

सफलता को गलत तरिके से प्राप्त करने की सोच ही आपकी प्रथम असफलता है।

युवा प्रदेश

Freedom of Speech

संपादक:- नागेश नरवरिया



वर्ष 6, अंक-73

भोपाल, शुक्रवार 29 अक्टूबर 2021

पृष्ठ -8

मूल्य 3 रुपये

हर परिवार का अधिकार है जमीन का एक टुकड़ा : मुख्यमंत्री श्री चौहान

भोपाल। मुख्यमंत्री श्री शिवराज सिंह चौहान ने कहा है कि राज्य सरकार ने ऐतिहासिक फैसला लेते हुए तय किया है कि ऐसे घर जिनमें एक से अधिक परिवार रहते हैं, परिवार मतलब पति-पत्नी एवं बच्चे और यदि उनके पास रहने का कोई भू-खण्ड नहीं है तो उन्हें सरकार रहने के लिए निशुल्क प्लॉट उपलब्ध कराएगी। इससे प्रधानमंत्री आवास योजना में मकान बनने की राह भी खुल जाएगी और बाकी योजनाओं का लाभ भी मिल सकेगा। मुख्यमंत्री श्री चौहान ने कहा कि जिसने इस धरती पर जन्म लिया है, उसका यह अधिकार है कि रहने के लिए जमीन का एक



टुकड़ा तो कम से कम उसके नाम का हो, जिस पर मकान बनाकर वह अपने परिवार-बच्चों के साथ रह सके। यह गरीबों के हक में एक ऐतिहासिक

फैसला है। मुख्यमंत्री श्री चौहान ने निवास पर मीडिया के लिए जारी संदेश में कहा कि मुख्यमंत्री आवासीय भू-अधिकार योजना में ग्रामीण क्षेत्रों में आवादी भूमि पर भू-खण्ड आवंटन के दिशा-निर्देश राज्य शासन द्वारा जारी कर दिए गए हैं।

मुख्यमंत्री श्री चौहान ने कहा कि प्रत्येक परिवार को न्यूनतम मूलभूत आवश्यकताओं के साथ प्रतिष्ठपूर्ण जीवन-यापन का अधिकार सुनिश्चित करने के उद्देश्य से यह योजना लागू की गई है। आवासीय भू-खण्ड प्राप्त होने पर शासकीय योजनाओं एवं बैंकों से ऋण प्राप्त करने में सहायता मिलेगी। राज्य

सरकार द्वारा ग्रामीण क्षेत्र में प्रत्येक ग्राम पंचायत में आवादी क्षेत्र की भूमि पर पात्र परिवारों को आवासीय भू-खण्ड उपलब्ध करवाने के लिए मुख्यमंत्री आवासीय भू-अधिकार योजना आरंभ की गई है। योजना में आवादी भूमि की उपलब्धता के संबंध में जिला कलेक्टर को अधिकार प्रदान किए गए हैं। आवंटन के लिए भू-खण्ड का अधिकतम क्षेत्रफल 60 वर्गमीटर होगा। परिवार से आशय पति-पत्नी तथा उनके अविवाहित पुत्र-पुत्री होंगे। आवेदन करने के लिए वही आवेदक परिवार पात्र होंगे जो संबंधित ग्राम के निवासी हों।

शासकीय अधिकारी विधि के अनुसार काम नहीं कर रहा है तब न्यायालय किस प्रकार की जनहित याचिका लगा सकते हैं जानिए/The Indian constitution,1950..।

हमने आपको पिछले लेख में बता दिया था कि भारतीय संविधान के अनुच्छेद 32 के अंतर्गत उच्चतम न्यायालय में एवं अनुच्छेद 226 के अंतर्गत उच्च न्यायालय में कोई भी व्यक्ति संविधान में मिले मौलिक अधिकारों के उल्लंघन होने पर कोई भी व्यक्ति जनहित याचिका लगा सकता है। याचिका में न्यायालय पांच प्रकार की रिटों के अंतर्गत कार्यवाही करता है जिसमें प्रथम रिट बंदी-प्रत्यक्षीकरण अर्थात् अवैध प्रकार से पुलिस अधिकारी या जेल अधिकारी किसी व्यक्ति को बंद करके नहीं रख सकते हैं इसकी सम्पूर्ण जानकारी पिछले लेख में दे दी गई है। आज हम जानते हैं कि क्या है दूसरी रिट परमादेश रिट।

परमादेश रिट - परमादेश अर्थात् हम इसे आदेश देना भी कह सकते हैं। जब कोई लोक अधिकारी अर्थात् शासकीय अधिकारी विधि के अनुसार कार्य नहीं कर रहा है तब ऐसे अधिकारी को विधि के अनुसार काम करवाने के लिए किसी भी व्यक्ति द्वारा न्यायालय में परमादेश रिट याचिका दायर की जा सकती है। न्यायालय ऐसे अधिकारी को आदेश देगा कि विधि के अनुसार कार्य करे। **हम इसको उधारानुसार समझते हैं-** अगर कोई व्यक्ति किसी RTO कार्यालय में लाइसेंस बनवाने के लिए आवेदन की हर शर्तों को पूरा कर लेता है और वहां का अधिकारी उस व्यक्ति का लाइसेंस नहीं बनाता है तब ऐसे

अधिकारी के खिलाफ न्यायालय में परमादेश रिट याचिका लगाई जा सकती है, क्योंकि अधिकारी विधि के अनुसार कार्य नहीं कर रहा है। अर्थात् किसी भी लोक अधिकारी द्वारा विधि की अवमानना की जा रही है या वह सरकार द्वारा बनाई गई किसी भी विधि का पालन नहीं कर रहा है तब न्यायालय ऐसे लोक अधिकारी को आदेश देगा कि वह विधि को ध्यान में रखकर कार्य करे।

कब परमादेश याचिका नहीं लगाई जा सकती है जानिए-

1. सरकार के खिलाफ दबाव बनाकर कोई अन्य (विधि) कानून बनाने के लिए।
2. किसी अशासकीय संस्था के अधिकारी के खिलाफ।
3. किसी भी लोक अधिकारी या कलेक्टर पर कोई निर्माण कराने के लिए।
4. महंगाई भत्ता या पैसे की बढ़ोतरी के लिए।

उपर्युक्त नियमों से स्पष्ट है कि अगर किसी भी अधिनियम के नियमों या धाराओं का कोई अधिकारी पालन नहीं करता है तब व्यक्ति सीधे हाई कोर्ट या सुप्रीम कोर्ट में परमादेश जनहित याचिका लगा सकता है।
■ लेखक बी.आर.अहिरवार(पत्रकार एवं लॉ छात्र होशंगाबाद) 9827737665

विधिपूर्ण कार्य करते समय कोई अपराध हो जाए तब वह किस धारा के अंतर्गत क्षमा योग्य माना जाएगा जानिए/IPC....

अक्सर बहुत से मामलों में देखा जाता है कि कोई व्यक्ति वाहन चला रहा है एवं चालक की आँखों में कोई कचरा आ जाए जिसके कारण कोई दुर्घटना हो जाती है और ऐसे व्यक्ति को न्यायालय द्वारा छोड़ दिया जाता है तब उसे धारा 80 के अनुसार क्षमा किया जायेगा अर्थात् कोई व्यक्ति किसी कार्य को विधि(नियम) के अनुसार

सावधानी से कर रहा हो एवं उससे कोई अनजाने में दुर्घटना हो जाए वह न्यायालय द्वारा क्षमा योग्य होगी जानिए।

भारतीय दण्ड संहिता, 1860 की धारा 80 की परिभाषा-

अगर कोई व्यक्ति विधिपूर्ण नियमों से एवं सावधानीपूर्वक कोई कार्य कर रहा है, एवं उसका

ऐसा कार्य करने में कोई आपराधिक उद्देश्य नहीं है तब उसके द्वारा कोई दुर्घटना या हत्या हो जाए वह धारा 80 के अनुसार क्षमा योग्य होगी।

उधारानुसार वाद6सम्राट बनाम शिव सहाय8- ?

उपर्युक्त मामले में दो मित्र आपस में कुश्ती लड़ रहे थे जिनमें से एक अचानक पत्थर पर गिर

गया और गंभीर चोट के कारण उसकी मृत्यु हो गई।अभियुक्त को हत्या के अपराध से दोषमुक्त करते हुए न्यायालय ने विनिश्चित किया कि यह एक दुर्घटना मात्र थी जो पूर्णतः अप्रत्याशित होने के कारण अभियुक्त को धारा-80 के अंतर्गत संरक्षण दिया जाना न्यायोचित है।
- लेखक बी.आर. अहिरवार(पत्रकार एवं लॉ छात्र होशंगाबाद) 9827737665

कविता

मैं गायक हूँ एक राग लिए फिरता हूँ चांदनी के प्रकाश से भी ज्यादा प्रकाश लिए फिरता हूँ। कोई मुझे से ये राग गाना सीखे में यही आस लिए फिरता हूँ। जुल्मों का पहरा हो चुका है इंसान पर में तो जुल्म को हटाने के लिए फिरता हूँ। कुदरत को कभी नष्ट न होने देना में भी कुदरत की रक्षा के लिए फिरता हूँ। गाय, वृक्ष, नारी, पर हो रहा है अत्याचार कम लोग ही करते हैं इसका विचार तुम भी करो सबकी रक्षा में तो सभी को यही उपदेश दिए फिरता हूँ। तुम अगर घड़ी के काँटों को कर दोगें पीछे तो क्या वक्त गुजरने से रोकता है जब चल जाता है तीर तो अपने लक्ष्य पर जाके रुकता है। सभी से कहता हूँ कि भूत के बारे में मत सोचो मैं तो सभी को वर्तमान सुधार ने का संदेश दिए करता हूँ ॥



ज्ञानी प्रसाद हटोईयाँ

एससी/एसटी के व्यक्ति खराब पानी पीने के लिए मजबूर करना कब दंडनीय अपराध होता है जानिए/SC/ST Act,1989...।

अगर बात करे भारतीय दण्ड संहिता की तो किसी व्यक्ति को पानी पीने से रोकना, परिसर या घर के सामने मलमूत्र या कूड़ा कचरा, अन्य घृणात्मक पदार्थ इक्का करना जिससे किसी व्यक्ति को कोई क्षति या नुकसान हो तब यह एक असंजये अपराध होगा लेकिन अगर हम विशेष विधि अनुसूचित जाति-जनजाति(अत्याचार निवारण) अधिनियम,1989 की बात करें तो ये अपराध संजये होंगे एवं अधिकतम पाँच वर्षों की सजा तक हो सकती है।

अनुसूचित जाति एवं जनजाति(अत्याचार) अधिनियम,1989 की धारा 3(1),(i एवं ii) की परिभाषा-

(क) कोई व्यक्ति जो SC/ST का सदस्य नहीं है वह स्पर्श/स्त्र के किसी व्यक्ति को अखाद पदार्थ, जल(खराब भोजन,पानी) या घृणात्मक पदार्थ खाने पीने को मजबूर करेगा तब ऐसा करना वाला व्यक्ति धारा 3(1) क, के अंतर्गत दोषी होगा।

(ख). अगर कोई व्यक्ति sc-st के सदस्य के मकान,घर, परिसर

के प्रवेश द्वार के सामने या उनके आस पास किसी भी प्रकार का मल-मूत्र,मल, पशु-शव अन्य कोई भी घृणात्मक पदार्थ इकट्ठा करता है वह धारा 3(1) ख,ग के अंतर्गत दोषी होगा।

शासन द्वारा पीड़ित को राहत राशि इस अपराध में कैसे मिलती है- ?

अनुसूचित जाति एवं जनजाति(अत्याचार निवारण), अधिनियम,1989 की धारा 23 की उपधारा (1) यह नियम बनाती है जिसे अनुसूचित जाति और अनुसूचित जनजाति नियम,1995 कहते हैं। नियम क्रमांक 12(4) के अनुसार पीड़ित परिवार को जिला मजिस्ट्रेट,SDरू या जिला संयोजक अनुसूचित जाति एवं जनजाति कार्यालय राहत राशि उपलब्ध कराएगा।

राहत राशि में अपराध 3(1) क, ख, ग के अंतर्गत होता है तब पीड़ित व्यक्ति को एक लाख रुपए तक की राहत राशि राज्य सरकार द्वारा प्रदान की जाएगी।

- लेखक बी.आर.अहिरवार (पत्रकार एवं लॉ छात्र होशंगाबाद) 9827737665

अप्य दीपो भवः दूसरों से उम्मीद लगाने की बजाय अपना प्रकाश (प्रेरणा) खुद बनो

तथागत : गौतम बुद्ध

युवा प्रदेश नेटवर्क

की ओर से सभी भारतीयों को धनतेरस एवं दीपावली हार्दिक - हार्दिक शुभकामनाएं





विशाखा पाईप प्रो. महेश नरवरिया
8770613405
7509776922

शासकीय अनुदान पर पाईप उपलब्ध है।

सभी प्रकार के साईजो में पाईप उपलब्ध है।
स्पीकलर सेट, पाईप लाइन सेट, ड्रिप सिस्टम, पी.वी.सी पाईप, मोटर अदि सस्सिडी पर उपलब्ध है।

M.D. & SONS पता: बार्ड व. 14, ग्रीन वेली फॉरेस्ट नार्क के सामने, सुन्नापुर (रायसेन)

बीज नहीं मिलने से किसानों का गुस्सा फूटा, किया चक्काजाम

गैरतगंज, रायसेन। आगामी रबी फसल की बोवनी के लिए शासन स्तर से कृषि विभाग में किसानों के लिए भेजे गए बीज के वितरण में लेटलतीफी के चलते सोमवार को आक्रोशित किसानों ने भोपाल- सागर मुख्य सड़क मार्ग पर चक्काजाम लगा दिया। किसानों का आरोप था कि वे बीज के लिए कृषि विभाग के चक्कर लगा रहे हैं, परन्तु उन्हें बीज देने में विभाग के अधिकारी टालमटोल कर रहे हैं। सूचना मिलने पर आनन- फानन में पुलिस एवं प्रशासन की टीम मौके पर पहुंची व जाम हटाया। तहसील क्षेत्र में इन दिनों क्षेत्रीय किसानों को खाद एवं बीज लेने के लिए काफी मशकत का सामना करना पड़ रहा है। रबी की बोवनी का समय है और ऐसे में प्रशासन द्वारा की गई व्यवस्थाएं किसानों के लिए नाकाफी साबित हो रही है। खाद एवं बीज की समस्या से निपटने के लिए प्रशासन की सारी तैयारियां धूमिल साबित हो रही है। सोमवार को तहसील क्षेत्र के सैकड़ों किसानों ने कृषि विभाग द्वारा बोवनी के लिए बीज नहीं मिलने से आक्रोशित होकर भोपाल सागर मुख्य सड़क मार्ग पर चक्काजाम कर दिया।

स्वदेशी इलेक्ट्रॉनिक झालरों व दीपों से बाजार हुआ गुलजार

रायसेन। इन दिनों बाजार स्वदेशी इलेक्ट्रॉनिक झालरों व दीपों से गुलजार है। तीन साल पहले दीपावली पर बाजार में चायना की झालरों व दीपों की भरमार रहती थी। चायना सामान की कोई गारंटी, वारंटी नहीं होने से तुरंत ही खराब होने की आशंका बनी रहती थी। कई लोगों को तब चायना सामानों से विश्वास उठ गया जब दुकान से घर लाने के बाद उनमें खराबी आ गई और दुकानदारों ने वापस लेने से इंकार कर दिया। इसके बाद अधिकांश लोगों ने स्वदेशी सामान की खरीदारी शुरू की। तीन साल से स्वदेशी वस्तुओं के प्रति ग्राहकों व दुकानदारों का विश्वास बढ़ा है। यही कारण है कि बाजार में स्वदेशी वस्तुओं की भरमार है। जिले में अमूमन सभी दुकानों पर स्वदेशी सामान ही नजर आ रहा है। दुकानदारों ने बताया कि दो साल से चायना का सामान न तो ग्राहक खरीदना पसंद कर रहे हैं और न ही बाजार में उपलब्धता है। स्वदेशी झालरों व दीपों के कारोबार से दुकानदारों को मुनाफा होने के साथ ही ग्राहकों को भी संतुष्टि मिल रही है। व्यापारियों के संगठन कैट के राष्ट्रीय अध्यक्ष बीसी भरतिया ने बताया कि तीन साल पहले चायना से भारत में एक लाख करोड़ का सामान आयात होता था। जिसमें से करीब 25 हजार करोड़ का इलेक्ट्रॉनिक सामान व खिलौने शामिल थे। जिसकी खपत दीपावली व अन्य भारतीय त्योहारों पर होती थी। चायना का सामान कबाड़ा से बनाया जाता है इसलिए सस्ता बेचकर चीन हमारे देश में दुनियाभर का इलेक्ट्रॉनिक कचरा भेज रहा था।



स्वच्छ भारत कार्यक्रम के अंतर्गत स्वच्छता रैली का आयोजन किया गया

होशंगाबाद युवा प्रदेश नेटवर्क शासकीय नर्मदा महाविद्यालय में राष्ट्रीय सेवा योजना के तत्वाधान में बुधवार को स्वच्छ भारत कार्यक्रम के अंतर्गत स्वच्छता रैली का आयोजन किया गया।

इस कार्यक्रम की शुरुआत महाविद्यालय के प्राचार्य डॉ. एन. चौबे ने रैली का शुभारंभ झंडी दिखाकर कि, रैली महाविद्यालय के परिसर से सतरस्ता होकर एवं इंदिरा चौक के रास्ते होते हुए

वापस महाविद्यालय परिसर में रैली का समापन हुआ। रैली में विद्यार्थियों द्वारा स्वच्छता से संबंधित नारे लगाकर लोगों को जागरूक किया। एवं पर्यावरण संरक्षण के प्रति अपनी वचनबद्धता दिखाई। इस

रैली में एन.एस.एस. के कार्यक्रम अधिकारी डॉ. इरा वर्मा एवं डॉ. सुनील कुमार दिवाकर तथा समस्त महाविद्यालय स्टाफ एवं छात्र/छात्राएं रैली में उपस्थित रही।

शासकीय गृहविज्ञान महाविद्यालय होशंगाबाद

नगर एवं जिलेवासियों को धनतेरस एवं दीपावली हार्दिक - हार्दिक शुभकामनाएं

डॉ. श्रीमती कामिनी जैन प्राचार्य

कलेक्टर जनभागीदारी समिति होशंगाबाद



शासकीय नर्मदा महाविद्यालय होशंगाबाद

नगर एवं जिलेवासियों को धनतेरस एवं दीपावली हार्दिक - हार्दिक शुभकामनाएं

डॉ. ओ.एन चौबे प्राचार्य

कलेक्टर जनभागीदारी समिति होशंगाबाद



पीएम आयुष्मान भारत हेल्थ इंफ्रास्ट्रक्चर मिशन स्वास्थ्य संस्थाओं को करेगा सुदृढ़ : मुख्यमंत्री

भोपाल

प्रधानमंत्री श्री मोदी के प्रति मुख्यमंत्री ने आभार व्यक्त किया

मुख्यमंत्री श्री शिवराज सिंह चौहान ने कहा है कि प्रधानमंत्री आयुष्मान भारत हेल्थ इंफ्रास्ट्रक्चर मिशन प्राथमिक, माध्यमिक और उप स्वास्थ्य केंद्रों के स्वास्थ्य ढाँचे और मौजूदा राष्ट्रीय स्वास्थ्य संस्थाओं को सुदृढ़ करने की दिशा में मील का पत्थर साबित होगा। मुख्यमंत्री श्री चौहान इंदौर जिले से प्रधानमंत्री श्री मोदी के कार्यक्रम में वीसी के माध्यम से शामिल हुए। मुख्यमंत्री श्री चौहान ने ट्वीट कर शहरी एवं ग्रामीण क्षेत्रों तक बेहतर चिकित्सा सुविधा की उपलब्धता सुनिश्चित करने और स्वास्थ्य सेवाओं के सुदृढ़ीकरण के लिए पीएम आयुष्मान भारत हेल्थ इंफ्रास्ट्रक्चर मिशन शुरू करने पर प्रधानमंत्री श्री नरेंद्र मोदी का हृदय से आभार व्यक्त किया है। मुख्यमंत्री श्री चौहान ने कहा है कि पीएम आयुष्मान भारत हेल्थ



इंफ्रास्ट्रक्चर मिशन से स्वास्थ्य सेवाओं के विस्तार के साथ ही जन-जन को सरल, सुलभ और सस्ती स्वास्थ्य सुविधा उपलब्ध

हो सकेगी।

उल्लेखनीय प्रधानमंत्री श्री नरेंद्र मोदी ने वाराणसी से 64 हजार करोड़ रुपये की

पी.एम. आयुष्मान भारत हेल्थ इंफ्रास्ट्रक्चर मिशन का आज शुभारंभ किया। प्रधानमंत्री श्री मोदी ने कहा कि नया भारत वह है जहाँ

आभाव से बढ़कर हर आकांक्षा की आपूर्ति के लिये कार्य किया जाये। इसी दिशा में सम्पूर्ण देश के स्वास्थ्य ढाँचे को एकरूपता प्रदान करने के लिये प्रधानमंत्री आयुष्मान भारत हेल्थ इंफ्रास्ट्रक्चर मिशन शुरू किया जा रहा है। मिशन में सम्पूर्ण देश के हेल्थ इंफ्रास्ट्रक्चर को उच्च स्तर बनाया जा सकेगा। साथ ही समाज के सभी वर्ग के लोगों को बेहतर स्वास्थ्य सुविधाएँ प्रदान की जा सकेंगी। प्रधानमंत्री श्री मोदी ने कहा कि स्वास्थ्य के क्षेत्र में बढ़ रही सुविधाओं के साथ मेडिकल कॉलेजों में डॉक्टर और पैरामेडिकल स्टाफ की सीटों में भी बढ़ोत्तरी हो रही है। यह योजना न केवल देश का हेल्थ इंफ्रास्ट्रक्चर बेहतर बनाएगी बल्कि रोजगार के नये अवसरों का भी सृजन करेगी।

स्वस्थ भारत मिशन कार्यक्रम से जुड़ा भोपाल - सांसद भी हुई शामिल

भोपाल । प्रधानमंत्री स्वस्थ भारत योजना के लिये सोमवार को आयोजित कार्यक्रम में सांसद साध्वी सुश्री प्रज्ञा सिंह ठाकुर सम्मिलित हुईं। गांधी मेडिकल कॉलेज में आयोजित कार्यक्रम में वर्चुअली प्रसारण हुआ। गांधी मेडिकल कॉलेज के डॉक्टर, अपर कलेक्टर श्री संदीप केरकट्टा, प्रशासनिक अधिकारी एवं अन्य लोग उपस्थित रहे।

प्रधानमंत्री श्री नरेंद्र मोदी ने कि इस योजना का शुभारंभ किया इसके अंतर्गत ब्लाक और जिला स्तर पर स्वस्थ सुविधा को बेहतर बनाने के लिये आधारभूत संरचना का विकास किया जाएगा। भविष्य में आपदा प्रबंधन/महामारी की संभावना को देखते हुए पूर्व में ही सभी स्तरों पर स्वास्थ्य सुविधाओं



का विस्तार किया जाना है। इसके लिए प्रधानमंत्री स्वस्थ भारत योजना की घोषणा की गई है। सभी जिलों में बेहतर स्वास्थ्य सुविधाओं के लिये आधारभूत संरचना का निर्माण किया जाएगा।

जिसमें बेहतर अस्पताल, ऑक्सीजन, मेडिकल उपकरण और आपदा प्रबंधन के लिये सुविधाओं की उपलब्धता बनाई जाएगी। प्रधानमंत्री श्री नरेंद्र मोदी

ने काशी (उ.प्र.) से 65 हजार करोड़ की आत्म निर्भर स्वस्थ भारत मिशन का शुभारंभ किया। जिले में गांधी चिकित्सा महाविद्यालय के कॉन्फ्रेंस हॉल से संसाद सुश्री प्रज्ञा सिंह ठाकुर वर्चुअली इस समारोह में शामिल हुईं। वर्चुअल माध्यम से वेब लिंक द्वारा प्रधानमंत्री श्री नरेंद्र मोदी के संबोधन सुना गया।

मध्य प्रदेश में कोरोना के 27 नए प्रकरण, सक्रिय मरीज 100 के करीब

भोपाल। प्रदेश में कोरोना संक्रमण के मामले एक बार फिर से बढ़ने लगे हैं। सोमवार को प्रदेश में कोरोना के 27 नए मरीज मिले। कुल 52,182 सैंपल की जांच में इतने संक्रमित मिले हैं। जुलाई के बाद पहली बार एक दिन में इतने मरीज मिले हैं। स्वास्थ्य विभाग द्वारा मंगलवार को जारी हेल्थ बुलेटिन के अनुसार नए मरीजों में इंदौर के नौ, भोपाल के आठ, नरसिंहपुर के पांच, छिंदवाड़ा के दो, धार के दो व सिंगरीली का एक मरीज शामिल हैं। भोपाल में मंगलवार को भी 11 मरीज मिले हैं। इसके साथ ही प्रदेश में अब कुल मरीजों की संख्या 7,92,774 हो गई है। अब तक 10524 मरीजों की मौत इस बीमारी से प्रदेश में हुई है। प्रदेश में सक्रिय मरीजों की संख्या 99 है। सबसे ज्यादा 40 सक्रिय मरीज भोपाल में हैं। गौरतलब है कि इससे एक दिन पहले प्रदेश में कोरोना संक्रमण के आठ नए मामले सामने आए थे। इसके अगले ही दिन यह आंकड़ा तीन गुना से भी अधिक बढ़ गया।

भोपाल में डेंगू के पांच मरीज मिले

उधर, डेंगू का प्रकोप भी लगातार बढ़ता जा रहा है। राजधानी भोपाल में डेंगू के संदिग्धों की संख्या मंगलवार को फिर ज्यादा रही। पांच अलग-अलग लैब में 36 सैंपल की जांच में पांच मरीजों में डेंगू की पुष्टि हुई है। इसके साथ ही इस साल भोपाल में डेंगू मरीजों का आंकड़ा बढ़कर 555 तक पहुंच गया है। इनमें सितंबर और अक्टूबर में मिलाकर 447 मरीज मिले हैं। इसके अलावा चिकनगुनिया के 15 सैंपल की जांच में एक मरीज मिला है। गौरतलब है कि भोपाल में हफ्ते भर से हर दिन 15 से 20 संदिग्ध मरीजों की जांच ही डेंगू के लिए की जा रही थी, लेकिन मंगलवार को मरीजों की संख्या ज्यादा रही। जिला मलेरिया अधिकारी अखिलेश दुबे ने बताया कि संदिग्ध मरीज बढ़ने की एक बड़ी वजह यह है कि वायरल बुखार के मरीज एक बार फिर बढ़े हैं। चिकित्सक इनकी डेंगू की जांच भी करा रहे हैं।

मध्य प्रदेश विधानसभा के शीतकालीन सत्र में अनुपूरक बजट प्रस्तुत करेगी शिवराज सरकार

भोपाल । विधानसभा का शीतकालीन सत्र नवंबर के अंतिम या दिसंबर के प्रथम सप्ताह में होगा। इसमें सरकार मौजूदा वित्तीय वर्ष के लिए द्वितीय अनुपूरक बजट (अनुमान) प्रस्तुत करेगी। वित्त विभाग ने इसकी तैयारी प्रारंभ कर दी है। इसमें मुख्यमंत्री राशन आपके द्वार, किसान व घरेलू बिजली उपभोक्ताओं को अनुदान सहित अन्य योजनाओं के लिए वित्तीय प्रविधान किए जाएंगे। संसदीय कार्य विभाग ने शीतकालीन सत्र के लिए प्रस्ताव तैयार कर लिया है। इसके तहत नवंबर के अंतिम सप्ताह या दिसंबर के प्रथम सप्ताह में सत्र आयोजित किया जाएगा। इसमें वित्त विभाग द्वितीय अनुपूरक बजट के माध्यम से विभिन्न विभागों को तय बजट के अतिरिक्त राशि उपलब्ध कराने का प्रविधान प्रस्तुत करेगा। विकास परियोजनाओं को गति देने के लिए लोक निर्माण, नगरीय विकास, ऊर्जा, कृषि, खाद्य नागरिक आपूर्ति, जनजातीय कार्य सहित अन्य विभागों को जरूरत के अनुसार राशि दी जाएगी।

टीएल बैठक में सीएम हेल्पलाइन के प्रकरणों की समीक्षा

प्रकरणों को गंभीरता से लेते हुए तत्काल शिकायतों का निराकरण किया जाये कलेक्टर श्री लवानिया

भोपाल । कलेक्टर के सभागृह कक्ष में कलेक्टर श्री अविनाश लवानिया ने सोमवार को टीएल बैठक में भोपाल जिले के समस्त विभागों के सीएम हेल्पलाइन के प्रकरणों की समीक्षा की। समीक्षा के दौरान उन्होंने राजस्व और नगर निगम में लंबित प्रकरणों पर असंतोष व्यक्त किया। उन्होंने तीन-चार दिनों के अन्दर प्रकरणों को निपटाने की हिदायत दी। कलेक्टर श्री लवानिया ने कहा कि सीएम हेल्पलाइन के प्रकरणों



को गंभीरता से लेते हुए तत्काल शिकायतों का निराकरण किया जाये। कलेक्टर श्री लवानिया ने लोक निर्माण

विभाग के इंजीनियर को निर्देश दिये कि दिव्यांग व्यक्ति मेरे चेम्बर तक सीधा आ सके, इसके लिए बाधा रहित रास्ते का

निर्माण 25 दिसम्बर की समयवाधि में पूर्ण किया जाये। उन्होंने कहा कि रास्ते में दोनों तरफ रेलिंग भी लगाई जाये। जिससे दिव्यांग व्यक्ति को आने में किसी भी प्रकार की कठिनाई न हो। कलेक्टर श्री लवानिया ने नगर की सड़कों को भी शीघ्र दुरुस्त करने के निर्देश भी दिये। बैठक में एडीएम श्रीमती माया अवस्थी ने जिले के समस्त कार्यालय प्रमुखों को निर्देश दिये कि पंचायत चुनाव शीघ्र होने की संभावना है। अतः अपने विभागों के अधिकारियों एवं कर्मचारियों का लेटेस्ट डेटा शीघ्र उपलब्ध करायें। बैठक में एडीएम श्री मरावी एवं जिले से संबंधित कार्यालयों के अधिकारी उपस्थित थे।



भोपाल की सड़कों की मरम्मत का कार्य जारी

भोपाल नगरीय विकास एवं आवास मंत्री श्री भूपेंद्र सिंह के निर्देशानुसार भोपाल में वर्षा के कारण क्षतिग्रस्त हुई सड़कों की मरम्मत का कार्य जारी है। यह राजधानी परियोजना प्रशासन द्वारा कैम्पियन स्कूल से मनीषा मार्केट, मनीषा मार्केट शाहपुरा से चूनाभट्टी चौराहा, प्रशासनिक क्षेत्र अरेरा हिल्स की सड़कें, कोलार में मंदाकिनी जंक्शन से जेके हॉस्पिटल होते हुए चार बत्ती चौराहे तक किया जा रहा है। सुभाष नगर से रायसेन रोड को जोड़ने वाली सड़क और विनीत कुंज से दानिश कुंज चौराहा, आर.आर.एल. चौराहे से बरखेड़ा पटानी सहित आदि सड़कों के मरम्मत का कार्य जैसे सभी गड्डे भरने आदि का कार्य पूर्ण कर दिया गया है। इसी क्रम में विधानसभा से शौर्य स्मारक तक की सड़क मजबूतीकरण के तहत डामरीकरण का कार्य 30 प्रतिशत तक पूर्ण किया जा चुका है।

बोवनी शुरू होते तेजी से बढ़ रही मांग, गहरा रहा खाद संकट

भोपाल। प्रदेश में जैसे-जैसे रबी फसलों की बोवनी का काम तेज होता जा रहा है वैसे-वैसे खाद की मांग भी बढ़ती जा रही है। चंबल संभाग के बाद अब बुंदेलखंड, महाकौशल और विन्ध्य क्षेत्र में डीएपी की मांग बढ़ी है। मांग की तुलना में आपूर्ति कम होने से कई जिलों में विक्रय केंद्रों पर भीड़ लगने लगी है।

स्थिति यह बन गई किसानों को खाद के लिए पंचियां दी जा रही हैं। खाद की मांग को लेकर सागर में जहां किसानों ने राजमार्ग 86 पर चक्का लगाया। वहीं, बीना में आगासौद रोड स्थित रेलवे गेट पर ट्रैक जाम कर दिया। नरसिंहपुर, सिवनी और दमोह में भी किसानों ने खाद की कमी को लेकर हंगामा किया। उधर, सरकार का दावा है कि अभी भी एक लाख 30



हजार टन डीएपी उपलब्ध है। दस हजार टन डीएपी एक-दो दिन में और पहुंच जाएगा। यूरिया तीन लाख 20 हजार टन और एनपीके भी एक लाख पांच हजार टन उपलब्ध है। पिछले साल के मुकाबले करीब 53 हजार टन खाद अधिक उपलब्ध है।

धान की फसल कटने के बाद प्रदेश में रबी फसलों की बोवनी का काम तेज हो गया है। इसके लिए डीएपी की सर्वाधिक आवश्यकता होती है। पिछले साल अक्टूबर में तीन लाख टन डीएपी की मांग थी। इस बार यह चार लाख टन है। दो लाख टन खाद अब तक किसानों को दिया जा चुका है। एक लाख 30 हजार टन खाद उपलब्ध है और 10 हजार टन डीएपी दो-तीन में आ जाएगा।

एक लाख 76 हेक्टेयर में हुई है बोवनी

प्रदेश में इस साल 138.89 लाख हेक्टेयर में रबी फसलों की बोवनी का लक्ष्य रखा गया है। इसके विरुद्ध अब तक एक लाख 76 हजार हेक्टेयर में बोवनी हुई है। पिछले साल इस अवधि में एक लाख 53 हजार हेक्टेयर में बोवनी हुई थी।

प्रतिदिन हो रही है समीक्षा

खाद संकट की स्थिति न बने, इसको लेकर कृषि और सहकारिता विभाग के अधिकारी प्रतिदिन समीक्षा कर रहे हैं।

बैतूल को 10 विकेट से पराजित कर होशंगाबाद ने जीती ट्राफी

नर्मदापुरम, (होशंगाबाद)। एमपीसीए ग्राउंड पर खेली जा रही सीनियर वूमन इंटर डिस्ट्रिक्ट प्रतियोगिता के फाइनल मैच में बैतूल को हराकर होशंगाबाद टीम ने ट्राफी जीत ली है। नर्मदापुरम संभाग क्रिकेट एसोसिएशन के सचिव प्रदीप सिंह तोमर ने बताया कि बैतूल टीम ने टॉस जीतकर पहले बल्लेबाजी करने का निर्णय लिया। पहले बल्लेबाजी करते हुए मात्र 48 रन पर ऑल आउट हो गईं। होशंगाबाद टीम की ओर से गेंदबाजी करते हुए सचिव जैन ने सर्वाधिक 3 विकेट लिए एवं वैष्णवी एवं अनामिका ने दो-दो विकेट का योगदान दिया। इसके पश्चात 49 रनों के लक्ष्य का पीछा करने उतरे होशंगाबाद की टीम ने लक्ष्य प्राप्त कर लिया। होशंगाबाद की ओर से बल्लेबाजी करते हुए अनन्या दुबे ने नाबाद 21 रन बनाए एवं यामिनी बिहारे ने 18 नाबाद रन बनाए और बैतूल को 10 विकेट से पराजित कर ट्राफी पर अपना कब्जा किया। मैच के

पश्चात पुरस्कार वितरण समारोह रखा गया। जिस के मुख्य अतिथि नर्मदापुरम संभाग क्रिकेट एसोसिएशन के चेयरमैन रोहित फौजदार की मौजूदगी में खिलाड़ियों को पुरस्कृत किया। प्रथम मैच के प्लेयर ऑफ द मैच का पुरस्कार शिवानी संतोरे के दोहरे प्रदर्शन चार विकेट एवं 26 रनों पर को दिया गया। द्वितीय मैच का प्लेयर ऑफ द मैच का पुरस्कार पल्लवी यादव को 4 विकेट एवं 28 रन बनाने पर दिया गया। सचिव जैन को फाइनल मैच में 3 विकेट लेने पर प्लेयर ऑफ द मैच का पुरस्कार दिया गया। इस अवसर पर नर्मदापुरम संभाग क्रिकेट एसोसिएशन के सह सचिव योगेश परसाई, जिला क्रिकेट एसोसिएशन के अध्यक्ष राजेश चौरे, जिला क्रिकेट एसोसिएशन के सचिव मनोहर बिलथरिया गर्लस सिलेक्शन कमिटी के चेयरमैन राजीव दुबे, कोच नंदकिशोर यादव, मनीष यादव, वर्षा पटेल, सुनील शर्मा एवं समस्त ग्राउंड स्टाफ मौजूद था।

होशंगाबाद: जनसुनवाई में आए 109 आवेदकों ने रखी अपनी समस्या



नर्मदापुरम, (होशंगाबाद)। कलेक्टर कार्यालय में मंगलवार को आयोजित जनसुनवाई में कलेक्टर नीरज कुमार सिंह ने लोगों की समस्याओं को सुना और उनका त्वरित समाधान किया। जनसुनवाई में कुल 109 आवेदन आए जिनमें से अधिकांश आवेदनों का कलेक्टर द्वारा मौके पर ही निराकरण किया गया। जनसुनवाई में मालाखेड़ी होशंगाबाद निवासी विमला गौड़ ने कलेक्टर को बताया कि उनके पति नगरपालिका में जल प्रदायक के पद पर कार्य करते थे। स्वास्थ्य खराब होने के कारण 13 मई 2021 को उनका निधन हो गया था। उनके दो बच्चे हैं। पति की मौत के बाद उनके बच्चों के पालन पोषण और शिक्षा में काफी कठिनाइयों का सामना उन्हें करना पड़ रहा है। कलेक्टर ने विमला बाई की समस्या को सुना और उनका विधवा पेंशन योजना का प्रकरण तत्काल तैयार कर पेंशन भुगतान शुरू करने के निर्देश सामाजिक न्याय विभाग

को दिए। साथ ही स्पॉन्सरशिप योजना के तहत उनके बच्चों को लाभांशित करने के निर्देश महिला एवं बाल विकास विभाग को दिए। विमला बाई को रेड क्रॉस मद से 5 हजार रुपये की सहायता राशि भी प्रदान की। संजय नगर की शोभना बाई ने बताया कि वे आर्थिक रूप से बहुत कमजोर हैं। उनका बेटा भी मानसिक विकलांग है। उन्हें उचित मूल्य दुकान से राशन भी नहीं मिला रहा है। कलेक्टर श्री सिंह ने शोभना बाई को राशन का नियमित वितरण सुनिश्चित करने के निर्देश खाद्य विभाग को दिए तथा उन्हें रेड क्रॉस मद से 4000 रुपये की सहायता राशि भी प्रदान की। सोहागपुर निवासी धर्मेश अहिरवार ने बताया कि उनके 21 वर्षीय पुत्र अमर सिंह की ग्राइंडर मशीन से हुई दुर्घटना में उसके हाथों में गंभीर चोटें आई हैं। जिसका उपचार मीणा अस्पताल सोहागपुर में किया जा रहा है। उन्हें इलाज के लिए पैसों की समस्या का सामना करना पड़ रहा है।

सतना में शिवराज ने आदिवासी बसंती के घर खाई रोटी-चने की भाजी, छोटी के घर पी चाय

सतना। सतना में मुख्यमंत्री शिवराज सिंह चौहान चुनावी दौरे के बीच खाना खाने आदिवासी बसंती के घर पहुंच गए। बसंती ने मुख्यमंत्री के लिए चने की भाजी, भर्ता और चूल्हे पर हाथ से बनी पनपशी रोटी के साथ दाल-चावल, लौकी की सब्जी और खीर बनाई थी। सीएम शिवराज के साथ सांसद गणेश सिंह, भाजपा जिलाध्यक्ष नरेंद्र त्रिपाठी तथा विधायक शरद कोल ने भी खाने का स्वाद लिया। सीएम कमरे से बाहर निकले और सीधे चूल्हे के पास गांव की अन्य महिलाओं के साथ बैठी बसंती के पास जा बैठे। उन्होंने भोजन की तारीफ करते हुए कहा, जो स्वाद बहनों के हाथ की बनी रोटियों में है वो कहीं नहीं, क्योंकि उसमें इनका प्रेम भी मिला है। उन्होंने पूछा कि ये हाथ की रोटियां कैसे बनाती हैं। बसंती ने बताया कि गंधे आटे को हाथ से गोल आकार दिया जाता है। उसकी मोटाई ज्यादा रखी जाती है और उसे आग पर पकाया जाता है। उन्होंने महिलाओं से उनकी समस्याएं पूछीं और कहा इन पर ध्यान जरूर दिया जाएगा।



और लगा लिया गले

मंगलवार को चुनावी प्रचार के दौरान सीएम आदिवासी बसंती के घर पहुंचे थे। यहां खाने के बाद सीएम चलने को उठ खड़े हुए तो बसंती उनके पैरों पर झुक गईं। शिवराज ने उन्हें उठाया और गले से लगा लिया। बसंती ने बताया कि पहला मौका है जब कोई सीएम गांव में आया है। यह उनके जीवन का यादगार क्षण है जब मुख्यमंत्री शिवराज उनके घर आए, खाना खाया और इतनी देर तक बैठ कर उनसे बात की। बसंती ने कहा- चूल्हे से बनी रोटी का स्वाद अलग ही होता है, इसलिए उन्होंने भोजन गैस चूल्हे पर नहीं पकाया।

छोटी के घर पी चाय

बसंती के घर भोजन करने के बाद मुख्यमंत्री जनपद सदस्य छोटी कोल के घर भी पहुंचे। वहां उन्होंने चाय पी, लोगों का कुशलक्षेम पूछा। सीएम के स्वागत के लिए यहां सिर पर मंगल कलश लिए कन्याएं खड़ी थीं तो मुख्यमंत्री के गांव में आगमन पर स्थानीय लोग ढोल बजाकर खुशी में नाच रहे थे।

राष्ट्रीयकृत बैंकों ने 385 हितग्राहियों को किए 11 करोड़ रुपये स्वीकृत

विदिशा। भारतीय स्टेट बैंक द्वारा मंगलवार को जिला स्तरीय क्रेडिट ऑउटरीच मेगा केम्प का आयोजन किया गया। इसमें शासकीय योजनाओं के साथ-साथ कृषि वाहन ऋण, केसीसी ऋण, गृह ऋण, कृषि उपकरण आदि ऋणों का वितरण किया गया। राज्य स्तरीय बैंकर्स एवं भारतीय स्टेट बैंक के संयुक्त तत्वाधान में 75 वॉं आजादी का अमृत महोत्सव के अंतरंगत ये मेगा ऋण मेला सांची रोड स्थित तिरुपति गार्डन में किया गया था। जिसमें मुख्य अतिथि कलेक्टर उमाशंकर भार्गव एवं जिला पंचायत सीईओ डॉ. योगेश भरसट शामिल हुए। इस मेले में अन्य सभी राष्ट्रीय कृत बैंकों



द्वारा अपने स्टॉल लगाये गए थे। इस केम्प में जिले के समस्त राष्ट्रीय कृत बैंकों द्वारा लगभग 385 हितग्राहियों को 11 करोड़ से अधिक राशि का स्वीकृत पत्र वितरण किया गया। ऋण मेले में कई

विभिन्न बैंकों के ग्राहकों एवं ग्रामीणों ने भाग लिया। इस शिविर में कलेक्टर व जिले के सभी संबोधित बैंकों के क्षेत्रीय प्रबंधक गजेंद्र कुमार ने विदिशा में शासकीय

योजनाओं एवं भारतीय स्टेट बैंक की विभिन्न योजनाओं में राष्ट्रीय ग्रामीण अजिविका मिशन, प्रधान मंत्री स्वनिधि, प्रधान मंत्री रोजगार सृजन कार्यक्रम, डेयरी, मतस्य पालन, किसान क्रेडिट कार्ड तथा मुद्रा ऋण (शिशु, किशोर, तरुण) आदि पर विस्तार से जानकारी दी। इसके अलावा एसबीआई के प्रधान कार्यालय भोपाल के उप महाप्रबंधक रविंद्र पाटिल ने विदिशा क्षेत्र कृषि प्रधान होने के कारण कृषि ऋणों का लाभ लेने हेतु कृषकों को प्रेरित किया तो वहीं उप महाप्रबंधक मेघ श्याम इंजेवार ने माईक्रो फाईनेंस के तहत महिला स्वसहायता समूहों को ऋण देने का सुझाव सभी बैंकों को दिया।

संपादकीय

इंदौर-महू में क्रांति की चिन्कारियाँ



अंग्रेजों की दासता से मुक्ति के लिए छेड़े गये सन् 1857 के प्रथम स्वतंत्रता संग्राम में मध्यप्रदेश में शामिल विभिन्न क्षेत्रों ने ऐतिहासिक योगदान किया। उस महान संग्राम में मध्य भारत क्षेत्र के अलग-अलग इलाकों की जनता ने त्याग और बलिदान की अविस्मरणीय कहानियाँ लिखीं। यह भी उल्लेखनीय है कि जाति-पाँति, ऊँच-नीच का भेद भूलकर देश की जनता ने एक होकर अंग्रेजों के विरुद्ध संघर्ष किया। मेरठ में संग्राम की शुरुआत 10 मई, 1857 को हुई। मेरठ और उसके बाद दिल्ली की घटनाओं से महू स्थित भारतीय सैनिकों में विद्रोह की भावना बलवती हो उठी। मेरठ में क्रांति का विस्फोट होते ही इस क्षेत्र में सुगुवाहाट शुरु हो गयी थी। सर राबर्ट हेमिल्टन की जगह कर्नल हेनरी ड्यूरेण्ड ने सेन्ट्रल इण्डिया में गवर्नर जनरल के प्रथम एजेंट का चार्ज अप्रैल के प्रथम सप्ताह में सम्हाल लिया था। उसी माह के अंत में ड्यूरेण्ड को समाचार मिला कि 37वीं बंगाल सेना का एक सिपाही रीवा दरबार को एक सन्देश ले जाते हुए पकड़ा गया है। सन्देश में रीवा राजा से विद्रोह में शामिल होने को कहा गया था। दूर-दूर तक फैले विद्रोह के समाचारों ने अंग्रेजों की भारतीय सेना में प्रतिरोध की भावना जाग्रत कर दी। महू स्थित गैरीजन ने मई के दूसरे सप्ताह में इन्दौर रेसीडेन्सी पर आक्रमण करने का निश्चय किया। उन्होंने इन्दौर स्थित सैनिकों का सहयोग प्राप्त करने के लिए गुप्त चर्चाएँ भी कीं। 16 मई, 1857 को ड्यूरेण्ड को शक था कि महू स्थित 23वीं बंगाल सेना विद्रोह प्रारंभ कर सकती है। अतः उसने अगले ही दिन महू से इन्दौर डाक भेजने पर रोक लगा दी। यह संदेह किया गया था कि पत्रों में ऐसी जानकारी होगी, जो इन्दौर स्थित सैनिकों और आम लोगों को भड़का सकती है। इन्दौर रेसीडेन्सी के अधिकारियों को इन्दौर में भी विद्रोह का भय सता रहा था। अतः अपनी स्थिति मजबूत करने के लिए ड्यूरेण्ड ने सीहोर से भोपाल कटिन्जेंट सेना और सरदारपुर से मालवा भील कोर के सैनिकों को इन्दौर पहुँचाने का आदेश दिया और तीन दिनों में 20 मई को दोनों सेनाएँ इन्दौर पहुँच गयीं। उनके आने के बाद महू के लिए डाक सेवा पुनः प्रारंभ कर दी गयी। इस प्रकार मई का महीना आशंका और संदेह के बीच बीता, लेकिन यह निश्चित है कि अंग्रेजों द्वारा सुरक्षा के इंतजाम करने के बाद भी इन्दौर और उसके आस-पास के क्षेत्रों में विदेशी सत्ताधारियों के विरुद्ध विद्रोह की भावना तीव्रता के साथ फैलती जा रही थी। जब मेरठ और दिल्ली की घटनाओं की सूचना महू पहुँची तो कप्तान, कमाण्डिंग महू टी. हंगरफोर्ड ने कमाण्डिंग ऑफिसर कर्नल प्लॉट से कहा कि 23वीं भारतीय सेना के स्थान पर महू जिले के द्वार पर तोपखाने की यूरोपियन कम्पनी को तैनात किया जाये।

यूपी में हिन्दू वोट नाराज न हो जाएं, इसलिए मुस्लिम सियासत से दूरी बना रही हैं पार्टियाँ!

हालात यह है कि बीजेपी हिन्दू कार्ड खेल रही है तो विपक्ष भी हिन्दू-हिन्दू कर रहा है। बीजेपी नेता मंदिर-मंदिर परिक्रमा कर रहे हैं। हिन्दू धर्मगुरुओं की शरण में जा रहे हैं तो यही राह कांग्रेस और काफी हद तक समाजवादी पार्टी ने भी पकड़ रखी है। इस बार अल्पसंख्यकों के वोट पाने के लिए कोई नेता मुस्लिम धर्मगुरुओं की चौखट पर नहीं दिखाई दे रहा है। न ही मुस्लिम वोट बैंक को हथियाने के लिए अल्पसंख्यकों के सम्मेलन आयोजित कराए जा रहे हैं।

उत्तर प्रदेश में विधानसभा चुनाव का बिगुल बज चुका है। सत्तारूढ़ बीजेपी अपनी सत्ता को बरकरार रखने की जद्दोजहद कर रही है तो विपक्षी दलों के नेता सत्ता की चाबी अपने कब्जे में लाने को योगी सरकार के खिलाफ लगातार कौतुहल पैदा कर रहे हैं। सम्पूर्ण विपक्ष ने योगी सरकार को सत्ता से बेदखल करने के लिए मोर्चा खोल रखा है, लेकिन राजनीति के जानकार आश्चर्य व्यक्त कर रहे हैं कि क्यों विपक्षी दलों के नेता जनता के बीच अपना एजेंडा आगे बढ़ाने की बजाए बीजेपी द्वारा सेट किए गए एजेंडे पर ही आगे बढ़ रहे हैं।

हालात यह है कि बीजेपी हिन्दू कार्ड खेल रही है तो विपक्ष भी हिन्दू-हिन्दू कर रहा है। बीजेपी नेता मंदिर-मंदिर परिक्रमा कर रहे हैं। हिन्दू धर्मगुरुओं की शरण में जा रहे हैं तो यही राह कांग्रेस और काफी हद तक समाजवादी पार्टी ने भी पकड़ रखी है। इस बार अल्पसंख्यकों के वोट पाने के लिए कोई नेता मुस्लिम धर्मगुरुओं की चौखट पर नहीं दिखाई दे रहा है। न ही मुस्लिम वोट बैंक को हथियाने के लिए अल्पसंख्यकों के सम्मेलन आयोजित कराए जा रहे हैं। इस बार नेतागण दरगाहों में चादर चढ़ाते भी नहीं दिखाई दे रहे हैं। गैर बीजेपी दलों के नेताओं की बेरुखी से सियासी मौसम में भी मुस्लिम उल्लेमाओं और धर्मगुरुओं की मांग काफी घट गई है। ऑल इंडिया मजलिस-ए-इतेहादुल मुस्लिमीन के नेता असदुद्दीन ओवैसी जरूर अपवाद हैं जो मुस्लिम वोटों की खुल कर सियासत करने में लगे हैं। सुबे में बीजेपी ने हिंदुत्व का ऐसा सियासी एजेंडा सेट किया है, जिसके चलते अपने आपको सेक्युलर कहलाने वाली विपक्षी पार्टियाँ भी इस बार खुलकर मुस्लिम कार्ड की सियासत करने से परहेज कर रही हैं। गैर मुस्लिम वोट खिसकने के डर से विपक्षी दलों के चुनावी मंचों से भी मुस्लिम वोटों के पक्ष में ऐसा कोई बयान नहीं दिया जा रहा है जिससे हिन्दू वोट नाराज हो जाएँ। मुस्लिमों वोटों को लुभाने की बजाए विपक्ष किसान आंदोलन को हवा देकर मुस्लिम वोटों की भरपाई कर लेना चाहता है। ऐसा लगता है कि अबकी बार के विधानसभा चुनाव में किसान बड़ा फैक्टर रहने वाला है। अबकी बार एक नया ट्रेंड यह भी देखने को मिला कि कांग्रेस-समाजवादी पार्टी और बहुजन समाज पार्टी तक ने नवरात्रों में ही अपने चुनावी सभाओं का शंखनाद किया है। प्रियंका गांधी से लेकर अखिलेश यादव, मायावती और जयंत चौधरी तक ने अपने चुनावी शंखनाद की शुरुआत नवरात्र के महीने से करके हिन्दू वोटों को बड़ा संदेश देने की कोशिशें की हैं। सुबे में चुनावी मंच चाहे अखिलेश यादव का हो, प्रियंका गांधी का या फिर बसपा सुप्रीमो मायावती का, सभी मंचों पर प्रमुखता से जो मुस्लिम चेहरे या मुस्लिम प्रतीक पहले दिखाई देते थे, वो इस बार लगभग गायब हैं। प्रियंका गांधी मंच पर बाबा



विश्वनाथ के चंदन के साथ हुंकार भरती हैं। भाषण की शुरुआत के पहले दुर्गा सप्तशती के मंत्र पढ़ती हैं। समाजवादी पार्टी के गठन से लेकर पिछले विधानसभा तक की चुनावी जनसभाओं और सपा के पोस्टरों में कई मुस्लिम चेहरे और मुस्लिम टोपी लगाए नेता नजर आते थे, लेकिन

गौरतलब है कि यूपी में करीब 20 फीसदी मुस्लिम मतदाता हैं, जो सुबे की कुल 143 सीटों पर अपना असर रखते हैं।

अब सब नदारद हो गया है। इस बार सपा नेताओं की तस्वीर हो या खुद नेता मौजूद हों मुस्लिम प्रतीक वाली टोपी नजर नहीं आती है। हिन्दू वोटों के बीच गलत मैसेज न जाए इसलिए आजम खान जैसे पुराने समाजवादी नेता के पक्ष में खड़े होने से पार्टी परहेज कर रही है।

ऐसा ही हाल कांग्रेस की सभाओं का भी है, कांग्रेस की सभाओं में भी मुसलमान तो दिखते हैं लेकिन वह अपनी मुस्लिम पहचान को बढ़ावा देने के चक्कर में नहीं रहते हैं। मुस्लिम सियासत पर पैनी नजर रखने वाले कहते हैं कि यूपी में सपा, बसपा और कांग्रेस मुस्लिमों को वोट तो लेना चाहती हैं, लेकिन मुस्लिम लीडरशिप को आगे नहीं बढ़ने देना चाहती है। ये तथाकथित सेक्युलर दलों के चुनावी एजेंडे में भी इस बार मुस्लिम शामिल नहीं हैं। इसीलिए न तो मुस्लिमों के मुद्दे पर कोई बात कर रहा है और न ही मुस्लिम नेताओं को अपने साथ लेकर चल रहे हैं। उन्हें लगता है कि मुस्लिमों के साथ खड़े नजर आए तो हिन्दू वोट के छिटकने का डर रहता है। ऐसे में विपक्षी दल के एजेंडे

से मुस्लिम सियासत घटती जा रही है। उत्तर प्रदेश में 2017 के चुनाव के पहले तमाम पार्टियाँ मुस्लिमों के इर्द-गिर्द अपनी सियासत करती रहती थीं। मुस्लिम वोटों को साधने के लिए तमाम बड़े वादे करने के साथ-साथ मौलाना और उल्लेमाओं का भी सहारा पार्टियाँ लेती रही हैं, पर बीजेपी के सियासी पटल पर मजबूत होने के बाद मुस्लिम सियासत हाशिए पर खड़ी नजर आ रही है।

असदुद्दीन ओवैसी जरूर मुस्लिम वोटों के सहारे सुबे में सियासी जमीन मजबूत करने में लगे हैं। गौरतलब है कि यूपी में करीब 20 फीसदी मुस्लिम मतदाता हैं, जो सुबे की कुल 143 सीटों पर अपना असर रखते हैं। इनमें से 75 सीटों पर मुस्लिम आबादी बीस से तीस फीसद के बीच है। 78 सीटें ऐसी हैं जहां मुसलमान तीस फीसद से ज्यादा हैं। सुबे की करीब तीन दर्जन ऐसी विधानसभा सीटें हैं, जहां मुस्लिम उम्मीदवार अपने दम पर जीत दर्ज कर सकते हैं जबकि करीब 107 विधानसभा सीटें ऐसी हैं जहां अल्पसंख्यक मतदाता चुनावी नतीजों को खासा प्रभावित करते हैं। इनमें ज्यादातर सीटें पश्चिमी उत्तर प्रदेश, तराई वाले इलाके और पूर्वी उत्तर प्रदेश की हैं। आजादी के बाद से नब्बे के दशक तक उत्तर प्रदेश का मुस्लिम मतदाता कांग्रेस का परंपरागत वोट माना जाता था, लेकिन राममंदिर आंदोलन के चलते मुस्लिम समुदाय कांग्रेस से दूर हुआ तो सबसे पहली पसंद मुलायम सिंह यादव के चलते सपा बनी और उसके बाद मुस्लिम समाज ने मायावती की बसपा को अहमियत दी। इन्होंने दोनों पार्टियों के बीच मुस्लिम वोट बंटता रहा, लेकिन इस बार मुस्लिम सियासत पूरी तरह से हाशिये पर खिसकती नजर आ रही है।

स्वाधीनता संग्राम में मध्यप्रदेश का निर्णायक योगदान था?

क्या 1857 के प्रथम स्वाधीनता संग्राम में मध्यप्रदेश का निर्णायक योगदान था? क्या अंग्रेजों के छक्के छुड़ा देने वाली नीमच ब्रिगेड की जय-यात्रा ठेट दिल्ली तक पहुँच गई थी? क्या जॉन निकल्सन जैसे ब्रिटिश जनरल को नीमच ब्रिगेड के गोले ने मर्मांतक घाव पहुँचाकर निपटा दिया था? और क्या नीमच ब्रिगेड के प्रबुद्ध सेनापति सिरधारी सिंह ने बरेली की विद्रोही सेना के सिरहसालार बख्त खान और नसीराबाद-फौज के सेनापति भगीरथ मिश्रा के साथ मिलकर बहादुरशाह जफर की सूफ़ी हुकूमत को संवैधानिक राजतंत्र (कंस्टीट्यूशनल मोनार्की) में बदलने की भावभूमि तैयार कर दी थी? ये कुछ बुनियादी सवाल हैं जिन पर शोध-प्रयासों को केन्द्रित किए बगैर 1857 के स्वाधीनता संग्राम में मध्यप्रदेश का निर्णायक योगदान अपेक्षाकृत अल्पज्ञात ही रहेगा।

नीमच ब्रिगेड का योगदान 1857 को उसकी तार्किक परिणति तक पहुँचा सकता था

नीमच ब्रिगेड: जिसने अंग्रेजों के छक्के छुड़ा दिए



बशर्ते कि दिल्ली में कुछ आंतरिक तत्व गद्दारी न करते। ग्यारह मई, 1857 को स्वाधीनता के दीवानों ने देश को पराधीन बनाने वाली कंपनी सरकार और उनके ब्रिटिश कारिन्दों के खिलाफ सशस्त्र क्रांति का बिगुल बजाया। इसके ठीक तीन हफ्ते बाद नीमच में स्थित समूची फौजी ब्रिगेड ने अंग्रेजों के प्रति विद्रोह का ऐलान कर दिया। नीमच, ब्रिटिश फौजी ताकत का एक प्रमुख केन्द्र था जहाँ से पश्चिमी और मध्यभारत में अंग्रेजों की राजनीतिक सत्ता का वर्चस्व सुनिश्चित किया जाता था। यहाँ एक विशाल

फौजी छवनी थी, जिसे नीमच ब्रिगेड कहा जाता था। तीन जून को इस समूची ब्रिगेड ने स्वयं को कम्पनी सरकार के प्रति वफादारी की शपथ से मुक्त करके अंग्रेजों को भारत से बाहर खदेड़कर देश को आजाद करने का बीड़ा उठाया। यह ब्रिगेड कितनी विशाल थी और 1857 के स्वाधीनता संग्राम में इसका क्या महत्व था इसका पता शायद कभी न चलता यह आर. जी. विलबर फोर्स ने सन् 1894 में लंदन में प्रकाशित अपनी पुस्तक अनरिकाउंडेड चेप्टर ऑफ इंडियन म्यूटिनी में इसका विस्तृत उल्लेख न किया होता।

विलबर फोर्स लिखते हैं: नीमच ब्रिगेड हजारों सैनिकों, दस फील्ड तोपों और तीन मोटारों सहित दिल्ली पहुँच गई और रिज स्थित हमारी छवनी पर उसने भीषण हमला बोला। चिंतनीय है कि स्वयं ब्रिटिश लेखकों ने 1857 के इन अपेक्षाकृत अल्पज्ञात अध्यायों पर जितना गहन शोध किया है उतनी खोजबीन स्वयं स्वदेशी इतिहासज्ञों ने शायद ही किया हो।

डिजिटल मीडिया, सोशल मीडिया और ओटीटी जैसे प्लेटफॉर्म के लिए आचार संहिता बनाना जरूरी है

भारत के प्रमुख हिंदी समाचार पोर्टल प्रभासाक्षी.कॉम की 20वीं वर्षगांठ पर आयोजित विचार संगम कार्यक्रम में पूर्व सांसद व देश के वरिष्ठ पत्रकार श्री तरुण विजय जी ने डिजिटल मीडिया की विश्वसनीयता पर उठ रहे सवालों को लेकर अपने विचार प्रस्तुत किए।

तरुण विजय जी ने प्रभासाक्षी को 20वीं वर्षगांठ पर बधाई देते हुए केदारनाथ के से अपने विचार रखे। तरुण विजय जी ने प्रभासाक्षी की तारीफ करते हुए कहा कि आज भले ही डिजिटल मीडिया पर सवाल उठ रहे हो लेकिन प्रभासाक्षी को पिछले 20 सालों में कभी भी अपनी किसी भी खबर के लिए मांफ़ी नहीं मांगनी पड़ी तरुण विजय जी ने कहा कि डिजिटल मीडिया ने कोरोना काल के दौरान काफी अच्छा काम किया। लोगों को मदद पहुंचाने के लिए डिजिटल मीडिया से बहुत मदद मिली। श्री तरुण विजय जी ने डिजिटल मीडिया और सोशल मीडिया के बीच का अंतर भी बताया साथ ही कहा डिजिटल मीडिया पर कुछ अराजक

तत्वों के कारण इसकी विश्वसनीयता को लेकर सवाल खड़ा होता है। उन्होंने कहा कि पुर्वाग्रह के कारण एक समुदाय को सोशल मीडिया पर कुछ अराजक तत्वों द्वारा टारगेट किया जा रहा है।

कुछ प्लेटफॉर्म कश्मीर जैसे संवेदनशील जगहों की गलत रिपोर्टिंग भी कर रहे हैं। फेक न्यूज और गलत जानकारी भी डिजिटल मीडिया और सोशल मीडिया पर काफी तेजी से फैलायी जाती है इस लिए इसकी विश्वसनीयता पर सवाल उठ रहा है। सभी को साथ में आकर डिजिटल मीडिया, सोशल मीडिया और ओटीटी जैसे प्लेटफॉर्म के लिए आचार संहिता बनाने की मांग करनी चाहिए। श्री तरुण विजय जी ने विवादत वेब सीरीज आश्रम के बारे में भी बात की और मांग की कि ऐसी वेब जो एक समुदाय और राष्ट्रवादीयों की गलत छवि पेश करती है, इस पर प्रतिबंध लगाना चाहिए। एक धर्म को टारगेट करके लोगों के सामने गलत छवि पेश करती है ऐसे कंटेंट पर लगाम लगानी आवश्यक है।



वजन घटाने वाले आहार: वजन घटाने के लिए लोग कई तरकीब आजमाते हैं, डाइटिंग करते हैं। लेकिन क्या आपको पता है वजन घटाने के लिए आहार सबसे अच्छा तरीका है, यानी आप ऐसे आहार का सेवन कीजिए जो वजन घटायें साथ ही आपकी भूख को भी शांत करें। आगे के स्लाइडशो में जानिए उन आहारों के बारे में जिनको खाकर आप अपना वजन आसानी से कम कर सकते हैं।

आलू: आलू खाने से पेट भर जाता है और ज्यादा देर तक भूख नहीं लगती। इसे खाने के बाद आप अधिक नहीं खा पाते और आपका वजन भी नहीं बढ़ता है। आलू कार्बोहाइड्रेट से भरपूर होता है जो वजन कम करता है और भूख भी शांत करता है।

चुकंदर: चुकंदर विटामिन, मिनरल और प्रोटीन से भरपूर आहार है। चुकंदर को चाहे सडाल में काट कर खाइये या फिर इसका रस पीजिये। हर हाल में यह वजन घटाने में मदद करता है। इसे खाने के बाद आप भूखे भी नहीं रहेंगे।

बींस: वजन कम करने के लिए बींस को सबसे अच्छा आहार माना जाता है। क्योंकि बींस में ऐसे तत्व होते हैं जो कॉलेसिस्टॉकिनिन नाम के डाइजेस्टिव

हार्मोन को लगभग दो गुना बढ़ा देते हैं। इसके अलावा बींस ब्लड शुगर के सामान्य स्तर को बनाए रखता है, जिससे लंबे समय तक भूखे रहने पर नुकसान भी नहीं होता। बींस को हाई फाइबर डाइट माना जाता है जो कॉलेस्ट्रॉल को कम करता है।

अंडा: अंडा स्वास्थ्य के लिहाज से फायदेमंद है। अंडा प्रोटीन और मिनरल का खजाना होता है। यदि आप सुबह नाश्ते में अंडा खाते हैं तो इससे शरीर को आवश्यक पोषण मिलता है साथ ही इससे भूख भी कम लगेगी।

सैलेड: लंच और डिनर में खाने की शुरूआत सैलेड से कीजिए। सैलेड क्रीमी ड्रेसिंग के बगैर होना चाहिए। खाना खाने से पहले एक बड़ी प्लेट लो-कैलरी सलाद खाने के बाद आप खाना कम खाते हैं साथ ही इसके कारण आपको देर तक भूख भी नहीं लगती है। सैलेड में विटामिन सी और ई के अलावा फॉलिक एसिड, लाइकोपीन और कैरोटेनॉयड्स आदि पोषक तत्व होते हैं जो शरीर की प्रतिरोधक क्षमता बढ़ाते हैं।

ग्रीन टी: वजन कम करने के लिए ग्रीन टी का सेवन कीजिए, इससे वजन भी कम होगा और भूख

आहार जो वजन कम करें और भूख भी महसूस न होने दें

वजन घटाने के लिए आहार सबसे अच्छा तरीका है, ऐसे आहार का सेवन कीजिए जो वजन घटायें साथ ही आपकी भूख को भी शांत करें।

भी नहीं लगेगी। ग्रीन टी में कैटेचिन नामक एंटी-ऑक्सिडेंट्स होते हैं जो शरीर के अतिरिक्त फैट को जलाते हैं और मेटाबॉलिज्म को सुचारु करने में मदद करते हैं। ग्रीन टी बॉडी मास इंडेक्स को घटाने और हानिकारक एलडीएल कॉलेस्ट्रॉल को कम करने में भी मदद करती है।

नाशपाती: यह फाइबर का खजाना होती है। लगभग छह ग्राम की एक नाशपाती आपकी भूख को शांत करने के लिए पर्याप्त होती है। इसमें पेक्टिन फाइबर होता है जो ब्लड शुगर के स्तर को कम करता है। असमय भूख लगने पर हाई कैलोरी स्नैक्स लेने के बजाय नाशपाती खाएं। इससे वजन कम होगा।

सिरका: सिरका यानी विनेगर के सेवन से लंबे समय तक भूख नहीं लगती। ब्रेड स्लाइस को सिरके में डुबो कर खाने वालों को भूख कम

लगती है। सिरके में मौजूद एसिटिक एसिड से पाचन में समय लगाता है, जिससे भूख देर से लगती है। इसलिए वजन आसानी से कम करना है तो सिरका खाइए।

केला: केला खाकर भी वजन कम किया जा सकता है, सुबह ब्रेकफास्ट में केला खाइये और उसके बाद दिन भर में चाहे कुछ भी खाइये, इससे आपका वजन नहीं बढ़ेगा। केले में कार्बोहाइड्रेट्स पाये जाते हैं जो आसानी से घुलते नहीं हैं।

साबुत अनाज: साबुत अनाज कार्बोहाइड्रेट का अच्छा स्रोत होता है। इसमें पाया जाने वाला कार्बोहाइड्रेट वजन कम करने में सहायक है और यह भूख भी शांत करता है जिससे के कारण आप ओवरईटिंग से बच जाते हैं। ओटमील, अंकुरित चने, आदि खाकर वजन कम कर सकते हैं।



पेट की गडबडी से बचने के लिए 8 घरेलू उपाय

पेट में गडबडी आम समस्या है, जिसके अलग-अलग कारण हो सकते हैं। क्यों ना इसका तुरंत समाधान कर चुस्त रहा जाए महिलाएं पेट की गडबडी की अधिक शिकार होती हैं। इसके कुछ कारण तो बहुत सामान्य होते हैं, पर कुछ ऐसे भी होते हैं, जिनके बारे में ज्यादा मालूम नही होता, इसलिए उस ओर हमारा ध्यान भी नही जाता। कौन से हैं ये कारण, इस बारे में एक जानकारी। हार्मोन कई महिलाएं माहवारी शुरू होने से पहले पेट में भारीपन, कब्ज और अतिसार की शिकायत करती हैं। माहवारी के शुरू होते ही स्थिति में अचानक बदलाव आता है और यह समस्या अपने आप दूर हो जाती है। सन डियागो में गैस्ट्रोएंटेरोलॉजिस्ट डॉ के अध्ययनो से पता चलता है कि एस्ट्रोजन हार्मोन नसों के तंतुओं को प्रेरित कर आंतों से गुजरने वाले मल की गति को बढ़ा देता है। इसी तरह माहवारी के पहले और माहवारी के दौरान पेट का फूलना एक आम समस्या है। इसका कारण प्रोजेस्ट्रॉन हार्मोन के स्तर में बदलाव आना है, जो गुर्दे के लिए पानी और नमक को रोककर रखने का संकेत हो सकता है। गर्भवती महिलाओं में पेट की गडबडी, खासतौर से खट्टी डकारें आने की समस्या अधिक होती है। अमेरिकन गैस्ट्रोएंटेरोलॉजिकल एसोसिएशन के अनुसार 30 से 50 प्रतिशत गर्भवती महिलाएं इस समस्या की शिकार होती हैं। इसका कारण हार्मोनल और शारीरिक बदलाव होता है। कुछ अध्ययनों से पता चलता है कि कैल्शियम सप्लीमेंट लेने से पेट के फूले होने और प्रीमैस्ट्रुअल सिंड्रोम के अन्य लक्षणों में सुधार हो सकता है। इसके साथ ही पानी भी अधिक मात्रा में पिएं। खट्टी डकारें खासतौर से गर्भावस्था में छुटकारा पाने के लिए रात को सिर के नीचे कई तकिए लगा कर सोएं। सिट्रस, पिपरमिंट, मिर्च-मसालेदार या फिर टमाटर से बनी चीजें खाने से परहेज करें, क्योंकि ये इस समस्या को बढ़ावा देती हैं।



तनाव वास्तव में हमारे पेट में एक अलग से नर्वस

घरेलू उपचार

- कब्ज होने पर-फाइबरयुक्त चीजें जैसे चोकर युक्त आटा, अमरूद, नाशपाती, सेब और केला खाएं।
- 1 से 2 चम्मच ईसबगोल की भूसी रात में सोते समय गर्म दूध के साथ लें।
- पेट दर्द होने पर-मूली के रस में नीबू मिलाकर पीने से भोजन के बाद पेट में होने वाला दर्द या गैस मिटता है।
- अतिसार होने पर-केला, दही और चावल खाएं।
- गैस और पेट में भारीपन-भोजन के बाद 125 ग्राम दही के मट्टे में 2 ग्राम अजवाइन और आधा ग्राम काला नमक मिला कर खाने से गैस दूर होती है और पेट का भारीपन कम होता है।

सिस्टम तंत्रिका तंत्र होता है, जो लाखों-करोड़ों नर्व कोशिकाओं से मिलकर बना होता है। न्यूयार्क की कोर्लोबिया युनिवर्सिटी के माइकल गर्शन के अनुसार जब हम तनावग्रस्त होते हैं, तो दिमाग हमारे पेट को एसिड अधिक बनाने और आंतों के सिकुडने के काम में तेजी लाने संबंधी सिगनल भेजता है, जिससे खट्टी डकारें आती हैं, मरोड उठते हैं और अतिसार पेचिश हो जाता है। हमारा शरीर भी कुछ ऐसे हार्मोन और रसायन पैदा करता है, जिससे हमारी पाचन क्रिया प्रणाली सुस्त या फिर ज्यादा सक्रिय हो जाती है। वास्तव में दिमाग और पेट के बीच इतना जबर्दस्त संबंध होता है कि जीवन मे तनावपूर्ण लम्हों जैसा तलाक या परिवार में किसी की मौत का असर प्रायः पेट की गडबडियों के रूप में देखने को मिलता है। शरीर का 95 प्रतिशत सेरोटोनिन एक ऐसा न्यूरोट्रांसमीटर जिसका संबंध उत्तेजना और अवसाद से है पेट में बनता है।

तेज दिमाग के लिए ब्रेस्टफीडिंग जरूरी

अमेरिकी वैज्ञानिकों ने अपनी रिसर्च में ब्रेस्टफीडिंग का एक और फायदा बताया है। वैज्ञानिकों का कहना है, जो माएं बच्चों को स्तनपान कराती हैं उनके बच्चों में सोचने-समझने की क्षमता घटने का रिस्क कम रहता है। रिसर्च करने वाली यूनिवर्सिटी ऑफ कैलिफोर्निया, लॉस एंजलिस के वैज्ञानिकों का कहना है, सिर्फ बच्चे पर ही नहीं, बढ़ती उम्र में मां के दिमाग पर भी सकारात्मक असर पड़ता है। शोधकर्ताओं का कहना है, जो माएं कभी ब्रेस्टफीड नहीं कराती उनके मुकाबले ब्रेस्टफीड करने वाली महिलाओं के बच्चों में सोचने-समझने की क्षमता ज्यादा बेहतर हो सकती है।

शरीर के साथ ब्रेन पर भी सकारात्मक असर

शोधकर्ता मॉली फॉक्स कहती हैं, पहले हुई कई स्टडीज में कहा गया था कि मां का दूध बच्चे को लम्बे समय तक सेहतमंद बनाए रखता है, लेकिन हमारी स्टडी यह भी बताती है कि इससे मां की सेहत पर क्या असर पड़ता है। रिसर्च कहती है, जो महिलाएं ब्रेस्टफीड कराती हैं उनमें उम्र के 50वें पड़ाव पर भी उनका दिमाग ब्रेस्टफीड न कराने वाली महिलाओं के मुकाबले ज्यादा बेहतर काम करता है। मॉली कहती हैं, रिसर्च के नतीजे इसलिए अलर्ट करने वाले हैं।

बढ़ती उम्र में चेहरे पर झुर्रियां पड़ने आम बात है, ऐसे में कई महिलाएं रंग दिखने की चाहत में कई मिथकों को मानने लगती हैं, जैसे ग्रीन जूस पीने से चेहरे पर निखार आने लगता है, लेकिन स्किन को फेश बना रखने के लिए सिर्फ ये उपाय ही काफी नहीं हैं। कुछ और भी तरीके अपनाने की जरूरत है। ओरिप्लेम इंडिया की सौंदर्य एवं मेकअप विशेषज्ञ आकृति कोचर ने बढ़ती उम्र को रोकने यानी एंटी-एजिंग से जुड़े मिथकों के बारे में ये जानकारियां दी हैं

बढ़ती उम्र का नहीं होगा आपकी स्किन पर असर, अगर ट्राई करेंगे ये टिप्स

- एंटी-एजिंग से जुड़ा एक मिथक यह है कि रोजाना ग्रीन जूस के सेवन से खून साफ होता है और चेहरे पर चमक आती है। यह बात सच है, लेकिन यह जरूरी नहीं कि सिर्फ एक उपाय से आपके चेहरे पर चमक आ जाए और आप जवां दिखने लगे, इसलिए अपनी दिनचर्या में क्लीजिंग, टोनिंग और मॉइश्चराइजिंग को जरूर शामिल करें। बाहर जाने पर सनस्क्रीन का इस्तेमाल करें। व्यायाम और संतुलित आहार का सेवन करें। बढ़ती उम्र के असर को रोकने के लिए आपको अपनी जीवनशैली से जुड़ी हर पहलू पर ध्यान देना होगा।
- जवां दिखने के लिए पानी खूब पनी चाहिए, क्योंकि इससे त्वचा में नमी बरकरार रहती है और शरीर में से हानिकारक विषाक्त पदार्थ भी निकल जाते हैं, लेकिन सिर्फ इतना नाकाफी है और आपको जवां दिखने के लिए अपनी दिनचर्या, स्वास्थ्य पर भी ध्यान देना होगा।
- यह मिथक खूब प्रचलित है कि मॉइश्चराइजर के इस्तेमाल से सारी झुर्रियां दूर हो जाती हैं। यह आपकी त्वचा को नमी प्रदान करता है, और पोषित त्वचा लंबे अर्से तक जवां नजर



आती है, लेकिन झुर्रियां दूर करने के लिए सही डे और नाइट क्रीम, सीरम व तेल का इस्तेमाल करना चाहिए। स्वस्थ जीवनशैली को अपनाना चाहिए।

- युवावस्था में ही एंटी-एजिंग क्रीम का इस्तेमाल करने की सलाह भी दी जाती है, लेकिन यह भी महज एक मिथक ही है। त्वचा का रंग काला पड़ जाना और रूखापन आदि झुर्रियां पड़ने का पहला संकेत होते हैं। वैसे, सामान्यतया 30 की उम्र के बाद ही झुर्रियां पड़ती हैं, लेकिन सही देखभाल और सही जीवनशैली का अभाव और तनावपूर्ण जीवन से यह कम उम्र में नजर आ सकती है, इसलिए स्वास्थ्य पर खास ध्यान दें।



■ कुछ लोग एंटी-एजिंग को जीन से जोड़ते हैं, लेकिन सच तो यह है कि अगर आपके दादा-दादी, माता-पिता स्वस्थ जीवनशैली को अपनाते हैं और आप नहीं अपनाती तो आपका जवां लुक समय से पहले गायब हो सकता है। जलवायु, प्रदूषण, तनाव, त्वचा की देखभाल और जीवनशैली आदि आपकी त्वचा पर असर डालती हैं।

- यह जरूरी नहीं कि महंगे उत्पाद के इस्तेमाल से आपको जवां लुक मिल जाएं इसलिए, सोच-समझकर ही किसी भी सौंदर्य उत्पाद का प्रयोग करें।
- मुस्कुराना या फाउनिंग (त्योरी चढ़ाना) चेहरे के लिए एक प्रकार का महज व्यायाम हो सकते हैं, इनसे झुर्रियां नहीं पड़तीं। धूपपान करने से, त्वचा में नमी की कमी, तनाव आदि कारणों से झुर्रियां पड़ती हैं।



- आपकी पूरी दिनचर्या, जीवनशैली का आपके शरीर और त्वचा पर काफी असर पड़ता है, इसलिए प्रसन्नचित रहें और संतुलित व स्वस्थ आहार ग्रहण करें।
- सनस्क्रीन युक्त सौंदर्य उत्पाद का मेकअप में प्रयोग करना बेहतर विकल्प है, लेकिन याद रखें कि यह

सनस्क्रीन लोशन के जितना प्रभावी नहीं हो सकता, इसलिए घर से बाहर निकलने से पहले कम से कम आधे घंटे पहले जरूर सनस्क्रीन लगाएं, ताकि यह त्वचा में अच्छी तरह से अवशोषित हो जाएं।

45 की हुई पूजा बत्रा

विरासत फिल्म से बॉलीवुड में धमाकेदार एंट्री करने वाली पूजा बत्रा आज अपना 45वां जन्मदिन मना रही हैं। पूजा ने हिंदी, तमिल, तेलुगू और मलयालम भाषा की लगभग 30 फिल्मों में अभिनय कर

सालों से हैं इंडस्ट्री से दूर, फिर क्या है पूजा बत्रा की लपजरी लाइफ का राज

चुकी किया है, हालांकि उन्हें कभी एक पॉपुलर एक्ट्रेस का दर्जा हासिल नहीं हुआ। फिल्मों और इंडस्ट्री से दूर रहने के बावजूद एक्ट्रेस अपने हार्ड-क्लास लाइफस्टाइल के चलते हमेशा सुर्खियों में रहती हैं। आइए आज जन्मदिन के खास मौके पर जानते हैं कहां से होती है एक्ट्रेस की कमाई- 27 अक्टूबर 1976 में उत्तर प्रदेश के फैजाबाद में जन्मी पूजा बत्रा ने बतौर मॉडल अपने करियर की शुरुआत



की थी। पूजा ने साल 1993 में मिस इंडिया ब्यूटी पेजेंट जीतने के बाद भारत को मिस इंटरनेशनल में रिप्रेजेंट किया था। इसके बाद से ही पूजा का नाम भारत की टॉप मॉडल्स में लिया जाने लगा। पूजा से पहले उनकी मां भी सालों पहले मिस इंडिया पेजेंट का हिस्सा रह चुकी हैं। मॉडलिंग के दिनों में पूजा ने 250 से ज्यादा शोज और एड कैम्पेन किए थे। कामयाब मॉडल बनने के बाद पूजा को कई बॉलीवुड फिल्मों के ऑफर मिलने लगे थे, लेकिन उन्होंने पढ़ाई के लिए सारे ऑफर ठुकरा दिया।

बर्फ के ये 15 फायदे जानकर चौंक जाएंगे आप

- कड़वी दवाई खाने से पहले मुंह में बर्फ का टुकड़ा रख लें, दवाई कड़वी ही नहीं लगेगी।
- यदि आपने बहुत ज्यादा खा लिया है और खाना पच नहीं रहा, तो थोड़ा-सा बर्फ का टुकड़ा खा लें। खाना शीघ्र पच जाएगा।
- यदि आपके पास मेकअप का भी समय नहीं है या आपकी त्वचा ढीली पड़ती जा रही है तो एक बर्फ का छोटा-सा टुकड़ा लेकर उसे किसी कपड़े में (हो सके तो मखमल का) लपेट चेहरे पर लगाइए। इससे आपके चेहरे की त्वचा टाइट होगी और यह टुकड़ा आपकी त्वचा में ऐसा निखार ला देगा जो और कहीं नहीं मिलेगा।

सिरदर्द में राहत

- प्लास्टिक में बर्फ का टुकड़ा लपेटकर सिर पर रखने से सिरदर्द में राहत मिलती है।
- यदि आपको शरीर में कहीं पर भी चोट लग गई है और खून निकल रहा है तो उस जगह बर्फ मसलने से खून बहना बंद हो जाता है।
- कांटा चुभने पर बर्फ लगाकर उस हिस्से को सुन्न कर ले, कांटा या फांस आसानी से निकल जाएगा और दर्द भी नहीं होगा।

चोट लगने में फायदेमंद



- अंदरूनी यानी गुम चोट लगने पर बर्फ लगाने से खून नहीं जमता व दर्द भी कम होता है।
- नाक से खून आने पर बर्फ को कपड़े में लेकर नाक के ऊपर चारों ओर रखें, थोड़ी देर में खून निकलना बंद हो जाएगा।
- धीरे-धीरे बर्फ का टुकड़ा चूसने से उल्टी बंद हो जाती है।

जब एड़ियों में हों दर्द

- पैरों की एड़ियों में बहुत ज्यादा तीखा दर्द हो तो

बर्फ की क्यूब मलने से आराम मिलेगा।

- आंखों के काले घेरे दूर करने के लिए खीरे के रस और गुलाब जल को मिलाकर बर्फ जमा लीजिए, फिर उस टुकड़े से काले घेरों पर मालिश करें, बहुत जल्द आपकी समस्या दूर होगी। और यदि ज्यादा देर मोबाइल या कंप्यूटर चलाने के बाद आपकी आंखें दर्द कर रही हैं तो बर्फ के टुकड़े को अपनी आंखों पर रखिए, जल्द ही राहत मिलेगी।
- यदि आइब्रो बनवाते समय दर्द होता है तो एक बर्फ का टुकड़ा आइब्रो के चारों ओर घिस लीजिए, इससे यह हिस्सा थोड़ी देर के लिए सुन्न हो जाएगा और आपको दर्द भी नहीं होगा। यही तरीका शरीर के किसी और हिस्से पर भी लागू कर सकते हैं।

गले की खराश में फायदेमंद

- बर्फ का टुकड़ा गले के बाहर धीरे-धीरे मलने से गले की खराश ठीक हो जाती है।
- जल जाने के तुरंत बाद बर्फ का टुकड़ा जले हुए स्थान पर लगाने से छाले और जलन शांत होती है। और निशान भी गहरा नहीं पड़ेगा।
- इंजेक्शन लगने पर या पैर में मोच आने पर बर्फ मलने से दर्द, सूजन व खुजली कम होती है।

Tata Motors इलेक्ट्रिक से होगी चार्ज

10 नए मॉडल लाने के लिए करेगी निवेश

नई दिल्ली। टाटा मोटर्स अगले चार साल में इलेक्ट्रिक वाहनों के नए मॉडल लाने के लिए 15,000 करोड़ रुपये का निवेश करेगी। टाटा मोटर्स इस निवेश की मदद से 10 नई इलेक्ट्रिक गाड़िया लॉन्च करेगी। गौरतलब है कि प्राइवेट इक्रीटी फर्म TPG Rise Climate ने टाटा मोटर्स के पैसेंजर इलेक्ट्रिक व्हीकल डिवीजन में 1 अरब डॉलर के (करीब 7500 करोड़ रुपये) निवेश का ऐलान किया है। टाटा ने इस महीने की शुरुआत में ही यह ऐलान किया था कि वह 10 नए मॉडल लेकर आएगी।

कंपनी ने क्या कहा

टाइम्स ऑफ इंडिया की एक रिपोर्ट के अनुसार, टाटा मोटर्स के पैसेंजर व्हीकल बिजनेस यूनिट के प्रेसिडेंट शैलेश चंद्रा ने बताया कि कंपनी ने इलेक्ट्रिक वाहनों के लिए उत्पाद लॉन्च की काफी मजबूत योजना बनाई है। कंपनी को उम्मीद है कि अगले चार-पांच साल में उसकी बिक्री का



करीब 20 फीसदी हिस्सा इलेक्ट्रिक वाहनों का होगा।

डिमांड काफी ज्यादा

उन्होंने बताया अभी टाटा मोटर्स के पास सिर्फ दो इलेक्ट्रिक कार मॉडल (Ne&on Tigor EVs) हैं, जिनकी हर महीने 3,000 से 3,500 तक बुकिंग आ रही है। हालांकि कंपनी सिर्फ 1,000 कारों की आपूर्ति ही कर पा रही है। अब कंपनी सिर्फ इलेक्ट्रिक वाहनों के लिए 15,000 करोड़ रुपये के निवेश की तैयारी कर रही है। कंपनी 10 नए मॉडलों के लॉन्च के साथ उत्पादन क्षमता और चार्जिंग इन्फ्रास्ट्रक्चर बढ़ाएगी। गौरतलब है कि सितंबर महीने में कंपनी ने 10 हजार से ज्यादा इलेक्ट्रिक कारों बेची हैं जिनमें सबसे ज्यादा बिक्री Ne&on कारों की हुई है। Tata Motors अपनी इलेक्ट्रिक गाड़ियों के लिए एक अलग सब्सिडियरी कंपनी बनाएगी जो सिर्फ इसी सेगमेंट पर काम करेगी।

दिवाली से पहले बाजारों में सोना-चांदी की कीमतों में उछाल



नई दिल्ली। दिवाली से पहले भारतीय सर्राफा बाजार में लगातार उछाल देखने को मिल रहा है। बीते सप्ताह के आखिरी कारोबारी दिन के मुकाबले आज यानी 25 अक्टूबर की सुबह सोना और चांदी दोनों के रेट में बढ़ोतरी हुई है। देश भर में धनतेरस के मौके पर आभूषण खरीदने का रिवाज भी है। ऐसे में विशेषज्ञों के मुताबिक, धनतेरस तक सोने-चांदी के कीमतों में बढ़ोतरी का मिलसिल्ला लगातार देखने को मिल सकता है। इंडिया बुलियन एंड ज्वेलर्स एसोसिएशन (इडब्ल्यू) के मुताबिक, आज (सोमवार) यानी 25 अक्टूबर की सुबह 999 शुद्धता वाले 24 कैरेट सोने के रेट में 243 रुपये की बढ़त देखने को मिली है। इसके साथ ही

ऐसे की जाती है शुद्धता की पहचान-

ज्वेलरी की शुद्धता मापने का एक तरीका होता है। इसमें होलमार्क से जुड़े कई तरह के निशान पाए जाते हैं, इन निशानों के माध्यम से ज्वेलरी की शुद्धता पहचाना जा सकता है। इसमें से एक कैरेट से लेकर 24 कैरेट तक का पैमाना होता है।

IRCTC शेयरों में लगातार गिरावट

नई दिल्ली। इंडियन रेलवे कैंटरिंग एंड टूरिज्म कॉरपोरेशन के शेयरों में लगातार गिरावट देखी जा रही है। सोमवार को IRCTC का शेयर 593.55 रुपए (12.84%) की गिरावट के साथ 4,029 रुपए पर बंद हुआ। 52 हफ्तों के उच्च स्तर 6,393 रुपए से ये करीब 38% टूट चुका है। एनालिस्ट अभी भी लंबी अवधि के लिए शेयर पर बुलिश है। डूबते हुए को नेशनल स्टॉक एक्सचेंज (हस्त) ने 20 अक्टूबर को बैन लिस्ट में डाल दिया था। बैन लिस्ट में डाले जाने की वजह से यह शेयर बीते हफ्ते दबाव में रहा। हालांकि सोमवार को यह स्टॉक बैन लिस्ट से बाहर था, लेकिन फिर भी इसमें गिरावट देखी गई। कुछ मार्केट एक्सपर्ट्स का मानना है कि शॉर्ट ट्रेडर शेयर और नीचे ले जाने की कोशिश कर रहे हैं।

रिकॉर्ड हाई से करीब 38% टूटा IRCTC का शेयर



वैल्यूएशन और प्रॉफिट बुकिंग गिरावट की वजह

एनालिस्ट्स के अनुसार, स्टॉक में अचानक आई गिरावट का कारण पिछले कुछ महीनों की तेजी के बाद वैल्यूएशन को लेकर चिंता और प्रॉफिट बुकिंग है। म्यूचुअल फंड और विदेशी निवेशकों ने भी IRCTC में अपनी हिस्सेदारी कम की है। हालांकि, स्टॉक के फंडामेंटल अभी भी मजबूत है।

4,000-3,700 रुपए का लेवल स्ट्रॉन्ग डिमांड जोन

टेक्निकल एनालिस्ट्स के मुताबिक IRCTC के लिए 4,000-3,700 रुपए का लेवल स्ट्रॉन्ग डिमांड जोन है। हालांकि, 4,500 रुपए के लेवल को पार करना शेयर के लिए थोड़ा मुश्किल होगा। 4,500 का लेवल वर्तमान में शेयर का 20 डे मूविंग एवरेज है। एनालिस्ट्स मौजूदा स्तरों पर खरीदारी की सलाह नहीं दे रहे हैं। लेकिन, यदि आपके पास पहले से ही स्टॉक है, तो गिरावट के कारण बेचने के बजाय, स्टॉक को लंबी अवधि के लिए रखने की सलाह एनालिस्ट दे रहे हैं।

IRCTC का पेमेंट एग्रीगेटर का लाइसेंस लेने का प्लान

फर्म के एक्सपेंशन प्लान की बात करें तो कंपनी अपने बिजनेस का विस्तार बस, एयर टिकट के साथ-साथ टूर और ट्रेवल प्लानर्स तक कर रही है। इससे फर्म की स्थिति और ज्यादा मजबूत हो सकती है। इसके अलावा, IRCTC का प्लान RBI से पेमेंट एग्रीगेटर का लाइसेंस लेने का है। इससे न केवल ग्राहकों के लिए सुविधा बढ़ेगी बल्कि एडिशनल रेवेन्यू भी जनरेट होगा।

ऑनलाइन ट्रेन बुकिंग में IRCTC का 73% मार्केट शेयर

इंडियन रेलवे को IRCTC कैंटरिंग सर्विस और ऑनलाइन रेलवे टिकट प्रोवाइड करती है। इसके अलावा रेलवे स्टेशनों और ट्रेनों में पैकेज्ड ड्रिंकिंग वॉटर की सर्विस भी IRCTC देती है। IRCTC का ऑनलाइन ट्रेन बुकिंग में 73% और पैकेज्ड ड्रिंकिंग वॉटर में 45% का मार्केट शेयर है।

त्योहार के बाद पड़ सकती है महंगाई की मार

दिवाली के बाद 5-7% तक बढ़ सकते हैं कंज्यूमर गुड्स के दाम

नई दिल्ली। स्टील और कॉपर समेत ज्यादातर मेटल की कीमत बढ़ने, सेमीकंडक्टर चिप की किल्लत और कारों का किराया बढ़ने से कंज्यूमर ड्यूरेबल कंपनियों की लागत में तेजी से बढ़ोतरी हुई है। हालांकि, त्योहारों में अच्छी मांग को देखते हुए कंपनियों ने फिलहाल अपने उत्पादों के दाम नहीं बढ़ाए हैं। हालांकि, इंडस्ट्री सूत्रों का कहना है कि कंपनियां दिवाली के बाद दामों में चरणबद्ध इजाफा करेंगी। त्योहारों के बाद कंज्यूमर इलेक्ट्रॉनिक्स के दाम 7 से 10% तक बढ़ने की संभावना है। कई कंज्यूमर ड्यूरेबल निर्माता कंपनियों का कहना है कि त्योहारों की वजह से उन्होंने दाम बढ़ाने से परहेज किया है, लेकिन नवंबर के बाद दाम बढ़ाने पर विचार हो रहा है।



चीन से आयात होने वाले कम्पोंन्ट का भाड़ा चार से पांच गुना बढ़ा: गोदरेज अप्लायंसेस के एकजीक्यूटिव वाइस प्रेसिडेंट कमल नंदी ने दैनिक भास्कर से बातचीत में कहा कि पिछले कुछ महीनों से कम्पोंन्ट के दाम 2.2 तक बढ़ गए हैं। चीन से

आयात होने वाले कम्पोंन्ट के लिए फ्रेट चार्ज चार से पांच गुना तक बढ़ गया है, लेकिन कंपनियों ने इसकी तुलना में दाम बहुत अधिक नहीं बढ़ाए हैं। त्योहारों के बाद बढ़े हुए दामों का बोझ उपभोक्ताओं पर डालना कंपनियों की मजबूरी होगा। त्योहारों के बाद चरणबद्ध तरीके से 5 से 10 फीसदी तक दाम बढ़ाए जा सकते हैं।

नवरात्रि के दौरान बिक्री 20% बढ़ी

पैनासोनिक इंडिया के बिजनेस हेड (एयरकंडीशनर रूफ) गौरव शाह कहते हैं, नवरात्रि के दौरान हमारी बिक्री में 20% बढ़ोतरी हुई है। दिवाली में ज्यादा बढ़ोतरी की उम्मीद है। खासतौर पर प्रीमियम रेंज की एसी, फ्रिज और टीवी की डिमांड ज्यादा है।

एविएशन सेक्टर भर रहा हौसले की उड़ान, SpiceJet ने किया 28 फ्लाइट शुरू करने का ऐलान



नई दिल्ली। कोरोना का असर कम होने के बाद सरकार ने जो सहूलियतें दी हैं उससे अब देश में एविएशन सेक्टर में जबरदस्त हलचल दिख रही है। एयरलाइंस नई-नई उड़ानें शुरू कर रही हैं। दिग्गज एयरलाइन ने 31 अक्टूबर के बाद एक साथ 28 नई डोमेस्टिक फ्लाइट शुरू करने का ऐलान किया है। कंपनी ने एक बयान में कहा है कि वह विंटर शेड्यूल के तहत जयपुर, जैसलमेर, जोधपुर और

उदयपुर जैसे टूरिस्ट हॉटस्पॉट के अलावा प्रमुख मेट्रो शहरों के लिए भी नई उड़ानें शुरू करेगी।

इन शहरों के लिए भी फ्लाइट

पश्चिम बंगाल के बागडोगरा से अहमदाबाद, कोलकाता और श्रीनगर के लिए नई उड़ानें शुरू करेगी। इसके अलावा बंगलुरु-पुणे सेक्टर में भी दो नई उड़ानें शुरू की जाएंगी।

सरकार ने दी छूट

गौरतलब है कि सरकार ने गत 12 अक्टूबर को ही इस बात की एयरलाइंस को इस बात की इजाजत दी है कि वे 18 अक्टूबर को बिना किसी केपिसिटी लिमिट के अपनी उड़ानें चला पाएंगे।