आमोखस व मिडिया की खबरों व प्रथम समाचार पत्र

RNI No. UPHIN/2012/47484

जननायक सम्राट

बर्ष :13 अंक :326 पृष्ठ -4 दिनांक 29 नबम्बर 2024 दिन शुक्रवार

संभल हिंसा बवाल को लेकर कर दी आपत्तिजनक पोस्ट, मच गया हड़कंप

संभल के कैला देवी क्षेत्र निवासी किशोर को सोशल मीडिया पर आपत्तिजनक पोस्ट करने के आरोप

संभल न्यूज उत्तर प्रदेश संभल बवाल के बाद सोशल मीडिया पर आपत्तिजनक पोस्ट करने के मामले में पुलिस ने एक नाबालिग को गिरफ्तार किया है। संभल के कैला देवी क्षेत्र के गांव में रहने वाले 15 वर्षीय किशोर ने इंस्टाग्राम पर एक पोस्ट कर दी थी। यह पोस्ट उसने संभल में हुए बवाल को लेकर की थी। सोशल मीडिया पर निगरानी कर रही पुलिस की साइबर सेल टीम तक पोस्ट पहुंच गई।इस मामले में कैला देवी थाने में केस दर्ज किया गया। इसके बाद पुलिस ने मंगलवार रात नाबालिग को गिरफ्तार कर लिया। उसके खिलाफ शांतिभंग में कार्रवाई करते हुए जमानत पर छोड़ दिया गया। एसपी कृष्ण कुमार विश्नोई ने बताया कि आपत्तिजनक पोस्ट करने वाले के खिलाफ शांतिभंग में कार. ंवाई की है। उन्होंने लोगों से अपील की है कि वह अपने बच्चों को समझाएं कि वह आपत्तिजनक या भड़काऊ पोस्ट न करें।उपद्रवियों के पुलिस ने जारी किए पोस्टर संभल हिंसा में शामिल 100 से ज्यादा उपद्रवियों को चिह्नित कर पुलिस

ने पोस्टर सोशल मीडिया पर जारी कर दिए हैं। एसपी कृष्ण कुमार विश्नोई ने बताया कि वीडियो और सीसीटीवी फुटेज की मदद से चिह्नित किए गए आरोपियों के पोस्टर शहर के चौराहों पर भी लगाए जाएंगे। उपद्रवियों से ही हिंसा में हुए नुकसान की वसूली भी की जाएगी। बुधवार को भी पुलिस ने ताबड़तोड़ दबिश दी और कुछ लोगों को हिरासत में भी लिया।पुलिस ने रविवार को संभल की जामा मस्जिद के बाहर, नखासा और हिंदूपुरा खेड़ा क्षेत्र में उपद्रव करने वाले 100 से ज्यादा आरोपियों को चिह्नित कर लिया है। ड्रोन कैमरों, पुलिस द्वारा बनाए गए वीडियो, मीडिया के जरिये मिली तस्वीरों और सीसीटीवी कैमरों की फुटेज की मदद से पुलिस ने इन आरोपियों को चिह्नित किया है। एसपी ने कहा कि किसी भी निर्दोष को डरने की जरूरत नहीं है लेकिन जो लोग उपद्रव में शामिल रहे हैं, उन्हें किसी भी कीमत पर छोड़ा नहीं जाएगा। एसपी ने लोगों से उपद्रवियों की सूचना देने की भी अपील की। उन्होंने कहा कि सूचना देने वालों की पहचान गुप्त रखी जाएगी और उन्हें इनाम भी दिया जाएगा। प्रशासन का मानना है कि पोस्टर जारी होने के बाद उपद्रवियों को पकड़ने में आसानी होगी। चिह्नित किए गए उपद्रवियों की तलाश में पुलिस ने शहर से गांवों तक ताबड़तोड़ दबिश दी। कुछ लोगों को हिरासत में लेकर उपद्रवियों के बारे में पूछताछ की जा रही है।शहर में तनावपूर्ण शांति के बीच एडीजी रमित शर्मा, डीआईजी मुनि. राज जी और एसपी कृष्ण कुमार विश्नोई ने फोर्स के साथ हिंसा प्रभावित क्षेत्रों में घूमकर दुकानदारों से व्यापार करने की अपील की। रविवार से बंद संभल तहसील क्षेत्र की इंटरनेट सेवाएं बुधवार को भी बहाल नहीं हो सकीं। शहर में उपद्रव तीन स्थानों पर हुआ। इन तीनों ही स्थानों पर तमाम उपद्रवी ऐसे थे, जिन्होंने नकाब लगाकर पथराव और फायरिंग की। ऐसे उपद्रवियों की पहचान करना पुलिस के लिए चुनौती है। एसपी ने कहा कि गिरफ्तार किए गए उपद्रवियों की मदद से नकाबपोशों की भी शिनाख्त कराई जा रही है। पोस्टर जारी होने के बाद भी लोग उपद्रवियों के बारे में जानकारी दे रहे हैं।डीएम ने बवाल में हुए नुकसान की भरपाई उपद्रवियों से ही करने के आदेश दिए हैं। नुकसान का आकलन करने के लिए गठित की गई टीम जांच कर रही है। जामा मस्जिद के पास उपद्रवियों ने पुलिस की गाड़ी समेत कई वाहनों में आग लगा दी थी।इसके अलावा पथराव में अन्य सरकारी और निजी संपत्ति को भी क्षति पहुंची थी। एआरटीओ प्रशासन पीके सरोज ने बताया कि फूंके गए वाहनों का आकलन कराया गया है। इंटरनेट सेवा बंद होने के चलते उन वाहनों का ऑनलाइन रिकॉर्ड चेक होना बाकी है। उसके बाद रिपोर्ट डीएम को सौंपी जाएगी।उपद्रवियों के पोस्टर जारी कर दिए हैं। हिंसा में हुए नुकसान का भी आकलन कराया जा रहा है। सरकारी व निजी संपत्ति के नुकसान की भरपाई उपद्रवियों से ही की जाएगी। वाहनों के नुकसान का आकलन परिवहन विभाग कर रहा है। रिपोर्ट मिलने के बाद वसूली शुरू कर दी जाएगी।

उत्तरप्रदेश में कल का मौसम

यूपी का मौसम तेजी से बदल रहा है. मौसम विभाग के मुताबिक आने वाले 24 घंटे में तापमान में भारी गिरावट होगी. जिससे ठंड में और इजाफा होगा.

प्रेम-प्रसंग का पता चलने पर परिजनों ने की युवती की हत्या

सहारनपुर पुलिस ने युवती की लाश मिलने के मामले में सनसनीखेज खुलासा किया है. पुलिस हत्याकांड का खुलासा करते हुए बताया कि, युवती का प्रेम–प्रसंग चल रहा था और इस बात का युवती को परिवार वालों को चल गया. युवती के परिवार वाले इस रिश्ते के खिलाफ थे, युवती के मां–बाप, भाभी और जीजा ने मिलकर उसकी गला घोटकर हत्या कर दी. उसके शव को बोरे में भरकर सहारनपुर के थाना नाना. ैता क्षेत्र में फेंक दिया. दरअसल थाना नानौता क्षेत्र में लोगों ने एक बोरे में बंद लाश देखी जिसकी सूचना उन्होंने पुलिस को दी. इस पर पुलिस ने आकर युवती की लाश को बोरी से निकला. युवती की पहचान के लिए पुलिस ने लापता में अन्य थानों से जानकारी ली लेकिन युवती की कोई गुमशुदगी नहीं मिली. सोशल मीडिया पर मृतका की फोटो देखकर आसपास के लोगों ने पुलिस को जानकारी दी, तब पुलिस ने तफ्तीश की तो अपने ही युवती के कातिल निकले. परिजनों ने की गला घोंटकर हत्या जानकारी के मुताबिक, थाना देवबंद के मोहल्ला रहमत नगर की रहने वाली युवती की हत्या उसके परिजनों ने ही की है. पुलिस ने सनसनीखेज खुलासा करते हुए बताया कि युवती का प्रेम प्रसंग चल रहा था, जिसका पता परि. जनों को चल गया था. उसके बाद युवती के मां–बाप भाभी एवं जीजा ने मिलकर उसकी गला घोट कर हत्या कर दी और उसके शव को बोरे में भरकर सहारनपुर के थाना नानौता क्षेत्र में फेंक दिया.एसपी देहात सागर जैन ने बताया कि युवती की बहन के द्वारा थाना देव. बंद में तहरीर दी गई थी जिसमें शक किया गया था कि उसकी बहन की हत्या उसके परिजनों ने की है. इसके बाद पुलिस ने पूछताछ के बाद यह सनसनीखेज खुलासा किया है पुलिस ने चारों को गिरफ्तार कर जेल भेज दिया है.

यूपी में तेजी से बदल रहा मौसम, अगले 24 घंटे में और गिरेगा तापमान, बढ़ेगी ठंड

वाराणसी दिसम्बर महीने की शुरुआत से पहले ठंड ने अपना सितम दिखाना शुरू कर दिया है. यूपी में अब लगातार गिरते तापमान और कोहरे का दौर शुरू हो गया है. मौसम विभाग का अनुमान है कि आने वाले 24 घंटों में अधिकतम और न्यूनतम तापमान में और कमी आ सकती है. आईएमडी की ओर से दी गई जानकारी के मुताबिक यूपी में 29 नवंबर तक तापमान 2 से 3 डिग्री सेल्सियस तक लुढ़क सकता है. भारतीय मौसम विभाग के पूर्वानुमान के अनुसार गुरुवार (28 नवम्बर) को यूपी के कई जिलों में मध्यम से घना कोहरा दिखाई दे सकता है. अनुमान है कि गुरुवार की सुबह सहारनपुर, मुज. जफरनगर, बिजनौर, मुरादाबाद, संभल, पीलीभीत, बरेली, रामपुर, गोंडा, श्रावस्ती, बहराइच, सीतापुर, लखीमपुर खीरी, कुशीनगर, देवरिया, गोरखपुर, संतकबीर नगर समेत आस पास के जिलों में देर रात या सुबह के वक्त घना कोहरा दिखाई दे सकता है. 29 और 30 नवंबर को भी कोहरे को लेकर येलो अलर्ट जारी किया गया है.अभी और गिरेगा तापमाबीएचयू के मौसम वैज्ञानिक प्रोफेसर मनोज कुमार श्रीवास्तव ने बताया कि अब यूपी में ठंड का दौर शुरू हो गया है और लगातार तापमान में गिरावट हो रही है. 29 नवम्बर से एक नया पश्चिमी विक्षोभ भी एक्टिव हो रहा है, जो हिमालयी क्षेत्र को सीधे प्रभावित करेगा. इसका असर यूपी में भी दिखेगा. इस दौरान बर्फीली हवाएं चलेंगी जिसके कारण ठंड और बढ़ेगा.बताते चलें कि बुधवार को यूपी के चुर्क में सबसे कम तापमान रिकॉर्ड किया गया. यहां न्यूनतम तापमान 9.8 डिग्री सेल्सियस रहा.इसके अलावा मेरठ, मुजफ्फरनगर और नजीबा. बाद में भी न्यूनतम तापमान इसी के आस पास रहा. वहीं यूपी के उरई में सबसे ज्यादा तापमान 30.0 डिग्री सेल्सियस रिकॉर्ड हुआ.मौसम विभाग की माने तो आने वाले 24 से 48 घंटों में अधिकतम तापमान में भी 2 से 3 डिग्री सेल्सियस की कमी आ सकती है.

ट्रेन के आगे कूद जाओ, या पकड़ लो बिजली का तार, सीओ साहब महिला को बता रहे सुसाइड का तरीका

कुशीनगर में एक ऐसा वीडियो वायरल हो रहा है, जिसमें सीओ महिलाओं को खुदकुशी करने का तरीका बताते हुए नजर आ रहे हैं. वायरल वीडियो में सीओ खड्डा उमेश भट्ट महिला को ट्रेन के आगे कूदने या बिजली का तार पकड़ने की खुले आम सलाह दे रहे हैं. हैरत की बात यह है इस दौरान एसडीम खड्डा भी मौके पर मौजूद थे. पुलिस के अधिकारी द्वारा खुलेआम खुदकुशी का टिप्स देना चर्चा का विषय बना हुआ है.

कब्र से निकलवाया ढाई साल की बच्ची का शव, हत्यारोपी मां को भेजा जेल

बरेली के सीबीगंज थाना क्षेत्र में ढाई वर्षीय बेटी की छत से फेंककर हत्या करने के मामले में पुलिस ने बुधवार को आरोपी मां को कोर्ट में पेश किया। यहां से उसे जेल भेज दिया गया। बच्ची का शव कब्र से निकलवाया गया है, उसे पोस्टमार्टम के लिए भेजा गया है। सीबीगंज थाने के वीरपुर कासिमपुर निवासी मुर्शीद की पत्नी अनम ने 21 नवंबर की दोपहर परसाखेड़ा स्थित किराये के मकान की छत से अपनी ढाई साल की बेटी अमन नूर को नीचे फेंक दिया था। बेटी की मौत को अनम ने हादसा बताया और शव दफना दिया गया।

बरेली में शादी के पांचवें दिन दुल्हन की मौत, बाथरूम में गीजर फटने से हुआ हादसा

बरेली के भोजीपुरा थाना क्षेत्र के एक गांव में नवविवाहिता की गीजर फटने से मौत हो गई। बाथरूम में काफी देर तक कोई आहट नहीं मिली तो परिजनों ने दरवाजा तोड़ कर बाहर निकाला, तब तक उसकी सांसें थम चुकी थीं। कुछ देर बाद दम तोड़ दिया। युवती की शादी 22 नवंबर को हुई थी। उसकी मौत से शादी की खुशियां मातम में बदल गईं। मौके पर पहुंची पुलिस ने शव को पोस्टमार्टम के लिए भिजवाया। भोजीपुरा थाना क्षेत्र के गांव पीपलसाना चौधरी निवासी दीपक यादव की शादी 22 नवंबर को बुलंदशहर के गांव काले मुर्शीद की ओर ने अनम के खिलाफ हत्या की रिपोर्ट दर्ज कराई गई। बुधवार को महिला को जेल भेज दिया गया। उधर एसीएम द्वितीय राजेश चंद्रा की मौजूदगी में पुलिस ने कब्र से शव निक. ालकर पोस्टमार्टम के लिए भेज दिया। इंस्पेक्टर सुरेश चंद्र गौतम ने बताया कि बृहस्पतिवार को शव का पोस्टमार्टम होगा।महिला को पछतावा...पति को बता रही जिम्मेदारमुर्शीद ने पत्नी पर आरोप लगाया है कि प्रेमी से फोन पर बातें करने में बाधक बनने पर उसने बेटी की हत्या की। पत्नी अनम को दूसरे दिन बेटी की हत्या का पछतावा हो रहा था। घटना के बारे में पूछने पर उसकी आंखों में आंसू आ गए। आरोपी अनम ने पति पर ही गंभीर आरोप लगा दिए। उसने कहा कि वह खास कमाई नहीं करता है। जो कमाता है उसे शौक पूरे करने में उड़ा देता है। वह कारचोबी का काम करके और मजदूरों की रोटी बनाकर परिवार पालती है। काम के वक्त उसे बेटी परेशान करती थी। वह पति का कुछ बिगाड़ नहीं सकती थी तो गुस्से में बेटी को मार दिया। अब उसे लग रहा है कि उसने गलत किया। का नगला निवासी सूरजपाल की पुत्री दामिनी से हुई थी। दामिनी 23 नवंबर को विदा होकर पीपल साना चौधरी स्थित ससुराल में आई। परिजनों के मुताबिक बुधवार सुबह को वह नहाने के लिए बाथरूम में गई थी। वह काफी देर तक नहाकर नहीं निकली तो पति दीपक ने आवाज दी, लेकिन कोई उत्तर नहीं मिला। अनहोनी को लेकर परिजनों को चिंता हुई। परिजनों ने फिर बाथरूम के गेट का दरवाजा तोड़ा तो नवविवाहिता बेसुध पड़ी थी। परिजन आनन फानन उसे मेडिकल कॉलेज में उपचार के लिए ले गए। वहां डाक्टरों ने देखते ही उसे मृत घोषित कर दिया। मेडिकल कॉलेज की सूचना पर भोजीपुरा थाने से एसआई देवेंद्र सिंह मौके पर पहुंचे और परिजनों से पूछताछ की। ससुराल वालों की सूचना पर मृतका के मायकेवाले भी आ गए। विवाहिता की मौत से परिवार में कोहराम मच गया। भोजीपुरा थाने के प्रभारी निरीक्षक प्रवीन सोलंकी ने बताया कि बाथरूम में नहाते समय गीजर फट गया था, जिससे विवाहिता की मौत बताई जा रही है। मृत्यु का सही कारण पोस्टमार्टम के बाद स्पष्ट होगा।

कानपुर में बंद पड़े मदरसे में पड़ा मिला मानव कंकाल, इलाके में मचा हड़कंप

उत्तर प्रदेश के कानपुर एक बंद पड़े हुए मदरसे में से मानव कंकाल बरामद हुआ है, जिसके बाद आसपास के इलाके में हड़कंप मच गया है. बताया जा रहा है कि ये मदरसा डेढ़ से दो साल पहले बंद हो चुका है. जिसके बाद अब इसमें से एक कंकाल मिला है. ये कंकाल महिला का है या पुरूष का ये कहना फिलहाल मुश्किल हैं. पुलिस ने कहा कि पोस्ट मार्टम के बाद ही सारी स्थितियां साफ हो पाएंगी. ये घटना कानपुर जिले के जाजमऊ इलाके की है जहां एक बंद पड़े मदरसे से बुधवार को बुरी तरह क्षत–विक्षत मानव कंकाल बरामद किया गया. कंकाल की हालत में जिसे देखकर कहा जा सकता है कि ये काफी पुराना है. मदरसे के मालिक हमजा को उसके भाई ने परिसर में कंकाल पड़े होने की बात बताई थी, जिसके बाद पुलिस को सूचना दी गई. पुलिस जब मौके पहुंची तो मदरसे के ताले को तोड़ा गया, जहां ये कंकाल पड़ा मिला. बंद पड़े मदरसे में मिला कंकाल अपर पुलिस उपायुक्त (पूर्वी) राजेश श्रीवास्तव ने इस बारे में जानकारी देते हुए कहा कि ये मदरसा लगभग 2 साल पहले बंद हो गया था. हमें इसमें कंकाल मिलने की सूचना प्राप्त हुई थी, जिस पर पुलिस ने तुरंत कार. ंवाई की गई. कंकाल को बरामद कर पोस्टमार्टम के लिए भेज दिया गया है. क्छ। सुरक्षित रखा जाएगा. पूरे मामले की उचित जांच की जाएगी.उन्होंने कहा कि हमारी जानकारी में यहां कोई रजिस्टर्ड मदरसा नहीं था. यदि ये पूर्व में संचालित था तो कब ये बंद हुआ और इसमें ये कंकाल कैसे आया, इसकी जांच की जाएगी. इस संबंध में फॉरेंसिक विशेषज्ञों और फील्ड यूनिट को जांच का आदेश दिया गया है और लिंग का पता लगाने के लिए डीएनए जांच कराने के निर्देश दिए गए हैं. एडीसीपी ने कहा कि, अस्थियों सहित कंकाल का एक विस्तृत वैज्ञानिक अध्ययन किया जाएगा, जिससे मृत्यु के कारण और मृतक की आयु का पता चल सके. उन्होंने बताया कि यह कंकाल पुराना जान पड़ता है और यह मदरसा पिछले कई वर्षों से बंद पड़ा है. पोस्टमार्टम रिपोर्ट के बाद ही कुछ कहा जा सकता है. सारी फोटोग्राफी कर ली गई है. जाँच की जा रही है, जो भी तथ्य आएंगे उसकी जानकारी दी जाएगी.

सुनीता विलियम्स को जान का खतरा? रूस ने उठाए सुरक्षा कदम

जून में वे एक हफ्ते के लिए स्पेस सेंटर गई थीं, अब अगले साल फरवरी में उनकी धरती पर वापसी होगी

भारतीय मूल की अमेरिकी एस्ट्रोनॉट सुनीता विलियम्स जो इस समय अंतरिक्ष में अपने साथियों के साथ हैं. पिछले कई महीनों से स्पेस स्टेशन में मौजूद हैं. जून में वे एक हफ्ते के लिए स्पेस सेंटर गई थीं, लेकिन अब अगले साल फरवरी में उनकी धरती पर वापसी होगी. सुनीता इस समय अंतरिक्ष से जुड़ीं कई महत्वपूर्ण स्टडीज पर काम कर रही हैं और वे स्पेस स्टेशन की कमांडर भी हैं. हालांकि हाल के दिनों में अंतरिक्ष यात्रियों की जान को दो बार खतरा मंडराया.हाल ही में इंटरनेशनल स्पेस स्टेशन (आईएसएस) के लिए अंतरिक्ष में मौजूद कचरे के टकराने का खतरा बढ़ गया था. कचरा तेजी से स्पेस स्टेशन की ओर बढ़ रहा था जिससे सुनीता और उनके साथियों की जान को खतरा था. ये खतरा सिर्फ एक बार नहीं बल्कि दो बार सामने आ चुका है. खास बात तो ये है कि रूस के प्रोग्रेस 89 कार्गो क्राफ्ट ने समय रहते अपने इंजन को चालू किया जिससे स्पेस स्टेशन को ऊंचाई पर उठाया जा सका और कचरा इससे टक. राने से बच गया.अंतरिक्ष में कचरे से सुरक्षा पाने के लिए रूस ने उठाया बड़ा कदमरूस ने इस खतरे से बचने के लिए स्पेस स्टेशन को ऊपर उठाने का फैसला लिया. प्रोग्रेस 89 कार्गो क्राफ्ट ने सा. `मवार (25 नवंबर) सुबह साढ़े तीन मिनट तक अपने इंजन चालू किए जिससे स्पेस स्टेशन को 500 मीटर की ऊंचाई पर लाया गया और कचरे से टकराने से बचाया गया. इससे पहले, 19 नवंबर को भी इसी तरह का प्रयास किया गया था जब कचरे से बचने के लिए स्पेस स्टेशन

को 5 मिनट तक ऊपर उठाया गया था. कचरे से होने वाली टक्कर से अंतरिक्ष यात्रियों की जान खतरे में अंतरिक्ष में कचरे की मात्रा बेहद खतरनाक है. पृथ्वी की कक्षा में कम से कम 40,500 वस्तुएं 4 इंच चौड़ी हैं. साथ ही 1.1 मिलियन टुकड़े और लगभग 130 मिलियन छोटे कचरे के टुकड़े भी मौजूद हैं. इन छोटे–छोटे कचरों की गति इतनी तेज होती है कि वे सेटेलाइट्स और अंत. रराष्ट्रीय स्पेस स्टेशन के लिए भी खतरे का कारण बन सकते हैं. इस तरह के कचरे से होने वाली टक्कर से अंतरिक्ष यात्रियों की जान जोखिम में पड़ सकती है.अंतरिक्ष में कचरे से सुरक्षा के उपाय अंतरिक्ष में कचरे से निपटने के लिए कई उपाय किए जा रहे हैं, लेकिन ये एक बड़ी चुनौती बनी हुई है. नासा और रूस जैसे अंतरिक्ष एजेंसियां समय–समय पर स्पेस स्टेशन को इस कचरे से बचाने के लिए उपाय करती रहती हैं. सुनीता और अन्य अंतरिक्ष यात्री लगातार अंतरिक्ष में अपने कार्यों को अंजाम दे रहे हैं, लेकिन इस तरह के खतरे उनके लिए और भी सावधानी की आवश्यकता पैदा करते हैं.

दूल्हा–दुल्हन के हुआ वलीमा, मेहमानों ने उड़ाई दावत

मेरठ. उत्तर प्रदेश के मेरठ में जिला बदर हिस्ट्रीशीटर सलमान के वलीमा समारोह को लेकर मंगलवार दिनभर रस्साकसी का माहौल रहा. दिन में परिजनों ने आरोप भी लगाया कि पुलिस वलीमा समारोह नहीं करने दे रही है, लेकिन आखिरकार रात को वलीमा समारोह हो गया. हालांकि वलीमे की दावत में दूल्हा और दुल्हन शामिल नहीं हुई और पुलिस भी वलीमा समारोह में नजर बनाए रखीदरअसल, मेरठ के थाना कोतवाली के रहने वाले हिस्ट्रीशीटर सलमान को 21 नवंबर को जिला प्रशासन ने शादी से एक दिन पहले मुनादी कर 6 महीने के

निकाह से एक दिन पहले कुख्यात सलमान जिला बदर

बिना दूल्हा हुआ गैंगस्टर का वलीमा, अकेली बैठी रही दुल्हन

पुलिस की निगेहबानी में हुआ गैंगस्टर सलमान का वलीमा

लिए जिला बदर कर दिया था. इसके बाद सलमान ने जिला छोड़ दिया और बताया जा रहा है कि तयशुदा शादी की तारीख को बुलंदशहर में निकाह की रस्म हुई. मंगलवार 26 नवंबर को सलमान का वलीमा समारोह मेरठ के सदर थाना क्षेत्र के कैसल व्यू मंडप में रखा गया था. सुबह से ही वलीमे के कार्यक्रम को लेकर रस्साकसी का माहौल था. सलमान के परिजनों ने पुलिस पर आरोप लगाया कि पुलिस वलीमा नहीं होने दे रही है, लेकिन शाम होते–होते आखिरकार वलीमा का कार्यक्रम हो गया. इस वलीमा समारोह पर पुलिस ने नजर रखी कि सलमान न आ सके. सभी आने जाने वालों पर पुलिस ने पूरी नजर बनाए रखी. हालांकि, वलीमे की दावत बिना दूल्हा और दुल्हन के हुई.
वहीं सलमान के परिजनों ने भी पुलिस का धन्यवाद जताया कि बिना दूल्हा–दुल्हन के ही सही वलीमा समारोह तो हो पाया.

प्रधानमंत्री गंगा पूजन कर महाकुंभ की करेंगे शुरूआत, 13 दिसंबर को आएंगे पीएम मोदी

प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी 13 दिसंबर को खुद गंगा पूजन कर महाकुंभ–2025 की शुरुआत करेंगे। ऐसा पहली बार होगा जब प्रधानमंत्री महाकुंभ आयोजन की शुरुआत करेंगे। इससे पहले आमतौर पर डीएम या मेलाधिकारी ही गंगा पूजन कर माघ मेला या कुंभ की शुरुआत करते रहे हैं। बुधवार को प्रयागराज आए मुख्यमंत्री योगी आदित्यनाथ ने इसकी जानकारी देने के महाकुंभ एवं प्रधानमंत्री के कार्यक्रम की तैयारियों की समीक्षा की।प्रधानमंत्री 13 दिसंबर को प्रयागराज आएंगे। संगम से पहले उनका शृंग्वेरपुर धाम में कार्यक्रम प्रस्तावित है। वहां निषादराज पार्क, भगवान राम एवं निषाद. राज की गले मिलते प्रतिमा, घाट का लोकार्पण करेंगे। इसके बाद अरैल पहुंचेंगे और वहां से निषादराज क्रूज से संगम आएंगे। संगम नोज पर आयोजित सभा में प्रधानमंत्री साढ़े छह हजार करोड़ रुपये लागत की 150 से अधिक निर्माण परियोजनाओं का लोकार्पण करेंगे। इससे पहले प्रधानमंत्री गंगा पूजन करेंगे। पीएम मोदी ने युवाओं के लिए क्विज की घोषणा कीप्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी ने युवाओं के लिए क्विज की घोषणा की है। क्विज के जरिये युवा ऐतिहासिक विकसित भारत यंग लीडर्स डायलॉग का हिस्सा बन सकेंगे। प्रधानमंत्री ने टिप्पणी की कि विकसित भारत के लक्ष्य को प्राप्त करने में यह उनका अमिट योगदान होगा। उन्होंने सोशल मीडिया पोस्ट में युवाओं से कहा, यह आपके विचारों को सरकार के सर्वोच्च स्तर तक सुनने का एक बहुत ही विशेष अवसर है। विकसित भारत यंग लीडर्स डायलॉग का आयोजन अगले साल 11–12 जनवरी को होना है।

लंदन के ऐतिहासिक मछली–मांसबाजारों पर ताला, सदियों पुरानी विरासत खत्म

लंदन के दो ऐतिहासिक बाजार बि. लिंग्सगेट मछली बाजार और स्मिथफील्ड मांस बाजार जल्द ही बंद होने जा रहे हैं. जानकारी के अनुसार 11वीं शताब्दी से चली आ रही इन बाजारों की कारोबारी परंपराएं समाप्त हो जाएंगी. शसिटी ऑफ लंदन कॉरपोरेशनश ने संसद में एक विधेयक पेश किया है जिसके तहत इन बाजारों के संचालन की जिम्मेदारी समाप्त की जाएगी. ये बाजार लंदन की ऐतिहासिक विरासत का हिस्सा रहे हैं और स्थानीय बिजनेस के केंद्र के रूप में प्रसिद्ध रहे हैं.पहले इन बाजारों को लंदन के पूर्व में डेगनहैम में स्थानांत. रित करने की योजना बनाई गई थी, लेकिन महंगाई और निर्माण लागत में भारी बढ़ोतरी के कारण ये योजना रद्द कर दी गई. इस प्रोजेक्ट की अनुमानित लागत लगभग एक अरब पाउंड (1.25 अरब डॉलर) हो चुकी थी जो निगम के लिए प्रबंधित करना मुश्किल हो गया. बढ़ती लागत और आर्थिक दबावों के बीच यह निर्णय लिया गया कि स्थानांतरण के बजाय बाजारों को बंद कर दिया जाएगा.बाजारों का संचालन 2028 तक रहेगी जारीबाजारों के बंद होने से प्रभावित व्यापारियों को शसिटी ऑफ लंदन कॉरपोरेशनश ने वित्तीय मुआवजा और व्यापारिक सलाह देने की पेशकश की है. व्यापारियों को अपनी भविष्य की योजनाएं बनाने के लिए समय दिया गया है क्योंकि बाजारों का संच. ालन 2028 तक जारी रहेगा. निगम ने व्यापारियों के साथ सामंजस्य बनाने और उनके हितों को प्राथमिकता देने का वादा किया है.लंदन की सांस्कृतिक विरासत पर असरइन बाजारों के बंद होने से न केवल व्यापारिक परंपराएं समाप्त होंगी बल्कि लंदन की सांस्कृतिक विरासत पर भी इसका असर पड़ेगा. सदियों से ये बाजार स्थानीय व्यापार, रोजगार और सांस्कृतिक पहचान का केंद्र रहे हैं. अब यह देखना होगा कि निगम और व्यापारी मिलकर इस बदलाव को कैसे संभालते हैं.

विधवा पर बनाया शारीरिक संबंध बनाने का दबाव, लेखपाल का अश्लील ऑडियो वायरल, रिपोर्ट दर्ज

बदायूं के बिसौली में विरासत दर्ज करने के लिए आय प्रमाण पत्र व किसान सम्मान निधि का सत्यापन करने के नाम पर विधवा महिला से लेखपाल ने फोन पर अश्लील बातें की। इसका ऑडियो वायरल होने के मामले में पीड़ित महिला ने कोतवाली में पुलिस को तहरीर दी है। इधर, एसडीएम राशि कृष्णा ने मंगलवार को ही आरोपी लेखपाल को निलंबित कर तहसीलदार विजय शुक्ला को मामले की जांच सौंप दी है।बिसौली तहसील क्षेत्र के एक गांव निवासी विधवा महिला पिछले छह माह से कृषि भूमि में विरासत दर्ज कराने के लिए लेखपाल के पास चक्कर लगा रही थी, लेकिन लेखपाल उसे टरका देता था। अगस्त में उसने आय प्रमाण पत्र बनवाने के लिए आवेदन किया तो लेखपाल ने फिर उसे टरका दिया। इसके बाद विधवा महिला ने लेखपाल को कॉल की, जिसमें लेखपाल ने विरासत दर्ज करने और आय प्रमाण पत्र बनाने के नाम पर उससे शारीरिक संबंध बनाने का दबाव व अश्लील बातें कीं।शारीरिक संबंध बनाने का दबाव

बनाया विधवा ने पिछले माह तहसील दिवस में एडीएम से शिकायत की तो लेखपाल ने विरासत दर्ज कर दी। आरोप है कि किसान सम्मान निधि दिलाने और आय प्रमाण पत्र बनाने के नाम पर लेखपाल विधवा को अकेले मिलने पर जोर डाल रहा था। इसका ऑडियो सोशल मीडिया पर वायरल हुआ। इस संबंध में बुधवार को पीड़िता कोतवाली पहुंची। जहां उसने लेखपाल पर अश्लील वार्तालाप करने और अवैध संबंध बनाने के लिए दबाव डालने का आरोप लगाते हुए तहरीर दी है।पीड़ित महिला ने राज्य महिला आयोग में भी शिकायत भेजी है। इधर, डीएम निधि श्रीवास्तव के निर्देश पर एसडीएम राशि कृष्णा ने लेखपाल रामवतार यादव को देर रात निलंबित कर दिया। डीएम ने लेखपाल का सर्विस रिकॉर्ड भी तलब किया है। उधर, इंस्पेक्टर विशाल प्रताप सिंह ने बताया कि विधवा की तहरीर मिली है। चूंकि सरकारी कर्मचारी से जुड़ा मामला है। इसलिए उच्चाधिकारियों से वार्ता कर निर्देश मिलते ही रिपोर्ट दर्ज की जाएगी।

देहात छोड़िए, शहर का पुल तक सुरक्षित नहीं

बदायूं। मुड़ा पुल पर हुए हादसे के बाद भी लोक निर्माण विभाग के अधिकारी अभी चेते नहीं हैं। यही वजह है कि अब भी पुल पर सुरक्षा के इंतजाम नहीं किए गए हैं। शहर के पुराने लालपुल पुल की एक साइड की रेलिंग शुरूआत में टूटी हुई है। इसकी वजह से वहां पर हादसे की आशंका रहती है। महावा नदी पर उस्मानपुर के पास बने पुल के संपर्क मार्ग की मिट्टी भी कई जगह से खिसक गई है। वहीं सड़क भी कई जगह से टूट गई है।दातागंज से मुड़ा पुल से गिरकर तीन लोगों की मौत के बाद भी विभागीय अधिकारी अभी पुलों की सुरक्षा व्यवस्था पर ध्यान नहीं दे रहे। यहां बता दें कि शहर में प्रवेश सोतनदी को पार करने के बाद होता है। यहां पर आने और जाने के लिए अलग–अलग पुल बना हुआ है। इसमें उझानी से बदायूं आते वक्त पुराने पुल का इस्तेमाल किया जाता है, जबकि जाने के लिए नए पुल से होकर लोग जाते हैं।पुराने लालपुल की शुरुआत ही खतरनाक है। इसकी रेलिंग टूट रही है। इसकी वजह से वहां वाहन को मोड़ते वक्त कोहरे में रेलिंग न होने से वाहन चालकों को गहराई का अंदाजा नहीं लगता। ऐसे में कभी भी जनहानि हो सकती है। इसको लेकर लालपुल निवासी सोहिल, कामरान, मनोज आदि ने अधिकारियों से शिकायत की, लेकिन किसी ने इस ओर ध्यान नहीं दिया।पुल की रेलिंग लटक रही हवा में, मार्ग भी टूटादहगवां। महावा नदी पर उस्मानपुर के पास बने पुल की रेलिंग के पास की मिट्टी काफी पहले बह गई थी। शिकायत होने के बाद अधिकारियों ने वहां पर रेत और मिट्टी डालकर अपने काम से इतिश्री कर ली। अब हालत यह है कि धीरे–धीरे सड़क और ज्यादा टूट गई है। वहां की कंकरीट और मिट्टी बह गई है। ऐसे में अब भी रेलिंग हवा में लटक रही है।बदायूं–मेरठ हाईवे पर उस्मानपुर के पास महावा नदी पर पुल 21 जून 2020 को बनाया गया था। कुछ समय बाद पुल की रेलिंग के पास से मिट्टी बह गई। इसकी जानकारी होने के बाद विभाग की ओर से वहां पर मिट्टी डालकर जगह सही की गई, लेकिन बारिश में मिट्टी फिर बह गई। इससे मार्ग पहले की अपेक्षा और ज्यादा टूट गया।विभाग की ओर से टूटी सड़क नहीं बनाई गई, बल्कि विभाग ने मिट्टी और रेत डालकर अपने काम से इतिश्री कर ली। इसकी वजह से आज भी रेलिंग हवा में लटक रही है। हाईवे होने की वजह से वाहन चालकों की स्पीड ज्यादा होती है। ऐसे में वहां पर हादसा होने की आशंका बनी हुई है।
भारी वाहनों के लिए बंद की सड़कबिसौली। दातागंज में हुए हादसे के बाद शाहबाद–बिल्सी मार्ग पर स्थित सोत नदी के पुल पर एक बार फिर से भारी वाहनों का आवागमन पूरी तरह से बंद कर दिया गया है। बुधवार को जेसीबी की मदद से रोड पर अवरोधक लगवाए गए हैं।बिल्सी–इस्लामनगर मार्ग पर स्थित सोत नदी का पुल दो वर्ष से जर्जर स्थिति में है। इस पर पिछले साल गन्ना पेराई सत्र से पहले तहसील प्रशासन और लोक निर्माण विभाग की ओर से ओवर हाइट ब्रेकर लगाकर भारी वाहनों का आवागमन रोकने का प्रयास किया गया था, लेकिन डंपर और ट्रक चालकों ने उसे हटाकर आवागमन जारी रखा।जानकारी होने के बाद भी अधिकारियों ने इस ओर ध्यान नहीं दिया। जब दातागंज में मुड़ा पुल पर हादसा हुआ तो एसडीएम राशि कृष्णा ने इस पर फिर से भारी वाहनों का प्रवेश बंद करने के निर्देश दे दिए। इसको लेकर बुधवार को जेसीबी की मदद से फिर से अवरोधक लगाए गए हैं। अब केवल छोटे वाहन ही निकल सकेंगे।

घुंघरू कारोबारी को किया डिजिटल अरेस्ट, 23 लाख रूपये ठगे

एटा के जलेसर क्षेत्र में घुंघरू कारोबारी साइबर अपराधियों के जाल में इस कदर फंस गया कि 23 लाख रुपये गवां बैठा। ठगी की जानकारी के बाद पीड़ित ने थाने में शिकायत दर्ज कराई है। उत्तर प्रदेश के एटा जिले में घुंघरू कारोबारी 23 लाख रुपये की ठगी का शिकार हो गया। व्हाट्सएप पर आए कॉल को रिसीव किया, तो वो साइबर ठगों के जाल में फंस गया। ठगों ने उसे डिजिटल अरेस्ट कर दो बार में 23 लाख रुपये खाते में ट्रांसफर करा लिए गए। जब तक उसे ठगी की जानकारी हुई, तब तक देर हो चुकी थी। पीड़ित ने थाना जलेसर में शिकायत दर्ज कराई है। पुलिस मामले की छानबीन में जुट गई है। जलेसर के मोहल्ला सर्राफ निवासी गिरीश चंद बंसल का सूरज घुंघरू नाम से कस्बे में ही स्टोर है। पीड़ित ने बताया कि 26 नवंबर को उसके पास व्हाट्सएप कॉल आया। फोन करने वाले ने खुद को ईडी अधिकारी बताते हुए उसे धमकाना शुरू कर दिया। कहा गया किमनी लॉन्ड्रिंग से विदेश पैसे भेजे गए हैं। इसके बाद उसे डराना शुरू कर दिया गया। वो इस कदर दहशत में आ गया कि दो बार में उसने 23 लाख रुपये की रकम बताए गए खातों में भेज दी।पीड़ित ने बताया कि पहले उसने 18 लाख 75 हजार 588 रुपये आईडीएफसी बैंक के खाते में भेजे, उसके बाद 4 लाख 40 हजार रुपये एचडीएफसी के खाते में भ.

`जे। इतनी बड़ी रकम भेजने के बाद जब उसे अपने साथ हुए इस अपराध की जानकारी हुई तो पसीने छूट गए। पीड़ित ने कोतवाली जलेसर में शिकायत दर्ज कराई है। पुलिस ने मामले की छानबीन शुरू कर दी है।

राष्ट्रद्रोह वाद में कंगना रनौत नहीं हुई हाजिर, आगरा कोर्ट ने दी दिसंबर की तारीख

राष्ट्रद्रोह वाद में कंगना रनौत के लिए स्पेशल कोर्ट एमपी–एमएलए अनुज कुमार सिंह ने धारा 200 सीआरपीसी के तहत अधिवक्ताओं के बयान दर्ज होने के बाद नोटिस भेजा था। जिसमें लिखा था कि अगर विपक्षी को अपना पक्ष रखना है तो व्यक्तिगत रूप से या अपने अधिवक्ता के माध्यम से अदालत में पेश हों।राजीव गांधी बार एसोसिएशन के अध्यक्ष एवं वरिष्ठ अधिवक्ता रमाशंकर शर्मा ने फिल्म अभिनेत्री और भाजपा सांसद कंगना रनौत के खिलाफ दायर वाद में गुरुवार को सुनवाई हुई। कंगना रनौत को आना था, लेकिन न तो वो आईं और नाहीं उनके अधिवक्ता। इसके बाद कोर्ट ने 12 दिसंबर की तारीख सुनवाई के लिए दी गई है। स्पेशल कोर्ट एमपी–एमएलए अनुज कुमार सिंह ने धारा 200 सीआरपीसी के तहत अधिवक्ताओं के बयान दर्ज होने के बाद विपक्षी को नो. टिस भेजा था। 26 अगस्त 2024 को भाजपा सांसद कंगना रनौत ने टीवी चौनलों पर दिए साक्षात्कार में किसानों पर अभद्र टिप्पणी की। इसके पहले 16 नवंबर 2021 को राष्ट्रपिता महात्मा गांधी के अहिंसात्मक सिद्धांत का मजाक उड़ाया था।

छात्रा से दुष्कर्म के आरोपी का एक के बाद दूसरा कोचिंग सेंटर भी सील

अलीगढ़ (जननायक सम्राट) अलीगढ़ में धनंजय कोचिंग क्लासेज की पला रोड स्थित दूसरी शाखा भी 27 को सील कर दी गई है। इससे पहले सुरेंद्र नगर स्थित धनंजय कोचिंग क्लासेज सील की जा चुकी है।21 नवंबर को कोचिंग सेंटर संचालक धनंजय वार्ष्णेय पर एक छात्रा के साथ दुष्कर्म करने का आरोप लगा था, जिसके बाद छात्र–छात्राओं और अभिभावकों ने काफी हंगामा काटा था। तोड़फोड़ भी की थी। पुलिस आरोपी धनंजय को थाने ले गई। इसके बाद उसे जेल भेज दिया गया। कोचिंग सेंटर पिछले 10 साल से बगैर पंजीकरण के चल रहा था।इस कोचिंग सेंटर पर 25 नवंबर को माध्यमिक शिक्षा विभाग ने सील लगा दी थी। धनंजय वार्ष्णेय के दूसरे कोचिंग सेंटर पर शिक्षा विभाग ने सील लगा दी। कोचिंग सेंटर पर कार. ंवाई की मांग को लेकर एबीवीपी कार्यकर्ताओं ने हंगामा काटा था। राष्ट्रीय कार्यकारिणी सदस्य अंकुर शर्मा ने आंदोलन की धमकी भी दी थी।बगैर पंजीकरण के नहीं चल सकेंगे कोचिंग

सेंटर डीआईओएस

अलीगढ़ के डीआईओएस सर्वदा नंद ने बताया कि अब जिले में बगैर पंजीकरण के कोई भी कोचिंग सेंटर नहीं चल सकेंगे। अगर कोई भवन स्वामी अपने यहां कोचिंग सेंटर के लिए किराये पर जगह देता है तो कोचिंग सेंटर संचालक से पंजीकरण के बारे में जानकारी जरूर कर लें। वर्ना, जब कोचिंग सील होगी तो उनका भवन भी जद में आएगा। उन्होंने कहा कि बगैर पंजीकरण के चल रहे कोचिंग सेंटर के खिलाफ आज से अभियान चलाया जाएगा। 16 साल से कम आयु के विद्यार्थी कोचिंग सेंटर में मिले तो सेंटर संचालक पर कार्रवाई होगी।

अलीगढ़ में मिल चुके हैं 247 मरीज, डेढ़ महीने में 25 की मौत, छर्रा विधायक भी आए चपेट में

अलीगढ़ जिले में डेंगू का डंक बेकाबू होता जा रहा है। 27 नवंबर को छर्रा विधायक समेत पांच मरीज मिले हैं। जबकि पिछले डेढ़ महीने में जिले में डेंगू–बुखार से करीब 25 लोगों की मौत हो चुकी है। इनमें 15 मौतें तो सिर्फ जवां के वाजिदपुर में हुई है।जिले में शहर से ज्यादा ग्रामीण क्षेत्रों में डेंगू तेजी से पांव पसार रहा है। जिले में अब तक 247 लोग डेंगू की चपेट में आ चुके हैं। जवां के वाजिदपुर में 15 लोगों की जान गई है। बुखार से उनकी प्लेटलेट्स भी गिरी थीं। स्वास्थ्य विभाग को इस गांव में लार्वा भी मिला था। हालांकि, स्वास्थ्य विभाग ने डेंगू से मौत की पुष्टि नहीं की थी।छर्रा के शाहजहांपुर बैजना, गालिबपुर में डेंगू से तीन मौतें हो गईं। चावली, बरौली, गालिबपुर सहित अन्य इलाकों में डेंगू भी फैला था। इसी तरह गंगीरी के शादीपुर में एक की मौत हो गई थी। शहर में भी चार लोगों की डेंगू से मौत हो गई। 26 नवंबर को छर्रा के गांव बाईं खुर्द की कथावाचक सुमन सुरभि (32) की डेंगू से मौत हो गई।27 नवंबर को खैर के गांव कोमला, बाईं खुर्द, गोंडा, शहर के शीशिया पाड़ा में डेंगू का एक–एक मरीज मिला। शहर के जेएन मेडिकल कॉलेज में छह हजार, मलखान सिंह जिला अस्पताल में 1000 और पंडित दीनदयाल अस्पतालों में 900 मरीज रोजाना ओपीडी पहुंच रहे हैं। इनमें ज्यादातर बुखार, सर्दी, खांसी से पीड़ित हैं।अलीगढ़ शहर से ज्यादा डेंगू के मरीज ग्रामीण क्षेत्र में मिले हैं। प्लेटलेट्स कम होने के कारण कुछ मरीजों की मौत हो गई थी, उनका उपचार चल रहा था। एलाइजा में पॉजिटिव आने पर मरीजों में डेंगू की पुष्टि मानी जाती है। डेंगू के मरीजों के घर और आसपास मच्छर मारने की दवाओं का छिड़काव कराया जा रहा है। – डॉ. राहुल कुलश्रेष्ठ, जिला मलेरिया अधिकारी, अलीगढ़छर्रा विधायक को भी हुआ डेंगू , बिगड़ी तबीयत डेंगू की चपेट में छर्रा विधानसभा क्षेत्र के विधायक ठाकुर रवेंद्र पाल सिंह भी आ गए हैं। प्लेटलेट्स कम होने पर उन्हें अलीगढ़ के एक निजी अस्पताल में भर्ती करा दिया गया है। जानकारी होने पर भाजपा नेता अस्पताल पहुंचे और उनका हाल जाना।

आयुक्त अलीगढ़ मण्डल की अध्यक्षता में विकास कार्यों की मण्डलीय बैठक सम्पन्न

विभागीय योजनाओं में असंतोषजनक प्रगति पर जिला समाज कल्याण अधिकारी अलीगढ़, एटा व हाथरस का रोका वेतनपशुओं के गर्भाधान संबंधी समस्याओं की ट्रैकिंग के लिए मोबाइल अल्ट्रासाउंड सेवा आरंभ करने के दिए निर्देशअधिकारी आंकड़ों की बाजीगरी छोड़ व्यक्तिगत रुचि लेकर कराएं विकास कार्य आपसी समन्वय और सामंजस्य से कार्य कर जिलों की रैंकिंग में लाएं सुधार अधिकारी पूरी तैयारी से बैठक में उपस्थित होना सुनिश्चित करे अलीगढ़ 28 नवम्बर 2024 (सू0वि0)रू आयुक्त, अलीगढ़ मण्डल, अलीगढ़ चौत्रा वी. की अध्यक्षता में कमिश्नरी सभागार में विकास कार्यों की मण्डलीय प्रगति समीक्षा की गई। मंडलायुक्त ने निर्देश दिए कि सभी अधिकारी आपसी सामंजस्य एवं समन्वय के साथ शासन से आवंटित लक्ष्यों की प्राप्ति सुनिश्चित करते हुए जनहितकारी योजनाओं का लाभ पात्र एवं जरूरतमंदों तक पहुंचना सुनिश्चित करें। मण्डलायुक्त ने कहा कि शासकीय सेवा में रहते हुए प्रत्येक अधिकारी की सत्यनिष्ठा जनहित के कार्यों के प्रति होनी चाहिए। जनशिकायत निस्तारण सरकार की सवा. ंच्च प्राथमिकता में है। आईजीआरएस, सीएम हेल्पलाइन एवं विभिन्न दिवसों में प्राप्त प्रकरणों का समयबद्धता एवं गुणवत्तापूर्ण ढंग से निराकरण करें। समाज कल्याण विभाग द्वारा संचालित योजनाओं की खराब प्रगति पर जिला समाज कल्याण अधिकारी अलीगढ़, एटा एवं हाथरस का वेतन रोकने के लिए कोषाधिकारी को पत्र निर्गत करने के निर्देश दिए। उन्होंने खराब श्रेणी वाले अधिकारियों को चेतावनी निर्गत करने के निर्देश देते हुए कहा कि यदि अगले माह की समीक्षा के दौरान विभागीय कार्यों में प्रगति नहीं आती है तो उन्हें प्रशासनिक कार्रवाई के लिए बाध्य होना पड़ेगा। गुरुवार को कमिश्नरी सभागार में अक. टूबर की आयोजित समीक्षा बैठक में मण्डल की रैंकिंग 15 वें स्थान पर पाई गयी जबकि अलीगढ़ 27 वें, कासगंज 28 वें, हाथरस 47 वें एवं एटा 17 वें पायदान पर आने के लिए कमिश्नर द्वारा गहरी चिंता व्यक्त की गई। उन्होंने कहा कि आधिकारी आंकड़ों की बाजीगरी से बाज आएं और व्यक्तिगत रुचि के साथ कार्य करते हुए जनसामान्य को शासकीय योजनाओं से लाभान्वित कराएं। आपको बता दें कि माह सितम्बर में एटा 17, अलीगढ़ 8, कासगंज 25 और हाथरस 50 वें स्थान पर था। प्रधानमंत्री किसान सम्मान निधि योजना में खराब प्रगति पर जिला कृषि अधिकारी एटा हाथरस को प्रतिकूल प्रविष्टि निर्गत की। वहीं डे–एनआरएलएम क्रेडिट लिंकेज में चारों जिलों के डीसी एनआरएलएम और एलडीएम को चेतावनी पत्र निर्गत करते हुए सुधार लाने के निर्देश दिए। बीज वितरण योजना में पारदर्शिता के उद्देश्य के अधिकारियों की ड्यूटी लगाते हुए सत्यापन के साथ रिपोर्ट प्रस्तुत करने के

निर्देश दिए। खाद बीज की उपलब्धता सुनिश्चित कराते हुए किसानों को समय से सूचना उपलब्ध कराने के साथ ही जागरूक करने के निर्देश दिए। विद्युत विभाग को निर्देशित किया गया कि क्षमता वृद्धि, मरम्मत एवं सुधार कार्यों के दृष्टिकोण से शटडाउन लिए जाने की सूचना एरियावार प्रचारित प्रसारित कराई जाए, ताकि क्षेत्र का जनमानस जागरूक रहे। पशुपालन विभाग की समीक्षा में बताया गया कि अलीगढ़ में 35 अस्थाई गौवंश संरक्षण केंद्र निर्माणाधीन हैं जिनके संचालित होने से गौवंश संरक्षण की स्थिति में और सुधार आएगा। मण्डलायुक्त ने पराली एवं अन्य फसल अवशेष के गौसंरक्षण केंद्र में स्थानांतरित करने में अलीगढ़ में और सुधार करने के निर्देश देते हुए कहा कि इससे एक ओर जहां गौवंशों को चारा मिलेगा वहीं फसल अवशेष न जलने से पर्यावरण संरक्षण भी होगा। उन्होंने मण्डल में पशुओं के गर्भाधान संबंधी समस्याओं की ट्रैकिंग के लिए जल्द से जल्द मोबाइल अल्ट्रासाण्उड सेवा आरंभ करने के निर्देश दिए। उन्होंने सभी एलडीएम को निद. ंशित किया कि बैंकर्स के माध्यम शासन की प्राथमिकता वाली योजनाओं– पीएम सूर्यघर, शादी अनुदान एवं विभिन्न अनुदानित योजनाओं में लम्बित प्रकरणों का निस्तारण कराते हुए उन्हें धरातल पर उतारने में सहयोग करें। बैठक में जेडीसी मंशाराम यादव समेत सभी सीडीओ एवं मण्डलीय व जिलास्तरीय अधिकारीगण उपस्थित रहे।

मण्डलायुक्त ने विभिन्न योजनाओं में उत्कृष्ठ कार्य के लिए 11 अधिकारियों को दिए प्रशस्ति पत्र

अलीगढ़ मण्डलायुक्त चौत्रा वी0 ने विकास कार्यों की मण्डलीय बैठक के आ. रम्भ से पूर्व शासन द्वारा संचालित विभिन्न योजनाओं में उत्कृष्ठ कार्य करने के लिए 11 अधिकारियों को प्रशस्ति पत्र देकर सम्मानित किया। सम्मानित होने वाले अधिकारियों में अलीगढ़ के 04, एटा के 06 और हाथरस के 01 अधिकारी शामिल रहे। मण्डलायुक्त ने कहा कि यह सम्मान अन्य अधिकारियों के लिए प्रेरणास्रोत बनेगा जोकि उन्हें शासकीय योजनाओं के संचालन एवं जन–जन तक पहुँचाने में गति प्रदान करेगा।मण्डलायुक्त ने सोलर लाइट बीकेएस ग्राम उन्नति योजना में अरिक्त ऊर्जा विभाग के डीपी सिंह, ग्रामीण क्षेत्र में दैनिक विद्युत आपूर्ति के लिए अधीक्षण अभियंता अंशुमान यादव, विद्युत बिलों में सुधार के लिए अधीक्षण अभियंता नगर प्रभात आनन्द मोगा, मनरेगा के लिए डीसी मन. रेगा प्रभु दयाल, एंबुलेंस सेवा 108 के लिए सीएमओ एटा उमेश कुमार त्रिपाठी, एसबीएम फेज–2 में व्यक्तिगत शौचालय के लिए डीपीआरओ धनंजय जायसवाल, मध्यान्ह भोजन एवं विद्यार्थियों की उप. स्थिति के लिए बीएसए राकेश कुमार सिंह, पोषण अभियान के लिए प्रभारी जिला कार्यक्रम अधिकारी संजय कुमार सिंह, मुख्यमंत्री कन्या सुमंगला योजना के लिए प्रभारी जिला प्रोबेशन अधिकारी विमल कुमार, राष्ट्रीय पारिवारिक लाभ योजना के लिए डीएसडब्लूओ सरिता और राष्ट्रीय वृद्धावस्था पेंशन योजना के लिए डीएसडब्लूओ सत्यम कुमार को प्रशस्ति पत्र प्रदान किया।

333 एकड़ में कॉलोनी बसाने का काम शुरू, ग्राम बढ़ौली फतेह खां में चिन्हित है जमीन, होगा अधिग्रहण

अलीगढ़ की आवास विकास परिषद ने फिर से 333 एकड़ भूमि में कालोनी बसाने के प्रोजेक्ट पर काम शुरू कर दिया है। भूमि अधिग्रहण के लिए काश्तकारों को नोटिस जारी किए जा रहे हैं। हालांकि इस तरह की कवायद विभाग पहले भी कर चुका है।आवास विकास परिषद ने जिले के आगरा रोड स्थित बढ़ौली फतेह खां में आवासीय कालोनी विकसित करने की योजना 2013 में बनाई थी। करीब 333 एकड़ भूमि का चिन्हांकन हो चुका था। आवास विकास परिषद ने धारा 28 लागू करने के बाद लगभग 250 से 300 किसानों को 2013 में ही धारा 29 का नोटिस जारी कर दिया था। मगर किसानों ने इस पर सहमति नहीं दी थी। जिसके कारण योजना फाइलों में सिमट गई थी। आवास विकास परिषद ने फिर से किसानों को धारा 29 के तहत नोटिस जारी करने की कवायद शुरू कर दी है। माह भर में सभी किसानों को नोटिस जारी कर दिया जा जाएगा।अलीगढ़ में 333 एकड़ में आवासीय कालोनी विक. सित किया जाना है। इसकी स्वीकृति पहले की मिल चुकी है। 2013 में किसानों को नोटिस जारी कर सहमति मांगी गई थी। मगर सहमति नहीं मिली थी। ऐसे में अब फिर से धारा 29 के तहत नोटिस जारी करने की कार्रवाई की जा रही है। अब धारा 32 के तहत भूमि अधिग्रहण की कार्रवाई की जाएगी।–सस्मित कटारिया, एक्सईएन, आवास विकास परिषदविकास की बात नई योजना के तहत आगरा रोड पर ग्राम बढ़ौली फतेह खां में चिन्हित किया गया जमीन, होगा अधिग्रहण 2013 में भूमि अधिग्रहण के धारा 28 के तहत किया गया है भूमि का चयन धारा 29 के तहत किसानों को 10 साल पहले जारी किया जा चुका है नोटिस आवास विकास परिषद फिर से किसानों को धारा 29 के तहत जारी करेगी नोटिस किसानों से मांगी जाएगी आपत्ति, न देने पर की जाएगी धारा 32 के तहत कार्रवाई धारा 32 के तहत खाली पड़े भूमि का आवास विकास परिषद प्रशासन की मदद से करेगा अधिग्रहण

परिवार न्यायालय ने पति–पत्नी में फिर से कराया आपसी सुलह–समझौता

अलीगढ़ माननीय प्रधान न्यायाधीश परिवार न्यायालय अलीगढ़ मनोज कुमार अग्रवाल की अदालत में वादिया ने अपना व ढाई वर्ष की नाबालिक पुत्री का भरण पोषण वाद प्रस्तुत किया। वादिया की उम्र लगभग 24 वर्ष है व थाना बरला क्षेत्र की निवासी है। विपक्षी पति की उम्र 27 वर्ष है और थाना इगलास क्षेत्र का निवासी है। वादियां ने भरण पोषण वाद 2 मई 2023 में दायर किया विपक्षी पति ने मारपीट कर घर से वादिया व पुत्री को निकाल दिया और 26 अक्टूबर 2022 से वादिया अपने मायके में रह रही है। विपक्षि पति का सिलाई का एक्सपोर्ट का कार्य है। पत्रावली सुनवाई के लिए अपर प्रधान न्यायाधीश परिवार न्यायालय द्वितीय ज्ञानेंद्र सिंह की अदालत में प्रस्तुत हुई। विपक्षी पत्रावली पर हाजिर आया कोर्ट ने पत्रावली काउंसलिंग के लिए दी। काउंसलिंग में पति–पत्नी को समझाया गया। काउंसलिंग कई तारीख लगाई गई और साथ–साथ रहने को राजी हुए। वादिया ने अपना केस वापस ले लिया है और कोर्ट से हंसी खुशी पति–पत्नी के रूप में जीवन यापन करने के लिए साथ–साथ चले गए।उक्त जानकारी काउंसलर एडवोकेट योगेश सारस्वत एवं योगेश शंकर भारद्वाज द्वारा दी गई है।

अलीगढ़ लोकसभा चुनाव की ईवीएम फुटेज और वीडियोग्राफी रखें सुरक्षित

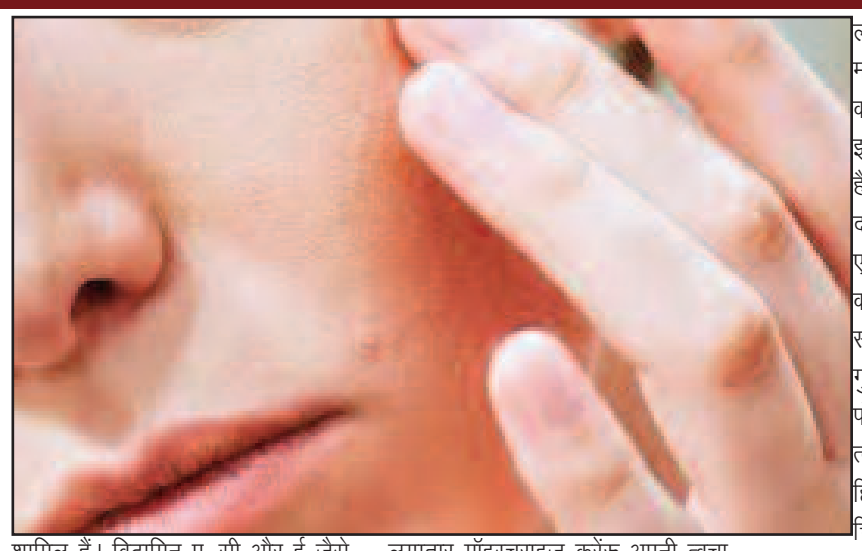
लोक सभा चुनाव 2024 में सपा उम्मीदवार बिजेंद्र सिंह ने याचिका दाखिल कर आरोप लगाया है कि लो. कसभा चुनावों में भाजपा ने बेईमानी की है। मतगणना के दौरान ईवीएम में गड़बड़ी कर उन्हें हराया गया है। इसे लेकर उन्होंने हाईकोर्ट में याचिका दाखिल की है।इलाहाबाद हाईकोर्ट ने चुनाव आयोग को अलीगढ़ लोकसभा चुनाव की ईवीएम फुटेज और वीडियोग्राफी सुरक्षित रखने का निर्देश दिया है। यह आदेश न्यायमूर्ति शेखर बी सराफ और विपिन चंद्र दीक्षित की खंडपीठ ने अलीगढ़ लोकसभा सीट से समाजवादी पार्टी के उम्मीदवार चौधरी बिजेंद्र सिंह की याचिका पर दिया हैलोक सभा चुनाव 2024 में सपा उम्मीदवार बिजेंद्र सिंह ने याचिका दाखिल कर आरोप लगाया है कि लोकसभा चुनावों में भाजपा ने बेईमानी की है। मतगणना के दौरान ईवीएम में गड़बड़ी कर उन्हें हराया गया है। इसे लेकर उन्होंने हाईक. ोर्ट में याचिका दाखिल की है।उनके अधिवक्ता महमूद प्राचा व उमर जामिन ने वीडियो कॉन्फ्रेंसिंग के जरिये दलील दी कि ईवीएम के साथ छेड़छाड़ की गई है। कहा कि ईवीएम के मौजूदा सेट में हैं. कंग, छेड़छाड़ और नकली वोट नहीं डाले जा सकते, इसकी कोई प्रमाणित गारंटी नहीं है।न्यायालय ने पक्षों को सुनने के बाद चुनाव से संबंधित दस्. तावेज (वीडियोग्राफीध्सीसीटीवी फुटेज, फॉर्म 17–सी व अन्य दस्तावेज) चुनाव आयोग को सुरक्षित रखने का आदेश दिया है। साथ ही न्यायालय ने चुनाव आयोग से चार सप्ताह के भीतर जवाबी

हलफनामा दाखिल करने को कहा है। अगली सुनवाई 27 जनवरी, 2025 को होगी।

सपा उम्मीदवार बिजेंद्र सिंह ने लगाए कई आरोपबिजेंद्र सिंह ने इलेक्ट्रॉनिक वोटिंग मशीन (ईवीएम) के बजाय बैलेट पेपर पर मतदान कराने और दोबारा मतगणना करने की मांग की। उन्होंने कहा कि भाजपा के सतीश कुमार गौतम ने 5,01,834 वोट हासिल किए और 15,647 वोटों से जीत हासिल की। आरोप लगाया कि जिला निर्वाचन अधिकारी ने 11 ईवीएम मशीनों के वोट नहीं गिने। 23वें से 28वें चरण की मतगणना में धांधली कर उन्हें हराया गया। इसकी जिला निर्वाचन अधिकारी को लिखित शिकायत की थी। वहीं, शहर कांग्रेस कमेटी के महासचिव इरशाद उल्ला ने भी धांधली के आरोप लगाते हुए दोबारा मतगणना की मांग उठाई।

सर्दियां शुरू होते ही आपको भी होने लगी है ड्राइनेस की दिक्कत

मौसम बदलने के साथ स्किन से जुड़ी कई तरह की समस्या भी बढ़ जाती है. अक्सर लोग ड्राई स्किन की समस्या से काफी ज्यादा परेशान रहते हैं. मौसम में जैसे–जैसे नमी बढ़ती है शरीर में नमी की कमी होने लगती है. स्किन में नमी बनाए रखने के लिए लोग अक्सर कई सारे क्रीम का इस्तोल करते हैं. जिनकी स्किन काफी ज्यादा ड्राई हो रही है वैसे लोगों को अक्सर नहाते वक्त गर्म पानी का इस्तेमाल करना चाहिए. ज्यादा गर्म पानी से नहाने से स्किन काफी ज्यादा ड्राई होती है. इसलिए गुनगुने पानी से नहाएं. खुद को हाइड्रेट रखें रू हर दिन कम से कम आठ गिलास तरल पदार्थ पिएं, जिसमें चाय, दूध और कॉफी



शामिल हैं। विटामिन ए, सी और ई जैसे एंटीऑक्सीडेंट से भरपूर आहार लें. लगातार मॉइस्चराइज करेंरू अपनी त्वचा को धोने के तुरंत बाद मॉइस्चराइजर लगाए. आप लोशन की जगह मलहम या क्रीम का इस्तेमाल कर सकते हैं.नारियल का तेल इसमें संतृप्त वसा अम्ल होते हैं जो शुष्क त्वचा में मौजूद दरारों को भरने के लिए एक एमोलिएंट के रूप में काम करते हैं.शहद इसमें सूजन–रोधी और रोगाणुरोधी गुण होते हैं.एलोवेरा इसमें पॉलीसेकेराइड होते हैं जो त्वचा के विकास को प्रोत्सा. हित करने और शुष्क, चिड़चिड़ी त्वचा को ठीक करने में मदद कर सकते हैं दलिया नहाने में डालने या क्रीम में इस्तेमाल करने पर शुष्क त्वचा से राहत दिलाने में मदद कर सकता है.लंबे समय तक गर्म पानी से नहाने से आपकी त्वचा से तेल निकल सकता है. अपने नहाने के समय को 5–10 मिनट तक सीमित रखें और गर्म पानी का इस्तेमाल करें.ह्यूमिडिफायर का इस्तेमाल करें ह्यूमिडिफायर आपके घर के अंदर की हवा में नमी जोड़ सकता है. नमी का स्तर 30: से ऊपर रखें.दस्ताने पहनेंरू दस्ताने आपके हाथों को पर्यावरणीय कारकों से बचा सकते हैं जो आपकी त्वचा को शुष्क कर सकते हैं.कोमल त्वचा देखभाल उत्पादों का उपयोग करें कठोर, शुष्क करने वाले साबुन, डिओडोरेंट, जीवाणुरोधी डिटर्जेंट, सुगंध और अल्कोहल से बचें.

सर्दियों में क्यों बढ़ जाता है हार्ट अटैक का खतरा

दिल जब परेशान होता है तो संकेत देता है और उन संकेतों को नजरअंदाज करना सही नहीं है. खासकर आज के मौसम में तो ऐसी लापरवाही बिल्कुल नहीं करनी चाहिए. इन दिनों मौसम तेजी से बदल रहा है. एक तरफ पहाड़ों पर बर्फबारी से ठंड बढ़ने वाली है तो दूसरी तरफ प्रदूषण भी हमला कर रहा है. ठंड हो या प्रदूषण दोनों ही दिल के दुश्मन हैं. ठंड बढ़ने के साथ ही दिल पर दबाव बढ़ता है. क्योंकि ठंड में धमनियों के सिकुड़ने से बीपी हाई हो जाता है और दिल पर दबाव बढ़ जाता है. इसलिए दिल की बीमारियों के साथ–साथ सर्दियों में हार्ट अटैक के मामले भी बढ़ जाते हैं. सर्दियों में लोगों की शारीरिक हलचल कम हो जाती है. ठंड के कारण वे बिस्तर से बाहर नहीं निकलना चाहते. वे बाहर कम घूमते हैं. इस आलस्य के कारण दिल को खतरा बढ़ जाता है। इसके अलावा जो लोग सांस संबंधी समस्याओं से पीड़ित हैं, उनमें भी निमोनिया के कारण हार्ट फेल होने की संभावना 6 गुना अधिक होती है.हालांकि, दिल का ख्याल सिर्फ सर्दियों में ही नहीं बल्कि हर मौसम में रखना जरूरी है. क्योंकि पिछले 32 सालों में हृदय रोग से होने वालमौतों के मामलों में 60 फीसदी की बढ़ोतरी हुई है. हर साल अकेले हार्ट अटैक से 2 करोड़ लोगों की मौत होती है. इसलिए दिल को स्वस्थ रखने के लिए 6–7 घंटे की नींद जरूर लें. इसके साथ ही हर दिन 30–40 मिनट योगाभ्यास भी जरूरी है ताकि दिल स्वस्थ रहे। स्वामी रामदेव से जानिए दिल को स्वस्थ रखने के उपाय? दिल के दुश्मन कौन से हैं?हाई बीपी, मोटापा, शुगर, कोलेस्ट्रॉल, गठिया और यूरिक एसिड दिल के दुश्मन हैं. सर्दियों में हार्ट अटैक का खतरा बढ़ जाता है क्योंकि धमनियां सिकुड़ जाती हैं और इससे रक्त प्रवाह प्रभावित होता है, रक्तचाप बढ़ता है और हृदय पर दबाव पड़ता है. 5 साल में हृदय रोग के मामलों में 53 फीसदी की वृद्धि हुई है. युवाओं में हृदय संबंधी समस्याओं के लिए अनियमित दिल की धड़कन सबसे बड़ी समस्या है.रोकथाम के उपायअपने आहार में हृदय के लिए सुपरफूड जैसे अलसी, लहसुन, दालचीनी और हल्दी शामिल करें.बीपी की समस्या दूर करें, खूब पानी पिएं, तनाव और टेंशन कम करें, समय पर खाना खाएं, जंक फूड न खाएं और 6–8 घंटे की नींद लें.धूम्रपान और शराब से बचें क्योंकि ये दिल के सबसे बड़े दुश्मन हैं.अपने आहार में लौकी का कल्प, लौकी का सूप, लौकी की सब्जी और लौकी का जूस शामिल करके अपने दिल को स्वस्थ बनाएं.दिल को मजबूत बनाने के लिए प्राकृतिक उपाय आजमाएं – 1 चम्मच अर्जुन की छाल, 2 ग्राम दालचीनी, 5 तुलसी, सभी चीजों को पानी में उबालकर काढ़ा बना लें। इसे रोजाना पीने से ब्लॉकेज दूर हो जाएगा.

फ्रूट्स का जूस निकालकर पीना हो सकता है खतरनाक

फलों का जूस सेहत के लिए फायदेमंद माना जाता है. इसे पीने से शरीर चुस्त और दुरुस्त बनता है, कई बीमारियों का खतरा भी टलता है. लेकिन कुछ फल ऐसे भी हैं, जिनका जूस (थ्तनपज श्रनपबमे) आपकी हेल्थ के लिए कतई ठीक नहीं है. इन्हें निकालकर पीना खत. रनाक हो सकता है. इससे आप कई घातक बीमारियों का शिकारब न सकते हैं. इनमें मौजूद तत्व आपको बीमार बना सकते हैं.किन फलों का जूस नहीं पीना चाहिएअगर आप किसी बीमारी में है और दवा खा रहे हैं तो अनार का जूस अवॉयड करने में ही भलाई है, क्योंकि अगर इस समय इस जूस को आप पीते हैं तो आपके लिए खतरनाक हो सकता है. जूस को पीने के बाद दवा खाने से ब्लड शुगर लेवल पर असर पड़ता है. संतरासंतरे का जूस भी नहींपीना चाहिए. इस फल को आप बिना जूस निकाले ही खा सकते हैं, जो फायदेमंद होता है. संतरे का रस निकालने के बाद उसमें से फाइबर खत्म हो जाता है, जूस में सिर्फ फ्रक्टोज बचता है, जो डायबिटिज का शिकार बना सकता है. नाशपातीखट्टे–मीठे स्वाद वाले नाशपाती का जूस भी नहीं पीना चाहिए. एक्सपर्ट्स के मुताबिक, नाशपाती में एंटीऑक्सीड. ेंट्स और मिनरल्स भरपूर होते हैं, जो सेहत को फायदा पहुंचाने का काम करते हैं लेकिन जैसे ही इसका जूस निकाला जाता है, फाइबर बाहर आ जाता है, जिससे इसमें मौजूद सॉर्बिटोल शुगर पच नहीं पाता है. जिससे पेट दर्द, अपच और एसिडिटी की समस्या हो सकती है. अनानास का जूस काफी पसंद किया जाता है लेकिन इसे अवॉयड करने की सलाह अक्सर एक्सपर्ट्स देते हैं. उनका कहना है कि इस जूस में शुगर की मात्रा ज्यादा होती है, जो शरीर के शुगर लेवल को बढ़ा सकता है. अनानास में मौजूद विटामिंस और पोषक तत्व जूस के निकालते ही खत्म हो जाते हैं.पल जूसडॉक्टर्स कहते हैं कि रोज एक सेब खाने से तबीयत दुरुस्त रहती है. इससे तमाम तरह की बीमारियां दूर हो सकती हैं. लेकिन अगर आप इसका जूस निक. ालकर पी रहे हैं तो इससे बचें. क्योंकि इसका जूस बनाते समय कई बार बीज नहीं निकाला जाता है. इन बीजों में एमिग्डैलिन केमिकल मिलता है, जो शरीर को गंभीर नुकसान पहुंचा सकता है. इसलिए इस जूस को बाहर न पिएं. घर में इस जूस को बनाने से पहले बीज को अच्छी तरह निकाल देना चाहिए.

बीमारियों का तोड़ है सरसों का साग

खाने–पीने के मामले में सर्दियों का जवाब नहीं है. इस मौसम के आते ही बाजार हरे–लाल साग नजर आने लगते हैं. ये स्वादिष्ट होने के साथ सेहत से भी भरपूर होते हैं. इनसे शरीर की कई समस्याएं दूर हो जाती हैं. पालक, चौलाई के अलावा ठंड में सरसों का साग खूब खाया जाता है. इसे खाने से पाचन सिस्टम एकदम दुरुस्त बना रहता है, हड्डियां मजबूत और इम्यून सिस्टम बढ़ता है. इस साग दिल की सेहत को भी शानदार बनाए रखता है. आइए जानते हैं इस साग को खाने से कौन–कौन सी बीमारियां पास भी नहीं फटकती हैं.सरसों का साग सेहत के लिए लाभदायक है. यह कितना फायदेमंद है, इसका अंदाजा इसी बात से लगाया जा सकता है कि 100 ग्राम सरसों के साग में ही 27 कैलोरी, 0.4 ग्राम फैट्स, 3.2 ग्राम फाइबर, 1.3 ग्राम शुगर, 358 मिलीग्राम पोटैशियम, 4.7 ग्राम कार्बोहाइड्रेट, विटामिन ।, ठ12, ६, क, आयरन, कैल्शियम और मैग्नीशियम जैसे तत्व मिल जाते हैं.सरसों का साग खाने के फायदे आंखों की रोशनी बढ़ा सरसों का साग विटामिन । का एक अच्छा सोर्स है. इसमें कई ऐसे पोषक तत्व भी पाए जाते हैं, जो आंखों की सेहत के लिए बहुत जरूरी हैं. इस साग को खाने से आंखों की रोशनी अच्छी बनी रहती है. इम्यून सिस्टम मजबूत बनाए सरसो के साग में विटामिन सी भी अच्छी मात्रा में मौजूद होता है, जो शरीर की रोग प्रतिरोधक क्षमता को बढ़ाने में मदद करता है. जिससे कई बीमारियां शरीर से दूर रहती हैं.दिल के लिए फायदेमंद सरसों का साग में कई ऐसे पोषक तत्व होते हैं, जो दिल की सेहत के लिए फायदेमंद होते हैं. सर्दी के मौसम में सरसो साग खाने से हार्ट फंक्शनिंग बढ़िया होती हैं और इससे जुड़ी कई समस्याएं दूर होती हैं. कैंसर से बचाए सरसों का साग में कई एंटीऑक्सीडेंट पाए जाते हैं, जो कैंसर जैसी खतरनाक बीमारियों से भी बचा सकते हैं. अस्थमा के मरीजों के लिए भी यह साग फायदेमंद होता है, इससे फेफड़ों को काफी फायदा होता है. डायबिटीज के मरीजों के लिए सरसों का साग बेहद फायदेमंद होता है. इससे ब्लड शुगर लेवल मेंटेन रहता है और ज्यादा समस्याएं नहीं आती हैं. ऐसे में डायबिटिक इसे डॉक्टर से पूछकर अपनी डाइट में शामिल कर सकते हैं.पाचन की समस्याएं करे दूरसरसों का साग डाइजे. स्टिव सिस्टम यानी पेट की सेहत के लिए रामबाण है. इसे खाने से पेट की कई समस्याएं दूर हो सकती हैं. इससे खाना अच्छी तरह पचता है और मेटाबॉलिज्म भी अच्छा बनता है.

प्रेग्नेंसी में हल्दी वाला दूध पीने के है फायदे ही फायदे

हल्दी वाला दूध सोने से पहले पीने से कई फायदे होते हैं. इससे स्ट्रेस कम होता है और रात में अच्छी नींद आती है, जिससे दिनभर आप एक्टिव रहते हैं. हल्दी वाला दूध रात में पीने से डाइजेस्टिव पावर बढ़ता है और ब्लोटिंग या पेट की गैस की समस्या कम होती है. इतना ही नहीं इससे रोग प्रतिरोधक क्षमता तेजी से बढ़ता है. हल्दी वाला दूध पीना फायदेमंद माना जाता है. हल्दी आयुर्वेदिक औशधी है जो कई गुणों से भरपूर होता है. इसमें एंटीसेप्टिक, एंटी–फंगल और एंटी–बैक्टेरियल तत्व होते हैं, जो इसे सेहत के लिए कमाल का बनाते हैं. हल्दी के सेवन से शरीर को कई तरह के फायदे मिल सकते हैं.सर्दी के मौसम में हल्दी अगर आपके खानपान में शामिल है तो प्रदूषण और ठंडी हवाओं से बच सकते हैं. यही कारण है कि सर्दियों में हल्दी के लड्डू, हल्दी वाला दूध और हल्दी से बनी कई चीजें खाई जाती हैं. हल्दी वाला दूध अक्सर पीने की सलाह दी जाती है लेकिन एक सवाल अक्सर पूछा जाता है कि क्या प्रेगनेंसी में महिलाओं को हल्दी वाला दूध पीना चाहिए या नहीं. हल्दी शरीर की इम्यूनिटी बढ़ाने का काम करता है. वहीं, दूध संपूर्ण भोजन माना जाता है. हल्दी में पाया जाने वाला कंपाउंड करक्यूमिन दूध में घुलने के बाद एक्टिव होकर हेल्थ को फायदा पहुंचा सकता है.एक्सपर्ट्स के मुताबिक, प्रेगनेंसी में हल्दी और दूध फायदेमंद हो सकता है. गर्भवती महिलाओं के लिए हल्दी वाला दूध पीना पूरी तरह सेफ माना जाता है लेकिन कुछ बातों का ध्यान रखना चाहिए. जैसे, हल्दी वाला दूध दिन में सिर्फ एक बार ही पीना चाहिए. दूध में ज्यादा हल्दी डालना भी नुकसानदायक हो सकता है.गर्भवती महिलाएं अगर हल्दी वाला दूध पीती हैं तो उन्हें उसमें हल्दी सीमित मात्रा में ही रखना चाहिए. ऐसा करने से श्प्रीक्लेम्पसियाश की कंडीशन से बच सकती हैं. लेकिन अगर गलती से ज्यादा हल्दी डालकर दूध पीती हैं या हल्दी वाला दूध ज्यादा पीने से प्रेगनेंसी में ब्लीडिंग हो सकती है. इसलिए डॉक्टर की सलाह के बाद ही हल्दी वाला दूध पीना चाहिए.हल्दी वाला दूध सोने से पहले पीने से कई फायदे होते हैं. इससे स्ट्रेस कम होता है और रात में अच्छी नींद आती है, जिससे दिनभर आप एक्टिव रहते हैं. हल्दी वाला दूध रात में पीने से डाइजेस्टिव पावर बढ़ता है और ब्लोटिंग या पेट की गैस की समस्या कम होती है. इतना ही नहीं इससे रोग प्रतिरोधक क्षमता तेजी से बढ़ता है.

शेफ पंकज भदौरिया ने बताया जिंजर गार्लिक पेस्ट बनाने का तरीका

किचन में बनने वाली लगभग सभी मसालेदार डिश में लहसुन और अदरक का इस्तेमाल किया जाता है। दोनों को छीलने–काटने में काफी वक्त लगता है इसलिए महिलाएं टाइम बचाने के लिए जिंजर गार्लिक पेस्ट का इस्तेमाल करती हैं। अब बाजार में मिलने वाला पेस्ट तो कुछ दिन चल जाता है मगर घर पर बने पेस्ट का फ्लेवर दो दिन में ही बदल जाता है। जिसकी वजह से महिलाएं परेशान रहती है।मगर अब आपको बिल. कुल भी चिंता करने की जरूरत है। दरअसर मशहूर शेफ पंकज भदौरिया ने घर पर जिंजर गार्लिक पेस्ट बनाने का सही तरीका बताया है, ताकि यह हफ्तों तक खराब ना हो। साथ ही इसका टेस्ट और फ्लेवर भी एकदम फ्रेश रहे। उन्होंने अपनी ट्रिक शेयर करने के लिए एक वीडियो शेयर किया है। जिसके मुताबिक हम आपको जिंजर गार्लिक पेस्ट बनाने का तरीका बता रहे हैं।आप चाहते हैं कि घर पर बना जिंजर गार्लिक पेस्ट हफ्तों तक फ्रेश रहे तो आपको इसके लिए सही अनुमात में लहसुन और अदरक को मिलाना होगा। शेफ पंकज भरौदिया ने 60: लहसुन और 40: अदरक मिलाना का अनुपात बताया है। दोनों ही चीजों को छिलने के बाद मिक्सी जार में डालें, अब इसमें ऑयल, सिरका और नमक मिलाकर पीस लें। ध्यान रहे आपको पानी बिल्कुल भी नहीं मिलाना है।लहसुन और अदरक का पेस्ट बनाने के बाद आप किसी भी एयरटाइट कंटेनर में स्टोर करके फ्रिज में रख सकते हैं। और, हफ्तों तक इसके स्वाद का मजा सकते हैं। दरअसल जिंजर गार्लिक पेस्ट में डला विनेगर एंजाइम एक्टिविटी को रोकता है, जिसकी वजह से यह जल्दी खराब नहीं होता। और, नमक स्वाद को बरकरार रखने में मदद करता है। वैसे आपको बता दें शेफ पंकज भदौरिया घर पर टोमेटो सॉस बनाने का तरीका भी बता चुकी हैं।

हाथ और उंगलियों में लगातार आ रही है सूजन तो इस बीमारी के हैं संकेत

कुछ लोगों के हाथ–पैर में अक्सर सूजन, खुजली की समस्या हो जाती है. आज हम इसके पीछे का कारण और इससे जुड़ी बीमारियों के बारे में विस्तार से बात करेंगे. ऐसी समस्या किसी भी उम्र के ला. गों को हो सकती है. लेकिन बढ़ती उम्र में ऐसी बीमारी काफी ज्यादा परेशान करती है. एक गंभीर स्थिति जो तब होती है जब रक्त में सोडियम का स्तर असामान्य रूप से कम होता है. अन्य लक्षणों में भ्रम और उल्टी शामिल हैं. तुरंत चिकित्सा उपचार लें.लिम्फेडेमाएक पुरानी स्थिति जो तब होती है जब लसीका प्रणाली अवरुद्ध हो जाती है. जिससे हाथ–पैरों में तरल पदा. र्थ जमा हो जाता है. अन्य लक्षणों में त्वचा का रंग बदलना. छाले पड़ना और तरल पदार्थ का रिसाव शामिल है. इलाज में संपीड़न चि. कत्सा, व्यायाम और लसीका जल निकासी मालिश शामिल हैं.गठिया हाथों में सूजन का एक सामान्य कारण, खासकर सुबह के समय. इंफेक्शन इसका तुरंत इलाज किया जाना चाहिए.गाउट जोड़ों में अत्यधिक दर्द और सूजन का कारण बनता है. आमतौर पर बड़े पैर के अंगूठे में लेकिन उंगलियों में भी हो सकता है. दवाएं दर्द से राहत देने और भविष्य में होने वाले हमलों को रोकने में मदद कर सकती हैं.दिल का दौरा तब होता है जब हृदय कुशलता से रक्त पंप नहीं कर पाता है, जिससे हाथों में रक्त जमा हो जाता है। अन्य लक्षणों में थकान, सांस की तकलीफ और सीने में दबाव शामिल हैं. लक्षणसूजन होने के एक कारण नहीं बल्कि कई कारण होते हैं. कई बार सूजन आंतरिक रूप से होता है. कई बार लिवर और किडनी की बीमारियों से भी शरीर के अंगों पर सूजन आ जाता है. जिसके लक्षण वजन का बढ़ना, सांस लेने में दिक्कत होना, थकान जैसा लगना और पैरों में सूजन आना. संक्रमण, एलर्जी, या दवाओं के दुष्प्रभाव के कारण भी सूजन आता है, गर्भावस्था के दौरान, हार्मोनल परिवर्तन और रक्त की मात्रा में वृद्धि होने से भी हाथ और पैरों में सूजन आ सकती है.घरेलू नुस्खे इससे बचने के लिए आप घरेलू नुस्खे कर अपने आप को स्वस्थ रख सकते हैं और सूजन से निजात पा सकते हैं. अधिक वजन होने से सूजन का खतरा बढ़ जाता है, इसलिए शरीर के वजन को नियंत्रित रखें. नियमित व्यायाम करें, इससे सूजन को कम करने में मदद मिलती है. इसके अलावा नमक का सेवन कम करें. पानी शरीर को हाइड्रेट रखने और सूजन को कम करने में मदद करता है, इसलिए पानी का सेवन खूब करें. सुझाव ठंडी सिकाई करें, एलोवेरा जेल लगाएं, अदरक का सेवन करें, फिर भी आपके हाथ–पैरों में सूजन है, तो डॉक्टर से परामर्श लें. यदि सूजन दर्द, संक्रमण, या एलर्जी के कारण है, तो डॉक्टर आपको दवाएं दे सकते हैं. लेकिन सूजन रक्त के थक्के के कारण है, तो आपको तुरंत डॉक्टर से सलाह लेनी चाहिए.

आवश्यकता है

हिन्दी साप्ताहिक समाचार पत्र जननायक सम्राट के लिए जिला व्यूरो चीफमंडल व्यूरो चीफ ब्लाक ,ब्यूरो संवाददाता की आवश्यकता है।

सम्पर्क करें –

अमित कुमार वर्मा –संम्पादक

मौ:–8218049162,8273402499

जननायक सम्राट

हिन्दी साप्ताहिक

मालिक,मुद्रक, प्रकाशक आरती वर्मा द्वारा आशु प्रिंटिंगप्रेस,अचलताल अलीगढ़ से मुद्रितकराकर . कार्यालय सरोज नगर गली नम्बर 5,अलीगढ़ से प्रकाशित

सम्पादक–अमित कुमार वर्मा

सभी विवाद का न्याय क्षेत्र जनपद अलीगढ़ न्यायलय ही होगा