आमोखस व मिडिया की खबरों व प्रथम समाचार पत्र

RNI No. UPHIN/2012/47484

जननायक सम्राट

उत्तर प्रदेश के विभिन्न जनपदों अलीगढ़ हाथरस ऐटा कासगंज बदायूं बुलंदशहर मथुरा आदि से प्रसारित व अलीगढ़ से प्रकाशित

बर्ष :13 अंक :482 पृष्ठ -4 दिनांक 19 मई 2025 दिन सोमवार

यूपी प्रदेश में आज मौसम का होगा दोहरा व्यवहार, 19 जिलों में लू तो 15 जिलों बूंदाबांदी का अलर्ट

उत्तरप्रदेशमें मौसम का अजब-गजब हाल

रविवार को प्रदेश में मौसम दो तरह से व्यवहार करेगा। कुछ जिलों में लू का अलर्ट जारी हुआ है तो कुछ जगहों पर बादल और बारिश की संभावना व्यक्त की गई है। उत्तर प्रदेश में मौसम का अजब-गजब हाल है। प्रदेश के दक्षिणी इलाकों और बुंदेलखंड के ज्यादातर हिस्से लू की चपेट में हैं, तो वहीं तराई और कुछ पूर्वी हिस्से में गरज- चमक और तेज हवाओं के साथ बूंदाबांदी देखने को मिली है।मौसम विभाग ने रविवार के लिए दक्षिणी यूपी और बुंदेलखंड के 19 जिलों में लू की चेतावनी जारी किया है। वहीं पूर्वी और तराई के 14 जिलों में गरज-चमक संग बूंदाबांदी की संभावना जताई है। इस दौरान तराई के विभिन्न इलाकों में 40 से 50 किमी प्रति घंटे की रफ्तार से झोंकेदार हवाएं चलने की भी संभावना है।आंचलिक मौसम विज्ञान केंद्र लखनऊ के वैज्ञानिक अतुल कुमार सिंह ने बताया कि उत्तर प्रदेश में एक नया विक्षोभ और वेदर सिस्टम सक्रिय हो रहा है।बंगाल की खाड़ी से

पर्याप्त मात्रा में नमी लिए हुए पूर्वा हवाओं का असर रविवार के बाद पूरे उत्तर प्रदेश में दिखाई देगा। इसके असर से बादलों की आवाजाही के साथ प्रदेश के विभिन्न इलाकों में गरज-चमक के साथ बूंदाबांदी देखने को मिलेगी। शनिवार से तराई इलाकों में गरज-चमक के साथ हल्की बूंदाबांदी के संकेत हैं। इससे लू की परिस्थितियों में कमी आएगी।शनिवार को प्रदेश में प्रयागराज, वाराणसी, बांदा, झांसी, हमीरपुर और कानपुर में गर्म हवा के थपेड़ों के साथ लू की परिस्थितियां रहीं। दोपहर बाद झांसी में अधिकतम 44.8 डिग्री, प्रयागराज में 42 डिग्री, मेरठ में 40.6 डिग्री और आगरा में 40.2 डिग्री सेल्सियस तापमान रिकॉर्ड किया गया।इन जिलों में है लू की चेतावनीबांदा, चित्रकूट, फतेहपुर, कानपुर देहात, कानपुर नगर, अलीगढ, मथुरा, हाथरस, आगरा, फिरोजाबाद, मै. नपुरी, इटावा, औरैया, जालौन, हमीरपुर, महोबा, झांसी, ललितपुर एवं आसपास के इलाकों में।यहां है बूंदाबांदी होने की संभावना मऊ, बलिया, देवरिया, गोरखपुर, संतकबीरनगर, बस्ती, कुशीनगर, महारा. जगंज, सिद्धार्थनगर, गोंडा, बलरामपुर, श्रावस्ती, बहराइच, लखीमपुर खीरी एवं आ. सपास के इलाकों में।

बदायूं: बारिश में नहीं डूबेगा शहर, 6.88 करोड़ खर्च करके पालिका ने की तैयारी

बदायूं: बारिश में हर साल शहर जलभराव से जूझता है। नाले चोक होने की वजह से सड़कों पर पानी भरा रहता है। निस्तारण के नाम पर नगर पालिका की कार. वाई नालों की सफाई तक ही सीमित रहती थी। इस बार से बारिश में जलभराव न हो इसको लेकर नगर पालिका बेहतर व्यवस्था बनाने को तैयार है।शहर में 6.88 करोड़ रुपये से 14 नाले और 43 सड़कों का निर्माण कराया जा रहा है। वहीं दूसरी ओर नालों की सफाई भी चल रही है। नगर पालिका चेयरमैन फात्मा रजा और पूर्व राज्यमंत्री आबिद रजा ने बताया कि वह निर्माण कार्यों का खुद निरीक्षण कर रहे हैं।जरा सा पानी बरसने पर शहर के मुख्य मार्ग तालाब सरीके बन जाते थे। मुख्य मार्गों से लेकर गलियों में जलभराव की वजह से खासी परेशानी होती है। गलियों में घरों में पानी भर जाता था। निस्तारण के नाम पर नगर पालिका के पास बस नालों की सफाई का काम रहता था।सड़कें बनवाने और नए नाले निर्माण के नाम पर बजट न होने की बात कही जाती थी, लेकिन इस बार शहर में बदलाव होता नजर आ रहा है। उम्मीद जताई जा ही है कि इस बार जलभराव नहीं होगा। पालिका चेयरमैन फात्मा रजा ने प्लान तैयार किया है। मुख्य मार्गों से लेकर मोहल्लों की गलियां बनवाने का काम चल रहा है। कई सड़कों की मरम्मत भी की जा रही है।इसकी लागत छह करोड़ 88 लाख रुपये है। इसमें 4 करोड़ 4 लाख 33216 रुपये से नाले और 2.84 करोड़ रुपये से सड़कें बन रही हैं। चेयरमैन ने ठेकेदारों को पहले ही चेतावनी दी है कि अगर गुणवत्ता के साथ समझौता किया तो भुगतान रोका जाएगा और संस्था को ब्लै. कलिस्ट किया जाएगा।हमारा उद्देश्य शहर को स्वच्छ और सुविधायुक्त बनाना है। जहां वर्षों से नाला, सड़क और जल निकासी की समस्याएं थीं, अब वहां योजनाबद्ध तरीके से निर्माण कार्य कराए जा रहे हैं। जनता को बेहतर नागरिक सुविधाएं उपलब्ध कराने के लिए हम संकल्पित हैं। शहर में विकास कार्य तेजी से किए जा रहे हैं। जो आगे भी जारी रहेंगे। शहरवासियों को किसी भी प्रकार की परेशानी नहीं होने दी जाएगी

हेमकुंड साहिब रोपवे परियोजना को मिली रफ्तार

उत्तराखंड के चमोली जिले में स्थित प्रसिद्ध तीर्थस्थल हेमकुंड साहिब और लोकपाल लक्ष्मण मंदिर की यात्रा को सुगम बनाने के लिए गोविंदघाट से हेमकुंड तक रोपवे निर्माण की दिशा में महत्वपूर्ण कदम उठाया गया है. केंद्र सरकार की पर्वतमाला परियोजना के तहत प्रस्तावित इस 12.4 किलोमीटर लंबे रोपवे के निर्माण के लिए जिला प्रशासन और परियोजना से जुड़ी एजेंसियों के बीच बैठक आयोजित की गई, जिसमें भूमि अधिग्रहण समेत अन्य पहलुओं पर चर्चा हुई.गुरुवार को जिलाधिकारी संदीप तिवारी की अध्यक्षता में यह बैठक जिला मुख्यालय गोपेश्वर में आयोजित की गई. बैठक में राष्ट्रीय राजमार्ग रसद प्रबंधन लिमिटेड (एनएचएलएमएल) के अधिकारियों ने प्रस्तावित रोपवे परियोजना की विस्तृत जानकारी दी और भूमि अधिग्रहण की प्रक्रिया को लेकर प्रेजेंटेशन प्रस्तुत किया. जिलाधिकारी ने इस दौरान निर्माणदायी कंपनी को स्पष्ट निर्देश दिए कि परियोजना क्षेत्र में पड़ने वाले सामाजिक और पारिस्थि. तिक प्रभावों का गहराई से आकलन किया जाए और इसकी विस्तृत रिपोर्ट तैयार कर जिला प्रशासन को सौंपी जाए. उन्होंने कहा कि यह परियोजना क्षेत्र की आर्थिक, सामा. जिक और धार्मिक महत्ता को ध्यान में रखते हुए पारदर्शिता और संवेदनशीलता के साथ पूरी की जानी चाहिए.बैठक में रोपवे विशेषज्ञ नितेश कुमार ने बताया कि रोपवे का डिजाइन ट्रैक्टबेल इंजीनियरिंग प्राइवेट लिमिटेड द्वारा तैयार किया गया है. इस परियोजना की अनुमानित लागत 2,730.13 करोड़ रुपये है और इसके अंतर्गत छह स्टेशन स्थापित किए जाएंगे. यह रोपवे एक घंटे में 1,100 तीर्थयात्रियों को गोविंदघाट से हेमकुंड साहिब तक पहुंचाने में सक्षम होगा. इससे तीर्थयात्रियों को वर्तमान में लगने वाले समय और कठिन चढ़ाई से निजात मिलेगी.परियोजना को पारिस्थि. तिकी तंत्र के अनुकूल बनाते हुए सभी सुरक्षा मानकों का ध्यान रखा जा रहा है. एनएचएलएमएल की ओर से परियोजना की डिजाइन, निर्माण और संचालन सभी पहलुओं पर काम किया जा रहा है. अधिकारियों का कहना है कि यह रोपवे तकनीकी दृष्टि से विश्वस्तरीय सुविधाओं से युक्त होगा.गौरतलब है कि वर्तमान में गोविंदघाट से हेमकुंड साहिब तक पहुंचने के लिए तीर्थयात्रियों को 19 किमी की कठिन पैदल चढ़ाई करनी पड़ती है, जिसमें घांघरिया बेस कैंप से हेमकुंड साहिब तक का अंतिम छह किलोमीटर का मार्ग अत्यंत दुर्गम और ऊंचाई वाला होता है. इस मार्ग पर अधिक ऊंचाई और ऑक्सीजन की कमी के कारण बुजुर्ग और अस्वस्थ तीर्थयात्रियों को कई बार दिक्कतों का सामना करना पड़ता है. तो आने वाले वर्षों में हेमकुंड साहिब यात्रा का स्वरूप पूरी तरह से बदल जाएगा.

लखनऊ के 1090 चौराहे का होगा कायाकल्प, 800 करोड़ की योजना से बदलेगी शहर की तस्वीर

राजधानी लखनऊ की सूरत अब और निखरेगी. लखनऊ विकास प्राधिकरण (स्व।) दो बड़ी विकास योजनाओं की शुरुआत करने जा रहा है, जिसकी कुल लागत लगभग 3300 करोड़ रुपये होगी. इन परियोजनाओं को पब्लिक-प्राइवेट पार्टनरशिप (च्च्च) मॉडल पर अगले तीन वर्षों में विकसित किया जाएगा.एलडीए की पहली योजना में 1090 चौराहा क्षेत्र को नया रूप देने की तैयारी है. यहां लगभग 5.5 एकड़ भूमि पर करीब 800 करोड़ रुपये की लागत से होटल, वाणिज्यिक कॉम्प्लेक्स और ऑफिस स्पेस बनाए जाएंगे. यह क्षेत्र लखनऊ का प्रमुख ट्रैफिक प्वाइंट है, जहां दिन-रात हजारों वाहन गुजरते हैं और आ. सपास बड़े सरकारी कार्यालय भी हैं. ऐसे में यहां एक मल्टीफंक्शनल कॉम्प्लेक्स का निर्माण पर्यटन, कारोबार और रोजगार की दृष्टि से अहम माना जा रहा है.दूसरी परियोजना शहीद पथ के पास पुलिस मुख्यालय के पीछे लगभग 51 एकड़ भूमि पर 'रिवर व्यू अपार्टमेंट' के निर्माण की है. यह क्षेत्र गोमती नदी के किनारे है, जहां एलडीए हाई-राइज रेसिडेंशियल टावर्स और लग्जरी अपार्टमेंट्स बनाएगा. इस योजना से शहरवासियों को खूबसूरत, सुव्यवस्थित और आधुनिक आवास की सुविधा मिलेगी.एलडीए अधिकारियों के अनुसार, दोनों परियोजनाओं के लिए अंत. रराष्ट्रीय स्तर की कंपनियों से निवेश प्रस्ताव मंगाए गए हैं और कार्य प्रक्रिया जल्द शुरू होगी. साथ ही, योजना के तहत हरित क्षेत्र, सड़क, जल निकासी, बिजली, सुरक्षा और पार्किंग जैसी आधुनिक सुविधाएं भी शामिल होंगी.मुख्यमंत्री योगी आदित्यनाथ की अगुवाई में राजधानी लखनऊ को स्मार्ट सिटी के रूप में विक. सित किया जा रहा है, जिसमें एलडीए की ये दोनों योजनाएं मील का पत्थर साबित होंगी. इससे एक ओर जहां राजधानी को अंतरराष्ट्रीय पहचान मिलेगी, वहीं दूसरी ओर हजारों लोगों को प्रत्यक्ष व अप्रत्यक्ष रूप से रोजगार मिलने की संभावना भी बनेगी.ज्ञात हो कि लखनऊ में पिछले कुछ वर्षों में गोमती रिवर फ्रंट, अवध शिल्पग्राम, हुसैनगंज अंडरपास और मल्टीलेवल पा. र्किंग जैसी कई परियोजनाएं सफलतापूर्वक पूरी की गई हैं. अब एलडीए इन नई योजनाओं के जरिए शहर के विकास को नई ऊंचाई देने की तैयारी में है.

सपा की मांग- विदेश जा रहे प्रतिनिधिमंडल में कंगना रनौत को भी शामिल करे सरकार

ऑपरेशन सिंदूर के परिप्रेक्ष्य में आतंकवाद के खिलाफ अलग-अलग देशों में भेजे जा रहे सांसदों के प्रतिनिधिमंडल में भारतीय जनता पार्टी की नेता और हिमाचल प्रदेश स्थित मंडी से लोकसभा सांसद कंगना रनौत को भी शामिल करने की मांग की गई है. यह मांग समाजवादी पार्टी ने की है. सपा नेता और पूर्व राज्य मंत्री आईपी सिंह ने यह मांग की है.सपा नेता ने अपनी मांग में तंज भी कसा. सोशल मीडिया साइट एक्स पर उन्होंने लिखा कि शशि थरूर (तिरुवनंतपुरम) के साथ सांसदों के खास डेलिगेशन का हिस्सा कंगना रनौत (मंडी) को अवश्य बनाना चाहिए जो विदेशों में ये बताती कि भारत को 2014 में कैसे स्वतंत्रता मिली.बता दें 'ऑपरेशन सिंदूर' के बाद आतंकवाद को कतई बर्दाश्त नहीं करने का भारत का संदेश लेकर सात सर्वदलीय प्रतिनिधिमंडल विदेश जाएंगे, जिनमें से चार प्रतिनिधिमंडलों का नेतृत्व सत्तारूढ़ दलों के नेता जबकि तीन की अगुवाई विपक्षी दलों के नेता करेंगे. केंद्रीय संसदीय कार्य मंत्री किरेन रीजीजू ने शनिवार रात सभी प्रतिनिधिमंडल के प्रमुखों के साथ इसके सदस्यों के नाम की सूची 'एक्स' पर पोस्ट की. भारतीय जनता पार्टी (BJP) सांसद बैजयंत पांडा की अध्यक्षता वाला प्रतिनिधिमंडल सऊदी अरब, कुवैत, बहरीन और अल्जीरिया जाएगा. इस प्रतिनिधिमंडल में BJP से निशिकांत दुबे, पी कोन्याक, रेखा शर्मा, ऑल इंडिया मजलिस-ए-इत्तेहादुल मुस्लि. ममीन (एआईएमआईएम) प्रमुख असदुद्दीन ओवैसी, पूर्व केंद्रीय मंत्री गुलाम नबी आजाद, राजनयिक हर्ष श्रींगला और सांसद सतनाम सिंह संधू शामिल हैं. ठश्रच के वरिष्ठ नेता रविशंकर प्रसाद की अध्यक्षता वाला प्रतिनिधिमंडल ब्रिटेन, फ्रांस, जर्मनी, यूरोपीय संघ, इटली और डेनमार्क का दौरा करेगा. इस प्रतिनिधिमंडल में BJP से डी पुरंदेश्वरी, शिवसेना (उबाठा) से प्रियंका चतुर्वेदी, राज्यसभा सदस्य गुलाम अली खटाना, कांग्रेस से अमर सिंह, BJP सांसद समिक भट्टाचार्य और राजनयिक पंकज शरण शामिल है. जनता दल (यूनाइटेड) सांसद संजय कुमार झा की अध्यक्षता वाला प्रतिनिधिमंडल इंडोने. शिया, मलेशिया, दक्षिण कोरिया जापान और सिंगापुर जाएगा. इसमें ठश्रच से अपरा. जिता सारंगी, बृजलाल, पी बरुआ, हेमांग जोशी, कांग्रेस से सलमान खुर्शीद, तृणमूल कांग्रेस से यूसुफ पठान, मार्क्सवादी कम्युनिस्ट पार्टी (माकपा) से जॉन ब्रिटास और राजनयिक मोहन कुमार शामिल है. शिवसेना सांसद श्रीकांत शिंदे के नेतृत्व वाला प्रतिनिधिमंडल संयुक्त अरब अमीरात (यूएई), लाइबेरिया, कांगो और सियरा लियोन का दौरा करेगा. इसमें ठश्रच से बा. ंसुरी स्वराज, अतुल गर्ग, मदन कुमार मिश्रा, एसएस अहलूवालिया, इंडियन यूनियन मुस्लिम लीग (आईयूएमएल) से ई टी मोहम्मद बशीर, बीजू जनता दल से सस्मित पात्रा और राजनयिक सुजान चिनॉय शामिल है. कांग्रेस सांसद शशि थरूर के नेतृत्व वाला प्रतिनिधिमंडल अमे. रिका, पनामा, गुयाना, ब्राजील और कोलंबिया जाएगा

आकाश आनंद की धमाकेदार वापसी, दिल्ली की बैठक में बसपा चीफ ने कर दिया बड़ा ऐलान

बहुजन समाज पार्टी से इसी वर्ष फरवरी में निष्कासित और फिर अप्रैल में पार्टी में वापसी करने वाले आकाश आनंद को मायावती ने बड़ी जिम्मेदारी दे दी है. बसपा चीफ के ऐलान से आकाश आनंद की वापसी धमाकेदार मानी जा रही है.मायावती ने आकाश आनंद को पार्टी का मुख्य नेशनल कोऑर्डिनेटर बनाने का ऐलान किया है. इतना ही नहीं बिहार में आगामी विधानसभा चुनाव के मद्देनजर मायवाती ने उन्हें स्टार प्रचारक भी बनाया है.बसपा द्वारा जारी एक प्रेस विज्ञप्ति में मायावती के हवाले से जानकारी दी गई कि पार्टी के लोगों की सहमति से आकाश आनन्द को पार्टी का मुख्य नेशनल कोऑर्डिनेटर बनाया तथा उसे देश में पार्टी के आगे के कार्यक्रम भी दिये गये. उम्मीद है कि इस बार, यह पार्टी व मूवमेन्ट के हित में, हर प्रकार की सावधानी बरतते हुये, पार्टी को मजबूत बनाने में अपना सराहनीय योगदान देगा.

देशभक्ति के रस में डूबे काशी के शिल्पकार, गुलाबी मीनाकारी से बनाई ब्रह्मोस मिसाइल, देशभर से आए सैकड़ों ऑर्डर

पाकिस्तान के आतंकवादी ठिकानों पर बड़ी कार्रवाई के बाद अब ऑपरेशन सिंदूर को लेकर चर्चाओं का दौर तेज है. इसी बीच शहर के अलग-अलग विरासत में भी ऑपरेशन सिंदूर और आतंकवादी ठिकानों पर बड़ी कार्रवाई करने वाले भारतीय हथियारों की भी झलक देखने को मिल रही है. इसी क्रम में वाराणसी की पहचान के रूप में पूरे विश्व में पसंद किए जाने वाले गुलाबी मीनाकारी की मदद से ऑपरेशन सिंदूर और ब्रह्मोस मिसाइल का मॉडल तैयार किया गया है. और न सिर्फ इसे कलाकारों द्वारा आकर्षक रूप में तैयार किया गया है बल्कि देशभर से इसको खरीदने के लिए सैकड़ों ऑर्डर भी मिल चुके हैं.इस क्षेत्र में दशकों से जुड़े गुलाबी मीनाकारी कलाकार कुंज बिहारी ने मीडिया से बातचीत में बताया कि, आतंकवाद और पाकिस्तान पर बड़ी कार्यवाही के तहत भारतीय सेना ने ऑपरेशन सिंदूर शुरू किया था. उनकी बहादुरी को हम सलाम करते हैं. जैसा कि हम सभी जानते हैं कि इस महत्वपूर्ण ऑपरेशन में ब्रह्मोस मिसाइल का भी योगदान रहा है और इसी को ध्यान में रखते हुए हमने गुलाबी मीनाकारी की मदद से पूरे ऑपरेशन सिंदूर और ब्रह्मोस मिसाइल का मॉडल तैयार किया है. उन्होंने बताया कि गुलाबी मीनाकारी की मदद से बनाए ब्रह्मोस मिसाइल अलग-अलग साइज के अनुसार हैं. इसकी कीमत 10 हजार से शुरू होकर 25 हजार तक है. अभी तक इसके सैकड़ों ऑर्डर भी देशभर से मिल चुके हैं. लोगों द्वारा अपनी सेना के इस शौर्य और पराक्रम की गाथा को गुलाबी मीनाकारी क्राफ्ट के माध्यम से अपने घरों में सजाने के लिए स्वीकार किया जा रहा है.राम मंदिर प्राण प्रतिष्ठा से लेकर देश भर के प्रमुख त्योहार और आयोजन पर गुलाबी मीनाकारी से बने अलग-अलग मॉडल की खूब मांग रहती है. रिपोर्ट के अनुसार सालाना 15 करोड़ तक गुलाबी मीनाकारी का व्यापार किया जाता है. चांदी, हीरा और अलग-अलग कीमती रत्नों से इसके आकर्षक मॉडल तैयार किए जाते हैं. लोगों द्वारा प्रमुख आयोजन में उपहार और अपने घरों के साज सजावट के लिए इसका ऑर्डर दिया जाता है. वर्तमान समय में पूरे देश में ऑपरेशन सिंदूर की चर्चा है,

इसी को ध्यान में रखते हुए तकरीबन 200 से अधिक गुलाबी मीनाकारी के कलाकारों द्वारा इसका मॉडल तैयार किया जा रहा है. प्रारंभिक दौर में सैकड़ों ऑर्डर देशभर से इसके मिल चुके हैं.

हाथरस के कस्बा मैंडू में रविवार को ऑपरेशन सिंदूर की सफलता के उपलक्ष्य में तिरंगा यात्रा का आयोजन किया गया

हाथरस के कस्बा मैंडू में रविवार को ऑपरेशन सिंदूर की सफलता के उपलक्ष्य में तिरंगा यात्रा का आयोजन किया गया। यात्रा नगर पंचायत मैंडू से प्रारंभ होकर पूरे कस्बे में घूमी। यात्रा से पूर्व नगर पंचायत मैंडू में भाजपा के जनप्रतिनिधि और कार्यकर्ताओं की उपस्थिति में एक कार्यक्रम का आयोजन हुआ।अतिथि के रूप में भाजपाकी ब्रज क्षेत्र मंत्री डॉली माहौर ने ऑपरेशन सिंदूर में भारतीय सेना के पराक्रम पर प्रकाश डाला। कार्यक्रम में नगर पंचायत मैंडू के चेयरमैन सचेंद्र कुशवाहा और मुरसान के पूर्व चेयरमैन रजनेश कुशवाह भी मौजूद रहे।शौर्य यात्रा संयोजक चेयरमैन सतेन्द्र कुशवाहा ने सेना के जवानों के साहस और समर्पण की सराहना की। यात्रा के दौरान भारत माता की जय, हिंदुस्तान जिंदाबाद और वंदे

मातरम् के नारे लगाए गए। कार्यक्रम का संचालन मंडल महामंत्री महेश चन्द्र बर्मा ने किया, जबकि अध्यक्षता योगेश कुमार मंडल अध्यक्ष ने की।यह रहे मुख्य रूप से मौजूद कार्यक्रम में काफी गणमान्य व्यक्तियों ने भाग लिया, जिनमें बासुदेव माहौर, नवाब कुरैशी, विष्णु पाठक, शेर सिंह गंगू, मदन मोहन सेठी, सोमेंद्र सिंह प्रधान, डॉ पंकज कुशवाहा और अन्य पार्टी कार्यकर्ता शामिल रहे। नगर पंचायत के समस्त स्टाफ भी कार्यक्रम में उपस्थित थे।

हाथरस से 1760 किलोमीटर दूर विजयवाड़ा में बेचा बच्चा... ऑन डिमांड बच्चा चोरी गिरोह

हाथरस उत्तर प्रदेश के हाथरस से बच्चा चोरी का मामला सामने आने के बाद पुलिस ने जब जांच शुरू की तो हैरान करने वाला मामला सामने आया। हाथरस पुलिस ने एक ऑन डिमांड बच्चा चोरी गैंग का खुलासा किया। पुलिस ने इंटर स्टेट बच्चा चोर गैंग को पकड़ा है। यह गैंग बड़े ही संगठित तरीके से बच्चा चोरी के कार्य को पूरा कराता था। इस गैंग के पास पहले बच्चे की डिमांड आती है। इसके बाद गैंग के सदस्य बच्चे को टारगेट करते हैं। बच्चे की फोटो खरीदार को भेजी जाती है। खरीदार जब बच्चा पसंद कर लेता है तो उसकी रेट फिक्स की जाती है। डील फाइनल होने के बाद बच्चे की चोरी को अंजाम दिया जाता है। हाथरस पुलिस तफ्तीश जब पूरा खेल सामने आया तो पु. लिसकर्मी भी हैरान रह गए।इंटर स्टेट बच्चा चोरी गैंग का नेटवर्क कई हॉस्पिटलों तक फैला हुआ है। कई वॉर्ड बॉय और नर्स इस खेल से जुड़े हैं। वे कस्टमर उपलब्ध कराने में गैंग को मदद करते हैं। अब तक की जांच में सात राज्यों तक गैंग का नेटवर्क फैला मिला है। इस गैंग ने अब तक 8 बच्चों को चुराकर बेचने की बात कबूल की है। यूपी पुलिस पकड़े गए आरोपियों से पूछताछ के लिए तेलुगु ट्रांसलेटर की व्यवस्था में जुटी है।ट्रांसलेटर की व्यवस्था होने के बाद जेल गए आरोपियों को पुलिस रिमांड पर लेगी। मामले में पूछताछ होगी। यूपी पुलिस के सामने अभी भी कई सवाल अनुत्तरित हैं। इसमें गैंग के कार्य करने के तरीके की जानकारी जुटानी है। इसके अलावा पुलिस पूछताछ करेगी कि बच्चे की कीमत कैसे तय की जाती थी? गैंग के नेटवर्क और आरोपियों की प्रोफाइल भी ली जानी है।हा. थरस नगर कोतवाली क्षेत्र में जागेश्वर कॉलोनी के गली नंबर–2 निवासी प्रिंस गोस्वामी के तीन वर्षीय बेटे कविश के अपहरण का मामला सामने आया था। प्रिंस दिल्ली–नोएडा में रैपिडो बाइक चलाते हैं। उनका साढ़े 3 साल का बेटा कविश अपनी दादी के साथ घर पर रहता है। 9 मई की शाम साढ़े 6 बजे कविश घर के बाहर खेल रहा था। अचानक वह लापता हो गया। अपहरण का केस दर्ज कराया गया। पुलिस ने मामले की जांच शुरू की।जांच के क्रम में 15 मई को पुलिस ने हाथरस के मोनू पाठक, उसकी पत्नी नेहा शर्मा के साथ–साथ आंध्र प्रदेश में विशाखापट्टनम पड़ोरी निवासी मल्लिकार्जुन, कड़प्पा निवासी मैदी पाटला और एक अन्य महिला सुब्बालक्ष्मी को गिरफ्तार किया। इन गिरफ्तारियों के बाद बच्चा चोरी वाले इंटरस्टेट गैंग का खुलासा हुआ।पुलिस ने दी जानकारी गैंग तक पहुंचने की कहानी का खुलासा पुलिस ने किया है। हाथरस सदर कोतवाली इंस्पेक्टर गिरीश चंद्र ने कहा कि हमें सीसीटीवी की जांच के दौरान सुराग हाथ लगा। इसका पीछा करते–करते हम 1760 किलोमीटर दूर आंध्र प्रदेश के विजयवाड़ा तक पहुंच गए। उन्हो. ने कहा कि पुलिस में केस दर्ज कराया तो हमें लगा कि बच्चा आसपास खेलते–खेलते गुम हो गया होगा। कुछ देर बाद लौट आएगा। बच्चा जब नहीं लौटा तो सीसीटीवी की जांच शुरू की।इंस्पेक्टर ने कहा कि जांच करते–करते हम आरोपी के घर से 100 मीटर दूर लगे सीसीटीवी तक पहुंचे। फुटेज की जांच की गई तो सारी चीजें स्पष्ट रूप से सामने आ गई। फुटेज में मोनू पाठक बच्चे को ले जाता दिखा। रास्ते के फुटेज की जांच में वह बच्चे को लेकर बस स्टैंड जाता दिखा। इसके बाद वापस आकर पत्नी नेहा को लेकर वह गया। दोनों बस से आगरा गए।इंस्पेक्टर गिरीश चंद्र ने कहा कि एक पुलिस टीम आगरा भेजी गई। आगरा बस स्टैंड पर लगे सीसीटीवी फुटेज में तीनों बस से उतरते दिखे। वहां से रेलवे स्टेशन गए। इसके बाद आंध्र प्रदेश की ट्रेन में बैठ गए। वे सीधे विजयवाड़ा पहुंचे। पुलिस टीम उनके मूवमेंट को सीसीटीवी फुटेज से ट्रैक करती विजयवाड़ा पहुंची। विजयवाड़ा पहुंच कर बस स्टैंड और रेलवे स्टेशन के 150 मी से 100 होटलों को खंगाला गया। एक होटल के रजिस्टर में इन दोनों की एंट्री मिली।इंस्पेक्टर ने कहा कि मोनू और नेहा वहां से पकड़ा गया। उनसे बच्चे को रिकवर कर लिया गया। पूछताछ में उन्होंने डिलीवरी लेने वालों की जानकारी दी। पुलिस ने इस ऑपरेशन में यूपी, मध्यप्रदेश, छत्तीसगढ़, महाराष्ट्र, तेलंगाना और आंध्र प्रदेश में करीब 500 सीसीटीवी खंगाले। इस प्रकार यूपी पुलिस ने हाथरस से विजयवाड़ा तक करीब 1760 किलोमीटर का सफर कर एक गैंग का पर्दाफाश किया।1.80 लाख रुपये में हुआ सौदाहा. थरस के जिस बच्चे का अपहरण किया गया था, उसका सौदा एक लाख 80 हजार रुपये में किया गया था। यह राशि मोनू पाठक और उसकी पत्नी नेहा लेने वाली थी। आंध्र प्रदेश का गैंग कस्टमर को कितनी राशि में बच्चे को बेचने वाला था यह सामने नहीं आया है। हाथरस एसपी चिरंजीव नाथ सिन्हा ने कहा कि साढ़े तीन साल के बच्चे का अपहरण किया गया था। गैंग बच्चे का रेट उसकी सुंदरता और कस्टमर की जेब को ध्यान में रखकर तय करता था।हाथरस से बच्चा चोरी गैंग के खुलासे के बाद सामने आया है कि चुराया गया बच्चा एक से 5 लाख रुपये तक में बेचा जाता था। न्यूबॉर्न बेबी की कीमत सबसे अधिक होती है। इस मामले में कुल पांच आरोपी मोनू पाठक, इसकी पत्नी नेहा शर्मा समेत आंध्र प्रदेश के रहने वाले मल्लि. कार्जुन, मैदी पाटला, सुब्बा लक्ष्मी गिरफ्तार किए गए हैं।

हाथरस में आज तेज धूप और गर्मी ने जनजीवन को प्रभावित किया

हाथरस में आज तेज धूप और गर्मी ने जनजीवन को प्रभावित किया। सुबह 9 बजे से ही तेज धूप निकल गई। अधिकतम तापमान 41 डिग्री सेल्सियस और न्यूनतम तापमान 28 डिग्री सेल्सियस दर्ज किया गया।कल शाम को हल्की बूंदाबांदी और ठंडी हवा से लोगों को राहत मिली थी। लेकिन आज सुबह से ही गर्मी ने फिर से लोगों को परेशान किया। दोपहर के समय सड़कों पर सन्नाटा छाया रहा। गर्म हवा के थपेड़ों ने लोगों को परेशान करके रख दिया। दोपहर को लोगों को ऐसा महसूस हुआ जैसे आसमान से आग बरस रही हो। गर्मी से बचने के लिए लोगों ने तरह–तरह के उपाय किए। मजबूरी में ही लोग अपने घरों से बाहर निकले।शहर की कुछ सामा. जिक संस्थाओं ने अलग–अलग जगहों पर प्याऊ लगाकर मीठे पानी का वितरण किया। शहर और देहात के कुछ इलाकों में बिजली कटौती ने लोगों की परेशानी को और बढ़ा दिया।

जलेसर रोड मानिकपुर रेलवे स्टेशन पर एक्सप्रेस ट्रेनों के ठहराव को लेकर भारतीय किसान यूनियन ने रेल मंडल प्रबंधक प्रयागराज को ज्ञापन सौंपा

जलेसर रोड मानिकपुर रेलवे स्टेशन पर एक्सप्रेस ट्रेनों के ठहराव को लेकर भारतीय किसान यूनियन ने रेल मंडल प्रबंधक प्रयागराज को ज्ञापन सौंपा है। किसान ने. ताओं ने बताया कि कोविड–19 से पहले इस स्टेशन पर महानंदा एक्सप्रेस और टाटा जम्मू तवी मुरी एक्सप्रेस का ठहराव था।आगरा–बरेली पैसेंजर ट्रेन भी कोरोना काल में बंद हो गई। यह ट्रेन बांदाकुई और फर्रुखाबाद होते हुए हरिद्वार तक चलती थी। अब तक इसे दोबारा शुरू नहीं किया गया है। इस स्टेशन से एटा जिले की जलेसर तहसील और सादाबाद तहसील के 175 से ज्यादा गांव जुड़े हैं।ट्रेनों के ठहराव नहीं होने से यात्रियों को एक्सप्रेस ट्रेन पकड़ने के लिए टूंडला या अलीगढ़ स्टेशन जाना पड़ता है। इससे खासकर किसानों को परेशानी होती है। किसान यूनियन ने चेतावनी दी है कि अगर 25 मई तक ट्रेनों का ठहराव शुरू नहीं किया गया तो वे स्टेशन पर धरना–प्रदर्शन करेंगे। ज्ञापन देने वालों में हाथरस जिला अध्यक्ष मंगलेश यादव, एटा जिला अध्यक्ष संजय यादव समेत कई पदाधिकारी मौजूद थे। मंडल प्रबंधक ने समस्या का जल्द समाधान करने का आश्वासन दिया है।

हाथरस के जिलाधिकारी राहुल पांडेय ने सादाबाद तहसील समाधान दिवस के बाद विकास खंड सहपऊ स्थित उच्च प्राथमिक विद्यालय बढ़ार का निरीक्षण किया

हाथरस के जिलाधिकारी राहुल पांडेय ने सादाबाद तहसील समाधान दिवस के बाद विकास खंड सहपऊ स्थित उच्च प्राथमिक विद्यालय बढ़ार का निरीक्षण किया। उन्होंने विद्यालय में गुणवत्तापूर्ण शिक्षा और अनुशासन पर विशेष ध्यान देने के निर्देश दिए।इंचार्ज प्रधानाचार्य प्रेमवीर सिंह ने बताया कि विद्यालय में प्रधानाचार्य सहित तीन शिक्षक कार्यरत हैं। कुल 49 विद्यार्थियों में 24 छात्राएं और 25 छात्र पंजीकृत हैं। निरीक्षण के दौरान 35 विद्यार्थी उपस्थित थे। जिलाधिकारी ने शत–प्रतिशत उपस्थिति सुनिश्चित करने के निर्देश दिए।कुछ विद्यार्थियों के यूनिफॉर्म में न होने पर डीएम ने नाराजगी जताई। उन्होंने प्रधानाचार्य को निर्देश दिए कि अभिभावकों से संपर्क कर बच्चों को यूनिफॉर्म में भेजना सुनिश्चित करें।इसके बाद जिलाधिकारी ने जल जीवन मिशन के तहत चल रहे कार्यों का निरीक्षण किया। उन्होंने पाइपलाइन, गृह जल संयोजन, बाउंड्री वॉल, ट्यूबवेल और ओवरहेड टैंक निर्माण कार्यों को जल्द पूरा करने के निर्देश दिए। कार्यदायी संस्था बीजीसीसीपीएल के अधिकारियों ने बताया कि वितरण प्रणाली का कार्य पूर्ण हो चुका है।मनरेगा के तहत चल रहे चकमार्ग पर मिट्टी कार्य का भी निरीक्षण किया गया। बीडीओ ने बताया कि इस मार्ग से सलेमपुर जाने में 3 किलोमीटर की दूरी कम होगी। जिलाधिकारी ने अधिक श्रमिकों को लगाकर कार्य पूरा करने और समय पर भुगतान के निर्देश दिए।

अलीगढ़ मुस्लिम यूनिवर्सिटी की कुलपति को लेकर स्थिति साफ हो गई

अलीगढ़ मुस्लिम यूनिवर्सिटी की पहली महिला कुलपति प्रो. नईमा खातून की नियुक्ति को बरकरार रखा

उत्तर प्रदेश के अलीगढ़ मुस्लिम यूनिवर्सिटी की कुलपति को लेकर स्थिति साफ हो गई है। कुलपति चयन प्रक्रिया को चुनौती देने वाली सभी याचिकाओं को खारिज करते हुए इलाहाबाद हाई कोर्ट ने शनिवार को अलीगढ़ मुस्लिम विश्वविद्यालय के कुलपति के रूप में प्रोफेसर नईमा खातून की नियुक्ति को बरकरार रखा। प्रो. खातून पहले ।डन् में महिला कॉलेज की प्रिंसिपल के रूप में काम करती थीं। विश्वविद्यालय के 100 साल से अधिक के इतिहास में कुलपति का पद संभालने वाली पहली महिला बनीं। जस्टिस अश्विनी कुमार मिश्रा और जस्टिस दोनादी रमेश की खंडपीठ ने उनकी नियुक्ति में कोई प्रक्रियात्मक चूक नहीं पाई।इलाहाबाद हाई कोर्ट की खंडपीठ ने नियुक्ति प्रक्रिया को चुनौती देने वाली याचिका पर सुनवाई करते हुए कहा कि कुलपति चयन प्रक्रिया पूरी तरह से ।डन् एक्ट, स्टैच्यूट और रेगुलेशन्स का पालन करती है। हाई कोर्ट ने उनकी ऐतिहासिक नियुक्ति की प्रतीकात्मक और प्रगतिशील प्रकृति पर भी जोर दिया। इसे शैक्षणिक नेतृत्व में लैंगिक प्रतिनिधित्व और संवैधानिक मूल्यों के लिए एक बड़ी छलांग कहा। इलाहाबाद हाई कोर्ट ने आगे माना कि वीसी की नियुक्ति का अंतिम विवेक विश्वविद्यालय के शविजिटरश यानी भारत के राष्ट्रपति के पास है और उस स्तर पर दुर्भावना के कोई आरोप स्थापित नहीं हुए हैं। याचिकाकर्ता, एएमयू और केंद्र सरकार का प्रतिनिधित्व करने वाले वकीलों की दलीलें सुनने के बाद अदालत ने 9 अप्रैल को फैसला सुरक्षित रख लिया था।हाई कोर्ट में ये याचिकाएं 2023 के अंत में जामिया मिलिया इस्लामिया के प्रोफेसर सैयद अफजल मुर्तजा रिजवी, एएमयू के मेडिसिन विभाग के मुजाहिद बेग और सेवा. निवृत्त एएमयू प्रोफेसर एमयू रब्बानी की ओर से दायर की गई थीं। तत्कालीन कार्यवाहक वीसी मोहम्मद गुलरेज की पत्नी नईमा खातून को शॉर्टलिस्ट किए जाने के बाद उन्होंने आपत्ति जताई थी। हाईकोर्ट के फैसले के बाद एएमयू की पूर्व छात्रा रहीं प्रो. नईमा खातून ने कहा कि मुझे हमेशा से न्यायपालिका पर सबसे अधिक सम्मान और भरोसा रहा है। यह फैसला सिर्फ एक व्यक्तिगत दोष से मुक्ति नहीं है, बल्कि हमारी उच्च शिक्षा प्रणाली में संस्थागत प्रक्रियाओं और लोकतांत्रिक मूल्यों की एक मजबूत पुष्टि है। इस फैसले से सभी हितधारकों में विश्वास पैदा होगा और विश्वविद्यालय की ज्ञान, न्याय और प्रगति की विरासत को बनाए रखने के हमारे साझा मिशन की पुष्टि होगी। प्रो. खातून ने विश्वविद्यालय से मनोविज्ञान में पीएचडी की है।

अलीगढ़ के बन्नादेवी में आवास विकास कॉलोनी स्थित होटल के बाहर 17 मई शाम एमबीबीएस छात्रा व अधिवक्ता में जमकर मारपीट हो गई

अलीगढ़ के बन्नादेवी में आवास विकास कॉलोनी स्थित होटल के बाहर 17 मई शाम एमबीबीएस छात्रा व अधिवक्ता में जमकर मारपीट हो गई। छात्रा ने पहले जूते हाथ में लेकर हमला किया। बचाव में अधिवक्ता ने भी मारपीट की। इसे लेकर हंगामा खड़ा हो गया। सूचना पर पुलिस भी पहुंच गई। घटना का वीडियो सोशल मीडिया पर वायरल हो रहा हैबन्नादेवी की रहने वाली एक युवती एम्स से एमबीबीएस अंतिम वर्ष की छात्रा है। किसी प्रकरण में उसका एक मुकदमा अदालत में लंबित है। इसी मुकदमे में मदद के नाम पर उसकी अधिवक्ता से मुलाकात हुई। बातों में लगाकर उसने छात्रा का शोषण शुरू कर दिया। वह उसे कभी न कभी किसी न किसी बहाने होटल बुलाने लगा।17 मई को भी उसने इसी तरह बातचीत के बहाने बुलाया। उसके आने में कुछ देरी हुई तो आरोप है कि अधिवक्ता ने गाली दे दी। इसी बात पर विवाद होते ही होटल के बाहर युवती व अधिवक्ता में मारपीट हो गई। विवाद तब बढ़ा, जब युवती ने पहले अधिवक्ता को चप्पल मार दी। सीओ द्वितीय राजीव द्विवेदी के अनुसार दोनों को थाने लेकर आया गया है। तहरीर देने की बात कही गई है। अभी दोनों में बात चल रही है। तहरीर के आधार पर कार्रवाई की जाएगी।

राष्ट्रीय स्वास्थ्य मिशन के तहत उपकेन्द्र स्तरीय आयुष्मान आरोग्य मंदिर जन स्वास्थ्य सेवाओं की नई क्रांति

अलीगढ़ जन सामान्य को सुलभ, सस्ती और सशक्त स्वास्थ्य सेवाएं प्रदान करने के उद्देश्य से राष्ट्रीय स्वास्थ्य मिशन के अंतर्गत उत्तर प्रदेश सरकार द्वारा उपकेन्द्र स्तरीय आयुष्मान आरोग्य मंदिरों की स्थापना महत्वपूर्ण जनकल्याणकारी पहल है। यह आरोग्य मंदिर 5000 से 7000 की जनसंख्या पर आधारित होकर, जन समुदाय को उनके घर के समीप गुणवत्तापूर्ण प्राथमिक स्वास्थ्य सेवाएं उपलब्ध करा रहे हैं। जिले में वर्तमान में कुल 289 उपकेन्द्र स्तरीय आयुष्मान आरोग्य मंदिर पूरी सक्रियता के साथ कार्य कर रहे हैं। प्रत्येक केंद्र पर कम्युनिटी हेल्थ ऑफिसर, एएनएम एवं आशा कार्यकर्ता की तैनाती सुनिश्चित की गई है, जोकि समुदाय स्तर पर निरंतर स्वास्थ्य सेवाएं दे रहे हैं। आयुक्त अलीगढ़ मंडल अलीगढ़ संगीता सिंह के निर्देश पर सीएमओ ने बताया कि इन आरोग्य मंदिरों के माध्यम से 12 प्रमुख प्रकार की सेवाएं गर्भावस्था एवं शिशु देखभाल, नवजात एवं शिशु स्वास्थ्य देखभाल, बाल एवं किशोर स्वास्थ्य,परिवार नियोजन एवं प्रजनन स्वास्थ्य, संचारी रोगों का प्रबंधन, साधारण बीमारियों का उपचार, गैरसंचारी रोगों की स्क्रीनिंग, संदर्भन एवं फॉलोअप, मुख स्वास्थ्य सेवाएं, मानसिक स्वास्थ्य देखभाल, नेत्र, नाक, कान संबंधी प्राथमिक सेवाएं, वृद्धजन स्वास्थ्य सेवाएं, आकस्मिक ट्रॉमा सेवाएं निःशुल्क उपलब्ध कराई जा रही हैं।दूरदराज क्षेत्रों के मरीजों को विशेषज्ञ चिकित्सकीय परामर्श प्रदान करने के लिए ईसंजीवनी ओपीडी टेलीमेडिसिन सेवा के माध्यम से जन समुदाय को एमबीबीएस चिकित्सकों से परामर्श की सुविधा उपलब्ध कराई जा रही है। यह सेवा जनपदीय चि. कत्सालयों, सामुदायिक एवं प्राथमिक स्वास्थ्य केन्द्रों से संचालित होती है। स्वास्थ्य सेवाओं को सशक्त बनाने के लिए 14 प्रकार की निःशुल्क डायग्नोस्टिक सेवाएं हीमोग्लोबिन, प्रेगनेंसी टेस्ट, पेशाब की जाँच, शुगर (मधुमेह), मलेरिया, एचआ. ईवी, डेंगू, सर्वाइकल कैंसर, आयोडीन की मात्रा, जल स्वच्छता, हेपेटाइटिस–बी, फा. इलेरिया, सिफलिस, बलगम की जाँच उपलब्ध हैं।इन सेवाओं के प्रभावी संचालन और राष्ट्रीय स्वास्थ्य कार्यक्रमों के क्रियान्वयन में सीएचओ की भूमिका अत्यंत महत्वपूर्ण एवं केंद्र में है। यह अधिकारी समुदाय के स्वास्थ्य की रीढ़ हैं, जो सतत सेवा, परामर्श एवं जागरूकता के माध्यम से जनहित में सतत कार्यरत रहते हैं। मण्डलायुक्त संगीता सिंह ने जन समुदाय से अपील की है कि वे अपने निकटतम उपकेन्द्र स्तरीय आयुष्मान आरोग्य मंदिर से जुड़कर स्वास्थ्य सेवाओं का लाभ उठाएं और स्वस्थ जीवन की ओर अग्रसर हों।

अलीगढ़ में एक महिला की मौत के मामले में मायके पक्ष ने पति पर हत्या का आरोप लगाया

अलीगढ़ में एक महिला की मौत के मामले में मायके पक्ष ने पति पर हत्या का आरोप लगाया है। मृतका वीनेश (32) की शादी 12 साल पहले अलीगढ़ निवासी सत्येंद्र से हुई थी। शादी में मायके पक्ष ने 10 लाख रुपए नकद समेत पर्याप्त दहेज दिया था।मायके पक्ष का आरोप है कि सत्येंद्र अतिरिक्त दहेज की मांग करता था। वीनेश कई बार मायके से पैसे लाकर पति की मांग पूरी कर चुकी थी। वीनेश के पिता ने अपनी संपत्ति भतीजे के नाम कर दी थी। सत्येंद्र इस प्रॉपर्टी को अपने नाम करवाना चाहता था और इसी को लेकर वीनेश को प्रताड़ित करता था।रविवार सुबह वीनेश की तबीयत खराब होने की सूचना मिली। जब परिजन अलीगढ़ पहुंचे तो वीनेश मृत मिली। उसके शरीर और गर्दन पर चोट के निशान मिले हैं। मृतका के भाई देवेंद्र ने बताया कि वीनेश का कोई अन्य भाई–बहन नहीं था।थाना अध्यक्ष ने बताया कि देवी नगला से महिला की मौत की सूचना मिली थी। पुलिस ने शव को पोस्टमार्टम के लिए भेज दिया है। मायके पक्ष से तहरीर मिलने पर आगे की कार्रवाई की जाएगी।

हाथरस के भाजपा जिला कार्यालय गौशाला रोड पर रानी अहिल्याबाई होलकर अभियान को लेकर कार्यशाला का आयोजन किया गया

हाथरस के भाजपा जिला कार्यालय गौशाला रोड पर रानी अहिल्याबाई होलकर अभियान को लेकर कार्यशाला का आयोजन किया गया। जिलाध्यक्ष शरद माहेश्वरी की अध्यक्षता में आयोजित कार्यक्रम में भाजपा उत्तर प्रदेश के प्रदेश मंत्री एवं जिला प्रभारी डीपी भारती मुख्य अतिथि रहे। कार्यक्रम की शुरुआत भारत माता, श्यामा प्रसाद मुखर्जी और दीनदयाल उपाध्याय के चित्रों पर माल्यार्पण से हुई।मुख्य अतिथि डीपी भारती ने अहिल्याबाई होल्कर के योगदान को याद किया। उन्होंने बताया कि 18वीं शताब्दी में मालवा की शासक अहिल्याबाई ने न्यायप्रिय और निष्पक्ष शासन दिया। उन्होंने गरीबों और कमजोर वर्गों के लिए कल्याणकारी योजनाएं चलाईं।विभिन्न कार्यक्रम आयोजित करेगी पार्टीजिला अध्यक्ष शरद माहेश्वरी ने बताया कि अहिल्याबाई ने व्यापार और वाणिज्य को बढ़ावा दिया। उन्होंने सड़कों और पुलों का निर्माण करवाया। भाजपा रानी अहिल्याबाई होल्कर की 300वीं जयंती को 21 से 31 मई तक विभिन्न कार्यक्रमों के साथ मनाएगी। कार्यक्रम में विधायक वीरेन्द्र सिंह राणा, श्वेता दिवाकर, हर्ष कांत कुशवाहा समेत पार्टी के कई वरिष्ठ नेता और सैकड़ों कार्यकर्ता मौजूद रहे।

दिव्यांगजन सशक्तिकरण विभाग द्वारा 20 मई से 03 जून तक विकासखण्डों एवं नगर क्षेत्र में आयोजित किए जाएंगे चिन्हांकन शिविर

रू अलीगढ़ जिलाधिकारी संजीव रंजन ने दिव्यांगजन सशक्तिकरण विभाग की योजनाओं– दिव्यांग पेंशन, शादी विवाह प्रोत्साहन पुरस्कार, दुकान निर्माणचालन योजना, यूडीआईडी, फैमली आईडी, शल्य चिकित्सा, कॉक्लियर इम्प्लान्ट योजना एवं कृत्रिम अंग, सहायक उपकरण प्रदान करने कृत्रिम अंग व सहायक उपकरण के लिए चिन्हांकन व परीक्षण शिविर के आयोजन के सम्बन्ध में सभी एसडीएम, बीडीओ, एबीएसए एवं जिला विद्यालय निरीक्षक का आवश्यक दिशा निर्देश जारी किए हैं।जिलाधिकारी ने बताया कि दिव्यांगजन सशक्तिकरण विभाग द्वारा संचालित कृत्रिम अंग, सहायक उपकरण योजनार्न्तगत समस्त पात्र दिव्यांगजनों को ससमय गुणवत्तापूर्ण उपकरण ट्राईसाइकिल, व्हीलचेअर, बैशाखी, कान की मशीन, वॉकर, वॉकिंग स्टिक (छडी), दृष्टिबाधितों के लिए स्मार्ट केन (छडी), ब्रेल किट, मान. सिक मन्दित बच्चों के लिए एमआर किट, ट्राईसाइकिल कन्वेंशनल लेफ्ट हैंड, एलवो बैशाखी, डीजी प्लेयर, स्मार्ट फोन, टेबलेट, बीटीई (कान की मशीन) वितरित कर लाभान्वित किये जाने एवं विभाग द्वारा संच. ालित योजनाओं दिव्यांग पेंशन, शादी विवाह प्रोत्साहन पुरस्कार, दुकान निर्माण व संचालन, यूडीआईडी, फैमली आईडी शल्य चिकित्सा, कॉक्लियर इम्प्लान्ट योजना करने के लिए चिन्हांकन शिविर निर्धारित तिथियों में प्रातः 10:00 बजे से सायं 04:00 बजे तक समस्त विकास खण्ड परिसर एवं तहसील कोल में नगर संसाधन केन्द्र नगर क्षेत्र अलीगढ रेलवे रोड कोयले वाली गली अलीगढ में किया जाना है।जिलाधिकारी ने उक्त के क्रम में निद. ेशित किया है कि आप अपने विकास खण्ड एवं तहसील कोल में नगर संसाधन केन्द्र नगर क्षेत्र अलीगढ रेलवे रोड कोयले वाली गली अलीगढ में चिकित्सकों व कर्मचारियों द्वारा शिविर के लिए समस्त आवश्यक व्यवस्थायें कराने के साथसाथ अपने अधीनस्थ कर्मचारियों के माध्यम से सहायक उपकरण के पात्र दिव्यांगजनों को शिविर में उपस्थित होने के लिए सूचित कराना सुनिश्चित करें, जिससे जिले के सभी पात्र दिव्यांगजनों को सहायक उपकरण से लाभान्वित करने की कार्यवाही की जा सके।20 मई को विकासखण्ड परिसर अक. राबाद, 21 मई को जवां, 22 मई को धनीपुर, 23 मई को लोधा, 24 मई को गा. ंडा, 26 मई को इगलास, 27 मई को चण्डौस, 28 मई को टप्पल, 29 मई को अतरौली, 30 मई को बिजौली, 31 मई को गंगीरी,02 जून को खैर एवं 03 जून को तहसील कोल में नगर संसाधन केन्द्र नगर क्षेत्र अलीगढ रेलवे रोड कोयले वाली गली अलीगढ में चिन्हांकन शिविर का आयोजन किया जाएगा।

सौरभ पंडित बने ब्राह्मण महासभा की युवा इकाई के जिलाध्यक्ष

. नव मनोनीत अध्यक्ष ने शीर्ष नेतृत्व का जताया आभार

अलीगढ़।अखिल भारत वर्षीय ब्राह्मण महासभा के राष्ट्रीय उपाध्यक्ष हितेंद्र उपाध्याय बंटी एवं मंडल अध्यक्ष बबलू पाराशर के अनुमोदन पर सिटी एंकलेव स्थित कार्यालय में जिलाध्यक्ष राकेश शर्मा ने सौरभ पंडित को युवा इकाई का जिलाध्यक्ष मनोनीत करने की घोषणा की।वहीं अवसर पर नव मनोनीत युवा जिला अध्यक्ष सौरभ पंडित ने जिम्मेदारी मिलने शीर्ष नेतृत्व का आभार जताया और महासभा को नई ऊंचाइयों तक ले जाने के लिए अपना पूर्ण सहयोग देने एवं महासभा परिवार को अधिक ऊर्जावान और लगनशील सदस्यों को जोड़ने की बात कही और कहा कि वे यथा शीघ्र नई कार्यकारिणी की घोषणा करेंगे।इस दौरान यहां पर दीपक शर्मा अन्नू आजाद,डॉ. दिनेश शर्मा,विपिन उपाध्याय,नारायण सारस्वत,डॉ.मुकेश शर्मा,सुमित शर्मा शिब. बो,आशा शर्मा राजकुमार उपाध्याय, कपिल उपाध्याय और मोनू शर्मा मुख्य रूप से उप. स्थित रहे।

जामुनका में उचित दर विक्रेता महिला वर्ग के लिए आवेदन आमंत्रित

अलीगढ़ (एसडीएम गभाना विनीत मिश्रा ने बताया है कि ग्राम जामुनका में सामान्य महिला वर्ग में उचित दर विक्रेता की नियुक्ति के लिए लॉटरी के माध्यम से सीधे आवेदन पत्र 21 मई से 10 जून 2025 तक आमंत्रित किये गए हैं।उन्होंने बताया है कि अभ्यर्थी के खाते में कम से कम 40000 रुपया उपलब्ध हों। अभ्यर्थी को आवेदन पत्र के साथ जिलाधिकारी द्वारा निर्गत चरित्र प्रमाण पत्र भी प्रस्तुत करना होगा। अभ्यर्थी की आयु 21 वर्ष से अधिक एवं शैक्षिक योग्यता कम से कम हाई स्कूल अथवा उसके समकक्ष परीक्षा उत्तीर्ण होनी चाहिये और परिवार में किसी अन्य सदस्य के नाम कोई उचित दर दुकान आवंटित न होने सम्बन्धी प्रमाण पत्र एवं शपथ पत्र संलग्न हो। अभ्यर्थी स्थानीय निवासी हो और आवेदन पत्र के साथ 1000 रुपये की अर्नेस्ट मनी बैंक ड्राफ्ट जिला पूर्ति अधिकारी के पक्ष में जमा किया जायेगा। अभ्यर्थी के विरूद्ध कोई भी अपराधिक मामले पजीकृत न हो और न ही किसी अपराधिक मामले में दण्डित किया गया हो, सबंधी शपथ पत्र लगाएगा। अभ्यर्थी अथवा उसके परिवार के किसी सदस्य के नाम पूर्व में आवंटित उचित दर दुकान अनियमितता के कारण निरस्त न हुई हो और उसके विरूद्ध आवश्यक वस्तु अधिनियम 1955 की धारा 3ध7 के अन्तर्गत अथवा अपराधिक दण्ड संहिता के अन्तर्गत पारित किसी जघन्य अपराध में विधिक कार्यवाही न हुई हो। ग्राम प्रधान के परिवार के सदस्यों के पक्ष में उचित दर की दुकान के आवंटन नही किया जायेगा। आवेदन पत्र का प्रारूप किसी कार्य दिवस में क्षेत्रीय खाद्य अधिकारी कार्यालय तहसील गभाना बिल्डिंग कमरा नम्बर 27 से प्राप्त किए जा सकते है एवं भरे हुए आवेदन पंजीकृत डाक से उपरोक्त पते पर दिनांक 10 जून 2025 तक भेजे जा सकते है। इसके पश्चात् भेजे गये आवेदन किसी भी दशा में स्वीकार नहीं होगें और न ही ऐसे आवेदन पत्र पर विचार किया जायेगा। लॉटरी निकालने के सम्बन्ध में बैठक की सूचना पृथक से दी जायेगी।

जमीनी विवाद में परिवार में हुआ झगड़ा, महिला की हुई मौत, पुलिस जांच में जुटी

अलीगढ़ जिले की तहसील इगलास के गांव भगु का है। जहां गांव के ही रहने वाले एक परिवार में जमीनी विवाद चल रहा था। जमीनी विवाद के चलते आए दिन परिवार में आपस में लड़ाई झगड़ा होता रहता था। झगड़े को कई बार समझौता कर सुलझाने की कोशिश की गई। लेकिन मामला नहीं सुलझा, जमीनी विवाद में फिर से दोनों परिवार के बीच झगड़ा हो गया और झगड़े के दौरान एक पक्ष में दूसरे पक्ष की महिलाओं एवं बच्चों के साथ मारपीट कर दी, जिसकी वजह से एक महिला गंभीर रूप से घायल हो गई, परिवार वालों ने उक्त महिला को इलाज के लिए अस्पताल ले गए, जहां उपचार के दौरान महिला की मृत्यु हो गई। महिला की मृत्यु हो जाने के बाद गांव के लोगों ने थाने पर हंगामा शुरू कर दिया। हंगामा बढ़ते देख पुलिस ने शव को पोस्टमार्टम के लिए भेज दिया, जब पूरे मामले में क्षेत्राधिकार से बात की गई तो उन्होंने बताया कि पोस्टमार्टम रिपोर्ट एवं तहरीर के आधार पर आगामी कार्रवाई सुनिश्चित की जाएगी।

लाईफस्टाइल

शरीर में ज्यादा गर्मी होने पर क्या खाएं?

19/05/2025

गर्मी का मौसम आ चुका है और तापमान तेजी से बढ़ता जा रहा है। ऐसे में इस चिलचिलाती गर्मी में नींबू पानी Lemon Water) राहत की छांव जैसा महसूस होता है। इस मौसम में जितनी बार भी नींबू पानी पीओ, लेकिन मन नहीं भरता है। दरअसल, नींबू पानी एक ऐसा ड्रिंक है, जो न केवल प्यास बुझाता है, बल्कि सेहत के लिए भी कई तरह से फायदेमंद (स्मउवद ॅंजमत ठमदम. पिजे) होता है।यह विटामिन–सी, एंटीऑक्सीडेंट्स और इलेक्ट्रोलाइट्स से भरपूर होता है, जो शरीर को एनर्जी देने और डिहाइड्रेशन से बचाने में मदद करता है। इसलिए गर्मी के मौसम में इसे खूब पसंद किया जाता है, लेकिन क्या आप जानते हैं कि नींबू पानी पीने का सही समय (स्मउवद ॅंजमत क्तपदापदह ज्पउम) क्या है और इसके क्या फायदे (Lemon Water Health Benefit) हैं? आइए जानें इस बारे में। सुबह उठकर गुनगुने पानी में नींबू और शहद मिलाकर पीने से पाचन तंत्र एक्टिव होता है।यह शरीर से टॉक्सिन्स बाहर निक. ालता है और मेटाबॉलिज्म को बूस्ट करता है।खाली पेट नींबू पानी पीने से वजन कम करने में भी मदद मिलती है।खाने से 30 मिनट पहलेअगर आप खाने से पहले नींबू पानी पीते हैं, तो यह पाचन एंजा. इम्स को एक्टिव करता है और खाना बेहतर तरीके सेपचता है।वर्कआउट के

बाद एक्सरसाइज या धूप में काम करने के बाद नींबू पानी पीने से शरीर में इलेक्ट्रोलाइट्स की कमी पूरी होती है।यह थकान दूर करके एनर्जी लौटाता है।दोपहर कोगर्मी में दिन के समय नींबू पानी पीने से शरीर हाइड्रेटेड रहता है और लू लगने का खतरा कम होता है।रात में सोने से पहले नींबू पानी न पिएं, क्योंकि इससे एसिडिटी या बार–बार पेशाब आने की समस्या हो सकती है।ज्यादा मात्रा में नींबू पानी पीने से दांतों के इनेमल को नुकसान पहुंच सकता है, इसलिए इसे स्ट्रॉ से पीना बेहतर है।नींबू पानी पीने के फायदे पाचन को दुरुस्त रखता है– नींबू में मौजूद सिट्रिक एसिड पाचन क्रिया को बेहतर बनाता है और कब्ज, एसिडिटी और ब्लो. टंग से राहत दिलाता है।इम्युनिटी बढ़ाता है– विटामिन–सी से भरपूर नींबू पानी इम्युनिटी को मजबूत करता है, जिससे सर्दी–खांसी और इन्फेक्शन का खतरा कम होता है।वजन घटाने में मददगार– नींबू पानी मेटाबॉलिज्म को तेज करता है और फैट बर्न करने में सहायक होता है। इसे गुनगुने पानी के साथ पीने से वजन कंट्रोल करने में मदद मिलती है।शरीर को डिटॉक्स करता है– नींबू पानी लिवर को साफ करके शरीर से टॉक्सिन्स को बाहर निकालता है, जिससे त्वचा भी साफ और चमकदार बनती है।हाइड्रेशन बनाए रखता है– गर्मियों में पसीने के कारण शरीर से पानी और मिनरल्स की कमी हो जाती है। नींबू पानी पीने से शरीर हाइड्रेटेड रहता है और थकान कम होती है।त्वचा के लिए फायदेमंद– नींबू में मौजूद एंटीऑक्सीडेंट्स त्वचा की रंगत निखारते हैं और मुंहासों, झुर्रियों से बचाव करते हैंब्लड प्रेशर कंट्रोल करता है– नींबू पानी में पोटैशियम होता है, जो ब्लड प्रेशर को कंट्रोल करने में मदद करता हैसांसों की बदबू दूर करता है– नींबू पानी मुंह के बैक्टीरिया को खत्म करके सांसों को तरोताजा बनाता है।

चेहरे पर निखार लाने के लिए डर्मेटॉलजिस्ट ने बताया गर्मी में सुबह के समय क्या करना चाहिए

गर्मी का आगाज होते ही स्वास्थ्य से जुड़ी कई चुनौतियाँ भी सामने आने लगती हैं. ऐसे में हर कोई गर्मी के इस सीजन में खुद को चुस्त–दुरुस्त रखना चाहता है, क्योंकि गर्मी का मौसम त्वचा के लिए चुनौतीपूर्ण तो होता ही है. इसके साथ ही, तेज धूप, पसीना और उमस चेहरे की चमक को फीका करने का भी काम करते हैं. गर्मी के दौरान लोग घर से बाहर निकलने के लिए काफी बचते हैं. उन्हें डर रहता है कि कहीं गर्मी की मार का असर उनके चेहरे पर न पड़ जाए. हालांकि, वर्किंग लोगों के लिए धूप में निकलना मजबूरी होता है और वे घर से बाहर निकलते समय जरूरी बातों की अनदेखी कर देते हैं, जिस वजह से उनके चेहरे का रंग भी फीका पड़ जाता है. हालांकि, इन सब से बचने के लिए सुबह के समय कुछ खास चीजों का इस्तेमाल करके आप अपनी त्वचा को तरोताजा और निखरा हुआ बनाए रख सकते हैं. मॉइश्चराइजर नई दिल्ली स्थित एम्स की डर्मेटोलॉजिस्ट डॉ. अदिति झा (एमडी) ने इंस्टाग्राम पोस्ट में चेहरे को कड़क धूप से बचाने का टिप्स शेयर किए हैं. इसमें नंबर एक पर मॉइश्चराइजर है. अगर आप भीषण गर्मी के बीच भी घर से बाहर निकलते हैं तो धूप से बचने के लिए मॉइश्चराइजर एक अच्छा ऑप्शन माना जा सकता है. कहते हैं कि गर्मियों के दौरान सुबह के समय घर से बाहर निकलते समय भी इसका इस्तेमाल किया जा सकता है, जो त्वचा को नमी प्रदान करता है. साथ ही, इसे चेहरे पर लगाने से चेहरे पर निखार भी आता है. हालांकि, गर्मी के दौरान उन्हीं मॉइश्चराइजर का इस्तेमाल करना चाहिए, जो केमिकल से लैस न हों.सनस्क्रीन डॉ. झा की लिस्ट में दूसरे नंबर पर सनस्क्रीन आता है. गर्मियों के दौरान चेहरे पर सनस्क्रीन जरूर अप्लाई करना चाहिए, क्योंकि इसे लगाने से चेहरे को सूरज की हानिकारक किरणों से लड़ने में ताकत मिलती है, बल्कि ये टैनिंग और सनबर्न जैसी समस्याओं से भी बचाने का काम करती है. एक्सपर्ट्स की सलाह है कि सनस्क्रीन की पीएच वैल्यू को नजरअंदाज नहीं करना चाहिए.इन चीजों का करें सेवन सबसे अंत में एम्स की ये एक्सपर्ट आहार में एंटीऑक्सीडेंट्स बढ़ाने की सलाह देती हैं. उनके मुताबिक ये भीतर और बाहर दोनों से हमारे शरीर को निखारने–संवारने में मदद करता है. फ्री रेडिकल्स से लड़ने और त्वचा की मरम्मत में मदद करने के लिए फलों, सब्जियों और ग्रीन टी के सेवन की सलाह देती है.गुलाब जल और कच्चा दूध ये तो हुई एक्सपर्ट की सलाह लेकिन दशकों से हमारे घर में कुछ ऐसे बेसिक प्रोडक्ट्स हैं जो बड़े बुजुर्गों ने बड़े प्यार से सुझाए हैं. एक है गुलाब जल और दूसरा है कच्चा दूध. गुलाब जल को भी चेहरे का निखार बरकरार रखने के लिए अच्छा माना जाता है. त्वचा को ठंडक पहुंचाने के लिए गुलाब जल किसी रामबाण से कम नहीं है. इसे लगाने से त्वचा पर जलन नहीं होती है और पसीने के कारण

महिला ब्यूटी

होने वाली खुजली से भी निजात मिलती है. वहीं, गर्मी में सुबह के समय कच्चा दूध चेहरे पर लगाने से निखार आता है, जो एक क्लींजर का काम करता है. इससे चेहरा और भी अधिक ग्लो करने लगता है.

माथे पर तिल किसी व्यक्ति के माथे पर या आंखों के बीचों–बीच माथे पर तिल होना उसके धनवान व्यक्तित्व को दर्शाता है. ऐसे लोगों के पास धन कमी नहीं होती. स्वाभाव की बात करें ये लोग खुद में ही रहना पसंद करते हैं और घूमने–फिरने का भी शौक रखते हैं.

ठोड़ी पर तिल होंठों के नीचे का हिस्सा जिसको ठोड़ी कहते हैं पर तिल होना शुभ माना जाता है। जिन लोगों की ठोड़ी पर तिल होता है उनके सारे बिगड़े काम बनते हैं। ऐसे लोगों की फाइनेंशियल कंडीशन भी अच्छी रहती है। इनको भाग्यवान कहा गया है।होंठों के नीचे का हिस्सा जिसको ठोड़ी कहते हैं पर तिल होना शुभ माना जाता है। जिन लोगों की ठोड़ी पर तिल होता है उनके सारे बिगड़े काम बनते हैं। ऐसे लोगों की फाइनेंशियल कंडीशन भी अच्छी रहती है। इनको भाग्यवान

कहा गया है। जिन पुरुषों के ठोड़ी पर तिल होता है वो पैसा कमाने लिए डेडिकेटेड होता है। ऐसी महिलाएं सजने संवरने की शौकीन होती हैं और इसमें पैसा भी दूसरी महिलाओं से ज्यादा खर्च करती हैं। जिन लोगों की ठोड़ी के एकदम बीच में तिल होता है उनकी अपने पार्टनर से बहुत अच्छी बनती है।

आजकल के दौर में शराब पीना लाइफस्टाइल का हिस्सा बन चुका है. ऐसे में पार्टी का नाम लेते ही लोग तुरंत जाम छलकाने की बात करने लगते हैं, लेकिन इसका असर जब सेहत पर पड़ता है तो शराब छोड़ने की शुरुआत भी की जाती है. अब सवाल यह उठता है कि रोजाना धुआंधार शराब पीने वाला शख्स अगर अचानक इसे छोड़ दे तो क्या होगा? उसके शरीर पर क्या असर पड़ेगा? अचानक शराब छोड़ने से आपकी मेंटल हेल्थ में बदलाव हो सकता है. इसकी वजह से चिड़चिड़ेपन के लक्षण नजर आ सकते हैं, लेकिन जैसे–जैसे वक्त गुजरेगा, वैसे चीजें ठीक होती चली जाएंगी. दरअसल, शराब पीना अचानक छोड़ते ही शरीर खुद को डिटॉक्स करने लगता है. इसकी वजह से कई बार कंपकंपी, पसीना आना और उल्टी जैसे लक्षण नजर आ सकते हैं. ये लक्षण अक्सर हल्के होते हैं, लेकिन कई बार बेहद गंभीर भी हो सकते हैं.शराब छोड़ने के साइड इफेक्ट्स बात करें तो इनसोमनिया यानी अनिद्रा सबसे आम लक्षण है. दरअसल, शराब एक सेडेटिव की तरह काम करती है. ऐसे में जब शराब अचानक आपके शरीर से दूर होती है तो आपको सोने में दिक्कत या नींद न आने की परेशानी हो सकती है. ऐसा होना बेहद आम है, क्योंकि शराब इंसान के शरीर के नर्वस सिस्टम पर अपना असर छोड़ती है. जैसे ही यह शरीर के सिस्टम से अलग होती है तो हमारे शरीर को इसकी कमी से तालमेल बैठाना पड़ता है.शराब से दूरी बनाने से डिप्रेशन और एंग्जाइटी जैसे मानसिक विकारों में कमी आती है, जिससे आप बेहतर महसूस करते हैं. इसकी वजह से दिमाग भी बेहतर तरीके से काम करता है. दरअसल, शराब से दिमाग की केमिस्ट्री में भी बदलाव होने लगता है. लगातार शराब पीने से याद्दाश्त कमजोर होती है और किसी भी चीज पर ध्यान केंद्रित करने में समस्या होती है. शराब छोड़ने से आपकी शारीरिक क्षमता भी बेहतर होती है. शराब की वजह से हमारा लिवर भी डैमेज हो जाता है. ऐसे में शराब छोड़ने के बाद लिवर खुद को दुरुस्त करने लगता है. साथ ही, स्किन भी ग्लो करने लगती है और हाइड्रेट नजर आती है. बता दें कि ज्यादा शराब पीने से डिहाइड्रेशन की समस्या भी बढ़ जाती है. ज्यादा शराब पीने के कारण ब्लड प्रेशर भी बढ़ जाता है. ऐसे में शराब छोड़ने से ब्लड प्रेशर में भी सुधार होता है. साथ ही, पाचन भी बेहतर होता है. अहम बात यह है कि शराब नहीं पीने से कैंसर होने का खतरा भी काफी कम हो जाता है. दरअसल, शराब पीने का कनेक्शन सिर–गर्दन, ग्रासनली, लिवर, ब्रेस्ट, कोलन आदि कैंसर से भी जोड़ा जाता है.

कान पर तिल का अर्थ

ऐसे लोग आमतौर पर तेज दिमाग के होते हैं और अपने आस–पास की चीजों को बहुत अच्छे से समझने की क्षमता रखते हैं. ये लोग छोटी–छोटी चीजों में भी बड़ी संभावनाएं देख लेते हैं और अपनी समझदारी से सही फैसले लेते हैं. चाहे जीवन में कोई भी मुश्किल हो, ऐसे लोग धैर्य और सूझ–बूझ से उसका सामना करते हैं.

माथे पर होने वाली झनझनाहट ब्रेन हैमरेज का लक्षण होता है? जान लीजिए क्या है सच

ऑफिस का काम कर रहे हैं या फिर किसी पार्टी में मस्ती कर रहे हैं और अचानक आपके माथे पर एक अजीब सी झनझनाहट महसूस होती है. कुछ सेकंड के लिए आप रुक जाते हैं, माथा सहलाते हैं और सोचते हैं, ष्क्या यह नॉर्मल है या कोई बड़ी बीमारी का संकेत?ष अक्सर लोग इसे नजरअंदाज कर देते हैं या सामान्य थकान मान लेते हैं. लेकिन कुछ लोग डर जाते हैं और तुरंत सोचने लगते हैं, ष्कहीं ये ब्रेन हैमरेज का संकेत तो नहीं?ष्बता दें, हमारा दिमाग शरीर का सबसे संवेदनशील हिस्सा है और जब भी कोई असामान्य अहसास होता है, जैसे झनझनाहट, सुन्नता या सिर दर्द, तो चिंता करना स्वाभाविक है। इसलिए आज हम जानेंगे कि माथे पर झनझनाहट क्यों होती है, इसके पीछे के कारण क्या हो सकते हैं और क्या यह वाकई ब्रेन हैमरेज का लक्षण हो सकता है.माथे पर झनझनाहट एक प्रकार की सनसनी होती है जो हल्की चुभन, सुन्नता या इलेक्ट्रिक शॉक जैसी महसूस हो सकती है. इसे मेडिकल भाषा में पैरेस्थीसिया कहा जाता है. यह कुछ सेकंड्स से लेकर कुछ मिनटों तक रह सकती है और कभी–कभी बार–बार भी हो सकती है.इस झनझनाहट के कारण क्या है? गलत तरीके से सोना या लंबे समय तक एक मुद्रा में रहने से नसों पर दबाव पड़ता है जिससे झनझनाहट हो सकती है. जब हम तनाव में होते हैं, तो मांसपेशियां सख्त हो जाती हैं, जिससे नसों में रक्त प्रवाह प्रभावित होता है और झनझनाहट महसूस हो सकती है.खासतौर पर विटामिन ठ12 की कमी से नसों में सूजन या कमजोरी आ सकती है जो झनझनाहट का कारण बनती है. गर्दन की हड्डियों में परेशानी से माथे या चेहरे पर झनझनाहट हो सकती है. क्या यह ब्रेन हैमरेज का संकेत है?

समर स्पेशल

बीपी मरीजों को सुबह खाली पेट क्या पीना चाहिए?

जैसे सूरज की पहली किरण हमारे शरीर को ऊर्जा देती है, वैसे ही सुबह खाली पेट लिया गया किसी भी पीने वाली चीज को लेने से हमारे शरीर को नई दिशा मिलती है. लेकिन जब बात हाई ब्लड प्रेशर यानी बीपी के मरीजों की हो, तो यह पहला कदम और भी ज्यादा महत्वपूर्ण हो जाता है। एक गलत तरीका न सिर्फ दिन को बिगाड़ सकता है, बल्कि आपकी सेहत पर भी असर डाल सकता है। ऐसे में सवाल उठता है कि, बीपी के मरीज सुबह उठते ही क्या पिएं, जिससे दिन की शुरुआत भी अच्छी हो और बीपी भी कंट्रोल में रहे? बीपी मरीजों के लिए सुबह के बेस्ट ड्रिंक्स क्या–क्या हैं? गुनगुना नींबू पानी शरीर को डिटॉक्स करता है और मेटाबॉलिज्म को बूस्ट करता है. नींबू में पोटै. शियम होता है जो ब्लड प्रेशर को संतुलित रखने में मदद करता है. अगर आप हाई बीपी के मरीज हैं, तो सुबह खाली पेट एक ग्लास गुनगुना नींबू पानी पीना आपकी सेहत के लिए फायदेमंद हो सकता है. रातभर भीगे हुए एक चम्मच मेथी के दानों को सुबह छानकर उसका पानी पीना बीपी कंट्रोल करने के लिए जाना जाता है. मेथी में फाइबर और एंटीऑक्सीडेंट्स होते हैं, जो ब्लड शुगर और ब्लड प्रेशर दोनों को नियंत्रित करते हैं. लहसुन को प्राकृतिक ब्लड प्रेशर कंट्रोलर कहा जाता है. रातभर एक लहसुन की कली को पानी में भिगो दें और सुबह उस पानी को खाली पेट पिएं. यह न सिर्फ बीपी को कंट्रोल करता है, बल्कि दिल की सेहत के लिए भी फायदेमंद होता है. आंवला विटामिन ब् से भरपूर होता है, जो हाई बीपी को नियंत्रित करता है. सुबह खाली पेट आंवला जूस पीने से न सिर्फ बीपी कंट्रोल होता है, बल्कि इम्यूनिटी भी मजबूत होती है. अगर आपको नमक ज्यादा लेने की आदत है या शरीर में सोडियम बढ़ा हुआ है तो नारियल पानी आपके लिए रामबाण है. इसमें इलेक्ट्रोलाइट्स होते हैं, जो शरीर को हाइड्रेट रखते हैं और बीपी को बैलेंस करते हैं. ध्यान रखने वाली जरूरी बातेंइन सभी ड्रिंक्स को अपनी दिनचर्या में शामिल करने से पहले डॉक्टर से सलाह जरूर लें.कोई भी घरेलू उपाय दवा का विकल्प नहीं हो सकता, लेकिन यह आपके उपचार में सहायक हो सकता है.सुबह उठते ही इन ड्रिंक्स को पीने के बाद हल्का योग या वॉक भी बीपी नियंत्रण में मदद करता है.