RNI NO. : MAHHIN/2019/77511 | मुंबई : गुरुवार, 20 अप्रैल 2023 | वर्ष 05 | अंक 07 | संपादक : फैसल शेख | पृष्ठ : 8 | कीमत : 03 रुपये

दैनिक
रोकठोक लेखनी
खबरें बे-रोकटोक

Read E Newspaper at Paper Boy App, Magzter App, Jio News App, Paytm App, Dailyhunt App

एकनाथ शिंदे की पार्टी की चेतावनी

'अगर अजित पवार NCP नेताओं के साथ BJP में आए तो...'

महाराष्ट्र : एनसीपी के वरिष्ठ नेता अजित पवार के बीजेपी में जाने की अटकलों के बाद महाराष्ट्र में सियासी सरगर्मी तेज हो गई है. इस मामले पर अब शिवसेना (एकनाथ शिंदे गुट) की ओर से भी बड़ा बयान दिया गया है. शिवसेना के प्रवक्ता संजय शिरसाट ने कहा कि अगर अजित पवार एनसीपी के नेताओं के समूह के साथ बीजेपी के साथ हाथ मिलाते हैं तो मुख्यमंत्री एकनाथ शिंदे महाराष्ट्र में सरकार का हिस्सा नहीं रहेंगे. संजय शिरसाट ने मंगलवार (18 अप्रैल) को मुंबई में कहा कि उन्हें लगता है कि एनसीपी प्रत्यक्ष रूप से बीजेपी से हाथ नहीं मिलाएगी. महाराष्ट्र में एकनाथ शिंदे नीत शिवसेना और बीजेपी की गठबंधन सरकार है. शिरसाट ने कहा कि हमारी रणनीति स्पष्ट है. एनसीपी वह पार्टी है जो धोखा देती है. हम उनके साथ मिलकर शासन नहीं करेंगे. अगर बीजेपी, एनसीपी के साथ जाती है तो महाराष्ट्र को ये पसंद नहीं आएगा. हमने (उद्धव ठाकरे नीत शिवसेना से) बाहर होने का फैसला किया क्योंकि लोगों को हमारा कांग्रेस और एनसीपी के साथ होना पसंद नहीं था.

'अगर अकेले आए तो स्वागत है'

शिरसाट ने कहा कि अजित पवार ने कुछ नहीं कहा है. इसका मतलब है कि वह एनीसीपी में नहीं रहना चाहते. शिवसेना के नेता ने कहा कि हमने कांग्रेस और एनसीपी को छोड़ा, क्योंकि हम उनके साथ नहीं रहना चाहते थे. अजित पवार को वहां पूरी आजादी नहीं है. इसलिए अगर वह एनसीपी को छोड़ते हैं तो हम उनका स्वागत करेंगे. अगर वे एनसीपी के नेताओं के साथ आएंगे तो हम सरकार का हिस्सा नहीं रहेंगे.

'बेटे के चुनाव हारने की वजह से नाराज'...

शिवसेना प्रवक्ता ने कहा कि अजित पवार अपने बेटे पार्थ पवार के चुनाव हारने की वजह से नाराज हैं. उनकी नाराजगी का सुप्रीम कोर्ट के समक्ष लंबित शिवसेना के 16 विधायकों को अयोग्य ठहराने की याचिका के मामले से कोई संबंध नहीं है. पार्थ पवार को 2019 लोकसभा चुनाव में महाराष्ट्र के मावल निर्वाचन क्षेत्र से हार का सामना करना पड़ा था. शिरसाट को हाल ही में एकनाथ शिंदे नीत शिवसेना का प्रवक्ता नियुक्त किया गया था. उन्होंने कहा कि अजित पवार का संपर्क में नहीं होना कोई नई बात नहीं है, लेकिन उनकी नाराजगी, जो मीडिया की ओर से दिखाई जा रही है और हमारे मामले (सुप्रीम कोर्ट के समक्ष लंबित) का कोई संबंध नहीं है. अजित पवार उनके बेटे पार्थ पवार की हार की वजह से नाराज हैं.

महिला ने तीन बच्चों संग झील में कूदकर की आत्महत्या !

भीषण हादसे में 20 लोग घायल

महाराष्ट्र : महाराष्ट्र के उस्मानाबाद जिले के कोंड गांव में एक 40 वर्षीय महिला ने सात महीने की बेटी सहित अपने तीन नाबालिग बच्चों के साथ झील में कूद कर आत्महत्या कर ली। पुलिस ने बुधवार को इसके बारे में जानकारी दी। वहीं, पालघर जिले के वाडा इलाके में भीषण सड़क हादसा हो गया। इस हादसे में 20 लोग घायल हो गए। पालघर पुलिस ने इसके बारे में जानकारी दी है।

उस्मानाबाद जिले के कोंड गांव में हुई आत्महत्या की घटना के बारे में मंगलवार को ग्रामीणों को तब जानकारी हुई जब उन्होंने झील में चार शव तैरते देखे। गांववालों ने इसकी जानकारी स्थानीय पुलिस को दी। जिसके बाद मौके पर पहुंची पुलिस ने दुर्घटनावश मौत का मामला दर्ज किया है। वहीं, आत्महत्या से गुस्साए महिला के परिवार के सदस्यों और ग्रामीणों ने उनका शव लेने से इनकार कर दिया। उन्होंने दावा किया कि महिला को उसके पति द्वारा प्रताड़ित किया जाता था। साथ ही, नशे की हालत में वह उसकी पिटाई भी करता था, जिसके बाद उसने यह कदम उठाया है। ग्रामीणों ने इस दौरान मोहल्ले में शराब की दुकानों को बंद करने की भी मांग की।

IAS अधिकारी से जबरन वसूली की कोशिश करने वाला जासूस कोर्ट से बरी

पत्नी और सहयोगी को भी किया रिहा

मुंबई : मुंबई की एक विशेष अदालत ने बुधवार को एक जासूस और उसकी पत्नी को लगभग छह साल पुराने मामले में बरी कर दिया है। दोनों पर आरोप था कि उन्होंने रिटायर्ड आईएएस अधिकारी से जबरन वसूली करने की कोशिश की थी। विशेष अदालत के जस्टिस ए एम पाटिल ने जासूस सतीश मांगले उसकी पत्नी श्रद्धा मांगले के अलावा दोनों की मदद करने वाले अतुल तांबे को भी बरी कर दिया है।

पुलिस के अनुसार, आईएएस अधिकारी राधेश्याम मोपलवार को दंपती ने अधिकारी कॉल रिकॉर्डिंग को वायरल कर उसे बदनाम करने की धमकी दी थी। रिकॉर्डिंग की बात छिपाने के लिए सात करोड़ की मांग की थी। उन्होंने अधिकारी को भ्रष्टाचार मामले से बरी करने के लिए दबाव बनाया था। पैसों की मांग के लिए तीन बार दोनों के बीच बैठक हुई थी। तीसरी मुलाकात मुंबई के एक होटल में हुई। इस दौरान अधिकारी ने जासूसी कैमरों की आड़ में आधे घंटे का एक वीडियो बनाया। वीडियो में आरोपी धमकी और पैसों की मांग करते हुए पकड़ा गया। इसके बाद अधिकारी ने ठाणे पुलिस के जबरन वसूली रोधी प्रकोष्ठ में शिकायत दर्ज कराई। एईसी ने आरोपी को रंगे हाथों गिरफ्तार करने के लिए जाल बिछाया और दंपती को एक करोड़ लेते हुए गिरफ्तार कर लिया।

अदालत ने फैसला सुनाते हुए कहा कि कॉल रिकॉर्डिंग से पता चलता है कि मोपलवार पहली मीटिंग के दौरान वहां मौजूद नहीं थे, जिससे संदेह पैदा होता है। दूसरी मुलाकात के सीसीटीवी फुटेज में कोई बातचीत नहीं है। कोर्ट ने कहा कि तीसरी बैठक में एक स्पाई कैमरा इस्तेमाल किया गया था, जिसे विशेष तरीके से जब्त और प्रस्तुत किया जाना था। लेकिन ऐसा किया नहीं गया, इसलिए इसे सेकेंडरी सबूत नहीं मान सकते। इसलिए यह संदेह पैदा करते हैं। अदालत का कहना है कि कहा कि अभियोजन पक्ष के मामले में संदेह पर विचार करना होगा और उन संदेहों का लाभ आरोपी को दिया जाना चाहिए।

मुंबई में बजरी की कमी से बुनियादी ढांचा परियोजनाएं हो रही हैं प्रभावित

आदित्य ठाकरे का दावा

मुंबई : शिवसेना (उद्धव बालासाहेब ठाकरे) के नेता आदित्य ठाकरे ने बुधवार को दावा किया कि दो सप्ताह से बजरी की कमी के कारण मुंबई और उसके उपनगरीय इलाकों में बुनियादी ढांचा परियोजनाएं या तो बंद पड़ी हैं, या फिर उनका काम धीमी गति से चल रहा है। उन्होंने यह भी आरोप लगाया कि पत्थर तोड़ने वाली (स्टोन क्रशर) सभी कंपनियों को पर्यावरण मंत्रालय ने नोटिस भेजा है। मंत्रालय का प्रभार मुख्यमंत्री एकनाथ शिंदे के पास है। महाराष्ट्र के पूर्व पर्यावरण मंत्री ने संवाददाताओं से कहा, ऐसी भी बातें चल रही हैं कि शिंदे के करीबी ने सभी (बजरी) आपूर्तिकर्ताओं पर एक कंपनी के माध्यम से माल बेचने का दबाव बनाया है जिसके कारण कीमतों में 50 फीसदी से ज्यादा वृद्धि हुई है।

ठाकरे ने कहा, "यह मुख्यमंत्री के विशेष ठेकेदार मित्रों को लाभ पहुंचाने के लिए किया जा रहा है। ठाकरे ने यह भी कहा कि बजरी की कमी के कारण बृहन्मुंबई महानगरपालिका (बीएमसी) द्वारा किए जा रहे महत्वपूर्ण निर्माण कार्य जैसे डेलिसल रोड पुल और अन्य सड़कों का निर्माण/मरम्मत मानसून से पहले 31 मई तक पूरा नहीं हो पाएगा। उन्होंने सवाल किया, "काम (मुंबई में बुनियादी ढांचा परियोजनाएं) में कितनी प्रगति हुई है और काम की दक्षता क्या है? ठाकरे ने कहा कि सभी संबंधित विभागों शहरी विकास और पर्यावरण मंत्रालय का प्रभार मुख्यमंत्री शिंदे के पास है। ठाकरे ने आरोप लगाया, "भ्रष्ट स्थानीय निकाय और सरकार अपने हिस्से के मजे कर रही है, हम मुंबईवासी उनकी लालच का नुकसान झेल रहे हैं। उन्होंने सरकार से स्पष्टीकरण मांगा कि किन सड़कों का निर्माण कार्य पूरा हो चुका है और कहां-कहां काम शुरू हो चुका है।

संपादकीय / लेख

जातिगत जनगणना

फैसल शेख
(प्रधान संपादक)

कांग्रेस ने जिस तरह जातिगत जनगणना की मांग की, उससे यह साफ है कि वह अपनी रणनीति बदल रही है और उन क्षेत्रीय दलों के साथ खड़ी हो रही है, जो यह चाहते हैं कि इसका पता लगाया जाए कि देश में किस जाति की कितनी संख्या है। यह समय बताएगा कि कांग्रेस जातिगत जनगणना की अपनी मांग के सहारे क्षेत्रीय दलों को अपने साथ खड़ा कर पाएगी या नहीं, लेकिन इसकी अनदेखी नहीं की जा सकती कि उसने लंबे समय तक सत्ता में रहते समय इसकी आवश्यकता नहीं समझी कि जातियों की गणना कराई जाए। कहीं कांग्रेस जातिगत जनगणना की मांग इसलिए तो नहीं कर रही है, ताकि स्वयं को पिछड़े वर्गों के हितैषी के रूप में पेश कर सके और उस आरोप से पीछा छुड़ा सके कि राहुल गांधी ने मोदी उपनाम को लेकर जो बयान दिया था और जिसके कारण उनकी सदस्यता गई, उससे उन्होंने पिछड़ों का अपमान किया?

वस्तुस्थिति जो भी हो, कांग्रेस की ओर से जातिगत जनगणना की मांग इसलिए हैरानी का विषय है कि एक समय उसके नेता जातिविहीन समाज बनाने की बातें किया करते थे। क्या यह विचित्र नहीं कि वही अब जातीय भावना को उभारने का काम कर रहे हैं। जातिगत जनगणना केवल जातीयता को उभारने का ही काम नहीं करेगी, बल्कि जातिवाद की राजनीति को भी बल देगी। यह किसी से छिपा नहीं कि यह राजनीति किस तरह जातीय वैमनस्य को भी बढ़ाने का काम करती है। जातिगत जनगणना भले ही सामाजिक न्याय के नाम पर की जा रही हो, लेकिन उसका मूल उद्देश्य अगड़ों-पिछड़ों की राजनीति को धार देने के साथ इस पर जोर देना है कि जिसकी जितनी संख्या हो, उसकी उतनी ही भागीदारी हो। यह भी स्पष्ट है कि जातिगत जनगणना की मांग के पीछे एक इरादा जातिगत आरक्षण को बल देना है। यह एक विडंबना ही है कि जब इसका अध्ययन और आकलन किया जाना चाहिए कि आरक्षण की व्यवस्था ने गरीब और पिछड़े वर्गों का कितना उत्थान किया है, तब जातिगत आरक्षण पर जोर दिया जा रहा है। इससे इन्कार नहीं कि देश में अभी भी ऐसे निर्धन वर्ग हैं, जिनका सामाजिक-आर्थिक उत्थान करने के लिए विशेष उपायों की आवश्यकता है, लेकिन इन उपायों पर अमल करने के पहले यह भी तो देखा जाना चाहिए कि आरक्षण व्यवस्था अपने मौजूदा स्वरूप में कितनी कारगर है और उन उद्देश्यों को पूरा कर पाई है या नहीं, जिनके तहत इस व्यवस्था को अमल में लाया गया था। वास्तव में आरक्षण की एक ऐसी व्यवस्था बनाने की आवश्यकता है, जिससे यह सुनिश्चित हो सके कि पात्र लोग ही यानी निर्धन-वंचित तबके ही लाभान्वित हो सकें। चूंकि वर्तमान में लोग पीढ़ी दर पीढ़ी आरक्षण का लाभ उठा रहे हैं, इसलिए वे तबके आरक्षण के लाभ से वंचित हो रहे हैं, जो वास्तव में उसके हकदार हैं।

editor@rokthoklekhaninews.com
Faisal Shaikh @faisalshaikh_91

राउत ने की भविष्यवाणी

महाराष्ट्र में अभी चुनाव हुए तो MVA को लोकसभा और विधानसभा में कितनी सीटें मिलेंगी?

विधानसभा की 180 से 185 सीटें MVA को मिलेंगी

मुंबई : महाराष्ट्र में राजनीतकि घमासान कम होता नजर नहीं आ रहा है. भाजपा जहां एकनाथ शदिं के साथ मलिकर सरकार चला रही है. वहीं एनसीपी के नेता अजीत पवार के पार्टी छोड़ने की खबरें भी खूब आ रही हैं. ऐसे में शिवसेना (उद्धव बाल ठाकरे) नेता संजय राउत के आए दनि आ रहे बयान भी सयिासत का पारा और गर्म कर दे रहे हैं. अजीत पवार उनके बयान को लेकर ऐतराज भी जता चुके हैं. ऐसे में अब संजय राउत ने दावा किया कि अगर महाराष्ट्र में आज चुनाव हों तो महा विकास आघाडी को राज्य में लोकसभा की कम से कम 40 सीटें और विधानसभा की 180 से 185 सीटें मिलेंगी.

उल्लेखनीय है कि एमवीएम में शिवसेना के साथ-साथ कांग्रेस और राष्ट्रवादी कांग्रेस पार्टी घटक हैं. पत्रकारों से बातचीत करते हुए राउत ने दावा किया कि राष्ट्रीय स्तर पर भारतीय जनता पार्टी को कम से कम 110 सीटों का नुकसान होगा. उन्होंने कहा कि यह मौसम कमल (भाजपा का चुनाव चिह्न) का नहीं है. मैं बाजार में आज कोई कमल नहीं देख रहा हूं. बाजार में कई और फूल हैं और जल्द उनमें से आप कई को देखेंगे. राकांपा नेता अजीत पवार को लेकर लगाए जा रहे कयास पर राउत ने कहा कि पवार ने पत्रकारों से स्पष्ट कर दिया है कि पार्टी से उनके अलग होने की खबर झूठी है. उन्होंने कहा कि ऑपरेशन घड़ी (राकांपा का चुनाव चिह्न), ऑपरेशन टॉर्च (शिवसेना यूबीटी का चुनाव चिह्न) ऑपरेशन पंजा (कांग्रेस का चुनाव चिह्न), राजनीति में सब कुछ संभव है.

मुंबईकर के लिए अच्छी खबर

31 मार्च से चल रही पानी की कटौती 23 अप्रैल से हो जाएगी बंद!

मुंबई : अप्रैल की गर्मी में पानी कटौती का सामना कर रहे मुंबईकरों को बीएमसी ने राहत की खबर दी है। 31 मार्च से चल रही 15 प्रतिशत घोषित कटौती 22 अप्रैल से खत्म हो जाएगी। 23 अप्रैल से मुंबईकरों को पानी कटौती का सामना नहीं करना पड़ेगा। इससे पहले बीएमसी ने 30 अप्रैल तक पानी कटौती की बात कही थी। पानी आपूर्ति करने वाली टनल की मरम्मत का काम 30 दिन में पूरा होने का अनुमान लगाया गया था, लेकिन बीएमसी ने उस काम को रेकॉर्ड 18 दिनों में पूरा कर लिया है। यह दावा बीएमसी प्रशासन ने किया है। बीएमसी जलापूर्ति विभाग के अनुसार गुंदवली से भांडुप के बीच जलापूर्ति करने के लिए बिछाई गई टनल की मरम्मत कार्य रेकॉर्ड समय में पूरा कर लिया गया है। भांडुप जलशुद्धिकरण केंद्र में 75 प्रतिशत पानी की आपूर्ति इसी टनल द्वारा होती है। यह 5500 मिमी व्यास का वॉटर टनल 15 किलोमीटर लंबा है। यह टनल जमीन के 100 से 125 मीटर नीचे है। ठाणे में बोरवेल खोदने के कारण यह वॉटर टनल क्षतिग्रस्त हो गई है। इसके कारण बड़ी मात्रा में पानी का लीकेज हो रहा था। पानी के लीकेज की मरम्मत करने के लिए पानी की सुरंग को पूरी तरह से बंद करना आवश्यक था, इसलिए इस दौरान पानी को वैकल्पिक चैनलों के माध्यम से भांडुप वॉटर ट्रीटमेंट प्लांट तक पहुंचाया गया। इस दौरान मुंबई में 15 प्रतिशत पानी की कटौती रही। बीएमसी के अतिरिक्त आयुक्त पी. वेलरासू ने 13 अप्रैल को उस स्थान का दौरा किया, जहां टनल में लीकेज हुआ था। उन्होंने अधिकारियों को जल्द से जल्द टनल की मरम्मत का आदेश दिया था।

मुंबई पुलिस ने 1 हजार किलोग्राम से अधिक जब्त किए हुए ड्रग्स को किया नष्ट

मुंबई : नशीले पदार्थों को लेकर देशभर में पुलिस कड़ा रूख अपनाती है। इसी क्रम में मुंबई पुलिस ने मंगलवार को ड्रग्स के खिलाफ बड़ी करवाई की है। एक अधिकारी ने मंगलवार को कहा कि मुंबई पुलिस ने रायगढ़ जिले में 1 हजार किलोग्राम से अधिक जब्त किए हुए ड्रग्स को नष्ट किया है। अधिकारी ने बताया कि एक मुंबई पुलिस ने अपशिष्ट प्रबंधन सुविधा में 12 करोड़ रुपये मूल्य के 1 हजार किलोग्राम से अधिक नशीले पदार्थों को खत्म कर दिया है। अधिकारी ने कहा कि मुंबई पुलिस के एंटी नारकोटिक्स सेल ने सोमवार को नारकोटिक ड्रग्स एंड साइकोट्रोपिक सब्सटेंस (एनडीपीएस) अधिनियम के तहत दर्ज 201 मामलों में जब्त की गई दवाओं को नष्ट किया है।

पिंपरी-चिचवड़ में होर्डिंग गिरने की घटना के मृतकों को 3-3 लाख की मदद

मुख्यमंत्री शिंदे ने घटना पर जताया दुख

मुंबई : पिंपरी-चिचवड़ के कात्रज-देहू मार्ग पर किवले के नजदीक सोमवार को होर्डिंग गिरने की घटना में मारे गए लोगों के परिजनों को तीन-तीन लाख रुपए की मदद देने की घोषणा मुख्यमंत्री एकनाथ शिंदे ने की है। मुख्यमंत्री ने इस हादसे पर तीव्र दुख व्यक्त किया है। पिंपरी चिंचवड शहर के किवले इलाके में सोमवार को लोहे का होर्डिंग गिरने से पांच लोगों की मौत हो गई थी। इस हादसे में दो लोग घायल हुए हैं, उन्हें अस्पताल में भर्ती कराया गया है। घटना सोमवार शाम साढ़े छह बजे की है। हादसे की जानकारी मिलते ही पुलिस और दमकल की टीम मौके पर पहुंची और राहत-बचाव का काम शुरू कर दिया।

दरअसल किवले इलाके में कात्रज-देहू सर्विस रोड पर आंधी और बारिश से बचने के लिए कुछ लोग एक दुकान के पास खड़े थे। दुकान के पास ही लोहे का एक होर्डिंग लगा था। आंधी के चलते होर्डिंग दुकान पर गिर गया, जिससे कई लोग होर्डिंग के नीचे दब गए, इनमें से पांच की मौत हो गई। सोमवार शाम आई आंधी में शहर के कई अन्य इलाकों में भी होर्डिंग गिरने की घटनाएं हुईं। निगडी के ओटास्किम में भी एक होर्डिंग और एक सिग्नल पोल के गिरने की खबर है।

मुंबई क्राइम ब्रांच ने छोटा राजन के फाइनेंस हैंडलर को दबोचा, गैंग में रखता था नंबर 2 की हैसियत

मुंबई : महाराष्ट्र से मिल रही बड़ी खबर के अनुसार, अंडरवर्ल्ड डॉन छोटा राजन के सबसे करीबी लोगों में से एक और उनका फाइनेंस हैंडलर संतोष महादेव सावंत उर्फ अबु सावंत को केंद्रीय एजेंसियों और मुंबई क्राइम ब्रांच द्वारा संयुक्त रूप से की गई एक बड़ी कार्यवाई के बाद मुंबई डिपोर्ट करके लाया गया है। जानकारी हो कि सावंत के ऊपर मुंबई क्राइम ब्रांच के साथ ही उइक द्वारा भी केस दर्ज है ऐसे में अब क्राइम ब्रांच का कहना है कि, पहले उइक सावंत की कस्टडी लेगी। जानकारी के मुताबिक सावंत सिंगापुर में रहता था, वो सिंगापुर में रहकर होटल व्यवसायिक की आड़ में छोटा राजन के लिए काम भी कर रहा था।

मिली खबर के मुताबिक, सावंत लगभग बीते 22 सालों से राजन गैंग से जुड़ा हुआ है। यह सावंत छोटा राजन के सबसे करीबी लोगों में से एक बताया जा रहा था। वह डीके राव के बाद गैंग में सावंत नंबर दो पर था और जब साल 2000 में छोटा राजन पर हमला हुआ तो उसके बाद रवि पुजारी, हेमंत पुजारी, बंटी पांडे संतोष और विजय शेट्टी एजाज लकड़ा वाला जैसे उसके नजदीकियों ने भी उसका साथ छोड़ दिया था, लेकिन अंडरवर्ल्ड में पैठ जमाने मे लगा सावंत डीके राव के साथ मिलकर कंधे से कंधा मिलाकर राजन के साथ हमेशा खड़ा रहा। जिसके चलते सांवत जल्द ही राजन का करीबी बन गया।

इतना ही नहीं, जानकारी के अनुसार उसके ऊपर मुख्य तौर पर धमकी वसूली जैसे संगीन आरोप लगे हैं और मकोका के तहत भी केस है। उसका मुख्य काम मुंबई सहित देश मे अपने टारगेट सेट कर उनसे संपर्क कर धमकी और प्रोटेक्शन मनी वसूली करना जैसा काम था। इतना ही नहीं गैंग के लोगों के पकड़े जाने पर उनकी जमानत का इंतजाम करना राजन के इनवेस्टमेंट को भी हैंडल करना भी सावंत के ही पास था।

कैदियों पर नजर रखने के लिए ड्रोन का इस्तेमाल करेगा महाराष्ट्र राज्य

मिल हैं।

एक आधिकारिक विज्ञप्ति के अनुसार, '' रात के समय में निगरानी के लिए भी ड्रोन का इस्तेमाल किया जाएगा। इससे जेल परिसर के भीतर क्या हो रहा है, इस संबंध में 'रियल-टाइम' जानकारी हासिल करने में मदद मिलेगी।'' विज्ञप्ति के मुताबिक, जिन कारागारों में निगरानी के लिए ड्रोन का सहारा लिया जाएगा उनमें पुणे की यरवदा जेल के अलावा कोल्हापुर, नासिक, संभाजी नगर, तलोजा (नवी मुंबई), ठाणे, अमरावती, नागपुर, कल्याण और चंद्रपुर जेल शामिल हैं। विज्ञप्ति के अनुसार, केंद्रीय गृह मंत्रालय और महाराष्ट्र सरकार के आदेशों के तहत निगरानी के लिए ड्रोन के इस्तेमाल को प्राथमिकता दी गई है। उत्तर प्रदेश के बाद महाराष्ट्र जेल सुरक्षा को मजबूत करने के लिए ड्रोन का इस्तेमाल करने वाला देश का दूसरा राज्य होगा।

महाराष्ट्र में पैर पसार रहा कोरोना

बीते 24 घंटे में 6 लोगों की मौत, सामने आये इतने केस

महाराष्ट्र : महाराष्ट्र में कोरोना के मामले कम नहीं हो रहे हैं. महाराष्ट्र में बीते 24 घंटे में (मंगलवार) कोरोना से छह लोगों की मौत हो गई. महाराष्ट्र में कोरोना के 949 नए मामले सामने आये हैं. महाराष्ट्र में इस समय एक्सबीबी 1.16 वायरस का सर्वाधिक प्रसार है और संक्रमित मरीजों की संख्या 661 हो गई है. स्वास्थ्य विभाग द्वारा दी गई जानकारी से स्पष्ट है कि इस वायरस के प्रकोप से राज्य में अब तक चार लोगों की मौत हो चुकी है.

कहां कितनी टेस्टिंग हुई

18 अप्रैल को किए गए 15,313 टेस्टिंग में से 12,321 टेस्टिंग सरकारी प्रयोगशालाओं में, 2,662 टेस्टिंग निजी प्रयोगशालाओं में टेस्ट किये गए. एक जनवरी से अब तक महाराष्ट्र में कोविड-19 से 68 मौतें हुई हैं और 73.53 फीसदी मृतक 60 साल से ऊपर के थे. मृतक व्यक्तियों की कुल संख्या में से 57 फीसदी को एक से अधिक बीमारी थी. गौरतलब है की महाराष्ट्र में एक बार फिर कोरोना के मामले बढ़ रहे हैं और इसको लेकर इटउ ने गाइडलाइन भी जारी की है.

एक जनवरी से हुई मौत के आंकड़ें

एक जनवरी से राज्य में हुई 68 मौतों में से 73.53 फीसदी मरीज साठ साल से ऊपर के थे. 57 प्रतिशत मरीज ऐसे में जो एक से अधिक बिमारियों से पीड़ित थे. महाराष्ट्र सरकार के अनुसार, वर्तमान में, कोविड-19 का प्रमुख संस्करण ओमिक्रॉन BB.1.16 है. कुल 681 मामले इस वैरिएंट से संक्रमित पाए गए हैं. बुलेटिन में कहा गया है कि महाराष्ट्र में अब राज्य में मृत्यु दर 1.82 फीसदी है.

महाराष्ट्र में कितने हैं एक्टिव केस

महाराष्ट्र में वर्तमान में 6,118 सक्रिय मामले हैं, राज्य के स्वास्थ्य विभाग ने बुलेटिन में ये जानकारी दी गई है. आज महाराष्ट्र में 912 मरीज कोरोना संक्रमण से ठीक हुए एयर उन्हें आज छुट्टी दे दी गई है. बुलेटिन में कहा गया है कि महाराष्ट्र में रिकवरी रेट 98.10 फीसदी है.

दो शातिर चोर गिरफ्तार, रिक्शा व मोटरसाइकिल जप्त

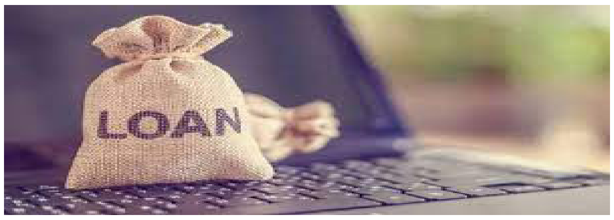
मुंबई : रिक्शा व मोटरसाइकिल चोरी करने के मामले में तुलिंज थाने की क्राइम डिटेक्शन की टीम ने दो शातिर चोरों को पकड़ने में सफलता पाई है। चोर की गिरफ्तारी से पांच मामलों का खुलासा हुआ है तथा चोर के पास से टीम ने 5 लाख से अधिक का वाहन जप्त किया है। यह कार्रवाई डीसीपी (परिमंडल 2) की पोर्णिमा चौगुले श्रींगी व एसीपी चंद्रकांत जाधव के मार्गदर्शन में तुलिंज थाने के सीनियर पी.आई शैलेंद्र नगरकर, क्राइम डिटेक्शन के स.पो.नि.मिथुन म्हात्रे टीम ने की है। पुलिस ने बताया कि विरार यातायात शाखा में पो.उप.नि.सूर्यवंशी द्वारा तुलिंज थाने में कार्यरत पो.हवा गोरे से संपर्क किया और सूचित किया कि फर्जी नंबर प्लेट लगाकर रिक्शा चलाते हुए शख्स मिला है। इसके बाद रिक्शा की चोरी को लेकर तुलिंज थाने में मामला दर्ज किया गया है। इसके बाद पुलिस ने शिव कुमार हरिहर गुप्ता व प्रकाश पोतराज त्रिवेदी को गिरफ्तार किया। दोनों आरोपियों विरार के रहने वाले हैं। पुलिस के मुताबिक,पूछताछ में कुल 05 अपराधों का खुलासा हुआ, जिनमें 02 तुलिंज थाना के अभिलेख पर तथा 03 विरार थाना के अभिलेख पर थे। इनके पास से 4 रिक्शा व 1 मोटरसाइकिल कुलमिलाकर 05,50,000 रुपये का माल जप्त किया गया है।

आईएएस अधिकारी से उगाही के मामले में तीन बरी...

मुंबई : मुंबई की एक अदालत ने भारतीय प्रशासनिक सेवा (आईएएस) के अफसर राधेश्याम मोपलवार से उगाही की कोशिश के 2017 के एक मामले में एक निजी जासूस और उसकी पत्नी को बुधवार को बरी कर दिया। मोपलवार अब सेवानिवृत्त हो चुके हैं।विशेष मकोका न्यायाधीश एएम पाटिल ने सतीश मांगले और उसकी पत्नी श्रद्धा के साथ-साथ अतुल ताम्बे नाम के शख्स को भी बरी कर दिया। उस पर दपंत्ति की मदद करने के आरोप में मामला दर्ज किया गया था। अदालत ने कहा कि अभियोजन के मामले में काफी संदेह है और इसका लाभ आरोपियों को मिलना चाहिए। पुलिस के मुताबिक, आरोप था कि दंपति ने मोपलवार के फोन कॉल की रिकॉर्डिंग का उपयोग करके उन्हें बदनाम करने की धमकी दी थी और ऑडियो क्लिप और भ्रष्टाचार के आरोपों को सार्वजनिक न करने के लिए नौकरशाह से सात करोड़ रुपये की मांग की थी। ठाणे पुलिस के जबरन वसूली रोधी प्रकोष्ठ ने 2017 में कथित रूप से एक करोड़ रुपये स्वीकार करते हुए दंपति को गिरफ्तार किया था। मोपलवार उस समय महाराष्ट्र राज्य सड़क विकास निगम के प्रबंध निदेशक थे। अब सेवानिवृत्त हो चुके मोपलवार को महाराष्ट्र के मुख्यमंत्री एकनाथ शिंदे ने 'वार रूम' (इन्फ्रास्ट्रक्चर प्रोजेक्ट्स) का महानिदेशक बनाया है।

बैंक ऑफ महाराष्ट्र और केनरा बैंक ने महंगा किया कर्ज

अब चुकानी होगी ज्यादा EMI



महाराष्ट्र : अगर आप होम लोन, कार लोन और एजुकेशन लोन लेने की सोच रहे हैं तो आपको लोन की ईएमआई चुकाना महंगा पड़ सकता है क्योंकि बैंक ऑफ महाराष्ट्र और केनरा बैंक ने कर्ज की ब्याज दरें बढ़ा दी है. जिसका बोझ आम लोगों पर पड़ेगा. इससे आम लोगों को अपनी जेब अब और ढीली करनी पड़ेगी. बैंक ऑफ महाराष्ट्र ने 15 अप्रैल, 2023 से प्रभावी अपनी कर्ज पर दरों की सीमांत लागत (MCLR) में 10 बेसिस पॉइंट की बढ़ोतरी की है.

बैंक ऑफ महाराष्ट्र में एक साल की एमसीएलआर दर 8.40 प्रतिशत से बढ़कर 8.50 प्रतिशत हो गई है, जिसका सीधा प्रभाव एक साल की अवधि के लिए होम लोन, कार लोन और एजुकेशन लोन लेने वाले ग्राहकों की ईएमआई पर पड़ेगा. वहीं एक महीने की (MCLR) बढ़कर 8.40 फीसदी और ओवरनाइट (MCLR) बढ़कर 7.90 फीसदी हो गई है. ब्याज दरों में यह बढ़ोतरी का फैसला देश में बढ़ती महंगाई की वजह से लिया गया है. केनरा बैंक ने भी अपनी लोन की ब्याज दरों में 5 आधार अंकों की बढ़ोतरी की है. बैंक की वेबसाइट के अनुसार, 6 महीने और 1 वर्ष की समयसीमा के लिए (MCLR) दर अब क्रमशः 8.45 फीसदी और 8.65 फीसदी तय की गई है. हालांकि शेष अवधि वाले लोन के इंटरेस्ट रेट में कोई बदलाव नहीं किया गया.

फिक्स्ड डिपॉजिट पर भी बढ़ाया इंटरेस्ट रेट

(MCLR) बढ़ोतरी के अलावा बैंक ऑफ महाराष्ट्र ने 2 करोड़ रुपए से कम की जमा राशि के लिए अपनी फिक्स्ड डिपॉजिट (FD) की ब्याज दरों में बढ़ोतरी का फैसला किया है. बैंक अब 7 दिन से लेकर 5 साल तक की एफडी पर 2.75 फीसदी से लेकर 5.75 फीसदी तक की ब्याज दरों की पेशकश कर रहा है. बैंक 200 दिन की फिक्स्ड डिपॉजिट (FD) पर सबसे ज्यादा 7 फीसदी की दर से इंटरेस्ट दे रहा है.

ग्राहकों पर बोझ डालेगा महंगा कर्ज

बैंकों को ब्याज दरों में बढ़ोतरी से अपने शुद्ध ब्याज मार्जिन को बढ़ाकर अपने को संतुलित करने में मदद मिलने की उम्मीद है. लेकिन यह बढ़ोतरी उन ग्राहकों की जेब पर बोझ डालेगी, जिन्होंने बैंक से कर्ज लिया है. वो भी ऐसे समय में जब देश की इकोनॉमी अभी भी कोविड महामारी से उबर रही है. ग्राहकों को सलाह दी जाती है कि वे अपने आर्थिक स्थिति पर नजर रखें और उसी के अनुसार लोन लेने की योजना बनाएं.

अनुराग ने महाराष्ट्र में आदिवासी के घर जमीन पर बैठकर किया भोजन, विपक्ष पर साधा निशाना

महाराष्ट्र : केंद्रीय सूचना एवं प्रसारण मंत्री अनुराग ठाकुर ने महाराष्ट्र के पालघर में आदिवासी बहन सुरेखा दामोदर कासट, रईसपाडा, मनोर के घर जमीन पर बैठकर भोजन किया। केंद्रीय मंत्री ने इस अवसर पर कहा, लोग जानते हैं कि विपक्ष के पास ना कोई नीति है, ना नीयत है, ना ही नेतृत्व है। इससे उनका भ्रष्टाचार नहीं छुपेगा। ठाकुर अपने संगठनात्मक दायित्व के अंतर्गत आने वाले लोकसभा क्षेत्रों के प्रवास पर हैं। इस अवसर पर ठाकुर ने कहा कि भ्रष्टाचार के दलदल में डूबे हुए दल जब एक साथ आते हैं तो महाठगबंधन बनता है। ठाकुर पार्टी के सोशल मीडिया इकाई से भी मिले और केंद्र द्वारा चलाई जा रही विभिन्न योजनाओं के लाभार्थियों से भी बातचीत की। ठाकुर ने कहा, महाराष्ट्र में पार्टी ने मुझे 4 लोकसभा सीटों का दायित्व दिया है। मुझे पूर्ण विश्वास है कि आने वाले लोकसभा चुनाव में जनता एक बार फिर भाजपा गठबंधन को अपना आशीर्वाद देगी।

महाराष्ट्र के बीड में लगाए गए अतीक-अशरफ के पोस्टर

दोनों को बताया गया 'शहीद'

महाराष्ट्र : माफिया अतीक अहमद से जुड़े मामले ने अब उत्तर प्रदेश की सीमा लांघते हुए महाराष्ट्र में भी एंट्री ले ली है. महाराष्ट्र में यूपी के कुख्यात अपराधी अतीक अहमद और उसके खूंखार भाई अशरफ के समर्थन में पोस्टर बैनर लगाए गए हैं. सूबे के बीड शहर में लगे इन पोस्टर्स में दोनों माफिया बंधुओं को शहीद कहा गया है. हालांकि सूचना मिलते ही महाराष्ट्र पुलिस ने बीड के मजालगांव चौक पर लगे इस पोस्टर को तुरंत हटवा दिया है. पोस्टर्स हटाए जाने के साथ ही ऐसी हरकत करने वाले चार आरोपियों को पुलिस ने गिरफ्तार भी कर लिया है. इन सभी को धारा 293, 294 और 153 यानी दो धर्मों के बीच वैमनस्य पैदा करने के आरोपों के तहत गिरफ्तार किया गया है. अतीक को शहीद बताते हुए पोस्टर्स लगाने के मामले में कुल दो एफआईआर दर्ज हुई हैं और अब तक कुल चार लोगों को गिरफ्तार किया गया है. बीड के एसपी के मुताबिक अभी तक इन लोगों का अतीक गैंग से कोई कनेक्शन नहीं मिला है. हालांकि उनका कहना है कि पोस्टर लगाने वालों का किसी भी तरीके से अतीक गैंग से कोई कनेक्शन है या नहीं इसको लेकर हर एंगल से जांच की जा रही है. महाराष्ट्र के बीड में अतीक अहमद और अशरफ को शहीद बताते हुए पोस्टर्स लगाने के बाद विश्व हिंदू परिषद ने आपत्ति जताई थी और एसपी से मिलकर इस पूरे मामले की शिकायत की गई. जिसके बाद आरोपियों की गिरफ्तारी हुई और पोस्टर भी हटाए गए. अतीक अहमद और अशरफ को उमेश पाल हत्याकांड में पेशी के लिए प्रयागराज लाया गया था. इसी दौरान कोर्ट ने इन दोनों भाइयों को पुलिस कस्टडी में भेजा. पुलिस पड़ताल के बाद वापस जेल ले जाने से पहले उनको मेडिकल टेस्ट के लिए अस्पताल ले कर पहुंची ही थी कि इन दोनों भाइयों पर तीन हमलावरों ने गोलियों से हमला कर दिया. दोनों की मौत के बाद इनके कनेक्शन महाराष्ट्र और डी कंपनी से भी जुड़ते दिखाई दे रहे थे.

नेपाल के राष्ट्रपति पौडेल के स्वास्थ्य में सुधार नहीं, काठमांडू से दिल्ली के एम्स किया रेफर

नेपाल : नेपाल के राष्ट्रपति राम चंद्र पौडेल के स्वास्थ्य में सुधार न होने के चलते उन्हें काठमांडू के त्रिभुवन विश्वविद्यालय शिक्षण अस्पताल महाराजगंज से दिल्ली के एम्स अस्पताल में स्थानांतरित किया जा रहा है। कल अचानक उनकी तबीयत बिगड़ने के चलते उन्हें त्रिभुवन विश्वविद्यालय शिक्षण अस्पताल में भर्ती कराया गया था। पौडेल के फेफड़ों में ऑक्सीजन के स्तर में गिरावट के बाद उन्हें अस्पताल में भर्ती कराया गया था। फॉलोअप में पता चला कि उनके फेफड़ों में इन्फेक्शन हो गया है, इसका पता चलने के बाद एयर एंबुलेंस से अखिल भारतीय आयुर्विज्ञान संस्थान (एम्स) नई दिल्ली लाया गया है। टीयूटीएच अस्पताल के अधिकारियों ने सूचित किया कि उन्हें सुबह 9:30 बजे स्थानांतरित किया गया है।

सोमवार को डॉक्टरों ने उनके फेफड़ों में इन्फेक्शन पाया। इसके बाद, उन्हें दवाएं दी गईं, लेकिन उनके स्वास्थ्य में सुधार नहीं हुआ। इससे पहले 5 अप्रैल को भर्ती होने के बाद अस्पताल में चार दिनों तक इलाज चला था। नेपाल गणराज्य के तीसरे राष्ट्रपति पौडेल को पेट में दर्द की शिकायत के बाद भर्ती कराया गया था। काठमांडू पोस्ट अखबार ने राष्ट्रपति के एक सलाहकार के हवाले से कहा, ह्वह 15 दिनों से एंटीबायोटिक्स ले रहे हैं, लेकिन उनकी स्थिति में सुधार नहीं हुआ है। इसी के चलते उन्हें एक महीने के भीतर दूसरी बार अस्पताल में भर्ती कराया गया है।''

नेपाल के प्रधानमंत्री पुष्प कमल दहल 'प्रचंड' भी कल राम चंद्र पौडेल के स्वास्थ्य की जानकारी लेने के लिए उनसे मिलने अस्पताल पहुंचे थे। वहां उन्होंने राष्ट्रपति पौडेल का हालचाल जाना। राष्ट्रपति पौडेल एक महीने के भीतर दूसरी बार अस्पताल में भर्ती हुए हैं। अप्रैल की शुरूआत में राष्ट्रपति को पेट में दर्द की शिकायत हुई थी, जिसके बाद उन्हें तत्काल अस्पताल में भर्ती कराना पड़ा था।

राष्ट्रपति राम चंद्र पौडेल के बिगड़ते स्वास्थ्य को देखते हुए मंगलवार को कैबिनेट की बैठक में उनके इलाज के लिए डॉक्टरों की एक टीम तैनात करने का फैसला किया गया था। नेपाल सरकार के एक मंत्री ने कहा कि टीम राष्ट्रपति की बीमारी का आकलन करेगी और सरकार को रिपोर्ट भी सौंपेगी।

दवा के साथ इन चौजों का न करें सेवन

स्वस्थ रहने के लिए अच्छी लाइफस्टाइल होना जरूरी होता है। योग और व्यायाम के साथ ही पौष्टिक आहार का सेवन भी व्यक्ति की सेहत पर प्रभाव डालता है। हालांकि मौसमी बीमारी, संक्रमण, खानपान व बिगड़ी जीवन शैली के कारण कई तरह की बीमारियां हो सकती हैं। बीमार होने पर लोग चिकित्सक के पास जाते हैं और उनकी सलाह पर दवाइयों का सेवन करते हैं। हालांकि अगर आपको लगता है कि दवा खाने मात्र से आप स्वस्थ हो सकते हैं, तो आप गलत हैं। कई बार दवा का साइड इफेक्ट हो जाता है। दवाएं भी नुकसान पहुंचा सकती हैं। लोगों को दवा खाने के सही तरीके के बारे में पता नहीं होता, ऐसे में दवा रोग पर असर नहीं करती, साथ ही दुष्प्रभाव अलग करती है। ऐसे में दवा का सेवन करते समय कुछ सावधानियां भी रखें। चलिए जानते हैं कि दवा के साथ किन चीजों का सेवन भूल से भूी नहीं करना चाहिए।

एनर्जी ड्रिंक्स

जब आप किसी रोग पर दवा का सेवन करते हैं, तो उसके साथ एनर्जी ड्रिंक नहीं पीनी चाहिए। एनर्जी ड्रिंक्स के साथ दवा लेने से शरीर पर बुरा प्रभाव पड़ सकता है। दवा के डिजॉल्व होने का समय भी ज्यादा लगता है।

शराब

शरीर के लिए धूम्रपान नुकसानदायक है। दवा के साथ शराब या किसी भी तरह के मादक पदार्थ का सेवन नहीं करना चाहिए। इससे सेहत पर तो बुरा असर पड़ता ही है, साथ ही एक साथ दोनों के सेवन से लीवर को भी काफी नुकसान हो सकता है। शराब के साथ दवा लेने से लीवर संबंधी कई विकार का जोखिम बढ़ जाता है।

डेयरी प्रोडक्ट्स

अक्सर लोग दूध के साथ दवा का सेवन करते हैं। दूध भले ही सेहत के लिए फायदेमंद है लेकिन कुछ एंटीबायोटिक दवा के असर को कम भी कर सकता है। दूध में कैल्शियम, मैग्नीशियम, मिनरल्स और प्रोटीन पाए जाते हैं, जो दवाइयों के साथ मिलने पर दवा के असर को कम कर देते हैं। चिकित्सकों के मुताबिक, एंटीबायोटिक के साथ दूध या डेयरी प्रोडक्ट का सेवन नहीं करना चाहिए।

मुलेठी

आयुर्वेद में मुलेठी को सेहत के लिए लाभकारी बताया गया है। मुलेठी पाचन तंत्र को मजबूत करती है और पेट संबंधी कई समस्याओं से राहत दिलाती है। लेकिन मुलेठी में ग्लाइसीरिजिजिन पाया जाता है, जो कई दवाओ के असर को कम कर सकता है।

पत्तेदार सब्जियां

बीमार व्यक्ति को पोषण देने के लिए हरी पत्तेदार सब्जियों के सेवन की सलाह दी जाती है। हालांकि कुछ दवाओं को पत्तेदार सब्जियों के साथ लेने से दवा का प्रभाव बाधित होता है। केल, ब्रोकली या विटामिन के से भरपूर सब्जियां दवाओं के प्रभाव में बाधा डाल सकती हैं।

धूप से आकर न पिएं फ्रिज का ठंडा पानी

गर्मियों के मौसम में अधिक तापमान में ठंडा पानी पीना लोगों को गर्मी से राहत दिलाता है। गर्मियों में हाइड्रेट रहने के लिए लोग लिक्विड ड्रिंक का सेवन करते हैं, जिसमें साधारण पानी के साथ ही लोग लस्सी, जूस और नारियल पानी समेत तरह तरह के ड्रिंक्स का सेवन करते हैं। विशेषज्ञों के मुताबिक, हाइड्रेटेड रहने के लिए कम से कम आठ से 10 गिलास पानी पीना बेहद जरूरी होता है। लेकिन पानी पीते समय उसके सही तापमान का होना भी जरूरी है। पानी के तापमान का असर स्वास्थ्य पर होता है। गर्मियों में लोग ठंडा पानी पीने के इच्छा से फ्रिज का पानी पीते हैं। प्यास बुझाने और थकावट दूर करने के लिए लोग कभी भी ठंडा पानी पी लेते हैं, इससे भले ही कुछ देर के लिए गर्मी से राहत मिल जाती है लेकिन इसका नुकसान भी बहुत होता है। आयुर्वेद में ठंडे पानी को सेहत के लिए नुकसानदायक बताया गया है। खासकर फ्रिज का चिल्ड वाटर बिल्कुल भी नहीं पीना चाहिए। धूप से आकर, एक्सरसाइज के बाद या खाने के बाद ठंडा पानी पीने से शरीर पर बुरा असर पड़ता है। अगर आप भी गर्मियों में गलत समय और गलत तरीके से ठंडे पानी का सेवन करते हैं तो हो जाएं सावधान।

पाचन पर प्रभाव

शरीर किसी भी पदार्थ को अपने तापमान पर लाता है, जिसे वह आगे पाचन के लिए भेजता है लेकिन बहुत कम तापमान की चीजों का सेवन करने से शरीर उसे अपने तापमान के मुताबिक करने लगता है, जिससे डाइजेशन प्रक्रिया धीमी हो जाती है और अपच की समस्या हो जाती है। पेट में ठंडा पानी डाइजेस्टिव सिस्टम को प्रभावित करता है। रिसर्च के मुताबिक, ठंडा पानी ब्लड वेसल्स को सिकोड़ देता है, जिससे पाचन की समस्या हो जाती है।

गले में खराश

अक्सर गला खराब होने या आवाज बदलने पर बड़े बुजुर्ग कहते हैं कि जरूर ठंडा पानी पी लिया होगा। यह सही भी है, ठंडा पानी पीने से गले में खराश हो जाती है। फ्रिज में निकालकर ठंडा पानी पीने से ऐसी समस्या होना आम बात है। वहीं अगर आप भोजन के बाद ठंडा पानी पी लेते हैं तो बलगम बनने लगता है और सांस लेने के रास्ते ब्लॉक हो जाते है। जिससे गले में खराश, बलगम, जुकाम और गले में सूजन जैसी समस्याएं हो सकती हैं।

हार्ट रेट पर असर

ठंडे पानी का सेवन आपके शरीर का हार्ट रेट भी कम कर सकता है। एक स्टडी के मुताबिक, फ्रिज का ज्यादा ठंडा पानी पीने से दसवीं कपाल तंत्रिका (वेगस नर्व) स्टिम्युलेट हो जाती है। शरीर के अनैच्छिक कार्यों को नियंत्रित करने का काम नर्व ही करती है। कम तापमान के पानी का असर सीधे वेगस नर्व पर होता है, जिससे हार्ट रेट कम हो जाती है।

सिरदर्द की समस्या

धूप से आने के तुरंत बाद अगर आप बहुत ठंडा पानी या बर्फ का पानी पी लेते हैं तो ब्रेन फ्रीज हो सकता है। ठंडे पानी का सेवन आपकी रीढ़ की कई नसों को ठंडा कर सकता है, जिसका असर मस्तिष्क पर होता है और सिर दर्द होने लगता है। साइनस की समस्या से ग्रसित लोगों के लिए यह स्थिति मुसीबत बढ़ा सकती है।

वेट लॉस में दिक्कत

जो लोग अपना वजन कम करना चाहते हैं, उन्हें ठंडे पानी का सेवन नहीं करना चाहिए। ठंडे पानी के कारण शरीर में मौजूद फैट को बर्न करना मुश्किल हो जाता है। फ्रिज के पानी से शरीर का फैट सख्त हो जाता है, जिसकी वजह से वसा को कम करने में समस्या आती है और वजन कम नहीं होता।

डिहाइड्रेशन के लक्षण

जैसे-जैसे तापमान बढ़ रहा है, शरीर में पानी की कमी हो सकती है। पर समझने वाली बात ये है कि ये स्थिति एक दिन में नहीं सामने आती बल्कि, शरीर डिहाइड्रेशन के संकेतों को दे रहा होता है। जी हां, शरीर में पानी की कमी होने के साथ कई प्रकार के बदलाव आने लगते हैं। जैसी कि पहला बदलाव आपको बहुत थका-थका लग सकता है और कई बार चक्कर आ सकता है। लेकिन, इन दोनों चीजों से भी पहले शरीर में कई प्रकार के बदलाव हो रहे होते हैं। आइए, जानते हैं इन तमाम लक्षणों के बारे में..

1. होंठों का सूखना

अगर आपके होंठ बार-बार सूख रहे हैं तो ये पहला लक्षण है कि आपके शरीर में पानी की कमी हो गई है। इसके अलावा होंठों का काला पड़ना भी शरीर में पानी की कमी का संकेत हो सकता है। क्योंकि, हाइड्रेशन की कमी से आपके शरीर में ड्राइनेस पैदा होती है जिससे आपकी सीख जाती है और और होंठों का सूखना इसी ओर संकेत करता है।

2. पेशाब का पीला होना

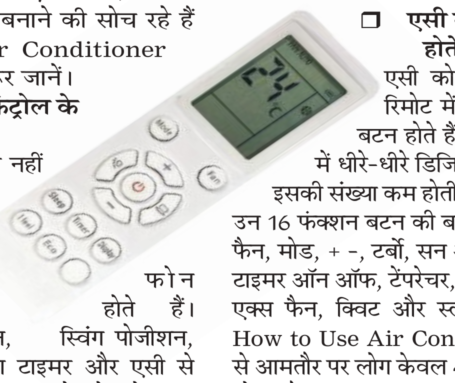
पेशाब का पीला होना, सबसे पहला कारण है कि आप कम पानी पी रहे हैं। ये संकेत बेहद साफ होता है और इसे दिखने में शरीर समय भी नहीं लेता है। आपके शरीर में पानी की कमी है मुख्य रूप से यूरोक्रोम के कारण होती जिसे यूरोबिलिन भी कहा जाता है। ऐसे में आपको समझना होगा जितना अधिक आप पानी आप पीते हैं।

घर को बना दीजिए शिमला

जान लें AC के रिमोट कंट्रोल का सही इस्तेमाल

गर्मी से राहत पाने के लिए लोग घर में स्प्लिट और विंडो AC लगवाते हैं। बिजली की बचत और घर को कूल कैसे करें इसके बारे में तो आप जानते ही होंगे। लेकिन क्या आप जानते हैं AC के रिमोट कंट्रोल का सही तरीके से कैसे इस्तेमाल किया जाता है। अगर नही तो यहां जानें AC के रिमोट कंट्रोल के इस्तेमाल से जुड़ी जरूरी बातें।

गर्मी से बचने के लिए मार्केट में स्प्लिट और विंडो एसी के अलावा अलग-अलग लुक और डिजाइन में यह उपलब्ध है। इसी तरह एयर कंडीशनर को चलाने के लिए भी अलग-अलग फीचर्स के साथ एयर कंडीशनर रिमोट उपलब्ध है। आमतौर पर लोग एसी खरीदते समय घर को जल्दी कैसे कुल करें इसके बारे में तो पता करते हैं, लेकिन एसी के रिमोट कंट्रोल का सही इस्तेमाल करने का तरीका नहीं पता करते हैं। अगर आप भी एसी खरीद कर घर को शिमला और मनाली बनाने की सोच रहे हैं तो How to Use Air Conditioner Remote के बारे में जरूर जानें।



❒ एसी के रिमोट कंट्रोल के फीचर्स

एसी को केवल मैनुअल ही नहीं बल्कि रिमोट कंट्रोल के जरिए भी ऑन ऑफ किया जा सकता है। सभी एसी रिमोट में फोन ऑफ करने के लिए बटन होते हैं। लेकिन फैन मोड, तापमान, स्विंग पोजीशन, ऑपरेटिंग मोड के अलावा टाइमर और एसी से जुड़ी सभी जानकारी स्क्रीन पर देखने को मिल जाती है। ज्यादातर लोग How to Use Air Conditioner Remote के लिए यूजर मैनुअल के ऊपर ध्यान नहीं देते हैं। अगर आपके घर में भी स्प्लिट या विंडो एसी है तो इसे रिमोट कंट्रोल का सही इस्तेमाल करने का तरीका यूजर मैनुअल में जरूर चेक करें।

❒ एसी के रिमोट कंट्रोल में होते हैं ये 16 बटन

एसी को कंट्रोल करने के लिए रिमोट में एक-दो नहीं बल्कि 16 बटन होते हैं। लेकिन आज के समय में धीरे-धीरे डिजिटल एसी आने के कारण इसकी संख्या कम होती जा रही है। अगर एसी के उन 16 फंक्शन बटन की बात करें तो ये ऑन ऑफ, फैन, मोड, + -, टर्बो, सन अप, सन डाउन, क्लॉक, टाइमर ऑन ऑफ, टेंपरेचर, होम, आई फील, लाइट, एक्स फैन, क्विट और स्लीप बटन हैं। इन सभी How to Use Air Conditioner Remote में से आमतौर पर लोग केवल 4 बटन ऑन ऑफ, फैन, मोड और प्लस, माइनस का इस्तेमाल करते हैं। एयर कंडीशनर रिमोट का इस्तेमाल कर आप मौसम के अनुसार टेंपरेचर में बदलाव कर सकते हैं। फिलहाल लेटेस्ट टेक्नोलॉजी आने की वजह से कुछ एसी में इसे सेट करने की जरूरत नहीं है।

भारतीय फार्मा बाजार के रेस्पिरेटरी सेगमेंट में ग्लेनमार्क अपनी उपस्थिति मजबूत कर रहा है

मुंबई,: प्रमुख इनोवेशन-ड्रिवेन, ग्लोबल फार्मास्युटिकल्स कंपनी,ग्लेनमार्क फार्मास्युटिकल्स लिमिटेड (ग्लेनमार्क) ने रेस्पिरेटरी सेगमेंट में अपनी स्थिति को और भी अधिक प्रबल किया है, और साथ ही भारतीय फार्मा बाजार में द्वितीय स्थान हासिल किया है॰। एस्कोरिल, एस्कोरिल एलएस, एस्कोरिल डी और एलेक्स जैसे ब्रांड्स के साथ ग्लेनमार्क अपनी रेस्पिरेटरी दवाओं (श्वसन संबंधी) के लिए एक विश्वसनीय ब्रांड बन चुका है। मरीजों और हेल्थकेयर प्रोफेशनल्स के बीच कंपनी के आधुनिक और अभिनव समाधान- बिलेजैप एम और रियाल्ट्रिस एजेड/मोनो काफी लोकप्रिय हैं।

विगत एक वर्ष में, १ लाख से अधिक मेडिकल प्रोफेशनल्स द्वारा ग्लेनमार्क की रेस्पिरेटरी

GLENMARK
A new way for a new world

दवाइयों को लेने की सलाह दी जा चुकी है। इस प्रकार, यह ब्रांड देश भर में सभी आयु समूहों के ४ करोड़ से भी अधिक मरीजों के लिए मददगार साबित हुआ है।

ग्लेनमार्क न सिर्फ भारत में आधुनिक ओएडी (ऑब्सट्रक्टिव एयरवे डिज़ीज़) को मैनेज करने में अग्रणी रहा है, बल्कि देश में अस्थमा और सीओपीडी (क्रॉनिक ऑब्सट्रक्टिव पल्मोनरी डिज़ीज़) के तहत मरीजों का सहयोग करने वाली पहली कंपनियों में से एक बन गया है। ग्लेनमार्क पहला ब्रांड है, जिसने डिजिटल डोज़ इनहेलर्स, अल्ट्रा एलएबीए + आईसीएस, सिंगल इनहेलर ट्रिपल थेरेपी और नेबुलाइज्ड एलएएमए के लॉन्च के साथ क्रॉनिक रेस्पिरेटरी स्पेस में इनोवेटिव प्रोडक्ट्स की पेशकश की है।

ये समाधान श्वसन से संबंधित पुरानी बीमारियों से ग्रसित मरीजों को बेहतर साँस लेने में राहत दिलाने और उनके लक्षणों पर प्रभावी तरीके से काबू पाने में मददगार साबित हुए हैं। श्री आलोक मलिक, एग्जीक्यूटिव वाइस प्रेसिडेंट और इंडिया बिज़नेस हेड, ग्लेनमार्क फार्मास्युटिकल्स लिमिटेड, ने कहा, भारतीय फार्मास्युटिकल इंडस्ट्री में रेस्पिरेटरी सेगमेंट में हमारे अभिनव प्रोडक्ट्स और पेशेंट-सेंट्रिक एप्रोच ने प्रमुख भूमिका निभाई है और साथ ही हमारी उपस्थिति को प्रबल करने में महत्वपूर्ण योगदान दिया है।

एमआईटी-डब्ल्यूपीयू: उद्योग जगत के अनुकूल, नए दौर के पोस्ट-ग्रेजुएट प्रोग्रामों के साथ पाएं सुनहरे अवसर

पुणे : ग्रेजुएट छात्रों के लिए कौशल की कमी को दूर करने और उन्हें आज के दौर में उद्योग जगत के डिसरप्टिव, इनोवेटिव माहौल के लिए तैयार करने के प्रयास में पुणे के एजुकेशन हब एमआईटी-डब्ल्यूपीयू आधुनिक पोस्ट-ग्रेजुएट कोर्सेज़ लेकर आए हैं।

प्रोग्राम को सफलतापूर्वक पूरा करने के बाद छात्र सुपरलेटिव टेक्नोलॉजी-उन्मुख ग्रूमिंग के साथ उद्योग जगत की चुनौतियों से निपटने में सक्षम जाएंगे। ये कोर्सेज़ रियल टाइम प्रॉब्लम-सोल्विंग एवं क्रिटिकल थिंकिंग की क्षमता विकसित कर छात्रों को भावी लीडरों के रूप में तैयार करेंगे। साथ ही इन कोर्सेज़ को भारत की नई शिक्षा नीति एनईपी २०२० को ध्यान में रखते हुए डिज़ाइन किया गया है, ताकि युवा अपनी अधिकतम क्षमता का लाभ उठा सकें और भावी चुनौतियों से निपटने लिए तैयार हों। एमआईटी-डब्ल्यूपीयू ने विभिन्न विषयों में पोस्ट-ग्रेजुएट प्रोग्रामों की व्यापक रेंज पेश की है, इनमें डिज़ाइन, इंग्लिश और मीडिया स्टडीज़ से लेकर टेकनिकल विषय जैसे कम्प्यूटर साइंस, फिज़िक्स और बायोलोजिकल एवं फार्मास्युटिकल साइंस तथा नए दौर के कोर्सेज़ जैसे डेटा साइंस तक शामिल हैं। एमआईटी-डब्ल्यूपीयू ने बहु-आयामी दृष्टिकोण के साथ एनईपी २०२० को ध्यान में रखते हुए प्रोग्रामों की व्यापक रेंज को तैयार किया है। साथ ही छात्रों को सर्वश्रेष्ठ इंटरनेशनल अनुभव प्रदान करने के लिए कई इंटरनेशनल युनिवर्सिटियों जैसे डीकिन युनिवर्सिटी, ईस्टर्न मिशिगन युनिवर्सिटी, जॉन हॉपकिन्स युनिवर्सिटी, युनिवर्सिटी ऑफ विस्कॉन्सिन, युनिवर्सिटी ऑफ टेक्सस, नॉटिंघम ट्रेंट युनिवर्सिटी और सेंट्रल युनिवर्सिटी (बीजिंग) के साथ एमओयू भी साइन किए गए हैं।

इसके अलावा एमआईटी-डब्ल्यूपीयू की प्लेसमेन्ट सैल सीआईएपी (सेंटर फॉर इंडस्ट्रिया एण्ड एकेडमिया पार्टनरशिप्स) उम्मीदवारों को करियर में सहयोग भी प्रदान करती है। इस सैल के माध्यम से अब तक कैम्पस में रु ४४.१४ लाख सालाना और रु ३७.२६ लाख सालाना तक के अधिकतम पैकेज ऑफर किए जा चुके हैं। प्लेसमेन्ट के सीज़न में एमज़ॉन, रिलायन्स, वॉक्सवैगन, एमडोक्स, बार्कलेज़, टाटा कन्सलटेन्सी सर्विसेज़ (टीसीएस), एसेन्चुर, माइक्रोसॉफ्ट, मर्सीडीज़-बेंज़ और आईबीएम जैसी जानी-मानी कंपनियां नियमित रूप से कैम्पस आती हैं।

कुमार वर्ल्ड 2024 में पुणे में 4 मिलियन वर्ग फुट जमीन खरीदेगी रियल इस्टेट डेवलपर का लक्ष्य 2023 में बिक्री को तीन गुना करना है

पुणे,: पुणे, मुंबई और बंगलुरू की जानी-मानी रियल इस्टेट कंपनी कुमार वर्ल्ड ने फैसला किया है कि वह आने वाले समय में पुणे में लगभग ४ मिलियन वर्ग फुट की जगह खरीदने पर विचार कर रही है। कंपनी ने हाल वर्ष १९२२ में कुल १.८ मिलियन वर्ग फुट के तीन नए प्रोजेक्ट लांच किए थे जिसे काफी अच्छा प्रतिसाद मिला था। इसी तरह आने वाले समय में कंपनी जमीन अधिग्रहण, बिक्री और तगड़े निवेश करके बाजार में अपनी उपस्थिति मजबूत बनाए रखना चाहती है। कंपनी की योजना यह भी है कि लक्ष्य को प्राप्त करने के लिए सही संसाधनों का निर्माण किया जाए जिसके तहत, सेल्स, कांस्ट्रक्शन की एक मजबूत टीम बनाई जाए।

अगले वर्ष तक के लिए कंपनी की योजना के बारे में बात करते हुए कुमार वर्ल्ड के एमडी, श्री रजस जैन ने कहा, एक कंपनी के रूप में हमारी सदैव यही कोशिश रही है कि हमारे केंद्र में हमेशा हमारे ग्राहक ही रहें। कुछ वर्षों से कंपनी रियल इस्टेट के मार्केट में एक ब्रांड का रूप ले चुकी है और हमारे प्रोजेक्ट सही समय पर ग्राहकों को मुहैया करा दिए जा रहे हैं। नई जमीन लेने के साथ-साथ हमारा ध्यान इस बात पर भी काफी अधिक है कि हम सुविधाजनक और गुणवत्ता वाले मकान अपने ग्राहकों को उपलब्ध करा सकें। इस तरह से एक योजनाबद्ध तरीके से जमीन का अधिग्रहण हमारी रणनीति का एक हिस्सा है, जिसके माध्यम से हम गुणवत्ता वाली बिल्डिंगों का विकास करें और साथ ही, पुणे में भवन निर्माण को लेकर बड़े और नए अनुभव ले सकें।

फिनोलेक्स, मुकुल माधव फाउंडेशन द्वारा गुरुनानक मेडिकल फाउंडेशन को डिजिटल सोनोग्राफी और स्ट्रेस टेस्ट मशीन की भेट

पुणे : फिनोलेक्स इंडस्ट्रीज और उनके सीएसआर पार्टनर मुकुल माधव फाउंडेशन के द्वारा सीएसआर अंतर्गत गुरुनानक मेडिकल फाऊंडेशन को डिजिटल सोनोग्राफी मशीन और स्ट्रेस टेस्ट मशीन की भेट की गई. राष्ट्रीय अल्पसंख्यांक आयोग के अध्यक्ष इकबाल सिंग लालपुरा के हाथो यह दोनों मशीन पुणे कॅम्प के गुरुद्वारा गुरुनानक दरबार में सुपूर्द किया गया. मुकुल माधव फाऊंडेशन की सहसंस्थापिका स्वर्गीय मोहिनी प्रल्हाद छाब्रिया के जन्मदिन के अवसर पर इस मशीन की भेट की गई है.

इस अवसर पर फिनोलेक्स इंडस्ट्रीज के व्यवस्थापकीय संचालक अनिल वाबी, उपाध्यक्ष बी. आर. मेहता, मुकुल माधव फाऊंडेशन के

सचिन कुलकर्णी, इंदिरा बजाज, गुरुद्वारा गुरुनानक दरबार के चरणजीत सिंह सहानी, संतसिंग मोखा, सुरिंदर धुपाल, राजपाल सिंह मारवाह आदी उपस्थित थे. गुरुनानक मेडिकल फाउंडेशन द्वारा चलाए जा रहे आरोग्य केंद्र में अत्याधुनिक व प्रगत जांच और उपचार किए जाते है. सभी समाज के मरीजों के अल्प खर्चे में ये सुविधाएं दी जाती है. मुकुल माधव फाउंडेशन ने दिए इस सोनोग्राफी व स्ट्रेस टेस्ट मशीन के कारण मरीजों को अधिक दर्जेदार, विश्वासार्ह जांच की सुविधा मिलेगी.

इकबाल सिंह लालपुरा ने कहा, मरीजों की सेवा ही ईश्वर की सेवा है. स्वास्थ्य सुविधा सक्षम बनाने के लिए मुकुल माधव फाउंडेशन ने की पहल सराहनीय है. समाज, राष्ट्र के विकास में 'सीएसआर' का योगदान अहम है. हम सबने अपना सामाजिक दायित्व पहचानकर मुकुल माधव फाउंडेशन की तरह अन्य संस्थान ने भी आगे आकर स्वास्थ्य सहित शिक्षा, पर्यावरण, महिला सक्षमीकरण में मददगार होगा. जिस तरह बूंद बूंद तेल से दिया जलाकर प्रकाश देता है, उसी तरह हर एक ने कुछ न कुछ डोनेशन देकर समाज कार्य में योगदान देना चाहिए. शिक्षण, आरोग्य, पर्यावरण, महिला सक्षमीकरण के क्षेत्र में मुकुल माधव फाउंडेशन नियमित रूप से योगदान दे रहा है. स्वास्थ्य सुविधा सक्षम बनाने के लिए ससून जनरल अस्पताल, केईएम अस्पताल, भारती अस्पताल, कमांड अस्पताल सहित अन्य कई संस्थान में प्रगत उपचार व जाँच मशीन कार्यान्वित की जा रही है.

पोर्श इंडिया ने एक हफ्ते में पाँच नये पोर्श शोरूम्स लॉन्च किए

पुणे: साल २०२२ में हुई काफी अच्छी बिक्री के बाद पोर्श इंडिया ने एक हफ्ते में पाँच नए शोरूम्स के उद्घाटन के साथ अपने रिटेल नेटवर्क का विस्तार करने का अपना वादा पूरा किया है। यह वृद्धि के लिये कंपनी की रणनीतिक योजना का एक महत्वपूर्ण हिस्सा है।

अहमदाबाद, बेंगलुरु, चेन्नई, कोलकाता और मुंबई में पोर्श के नये शोरूम्स १० से १५ अप्रैल, २०२३ के हफ्ते में एक के बाद एक समारोहों द्वारा खोले गये, ताकि भारत में उसका मौजूदा नेटवर्क बढ़ सके। इस विस्तार के

साथ पोर्श के कुल आठ शोरूम हो गये हैं और दिल्ली में पहले से एक पोर्श स्टूडियो है।

पोर्श मिडिल ईस्ट एवं अफ्रीका एफजेडई के मुख्य कार्यकारी अधिकारी डॉ. मैनफ्रेड ब्राउनल ने कहा कि यह शुरूआत बाजार की अपेक्षाओं से बढ़कर काम करने और एक बढ़ते बाजार में ग्राहकों को पोर्श के स्तर का अनुभव देने के लिये पोर्श इंडिया द्वारा दिये गये आश्वासन का उदाहरण है। ब्राउनल ने कहा, भारत पोर्श के लिये एक महत्वपूर्ण बाजार है। पोर्श पिछले कुछ सालों से भारत में सबसे तेजी से बढ़ रहा ऑटोमोटिव लक्जरी ब्राण्ड है और इसलिये नेटवर्क को बढ़ाना एक विशेष प्राथमिकता है। भारत में हमारे नेटवर्क का विस्तार दिखाता है कि इस बाजार के लिये हमारी रणनीति के मूल में ग्राहक पर केन्द्रित होना शामिल है। इन पाँच पोर्श शोरूम्स का उद्घाटन ग्राहकों की बढ़ती मांग के आधार पर देशभर में अपनी रिटेल उपस्थिति को बढ़ाते रहने के हमारे इरादे के अनुरूप है।

बिग बॉस 16 फेम शिव ठाकरे 'खतरों के खिलाड़ी 13' के लिए एक्शन से भरपूर लाइनअप में शामिल

पुणे: एड्रेनलिन से भरपूर रोमांचक राइड के लिए तैयार हो जाइए, क्योंकि भारत का पसंदीदा कलर्स का स्टंट-आधारित रियलिटी शो, 'खतरों के खिलाड़ी' अपने १३वें सीज़न के साथ शानदार वापसी कर रहा है। और इस बार, यह एक नई थीम और नई चुनौतियों के साथ पहले से कहीं अधिक बड़ा, दमदार और अधिक साहसिक है! यह शो प्रतियोगियों को जीवन का सबसे शानदार अनुभव देने का वादा करता है। दांतों तले उंगलियां चबाने वाले रोमांच के लिए तैयार हो जाइए, जहां हर उम्र के साहसी प्रतियोगी अपने सबसे बुरे डर का सामना करेंगे। और इस लाइनअप में शामिल हो रहे हैं अबाध शिव ठाकरे, जो 'खतरों के खिलाड़ी १३' में अपनी ताकत दिखाने और साहस की बुनियादी चुनौती लेने के लिए पूरी तरह तैयार हैं।

राज्य विधायिकाओं के परित विधेयकों पर राज्यपाल/उपराज्यपाल के फैसले लेने की तय हो समय सीमा– अरविंद केजरीवाल

*क्लासरूम को बना रखा था कबाड़ रखने का स्टोर रूम, फर्श पर बैठने को मजबूर थे बच्चे

नई दिल्ली एजेंसी।

मुख्यमंत्री अरविंद केजरीवाल ने राज्य विधायिकाओं द्वारा परित विधेयकों पर राज्यपालों या उपराज्यपालों के निर्णय लेने की समय सीमा तय करने पुरज़ोर समर्थन किया है। उन्होंने तमिलनाडु विधानसभा में इसी तरह की मांग का प्रस्ताव परित करने पर वहां के मुख्यमंत्री एम.के. स्टालिन को पत्र लिखकर बधाई दी है। साथ ही कहा है कि आगामी सत्र में दिल्ली विधानसभा भी ऐसा ही प्रस्ताव पारित करेगी, जिसमें राष्ट्रपति और केंद्र सरकार से राज्य विधायिकाओं से पारित विधेयकों पर फैसले लेने की समय सीमा तय करने की मांग की जाएगी। सीएम अरविंद केजरीवाल ने कहा है कि गैर भाजपा शासित राज्यों के राज्यपाल या उपराज्यपाल संविधान के संघीय ढांचे की धज्जियां उड़ा रहे हैं और वहां की विधायिकाओं से पारित विधेयकों को जानबूझ कर लंबित रख रहे हैं। उन्होंने इसका विरोध करते हुए कहा कि अब समय आ गया है कि हम देश के सामने यह उजागर करें कि भारत केंद्र सरकार और उसके प्रतिनिधियों से नहीं, बल्कि कानून के शासन से शासित है।

तमिलनाडु के सीएम स्टालिन को लिखे पत्र में सीएम अरविंद केजरीवाल ने कहा है कि यह सर्वविदित है कि भारत में लोकतंत्र पर रोजाना हमला हो रहा है। हमारे संविधान में दिए गए स्वतंत्रता, समानता, धर्मनिरपेक्षता और बंधुत्व समेत हर सिद्धांत से समझौता किया जा रहा है। निःसंदेह हमारा संघीय ढांचा देश के सबसे दूरस्थ कोने में बैठे लोगों को मताधिकार देता है। जो ताकतें संविधान में दी गई शक्तियों को अवैध रूप से केंद्रीकृत करना चाहती हैं, उनसे हमारे संघीय ढांचे को भी गंभीर खतरा है।

उन्होंने पत्र में कहा है कि हमारे संघीय ढांचे और भारत के संविधान में केंद्र व राज्य सरकारों की स्पष्ट रूप से निर्धारित भूमिकाएं और जिम्मेदारियां तय है। जब हमने औपनिवेशिक शासन से स्वतंत्रता प्राप्त की थी, तब विखंडन की तमाम आशंकाओं के बावजूद राष्ट्र और समाज एकजुट बना रहा।यह निराशाजनक है कि वर्तमान में इन सिद्धांतों और नीतियों पर लगातार हमले हो रहे हैं। गैर भाजपा शासित राज्यों के राज्यपाल/उपराज्यपाल विधानसभाओं द्वारा पारित विधेयकों या दिल्ली सरकार (जीएनसीटीडी) द्वारा भेजी गई फाइलों को अनिश्चित समय के लिए रोक रहे हैं। यह न केवल संविधान का उल्लंघन है, बल्कि जनता के जनादेश का भी अपमान है, जो किसी भी लोकतंत्र में सर्वोच्च होता है।

सीएम अरविंद केजरीवाल ने आगे लिखा है कि दिल्ली में हम जिस स्थिति का सामना कर रहे हैं, वह और भी बदतर है। हालात ये हैं कि उपराज्यपाल दिल्ली विधानसभा के लोकतांत्रिक जनादेश में लगातार हस्तक्षेप कर रहे है। एलजी ने दिल्ली के बजट को पेश करने से रोका और लगातार कामकाज में बाधा पहुंचा रहे हैं। जीएनसीटीडी एक्ट में संशोधन की आड़ में उपराज्यपाल हर क्षेत्र के कामकाज में बाधा डाल रहे हैं। हमारी सरकार स्वास्थ्य सेवा, शिक्षा, पानी, बिजली, उद्योग, वित्त या बुनियादी ढांचे में बड़े कदम उठाना चाहती है, लेकिन इसमें लगातार अड़ंगा डाला जा रहा है।

सीएम अरविंद केजरीवाल ने कहा है कि राज्य सरकारें और उनके राज्यपालों/उपराज्यपालों का हस्तक्षेप प्रभावी रूप से युद्ध का मैदान बन गया है। एक तरह से केंद्र सरकार द्वारा मौन युद्ध छेड़ा जा रहा है। राज्यपाल/उपराज्यपाल जानबूझकर लोकतांत्रिक रूप से चुनी गई राज्य सरकारों को कमजोर कर रहे हैं और प्रशासन को अपनी सनक और पसंद के अनुसार बाधित कर रहे हैं। वे केंद्र और गैर भाजपा सरकारों द्वारा संचालित राज्यों के बीच दूरी बढ़ाने का एक चेहरा बन गए हैं। राज्य सरकारों द्वारा इसके मूल सिद्धांत का सम्मान करने के बावजूद उन्होंने सहकारी संघवाद के आदर्श को एक मौखिक सेवा प्रदान की है। परिणाम स्वरूप लोगों ने राज्यपाल/उपराज्यपाल के कार्यालय की भूमिका पर सवाल उठाना शुरू कर दिया है। किसी भी संवैधानिक पद पर बैठे व्यक्ति को यह नहीं सोचना चाहिए कि वह स्वयं ही कानून है। अब समय आ गया है कि हम स्पष्ट रूप से इस बात को उजागर करें कि भारत केंद्र सरकार और उसके प्रतिनिधियों से नहीं, बल्कि कानून के शासन द्वारा शासित है।

सीएम अरविंद केजरीवाल ने पत्र के अंत में कहा है कि मैं तमिलनाडु विधानसभा की सराहना करता हूं कि उसने केंद्र सरकार और भारत के राष्ट्रपति से विधायिका द्वारा पारित विधेयकों पर फैसले लेने के लिए राज्यपालों को एक समय सीमा तय करने का आग्रह करते हुए प्रस्ताव पारित किया है और इन केंद्रीकृत प्रवृत्तियों के खिलाफ कड़ा रुख अपनाया है।

अमित शाह का सचिन पायलट को परोक्ष संदेश

बोले- उन्हें कांग्रेस में गहलोत से ज्यादा तवज्जो नहीं मिलेगी

एजेंसी, नई दिल्लीः राजस्थान कांग्रेस में अभी खींचतान खत्म करने का कोई ठोस फार्मूला नहीं आ पाया है। हालांकि यह जरूर स्पष्ट कर दिया गया है कि मुख्यमंत्री अशोक गहलोत और सचिन पायलट में किसी एक को चुनना हुआ तो समर्थन गहलोत को है। जबकि सचिन सब कुछ समझते हुए भी कोई फैसला नहीं ले पा रहे हैं। ऐसे में शनिवार को भरतपुर से अमित शाह ने सचिन पायलट और उनके समर्थकों को परोक्ष संदेश दे दिया।

शाह के अनुसार जमीन पर जनता के बीच ज्यादा काम होने के बावजूद कांग्रेस में उन्हें अशोक गहलोत से ज्यादा तवज्जो नहीं मिलने वाली है। यानी या तो पायलट समयावधि जाने बिना इंतजार करें या फिर राजनीति में खुद को साबित करें। शाह ने इससे ज्यादा कुछ नहीं कहा। लेकिन इससे इनकार नहीं किया जा सकता है कि पायलट अपनी अलग राह चुनें या फिर किसी के साथ जाएं, इसका फायदा भाजपा को भी मिल सकता है।

शनिवार को अमित शाह ने सचिन पायलट का नाम लेते हुए कहा कि कांग्रेस के भीतर सत्ता के लिए अशोक गहलोत के में होने वाले विधानसभा चुनाव में भाजपा दो-तिहाई सीटों के साथ सत्ता में आ रही है। अमित शाह ने पायलट को यह भी बता दिया कि कांग्रेस में रहकर केंद्रीय राजनीति में हाथ आजमाने के दिन भी अब लद गए हैं।

गौरतलब है कि कांग्रेस में पायलट के घनिष्ठ सहयोगी रहे कई युवा नेता अब भाजपा में हैं। ज्योतिरादित्य सिंधिया केंद्रीय मंत्री हैं। आरपीएन सिंह भी भाजपा के साथ आ चुके हैं। जितिन प्रसाद उत्तर प्रदेश में केंद्रीय मंत्री हैं। असम में कांग्रेस का साथ छोड़कर भाजपा में आए हिमंत बिस्वा सरमा तो मुख्यमंत्री हैं। शाह ने सीधे तौर पर तो

वैसे भी राजस्थान भाजपा की स्थिति दूसरे राज्यों के मुकाबले कुछ अलग है जहां कई वरिष्ठ व स्थापित नेता मौजूद हैं। लेकिन जानकारों का मानना है कि पायलट अगर अभी फैसला लेने से चूक गए तो उन्हें बहुत लंबा इंतजार करना पड़ सकता है। कम से कम अपने समर्थक वर्ग को जोड़े रखने के लिए उन्हें कोई राह चुननी होगी। अगर अलग रास्ता अपनाते हैं तो संघर्ष जारी रखना होगा, अगर भाजपा के साथ आते हैं तो तत्काल पारितोषिक मिलने की उम्मीद ज्यादा है। शायद यही कारण है कि शाह ने पायलट के विश्वास को कुरेद दिया है।

पत्रकार बनकर आए थे अतीक अहमद के हत्यारे, अब मीडिया की सुरक्षा के लिए एसपीओ बनाने की तैयारी में गृह मंत्रालय

नई दिल्ली एजेंसी

अतीक अहमद और अशरफ को शनिवार रात को प्रयागराज में गोली मार दी गई. दोनों की मौके पर ही मौत हो गई. इस हत्याकांड के तीनों आरोपी मीडिया की फर्जी आईडी, कैमरे और माइक आईडी लेकर आए थे. मीडिया की पहचान के दुरुपयोग के चलते अब केंद्रीय गृह मंत्रालय ऐक्टिव हो गया है. सूत्रों के मुताबिक, अब पत्रकारों के लिए तय करने की तैयारी की जा रही है.

सूत्रों के मुताबिक, पत्रकारों और अन्य मीडियाकर्मियों की सुरक्षा को ध्यान में रखते हुए स्टैंडर्ड ऑपरेटिंग प्रोसीजर तय किए जाएंगे. इसके लिए केंद्रीय गृह मंत्रालय, पीएम मोदी और गृहमंत्री अमित शाह के नेतृत्व में इस दिशा में काम किया जाएगा. ये कदम अतीक अहमद की हत्या के बाद उठाए जा रहे हैं क्योंकि अतीक और अशरफ को गोली मारने वाले हमलावरों ने मीडिया की फर्जी आईडी का इस्तेमाल किया था.

पत्रकारों में शामिल हो गए थे हमलावर

अतीक अहमद को गोली मारने वाले हमलावरों ने कहा है, 'जब हमें जानकारी मिली कि अतीक और अशरफ को पुलिस कस्टडी में लाया जा रहा है तो हम स्थानीय पत्रकारों में शामिल हो गए क्योंकि हम उन दोनों को मारना चाहते थे.' हमलावरों ने यह भी बताया है कि वे अपराध की दुनिया में अपना बड़ा नाम बनाना चाहते थे इसीलिए उन्होंने अतीक अहमद की हत्या कर दी.

इमली के सेवन से दूर होगी बवासीर से लेकर डायबिटीज की समस्या

खट्टा मिठ्ठी इमली भोजन का स्वाद बढ़ाती है। कुछ लोग इसे चटनी बनाने के लिए भी इस्तेमाल करते है लेकिन स्वाद बढ़ाने के अलावा इमली सेहत के लिए भी बहुत फायदेमंद होती है। विटामिन सी, एंटी-ऑक्सीडेंट, आयरन, फाइबर, मैगनीज, कैल्शियम और फॉस्फोरस के गुणों से भरपूर इमली का रोजाना सेवन कई बीमारियों को जड़ से खत्म कर देता है। हेल्थ प्रॉब्लम दूर करने के साथ-साथ यह स्किन और ब्यूटी प्रॉब्लम को दूर करने में भी मदद करती है। आज हम आपको बताएंगे कि किस तरह इमली के प्रयोग से आप सेहत की कई समस्याओं को दूर कर सकते है। तो आइए जानते है आयुर्वेदिक गुणों से भरपूर इमली के फायदे।

1. जोड़ों में दर्द

इमली के बीज के पाउडर को भूनकर दिन में 2 बार पानी के साथ लें। इसका सेवन जोड़ों, घुटनों, लुब्रिकेशन और गर्दन के दर्द से राहत दिलाता है।

2. बवासीर

बवासीर की समस्या को दूर करने के लिए दिन में 2 बार रोजाना इमली का पानी पीएं। नियमित रूप से इसका सेवन बवासीर की समस्या को जड़ से खत्म कर देता है।

3. दाद-खुजली

इमली के बीजों को पीसकर उसमें नींबू मिलाकर लगाएं। इसे रोजाना लगाने से दाद-खुजली की समस्या कुछ समय में ही दूर हो जाएगी।

4. गले की खराश

गले की खराश या खांसी को दूर करने के लिए इसके पत्तों को पीसकर पीएं। दिन में 2 बार इसका सेवन गले की खराश या खांसी को मिनटों में दूर कर देगा।

5. कैंसर

एंटीऑक्सीडेंट और टारटरिक एसिड से भरपूर इमली शरीर में कैंसर सेल्स बढ़ने नहीं देती, जिससे कैंसर जैसी बीमारी दूर रहती है। इसे पानी में कुछ देर भिगोने के बाद सुबह खाली पेट खाएं।

6. नशे की लत

ज्यादा शराब का सेवन कैंसर जैसी बीमारी का खतरा पैदा करता है। नशे की लत को दूर करने के लिए रोजाना इमली को भिगो दें। इसके बाद इसमें गुड़ मिलाकर दिन में 2-3 बार खाएं। आपकी नशे की आदत कुछ समय में ही दूर हो जाएगी।

7. डायबिटीज

1 गिलास इमली के पानी का रोजाना सेवन शरीर में कार्बोहाईड्रेट्स को इकट्ठा नहीं होने देता, जोकि डायबिटीज मरीजों के लिए बहुत फायदेमंद है। इससे शुगर लेवल कंट्रोल में रहता है और नए रेड ब्लड सेल्स बनते है।

8. बिच्छु का काटना

अगर किसी को बिच्छु काट ले तो उस जगह पर तुरंत इमली के दो टुकड़े करके लगा दें। इससे बिच्छु का जगह बेअसर हो जाएगा।

आपके चेहरे की रक्षा करेगा आलू से बना फेस मास्क

आलू एक बेहतरीन सब्जी है जिसे लगभग हर घर में अलग-अलग सब्जी के साथ मिलाकर बनाया जाता है। लेकिन क्या आप जानते हैं कि यह आपके मुंह के स्वाद के साथ-साथ आपकी खूबसूरती बढ़ाने में भी अहम भूमिका निभा सकता है। आलू से बना फेस पैक कई तरह के स्किन प्रॉब्लम को कम करने में मदद कर सकता है। अगर बदलते मौसम में आप पिगमेंटेशन झुर्रियां और स्किन डलनेस की समस्या से परेशान हैं तो हम आपको इस लेख में बताने वाले हैं कि किस तरह से आप आलू का फेस मास्क बना सकते हैं और इससे फायदा उठा सकते हैं।

आलू का रस, टमाटर और शहद का फेस पैक

आलू का रस ले लीजिए टमाटर का रस ले लीजिए और इसमें शहद मिला लीजिए तीनों सामग्री दो दो चम्मच ले ले इन तीनों सामग्रियों को अच्छी तरह से मिक्स कर लें इस मिश्रण को अपने चेहरे पर लगाएं उन्हें अच्छी तरह लगाएं जहां पर दाने और वहां से हैं अब इस मास्को को चेहरे पर करीब आधा घंटा तक लगाकर रखें फेस मास्क जाए तो सादे पानी से चेहरा धो लें अच्छे रिजल्ट के लिए सप्ताह में दो बार इस मास्क को इस्तेमाल करें।

आलू ,कच्चा दूध और ग्लिसरीन

अगर चेहरे पर झुर्रियां पड़ गई है तो भी इस प्रॉब्लम का हल आपको आलू से मिल सकता है। इसके लिए आप आलू को कस लें। कसे हुए आलू में तीन चम्मच कच्चे दूध डालें और तीन से चार बूंद ग्लिसरीन को मिक्स करें। अब तीनों सामग्रियों को अच्छी तरह से मिला लें। फेस पैक को अपने चेहरे और गर्दन के आसपास लगाएं। सूखने पर चेहरा धो लें। इस मिश्रण के उपयोग से झुर्रियां नहीं पड़ेगी, बल्कि स्किन में निखार और कसावट भी आएगी।

आलू का रस, नींबू और चावल का आटा

अगर चेहरे पर पिगमेंटेशन हो गया है तो आप आलू से बना फेस चेहरे पर अप्लाई कर सकते हैं। इस पैक को बनाने के लिए आलू का रस, नींबू का रस, चावल का आटा और शहद ले लीजिए। सभी सामग्री को जरूरत के अनुसार मिला लीजिए। इस मिश्रण को चेहरे पर लगाएं, करीब 15 मिनट तक चेहरे पर लगाए रखें। फेस वाश करने से पहले सर्कुलर मोशन में चेहरे को स्क्रब करें। इसके बाद सादे पानी से चेहरे को धो लें। इससे पिगमेंटेशन कम होंगे और चेहरे में निखार आएगा।

प्याज बड़ा गुणवान

प्राकृतिक औषधियों से युक्त खाद्य पदार्थों का सेवन सेहत के लिए बहुत लाभकारी होता है। इन्हीं अतुल्य प्राकृतिक भोज्य पदार्थों में प्यार शामिल है, जिसका स्वास्थ्य पर असर डालता है। शरीर की कई समस्याओं को दूर करने के लिए प्याज का सेवन फायदेमंद होता है। विशेषज्ञ गर्मियों में कच्चा प्याज खाने की सलाह देते हैं। कच्चा प्याज लू और शरीर की गर्मी से बचाव करता है। इसके अलावा कई तरह के रोगों के उपचार में भी कच्चा प्याज का सेवन कर सकते हैं। अक्सर महिलाएं बाल झड़ने की समस्या से छुटकारा पाने के लिए भी कच्चे प्याज के रस का इस्तेमाल करती हैं। लेकिन ऐसा नहीं कि कच्चा प्याज हमेशा ही फायदेमंद ही होता है। कई बार अधिक मात्रा में प्याज का सेवन नुकसानदायक हो सकता है। प्याज का अधिक सेवन आंत को प्रभावित करता है और पेट की समस्या कर सकता है। चलिए जानते हैं प्याज खाने के फायदे और नुकसान के बारे में ।

प्याज में पाए जाने वाले पोषक तत्व

प्याज में पर्याप्त मात्रा में सोडियम, पोटेशियम, फोलेट्स, विटामिन ए, सी, और ई, कैल्शियम, मैग्नीशियम, आयरन और फास्फोरस पाया जाता है। इसके अलावा प्याज में एंटी-इंफ्लेमेटरी के गुण पाए जाते हैं। एंटी-एलर्जिक, एंटी-ऑक्सीडेंट और एंटी-कार्सिनोजेनिक गुण भी प्याज में मिलते हैं। प्याज एक तरह का सुपरफूड है। एक रिपोर्ट के मुताबिक, प्याज में फ्लेवोनोइड्स के गुण होते हैं, जो शरीर में खराब कोलेस्ट्रॉल को कम करने में मदद करता हैं। इसके अलावा प्याज का सेवन थियो सल्फाइट्स रक्त की स्थिरता को सही बनाए रखता है। जिससे हृदय घात और स्ट्रोक का खतरा कम हो सकता है।

प्याज कैंसर में फायदेमंद

कच्चा प्याज कैंसर से लड़ने में असरदार है। प्याज में सल्फर की मात्रा बहुत अधिक होती है, जो कैंसर सेल्स नहीं बढ़ने देता है। साथ ही कैंसर से लड़ने की क्षमता बढ़ाता है। प्यार का नियमित सेवन हड्डियों को मजबूती देता है। वैसे तो हड्डियों के लिए डेयरी पदार्थों का इस्तेमाल किया जाता है लेकिन प्याज के सेवन से भी हड्डियों को मजबूत करने में मदद मिलती है। प्याज में भी काफी कैल्शियम पाया जाता है।

बालों के लिए फायदेमंद प्याज

प्याज में एंटीबैक्टीरियल, एंटीफंगल और एंटीऑक्सीडेंट गुण होते हैं, जो बालों की मजबूत, ग्रोथ में लाभकारी हैं। बाल को घने, चमकदार और तेजी से लंबाई बढ़ाने के लिए प्याज का रस सिर पर लगाया जाता है, इससे ब्लड सर्कुलेशन बढ़ता है और स्कैल्प मजबूत होता है। बालों का सफेद होना या रूसी एक आम समस्या है लेकिन प्याज का सेवन बालों को काला और डैंड्रफ मुक्त करता है। जिन लोगों को लो शुगर की शिकायत होती है, उन्हें प्याज का सेवन कम करना चाहिए। क्योंकि प्याज शुगर के स्तर को बहुत कम कर सकता है।

गर्भवती

गर्भवती महिलाओं को भी प्याज का सेवन सीमित मात्रा में करना चाहिए, क्योंकि प्याज से उन्हें जलन हो सकती है, जो प्रसव के दौरान तकलीफदायक बन जाती है। प्याज का रस त्वचा के लिए भी नुकसानदायक हो सकता है। कच्चा प्याज अधिक मात्रा में खाने से साल्मोनेला नाम की बैक्टीरियल समस्याएं हो सकती हैं। इस समस्या में आंत पर असर पड़ता है, जिससे धीरे धीरे पेट को नुकसान होने लगता है। प्याज में फाइबर अधिक मात्रा में होता है, जो पेट की परेशानी का कारण बन सकता है। अधिक मात्रा में कच्चा प्याज खाने से पेट में दर्द और कब्ज की समस्या हो सकती है।

मालिक , मुद्रक,प्रकाशक ,संपादक फैसल शेख ने सोमानी प्रिंटिंग प्रेस , गाला नं 3 - 4 ,अमीन इंडस्ट्रियल इस्टेट ,सोनावला क्रॉस रोड नं 12 ,गोरगांव (पूर्व),मुंबई 63 से छपवाकर रूम नं 15 रमजान बिन 17 सी वंजावडी, माहिम वेस्ट मुंबई :4000 16 से प्रकाशित किया। संपर्क कार्यालय : 1 -ए, ग्राउंड फ्लोर साहिल मेंशन, बालमिया लेन, माहिम वेस्ट मुंबई 400016 मोबाइल नं 9987 77 5650 व्हाट्सप्प नं 7977 40 8589 : Email -editor@rokthoklekhaninews.com .