटेर्गा की नेटवर्थ में 10-10 अरब डॉलर की तेजी आई है। दुनिया के टॉप 20 अमीरों में से 15 की नेटवर्थ में इस साल गिरावट आई है। मस्क के अलावा लैरी पेज, सर्गेई ब्रिन, स्टीव बालमर और मुकेश अंबानी ने नेटवर्थ गंवाई है। जकरबर्ग 245 अरब डॉलर के साथ दुनिया के अमीरों की लिस्ट में दूसरे, जेफ बेजोस, तीसरे लैरी एलिसन चौथे, अरनॉल्ट पांचवें, गेट्स छठे, पेज सातवें, ब्रिन आठवें, वॉरेन बफे नौवें और बालमर दसवें नंबर पर हैं।

आरसीएचआरसी ने बाइक रैली कर कैंसर के बारे में जागरूकता बढ़ाई

रांची। टाटा कैंसर केयर फाउंडेशन द्वारा स्थापित रांची कैंसर हॉस्पिटल एंड रिसर्च सेंटर (आरसीएचआरसी) ने सामाजिक भागीदारी और जागरूकता कार्यक्रम का आयोजन किया। कैंसर से जीतना संभव है विषय के अंतर्गत शनिवार को मोरहाबादी मैदान से बाइक रैली निकाली गयी। इस कार्यक्रम का समापन बाइक रैली के साथ हुआ, जहां डॉक्टर, कैंसर रोगी, केयरगिवर्स और कम्युनिटी सदस्यों सहित 500 प्रतिभागियों ने हिस्सा लिया। इसके तहत मोराबादी मैदान से आरसीएचआरसी तक आठ किलोमीटर की दूरी तय की गई, जहां रांची कॉलेज, राम मंदिर चौक, चांदनी चौक और कांके चौक में यह काफिला रुका। उन्होंने कैंसर के प्रति जागरूकता और समय पर इसकी जांच करवाने की प्रेरणा देते हुए बैनर्स और स्लोगन थामा हुआ था। आरसीएचआरसी ने ब्लड प्रेशर, ओरल, ब्रेस्ट एवं सर्वाइकल कैंसर (30 वर्ष से अधिक उम्र के लोगों के लिए) की जांच के लिए एक मुफ्त जांच शिविर का भी आयोजन किया था, जिसका नेतृत्व अनुभवी ऑन्कोलॉजिस्ट और डॉक्टरों ने किया। इससे लोग अपनी सेहत की कमान अपने हाथों में लेने और समय पर उपचार कराने के लिए प्रेरित हुए। आरसीएचआरसी में इंटर-कॉलेज स्पोकन वर्ड कॉम्पीटिशन का आयोजन किया गया, जिसमें बिरसा कृषि विश्वविद्यालय, रांची वुमन्स कॉलेज, बीआईटी मेसरा, सेंट जेवियर्स कॉलेज, बेथेल कॉलेज ऑफ नर्सिंग, रामकृष्णन मिशन विवेकानंद एजुकेशनल एंड रिसर्च इंस्टीट्यूट और डॉ श्याम प्रसाद मुखर्जी विश्वविद्यालय के

प्रतिभागियों ने हिस्सा लिया। यह प्रतियोगिता अंधेरे से उजाले तकः कैंसर योद्धाओं की आवाज विषय पर केंद्रित थी। जिसने स्टूडेंट्स को जागरूकता फैलाने के उद्देश्य से रोगियों तथा केयरगिवर्स से जुड़े अनुभवों को क्रिएटिव रूप में पेश करने का मंच दिया है। जजेस में मनोज कुमार, प्रोग्राम एक्जीक्यूटिव, आकाशवाणी रांची और प्रोग्राम ऑफ आकाशवाणी डाल्टनगंज प्रमुख; डॉ. सुष्मिता पाण्डे, लेखक एवं आरसीएचआरसी कैंसर रोगी; और डॉ. मनीषा, कंसल्टेंट, पैलिएटिव मेडिसिन, आरसीएचआरसी शामिल थे। चुनी गई विजेता श्रुति मिश्रा (बिरसा कृषि विश्वविद्यालय) को आकाशवाणी, रांची में स्पोकन वर्ड परफॉर्मेंस प्रसारित करने का मौका मिला है। इसके साथ ही इस कार्यक्रम का लक्ष्य गतिविधियों के माध्यम से लोगों को जागरूक और प्रेरित करना है। इस दौरान डॉ. रजनीगंधा टुडु, मेडिकल ऑन्कोलॉजिस्ट, आरसीएचआरसी द्वारा बचाव, उपचार और सपोर्ट सिस्टम को लेकर कैंसर जागरूकता पर खास चर्चा की गई। साथ ही समय पर जांच और बचाव को लेकर स्थानीय कलाकारों द्वारा नुक्कड़ नाटक भी पेश किया गया। मुख्य अतिथि के रूप में इस अवसर की शोभा बढ़ाते हुए, डॉ. चंद्र किशोर शाही, डायरेक्टर-इन-चीफ, हेल्थ सर्विसेज, झारखंड सरकार ने कहा, कैंसर सिर्फ एक बीमारी नहीं है- यह एक भावनात्मक, सामाजिक और आर्थिक लड़ाई है, जोकि पूरे परिवार को प्रभावित करती है। डॉ. (कर्नल) मदन मोहन पाण्डे, डायरेक्टर ऑफ मेडिकल सर्विसेज, आरसीएचआरसी ने कहा, कैंसर के परिणामों को बेहतर बनाने के लिए इस बीमारी की समय पर जांच और उपचार बेहद जरूरी है। इस तरह की पहलें मेडिकल जानकारी और आम लोगों की जागरूकता के बीच की दूरी को कम करने में मदद करती हैं।

एनएसओ इंडिया ने भारत में डेटासेट व रजिस्ट्री का संग्रह, 2024 जारी किया

एजेंसी

नई दिल्ली। केंद्रीय सांख्यिकी और कार्यक्रम कार्यान्वयन मंत्रालय (एमओएसपीआई) ने भारत में डेटासेट और रजिस्ट्री का संग्रह, 2024 का नवीनतम संस्करण प्रकाशित किया है। यह डेटा की पहुंच को मजबूत करने के उद्देश्य से एक प्रमुख पहल है। राष्ट्रीय सांख्यिकी प्रणाली के चल रहे आधुनिकीकरण के हिस्से के रूप में यह संग्रह सुनिश्चित करता है कि नीति निर्माताओं, शोधकर्ताओं, शिक्षाविदों, छात्रों, विश्लेषकों, व्यवसायों और आम जनता के लिए सरकारी डेटा आसानी से सुलभ हो। सांख्यिकी और कार्यक्रम कार्यान्वयन मंत्रालय के अनुसार यह व्यापक संसाधन भारत सरकार के 40 मंत्रालयों और विभागों से प्राप्त लगभग 270 डेटासेट और रजिस्ट्री के मेटाडेटा को समेकित करता है, जिसमें कृषि, स्वास्थ्य, शिक्षा, श्रम, ग्रामीण विकास, पर्यटन, सामाजिक न्याय, बैंकिंग और अन्य जैसे क्षेत्र शामिल हैं। वन-स्टॉप संदर्भ के रूप में कार्य करके यह संकलन उपयोगकर्ताओं को सरकारी डेटासेट की उपलब्धता, दायरे और पहुंच को आसानी से तलाशने में सक्षम बनाता है। इसमें मानकीकृत मेटाडेटा, डेटा संग्रह पद्धतियों, अद्यतनों की आवधिकता और मंत्रालयों में डेटा-साझाकरण नीतियों का विवरण शामिल है। इसके अतिरिक्त यह प्रत्येक डेटासेट के संग्रह और प्रसार को नियंत्रित करने वाले कानूनी और नियामक ढांचे की रूपरेखा तैयार करता है जबकि गहन विश्लेषण और साक्ष्य-आधारित नीति निर्माण का समर्थन करने के लिए विघटन के स्तर पर अंतर्दृष्टि प्रदान करता है।

वास्तु के अनुसार पूजा के समय इन 5 बातों का रखें ध्यान...

वास्तु में पूजा-पाठ के कुछ नियम बताए गए हैं। मान्यता है कि इन नियमों का पालन करने से जीवन में सुख-समृद्धि का आगमन होता है। हिंदू धर्म में सुबह व शाम देवी-देवताओं की पूजा का विधान है। वास्तु शास्त्र में पूजा-पाठ के कुछ नियम बताए गए हैं। मान्यता है कि इन नियमों का पालन करने से देवी-देवता प्रसन्न होते हैं और जातक की पूजा सफल होने के साथ शुभ फल प्राप्त होते हैं। पूजा-पाठ में वास्तु नियमों का पालन करने से घर में सुख-शांति व आर्थिक समृद्धि का वास होता है। जानें पूजा के दौरान किन नियमों का पालन करना चाहिए।

पूजा के समय तांबे के पात्र में थोड़ा जल रखें

वास्तु के अनुसार जब भी आप पूजा करें, तब एक चांदी या तांबे के पात्र में थोड़ा जल रखें, फिर पूजा करने के बाद उसे पूरे घर में छिड़क दें। मान्यता है कि ऐसा करने से जीवन में धन-धान्य का आगमन होता है।

पूजा में वस्त्र प्रयोग

वास्तु के अनुसार, पूजा घर में जो वस्त्र प्रयोग करें वो लाल, पीले या गुलाबी रंग के शुभ होते हैं। मान्यता है कि ऐसा करने देवी-देवता प्रसन्न होते हैं और सुख-समृद्धि का आशीर्वाद प्रदान करते

पूजा के समय जल का पात्र किस ओर रखना चाहिए

वास्तु के अनुसार, पूजा के समय जल से भरा हुआ पात्र सदैव आपकी बाईं ओर होना चाहिए। मान्यता है कि ऐसा करने से पूजा का पूर्ण फल प्राप्त होता है व जातकों को जीवन के अन्य क्षेत्रों में शुभ फलों की प्राप्ति होती है।

पूजा के समय मुख किस दिशा में होना चाहिए

वास्तु के अनुसार, पूजा करते समय आपका मुख पूर्व या उत्तर की ओर होना चाहिए। मान्यता है कि ऐसा करने से देवी-देवताओं का आशीष प्राप्त होता है।

दीपक आपके दाईं ओर होना चाहिए

वास्तु शास्त्र के अनुसार, पूजा के समय हमेशा घी का दीपक आपके दाईं ओर होना चाहिए। इसके अलावा पूजा घर के आसपास, ऊपर या नीचे शौचालय नहीं होना चाहिए।

वॉक से पहले वॉर्मअप जरूरी

फिटनेस बनाए रखनी है तो रोजाना वॉक करना शुरू कर दें। खासतौर से वो लोग जो फिजिकल एक्टिविटी के नाम पर एक्सरसाइज और योगा से दूर भागते हैं उनके लिए वॉक अच्छा स्टेप हो सकता है। रोजाना वॉक करने से शरीर से कई बीमारियां दूर भागती है। मोटापा कंट्रोल रहता है और पूरी सेहत पर इसका सकारात्मक असर दिखाई देता है। अगर सही तरीके से वॉक की जाए तो इसके फायदे वाकई मैजिकल हो जाते हैं। वॉक से पहले हल्का वॉर्मअप और वॉक खत्म करने के बाद शरीर को कूलडाउन करना जरूरी है। जानिए ऐसा क्यों कहा जाता है?

वॉक स्टार्ट करने से पहले कुछ मिनट का वॉर्मअप जरूर करें। वार्म अप करने का सबसे अच्छा तरीका धीरे-धीरे चलना है। यानि पहले छोटे-छोटे स्टेप्स लें। जिससे मांसपेशियों को वार्मअप के लिए समय मिल पाए। शुरुआत में आराम से वॉक शुरू करें और फिर स्पीड बढ़ाएं। वॉक से पहले पैरों की मांसपेशियों को धीरे-धीरे स्ट्रेच करें। खास तौर से अपनी पिंडलियों और आगे और पीछे की जांघों को स्ट्रेच करें। पैरों को करीब 20 सेकंड तक स्ट्रेच करते रहें। अगर ज्यादा दर्द या खिंचाव महसूस हो तो थोड़ा रुक जाएं। वॉर्मअप के वक्त एकदम से उछलें या झटके न दें। कई बार ऐसा करने से मांसपेशियों के ऊतकों में जरूरत से ज्यादा खिंचाव आने लगता है।

वॉक के बाद बॉडी को करें कूलडाउन

जिस तरह कोई भी व्यायाम धीरे-धीरे स्टार्ट किया जाता है ठीक उसी तरह किसी भी फिजिकल एक्टिविटी को धीरे-धीरे ही शांत करना चाहिए। ऐसा करने से मांसपेशियों की अकड़न और चोट से भी बचाव होता है। इसलिए जब वॉक खत्म करें तो थोड़ी देर हल्की स्पीड में चलें। थोड़ी स्ट्रेचिंग करें और फिर वॉक करना बंद करें। इससे मसल्स को रिलेक्स मिलता है।

इन बातों का भी रखें ख्याल

वॉक या कोई भी फिजिकल एक्टिविटी जब आप करते हैं तो खास बातों का ख्याल जरूर रखें। व्यायाम करते वक्त आपको हल्के कपड़े पहनने चाहिए,क्योंकि पसीना बहुत आता है। एक्सरसाइज और वॉक करते वक्त शरीर का तापमान बढ़ जाता है। इसलिए ज्यादा कपड़े पहनने से बचें। वॉक के लिए आरामदायक जूते पहनें। इससे पैरों पर ज्यादा प्रेशर नहीं पड़ता। अच्छे जूते पहनकर टहलने से पैरों को आराम मिलता है। इससे आप ज्यादा देर तक अच्छी वॉक कर सकते हैं।

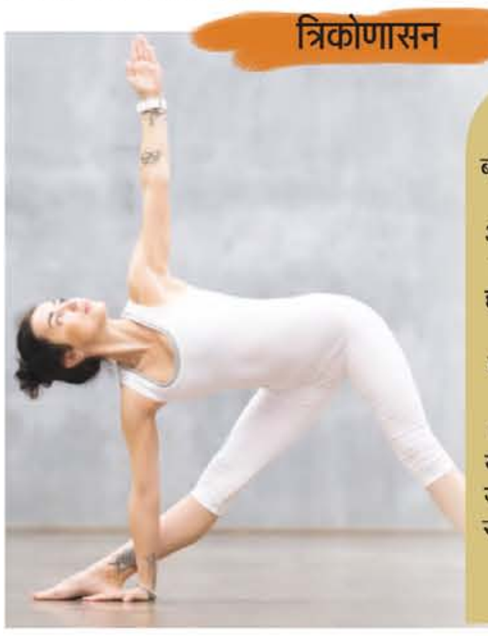
पैरों की नस चढ़ने पर करें ये 2 योगासन

उठते-बैठते समय कई बार हाथ-पैरों में नस चढ़ जाती है। यह एक आम समस्या है, जिससे पीड़ित व्यक्ति के हाथ-पैरों की मांसपेशियों में तेज खिंचाव और दर्द महसूस होने लगता है। यह समस्या कई बार इतनी असहनीय होती है कि पीड़ित व्यक्ति के लिए यह दर्द बर्दाश्त करना तक मुश्किल हो जाता है। बता दें, हाथ-पैरों में नस चढ़ने के पीछे आमतौर पर शरीर में पानी की कमी होने से कमजोर हुई मांसपेशियां, शरीर में पोटैशियम और कैल्शियम की कमी से मांसपेशियों में होने वाली ऐंठन और ब्लड सर्कुलेशन की कमी जैसे कारण छिपे हुए होते हैं। अगर आपको भी यह समस्या अकसर परेशान करती है तो इन 2 योगासनों को अपने रूटीन में शामिल कर लीजिए। ये 2 योगासन मांसपेशियों को मजबूत बनाकर नस चढ़ने की समस्या को प्रभावी ढंग से नियंत्रित कर सकता है। हाथ-पैरों में नस चढ़ने पर दर्द से राहत देंगे ये 2 योगासन।

पवनमुक्तासन

पवनमुक्तासन ऐसी योग मुद्रा है, जिसमें शरीर से हवा निकलती है और उससे कई तरह के रोग ठीक होते हैं। इस आसन को अंग्रेजी में 'विंड रिलीज़िंग पोज' कहते हैं। पवनमुक्तासन शरीर का रक्त संचार बढ़ाकर मांसपेशियों को आराम देता है। जिससे नस चढ़ने की समस्या में भी राहत मिलती है। पवनमुक्तासन करने के लिए किसी शांत जगह पर सीधा लेट जाएं। इसके बाद सांस लेते हुए अपने पैरों को 90 डिग्री तक उठाकर सांस छोड़ें, अपने पैरों को मोड़ें और अपने घुटनों को अपनी छाती तक लाने की कोशिश करें। अब अपने घुटनों को अपनी उंगलियों से पकड़ें और अपना सिर उठाएं और अपने माथे को अपने घुटनों से टच करें। इस मुद्रा में रहते हुए सांसों को सामान्य रखें। अब आप सबसे पहले अपने सिर और फिर पैरों को नीचे लाएं। इस योगासन को 2 से 3 बार करें।

त्रिकोणासन



त्रिकोणासन पैरों की मांसपेशियों को मजबूत बनाकर रक्त संचार को बेहतर बनाता है। त्रिकोणासन के अभ्यास के लिए दोनों पैरों को फैलाकर खड़े हों जाएं। एक हाथ ऊपर और दूसरा नीचे ले जाकर त्रिभुज का आकार बनाएं। इस योग को करने से आपकी मांसपेशियों पर सकारात्मक प्रभाव पड़ता है। यह आसन आपके कूल्हों और जांघ की जकड़न को कम कर सकता है। साथ ही इस आसन को करने से आपकी बॉडी पोस्चर सही हो सकता है।

आईब्रो में ऐसे करें नेचुरल डाई

बालों का सफेद होना काफी ज्यादा कॉमन हो गया है। बहुत सारे लोगों के तो आईब्रो और दाढ़ी के बाल भी सफेद हो जाते हैं। अब इन सफेद बालों पर केमिकल वाले कलर लगाना काफी हार्मफुल हो जाता है। ऐसे में घर में बना नेचुरल डाई लगाएं। ये ना केवल आईब्रो के बालों को काला करने में मदद करेगा बल्कि किसी भी तरह के हार्मफुल केमिकल से भी बचाएगा। जानें कैसे बनाएं नेचुरल डाई।

- सबसे पहले अखरोट की गिरि को इतना भूनें कि ये जलकर राख हो जाए। जब ये बिल्कुल काला हो जाए तो इसे किसी बर्तन में निकालकर पीस लें।
- पीसने के बाद इस अखरोट के जले पार्ट को छन्नी से छानकर महीन भाग रख लें।
- अखरोट के इस जले पाउडर में एक विटामिन ई की कैप्सूल और चुटकी के बराबर वैसलीन डालकर मिक्स कर लें।
- रोजाना रात को सोने से पहले इस होममेड नेचुरल डाई को लगाएं। सुबह कपड़े से पोंछ कर साफ कर लें।
- कुछ ही दिनों में आईब्रो के बाल बिल्कुल काले दिखने लगेंगे।
- इसी तरह से इस होममेड डाई को दाढ़ी के बालों पर भी लगा सकते हैं। इससे दाढ़ी के बाल भी बिना हार्मफुल केमिकल के काले दिखने लगेंगे।

रोजाना सिर्फ 5 मिनट ध्यान लगाने के फायदे

रोजाना के रुटीन में से खुद के लिए सिर्फ 5 मिनट निकालकर आप शरीर को कई तरह के फायदे पहुंचा सकते हैं। मेडिटेशन योग की एक ताकतवर प्रेक्टिस है जिससे दिमाग को अपने काबू में किया जा सकता है। इसी के साथ आप ध्यान लगाकर पूरे शरीर पर भी कंट्रोल पा सकते हैं। वैसे तो ध्यान लोग कम से कम 15 मिनट के लिए लगाते हैं,लेकिन आजकल की बिजी लाइफस्टाइल में से खुद के लिए समय निकालना काफी मुश्किल हो गया है। ऐसे में अगर आप मेडिटेशन करने के लिए सिर्फ 5 मिनट भी निकाल लेते हैं तो कई फायदे मिल सकते हैं। जानिए रोजाना पांच मिनट ध्यान लगाने के फायदे-

ब्लड प्रेशर मैनेज करने में मददगार

कई स्टडीज में पाया गया है कि ध्यान ब्लडप्रेशर कम करने वाली दवाओं की तरह काम कर सकता है। ध्यान लगाने से शरीर तनाव हार्मोन के प्रति कम रिएक्ट करता है, जो ब्लडप्रेशर को कम करने में मददगार साबित हो सकता है।

बढ़ता है फोकस

एक स्टडी में यह पाया गया कि मेडिटेशन से बोरिंग काम पर ध्यान लगाने में सुधार होता है। इसके अलावा ध्यान करने वाले आसानी से यादें बनाने और फैसले लेने में सक्षम होते हैं।

स्ट्रेस होता है कम

ज्यादातर लोग फ्यूचर को लेकर टेंशन में होते हैं और अक्सर इस बात को लेकर टेंशन में रहते हैं, लेकिन अगर आप ध्यान लगते हैं तो आप विचारों की दौड़ से खुद को अलग कर पाते हैं और वर्तमान क्षण पर अपना ध्यान लगाकर तनाव कम हो जाता है।

अच्छी नींद में फायदेमंद

ध्यान लगाने से सोने से पहले मन को शांत किया जा सकता है। इसके अलावा ध्यान नींद की क्वालिटी में भी सुधार कर सकता है।

पाचन में सुधार

स्ट्रेस का असर सीधा पाचन तंत्र पर होता है। स्ट्रेस की वजह से सूजन, एसिड रिफ्लक्स, अल्सर और यहां तक कि

खाने से एलर्जी भी हो सकती है। जब आप ध्यान लगाते हैं तो शरीर रिलैक्स महसूस करता है, जिसकी वजह से सूजन, दस्त और कब्ज के लक्षणों में काफी सुधार होता है।

नींद से जुड़ी समस्याओं को कम कर सकता है केसर का दूध

ऐसे बहुत से लोग होते हैं, जिन्हें रात में अच्छी और गहरी नींद नहीं आती है। वे अक्सर रात में बार-बार उठते हैं या फिर रातभर करवटें बदलते रहते हैं। ऐसे में उनकी सेहत पर काफी गहरा नकारात्मक असर पड़ता है। इससे निजात पाने के लिए जरूरी है कि आप कुछ आसान और नेचुरल तरीकों का सहारा लें। इन्हीं में से एक है केसर का दूध। केसर का दूध ना केवल पीने में बहुत अधिक स्वादिष्ट होता है, बल्कि यह आपकी स्लीप क्वालिटी को बेहतर बनाने में भी मददगार है। ऐसा इसलिए संभव है, क्योंकि केसर में कुछ ऐसे कंपाउंड पाए जाते हैं, जो आपके दिमाग को शांत करने और तनाव को कम करने में मददगार साबित हो सकते हैं। इससे आपको काफी अच्छी नींद आती है।

माइंड को मिलता है रिलैक्स

केसर का दूध आपको गहरी नींद दिला सकता है, क्योंकि इसे पीने से माइंड काफी रिलैक्स होता है। दरअसल, केसर में सफ्रानल और क्रोसिन जैसे स्पेशल कंपाउंड पाए जाते हैं, जो आपके नर्व्स सिस्टम को शांत करने में मदद करते हैं। अगर आपका माइंड बहुत ज़्यादा एक्टिव या तनाव में रहता है तो आपको नींद आने में समस्या हो सकती है। ऐसे में ये कंपाउंड आपके दिमाग को धीमा करने के लिए कहते हैं, जिससे आप अच्छी नींद और आराम महसूस करते हैं। सफ्रानल में विशेष रूप से हल्के सेडटिव गुण होते हैं जो आराम और बेहतर नींद को बढ़ावा देते हैं।

स्लीप हार्मोन को मिलता है बढ़ावा

जब स्लीप हार्मोन मेलाटोनिन अच्छी तरह से काम करता है तो इससे आपको रात में गहरी नींद आती है। यूं तो शरीर स्वाभाविक रूप से मेलाटोनिन का उत्पादन करता है, जो आपके मस्तिष्क को बताता है कि सोने का समय हो गया है। लेकिन किसी वजह से अगर मेलाटोनिन का स्तर कम है, तो आपको सोने में कठिनाई हो सकती है। केसर आपके शरीर को स्वाभाविक रूप से अधिक मेलाटोनिन का उत्पादन करने में मदद करता है, ताकि आप सही समय पर और अधिक गहरी नींद ले सकें।

स्ट्रेस को करे कम

जब आप किसी तरह के तनाव में होते हैं तो इसका सीधा असर स्लीप क्वालिटी पर पड़ता है। ओवरथिंकिंग, एंग्जाइटी और स्ट्रेस की वजह से व्यक्ति को रात में सही तरह से नींद नहीं आती है। ऐसे में खुद को रिलैक्स करने और रात में अच्छी नींद लेने के लिए आपको केसर का दूध पीने की आदत डालनी चाहिए। केसर मूड को बेहतर बनाने और एंग्जाइटी को कम करने में मददगार साबित हो सकता है। जिससे आपको अधिक शांत व खुश महसूस करने में मदद मिलती है। जब आपका मन शांत होता है, तो नींद अधिक आसानी से आती है।

घर में काम की वजह से थकान और कमजोरी दूर करेगा ये नुस्खा

हाउसवाइफ को बहुत ज्यादा काम और लगातार करना होता है। खड़े रहने की वजह से ना केवल उनके पैरों में दर्द होता है बल्कि एड़ी और कमर भी अकड़ जाती है। जिसका कारण शरीर में न्यूट्रिशन की कमी है। शरीर में जरूरी न्यूट्रिशन की कमी को दूर भगाने के लिए महिलाओं को ये दो चीज मिलाकर लगाना चाहिए। महिलाओं को पैर के नाखूनों में एक चम्मच देसी घी और आधा चम्मच नारियल का तेल मिलाकर पैर के नाखूनों और उंगलियों में रोजाना लगाना चाहिए। किसी कॉटन बॉल को घी और नारियल के मिक्सचर में डुबोएं और पैरों के नाखूनों में भरकर लगाएं। फिर हल्के हाथ से नाखूनों को रगड़कर मसाज कर दें। रोजाना लगाने से शरीर को कई सारे फायदे होते हैं।

पैर के नाखूनों में लगाये नारियल का तेल

नींद में मदद :- पैरों के नाखूनों में रोजाना घी और नारियल का तेल मिलाकर लगाने से नींद आने में मदद मिलती है। ये बॉडी को रिलैक्स करता है जिससे गहरी नींद आती है।

बॉडी पेन से राहत

बॉडी पेन थकान और कमजोरी की वजह से ज्यादा होता है। घी को नाखूनों में लगाने से शरीर को न्यूट्रिशन पहुंचता है। जिससे शरीर में दर्द की समस्या कम होती है।

कमर दर्द से राहत

इसके साथ ही लगातार खड़े रहने से हो रही कमर दर्द और जकड़न की समस्या दूर होती है। नाखूनों में लगा घी हड्डियों को लुब्रिकेंट करने में मदद करता है। जिससे जकड़न और दर्द की समस्या दूर होती है।

रेखा के अंदाज पर फैंस फिदा

21 फरवरी को करीना और करिश्मा कपूर के कजन आदर जैन की शादी थी, जिसमें लगभग पूरा बॉलीवुड उमड़ा। आदर जैन और अलेखा आडवाणी को आशीर्वाद देने खूबसूरत एक्ट्रेस रेखा भी पहुंची थीं। उनकी खूबसूरती और अंदाज को देख हर कोई मर-मिटा। देखकर कोई कह ही नहीं सकता कि ये 70 साल की हैं। लेकिन, जहां रेखा ने खूब लाइमलाइट बटोरी, वहीं नजरें उनकी साड़ी पर भी ठहर गईं।

रेखा ने यह साड़ी कभी 20 साल पहले पहनी थी, और अब उसी को उन्होंने आदर जैन की शादी में पहना।दरअसल रेखा ने यही साड़ी साल 2005 में फिल्म 'ब्लैक' के प्रीमियर पर पहनी थी। इस फिल्म में रानी मुखर्जी और अमिताभ बच्चन लीड रोल में थे। कभी रेखा और अमिताभ के अफेयर के खूब चर्चे थे। जहां अमिताभ ने खुलकर कभी रेखा संग रिश्ते को स्वीकार नहीं किया, वहीं एक्ट्रेस ने पब्लिकली कई इंटरव्यूज में कबूला था कि वह अमिताभ बच्चन से प्यार करते हैं।अब रेखा फिल्मों से दूर हैं, पर वो पब्लिक इवेंट्स, अवॉर्ड शोज या फिल्मों के प्रीमियर में जरूर नजर आती हैं। इस बार उन्होंने आदर जैन और अलेखा की शादी में लाइमलाइट बटोर ली। उनकी तस्वीरें और वीडियो सोशल मीडिया पर खूब वायरल हो रहे हैं। रेखा ने जिस तरह पपाराजी की ओर हाथ हिलाकर फ्लाइंग किस किया, उसने सबका दिल जीत लिया। फैंस भी खूब प्यार लुटा रहे हैं और एक्ट्रेस के दिलकश अंदाज की तारीफ कर रहे हैं।

लक्ष्मण उतेकर के निर्देशन में बनी फिल्म 'छावा' ने इस वक्त बॉक्स ऑफिस पर धूम मचा रखी है। इस फिल्म में विकी कौशल और अक्षय खन्ना की दमदार एक्टिंग की न सिर्फ दर्शक बल्कि अब खुद देश के प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी भी कायल हो गए हैं। ये फिल्म मराठा समाज की शान छत्रपति शिवाजी महाराज के वीर पुत्र संभाजी महाराज के जीवन पर बनी है।

पीएम ने की 'छावा' की तारीफ

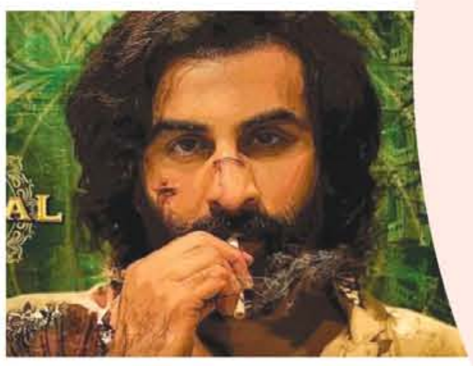
जिन्होंने मुगल सम्राज्य के खिलाफ लड़ाई लड़ी और अपनी जान दे दी। एक तरफ जहां विकी की एक्टिंग देख लोग थिएटर से रोते हुए बाहर आ रहे हैं, वही पीए ने भी उनकी खूब तारीफ की।

दरअसल, 21 फरवरी को नई दिल्ली में 98वें अखिल भारतीय मराठी साहित्य सम्मेलन का उद्घाटन प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने किया। इस दौरान उन्होंने हाल ही में रिलीज हुई विकी कौशल की छत्रपति संभाजी महाराज के जीवन पर आधारित फिल्म 'छावा' की जमकर तारीफ की। इस दौरान उन्होंने कहा, 'यह महाराष्ट्र और मुंबई ही है जिसने मराठी फिल्मों के साथ-साथ हिंदी सिनेमा को भी नई ऊंचाई दी है। और इन दिनों तो 'छावा' की धूम मची हुई है। संभाजी महाराज की वीरता का इस रूप में परिचय शिवाजी सावंत के मराठी उपन्यास से हुआ है।'

एनिमल में रणबीर की परफॉरमेंस से इम्प्रेस हुए अल्लू अर्जुन

साउथ सुपरस्टार अल्लू अर्जुन फिल्म पुष्पा 2 को लेकर खबरों में बने हुए हैं। एक्टर की फिल्म दुनियाभर में कमाई के साथ तारीफें बटोर रही है। लेकिन खुद अल्लू अर्जुन को रणबीर कपूर की एनिमल पसंद आई। हाल में दिए एक इंटरव्यू में पुष्पा स्टार ने बताया कि उन्हें एनिमल में एक्टर की परफॉरमेंस शानदार लगी। इसके अलावा को साइंस फिक्शन से लेकर रोमांटिक ड्रामा, हर तरह की फिल्में देखना पसंद करते हैं। हॉलीवुड रिपोर्टर इंडिया से बातचीत के दौरान जब उनसे पूछा गया कि क्या कोई ऐसी फिल्म है जिसे देखकर उन्होंने सोचा कि उन्हें वह करनी चाहिए थी, तो अर्जुन ने कहा, "नहीं, ऐसा कोई फिल्म नहीं है जिसे मैं करना चाहता।

लेकिन कुछ फिल्में हैं जो मुझे वाकई पसंद आईं। उनमें से एक एनिमल है। रणबीर की परफॉर्मेंस जबरदस्त थी।' अल्लू अर्जुन ने यह भी बताया कि उन्हें हर तरह की फिल्में देखना पसंद है। उन्होंने कहा, "मैं हर जॉनर की फिल्म देख सकता हूं, चाहे वह साइंस फिक्शन हो, रोमांटिक ड्रामा हो, कॉमेडी



हो या फिर कुछ और। मैं हॉरर या डार्क मर्डर मिस्ट्री का बहुत बड़ा फैन नहीं हूं, लेकिन अगर वे अच्छी बनी हैं, तो मैं जरूर देखूंगा।"बता दें, अल्लू अर्जुन हाल में पुष्पा 2 में देखा गया था। इस फिल्म में उनकी परफॉरमेंस शानदार थी। यह फिल्म पिछले साल 5 दिसंबर को रिलीज हुई थी औ रऑडियंस को काफी पसंद आई। फिल्म में रश्मिका मंदाना और फहाद फासिल ने लीड रोल निभाए थे। अब रिपोर्ट्स है कि अल्लू अर्जुन ने एटली के डायरेक्शन में बन रही अपनी अगली एक्शन फिल्म की शूटिंग शुरू कर दी है।

आदर जैन की शादी में आलिया ने निभाई बहू की जिम्मेदारी

आदर जैन और अलेखा अडवानी ने शादी परिवार और इंडस्ट्री के कुछ खास लोगों के बीच पूरी हुई। शादी की सभी रस्मों को शानदार तरीके से मनाया गया। इस ग्रैंड फंक्शन में कपूर परिवार एक साथ दिखा।

अब इस शादी की रस्मों के वीडियो सोशल मीडिया पर वायरल हो रही हैं। घर की बहू आलिया भट्ट और दामाद सैफ अली खान अपने हिस्से की रस्मों को पूरा करते दिखे। कपूर परिवार के इस खास बॉन्ड को फैंस पसंद कर रहे हैं। शादी के फंक्शन से एक वीडियो वायरल हो रहा है, जिसमें आलिया भट्ट कपूर खानदान के बड़े सदस्यों से आशीर्वाद लेती दिख रही हैं। उन्होंने रणधीर कपूर समेत कपूर परिवार के सदस्यों के पैर छूकर उनका आशीर्वाद लिया। एक्ट्रेस अपने ससुराल के रीति-रिवाजों और रिश्तों को कितनी अहमियत देती हैं, ये इस वीडियो में साफ़ देखा जा सकता है। आलिया को हमेशा एक मॉडर्न और इंडिपेंडेंट एक्ट्रेस के रूप में देखा जाता है, लेकिन ये वीडियो उनके फैंस को पसंद आ रहा है।शादी की एक और खास रस्म में सैफ अली खान अपने साले आदर जैन के साथ 'मिलनी' रस्म निभाते नजर आए। इस रस्म में वैसे तो सभी एक दूसरे को गले से लगाते हैं। लेकिन यहां सैफ जीजासाले वाली रस्म को अदा करते हुए दूल्हे को माला पहनाई, आदर ने भी जीजा के सम्मान में उन्हें गले से लगा लिया। यह जीजा-साला का खूबसूरत मोमेंट शादी की हाइलाइट्स में से एक बन गया।

जया-अमिताभ की बहू लगती हैं ये एक्ट्रेस

हम बात कर रहे हैं एक्ट्रेस तिलोत्तमा शोम की। तिलोत्तमा कई पॉपुलर शोज जैसे मेंटलहुड, दिल्ली क्राइम, द नाइट मैनेजर, कोटा फैक्ट्री, लव स्टोरीज 2, पाताल लोक सीजन 2 में काम कर चुकी हैं। तिलोत्तमा ने 2 साल न्यू यॉर्क के राइकर्स आइलैंड जेस में समय बिताया है ताकि वह ह्यूमन साइकोलॉजी पढ़ सकें जो जेल के अंदर रहते हैं उनकी। वहां रहते हुए उन्होंने कई कैदियों को एक्टिंग की ट्रेनिंग भी दी।

उन्होंने बताया था, 'मेरी कोई ट्रेनिंग नहीं हुई है। मैं एक क्लीन स्लेट से आई हूं। मैं एनएसडी नहीं गई हूं और ना ही एफटीआई बाकी आर्टिस्ट की तरह। मैंने न्यू यॉर्क के राइकर आइलैंड जेल में काम किया है। वो हाई सिक्योरिटी वाला जेल है।' एक्ट्रेस ने यह भी कहा था कि वहां मैंने कई मेल और फीमेल किरदारों के साथ काम किया 2 साल और सच कहूं तो वहीं से मुझे एक्टिंग ट्रेनिंग मिली। मैं वहां स्टूडेंट्स और कैदियों के साथ रही एक ही टाइम पर। साल 2015 में तिलोत्तमा ने कुणाल रोस से शादी की जो नीता भादुड़ी के बेटे हैं। नीता, जया बच्चन की बहन हैं। इस वजह से तिलोत्तमा, जया की भी बहू हुईं चाहे भांजे की बहू की सही।हालांकि जब तिलोत्तमा, कुणाल को डेट कर रही थीं तब उन्हें पता नहीं था कि उनका जया बच्चन से कनेक्शन है। तिलोत्तमा हिंदी के अलावा बंगाली, मराठी और इंग्लिश फिल्मों में भी काम कर चुकी हैं।

19 साल की इस एक्ट्रेस पर भारी पड़ीं 44 की श्वेता तिवारी

श्वेता तिवारी की उम्र 44 साल हो चुकी है, पर उनकी किलर अदाएं और दिलकश अंदाज यंग एक्ट्रेसेस पर भी भारी पड़ जाता है। कोई श्वेता को देखकर कह ही नहीं सकता है कि वह 40 का पड़ाव पार कर चुकी हैं। श्वेता की जबरदस्त फैन फॉलोइंग है। उनकी तस्वीरें और वीडियो मिनटों में ही वायरल हो जाते हैं। अब श्वेता का एक डांस वीडियो खूब धूम मचा रहा है, जिसे देख फैंस दीवाने हुए जा रहे हैं।

श्वेता तिवारी ने अपने इंस्टग्राम अकाउंट पर एक वीडियो शेयर किया है, जिसमें वह एक्ट्रेस अनुष्का मचंडे के साथ साउथ अफ्रीकन सिंगर टायला के गाने Push 2 Start पर डांस कर रही हैं। अनुष्का सिर्फ 19 साल की हैं, पर वीडियो में वह गजब डांस कर रही हैं। लेकिन श्वेता की अदाओं और मतमस्त ठुमकों के आगे वह फीकी पड़ गईं। ऐसा फैंस का मानना है। ता और अनुष्का के इस डांस वीडियो पर फैंस के काफी कमेंट्स आ रहे हैं। एक फैन ने लिखा है, 'श्वेता तिवारी क्या तुम सच में मां हो?' एक अन्य फैन ने लिखा है, 'श्वेता ही कम उम्र की लग रही है।' एक और कमेंट है, 'श्वेता हमेशा की खूबसूरत लगती है। क्या गजब ढा रही हो।' एक फैन ने श्वेता की खूबसूरती की तारीफ करते हुए लिखा, 'तुम्हारी ब्यूटी की कोई सीमा नहीं है श्वेता।'

'ओडेला 2' का खौफनाक टीजर देख फैंस के खड़े हुए रोंगटे

तमन्ना भाटिया के लिए साल 2024 बेहद शानदार रहा, और अब वह एक बार फिर बड़े पर्दे पर धमाल मचाने के लिए तैयार हैं। उनकी अगली बड़ी फिल्म 'ओडेला 2' जल्द ही रिलीज होने वाली है। इस फिल्म को लेकर फैंस में जबरदस्त उत्साह है। जब से तमन्ना ने इस प्रोजेक्ट की घोषणा की थी, तभी से फैंस इसका बेसब्री से इंतजार कर रहे थे। कुछ समय पहले ही मेकर्स ने 'ओडेला 2' का पोस्टर रिलीज किया था, जिसमें तमन्ना का नागा साधु लुक देखने को मिला था। अब फिल्म का टीजर लॉन्च किया गया है। तमन्ना ने 'ओडेला 2' का टीजर 22 फरवरी को महाकुंभ मेले में लॉन्च किया। टीजर एकदम खौफनाक है, जिसमें कई सुपर-नैचुरल चीजें भी दिखाई गई हैं। तमन्ना का लुक और उनका किरदार काफी नया और दमदार महसूस हो रहा है। यह थ्रिलर फिल्म दर्शकों को एक रोमांचक सिनेमाई अनुभव देने वाली है, जिसमें अच्छाई और बुराई के बीच के शाश्वत संघर्ष को दिखाया गया है। 'ओडेला 2' में तमन्ना अच्छाई की प्रतीक के रूप में नजर आएंगी, और उनका यह दमदार अवतार देखने के लिए फैंस बेहद उत्साहित हैं।

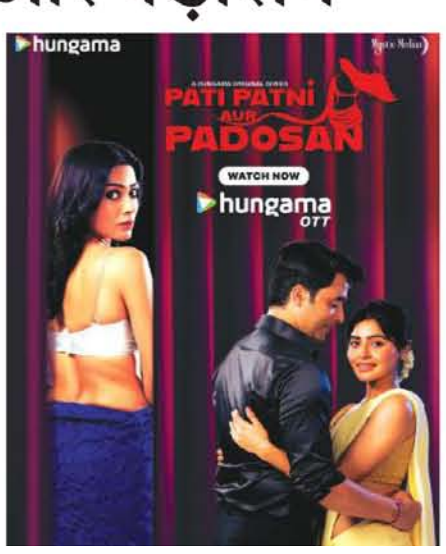
सोशल मीडिया ट्रोलिंग पर भड़कीं प्रीति जिंटा

प्रीति जिंटा वैसे सोशल मीडिया पर कम एक्टिव रहती हैं, लेकिन अब उन्होंने हाल ही में ऑनलाइन ट्रोलिंग और सोशल मीडिया टॉक्सिटी पर बात की। प्रीति का कहना है कि लोग सेलेब्स की सोशल मीडिया एक्टिविटीज देखकर जल्दी अपना जजमेंट पास कर देते हैं। प्रीति ने यह भी कहा कि अगर आप पीएम की तारीफ करते हैं तो आपको भक्त बना दिया जाता है। दरअसल, प्रीति ने लिखा, 'आज कल हो क्या रहा है सोशल मीडिया पर? अगर कोई एआई बोट से पहली चैट करता है तो लोग सोचते हैं यह पेड प्रमोशन है। अगर आप पीएम की तारीफ करते हैं तो भक्त बोला जाता है और अगर आप प्राउड हिंदू या इंडियन हैं तो आपको अंध भक्त कहा जाता है।' प्रीति ने लोगों को रियल रहने की सलाह दी। उन्होंने कहा, 'लोग जैसे हैं उन्हें वैसे एक्सेप्ट करो ना कि जैसा हम सोचते हैं वैसा हम उन्हें बनाएं। इसी दौरान उन्होंने जीन गुडइनफ से शादी करने पर कहा, अब मुझसे यह मत पूछना कि मैंने जीन से शादी क्यों की? मैंने इसलिए की क्योंकि मैं उनसे प्यार करती हूं क्योंकि सरहद पर एक ऐसा शख्स है जो मेरे लिए अपनी जान दे सकता है। प्रीति ने कहा, 'मुझे रियल बात करना पसंद है और कम टाइम मिलता है ऑनलाइन आने का क्योंकि मैं अपने बच्चों के साथ बिजी रहती हूं। पहले मैं बहुत चैट करती थी।

हंगामा ओटीटी पर रिलीज होने वाली सीरीज 'पति पत्नी और पड़ोसन'

भारत के सबसे शानदार डिजिटल एंटरटेन्मेंट प्लेटफ़ॉर्म में शुमार हंगामा ओटीटी ने 20 फरवरी, 2025 को अपनी ओरिजनल सस्पेंस क्राइम-थ्रिलर 'पति पत्नी और पड़ोसन' रिलीज की। सिर्फ हंगामा ओटीटी पर रिलीज की जाने वाली यह सीरीज़ रहस्य से भरपूर, अपराध से जुड़ी ऐसी मनोवैज्ञानिक कहानी को पेश करती है, जिसमें ऐसे चौंकाने वाले और अप्रत्याशित मोड़ हैं जो दर्शकों को अंत तक अनुमान लगाने पर मजबूर कर देते हैं। राज शेट्टी निर्देशित इस सीरीज में युक्ति कपूर, मोहित जोशी और चारू मेहरा अहम भूमिकाओं में हैं। 'पति पत्नी और पड़ोसन' की कहानी एक छोटे कस्बे की कहानी है। प्रतिभा (युक्ति कपूर) एक उत्साहित मध्यमवर्गीय गृहिणी है और उसकी जिंदगी में तब खतरनाक मोड़ आता है जब उसका अपनी नई और रहस्यमयी पड़ोसन सागरिका (चारू मेहरा) से लगाव हो जाता है और ऐसा लगता है कि चारू किसी से बचकर भाग रही है। जब प्रतिभा को सागरिका के काले अतीत के बारे में पता चलता है तो वह अपने पति (मुदित जोशी) को उसका शिकार बनने से बचाना चाहती है। यह सस्पेंस से भरी कहानी छह एपिसोड में बुनी गई है। इस क्राइम थ्रिलर में धोखे, जुनून और मानव स्वभाव की कई जटिलताएं देखने को मिलेंगी।

सीरीज़ के बारे में अपनी उत्सुकता साझा करते हुए हंगामा डिजिटल मीडिया के सीईओ सिद्धार्थ रॉय ने कहा, “हंगामा ओटीटी ऐसी कहानियां लाने के लिए प्रतिबद्ध है जो देश भर में फैले हमारे दर्शकों को आकर्षित करें और उनसे जुड़ सकें। 'पति पत्नी और पड़ोसन' के साथ, हम अपने दर्शकों के लिए दिलचस्प क्राइम-थ्रिलर पेश करते हुए रोमांचित हैं।



रोशनी वालिया का हुआ एक्सीडेंट

पॉपुलर टीवी एक्ट्रेस रोशनी वालिया का हाल ही एक्सीडेंट हो गया, जिसमें वह बाल-बाल बचीं। हालांकि, रोशनी को चोट आई है और उन्होंने आपबीती सुनाते हुए कहा कि वह दर्द में हैं। रोशनी वालिया टीवी शो 'भारत का वीर पुत्र- महाराणा प्रताप' में महारानी अजबदी का रोल निभाकर चर्चा में आई थीं। रोशनी वालिया ने बताया कि उनकी ड्रेस बाइक के टायर और चेन में फंस गई थी, जिससे उनकी जांघ में चोट लगी है। एक्ट्रेस ने स्नपचैट पर एक पोस्ट शेयर कर इस घटना के बारे में बताया।

रोशनी के मुताबिक, ड्रेस बाइक में इस कदर उलझ गई कि वह फट गई, और वह डर गईं-।रोशनी वालिया ने लिखा है, 'मैं इस समय बहुत दर्द में हूं, और मुझे पता है कि आप में से कई लोग पूछ रहे होंगे कि मेरे ये निशान कैसे पड़ा। मेरी ड्रेस एक बाइक के टायर और चेन में फंस गई और वह मेरे पैर में तब तक उलझी रही जब तक वह फट नहीं गई। यह वाकई बहुत डरावना अनुभव था।'रोशनी ने आगे लिखा, 'प्लीज सावधान रहिए और बाइक पर ढीले-ढाले कपड़े पहनने से बचें। मैं बहुत स्ट्रगल कर रही हूं, लेकिन शुक्रगुजार हूं कि कुछ बड़ा अनर्थ नहीं हुआ। मैं आप सभी से बहुत प्यार करती हूं और मेरे बारे में पूछने के लिए शुक्रिया।'

महाकुम्भ में स्नानार्थियों ने रच दिया नया कीर्तिमान

अब तक 60 करोड़ से ज्यादा श्रद्धालुओं ने फहराई सनातन की धर्म ध्वजा

महाकुम्भनगर। तीर्थराज प्रयागराज की धरती पर आयोजित हो रहे दिव्य-भव्य और सांस्कृतिक समागम महाकुम्भ ने शनिवार को नया इतिहास रच दिया है। यहां अब तक 60 करोड़ से अधिक श्रद्धालुओं ने त्रिवेणी संगम में सनातन आस्था की पावन डुबकी लगाकर धार्मिक और सांस्कृतिक एकता की अद्वितीय मिसाल कायम कर दी है। 60 करोड़ से अधिक की यह संख्या किसी भी धार्मिक, सांस्कृतिक या सामाजिक आयोजन में मनुष्य के अब तक के इतिहास की सबसे बड़ी सहभागिता बन चुकी है। एक अनुमान के मुताबिक दुनिया में कुल 120 करोड़ सनातनी हैं। इस लिहाज से महाकुम्भ में दुनिया के आधे से अधिक सनातनी त्रिवेणी संगम में पावन डुबकी लगाकर पुण्य फल प्राप्त कर चुके हैं। 26 फरवरी को शिवरात्रि के अंतिम स्नान पर्व तक यह संख्या 65 करोड़ से भी ऊपर पहुंच सकती है। भारत की इस प्राचीन परंपरा ने अपनी दिव्यता और भव्यता से पूरी दुनिया को मंत्रमुग्ध कर दिया है।

दुनिया के 50 प्रतिशत से अधिक सनातनियों ने लगाई डुबकी

भारत एक धार्मिक देश है। यहां एक नहीं, बल्कि कई धर्मों को मानने वाले लोग एक साथ मिलकर रहते हैं। हालांकि, इसमें सबसे बड़ी संख्या सनातन धर्म को मानने वालों की है। वर्ल्ड पॉपुलेशन रिव्यू, प्यू रिसर्च के मुताबिक भारत की अनुमानित जनसंख्या 143 करोड़ (1.43 अरब) है। इसमें सनातन धर्मावलंबियों की संख्या लगभग 110 करोड़ (1.10 अरब) है। इसके साथ ही पूरी दुनिया में सनातन धर्मावलंबियों की संख्या 120 करोड़ है। इस तरह अगर स्नानार्थियों की संख्या की तुलना दुनिया भर के सनातनियों की संख्या से की जाए तो 50 प्रतिशत से भी ज्यादा लोग अब तक त्रिवेणी संगम में स्नान कर चुके हैं।

दुनियाभर से आए सनातन धर्मावलंबी

महाकुम्भ के महाआयोजन में 73 देशों के राजनयिक और भूटान नरेश नामग्याल वांगचुक समेत तमाम देशों के अतिथि यहां अमृत स्नान करने पहुंचे। यही नहीं, मां जानकी के मायके नेपाल के 50 लाख से अधिक लोग अब तक त्रिवेणी के पवित्र जल में स्नान कर महाकुम्भ के साक्षी बन चुके हैं।

सीएम योगी की उम्मीदों के पार पहुंचा श्रद्धालुओं का आंकड़ा

मां गंगा, मां यमुना और अदृश्य मां सरस्वती के पवित्र संगम में श्रद्धा और आस्था से ओत-प्रोत साधु-संतों, श्रद्धालुओं, स्नानार्थियों और गृहस्थों का स्नान अब उस शिखर के भी पार पहुंच गया है, जिसकी महाकुम्भ से पहले ही मुख्यमंत्री योगी आदित्यनाथ ने उम्मीद जताई थी। सीएम योगी ने पहले ही अनुमान जताया था कि इस बार जो भव्य और दिव्य महाकुम्भ का आयोजन हो रहा है वह स्नानार्थियों की संख्या का नया रिकॉर्ड स्थापित करेगा। उन्होंने शुरुआत में ही 45 करोड़ श्रद्धालुओं के आने की संभावना जताई थी। अभी महाकुम्भ के समापन में 5 दिन शेष हैं और महत्वपूर्ण महाशिव रात्रि का स्नान पर्व बचा है। पूरी उम्मीद है कि स्नानार्थियों की यह संख्या 65 करोड़ के ऊपर जा सकती है।

केन्द्रीय मंत्री जेपी नड्डा ने लगाई संगम में डुबकी

केंद्रीय मंत्री और भाजपा के राष्ट्रीय अध्यक्ष जेपी नड्डा ने आज परिवार के साथ संगम में डुबकी लगाई। वहीं इस दौरान यूपी के सीएम योगी आदित्यनाथ ने भी उत्तर प्रदेश के प्रयागराज में त्रिवेणी संगम में पवित्र डुबकी लगाई। जेपी नड्डा के साथ सीएम योगी आदित्यनाथ, डिप्टी सीएम ब्रजेश पाठक, भाजपा प्रदेश अध्यक्ष भूपेंद्र चौधरी, कैबिनेट मंत्री स्वतंत्रदेव सिंह, महापौर गणेश केसरवानी, संतोष दास सतुआ बाबा आदि रहे।

भारत में ऊर्जा का भविष्य है बहुत अच्छा है: खट्टर

दुनिया के सबसे बड़े इलेक्ट्रिकल शो 'इलेक्रामा 2025' का उद्घाटन

ग्रेटर नोएडा (चेतना मंच)। ग्रेटर नोएडा में नॉलेज पार्क स्थित इंडिया एक्सपो मार्ट में इलेक्रामा एक्सपो 2025 शुरू हो गया है. 22 से 26 फरवरी तक पांच दिन तक चलने वाले एक्सपो का उद्घाटन में केंद्रीय उर्जामंत्री मनोहर लाल खट्टर ने किया। एक्सपो में आम जनता की एंट्री फ्री है. और हर दिन लगभग 18-20 हजार व्यक्तियों कि आने की संभावित है। इलेक्रामा एक्सपो 2025 में एक हजार से अधिक प्रदर्शक हिस्सा लेने आ रहे है। इसके साथ ही 12 देश और 80 देशों के विदेशी खरीदार आने की उम्मीद जताई जा रही है।

इलेक्ट्रिकल शो 'इलेक्रामा 2025' का उद्घाटन करने के बाद केंद्रीय उर्जामंत्री मनोहर लाल खट्टर ने कहा कि देश को विकसित भारत बनाना है तो इस इकोनॉमिक ग्रोथ में पावर सेक्टर का बहुत बड़ा योगदान करना होगा है। अभी जो हमारी पावर स्ट्रेंथ है, हम शायद 1.5 ट्रिलियन और डॉलर का योगदान अपना कर रहे है।

केंद्रीय उर्जामंत्री ने कहा हमने तय किया है की 2030 तक हम रिन्यूएबल एनर्जी को 500 गीगा वॉट तक लेकर के जाएंगे। उन्होंने कहा कि हम इस लक्ष्य को प्राप्त करेंगे। यदि हम सब मिलकर के कंधे से कंधा मिलाकर के आगे बढ़ते हैं तो ये बहुत दूर नहीं रहेगा। भारत में ऊर्जा का जो भविष्य है ये भी बहुत अच्छा है इस यात्रा को जारी रखने के लिए और हमको अपना मैन्युफैक्चरिंग उद्योग का अगला कदम जो उठाना होगा। उन्होंने क हा कि अपनी उत्पादक क्षमता बढानी होगी, नई टेक्नोलॉजी और इनोवेशन्स की बात करनी होगी। इस मौके पर इमा के अध्यक्ष सुनील सिंघवी ने बताया कि इलेक्रामा एक्सपो 2025 में करीब 75 देशों से लोग भाग ले रहे है। 1100 एक्सिबिटर्स भी आए हैं। करीब 1,00,000 स्क्वायर मीटर का ग्रॉस एरिया एग्ज़ीबिशन का है जो की दुनिया का सबसे बड़ा है, इसमें कई नई तकनीकों का प्रदर्शन किया जाएगा। जैसे ऊर्जा के जो नए ट्रांसक्शन हो रहा है उसमें स्टोरेज टेक्नोलॉजी, इलेक्ट्रिक व्हीकल चार्जिंग इन सब के सलूशन आपको देखने को मिलेंगे। उन्होंने बताया कि इस प्रदर्शनी में नवीकरणीय, नेट ज़ीरो, ऊर्जा दक्षता, नई तकनीकें और स्टार्टअप से जुड़े प्रोजेक्ट को दिखाया जाएग। हमारा लक्ष्य है कि ऊर्जा परिवर्तन, डिजिटलीकरण और आपूर्ति श्रृंखला सुरक्षा पर ध्यान केंद्रित करना है। इसके साथ ही बिजली की पहुंच को बढ़ाने के लिए भवनों, परिवहन और उद्योग पर ध्यान केंद्रित करना है।

महाशिवरात्रि महोत्सव का आयोजन

नोएडा (चेतना मंच)। एनआरआई रेजीडेंसी सेक्टर-45 नोएडा में महाशिवरात्रि महोत्सव कार्यक्रम का आयोजन किया गया। कार्यक्रम में शिवरात्रि के महत्व पर चर्चा की गई।

कार्यक्रम में मुख्य अतिथि नोएडा प्राधिकरण कर्मचारी यूनियन के अध्यक्ष चौधरी राजकुमार सिंह द्वारा ध्वजारोहण किया गया तथा प्रवक्ता के रूप में मुख्य प्रवक्ता श्रीमति मंजू दीदी द्वारा शिवरात्रि के महत्व के बारे में विस्तृत रूप से समझाया गया।

कार्यक्रम के बारे में बीके आँचल बहन,व लीना दीदी द्वारा विस्तृत रूप से जानकारी दी गई तथा मुख्यातिथि चौधरी राजकुमार सिंह द्वारा पूरे विश्व में ज्ञान का प्रकाश फैलाने के लिए संस्था के सभी सदस्यों का आभार व्यक्त किया गया।

फर्जी फर्म, 100 करोड़ के फर्जी बिल और 18 करोड़ की जीएसटी चोरी

ग्रेटर नोएडा (चेतना मंच)। क्राइम ब्रांच गौतमबुद्धनगर और थाना बीटा-2 पुलिस ने नोएडा में एक बड़े फर्जीवाड़े का खुलासा करते हुए लगभग 18 करोड़ रुपए की जीएसटी चोरी करने वाले तीन जालसाजों को गिरफ्तार किया है। इन तीनों ने फर्जी फॉर्म बनाकर करोड़ों रुपए के फर्जी बिल बनाएं और सरकार को 18 करोड़ रुपए का चूना लगा दिया।

गौतमबुद्धनगर पुलिस कमिश्नरेट को एक बड़ी कामयाबी मिली है। क्राइम ब्रांच गौतमबुद्धनगर और थाना बीटा-2 पुलिस ने संयुक्त कार्रवाई करते हुए फर्जी जीएसटी फॉर्म रजिस्टर कराकर 18 करोड रुपए की जीएसटी चोरी करने वाले तीन जालसाजों को गिरफ्तार किया है। इनके कब्जे से चार मोबाइल फोन बरामद हुए हैं। नोएडा पुलिस से मिली जानकारी के मुताबिक प्रदीप उर्फ पंकज शर्मा पुत्र रामप्रसाद शर्मा, दुष्यंत शर्मा उर्फ देवेंद्र शर्मा पुत्र लटूर चंद तथा सब्बन अहमद पुत्र जमील अहमद ने फर्जी जीएसटी फर्म रजिस्टर कराकर लगभग 100 करोड रुपए के फर्जी बिल तैयार किये और इन फर्जी बिलों के आधार पर उन्होंने करीब 18 करोड रुपए कि जीएसटी चोरी कर ली। पुलिस

ने जांच के दौरान इन तीनों को अपराध शाखा बुलाया। पूछताछ के बाद इनकी जालसाजी का पूरा खुलासा हुआ और उन्हें गिरफ्तार कर लिया गया

पुलिस ने बताया कि गिरफ्तार किया गया प्रदीप उर्फ पंकज शर्मा गाजियाबाद का निवासी है। जबकि दुष्यंत उर्फ देवेंद्र शर्मा जिला बुलंदशहर और सब्बन अहमद दिल्ली रोहिणी का निवासी है। पुलिस इन तीनों जालसाजों के आपराधिक इतिहास का पता लग रही है इनके खिलाफ थाना बीटा-2 और थाना सूरजपुर में मुकदमे दर्ज किए गए हैं।